

**A HÀM**

**MƯA PHÁP CHUYÊN HÓA PHIÊN NẢO**

**Tập 2**



Tủ Sách Bảo Anh Lạc

# A HÀM

MƯA PHÁP CHUYỂN HÓA PHIỀN NÃO

**Tập 2**

---

(Trọn bộ 2 tập)

THÍCH NỮ GIỚI HƯƠNG

(Tái bản lần 3)

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC - 2016

Địa chỉ Liên lạc:  
Huong Sen Buddhist Temple  
19865 Seaton Avenue  
Perris, CA 92570. USA  
Tel: 951 657 7272  
Cell: 951 616 8620  
Email: huongsentemple@gmail.com,  
thichnugioihuong@yahoo.com  
Web: [www.huongsentemple.com](http://www.huongsentemple.com)

# MỤC LỤC

Lời giới thiệu.....	vii
Lời Đầu .....	xii
Chương 1: Những Lời Phật Dạy trong Tạp A-hàm .....	1
Chương 2: Những Lời Phật Dạy trong Tăng Nhất A-hàm... ..	294
Chương 3: Những Chủ đề Chung trong A-hàm .....	630
Chương 4: Kết Luận.....	995



# LỜI GIỚI THIỆU

Bộ Đại Chánh Tân Tu Đại Tạng Kinh (Taisho Shinshu Daijokyo) xuất xứ từ thời Vua Taisho (Đại Chánh) ở Nhật Bản từ đầu thế kỷ thứ 20. Đây là một bộ Đại Tạng Kinh của Bắc truyền được tổng hợp cũng như sự giáo chánh của các nhà học giả Phật Giáo Nhật Bản lúc đương thời qua các bộ Minh Đại Tạng, Càn Long Đại Tạng v.v... Tổng cộng gồm 100 quyển, dày mỏng khác nhau, mỗi quyển độ 1.000 đến 1.500 trang khổ lớn. Cố Hòa Thượng Thích Tịnh Hạnh đã cho phiên dịch hoàn toàn sang tiếng Việt tại Đài Loan thành 203 cuốn(đã in được 93 cuốn), mỗi cuốn từ 800 đến 1.500 trang. Tổng cộng các bản dịch về Kinh, Luật, Luận của Đại Thừa không dưới 250.000 trang sách.

Riêng Tạng Nam Truyền, Cố Hòa Thượng Thích Minh Châu - Viện Trưởng Viện Đại Học Vạn Hạnh đã dịch gần xong trước khi Ngài viên tịch từ tiếng Pali sang tiếng Việt. Tổng cộng Kinh, Luật, Luận có 13 quyển, mỗi quyển từ 700 trang đến 1.500 trang. Đây là tạng bằng tiếng Pali được chính thức viết thành văn tự năm 85 trước Dương Lịch. Điều ấy cũng có nghĩa rằng Tạng Nam Truyền cũng đã trải qua khâu truyền của các vị Thánh Tăng trên dưới 500 năm như vậy. Cả hai bộ Nam và Bắc Truyền đều là

những Pháp Bảo quý giá nhất của Phật Giáo Việt Nam nói riêng cũng như Phật Giáo thế giới nói chung. Người học Phật đầu cho ở truyền thống nào đi chăng nữa thì trước sau cũng phải đi vào Đại Tạng mới có chiều sâu về Pháp được.

Nay Ni Sư Giới Hương đã tổng hợp được chỉ riêng phần A Hàm của Bắc Truyền và Kinh Tạng Nikaya qua Nam Truyền để xâu nên những chuỗi ngọc ma ni lấp lánh, đẹp tuyệt vời qua lời dạy của Đức Phật bằng văn phong dịch thuật, trong sáng cũng như chú giải của Hòa Thượng Thích Tuệ Sỹ và Hòa Thượng Thích Đức Thắng, là những nhà học giả của Phật Giáo Việt Nam đương đại, thì còn quý giá nào hơn nữa. Và lại suốt những năm học tại Học Viện Phật Giáo Việt Nam, vốn là hậu thân của Đại Học Vạn Hạnh, được trực tiếp do Cố Hòa Thượng Thích Minh Châu hướng dẫn, giảng dạy thì chắc rằng Ni Sư đã thâm nhập được rất nhiều, kể cả hai truyền thống Nam Bắc này. Cô lại cất công tổng hợp, phân loại và đặc biệt là theo thứ tự A, B, C... để đọc giả dễ nhận biết khi đọc cũng như tra cứu qua các bản Kinh Trường A Hàm, Trung A Hàm, Tạp A Hàm và Tăng Nhất A Hàm. Ở phần đầu và phần cuối của tập 1 và tập 2 là những sự nghiên cứu của Tác Giả đã dày công tổng hợp lại. Đây là một cách làm việc mới mẻ của những thế hệ Tăng Ni trẻ sau này.

Riêng tôi chỉ có một lời nguyện là những ngày còn lại của cuộc đời này sẽ đọc hết tất cả 3 Tạng Kinh, Luật, Luận của Bắc truyền này và cho đến hôm nay cũng đã đọc xong



8 cuốn trong 203 cuốn, mỗi cuốn độ 800 trang đến 1.500 trang về 4 chủ đề A Hàm bên trên. Do vậy khi đọc lại lần này những phần trích dẫn của Cô Giới Hương thì tôi cũng đã quen đi rồi. Xin cảm ơn Cô cũng như mọi người đã cho tôi thêm nhiều cơ hội để ôn lại những lời dạy nhiệm màu của Đức Phật, qua tác phẩm “A Hàm- Mưa Pháp chuyển hóa phiền não” này. Đọc để chiêm nghiệm, tu tập cũng như luyện tâm, vì tâm không Tu thì Trí không sáng, mà Trí không sáng thì sự hiểu biết về giáo lý của Đức Phật vẫn còn nằm ngoài tầm tay của hành giả học Phật.

Cứ dành thật là nhiều thời gian để đi vào Đại Tạng. Ví dụ như trong Trường A Hàm thuộc Kinh Du Bộ số 2 có tán thán ca ngợi về công đức việc hành hương các Thánh Tích sau khi Phật nhập diệt. Trường A Hàm, Kinh Thế Ký, Phẩm 4, nói về Địa Ngục thứ 30. Trường A Hàm phần nói về người nữ và Đức Phật dặn dò Ngài A Nan nên bỏ những giới cấm nhỏ nhặt ở phần Kinh Du Bộ số 2. Nói về Đức Phật Di Lạc, Đức Thích Ca Mâu Ni cũng đã dạy cho cận kề trong Trường A Hàm, Kinh Chuyển Luân Vương Tu Hành, số 6. Phần quý thần, Đức Phật cũng đã nói trong Trường A Hàm, Kinh Thế Ký, Phẩm 8 thuộc Đạo Lợi Thiên số 30. Đến phần Sáu Tư Niệm hay Thập Niệm của Nam Truyền, Đức Phật cũng đã nói trong Trường A Hàm, Kinh Tam Tụ số 12. Rồi đến Bát Kính Pháp, Đức Phật cũng đã nói trong Trung A Hàm, Kinh Cù Đàm Di, Phẩm 10, số 116. Kế tiếp là Tạp A Hàm, Đức Phật đã nói về ba loại Hương Thơm cho Ngài A Nan và Đại chúng nghe.

Phần thứ tư là Tăng Nhất A Hàm, Đức Phật cũng đã nói về Bát Quan Trai Giới, Ba Pháp, 24, Phẩm Cao Tràng, Kinh số 6. Cũng trong Tăng Nhất A Hàm này, Đức Phật đã nói về việc báo ân cha mẹ trong Hai Pháp 20, Phẩm Thiên Tri Thức, Kinh số 11. Phần Tâm như khí chuyền cành thì có thể tìm trong Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp 9, Phẩm Con Một, Kinh số 3 và cuối cùng”Những chủ đề chung trong A Hàm” là những nhận định của Tác Giả qua phần Kinh Tạng này.

Chỉ những ai muốn có đời sống ẩn cư, nhàn tịnh để hành trì lời Phật dạy thì mới có thời gian thiền tập, tụng Kinh, Lễ bái, niệm Phật và từ đó mới có thể thâm thấu được lời Phật dạy qua hằng trăm ngàn vạn lời ở vào thưở quá khứ xa xôi trong hơn 2.600 năm về trước. Còn những vị Pháp Sư nào đứng trên quan điểm của mình thuyết giảng mà nói cái này Đức Phật nói, cái kia không phải Đức Phật nói hay kinh điển Bắc truyền là do các vị Tổ Trung Hoa soạn ra thì cũng nên xem lại những Kinh Điển căn bản này để thấy rằng tại sao sự thăng hoa của Phật Giáo Đại Thừa phải có và từ Kinh nào trong tiếng gốc Pali mà chư Tổ Ấn Độ, Trung Hoa, Đại Hàn, Nhật Bản và Việt Nam đã thể hiện như vậy. Thật ra thì tinh thần Thượng Tọa và Đại Chúng Bộ đã manh nha sau kỳ kết tập Kinh Điển lần thứ hai tại Ấn Độ cũng như tinh thần Trung Quán và Bát Nhã là do các Ngài Vô Trước, Thế Thân, Mã Minh, Long Thọ gốc người Ấn Độ đã hình thành hệ tư tưởng này sau Đức Phật nhập diệt 1.000 năm, chứ không phải hoàn

toàn biên dạng từ Trung Quốc hay Nhật Bản. Điều quan trọng của các vị Pháp Sư khi giảng pháp thì nên nói rằng: theo sự hiểu biết của tôi hay theo quan niệm của tôi là như vậy v.v.. thì người nghe sẽ không thắc mắc, nếu bảo chắc nịch rằng: Đức Phật không nói như vậy hay nói như vậy theo sở học, sở kiến của mình thì chưa hẳn đã hoàn toàn đúng.

Vậy điều căn bản và cần thiết cho việc Tu và Học Phật là phải Hành Trì cũng như nghiên tầm giáo điển qua những trang Kinh trên, qua đó chúng ta sẽ thấm thấu được lời Phật dạy và xin đừng nhân danh bất cứ cái gì để chúng ta xa dần những lời dạy căn bản của Đức Thế Tôn. Mong được như vậy và xin trân trọng giới thiệu với các độc giả tác phẩm giá trị này của Ni Sư Thích Nữ Giới Hương.

Viết xong lời tựa này  
vào lúc 7 giờ sáng ngày 29 tháng 12 năm Ất Mùi  
(nhằm ngày 6 tháng 2 năm 2016)  
tại thư phòng chùa Viên Giác Hannover.

**Thích Như Điển,**  
Phương Trượng chùa Viên Giác Hannover, Đức Quốc.

# LỜI ĐẦU

Mưa là một dạng ngưng tụ của hơi nước khi gặp điều kiện lạnh. Mưa có thể được sử dụng như nước uống và là nguồn cung cấp nước cho các loại cây trồng cho nên mưa được xem là nguồn sống cho tất cả các loài sinh vật trên hành tinh của chúng ta. Dù là mưa rào, mưa phùn hay mưa ngâu, hương vị của mưa thật là dễ chịu, trong sáng nên mưa được chúng ta chào đón với một sự vui mừng thoải mái nhẹ nhàng. Cũng thế, pháp vị A-hàm thật nhẹ nhàng, dễ hiểu, làm tươi sáng tâm tư của chúng ta. A-hàm có thể đẩy tan những dục vọng phiền não đang thiêu đốt chúng ta và nuôi lớn giới thân tuệ mạng thánh hiền của chúng ta, vì thế tác phẩm ‘A-hàm: Mưa pháp chuyển hóa phiền não’ (2 tập) xin được ra mắt với nội dung giới thiệu A-hàm như một suối nguồn Phật pháp không thể thiếu trong việc tưới tắm và nuôi dưỡng nguồn tâm linh của chúng ta.

**Tập 1** (Chương 1. Sự Hình Thành & Cấu Trúc của A-hàm & Nikaya; 2. Ý Nghĩa A-hàm; 3. Những Lời Phật Dạy trong Trường A-hàm; 4. Những Lời Phật Dạy trong Trung A-hàm)

**Tập 2** (Chương 1.Những Lời Phật Dạy trong Tập A-hàm; 2.Những Lời Phật Dạy trong Tăng Nhất A-hàm; 3.Những Chủ đề Chung trong A-hàm; 4. Kết Luận)

Bốn bộ A hàm xuất phát từ tiếng Phạn, Hán và Thượng Tọa Tuệ Sĩ cùng Tỳ Kheo Thích Đức Thắng đã dịch qua Việt Ngữ. Bốn bộ Nikaya xuất phát từ ngôn ngữ Pali và Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch qua Việt Ngữ. Vì xuất phát từ ngôn ngữ (Phạn và Pali) khác nhau nên văn phong chuyển dịch sang Việt Văn có ngắn dài khác nhau, nhưng nhìn chung nội dung ý tưởng đều giống nhau. Nên nếu chúng ta hiểu bốn bộ A-hàm thì chúng ta cũng sẽ hiểu được bốn bộ Nikaya. Đó là lý do trong chương 1, tác giả có sự so sánh về cấu trúc cả hai bộ A-hàm và Nikaya.

Bốn bộ A-hàm gồm có 2086 bài pháp thoại, nên chương 3 & 4 của tập 1 và chương 1 và 2 của tập 2 là phần tóm gọn các bài pháp thoại A-hàm này. Vì tựa đề của tác phẩm là ‘Mưa pháp’ nên tác giả chỉ chú trọng và sắp xếp các đoạn văn kinh tóm gọn không theo số thứ tự tuần tự của bốn bộ A-hàm mà theo thứ tự của những đức hạnh, tánh cách, ý tưởng của từng bộ kinh mà Đức Phật đã tặng cho chúng ta. Những chủ đề đức hạnh này có khả năng giúp chúng ta có cái nhìn hướng thượng hơn về cuộc sống, nhân cách, tánh tình, tập quán và sự tu tập giải thoát. Vì cách đây 2600 năm, thời của Đức Phật chưa có nghệ thuật in ấn nên mỗi khi thuyết giảng Đức Phật từ bi, chịu khó trùng tuyên lại nhiều lần cho các thánh chúng dễ nhớ, còn bây giờ chúng ta may mắn có nghệ thuật in ấn nên có

những đoạn văn, tác giả trích y như chánh văn dịch, nhưng cũng có những đoạn tác giả lược bỏ những phần phụ và mẫu văn trùng lặp do thời xưa truyền khẩu để đoạn văn ngắn gọn hơn nhưng vẫn nói lên ý chính của Đức Phật đã giảng. Tiêu đề của những đoạn văn này là do tác giả đặt dựa theo nội dung để giúp đọc giả dễ theo dõi và nắm ý chính của những đoạn mà chúng ta sắp đọc. Mỗi đoạn đều có ghi xuất xứ, sẽ giúp quý độc giả dễ đối chiếu với chánh văn kinh. Xuất xứ không có ghi số trang vì tác giả dựa văn kinh A-hàm trên website của <http://quangduc.com/kinhdien/aham>.

Như vậy, đầu tiên kinh Phật không có bản chữ viết mà chỉ dựa vào truyền khẩu trùng tụng. Sau khi, Đức Phật diệt độ mấy trăm năm, nhờ bốn kỳ kiết tập mà kinh tạng được kết tập lại như những sợi chỉ ngũ sắc kết xâu những bài pháp thoại rải rác của Đức Phật lại thành những chuỗi ngọc trân bảo quý giá để trang nghiêm đạo tâm của chúng ta. Theo thời gian các tổ mới dùng ngôn ngữ Ấn độ cổ đại Pali, Phạn ngữ để viết Tam tạng kinh điển thành bản văn được khắc trên bản đá, bản đồng, giấy loát, vv... Rồi khi Phật giáo hưng thịnh, những lời dạy của Đức Phật vượt khỏi biên giới của Ấn độ để đến khắp năm châu bốn biển trên thế giới. Tam tạng kinh điển xuất hiện đến đâu thì tùy theo ngôn ngữ của đất nước đó mà được chuyển dịch ra. Như tại Việt Nam, các kinh được dịch, xuất xứ từ ngôn ngữ Pali thì gọi là Kinh tạng Nikaya (Nam truyền) và kinh được dịch từ tiếng Hán (gốc từ Phạn ngữ) thì gọi là Kinh A

Hàm (Bắc truyền). Do đó, có thể nói kinh điển Phật giáo là văn học phiên dịch tức chúng ta không học thẳng ngôn ngữ của Đức Phật mà được chuyển ngữ do vì đất nước và ngôn ngữ giữa chúng ta và Đức Phật vốn khác nhau. Tuy nhiên, nội dung giáo nghĩa của Đức Phật dạy thì bất cứ dân tộc nào, ngôn ngữ nào hay tại đất nước nào cũng có thể ứng dụng để giải thoát vì tất cả loài người đều có chung một bệnh tâm là tham sân si và đều bị luân chuyển trong lửa sanh tử luân hồi thiêu đốt. Nên xâu chuỗi A-hàm quý giá của Đức Phật có khả năng phục vụ như một phương thuốc hữu hiệu vô giá để trị bệnh tâm và bệnh sanh tử của tất cả chúng ta nên ở đâu đều cũng có thể uống và đều được hữu hiệu cả.

Chương 3 & 4 (tập 1) và chương 1 và 2 (tập 2) đã cho thấy có vô số chủ đề ẩn hiện trong 2086 bài pháp thoại như Kiết sử, Nghiệp báo, Luân Hồi, Tinh Tấn, Sáu cõi, Tứ đế, Sanh tử, Niết Bàn, Duyên Khởi, 37 phẩm Trợ Đạo, vv... tuy nhiên tác giả xin mạn phép bàn rộng thêm về các chủ đề chung căn bản mà A-hàm thường đề cập, đó là lý do có sự xuất hiện của chương 3 (tập 2) để giúp cho chúng ta hiểu được chân ý nghĩa của Đức Phật dạy. Nhìn chung, tác phẩm ‘A-hàm: Mưa pháp chuyển hóa phiền não’ (2 tập) đóng vai trò như là một hội a-hàm, một tòa lâu đài A-hàm, một cơn mưa A-hàm với 2086 giọt mưa ngâu, 2086 bài pháp thoại giác tỉnh trong sáng.

Mưa từng cơn rớt xuống  
Tưới mát lòng con trẻ  
Rửa sạch trần sáu cõi  
Vươn sức sống ngày mai.

Sau cơn mưa cảnh trí tung bùng, hoa lá xanh tươi vui reo vươn cao lên cùng bát ngát trời xanh. Cũng thế, âm dương đồng gọi ân đức tưới tắm đượm nhuần của A-hàm mà được tâm hoa tươi nở, tỏa hương công đức, bước lên thánh vị. Giữa cảnh đời bơ vơ lạc lõng, biết bao ưu tư phiền muộn, nhiều nẻo thăng trầm lên xuống, A-hàm như tiếng chuông thức tỉnh vang vọng ra giữa các nẻo đường đầy gió bụi mê. Không khí sáu cõi nặng nề với những phiền não lo âu, trời nóng hừng hực với lửa dục tham sân si thiêu đốt thì chức năng A-hàm như vị cứu tinh tỏa ra nước mát thanh lương dịu dàng phủ đi lớp bụi ô nhiễm để làm trong sáng thân tâm chúng ta, đem lại niềm tin và hy vọng cho chúng ta trong đêm tối mênh mông. Sau cơn mưa trời lại sáng! Những thánh thai trí tuệ phá tan mê lầm được khai nở và vươn cao lên giữa trần gian.

Chúng con tha thiết năm vóc sát đất, đầu thành đảnh lễ tri ân Tôn sư Hải Triều Âm, người đã thương tưởng và truyền trao cho chúng con biết chân ý nghĩa của đỉnh cao lâu A-hàm. Xin tạc dạ tri ân quý Thượng Tọa Tuệ Sĩ, Thượng Tọa Đức Thắng - các dịch giả A-hàm. Xin tri ân website Quảng Đức và Buddhismtoday cùng các thiện hữu tri thức, đàn na tín thí hữu danh, ản danh đã giúp công sức và tịnh tài để tác phẩm này được ấn bản. Mưa pháp A-hàm



vô cùng vi diệu mà sức giác tỉnh và khả năng kiến thức của chúng con quá nhỏ bé, sẽ không thể tránh được các thiếu sót khi mạo muội ra mắt tác phẩm này, kính xin các bậc cao minh chỉ dạy cho những thiếu sót để lần tái bản sau tác phẩm được hoàn chỉnh hơn.

Nguyện cầu mưa pháp A-hàm sẽ thấm nhuần khắp muôn phương, thâm nhiếp vạn loại hữu tình đồng lên thánh vị, đồng thành chánh giác.

Nam Mô Thanh Lương Địa Bồ Tát Ma Ha Tát.

Mưa Ngâu Moreno Valley,  
*Chùa Hương Sen, ngày 14/03/2012*  
**Thích Nữ Giới Hương**



# NHỮNG LỜI DẠY TRONG TẬP A-HÀM

## 1. A LA HÁN

Tham dục, sân nhuế, ngu si đã trừ sạch không còn sót, thì gọi là A-la-hán.

Ngoại đạo Diêm-phù-xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, để chứng đắc A-la-hán không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 2. ÁC KHẨU

Xa lìa lời thô lỗ  
Lời dịu, không hại người  
Thường nói lời hay tốt  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### 3. AI BỐ THÍ NHIỀU NHẤT

Vua A-dục, đối với Pháp của Như Lai đạt được niềm tin kính sâu xa. Một hôm, vua hỏi các Tỳ-kheo: Đồi trong pháp của Như Lai, ai là người thực hành bố thí nhất?

Các Tỳ-kheo trả lời vua rằng: Trưởng giả Cấp Cô Độc, là người thực hành đại bố thí nhất.

Vua lại hỏi: Ông bố thí bao nhiêu vật báu?

Tỳ-kheo đáp: Có đến ức ngàn vàng.

(Tập A-hàm, Quyển 25, Kinh A-Dục-vương Thí bán A-ma-lặc Quả Nhân Duyên Kinh, số 641)

### 4. ÁI HỖ LÀ SẮC

Sự tập khởi của ái hỷ là sự tập khởi của sắc; sự diệt tận của ái hỷ là sự diệt tận của sắc.

Sự tập khởi của xúc là sự tập khởi của thọ, tưởng, hành; sự diệt tận của xúc là sự diệt tận của thọ, tưởng, hành.

Sự tập khởi của danh sắc là sự tập khởi của thức; sự diệt tận của danh sắc là sự diệt tận của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Sanh Diệt, số 59)

## 5. ÁI KẾT

Kết có chín, đó là ái kết, nhuế kết, mạn kết, vô minh kết, kiến kết, tha thủ kết, nghi kết, tật kết và xan kết.

Ngoại đạo Diêm-phù-xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thì có thể đoạn trừ những kết này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 6. ÁI KẾT KHÔNG DỨT

Này các Tỳ-kheo, có lúc, sau một thời gian lâu dài, núi chúa Tu-di tắt phải sụp đổ. Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, vì vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, nên chúng sanh sống chết luân hồi. Ái kết không dứt, không chấm dứt được khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

## 7. ÁI VÍ NHƯ UNG NHỌT

Nếu các Sa-môn, Bà-la-môn nào, đối với sắc được thế gian quan niệm là đẹp đẽ, mà khởi tưởng là thường, tưởng là hằng, tưởng an ổn, tưởng không bệnh; tưởng là ngã, là ngã sở, thì ở nơi sắc này ái càng tăng trưởng. Khi ái đã tăng trưởng thì ức-ba-đề tăng trưởng; ức-ba-đề tăng trưởng thì khổ tăng trưởng. Nếu khổ tăng trưởng thì chắc chắn sẽ không giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não. Ta nói người này đối với khổ không giải thoát.

Ví như ao nước trong mát ở bên đường, đầy đủ hương vị, có người lén lấy chất độc bỏ vào ao. Tháng nắng mùa xuân, người đi đường bị gió nóng làm bức khát, tranh nhau muốn đến uống nước. Có người nói rằng: ‘Này các anh, đây là ao nước trong mát, đầy đủ hương vị sắc màu, nhưng trong ấy có chất độc, các anh chớ uống; nếu uống vào các anh sẽ chết, hoặc sẽ bị khổ như sắp chết.’ Những người khát nước này không tin lời, cứ uống; tuy được vị ngon, nhưng trong chốc lát lại bị chết, hoặc bị khổ đến gần chết. Cũng vậy, các Sa-môn, Bà-la-môn nào, đối với sắc được thế gian quan niệm là đẹp đẽ, mà khởi tưởng là thường, tưởng là hằng, tưởng an ổn, tưởng không bệnh; tưởng là ngã, là ngã sở... sẽ không giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

Nếu các Sa-môn, Bà-la-môn nào đối với sắc đẹp đẽ được thế gian quan niệm là đẹp đẽ, mà quán sát như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như giết hại, là vô thường, khổ, không, vô ngã, thì đối với ái này chắc chắn được dứt lìa. Vì ái lìa nên ức-ba-đề lìa, ức-ba-đề lìa nên khổ lìa, khổ đã lìa nên sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não lìa.

Ví như bên đường có ao nước trong mát, đầy đủ hương vị, có kẻ lén dùng chất độc bỏ vào trong nước. Tháng nắng mùa xuân, người đi đường bị gió nóng làm bức khát, tranh nhau muốn đến uống nước. Có người nói rằng: ‘Này các anh, đây là ao nước trong mát, đầy đủ hương vị sắc màu, nhưng trong ấy có chất độc, các anh chớ uống; nếu uống vào các anh sẽ chết, hoặc sẽ bị khổ như sắp chết.’ Những

người kia nghĩ thâm: ‘Nước này có chất độc, nếu ta uống vào thì sẽ chết, hoặc bị khô đến gần chết. Thôi ta cố chịu khát, ăn đồ cơm khô, không dám uống nước.’

Cũng như vậy, Sa-môn, Bà-la-môn nào đối với sắc được thế gian quan niệm là đẹp đẽ, mà quán sát như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như giết hại, là vô thường, khổ, không, vô ngã, cho đến... sẽ giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Xúc, số 29)

## **8. A-LA-HÁN TỖ KHEO**

Nếu Tỳ-kheo nào các lậu đã dứt sạch, việc làm đã xong, đã trút bỏ gánh nặng, đã lìa các kết sử hữu, bằng chánh trí tâm khéo giải thoát; vị ấy cũng tu bốn Niệm xứ. Vì sao? Vì để đắc những gì chưa đắc, chứng những gì chưa chứng, hiện tại sống an lạc. Tại sao như thế? Vì tôi cũng đã lìa các hữu lậu, đã đắc quả A-la-hán, việc làm đã xong, tâm khéo giải thoát, cũng tu bốn Niệm xứ, để đắc những gì chưa đắc, chứng những gì chưa chứng, đến chỗ chưa đến,... cho đến hiện tại sống an lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 20, Kinh A-La-hán Tỳ Kheo, số 543)

## **9. AN TRÚ KHÔNG QUÊN**

Sau khi thấy sắc đáng được yêu thích và đắm trước được nhận thức bởi mắt; Tỳ-kheo này thấy rồi, không vui, không khen ngợi, không nhiễm, không trói đắm vào. Vì không vui, không khen ngợi, không nhiễm, không bị trói đắm vào, nên nỗ lực tinh tấn, thân tâm an chỉ, tịch tĩnh, tâm tuyệt đối an trụ không quên, thường định nhất tâm,

pháp hỷ không lường, sớm được tam-muội Chánh thọ đệ nhất, không bao giờ bị thoái thất theo nơi mắt và sắc. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý và pháp cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thế Gian Ngũ Dục, số 212)

## 10. AN TRỤ TỊCH DIỆT

Diệt chứ không tăng, tịch diệt mà an trụ.

Lùi chứ không tiến, im lặng lui mà an trụ.

Diệt chứ không khởi, tịch diệt mà an trụ.

Xả chứ không thủ, không sanh ra sự trói buộc.

Không bị trói buộc, nên tự mình giác ngộ Niết-bàn:

‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Âm Thế Thực, số 46)

## 11. ĂN UỐNG CHỪNG MỰC

Tỳ-kheo Đê-xá này là kẻ ngu si, không gìn giữ các căn, ăn uống không có chừng mực; đầu đêm, cuối đêm, tâm không tỉnh thức, giải đãi biếng nhác, không nỗ lực tinh tấn, không khéo quán sát tư duy pháp thiện.

Tỳ-kheo này mà đối với phân biệt pháp, tâm thích tu phạm hạnh, xa lìa mọi sự ngu ngủ và ở trong chánh pháp mà xa lìa mọi sự nghi hoặc, thì việc này không thể xảy ra. Nếu Tỳ-kheo giữ gìn các căn, ăn uống chừng mực; đầu đêm, cuối đêm, tỉnh thức tinh tấn, quán sát pháp lành; với Tỳ-kheo ấy, sự yêu thích pháp phân biệt, ưa tu phạm hạnh,



xa lìa mọi sự ngủ nghỉ, tâm không nghi ngờ pháp, điều này có thể xảy ra.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Đê Xá, số 271)

## **12. AN VUI LÀ NIẾT BÀN**

Tỳ-kheo, sắc là vô thường. Nếu thiện nam tử biết sắc là vô thường, khổ, biến dịch, dục, diệt tận, tịch tĩnh; từ xưa tới nay tất cả sắc đều là pháp vô thường, khổ, biến dịch; biết rồi, nếu sắc là nhân duyên sanh ra ưu, bi, khổ, não, thì nên đoạn trừ chúng. Khi đã đoạn trừ rồi, thì không còn gì để chấp trước. Vì không chấp trước nên sống an vui. Khi đã sống an vui rồi thì đó gọi là Niết-bàn. Đối với thọ tướng, hành và thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Thập Lục Tỳ Kheo, số 36)

## **13. A-NA-HÀM VÀ A-LA-HÁN**

Này Câu-hi-la, sau khi đã chứng được quả Tu-đà-hàm rồi mà muốn chứng được quả A-na-hàm thì phải tinh cần tư duy năm pháp thọ ấm này là bệnh, là ung nhọt, là gai nhọn, là sát hại, là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì đây là chỗ cần tư duy. Nếu Tỳ-kheo nào, đối với năm thọ ấm này mà tinh cần tư duy thì cũng sẽ chứng được quả A-na-hàm. Sau khi đã chứng được quả A-na-hàm, mà muốn chứng được quả A-la-hán, cần phải tinh tấn tư duy về năm pháp thọ ấm này là bệnh, là ung nhọt, là gai nhọn, là sát hại, là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì đây là chỗ cần tư duy. Nếu Tỳ-kheo nào, đối với năm thọ

âm này mà tinh cần tư duy, thì cũng sẽ chứng được quả A-la-hán.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Gián Đẳng, số 259)

#### **14. A-NA-LUẬT BỊNH**

Có nhiều Tỳ-kheo thừa Tôn giả A-na-luật: Thừa Tôn giả A-na-luật, bệnh của Tôn giả nặng hay nhẹ, có chịu đựng được không? Bệnh giảm dần dần, không tăng thêm chẳng?

Tôn giả A-na-luật đáp: Bệnh tôi không yên, thật là khó chịu đựng, đau đớn toàn thân, càng lúc nặng thêm, không bớt. Nhưng dù thân tôi bị đau đớn như thế này, nhưng tôi vẫn chịu đựng được, với chánh niệm, chánh tri.

Các Tỳ-kheo hỏi Tôn giả A-na-luật: Tâm an trụ ở chỗ nào mà có thể chịu đựng được cái khổ lớn như vậy với chánh niệm, chánh tri?

Tôn giả A-na-luật bảo các Tỳ-kheo: Tâm trụ bốn Niệm xứ nên mỗi khi tôi cử động, thân thể dù có bị đau đớn, cũng có thể chịu đựng được với chánh niệm, chánh tri. Những gì là bốn Niệm xứ? Đó là, niệm xứ quán thân trên nội thân cho đến niệm xứ quán thọ, tâm, pháp. Đó gọi là trụ bốn Niệm xứ, có thể chịu đựng tất cả mọi đau đớn nơi thân, với chánh niệm, chánh tri.

(Tập A-hàm, Quyển 20, Kinh Sở Hoạn, số 540)

## 15. ÁNH SÁNG BAN ĐẦU

Như khi mặt trời mọc có tiền tướng của nó, là minh tướng, ánh sáng ban đầu. Cũng vậy, Tỳ-kheo tận cùng biên tế khổ, cứu cánh biên tế khổ có tiền tướng là chánh kiến. Chánh kiến này có thể phát khởi lên chánh chí, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh phương tiện, chánh niệm, chánh định. Vì nhờ phát khởi định chánh thọ, nên Thánh đệ tử tâm chánh giải thoát tham dục, sân nhuế, ngu si. Với tâm khéo giải thoát như vậy, Thánh đệ tử đạt được Chánh tri kiến: ‘Ta, sự sanh đã hết, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết không tái sanh kiếp sau’.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh Nhật Xuất, số 748)

## 16. ÁNH SÁNG CỦA PHẬT LÀ HƠN HẾT

Có ba loại ánh sáng  
Luôn soi sáng thế gian  
Mặt trời chiếu ban ngày  
Ban đêm ánh trăng rọi.

Ánh đèn chiếu ngày đêm  
Chiếu soi mọi cảnh tượng  
Trên dưới và các phương  
Chúng sanh nhờ soi sáng.

Trong ánh sáng Trời, Người  
Ánh sáng Phật hơn hết.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Di-kì-ca, số 1310)

## **17. BA HẠNG NGƯỜI TỰ LÀM KHỔ CHÍNH MÌNH**

Đó là khổ chẳng phải pháp, bất chính, chẳng có bất cứ ý nghĩa lợi ích nào. Có một hạng người tự làm khổ bằng cách sống khác khổ. Ban đầu mới phạm giới, ô nhiễm giới, họ tu đủ cách khổ hạnh, nỗ lực tinh tấn trụ ở một chỗ, nhưng hiện tại họ chẳng thể xa lìa được nhiệt não bức bách, chẳng được pháp hơn người, chẳng trụ vào được an lạc, tri kiến thắng diệu. Ta gọi đây là tự làm khổ thuộc hạng thấp kém.

Tự làm khổ bằng cách sống khác khổ. Ban đầu chẳng phạm giới, chẳng ô nhiễm giới, nhưng tu đủ cách khổ hạnh cũng chẳng nhờ vậy mà hiện tại xa lìa được nhiệt não bức bách, chẳng được pháp hơn người, chẳng trụ vào được an lạc, tri kiến thắng diệu. Ta gọi đây là tự làm khổ thuộc hạng trung.

Tự làm khổ bằng cách sống khác khổ. Ban đầu chẳng phạm giới, chẳng ô nhiễm giới, nhưng tu đủ cách khổ hạnh tinh tấn, mà hiện tại vẫn không thể xa lìa được nhiệt não bức bách, được pháp hơn người, trụ vào an lạc, tri kiến thắng diệu. Ta gọi đó là tự làm khổ thuộc hạng hơn người.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Vương Đảnh, số 912)

## 18. BA HẠNG NGƯỜI THÍCH HƯỞNG DỤC LẠC

Này thôn trưởng, những gì là ba hạng người thích hưởng thụ dục lạc, thuộc hàng phạm phu tục tử què mùa thấp kém?

1. Là có kẻ hưởng thụ dục lạc bằng cách lạm chiếm một cách bất hợp pháp, không mang lại an vui cho chính mình, cũng chẳng phụng dưỡng cha mẹ, cung cấp đầy đủ cho anh em, vợ con, kẻ ở, bà con quyến thuộc, bạn bè quen biết; cũng không tùy thời cúng dường cho Sa-môn, Bà-la-môn, để cầu quả báo an lạc nơi tốt đẹp, mong đời sau sanh lên cõi trời. Đây là hạng thấp kém hưởng thụ dục lạc.

2. Có kẻ hưởng thụ dục lạc bằng cách dùng pháp lạm chiếm tài vật một cách bất hợp pháp để tự cung cấp mọi sự vui sướng cho chính mình, phụng dưỡng cho cha mẹ, cung cấp đầy đủ cho anh em, vợ con, kẻ làm, bà con quyến thuộc, bạn bè quen biết; nhưng không tùy thời cúng dường cho Sa-môn, Bà-la-môn, để cầu quả báo an lạc nơi tốt đẹp, mong đời sau sanh lên cõi trời. Đây là hạng trung bình thứ hai hưởng thụ dục lạc.

3. Có kẻ hưởng thụ dục lạc bằng cách dùng pháp tìm cầu tài vật chứ không bằng lạm chiếm để tự cung cấp mọi sự vui sướng cho chính mình, cung phụng cho cha mẹ, cung cấp đầy đủ cho anh em, vợ con, kẻ ở, bà con quyến thuộc, bạn bè quen biết, cũng tùy thời cúng dường cho Sa-môn, Bà-la-môn, để cầu quả báo an lạc nơi tốt đẹp, mong đời sau sanh lên cõi trời. Đó gọi là hạng người thứ ba

hưởng thụ dục lạc. Đây là hạng hơn người thứ ba hưởng thụ dục lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Vương Đánh, số 912)

## 19. BA HƯƠNG THƠM

Có ba loại mùi hương chỉ bay theo chiều gió, không thể bay theo ngược gió. Đó là hương thơm rễ cây, hương thơm của cây, hương thơm của hoa.

Này A-nan, cũng có mùi hương bay theo chiều gió, bay theo ngược gió và cũng bay theo thuận gió ngược gió. Này A-nan, hương bay theo chiều gió, bay theo ngược gió và cũng bay theo thuận gió ngược gió, đó là:

Có thiện nam tử hay người thiện nữ nào sống ở thành ấp, tụ lạc, thành tựu pháp chân thật, suốt đời không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống rượu. Người thiện nam, người thiện nữ như vậy đều được người lành trong tám phương, cùng phương trên, phương dưới, thấy đều tán thán rằng: ‘Ở phương kia, làng kia, có người thiện nam, người thiện nữ trì giới thanh tịnh, thành tựu pháp chân thật, suốt đời không sát sanh... *cho đến* không uống rượu.’ Này A-nan, đây gọi là thứ hương hoa bay theo chiều gió, bay theo ngược chiều gió và cũng bay theo thuận gió ngược gió.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh A-Nan, số 1073)

## 20. BA KIẾN

Người thiện nam, người thiện nữ có lòng tin vui xuất gia, tu tập vô tướng tam-muội; tu tập, tu tập nhiều, sẽ trụ trong cửa cam lộ, cho đến cứu cánh cam lộ Niết-bàn. Ta không nói cam lộ Niết-bàn này y cứ vào ba kiến. Những gì là ba?

Có một hạng chủ trương như vậy, nói như vậy: ‘Mạng tức là thân.’

Lại có hạng chủ trương như vậy: ‘Mạng khác thân khác.’

Lại nói như vậy: ‘Sắc là ngã, không hai không khác, tồn tại mãi mãi, không biến đổi.’

Đa văn Thánh đệ tử tư duy như vậy: ‘Thế gian có pháp nào đáng để chấp thủ mà không có sai lầm tội lỗi?’ Khi tư duy rồi, họ không thấy một pháp nào khả thủ mà không có sai lầm tội lỗi cả. Nếu ta chấp thủ sắc, tức là có sai lầm tội lỗi. Nếu chấp thủ thọ, tưởng, hành, thức thì có sai lầm tội lỗi. Đã biết vậy rồi, thì đối với các pháp thế gian không có gì để chấp thủ, vì không có gì để chấp thủ nên tự mình giác ngộ Niết-bàn: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Đê Xá, số 271)

## 21. BA LẬU

Thế nào là biết như thật về lậu? Có ba thứ lậu: dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu, đó gọi là lậu. Phải biết như thật về sự hiện hữu của lậu là như vậy.

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của lậu? Vô minh tập khởi là lậu tập khởi. Biết như thật về sự tập khởi của lậu là như vậy.

Thế nào là biết như thật về sự diệt tận của lậu? Vô minh diệt là lậu diệt. Biết như thật về sự diệt tận của lậu là như vậy.

Thế nào là biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của lậu? Tám Thánh đạo. Biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của lậu là như vậy.

Đa văn Thánh đệ tử như vậy là biết như thật về lậu, biết như thật về sự tập khởi của lậu, biết như thật về sự diệt tận của lậu, biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của lậu; cho nên đa văn Thánh đệ tử ở trong pháp luật này, có đầy đủ chánh kiến, thành tựu trực kiến; thành tựu bất hoại tín đối với Phật, thâm nhập Chánh pháp, đạt được Chánh pháp này, tỏ ngộ Chánh pháp này.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Câu-hi-la, số 344)



## **22. BA LOẠI ĐỤNG NƯỚC**

1. Giống như loại đồ của người kia không bị thủng, không bị hư, không bị thấm rỉ, các đệ tử Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni của Ta lại cũng như vậy.

2. Giống như loại đồ thứ hai tuy không bị thủng, không bị hư, nhưng lại bị thấm rỉ, các đệ tử Ưu-bà-tắc, Ưu-bà-di của Ta lại cũng như vậy.

3. Giống như loại đồ thứ ba vừa bị thủng, bị hư, bị thấm rỉ; các đệ tử dị học ngoại đạo của Ni-kiền lại cũng như vậy.

Ta thường vì họ giảng nói Chánh pháp, ban đầu, khoảng giữa, sau cùng đều thiện, nghĩa thiện, vị thiện, hoàn toàn thanh tịnh thuần nhất, phạm hạnh thanh bạch, khai thị rõ ràng, dù nhiều hay ít Ta cũng vì họ mà nói. Nếu đối với một câu nói pháp của Ta mà họ biết được nghĩa của nó, thì cũng được sống an ổn, an vui mãi mãi.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Đạo Sư Thị II, số 915)

## **23. BA PHÁP AN TÂM ĐỐI VỚI NGƯỜI BỆNH**

Phật bảo Nan-đề: Nếu Ưu-bà-tắc trí tuệ, muốn đến chỗ Ưu-bà-tắc và Ưu-bà-di trí tuệ khác đang bị tật bệnh khốn khổ, thì đem ba pháp an tâm này mà truyền dạy cho họ; nói rằng: ‘Nhân giả! Hãy thành tựu lòng tin thanh tịnh bất hoại đối với Phật, đối với Pháp, Tăng.’

Sau khi đem ba pháp an tâm này truyền dạy xong, lại nên hỏi rằng: ‘Nhân giả có quyền luyến cha mẹ không?’ Nếu người kia có quyền luyến cha mẹ, thì nên dạy buông xả và nên nói rằng: ‘Nếu Nhân giả quyền luyến cha mẹ mà được sống, thì đáng quyền luyến. Đã không do quyền luyến mà được sống, thì quyền luyến làm gì?’ Nếu kia nói không có quyền luyến cha mẹ thì nên tùy hỷ khuyến thiện và hỏi thêm rằng: ‘Đối với vợ con, nô bộc, tiền của cùng mọi vật Nhân giả có quyền luyến không?’ Nếu nói quyền luyến thì nên khuyên buông xả, như pháp xả sự quyền luyến cha mẹ. Nếu nói không quyền luyến, thì tùy hỷ khuyến thiện và hỏi nữa: ‘Đối với ngũ dục thế gian Nhân giả có luyến tiếc không?’ Nếu họ nói luyến tiếc, thì nên giải thích là ngũ dục thế gian là chỗ xấu xa, bất tịnh, bại hoại, hôi hám, không giống như ngũ dục thắng diệu cõi trời. Hãy khuyên kia lìa bỏ ngũ dục thế gian và quyết mong ngũ dục cõi trời. Nếu người kia nói tâm đã xa lìa ngũ dục thế gian và trước đã nghĩ đến dục thắng diệu cõi trời, thì tùy hỷ khuyến thiện và lại nói với họ rằng: ‘Ngũ dục thắng diệu cõi trời, là pháp vô thường, khổ, không, biến hoại. Chư Thiên cõi trời có thân tướng thù thắng hơn ngũ dục cõi trời.’ Nếu kia nói đã bỏ nghĩ đến dục cõi trời và chỉ nghĩ đến thân tướng hơn ngũ dục, thì cũng tùy hỷ khuyến thiện và lại nói với rằng: ‘Dục của hữu thân cũng lại là pháp vô thường, biến hoại, chỉ có sự an lạc của xuất ly, là Niết-bàn với sự diệt tận của các hành. Nhân giả nên

lìa bỏ sự mê luyến nơi hữu thân, mà nên vui cái vui Niết-bàn vắng lặng, tối thượng, thù thắng.’

(Tập A-hàm, Quyển 41, Kinh Tật Bệnh, số 1122)

## 24. BA PHÁP CHƯA ĐOẠN

Lại vì có ba pháp chưa đoạn nên không thể lìa được không cung kính, nói năng ngang trái, quen theo bạn xấu. Ba pháp đó là không tầm, không quý, buông lung. Vì ba pháp này không đoạn trừ nên không thể lìa được không cung kính, nói năng ngang trái, quen bạn xấu. Vì sao? Vì do không tầm, không quý nên buông lung; vì buông lung nên không cung kính; vì không cung kính nên quen theo bạn xấu; vì quen theo bạn xấu nên không muốn thấy bậc Thánh, không muốn nghe pháp, hay ưa tìm điều dở của người; vì ưa tìm điều dở của người nên không tin, khó dạy, nói năng ngang trái, lười biếng; vì lười biếng nên dao động, không luật nghi, không học giới; vì không học giới nên thất niệm, không chánh tri, loạn tâm; vì loạn tâm nên không chánh tư duy, thân cận tà đạo, tâm biếng nhác; vì tâm biếng nhác nên thân kiến, giới thủ, nghi; vì nghi nên không lìa tham, nhuế, si; vì không lìa tham, nhuế, si nên không thể lìa được già, bệnh, chết.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Tam Pháp, số 346)

## **25. BA PHÁP KHÔNG YÊU THÍCH**

Có ba pháp mà thế gian không yêu thích, không nhớ nghĩ, không vừa ý. Những gì là ba? Đó là già, bệnh, chết.

Vì thế gian có ba pháp già, bệnh, chết, không đáng yêu thích, không đáng nhớ nghĩ và không vừa ý này, cho nên Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác mới xuất hiện ở thế gian.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Tam Pháp, số 346)

## **26. BA THỜI VÔ THƯỜNG**

Sắc, thọ, tưởng, hành, thức quá khứ, vị lai là vô thường huông chi là sắc, thọ, tưởng, hành, thức hiện tại. Thánh đệ tử hãy quán sát như vậy: ‘Không hồi tưởng sắc quá khứ, không tìm cầu sắc vị lai, đối với sắc hiện tại thì nên nhàm tởm, ly dục, hướng thẳng đến diệt tận.’ Thọ, tưởng, hành, thức cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Quá Khứ Vô Thường, số 8)

## **27. BA THỨ SỢ HÃI CỦA NGƯỜI CON MẤT MẸ**

Này Tỳ-kheo, có ba thứ sợ hãi của con không mẹ mà Ta tự mình giác ngộ thành đạo vô thượng đã ký thuyết. Những gì là ba? Này Tỳ-kheo, khi người con già, không có người mẹ nào có thể nói: ‘Con, con chớ già, để mẹ sẽ thay con!’ Hoặc khi người mẹ già, cũng không có người con nào bảo: ‘Mẹ, mong mẹ chớ già! Con già thay mẹ

cho!’ Đó gọi là cái sợ hãi của con không mẹ thứ nhất mà Ta tự mình giác ngộ thành đạo Vô thượng đã ký thuyết.

Lại nữa, Tỳ-kheo, khi người con bị bệnh, người mẹ không thể nói: ‘Con đừng bệnh! Mẹ sẽ thay con!’ Hoặc khi mẹ bị bệnh, con cũng không thể bảo: ‘Mẹ đừng bệnh, để con bệnh thay mẹ!’ Đó gọi là cái sợ hãi của con không mẹ thứ hai mà Ta tự mình giác ngộ thành đạo Vô thượng đã ký thuyết.

Lại nữa, khi người con chết, người mẹ không thể nói: ‘Con, đừng chết! Nay mẹ sẽ thay con!’ Hoặc khi người mẹ chết, người con cũng không thể bảo: ‘Mẹ, đừng chết! Con sẽ thay mẹ!’ Đó gọi là cái sợ hãi của con không mẹ thứ ba mà Ta tự mình giác ngộ thành đạo Vô thượng đã ký thuyết.

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Có đạo lộ nào, có hành trì nào để tu tập, tu tập nhiều, dẫn đến đoạn trừ được ba thứ sợ hãi của con có mẹ ở trước và đoạn trừ được ba thứ sợ hãi của con không mẹ ở sau không?

Phật bảo các Tỳ-kheo: Có đạo lộ, có hành trì dẫn đến đoạn trừ được ba sự sợ hãi này. Những gì là đạo lộ? Những gì là hành trì mà tu tập, tu tập nhiều, dẫn đến đoạn trừ được ba thứ sợ hãi của con có mẹ ở trước và đoạn trừ được ba thứ sợ hãi của con không mẹ ở sau? Đó là tám Thánh đạo phần: Chánh kiến, chánh chí, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh phương tiện, chánh niệm, chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh Úy, số 758)

## 28. BA BẠC TÔN SƯ

1. Có một hạng tôn sư thấy đời hiện tại chân thật là ngã, rồi theo chỗ biết ấy mà thuyết, nhưng không thể biết những việc sau khi chết. Đó là hạng thầy thứ nhất xuất hiện ở thế gian.

2. Lại nữa, này Tiên-ni có một hạng tôn sư, thấy đời hiện tại chân thật là ngã, sau khi chết cũng thấy là ngã, rồi theo chỗ biết ấy mà thuyết.

3. Lại nữa, này Tiên-ni có một hạng tôn sư, không thấy đời hiện tại chân thật là ngã, sau khi mạng chung cũng lại không thấy chân thật là ngã.

Này Tiên-ni, hạng tôn sư thứ nhất thấy đời hiện tại chân thật là ngã, rồi theo chỗ biết ấy mà thuyết, thì đó gọi là đoạn kiến.

Hạng tôn sư thứ hai, thấy đời hiện tại và đời vị lai chân thật là ngã, rồi theo chỗ biết ấy mà thuyết, thì đó gọi là thường kiến.

Hạng tôn sư thứ ba, không thấy đời hiện tại chân thật là ngã và sau khi chết cũng không thấy ngã, thì đó là Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác nói, hiện tại cắt đứt ái, ly dục, diệt tận, chứng Niết-bàn.

Đây là chỗ sâu xa khó thấy khó biết, cần phải quán chiếu sâu xa, vi diệu mới thấu đáo được, chỉ có bậc thông tuệ mới hiểu rõ, còn loại chúng sanh thường tình thì chưa có khả năng biết được. Vì sao? Vì chúng sanh lâu đời có

những kiến giải dị biệt, nhãn thọ dị biệt, sự mong cầu dị biệt, những ước muốn dị biệt.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Tiên Ni, số 105)

## 29. BÀN TAY SẠCH

Nếu có Tỳ-kheo nào được vô lượng tam-muội, tự thân tác chứng, thành tựu và an trú, đối với sự diệt tận của hữu thân, Niết-bàn, này khi hoại diệt mà tâm sanh ra tin vui, không luyến tiếc hữu thân. Giống như người dùng bàn tay khô ráo, sạch sẽ, vịn vào cành cây, thì tay sẽ không bị dính theo cây. Vì sao? Vì bàn tay sạch.

Cũng vậy, nếu Tỳ-kheo nào được vô lượng tam-muội, tự thân tác chứng, thành tựu và an trú, đối với sự diệt tận của hữu thân, Niết-bàn này khi hoại diệt mà tâm sanh ra tin vui, không luyến tiếc hữu thân; ngay trong đời này tùy thuận giáo pháp, cho đến khi mạng chung không còn sanh lại cõi này nữa.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Nê Thủy, số 492)

## 30. BÁT HẠI

Tâm từ không tưởng hại  
Không hại các chúng sanh  
Tâm thường không oán kết  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### **31. BẤT THIỆN NHƯ TRĂNG CUỐI THÁNG**

Như trăng cuối tháng, ánh sáng mất, màu sắc cũng mất, sờ hệ cũng mất, ngày đêm càng lúc càng tiêu giảm cho đến không còn xuất hiện. Cũng vậy, có người đối với Như Lai mà tín tâm tịch tĩnh, thọ trì tịnh giới, khéo học, nghe nhiều, nhường bớt phần mình để bố thí, chánh kiến chân thật; nhưng sau đó lại thoái thất, tín tâm thanh tịnh đối với Như Lai, đối với sự trì giới, bố thí, nghe nhiều, chánh kiến chân thật ngay thẳng; đối với sự bố thí, trì giới, đa văn, chánh kiến, tất cả đều bị đánh mất; ngày đêm càng lúc càng tiêu giảm, cho đến trong khoảnh khắc tất cả đều bị quên mất.

Lại nữa, này Bà-la-môn, nếu người thiện nam nào, mà không thân quen gần gũi thiện tri thức, không thường xuyên nghe pháp, không suy nghĩ chân chánh, thân làm các hành vi ác, miệng nói lời ác, ý nghĩ về những điều ác, thì vì những nhân duyên ác đã tạo ra này, nên khi thân hoại mạng chung sẽ bị đọa vào trong đường ác, địa ngục. Như vậy, này Bà-la-môn, người nam bất thiện được ví như trăng.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Mặt trăng, số 94)

### **32. BẢY ĐỨA CON BỊ CHẾT**

Có thiếu phụ Bà-la-môn tên là Bà-tứ-tra, có sáu người con qua đời liên tiếp. Vì nhớ con nên phát cuồng, trần truồng, xõa tóc, cứ theo đường mà chạy, đến trong vườn Am-la, Di-hy-la. Bảy giờ, Thế Tôn đang thuyết pháp cho



vô lượng đại chúng đang vây quanh. Từ xa, thiếu phụ Bà-la-môn Bà-tứ-tra trông thấy Thế Tôn. Vừa thấy, bỗng tỉnh tâm lại, thẹn thùng xấu hổ nép mình ngồi xổm xuống.

Bấy giờ, Thế Tôn bảo Tôn giả A-nan lấy y đưa cho bà khoác vào. Thế Tôn vì bà thuyết pháp, khai thị, chỉ giáo, soi sáng, làm cho hoan hỷ. Như thường lệ, Đức Phật thuyết pháp theo thứ lớp cho đến khi tín tâm thanh tịnh, thọ tam tỳ quy.

Sau khi nghe Phật thuyết pháp, bà hoan hỷ, tùy hỷ, làm lễ ra về.

Sau đó người con thứ bảy của Ưu-bà-di Bà-tứ-tra này đột nhiên lại qua đời. Nhưng bà Ưu-bà-di này không còn ưu bi, khổ, não, khóc lóc nữa. Lúc này, chồng của bà Ưu-bà-di Bà-tứ-tra làm kệ nói với bà rằng:

Những đứa con trước chết  
Nhớ thương sanh ưu khổ  
Ngày đêm không ăn uống  
Cho đến phát cuồng điên  
Nay chôn đứa thứ bảy  
Sao không sanh ưu khổ?

Ưu-bà-di Bà-tứ-tra liền nói kệ đáp lại cho chồng rằng:

Con cháu có cả ngàn  
Nhân duyên hòa hợp sanh  
Đã lâu thành quá khứ  
Tôi và ông cũng vậy.

Con cháu và dòng họ  
Số này không hạn lượng  
Sanh nơi này, nơi kia  
Tàn sát, ăn thịt nhau.

Nếu biết cuộc sống ác  
Sanh ưu khổ làm gì  
Tôi đã biết xuất ly  
Sự sống chết, còn mất.

Không còn sanh ưu khổ  
Do nhập Chánh pháp Phật.

(Tập A-hàm, Quyển 44, Kinh Bà-Tứ-Tra, số 1178)

### **33. BẢY THÂN**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Có bảy thân, chẳng phải tạo tác, chẳng phải là được tạo tác; chẳng phải biến hóa, chẳng phải là được biến hóa, là chắc thật, không dao động, không giết.

Những gì là bảy? Đó là: thân đất, thân nước, thân lửa, thân gió, khổ, lạc, mạng.

Bảy loại thân này chẳng phải tạo tác, chẳng phải là được tạo tác; chẳng phải biến hóa, chẳng phải là được biến

hóa, là chắc thật, không dao động, không giết, không chuyển, không biến, không bức bách nhau; hoặc phước, hoặc ác, hoặc phước ác; hoặc khổ, hoặc vui, hoặc khổ vui; hoặc người bị bêu đầu, hoặc người chém đầu, cũng không bức bách thế gian; hoặc mạng, hoặc thân, trong khoảng bảy thân, chịu đựng đao đâm qua lại cũng không hại mạng; ở đây không giết, không người giết; không trói buộc, không người trói buộc; không nhớ nghĩ, không người nhớ nghĩ; không dạy dỗ, không người dạy dỗ?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Thất Thân, số 161)

### **34. BẢY THỌ**

Nếu người nào có khả năng thọ trì bảy thọ chỉ nhờ nhân duyên này, người ấy sẽ được sanh lên cõi Thiên đế Thích. Thiên đế Thích xưa kia lúc còn làm người thường, phụng dưỡng cha mẹ cùng các bậc tôn trưởng trong gia tộc, với gương mặt hài hòa, lời nói mềm mỏng, không nói dữ, không nói hai lưỡi, thường nói chân thật. Đối với thế gian keo kiệt, người này tuy ở tại gia, nhưng không keo lẩn; thực hành giải thoát thí, siêng bố thí, thường ưa hành bố thí, mở hội bố thí cúng dường, bố thí bình đẳng tất cả.

(Tập A-hàm, Quyển 40, Kinh số 1104)

### 35. BỊ SÂN GIẬN THÌ CHỚ LẤY SÂN GIẬN ĐÁP LẠI

Vào đời quá khứ, có một con quỷ Dạ-xoa xấu xí, ngồi trên chỗ ngồi trống của Đế Thích. Khi chư Thiên Tam thập tam thấy quỷ xấu xí này ngồi trên chỗ ngồi trống của Đế Thích rồi, mọi người đều nổi sân. Lúc chư Thiên nổi sân như vậy, thì cứ theo cái sân như vậy, như vậy, con quỷ kia dung mạo dần dần trở nên xinh đẹp. Khi ấy chư Thiên Tam thập tam đến chỗ Đế Thích, tâu Đế Thích rằng: Kiêu-thi-ca, nên biết cho, có một con quỷ xấu xí ngồi trên chỗ ngồi trống của Thiên vương. Khi chư Thiên chúng tôi thấy con quỷ xấu xí ngồi trên chỗ ngồi trống của Thiên vương thì nổi giận vô cùng và tùy theo sự nổi giận của chư Thiên chúng tôi, con quỷ kia theo đó càng trở nên xinh đẹp.

Thích Đề-hoàn Nhân bảo chư Thiên Tam thập tam: Chính sự sân nhuế kia có thể đối trị con quỷ.

Bấy giờ, Đế Thích tự đến chỗ con quỷ kia, sửa lại y phục, bày vai hữu, chấp tay xưng tên ba lần rằng: Nhân giả, tôi là Thích Đề-hoàn Nhân.

Theo sự cung kính khiêm hạ như vậy của Thích Đề-hoàn Nhân, mà con quỷ kia cũng tùy thuộc vào như vậy, như vậy, dần dần trở lại xấu xí, liền biến mất. Khi ấy, Thích Đề-hoàn Nhân tự an tọa rồi nói kệ:

Người chớ nên sân nhuế  
Bị sân chớ đáp sân  
Đôi ác chớ sanh ác  
Nên phá hoại kiêu mạn.

Không sân cũng không hại  
Gọi là chúng Hiền thánh  
Tội ác khởi sân hận  
Trụ vững như núi đá.

Nên giữ cơn giận lại  
Như điều xe ngựa sống  
Ta nói người khéo điều  
Chẳng phải người cầm dây.

(Tập A-hàm, Quyển 40, Kinh Dạ Xoa, số 1107)

### **36. BỊ MA CHI PHỐI**

Nếu có Sa-môn, Bà-la-môn nào tập cận với sắc, bị ma chi phối, rơi vào tay ma, theo ước muốn của ma, bị ma trói buộc, không thoát ra khỏi sợi dây trói của ma. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Nếu Sa-môn, Bà-la-môn nào không tập cận sắc, thì những Sa-môn, Bà-la-môn ấy không bị ma chi phối, không rơi vào tay ma, không chạy theo ước muốn của ma, sẽ không bị ma trói buộc, thoát sợi dây trói của ma.

Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Tiếp Cận, số 131)

### **37. BIÊN TẾ CỦA HỮU THÂN**

Thế nào là biên tế của hữu thân? Là chỉ cho năm thọ ẩm, đó là: Sắc thọ ẩm; thọ, tưởng, hành, thức thọ ẩm.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Thật Giác, số 70)

### **38. BIÊN TẾ CỦA KHỔ**

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Nay các Tỳ-kheo, các ông thấy các chúng sanh mà sanh lòng sợ hãi, dựng đứng chân lông; nên nghĩ rằng: ‘Quá khứ chúng ta chắc chắn đã từng sát sanh, đã từng làm tổn thương, đã từng làm hại, đã từng làm ác tri thức, mãi mãi ở trong sanh tử luân hồi vô thủy, không biết biên tế tối sơ của khổ.’

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Khủng Bố, số 944)

### **39. BIÊN TẾ DIỆT TẬN HỮU THÂN**

Thế nào là biên tế diệt tận của hữu thân?

Tức là ái này, ái về hữu đương lai đi đôi với tham hỷ, đắm trước cái này hay cái kia, tất cả đều được đoạn trừ, diệt tận khổ khổ, ly dục, tịch diệt, tĩnh chỉ.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Thật Giác, số 70)

### **40. BIÊN TẾ TẬP KHỞI CỦA HỮU THÂN**

Thế nào là biên tế tập khởi của hữu thân?

Đó là ái, ái về hữu đương lai đi đôi với tham hỷ, đắm trước cái này hay cái kia.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Thật Giác, số 70)

## **41. BIẾN TRI**

Đối với sắc mà ưu, bi, khổ, não hết, ly dục, diệt, tịch tĩnh; thì đó gọi là biến tri sắc. Đối với thọ, tưởng, hành, thức mà ưu, bi, khổ, não hết, ly dục, diệt, tịch tĩnh; thì đó gọi là biến tri thọ, tưởng, hành, thức.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Hữu Lưu, số 111)

## **42. BIẾT ĐỦ**

Tỳ-kheo nên biết, phạm phu vì quen đắm nhiễm ngũ dục nên không biết chán và đủ; còn Thánh nhân vì đã thành tựu được trí tuệ đầy đủ nên thường biết đủ.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Tiểu Thổ Đoàn, số 264)

## **43. BIẾT NHƯ THẬT VỀ TƯỚNG**

Thế nào là biết như thật về tướng?

Có sáu tướng thân. Tướng phát sanh từ xúc của mắt; tướng phát sanh từ xúc của tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Đó gọi là sự hiện hữu của tướng.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

## **44. BIẾT VỀ SẮC**

Thế nào là như thật tri về sắc?

Những gì là sắc là tất cả bốn đại và sắc do bốn đại sanh ra. Đó gọi là sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyển, số 41)

## 45. BỐN BẤT HOẠI TỊNH

Các ông nên khởi lòng thương mến và lòng từ bi. Đối với những gì các ông nói, nếu có người nào thích nghe, thích lãnh thọ thì các ông hãy vì họ mà nói về bốn bất hoại tịnh, khiến cho chúng nhập, khiến cho an trụ. Những gì là bốn? Bất hoại tịnh đối với Phật; bất hoại tịnh đối với Pháp; bất hoại tịnh đối với Tăng; thành tựu Thánh giới. Vì sao? Dù bốn đại: đất, nước, lửa, gió có sự thay đổi tăng giảm, bốn bất hoại tịnh này chưa từng có sự tăng giảm biến khác. Chúng không tăng giảm biến khác, cho nên đa văn Thánh đệ tử đã thành tựu được đối với Phật, mà nếu bị đọa vào địa ngục, ngã quý, súc sanh, thì điều này không thể có được. Cho nên, các Tỳ-kheo nên học như vậy: ‘Tôi sẽ thành tựu bất hoại tịnh đối với Phật; sẽ thành tựu bất hoại tịnh với Pháp, Tăng và thành tựu Thánh giới và sẽ thiết lập cho người khác cũng được thành tựu.’

(Tập A-hàm, Quyển 30, Kinh Tứ Bất Hoại Tịnh, số 836)

## 46. BỐN HẠNG NGƯỜI TRONG CHÁNH PHÁP

1. Hàng thiện nam khi nghe những người nam người nữ chòm xóm láng giềng khác bị tật bệnh khốn khổ cho đến sắp chết; nghe vậy liền phát sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy, như con ngựa tốt kia chỉ cần nhìn bóng roi là điều khiển nó được.

2. Có hàng thiện nam không do nghe những người nam người nữ chòm xóm láng giềng khác bị khổ vì lão



bệnh tử sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy, nhưng phải thấy những người nam người nữ chòm xóm láng giềng khác bị khổ vì lão bệnh tử thì mới sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy, như con ngựa tốt kia cần chạm vào lông đuôi của nó, thì có thể nhanh chóng điều phục theo ý người điều khiển.

3. Có hàng thiện nam không do nghe, thấy những người nam nữ chòm xóm láng giềng khác bị khổ vì lão bệnh tử mà sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy; nhưng vì thấy thành ấp chòm xóm có những người quen biết, thân thuộc bị khổ vì lão bệnh tử nên sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy. Như con ngựa tốt kia, phải bị roi chạm vào da thịt, sau đó mới chịu theo ý điều phục người điều khiển.

4. Có hàng thiện nam không do nghe thấy những người nam nữ chòm xóm láng giềng khác và những người thân thuộc bị khổ vì lão bệnh tử nên sanh lòng sợ hãi với chánh tư duy; nhưng chính tự thân bị khổ vì lão bệnh tử mới sanh lòng nhàm tởm sợ hãi với chánh tư duy. Như con ngựa tốt kia, phải bị đâm vào da thịt thấu xương cốt, sau đó mới chịu theo ý điều phục của người điều khiển, thì đó gọi là hàng thiện nam thứ tư ở trong Chánh pháp luật có thể tự điều phục.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Tiên Ảnh, số 922)

## 47. BỐN LOẠI THỨC ĂN

Có bốn loại thức ăn: thức ăn nắm thô, thức ăn tế xúc, thức ăn bởi ý tư và thức ăn của thức.

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của thức ăn? Khát ái đối với hữu tương lai, đi đôi với hỷ tham, tham đắm hệ lụy nơi này nơi kia; đó gọi là sự tập khởi của thức ăn. Biết như thật về sự tập khởi của thức ăn là như vậy.

Thế nào là biết như thật về sự diệt tận của thức ăn? Khát ái đối với hữu tương lai, đi đôi với hỷ tham, tham đắm hệ lụy nơi này nơi kia, thấy đều dứt bỏ không còn sót, xả bỏ, nhả ra, đoạn tận, ly dục, diệt, tịch tĩnh; đó gọi là sự diệt tận của thức ăn. Biết như thật về sự diệt tận của thức ăn là như vậy.

Thế nào là biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của thức ăn? Tám Thánh đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mệnh, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định; đó gọi là con đường đưa đến sự diệt tận của thức ăn. Biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của thức ăn là như vậy.

Đa văn Thánh đệ tử như vậy là biết như thật về thức ăn, biết như thật về sự tập khởi của thức ăn, biết như thật về sự diệt tận của thức ăn, biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của thức ăn; cho nên đa văn Thánh đệ tử ở trong pháp luật này, có đầy đủ chánh kiến, thành tựu trực kiến; thành tựu bất hoại tín đối với Phật, thâm nhập Chánh pháp, đạt được Chánh pháp này, tỏ ngộ Chánh pháp này.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Câu-hi-la, số 344)

## **48. BỐN LOẠI THỨC ĂN AN LẠC**

Giống như bốn loại thức ăn đối với tứ đại, để an lập chúng sanh, giúp ích và duy trì. Những gì là bốn? Đoàn thực, xúc thực, ý tư thực và thức thực.

Cũng vậy, có bốn thứ thức ăn an lạc vốn thấm nhuần bởi phước đức, thấm nhuần bởi pháp lành. Những gì là bốn? Đó là đối với Phật thành tựu tâm thanh tịnh bất hoại, là thức ăn an lạc vốn thấm nhuần bởi phước đức, thấm nhuần bởi pháp lành. Đối với Pháp, Tăng thành tựu tâm thanh tịnh bất hoại và thành tựu Thánh giới, là thức ăn an lạc vốn thấm nhuần bởi phước đức, thấm nhuần bởi pháp lành.

(Tập A-hàm, Quyển 41, Kinh Bốn Loại Thức Ăn, số 1131)

## **49. BỐN LỰC CỦA NGỰA TỐT**

Ngựa tốt thế gian có đủ bốn năng lực, nên biết chúng được vua dùng để kéo xe. Những gì là bốn? Đó là khôn ngoan, nhanh nhẹn, kham năng, thuần tánh. Cũng vậy, hàng thiện nam thành tựu bốn đức, được thế gian tôn trọng, phụng sự cúng dường, là đám ruộng phước trên hết. Những gì là bốn? Là thiện nam thành tựu giới thân vô học, định thân vô học, tuệ thân vô học và giải thoát thân vô học.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Tứ, số 921)

## 50. BÓN NIỆM XỨ

Thế nào là biết như thật về khổ? Sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, ái xa lìa là khổ, oán ghét gặp nhau là khổ, mong muốn không được là khổ. Như vậy, nói tóm, năm thọ ấm là khổ; đó gọi là khổ. Biết như thật về khổ là như vậy.

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của khổ? Khát ái đối với hữu tương lai, đi đôi với hỷ tham, tham đắm hệ lụy nơi này nơi kia; đó gọi là sự tập khởi của khổ. Biết như thật về sự tập khởi của khổ là như vậy.

Thế nào là biết như thật về sự diệt tận của khổ? Khát ái đối với hữu tương lai, đi đôi với hỷ tham, tham đắm hệ lụy nơi này nơi kia, thấy đều đoạn trừ, không còn sót, cho đến, tịch tĩnh; đó gọi là sự diệt tận của khổ. Biết như thật về sự diệt tận của khổ là như vậy.

Thế nào là biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của khổ? Tám Thánh đạo như đã nói ở trên. Đó gọi là con đường đưa đến sự diệt tận của khổ. Biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của khổ là như vậy.

Đa văn Thánh đệ tử như vậy là biết như thật về khổ, biết như thật về sự tập khởi của khổ, biết như thật về sự diệt tận của khổ, biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của khổ. Như vậy Thánh đệ tử ở trong pháp luật này, có đầy đủ chánh kiến, thành tựu trực kiến; thành tựu bất hoại tín đối với Phật, thâm nhập Chánh pháp, đạt được Chánh pháp này, tỏ ngộ Chánh pháp này.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Câu-hi-la, số 344)

## 51. BỐN PHÁP GIÚP NGƯỜI TẠI GIA LỢI ÍCH HIỆN TẠI

1. Phương tiện đầy đủ: Người thiện nam tự nuôi sống bằng các nghề nghiệp kỹ xảo, như làm ruộng, buôn bán, phục vụ vương sự, chép sách, toán thuật, hội họa. Đối với những nghề nghiệp kỹ xảo đó, luôn tinh tấn siêng năng trau dồi.

2. Thủ hộ đầy đủ: Người thiện nam có tiền bạc, gạo lúa, do nỗ lực mà thu hoạch, tự tay mình làm ra, đúng như pháp mà có được, tích cực giữ gìn, không để cho vua, giặc, nước, lửa, trộm cướp, hay trôi, chìm, mất mát. Ngược lại, nếu không khéo giữ gìn sẽ tiêu mất; hay nếu không lưu tâm đến chúng, thì sẽ bị người khác chiếm lấy, cùng những tai nạn sẽ làm cho hư hỏng.

3. Thiện tri thức đầy đủ: Có người thiện nam không mất điều độ, không buông lung, không dối trá, không hung hiểm. Những tri thức như vậy, có khả năng khéo léo an ủi; sự sâu khổ chưa sanh có thể khiến không sanh, sự sâu khổ đã sanh có thể khai mở, tỉnh giác; những điều vui thích chưa sanh có thể khiến sanh nhanh, những điều vui thích đã sanh khiến giữ gìn không để mất.

4. Chánh mạng đầy đủ: Người thiện nam có được những tiền của, trong việc chi thu cân đối, bảo quản chu tất, không để cho việc nhập nhiều mà xuất ít, hay xuất nhiều mà nhập ít; như người cầm cân ít thì phải thêm, nhiều thì phải bớt, cho đến lúc nào biết cân bằng thì mới

thôi. Như vậy, người thiện nam đã cân đối được tài vật của mình trong khi xuất nhập ngang nhau, không khiến cho nhập nhiều xuất ít, hay xuất nhiều nhập ít. Nếu người thiện nam không có tiền của nhiều mà sử dụng rộng rãi quá trớn, thì do sự sinh hoạt này mà người ta nói là ‘quả ưu-đàm-bát không có hạt giống’; ham muốn ngu si, không biết nghĩ đến sau này. Hoặc có người thiện nam dư dật mà không dám tiêu dùng, mọi người ở gần đều nói: ‘Người ngu si này như con chó chết đói.’ Cho nên người thiện nam, những tiền của có được, nên tự mình cân đối, xuất nhập ngang nhau.

Đó là bốn pháp giúp cho người thế tục tại gia được lợi ích hiện tại và an lạc ngay hiện tại.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Uất-xà-ca, số 91)

## **52. BỐN PHÁP LỢI ÍCH ĐỜI SAU**

1. Đức tin đầy đủ: Đối với Như-lai, người thiện nam có tâm kính tin, gốc rễ tín vững chắc, mà chư Thiên, Ma, Phạm cùng với loài người không thể phá hoại.

2. Giới đầy đủ: Người thiện nam không sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu.

3. Thí đầy đủ: Người thiện nam với tâm không vấy bẩn bởi sự keo kiệt, sống đời tại gia mà hành bố thí buông xả, thường tự tay mình cho, vui vẻ tu hạnh thí xả.

4. Tuệ đầy đủ: Người thiện nam biết như thật về Khô Thánh đế; biết như thật về Tập, Diệt, Đạo Thánh đế.

Đó là bốn pháp có thể làm cho lợi ích đời sau, an lạc đời sau.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Uất-xà-ca, số 91)

### **53. BỒN SẼN**

Thí như nước được tích chứa trong ao hồ ở giữa đồng hoang, mà không có người dùng đến để uống ăn, tắm rửa, nước trong đầm bị nung khô tiêu hết.

Cũng vậy, kẻ sĩ bất thiện được tài vật thắng diệu, mà không tự thọ dụng, không biết phụng dưỡng cha mẹ, cung cấp cho vợ con, bà con quyến thuộc, đoái nghĩ đến tôi tớ, giúp đỡ cho người quen biết, không biết tùy thời cúng dường Sa-môn, Bà-la-môn, để gieo trồng vào ruộng phước thù thắng, để hưởng đến chỗ cao quý, hưởng thụ an lạc lâu dài, đời sau sanh về cõi trời. Được những tài vật thù thắng mà không biết cách dùng rộng rãi để thu lợi lớn, cũng giống như hồ nước kia vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Bồn Sển, số 1232)

### **54. BỒN THỦ**

Thủ có bốn, đó là dục thủ, ngã thủ, kiến thủ và giới thủ.

Diêm-phù-xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thì có thể đoạn trừ những thủ này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 55. BÚI TÓC

Mắt, tai, cùng với mũi  
Lưỡi, thân, ý nhập xứ  
Đối với danh sắc kia  
Diệt hết khiến không còn  
Các thức đã diệt hẳn  
Nơi đó dứt búi tóc.

(Tập A-hàm, Quyển 44, Kinh Búi Tóc, số 1187)

## 56. BUÔNG BỎ SẼ ĐƯỢC AN VUI LÂU DÀI

Giống như cây cối trong rừng Kỳ-hoàn; có người đến chặt cành lá rồi đem đi, các ông cũng chẳng lấy làm lo buồn. Vì sao? Vì những cây này chẳng phải ta, chẳng phải sở hữu của ta.

Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, những gì không là thích ứng của các ông, hãy liả bỏ tất cả. Nếu xa liả hết rồi, các ông sẽ được an vui lâu dài. Những gì không phải thích ứng của các ông? Sắc không phải là thích ứng của các ông, phải liả bỏ hết. Nếu xa liả rồi thì sẽ được an vui lâu dài. Cũng vậy, thọ, tưởng, hành, thức không phải thích ứng của các ông, hãy nhanh chóng liả bỏ. Nếu buông bỏ các pháp này rồi, sẽ được an vui lâu dài.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Kỳ Lâm, số 269)



## 57. CÁI GÌ KHÓ TRONG ĐẠO HIỀN THÁNH?

Ngoại đạo Diêm-phù-xa hỏi Xá-lợi-phất: Trong pháp luật của Hiền thánh có việc gì khó?

Xá-lợi-phất bảo Diêm-phù-xa: Chỉ có xuất gia là khó.

Hỏi: Xuất gia, cái gì là khó?

Đáp: Ái lạc khó.

Hỏi: Ái lạc, cái gì là khó?

Đáp: Thường tu tập thiện pháp là khó.

Hỏi: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thường tu tập, thì thiện pháp tăng trưởng không?

Đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo: chánh kiến, chánh chí, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh phương tiện, chánh niệm, chánh định.

Diêm-phù-xa nói: Thưa Tôn giả Xá-lợi-phất, đây là con đường tốt đẹp, đây là sự thực hành tốt đẹp, nếu được tu tập, tu tập nhiều, đối với các pháp thiện thường tu tập để tăng trưởng. Thưa Tôn giả Xá-lợi-phất, nếu người xuất gia luôn luôn tu tập con đường này, thì chẳng bao lâu sẽ nhanh chóng diệt tận được các hữu lậu.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 58. CÁI GÌ SỐ LƯỢNG NHIỀU?

Giới đức nặng hơn đất  
Mạn cao hơn hư không  
Hồi tưởng nhanh hơn gió  
Tư tưởng nhiều hơn cỏ.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Vật Gì, số 1298)

## 59. CẢM THỌ TỊCH TĨNH

Ví như hai thanh gỗ cọ xát vào nhau, hòa hợp sanh ra lửa. Nếu hai thanh gỗ rời nhau, thì lửa cũng theo đó mà diệt mất. Cũng vậy, các thọ duyên xúc mà tập khởi, do xúc mà sanh, do xúc mà tập khởi; nếu khi sự xúc chạm thể này thể kia mà tập khởi, thì những cảm thọ thể này thể kia cũng tập khởi. Khi sự tập khởi của sự xúc chạm thể này thể kia diệt, thì sự tập khởi của cảm thọ thể này thể kia cũng diệt mất, mát mẻ, tịch tĩnh.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Vô Văn, số 290)

## 60. CĂN ĐỊNH

Tỳ-kheo ly dục, ly pháp ác bất thiện, có giác có quán, có hỷ lạc do viễn ly sanh, cho đến, chứng và an trú Tứ thiên. Đó gọi là căn Định.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Phân Biệt, số 647)

## **61. CĂN NIỆM**

Tỳ-kheo sống quán thân trên nội thân, tinh cần phương tiện, chánh niệm chánh trí, điều phục tham ưu thế gian; sống quán ngoại thân, nội ngoại thân; và thọ, tâm, pháp trên pháp cũng nói như vậy. Đó gọi là căn Niệm.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Phân Biệt, số 647)

## **62. CĂN TÍN**

Tỳ-kheo khởi tín tâm thanh tịnh, căn bản bền chắc đối với Như Lai mà các Sa-môn, Bà-la-môn khác, chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn, cùng thế gian khác không thể làm cản trở, phá hoại tâm ấy, thì đó gọi là căn Tín.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Phân Biệt, số 647)

## **63. CĂN TINH TẤN**

Pháp ác bất thiện đã sanh, khiến cho đoạn mà phát khởi ý dục, nỗ lực phương tiện, nhiếp tâm, sách tiến. Pháp ác bất thiện chưa sanh, khiến không sanh, mà phát khởi ý dục, nỗ lực phương tiện, nhiếp tâm, sách tiến. Pháp thiện chưa sanh, khiến cho sanh, mà phát khởi ý dục, nỗ lực phương tiện, nhiếp tâm, sách tiến. Pháp thiện đã sanh, khiến cho an trú không mất, khiến không sanh, tu tập tăng rộng, mà phát khởi ý dục, nỗ lực phương tiện, nhiếp tâm, sách tiến. Đó gọi là căn Tinh tấn.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Phân Biệt, số 647)

## 64. CĂN TUỆ

Tỳ-kheo biết như thật về Khổ Thánh đế, biết như thật về Khổ tập Thánh đế, Khổ diệt Thánh đế, Khổ diệt đạo tích Thánh đế. Đó gọi là căn Tuệ.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Phân Biệt, số 647)

## 65. CÀNH NHÁNH LÁ VÔ THƯỜNG

Này các Tỳ-kheo-ni, thí như cây đại thọ có gốc, cành, nhánh, lá. Gốc chúng cũng là vô thường, nên cành, nhánh, lá cũng đều là vô thường. Nếu có người bảo rằng không có cành, nhánh, lá của cây này, mà chỉ có cái bóng của nó là thường trụ mãi mãi, không biến đổi, thì lời nói này có đúng không?

Các Tỳ-kheo-ni đáp: Bạch Tôn giả Nan-đà, không. Vì sao? Vì như gốc, cành, nhánh, lá cây lớn này; gốc chúng cũng là vô thường, nên cành, nhánh, lá cũng là vô thường. Không gốc, không cành, không nhánh, không lá, thì cái bóng nương vào nơi cây đó, tất cả cũng đều không.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thủ Thanh Dụ, số 273)

## 66. CẮT DÒNG

Cắt dòng, nghĩa là dòng ái nơi sanh tử. Tỳ-kheo A-la-hán kia đã dứt sạch các lậu, đã diệt, đã biến tri, đã cắt đứt rễ, như chặt ngọn cây đa-la không sanh trở lại nữa, đòi vị lai thành pháp bất sanh.

Chẳng còn trói, là ba hệ phược: tham dục phược, sân  
nhuế phược, ngu si phược. Tỳ-kheo A-la-hán kia đã dứt  
sạch các lậu, đã diệt, đã biến tri, đã cắt đứt rễ, như chặt  
ngọn cây đa-la không sanh trở lại nữa, đời vị lai thành  
pháp bất sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Na-già-đạt-đa, số 566)

## 67. CẮT ĐỨT DÒNG MA

Đời này và đời khác  
Minh trí khéo hiển bày  
Chỗ ma đến, không đến  
Cho đến đời ma chết.

Tất cả đều được biết  
Bằng trí Đẳng chánh giác  
Cắt đứt các dòng ma  
Phá hoại, khiến tiêu mất.

Khai mở cửa cam lộ  
Hiển hiện đạo chánh chân  
Tâm luôn luôn vui vẻ  
Đến được nơi an ổn.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Chấn Bò, số 1248)

## 68. CÂY ĐÀN

Này các Tỳ-kheo, thời quá khứ có ông vua nghe tiếng đàn hay chưa từng có được, nên sanh yêu thích, say mê, chìm đắm. Vua hỏi các vị đại thần rằng: ‘Đó là những âm thanh gì mà nghe khả ái quá vậy?’ Đại thần tâu: ‘Tâu bệ hạ, đó là những tiếng đàn.’ Vua nói với đại thần: ‘Khanh hãy đem những âm thanh đó đến đây.’ Đại thần vâng lời, liền đem cây đàn đến tâu: ‘Tâu đại vương, đây chính là cây đàn đã tạo ra âm thanh hay.’ Vua nói đại thần: ‘Ta không cần cây đàn, mà chỉ cần đem những âm thanh khả ái đã nghe lần trước đến.’ Đại thần tâu: ‘Cây đàn này cần phải có nhiều thứ, là phải có cán, có máng, có thùng, có dây, có da và người đàn giỏi. Cần phải hội đủ những nhân duyên này mới thành âm thanh. Nếu thiếu đi những dụng cụ này thì sẽ không có được âm thanh. Âm thanh mà bệ hạ đã nghe trước đây đã qua lâu rồi, chúng đã biến chuyển và cũng đã diệt mất rồi, không thể đem đến được.’

Lúc ấy, nhà vua tự nghĩ: ‘Ôi! Cần gì vật hư ngụy này! Đàn ở thế gian là vật hư ngụy, mà khiến cho người đời say đắm vậy sao? Bây giờ các khanh hãy đem chẻ ra từng mảnh, rồi vất bỏ khắp mười phương.’ Các đại thần vâng lệnh, chẻ ra thành trăm mảnh, ném khắp mọi nơi.

Như vậy, Tỳ-kheo, nếu đối với sắc, thọ, tưởng, tư, dục; biết những pháp này là vô thường, hữu vi, do tâm duyên sanh, rồi liền cho là ngã, ngã sở. Những thứ ấy, ở vào lúc khác, tất cả đều không. Này các Tỳ-kheo, hãy bằng chánh trí bình đẳng như vậy mà quán sát như thật.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Cây Đàn, số 1169)

## 69. CÂY NGÃ HƯỚNG NÀO?

Ví như cây lớn sanh trường mà nghiêng xuống dưới, càng nghiêng sâu càng muốn đổ. Nếu chặt rễ nó, cây sẽ phải ngã, thuận theo chiều nghiêng xuống.

Cũng vậy, Tỳ-kheo tu bốn Niệm xứ, lâu ngày nhắm thẳng tới, đào sâu, vận chuyển, hướng đến viễn ly, nhắm thẳng tới, đào sâu, vận chuyển, hướng đến giải thoát; nhắm thẳng tới, đào sâu, vận chuyển, hướng đến Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 20, Kinh Hướng Niết Bàn, số 545)

## 70. CHA MẸ NHIỀU NHƯ SỐ THẺ TRE

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Các Tỳ-kheo, ý các ông nghĩ thế nào? Tất cả loại cỏ cây trên mặt đất này, nếu xẻ ra làm thẻ bằng bốn ngón tay dùng để đếm cha mẹ của các ông đã trải qua sanh tử luân hồi thì số thẻ tre đã hết, nhưng số cha mẹ các ông vẫn còn không hết.

Này các Tỳ-kheo, từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi như vậy, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Cho nên các Tỳ-kheo hãy học như vậy: ‘Hãy siêng năng tinh tấn, đoạn trừ các hữu, chớ cho tăng trưởng.’

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Thảo Mộc, số 940)

## 71. CHÁNH NIỆM

Này các Tỳ-kheo, cẩn thận chớ tư duy những điều thế gian tư duy. Vì sao? Vì những điều tư duy của thế gian chẳng lợi ích gì cho pháp, chẳng lợi ích gì cho phạm hạnh, chẳng phải trí, chẳng phải giác, không thuận Niết-bàn. Các ông nên chân chánh tư duy, ‘Đây là Khổ Thánh đế, đây là Khổ tập Thánh đế, đây là Khổ diệt Thánh đế, đây là Khổ diệt đạo tích Thánh đế.’ Vì sao? Vì tư duy như vậy có lợi ích cho pháp, có lợi ích cho phạm hạnh, là trí, là giác, thuận hướng Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 16, Kinh Thuyết Pháp, số 365)

## 72. CHÁNH QUÁN SÁT

Phật bảo các Tỳ-kheo: Hãy lắng nghe và suy nghĩ kỹ, Ta sẽ vì các ông mà nói.

Ở nơi sắc không thấy có ngã, khác ngã, ở trong nhau. Thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

Tỳ-kheo, sắc là thường hay vô thường?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Thế Tôn, là vô thường.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Có phải vô thường là khổ?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Thế Tôn, là khổ.

Phật bảo: Tỳ-kheo, nếu vô thường, khổ, đó là pháp biến dịch, vậy đa văn Thánh đệ tử ở trong đó có thấy ngã, khác ngã, hay ở trong nhau không?



Các Tỳ-kheo bạch Phật: Thế Tôn, không.

Phật bảo: Thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy. Cho nên, Tỳ-kheo, những gì thuộc sắc, hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng phải ở trong nhau. Thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Chánh Quán Sát, số 85)

### **73. CHÁNH TƯ DUY**

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức các ông hãy tư duy chân chánh, quán sát và biết một cách như thật... thức là vô thường. Vì sao vậy? Vì Tỳ-kheo, đối với thức mà tư duy chân chánh, quán sát và biết một cách như thật... thức là vô thường, thì đối với thức, dục tham được đoạn trừ. Do dục tham được đoạn trừ mà nói là tâm giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Chánh Tư Duy, số 2)

### **74. CHÁNH TUỆ**

Cái thấy, cái nghe, cái hay, cái biết, cái sở cầu, cái sở đắc, cái được nhớ nghĩ; tất cả đều chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng ở trong nhau. Đó gọi là chánh tuệ.

Nếu có kiến chấp cho rằng có ngã, có thế gian, có đời này, là pháp thường hằng, không biến dịch, thì tất cả đều chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng ở trong nhau. Đó gọi là chánh tuệ.

Lại nữa, nếu có kiến chấp cho rằng không phải cái này là tôi, không phải cái này là của tôi, không phải là tôi trong tương lai, không phải là của tôi trong tương lai; thì tất cả chúng cũng đều chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng ở trong nhau. Đó gọi là chánh tuệ.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Sanh Tử Lưu Chuyển, số 136)

## 75. CHÁP PHÁP MẮT

Thí như trong biển cả, nếu thuyền chở nhiều trân bảo, chắc sẽ nhanh chóng bị đắm chìm. Chánh pháp Như Lai không như vậy, mà sẽ bị tiêu diệt từ từ. Chánh pháp của Như Lai không bị đất làm hoại, không bị nước, lửa, gió làm hoại đi. Cho đến lúc chúng sanh ác xuất hiện ở thế gian, thích làm các điều ác, muốn làm các điều ác, thành tựu các điều ác; phi pháp nói là pháp, pháp nói là phi pháp; phi luật nói là luật; bằng pháp tương tự mà cú vị thịnh hành. Bấy giờ Chánh pháp Như Lai mới chìm mất.

Này Ca-diếp, có năm nhân duyên có khả năng làm cho Chánh pháp Như Lai chìm mất. Những gì là năm? Đó là nếu Tỳ-kheo đối với Đại Sư mà không kính, không trọng, không thành ý cúng dường; khi đối với Đại Sư đã không kính, không trọng, không thành ý cúng dường, sau đó vẫn nương tựa để sống. Đối với pháp, hoặc học giới, hoặc giáo giới tùy thuận, hay các phạm hạnh được Đại Sư khen ngợi cũng không kính, không trọng, không thành ý cúng dường

mà vẫn sống y chi. Nay Ca-diếp, đó gọi là năm nhân duyên làm cho Chánh pháp Như Lai nhân đây chìm mất.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Pháp Tương Hoại, số 906)

## 76. CHẾT

Tất cả loài chúng sanh  
Có mạng đều phải chết  
Chúng đi theo nghiệp mình  
Tự nhận quả thiện ác.

Nghiệp ác vào địa ngục  
Làm lành lên trên trời  
Tu tập đạo thẳng diệu  
Lậu hết, Bát-niết-bàn.

Như Lai và Duyên giác  
Thanh văn đệ tử Phật  
Đều phải bỏ thân mạng  
Huống là người phàm phu.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Mẹ, số 1227)

## 77. CHO LÀ TA THẤY TA BIẾT

Kẻ phàm phu ngu si không học, chấp ngã, vô minh, phân biệt mà quán sát như vậy, không lìa ngã sở. Do không lìa ngã sở, nhập vào các căn. Khi nhập vào các căn rồi thì sẽ sanh ra xúc. Sáu xúc duyên vào những gì được xúc, phàm phu ngu si không học sanh ra khổ vui, từ đó

phát sanh ra những cái này và những cái khác, đó là sáu xúc thân. Những gì là sáu? Xúc nhập xứ của mắt; xúc nhập xứ của tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

Này Tỳ-kheo, có ý giới, pháp giới, vô minh giới. Phạm phu ngu si không học được chạm bởi vô minh xúc nên nói là hữu, nói là vô, nói là vừa hữu vừa vô, nói là chẳng phải hữu chẳng phải vô, nói là ta hơn hết, nói là tương tợ, ta biết, ta thấy.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Phân Biệt III, số 63)

## **78. CHỖ SAI KHÁC GIỮA PHẠM PHU VÀ NGƯỜI TRÍ**

Người trí tuệ vì bị vô minh che khuất, ái duyên ràng buộc, nên có được thức thân này. Kia vô minh dứt trừ, ái duyên hết sạch. Do vô minh dứt trừ, ái duyên hết sạch, nên sau khi chết không còn tái sanh nữa. Vì chẳng thọ sanh trở lại nên giải thoát khỏi sanh, lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não. Vì sao? Vì người này trước đây đã tu phạm hạnh, chân chánh hướng đến dứt sạch khổ, tận cùng của mé khổ, nên người này sau khi chết không tái sanh trở lại. Bởi không thọ thân nên giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não. Đó là chỗ sai khác giữa phạm phu và người trí tuệ khi ở nơi Ta tu các phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Ngu Si Hiệt Tuệ, số 294)

## 79. CHỚ SỢ HÃI

Phật bảo Ma-ha-nam: Đừng sợ hãi! Đừng sợ hãi! Sau khi mạng chung ông sẽ không sanh đường dữ, cũng không chết dữ. Thí như cây lớn thuận xuống, nghiêng xuống, chúi xuống, nếu chặt gốc rễ, sẽ ngã về nơi nào?

Ma-ha-nam bạch Phật: Về phía thuận xuống, nghiêng xuống, chúi xuống.

Phật bảo Ma-ha-nam: Ma-ha-nam cũng như vậy, khi mạng chung không sanh đường dữ, cũng không chết dữ. Vì sao? Vì ông đã lâu dài tu tập niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tỳ-kheo Tăng, nên sau khi mạng chung, thân này bị hỏa thiêu, hay bỏ ngoài nghĩa địa, bị gió tấp, nắng thiêu lâu ngày thành tro bụi, nhưng vì tâm ý thức đã lâu dài từ trước được huân tập bởi chánh tín, bởi tịnh giới, bố thí, đa văn, trí tuệ, nên thần thức sẽ hướng lên cõi an lạc, đời sau sanh về cõi trời.

(Tạp A-hàm, Quyển 33, Kinh Tỳ Khủng, số 930)

## 80. CHỚ XEM THƯỜNG BỐN THỨ

Có bốn thứ tuy trẻ, nhưng không thể xem thường. Những gì là bốn? Vương tử Sát-lợi, tuổi tuy trẻ nhỏ, nhưng chớ xem thường. Ròng con, tuổi tuy trẻ nhỏ, nhưng chớ xem thường. Đóm lửa tuy nhỏ, nhưng chớ xem thường. Tỳ-kheo tuổi tuy trẻ nhỏ, nhưng chớ xem thường.

Bấy giờ, Thế Tôn liền nói kệ:  
Đủ hình tướng Sát-lợi  
Danh tiếng, dòng quý tộc  
Tuy tuổi còn trẻ nhỏ  
Người trí không thể khinh.

Tất sẽ ở ngôi vua  
Nhớ lại, sanh oán hại  
Cho nên khó thể khinh  
Phải sanh lòng đại kính.

Người khéo biết tự hộ  
Hãy giữ kỹ mạng mình  
Bình đẳng mà tự hộ  
Tránh xa để hộ mạng.

Nơi làng xóm, chỗ vắng  
Nếu gặp rồng con kia  
Chớ cho là rắn nhỏ  
Mà sanh lòng coi thường.

Mình rồng nhỏ nhiều màu  
Cũng nên để yên ổn  
Nam hay nữ khinh rắn  
Đều bị độc làm hại.  
Cho nên, để tự hộ  
Hãy giữ kỹ mạng mình  
Vì khéo tự hộ này  
Tránh xa để hộ mạng.

Mãnh hỏa khi xâm thực  
Dù ít nhưng không hạn  
Đuốc nhỏ có thể thiêu  
Khắp nơi, nếu củi đủ.

Thiêu từ nhỏ dần lên  
Tận xóm làng thành ấp  
Cho nên, để tự hộ  
Nên như hộ mạng mình.

Vì khéo tự hộ này  
Tránh xa để tự hộ  
Bị lửa dữ thiêu đốt  
Trăm thứ cỏ cháy rụi.

Tắt rồi, không co rút  
Lửa tắt cỏ lại sanh  
Nếu khinh hủy Tỳ-kheo  
Người giữ lửa tịnh giới.

Thi đốt mình, con cháu  
Tai nạn lưu trăm đời  
Như đốt cây đa-la  
Không bao giờ sanh lại.

Cho nên phải tự hộ  
Như tự hộ mạng mình  
Vì khéo tự hộ này  
Tránh xa để hộ mạng.

Đủ hình tướng Sát-lợi  
Rắn con và đóm lửa  
Đủ tịnh giới, Tỳ-kheo  
Không nên sanh coi thường.

Cho nên phải tự hộ  
Như tự hộ mạng mình  
Vì khéo tự hộ này  
Tránh xa để hộ mạng.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Tam Bồ Đề, số 1226)

## **81. CHƯ PHẬT NHIỀU NHƯ SỐ CÁT SÔNG HẰNG**

Bà-la-môn hỏi: Thưa Cù-đàm, đời vị lai sẽ có bao nhiêu Đức Phật?

Phật bảo Bà-la-môn: Phật đời vị lai có vô lượng như số cát sông Hằng.

Bấy giờ, Bà-la-môn nghĩ rằng: Các Đấng Chánh Đẳng Chánh Giác đời vị lai sẽ có vô lượng như số cát sông Hằng, ta sẽ theo các Ngài tu phạm hạnh.

Bà-la-môn sau khi đã nghe những gì Đức Phật nói, hoan hỷ, tùy hỷ, từ chỗ ngồi đứng dậy ra về. Trên đường về, Bà-la-môn vừa đi vừa nghĩ: Hôm nay ta chỉ hỏi Sa-môn Cù-đàm về chư Phật đời vị lai chứ chưa hỏi chư Phật quá khứ. Liền trở lại hỏi Thế Tôn:



Thế nào Cù-đàm, đời quá khứ có bao nhiêu Đức Phật?

Phật bảo Bà-la-môn: Phật đời quá khứ cũng có vô lượng như số cát sông Hằng.

Lúc ấy Bà-la-môn liền nghĩ: Chư Phật Thế Tôn trong đời quá khứ cũng có vô lượng như số cát sông Hằng, mà ta chưa từng thân cận. Giả sử vô lượng các Đấng Chánh Đẳng Chánh Giác trong đời vị lai như số cát sông Hằng, cũng sẽ không thân cận vui vầy, thì trong hiện tại ta nên ở chỗ Sa-môn Cù-đàm tu hành phạm hạnh. Nhân đó chấp tay bạch Phật:

Nguyện xin Thế Tôn cho phép con xuất gia tu phạm hạnh trong Chánh pháp luật.

Phật bảo Bà-la-môn: Chấp thuận cho ông xuất gia tu phạm hạnh, được làm Tỳ-kheo trong Chánh pháp luật.

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Hằng hà số 946)

## **82. CHÚNG SANH**

Ở nơi sắc mà nhiễm đắm triền miên, do đó gọi là chúng sanh. Ở nơi thọ, tưởng, hành, thức mà nhiễm đắm triền miên, nên gọi là chúng sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Chúng sanh, số 122)

### **83. CHÚNG TU-ĐÀ-HOÀN**

Có năm Căn. Những gì gọi là năm? Đó là, căn Tín, căn Tinh tấn, căn Niệm, căn Định, căn Tuệ. Nếu Tỳ-kheo nào khéo quán sát như thật đối với năm căn này, người ấy đối với ba kết mà đoạn biến tri; đó là thân kiến, giới thủ, nghi. Đó gọi là Tu-đà-hoàn, không còn rơi vào pháp đường ác, nhất định sẽ hướng thẳng đến Chánh giác, còn bảy lần qua lại Trời, Người, cuối cùng sẽ cứu cánh biên tế của khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Tu-đà-hoàn, số 644)

### **84. CHUYÊN CẦN TU TẬP**

Giống như gà mái khéo nuôi dưỡng con mình, thường xuyên ấp, điều hòa nóng lạnh, cho dù nó không muốn gà con tìm cách tự mổ vỏ trứng để ra, nhưng các con của nó cũng tự tìm đủ cách để thoát ra ngoài một cách an toàn. Vì sao? Vì gà mái thường xuyên ấp, điều hòa nóng lạnh.

Cũng vậy, Tỳ-kheo khéo cần phương tiện, thì cho dù không muốn diệt sạch các lậu để giải thoát, nhưng với Tỳ-kheo này các lậu tự hết, tâm được giải thoát. Vì sao? Vì đã nhờ vào sự chuyên cần tu tập. Tu tập những gì? Tu tập niệm xứ, chánh cần, như ý túc, căn, lực, giác, đạo.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Ưng Thuyết, số 263)

## 85. CHUYỆN RẮN ĐỘC

Thí như có bốn con rắn hổ hung ác, độc nghiệt, đưng trong một cái tráp. Bấy giờ có một người thông minh, không ngu si, có trí tuệ, tìm lặc, nhảm khô, cầu sống chán chết. Khi ấy, có một người kia nói với người này rằng: ‘Nay, anh giữ cái tráp đưng rắn độc này. Hãy lau chùi, tắm rửa cho chúng; gằn gũ, cho chúng ăn. Thịnh thoảng, cho chúng ra, vào. Nếu bốn con rắn này thoát ra, thì rất có hại, hoặc có thể cắn chết, hoặc gằn chết. Bạn hãy coi chừng.’

Bấy giờ, người này sợ hãi bỏ chạy. Bỗng có năm kẻ oán thù cầm đao rượt theo muốn bắt giết: ‘Này bạn, hãy đề phòng.’ Trong lúc anh đang sợ bốn con rắn độc và năm kẻ oán thù hoa đao nên ruỗi chạy, thì người kia lại nói: ‘Này bạn, bên trong còn có sáu tên giặc đang đuổi theo rình rập anh. Nếu bắt được, chúng nó sẽ giết. Anh nên đề phòng.’

Bấy giờ, người này vì sợ bốn con rắn độc, năm kẻ oán thù cầm đao, với sáu tên giặc ở bên trong, nên kinh hãi bỏ chạy, lại trở vào trong xóm vắng. Thấy một căn nhà trống mục nát nguy hoại kia, với những đồ vật xấu ác, dòn tan, dễ vỡ, không có gì chắc thật. Người kia lại nói: ‘Này bạn, thôn xóm vắng vẻ này sẽ có bọn giặc đến. Chúng sẽ hại anh.’

Khi ấy, người này vì sợ bốn con rắn độc, năm tên giặc hoa đao, sáu tên giặc dữ bên trong và một đám giặc trong xóm vắng, nên anh tiếp tục chạy. Chợt gặp một con sông lớn chắn ngang đường, dòng nước sâu đang chảy siết, chỉ

thấy bờ bên này có nhiều sự sợ hãi, còn thấy bờ bên kia an ổn khoái lạc, mát mẻ, không có sợ hãi. Nhưng không có cầu, thuyền để đưa qua được đến bờ kia. Anh ta tự nghĩ: ‘Ta hãy lấy cây cỏ kết thành một chiếc bè, dùng tay chân làm phương tiện vượt qua bên kia sông.’ Nghĩ như vậy rồi, liền thân thập cây cỏ, tại cạnh bờ sông kết lại thành chiếc bè, dùng tay chân làm phương tiện cắt dòng sang ngang. Như vậy, người này thoát khỏi bốn con rắn độc, năm kẻ oán thù hoa đao, sáu tên giặc ác bên trong và lại thoát được bọn giặc nơi xóm vắng; vượt qua khỏi dòng sâu, bỏ lại mọi sự sợ hãi ở bờ bên này, đến được bờ bên kia, an ổn, khoái lạc.

Này các Tỳ-kheo, Ta nói thí dụ đó là để giải thích nghĩa này:

Cái tráp là dụ cho sắc thân gồm bốn đại thô và sở tạo của bốn đại phù này, thể tinh huyết, được được nuôi lớn bằng các thức ăn tạp uế, tắm rửa, y phục. Đó là những pháp mong manh, biến hoại, vô thường.

Bốn rắn độc là dụ cho bốn đại: đất, nước, gió, lửa. Nếu như địa đại cạnh tranh, có thể làm cho thân này chết, hoặc là gần chết. Đối với nước, lửa, gió cạnh tranh nhau cũng lại như vậy. Năm kẻ oán thù cầm đao là dụ cho năm thủ uẩn. Sáu tên giặc ác bên trong là dụ cho sáu ái hỷ. Xóm vắng là dụ cho sáu nội nhập. Này thiện nam tử, hãy quán sát mắt nhập xứ là vô thường, biến hoại. Sự chấp thủ mắt

cũng là pháp vô thường hư nguy. Tai, mũi, lưỡi, thân, ý nhập xứ cũng lại như vậy.

Bọn giặc nơi xóm vắng là dụ cho sáu nhập xứ bên ngoài. Mắt bị sắc vừa ý, không vừa ý làm hại; tai đối tiếng, mũi đối mùi, lưỡi đối vị, thân đối xúc,... ý đối pháp dù vừa ý hay không vừa ý cũng đều bị hại.

Dòng nước xiết dụ cho bốn lưu: dục lưu, hữu lưu, kiến lưu và vô minh lưu.

Con sông dụ cho ba ái: dục ái, sắc ái và vô sắc ái.

Bờ bên này nhiều sợ hãi dụ cho hữu thân. Bờ bên kia mát mẻ, an lạc dụ cho Vô dư Niết-bàn. Chiếc bè dụ cho Bát chánh đạo. Dùng tay chân làm phương tiện cắt dòng sang sông dụ cho tinh tấn đồng mãnh đến bờ kia. Trụ xứ của Bà-la-môn dụ cho Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Rắn Độc, số 1172)

## **86. CHUYỂN VẠN THEO SẮC**

Này các Tỳ-kheo, giống như con chó bị cột vào trụ. Khi sợi dây chưa đứt, nó lâu dài đi quanh cây trụ, chuyển động luân hồi. Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, vì chúng sanh ngu si không biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc, nên mãi mãi bị xoay vần qua lại, bị chuyển vần theo sắc.

Cũng vậy, nếu không biết như thật về thọ, tưởng, hành, thức; về sự tập khởi của thọ, tưởng, hành, thức; về sự diệt tận của thọ, tưởng, hành, thức; về vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức; về sự tai hại của thọ, tưởng, hành, thức; về sự xuất ly của thọ, tưởng, hành, thức, thì sẽ mãi mãi bị xoay vần qua lại, bị chuyển vần theo thọ, tưởng, hành, thức. Vì không thoát, nên không thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

## **87. CÓ CÁI NÀY MỚI CÓ CÁI KIA**

Vì có tay, nên biết có lấy bỏ. Vì có chân nên biết có tới lui. Vì có các khớp nên biết có co duỗi. Vì có bụng nên biết có đói khát. Cũng vậy, Tỳ-kheo, vì có mắt nên có nhãn xúc làm nhân duyên sanh ra cảm thọ bên trong, hoặc khổ lạc, hoặc không khổ không lạc. Tai mũi lưỡi thân ý lại cũng như vậy.

Này các Tỳ-kheo, nếu không tay thì không biết lấy bỏ. Nếu không chân thì không biết tới lui. Nếu không có các khớp thì không biết co duỗi. Nếu không có bụng thì không biết đói khát. Cũng vậy, các Tỳ-kheo, nếu không có mắt thì không có nhãn xúc làm nhân duyên sanh ra cảm thọ bên trong, hoặc khổ, hoặc lạc, hoặc không khổ không lạc. Tai mũi lưỡi thân ý lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Ví Dụ Tay Chân, số 1166)

## 88. CÓ SANH NÊN CÓ TRÓI BUỘC

Thế nào là nếu có sanh thì sẽ có trói buộc?

Phàm phu ngu si vô học, không biết như thật về sự tập khởi của sắc, sự diệt tận của sắc, vị ngọt của sắc, sự tai hại của sắc, sự xuất ly sắc, nên đối với sắc mà ái hỷ, tán thán, thủ trước; ở nơi sắc thấy là ngã, là ngã sở mà chấp thủ. Khi đã chấp thủ rồi, nếu sắc kia biến chuyển hay đổi khác, tâm theo đó mà biến khác. Vì tâm theo đó biến khác, nên nắm giữ tâm mà trụ. Vì nắm giữ tâm trụ nên sanh sợ hãi, chướng ngại, hoài vọng. Vì có sanh nên có sự trói buộc. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy. Đó gọi là có sanh nên có sự trói buộc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Hệ Trước, số 44)

## 89. CÔI TRỜI SÁU XÚC NHẬP XÚ

Này các Tỳ-kheo, có cõi trời gọi là Sáu xúc nhập xứ.

Chúng sanh sanh vào nơi này, mắt chỉ thấy sắc đáng yêu, chứ không thấy sắc không đáng yêu; chỉ thấy sắc đáng nhớ, chứ không thấy sắc không đáng nhớ; chỉ thấy sắc lành, chứ không thấy sắc không lành.

Vì những nguyên nhân này, nên luôn luôn chỉ cảm nhận vui thích mà thôi. Và tai đối với âm thanh, mũi đối với mùi, lưỡi đối với vị, thân đối với xúc, ý thức đối với pháp là đáng yêu, chứ không phải không đáng yêu; là đáng

nhớ, chứ không phải không đáng nhớ; là lành, chứ không phải là không lành.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Địa Ngục, số 210)

## **90. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN DIỆT TẬN SẮC**

Là tám Thánh đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Đó gọi là con đường đưa đến sự tận diệt của sắc. Như vậy là biết như thật về con đường đưa đến sự tận diệt của sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

## **91. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN DIỆT TẬN HÀNH**

Thế nào là biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của hành? Là tám Thánh đạo: Chánh kiến cho đến chánh định. Đó gọi là con đường đưa đến sự diệt tận của hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

## **92. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN SỰ DIỆT TẬN CỦA HỮU THÂN**

Thế nào là con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân? Là chỉ cho tám Thánh đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Hữu Thân, số 71)



### **93. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN SỰ DIỆT TẬN CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của thức? Là tám Thánh đạo: Chánh kiến cho đến chánh định. Đó gọi là con đường đưa đến sự diệt tận của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### **94. CÔNG ĐỨC TĂNG TRƯỞNG**

Trồng vườn cây ăn quả  
Rừng cây cho bóng mát  
Cầu, thuyền dùng qua sông  
Tạo ra nhà phước đức.

Đào giếng giúp đỡ khát  
Khách xá giúp lữ hành  
Những công đức như vậy  
Ngày đêm thường tăng trưởng.  
Giới đầy đủ như pháp  
Nhờ đó sanh cõi trời.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Công Đức Tăng Trưởng, số 997)

### **95. CỦA CÁI NĂM NHÀ**

Cho nên sự giàu sang, sung sướng ở thế gian không đáng để tham. Đại vương A-dục là người có trí, giác ngộ cuộc đời là vô thường, thân mạng khó mà bảo tồn, của cải của năm nhà cũng như huyễn hóa. Khi đã giác ngộ được

điều này rồi, thì phải nỗ lực tinh tấn tạo các thứ công đức, cho đến lúc mạng chung tâm luôn nhớ đến Tam bảo, niệm niệm không gián đoạn, không có gì phải luyến tiếc, chỉ có nguyện thành tựu rốt ráo Vô thượng, Chánh đẳng Chánh giác thôi.

(Tập A-hàm, Quyển 25, Kinh A-Dục-vương Thí bán A-ma-lặc Quả Nhân Duyên Kinh, số 641)

## **96. CỨU CÁNH GIẢI THOÁT**

Thí như trăng sáng đêm rằm, không còn ai nghi ngờ về vàng trắng tròn hay không tròn, nhưng vàng trắng kia hoàn toàn tròn đầy.

Cũng vậy, thiện gia nam tử Nan-đà đã vì các Tỳ-kheo-ni chân chánh giáo thọ như vậy, cứu cánh giải thoát. Nếu lúc mạng chung, dù không có người nào nói họ sẽ đi về đâu, nhưng họ cũng có thể tự biết đây là biên tế của khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thủ Thanh Dụ, số 273)

## **97. CỨU CÁNH KHỔ BIÊN**

Tỳ-kheo biết hữu thân, đoạn tập khởi của hữu thân, chứng diệt của hữu thân, tu tập con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân.

Đó là Tỳ-kheo đoạn trừ các kết sử, triền phược của ái dục, tu vô gián đẳng, cứu cánh khổ biên.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Hữu Thân, số 71)

## 98. CỨU LỬA CHÁY TRÊN ĐẦU

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì muốn đoạn trừ lửa vô thường, thì nên cần cầu bậc Đại sư. Vì muốn đoạn trừ những pháp vô thường nào nên cần cầu bậc Đại sư? Vì muốn đoạn trừ sắc vô thường, nên cần cầu bậc Đại sư; vì muốn đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường, nên cần cầu bậc Đại sư.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Cứu Đầu Nhiên Thí, số 175)

## 99. ĐẠI HẠI

Nói biển lớn, đó là lời nói của người ngu nói, chứ không phải là lời nói của bậc Thánh. Biển lớn này chỉ là một ít nước thôi. Biển mà Thánh nói là cái gì? Đó là, sắc được nhận thức bởi mắt, đáng mong muốn, đáng yêu thích, chìm đắm tham lạc liên hệ nghiệp thân, khẩu, ý; đó gọi là biển. Tất cả thế gian bao gồm chúng A-tu-la, cho đến trời, người tham lạc chìm đắm trong đó. Như trong ruột chó, như đồng cỏ loạn; đời này và đời khác được nối kết chằng chịt lại cũng như vậy. Đối với tiếng được nhận thức bởi tai, mùi được nhận thức bởi mũi, vị được nhận

thức bởi lưỡi, xúc được nhận thức bởi thân, đời này và đời khác được nối kết chằng chịt lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Đại Hải, số 216)

## 100. ĐẠI THỌ

Thí như gốc cây lớn, có rễ, có cành, nhánh, lá, hoa, quả; rễ nó được trồng sâu, bền chắc, được vun đắp phân tro, dùng nước để tưới, thì cây ấy vững chắc, trọn đời không bị mục hư.

Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, đối với pháp bị chấp thủ mà tùy thuận nếm vị, tham luyến, tâm hệ lụy, tâm dong ruổi, đuổi theo danh sắc; danh sắc duyên lục nhập, lục nhập duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu, hữu duyên sanh, sanh duyên lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não và tụ tập thành một khối khổ lớn như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Đại Thọ, số 284)

## 101. ĐẠI TRƯỞNG PHU

Nếu Tỳ-kheo nào an trụ chánh niệm quán thân trên thân; tâm đạt đến ly dục, tâm đạt đến giải thoát được, dứt sạch các lậu, Ta nói người này là Đại trưởng phu. Vì sao? Vì tâm giải thoát.

Nếu an trụ chánh niệm quán thọ, tâm, pháp trên pháp và khi an trụ chánh niệm quán thọ, tâm, pháp trên pháp rồi, mà tâm đạt đến ly dục, tâm đạt đến giải thoát được,

dứt sạch các lậu, Ta nói người này là Đại trượng phu. Vì sao? Vì tâm giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 24, Kinh Đại Trượng Phu, số 614)

## **102. ĐẮM NHIỄM SẮC SANH SẮC VỊ LAI**

Cũng vậy Tỳ-kheo, chúng sanh phàm phu ngu si, không biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc. Không biết như thật về sắc nên thích thú đắm nhiễm sắc. Vì thích thú đắm nhiễm sắc, nên lại sanh ra các sắc vị lai. Cũng vậy, phàm phu ngu si, không biết như thật về thọ, tưởng, hành, thức; về sự tập khởi của thức, về sự diệt tận của thức, về vị ngọt của thức, về sự tai hại của thức, về sự xuất ly của thức. Không biết như thật nên thích thú đắm nhiễm thức. Thích thú đắm nhiễm thức, nên lại sanh ra các thức vị lai. Vì sắc, thọ, tưởng, hành, thức vị lai sẽ sanh nên đối với sắc không giải thoát; đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng không giải thoát. Ta nói người này không giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

## **103. ĐĂNG CHÁNH GIÁC LÀ NHẤT**

Ở trong các lễ hội  
Thờ lửa là hơn hết  
Trong kinh điển Vi-đà  
Bà-tỳ-đế trên hết.

Con người, vua là nhất  
Các sông, biển là hơn  
Các sao, trăng là nhất  
Ánh sáng, mặt trời nhất.

Trong mười phương trời người  
Đẳng Chánh Giác là nhất.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Tát-giá, số 110)

#### **104. ĐẰNG GIÁC GỌI LÀ PHẬT**

Nhiều kiếp tìm lựa chọn  
Thuần khổ không chút vui  
Có sanh ắt có diệt  
Xa lìa dứt bụi nhơ  
Nhỏ góc gai kết sử  
Đẳng giác gọi là Phật.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Phật, số 100)

#### **105. DÁNG NẪM SU' TỬ'**

Không nhân người nên ngủ  
Không phải vì đời sau  
Cũng không nhiều tiền của  
Chỉ gom báu vô ưu.

Vì thương xót thế gian  
Nên nằm nghiêng hông phải  
Thức cũng không nghi hoặc  
Ngủ cũng không sợ hãi.

Hoặc ngày, hoặc lại đêm  
Không tăng cũng không giảm  
Vì thương chúng sanh ngủ  
Nên không có tồn giảm.

Dù dùng trăm mũi nhọn  
Xuyên thân, luôn khuấy động  
Vẫn được ngủ an ổn  
Vì lia gương bên trong.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Ngũ Yên, số 1090)

## **106. ĐẠO LỘ DỨT BA THỌ**

Bạch Thế Tôn, có đạo lộ, có hành trì nào để tu tập, khi tu tập nhiều, sẽ dẫn đến đoạn trừ ba thọ lạc thọ, khổ thọ, không lạc không khổ thọ này không?

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đó là tám Thánh đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh Đạo Lộ Dứt Ba Thọ, số 759)

## **107. ĐẠT BÁT NIẾT BÀN KHI BỊ BỒ ĐÁ**

Phật bảo A-chi-la Ca-diếp: Nếu thọ tức là tự cảm thọ, thì Ta mới có thể nói nói khổ do tự tạo. Nếu người khác thọ người khác tức là thọ giả, thì Ta nói là tha tạo. Nhưng nếu nói thọ, vừa tự thọ vừa cái khác cảm thọ rồi mang lại khổ, như thế thì tự làm vừa do người khác làm, nhưng Ta

cũng chẳng nói như vậy. Hoặc chẳng phải nhân tự, tha, mà là vô nhân sanh ra khổ, Ta cũng chẳng nói như vậy. Như Lai thuyết pháp lia hai bên này mà nói Trung đạo; tức là ‘Cái này có nên cái kia có, cái này khởi nên cái kia khởi, nghĩa là duyên vô minh nên có hành,... cho đến thuần một khối khổ lớn. Nếu vô minh diệt thì hành diệt,... cho đến thuần một khối khổ lớn bị diệt.

Phật nói kinh này xong, A-chi-la Ca-diếp liền lìa trần cấu, được mắt pháp thanh tịnh. Bảy giờ, A-chi-la Ca-diếp thấy pháp, đắc pháp, biết pháp, thâm nhập pháp, vượt qua mọi hồ nghi, không do người khác mà biết, chẳng do người khác độ thoát, đối với Chánh pháp luật, tâm được không sợ hãi.

A-chi-la Ca-diếp chấp tay bạch Phật: Thế Tôn, nay con đã được Phật hóa độ, từ hôm nay con xin quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng, suốt đời làm Ưu-bà-tắc, xin Ngài chứng tri cho con.

A-chi-la Ca-diếp sau khi từ già Phật đi không lâu, thì bị một con nghé đực húc chết. Lúc mạng chung, các căn thanh tịnh, sắc mặt tươi sáng.

Các Tỳ-kheo nghe tin A-chi-la Ca-diếp bị một con nghé đực húc chết nên lên bạch Phật:

Bạch Thế Tôn, sáng sớm nay nhiều Tỳ-kheo vào thành khát thực, nghe chuyện A-chi-la Ca-diếp, sau khi được nghe pháp luật, ra về chẳng bao lâu bị tai nạn một con nghé đực húc chết. Lúc từ trần các căn thanh tịnh, sắc mặt



tươi sáng. Bạch Thế Tôn, A-chi-la Ca-diếp sanh vào loài nào, thọ sanh nơi đâu và có sở đắc gì?

Phật bảo các Tỳ-kheo: Ông ấy đã thấy pháp, biết pháp và thứ pháp, không còn chấp thủ nơi pháp, đã đạt đến Bát-niết-bàn. Các ông nên đến cúng dường thân A-chi-la Ca-diếp.

Bấy giờ, Đức Thế Tôn thọ ký A-chi-la Ca-diếp bậc nhất.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh A-chi-la, số 306)

## **108. ĐẤT TRÊN MÓNG TAY**

Bấy giờ, Thế Tôn dùng móng tay quệt một tí đất rồi bảo thôn trưởng Đạo Sư Thị rằng: Thế nào thôn trưởng, đất trong móng tay Ta là nhiều hay đất đại địa nhiều?

Thôn trưởng bạch Phật rằng: Bạch Thế Tôn, đất trong móng tay rất là ít so với đất đại địa vô lượng vô số.

Phật bảo thôn trưởng: Như đất đã quệt ở trên là quá ít so với số đất đại địa vô lượng. Cũng vậy, đối với người tu tập tâm câu hữu với Từ, tu tập nhiều, các nghiệp có số lượng như đất đã quệt ở trên, không thể mang đi, không thể khiến trụ. Cũng vậy, nếu dùng tâm Bi để đối trị với trộm cắp, dùng tâm Hỷ để đối trị với tà dâm, dùng tâm Xả để đối trị với nói dối, thì sẽ không so sánh được!

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Đạo Sư Thị III, số 916)

## 109. DẤU CHÂN VOI

Giống như trong tất cả dấu chân của chúng sanh, dấu chân voi là lớn hơn, vì nó có thể chứa nhiều dấu chân khác. Cũng vậy, tu tập tưởng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Kỳ Lâm, số 269)

## 110. ĐÃY DA THỊT CỦA THÂN THỂ

‘Thân này từ chân đến đỉnh đầu, bộ xương được trét bởi thịt, được che đậy bởi một lớp da mỏng, trong đó chứa đầy đầy những thứ bất tịnh. Quán sát tất cả: tóc, lông, móng, răng, bụi dơ, nước dãi, da, thịt, xương trắng, gân, mạch, tim, gan, phổi, lá lách, thận, ruột, dạ dày, ruột non, ruột già, bàng quang, nước mắt, mồ hôi, nước mũi, nước bọt, mỡ, tủy, đàm âm, mủ, máu, dịch não, phân, nước tiểu.’

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Tân-Đầu-Lô, số 1165)

## 111. DÂY LEO RỪNG RẬM

Ái sanh, lớn từ thân  
Như cây Ni-câu-luật  
Chằng chịt câu móc nhau  
Như dây leo rừng rậm.

Nếu biết những nhân kia  
Sẽ khiến quý giác ngộ  
Vượt dòng biển sanh tử  
Không còn tái sanh nữa.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Châm Mao Quỷ, số 1324)

## 112. ĐỆ NHẤT NGHĨA KHÔNG

Thế nào là kinh Đệ nhất nghĩa không? Nay các Tỳ-kheo, khi mắt sanh thì nó không có chỗ đến; lúc diệt thì nó không có chỗ đi. Như vậy mắt chẳng thật sanh, sanh rồi diệt mắt; có nghiệp báo mà không tác giả. Âm này diệt rồi, âm khác tương tục, trừ pháp tục số. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng nói như vậy, trừ pháp tục số.

Pháp tục số, tức là nói, cái này có thì cái kia có, cái này khởi thì cái kia khởi, như vô minh duyên hành, hành duyên thức, nói chi tiết đầy đủ cho đến thuận một khối khổ lớn tập khởi. Lại nữa, cái này không thì cái kia không, cái này diệt thì cái kia diệt, vô minh diệt nên hành diệt, hành diệt nên thức diệt. Như vậy, nói rộng cho đến thuận một khối khổ lớn tụ diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Đệ Nhất Nghĩa Không, số 335)

## 113. ĐỆ TỬ CỦA NGƯỜI ĐỒ TÊ

Tôn giả Đại Mục-kiền-liên trả lời Tôn giả Lặc-xoa-na: Giữa đường tôi thấy một chúng sanh, gân với xương liền nhau, toàn thân như bản, hôi hám đáng tởm, bị quạ, điều,

kết, kên kên, đã can, chó đói theo mỗ ăn, hoặc moi nội tạng từ xương sườn ra ăn; cực kỳ đau đớn, kêu la, gào thét. Tôi thấy vậy tâm liền nghĩ: Chúng sanh đã mang cái thân như vậy, lại còn chịu sự thống khổ vô ích như vậy?

Bấy giờ, Đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Lành thay! Lành thay! trong chúng Thanh văn của Ta, người có thật nhẫn, thật trí, thật nghĩa, thật pháp, thì sẽ thấy chúng sanh này nhất định không trở ngại. Ta cũng thấy chúng sanh này nhưng không nói, sợ người không tin. Vì sao? Những điều Như Lai nói, có kẻ không tin. Kẻ ngu si ấy phải chịu khổ lâu dài.

Này các Tỳ-kheo, chúng sanh kia, thời quá khứ, ở tại thành Vương xá này, là đệ tử của người đồ tể giết trâu bò. Vì tội giết trâu bò nên đọa vào địa ngục, trải qua trăm ngàn năm chịu vô lượng khổ. Vì dư báo tội giết trâu bò, nên ngày nay phải chịu cái thân này và phải tiếp tục chịu đau khổ vô ích như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 19, Kinh Đồ Ngưu Giả, số 509)

## **114. ĐÊM DÀI KHÔNG LO LẮNG**

Nếu giết hại sân nhuế  
Giác ngủ được an ổn  
Sự giết hại sân nhuế  
Khiến người được hỷ lạc.

Sân nhuế là gốc độc  
Ta khen người giết được  
Giết sân nhuế kia rồi  
Đêm dài không lo lắng.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Ma-già, số 1309)

### **115. ĐẾN BỜ KIA**

Kia sẽ đến bờ kia  
Như cá cắn rách lưới  
Trụ thiền định đầy đủ  
Tâm thường đạt hỷ lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Nguyệt Tụ Tại, số 1303)

### **116. ĐỊA NGỤC SÁU XÚC NHẬP XÚ**

Chớ lạc, chớ khổ. Vì sao? Có địa ngục gọi là Sáu xúc nhập xứ.

Chúng sanh sanh ở trong địa ngục này, mắt chỉ thấy sắc không đáng ưa, chứ không thấy sắc đáng ưa; chỉ thấy sắc không đáng tưởng nhớ, chứ không thấy sắc đáng được tưởng nhớ; chỉ thấy sắc không lành, chứ không thấy sắc lành.

Vì những nhân duyên này nên chỉ một mực nhận lãnh buồn khổ mà thôi. Tai đối với âm thanh, mũi đối với mùi, lưỡi đối với vị, thân đối với xúc, ý thức đối pháp cũng chỉ thấy không đáng yêu, chứ không thấy đáng yêu; chỉ thấy việc không đáng nhớ, chứ không thấy đáng nhớ; chỉ thấy

pháp không lành, chứ không thấy pháp lành. Vì những nguyên nhân này nên luôn luôn phải chịu buồn khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Địa Ngục, số 210)

### **117. DIỆT TẬN CỦA HÀNH**

Thế nào là biết như thật về sự diệt tận của hành?

Sự diệt tận của xúc là sự diệt tận của hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### **118. DIỆT TẬN CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về sự diệt tận của thức?

Sự diệt tận của danh sắc là sự diệt tận của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### **119. DIỆT TẬN HỮU THÂN**

Thế nào là sự diệt tận của hữu thân?

Tức là ái này, ái về hữu đương lai đi đôi với tham hỷ, đắm trước cái này hay cái kia, tất cả đều được đoạn trừ, diệt tận khổ, ly dục, tịch diệt, tĩnh chỉ.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Hữu Thân, số 71)

## 120. DIỆT TẬN HỮU THÂN VÀ KHỔ

Thế nào là con đường dẫn đến sự diệt tận của hữu thân?

Đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc. Vì đã biết như thật nên đối với sắc không ưa, không khen, không đắm, không trụ. Vì không ưa, không khen, không đắm, không trụ nên ái lạc sắc kia diệt. Ái lạc diệt, thì thủ cũng diệt; thủ diệt thì hữu diệt, hữu diệt thì sanh diệt, sanh diệt thì lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não, thuần khối lớn đau khổ như vậy diệt. Cũng như sắc, đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Đó gọi là con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân. Con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân này cũng là con đường đưa đến sự diệt tận của khổ. Cho nên nói là con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Kỳ Đạo, số 69)

## 121. ĐIỀU PHỤC TRƯỢNG PHU

Ta cũng dùng ba cách để điều phục trượng phu. Những gì là ba? Một là một mực mềm dịu, hai là một mực thô cứng, ba là vừa mềm dịu vừa thô cứng.

1. Một mực mềm dịu là, như nói rằng: ‘Đây là thiện hành của thân; đây là quả báo của thân thiện hành. Đây là thiện hành của miệng, ý; đây là quả báo của miệng, ý thiện hành. Đây gọi là trời. Đây gọi là người. Đây gọi là sự hóa

sanh nơi cõi thiện. Đây gọi là Niết-bàn'. Đó gọi là một mực mềm dẻo.

2. Một mực thô cứng là, như nói: 'Đây là ác hành của thân; đây là quả báo của thân ác hành. Đây là ác hành của miệng, ý; đây là quả báo của miệng, ý các hành. Đây gọi là địa ngục. Đây gọi là ngạ quỷ. Đây gọi là súc sanh. Đây gọi là ác thú. Đây gọi là đọa ác thú'. Đó là sự giáo hóa thô cứng của Như Lai.

3. Vừa mềm dịu vừa thô cứng là có lúc thiện hành của thân; có lúc nói quả báo của thiện hành của thân. Có lúc nói thiện hành của miệng, ý; có lúc nói quả báo thiện hành của miệng, ý. Có lúc nói ác hành của thân; có lúc nói quả báo ác hành của thân. Có lúc nói ác hành của miệng, ý; có lúc nói quả báo ác hành của miệng, ý. Như vậy gọi là trời, như vậy gọi là người, như vậy gọi là đường lành, như vậy gọi là Niết-bàn; như vậy gọi là địa ngục, như vậy gọi là súc sanh, ngạ quỷ, như vậy gọi là đường ác, như vậy gọi là đọa đường ác.' Đó gọi là sự giáo hóa vừa mềm dịu vừa thô cứng của Như Lai.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Chỉ Thị, số 923)

## **122. DO CHẤP THỦ NÊN ĐẢM TRƯỚC**

Phàm phu ngu si vô học, ở nơi sắc, thọ, tưởng, hành, thức thấy là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; thấy thức là ngã, hay ngã sở để mà chấp thủ. Khi đã chấp thủ, nếu thức kia chuyển biến hay đổi khác, thì tâm cũng chuyển theo.



Khi tâm đã chuyển theo, thì sanh ra sự chấp thủ, nắm giữ tâm mà trụ. Sau khi trụ, sanh ra sợ hãi, chướng ngại tâm loạn; do thủ trước vậy. Đó gọi là thủ trước.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Thủ Trước, số 43)

### **123. DO NHÂN DUYÊN GÌ MÀ GỌI LÀ SẮC ẨM?**

Bốn đại là nhân, bốn đại là duyên; đó gọi là sắc ẩm. Vì sao? Vì những gì thuộc về sắc ẩm, tất cả những cái đó đều là bốn đại, được tác thành do duyên bốn đại. Xúc là nhân, xúc là duyên sanh ra thọ, tưởng, hành; cho nên gọi là thọ, tưởng, hành ẩm. Vì sao? Vì nếu những gì thuộc về thọ, tưởng, hành, thì tất cả chúng đều lấy xúc làm duyên. Danh sắc là nhân, danh sắc là duyên, đó gọi là thức ẩm. Vì sao? Vì nếu những gì thuộc về thức, thì tất cả chúng đều lấy danh sắc làm duyên.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Âm Căn, số 58)

### **124. DO PHONG TRỆ MÀ KHÔNG GIẢI THOÁT**

Tỳ-kheo, thức vin bám vào bốn thủ ẩm mà trụ. Bốn là những gì? Thức bị phong trệ bởi sắc mà trụ. Cũng vậy, thức bị phong trệ bởi thọ, tưởng và hành mà trụ... cho đến chẳng phải là cảnh giới. Đó gọi là phong trệ nên không giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Phong Trệ, số 40)

## 125. ĐÒ TÊ GIẾT TRÂU

Tôn giả Đại Mục-kiên-liên đáp: Giữa đường tôi thấy một chúng sanh, thân to lớn như lâu các, đi giữa hư không, đang khóc lóc, kêu gào, buồn lo, đau khổ. Thấy vậy, tôi chợt nghĩ chúng sanh này mang cái thân to lớn như thế mà cũng bị buồn lo, đau khổ quá như vậy, nên tôi mỉm cười.

Bấy giờ, Đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Lành thay! Lành thay! Trong chúng Thanh văn của Ta, người có thật nhẫn, thật trí, thật nghĩa, thật pháp, thì sẽ thấy chúng sanh này nhất định không trở ngại. Ta cũng thấy chúng sanh này nhưng không nói, sợ người không tin. Vì sao? Những điều Như Lai nói, có kẻ không tin. Kẻ ngu si ấy phải chịu khổ lâu dài.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Thời quá khứ, chúng sanh có thân to lớn kia ở tại thành Vương xá này, làm người đồ tể giết trâu bò. Vì tội giết trâu bò nên đọa vào địa ngục trải qua trăm ngàn năm. Khi ra khỏi địa ngục, vì dư báo tội giết trâu bò, nên phải chịu cái thân như vậy, thường chịu những sự buồn lo đau khổ như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 19, Kinh Đồ Ngưu Nhi, số 508)

## 126. ĐOẠN HỮU LẬU

Ngoại đạo hỏi La-đà: Vì những lý do gì mà thầy theo Sa-môn Cù-đàm xuất gia tu phạm hạnh?

La-đà trả lời: Sắc hữu lậu, chướng ngại, bức xúc, sầu lo; vì để dứt bỏ chúng, ly dục, diệt, tịch tĩnh; thọ, tưởng, hành, thức hữu lậu, chướng ngại, bức xúc, sầu lo; vì để dứt

bỏ chúng, ly dục, diệt, tịch tĩnh nên theo Như Lai xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Đoạn Hữu Lộ, số 117)

## **127. ĐOẠN TUYỆT DÂM DỤC**

Này cô, thế nào là nương ái thì dứt ái? Thánh đệ tử nghe Tôn giả kia, hay đệ tử của Tôn giả kia, hết sạch các pháp hữu lậu, tự biết không còn tái sinh nữa. Còn chúng ta sao chẳng hết hữu lậu, tự biết không còn tái sinh nữa. Ngay lúc ấy có thể dứt các hữu lậu tự biết không còn tái sinh nữa. Này cô, đó gọi là nương ái thì ái dứt. Này cô, người không còn việc để làm, tức là người đã cắt đứt cầu đồ, đoạn tuyệt dâm dục.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Tỳ-kheo-ni, số 564)

## **128. ĐỘC NHẤT TRỤ**

Giải thoát không ưu não  
Cũng không có hoan hỷ  
Buồn không thể phá hoại  
Nên Ta sống một mình.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Độc Nhất Trụ, số 585)

## 129. ĐỘC TRỤ

Chiếu sáng khắp tất cả  
Biết khắp các thế gian  
Chẳng chấp tất cả pháp  
Lìa hết tất cả ái.

Người này sống an lạc  
Ta nói là độc trụ.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Trưởng Lão, số 1071)

## 130. ĐỘN CĂN

Hoặc khi Thánh đệ tử đa văn mất chánh niệm, sanh ra giác ác bất thiện, nuôi lớn tham dục, sân nhuế, ngu si. Đó là Thánh đệ tử đa văn thuộc độn căn. Tuy khởi tập, diệt nhưng bị dục che đậy tâm. Giống như hòn sắt nóng đỏ rực, dùng vài giọt nước nhỏ xuống liền khô mất. Cũng vậy, Thánh đệ tử đa văn độn căn sanh niệm cũng liền diệt mất như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Rắn Độc, số 1172)

## 131. DỤC

Dục là, đối với sắc được nhận thức bởi mắt đáng yêu, đáng thích, đáng nhớ nghĩ, mà đắm mê sắc. Tiếng được nhận thức bởi tai, hương bởi mũi, vị bởi lưỡi, xúc bởi thân đáng yêu, đáng thích, đáng nghĩ nhớ, nhiễm đắm xúc.

Năm phẩm chất này không phải là dục. Nhưng dục chỉ do giác tưởng tư duy.

Có con đường nào, có sự thực hành nào để có thể tu tập và khi tu tập nhiều, thì có thể đoạn trừ được những dục này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

### **132. DỤC ÁI TRIỀN CÁI**

Tham dục triền cái lấy gì làm thức ăn? Đó là tướng xúc. Đối với tướng ấy mà không tư duy đúng, tham dục chưa khởi sẽ khiến khởi; tham dục đã khởi rồi thì có thể khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của dục ái triền cái.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

### **133. DỤC ÁI, SẮC ÁI, VÔ SẮC ÁI**

Giống như người làm ruộng, cuối hạ đầu thu, cày đất cho sâu, làm sạch hết cỏ. Cũng vậy, Tỳ-kheo, tu tập tướng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điều mạn, vô minh.

Tỳ-kheo, như người cắt cỏ, tay cầm ngọn cỏ, đưa lên và giữ sạch, tất cả cỏ khô héo đều rơi rớt hết và lấy được những cọng cỏ dài. Cũng vậy, Tỳ-kheo tu tập tướng vô

thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Thọ, số 270)

### **134. DỤC ĐỊNH**

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên tu dục định đoạn hành thành tựu như ý túc. Vậy nên đoạn trừ những pháp vô thường nào? Để đoạn trừ sắc vô thường; đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường; cho nên tu dục định đoạn hành thành tựu như ý túc.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Dục Định, số 179)

### **135. DỤC ĐOẠN, SẮC ĐOẠN**

Hãy đoạn trừ dục tham ở nơi sắc. Dục tham đã đoạn trừ rồi thì sắc đoạn. Khi sắc đoạn rồi, thì được biến tri về đoạn. Khi được biến tri về đoạn, thì gốc rễ bị đoạn. Như chặt ngọn cây Ta-la, sau này không còn tái sinh được nữa.

Cũng vậy, thọ, tướng, hành, thức, dục tham đoạn... cho đến, đời sau không tái sanh được nữa.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Quán, số 75)

### 136. DỤC NÀO HƠN CÁI

Các vị đại thần bàn luận như vậy: Trong ngũ dục, cái nào nhất?

Có người nói: Sắc là nhất.

Lại có người nói: Thanh, hương, vị, xúc là nhất.

Trong đó có người nói: Chúng ta mỗi người đều cho của mình là nhất, rốt cùng không thể phán định. Hãy cùng nhau đến Thế Tôn, hỏi về nghĩa này. Cứ theo lời dạy Thế Tôn, sẽ cùng nhau ghi nhớ thọ trì.

Phật bảo các vua: Mỗi người đều nói lên theo ý thích của mình, còn Ta thì nói khác. Vì lý do này, Ta nói về năm công năng của dục. Nhưng đối với sắc, có người tự vừa ý, chỉ yêu mến một thứ sắc, là thỏa mãn chí nguyện của mình. Giả sử có những sắc đẹp hơn, nhưng không phải sở ái của họ, thì sẽ không đụng đến, không ngó ngang đến. Nên chỉ nói thứ sắc sở ái của mình là nhất không còn sắc nào vượt lên trên nó. Như người yêu mến sắc; thanh, hương, vị, xúc cũng đều như vậy; những gì mình sở ái, thì liền cho đó là tối thắng, rồi hoan hỷ, ưa đắm. Cho dù có thứ vượt trên thứ đó nữa, nhưng vì không phải là sở dục của họ, nên họ không đụng đến, không ngó ngang đến. Chỉ

có những gì ta yêu là tối thắng tối diệu, không gì so sánh,  
không gì trên được.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Bảy Vua, số 1149)

### **137. ĐỨC PHẬT**

Phật thấy đời quá khứ  
Thấy vị lai cũng vậy  
Cũng thấy đời hiện tại  
Tất cả hành khởi diệt.

Trí sáng biết rõ ràng  
Điều cần tu đã tu  
Điều nên đoạn đã đoạn  
Cho nên gọi là Phật.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Phật, số 100)

### **138. ĐỨC PHẬT CÀY RUỘNG**

Tín tâm là hạt giống  
Khổ hạnh mưa đúng mùa  
Trí tuệ là cày, ách  
Tâm quý là cán cày.

Tự gìn giữ chánh niệm  
Là người giỏi chế ngự  
Giữ kín nghiệp thân, miệng  
Nhu thực phẩm trong kho.



Chân thật là xe tốt  
Sống vui không biếng nhác  
Tinh tấn không bỏ hoang  
An ổn mà tiến nhanh.

Thẳng đến không trở lại  
Đến được chỗ không lo  
Người cày ruộng như vậy  
Chúng đắc quả Niết-bàn.

Người cày ruộng như vậy  
Không tái sinh các hữu.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Canh Điền, số 98)

### **139. DỤC THAM ĐOẠN TRỪ**

Những gì là sắc, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; quán sát tất cả chúng đều là pháp đoạn tận. Đã quán sát như vậy rồi, thì đối với sắc, dục tham được đoạn trừ. Dục tham đã được đoạn trừ rồi, thì Ta nói đó là tâm khéo giải thoát. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Đoạn Pháp, số 128)

## 140. DỤC THAM KẾT BUỘC

Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, giống như hai con bò, một đen một trắng, cùng bị buộc vào một cái ách. Có người hỏi, ‘Bò đen buộc bò trắng hay bò trắng buộc bò đen?’ Hỏi như vậy có đúng không?

Đáp: Không, Tôn giả Xá-lợi-phất, chẳng phải bò đen buộc bò trắng, cũng chẳng phải bò trắng buộc bò đen. Nhưng ở đây, hoặc là cái ách, hay là dây buộc cổ, là cái kết buộc chúng.

Tôn giả Xá-lợi-phất nói: Cũng vậy, Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, chẳng phải mắt kết buộc sắc, cũng chẳng phải sắc kết buộc mắt, cho đến, chẳng phải ý kết buộc pháp, cũng chẳng phải pháp kết buộc ý. Ở đây dục tham kết buộc chúng.

Thưa Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, nếu mắt kết buộc sắc, hay nếu sắc kết buộc mắt và cho đến, nếu ý kết buộc pháp, hay nếu pháp kết buộc ý, thì Thế Tôn đã không dạy người kiến lập phạm hạnh để đoạn tận khổ. Vì chẳng phải mắt kết buộc sắc, cũng chẳng phải sắc kết buộc mắt và cho đến, chẳng phải ý kết buộc pháp, cũng chẳng phải pháp kết buộc ý, nên Đức Thế Tôn dạy người kiến lập phạm hạnh để đoạn tận khổ.

Thưa Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, Thế Tôn khi mắt thấy sắc hoặc tốt, hoặc xấu, không khởi dục tham; còn những chúng sanh khác khi mắt thấy sắc hoặc tốt, hoặc xấu thì khởi dục tham. Cho nên Đức Thế Tôn nói hãy đoạn tận

dục tham, thì tâm được giải thoát. Cho đến, ý và pháp lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Câu-hi-la II, số 250)

## **141. DỤC THIÊU ĐỐT**

Bấy giờ quốc vương Bà-sa, Ưu-đà-diên-na hỏi Tôn giả Tân-đầu-lô: Bạch Tôn giả Tân-đầu-lô, tôi cũng như vậy, có khi không giữ gìn thân, không giữ gìn luật nghi các căn, khi vào cung không nhất niệm, thì tâm mình sanh ra tham dục hừng hực, ngu si thiêu đốt. Ngay khi đóng cửa phòng ở một mình, ba độc cũng lại thiêu đốt tâm mình, huống lại là ở trong cung.

Lại có lúc tôi khéo nhiếp hộ được các căn, nhiếp hộ được thân mình, chuyên tâm nhất niệm, thì khi vào trong cung, tham dục, nhuế, si không còn dấy khởi thiêu đốt tâm mình; khi ở trong cung nội còn không bị thiêu đốt thân tâm, huống chi là khi ở một mình.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Tân-Đầu-Lô, số 1165)

## **142. DỤC TƯỞNG**

Do nhân gì sanh dục tưởng? Do duyên dục giới. Duyên dục giới nên sanh ra dục tưởng, dục dục, dục giác, dục nhiệt, dục cầu. Kẻ phàm phu ngu si khi đã khởi lên dục cầu rồi, chúng sanh này khởi lên tà vạy qua ba nơi là thân, miệng, tâm. Do nhân duyên tà vạy như vậy nên hiện tại

sống trong khổ não; có khổ, có khốn quẫn, có thất vọng, có nóng bức; sau khi chết rồi sanh vào trong đường ác.

(Tập A-hàm, Quyển 17, Kinh Nhân, số 458)

### **143. ĐƯỢC GIÀU SANG**

Thánh đệ tử nếu thành tựu được bốn Bất hoại tịnh, thì ở giữa loài người không sống cuộc sống nghèo khổ; không bị lạnh rét, xin ăn; mà tự nhiên giàu sang đầy đủ. Những gì là bốn? Thành tựu bất hoại tịnh đối với Phật; thành tựu bất hoại tịnh đối với Pháp, Tăng, Thánh giới

(Tập A-hàm, Quyển 30, Kinh Bất Bản, số 834)

### **144. ĐƯỢC MƯỜI ĐIỀU LỢI Ở CÕI NGƯỜI VÀ TRỜI**

Thành tựu Phật bất hoại tịnh; thành tựu Pháp, Tăng bất hoại tịnh; thành tựu Thánh giới bất hoại tịnh. Ta thấy Thánh đệ tử này sau khi mạng chung ở đây sẽ sanh lên cõi trời, ở đó được mười thứ pháp.

Những gì là mười? Được tuổi thọ cõi trời, sắc đẹp cõi trời, danh xưng cõi trời, khoái lạc cõi trời, tự tại cõi trời và sắc, thanh, hương, vị, xúc cõi trời. Nếu Thánh đệ tử ở trên trời mạng chung sẽ sanh vào cõi người. Ta thấy họ đầy đủ mười điều.

Những gì là mùi? Được tuổi thọ cõi người, người tốt đẹp, danh xưng, khoái lạc, tự tại và sắc, thanh, hương, vị, xúc cõi người.

(Tập A-hàm, Quyển 30, Kinh Ly-Xa, số 833)

## 145. DƯỚI CỘI BỒ ĐỀ

Thuở xưa Đức Phật Tỳ-bà-thi khi chưa thành Chánh giác, trụ chỗ Bồ-đề không bao lâu thì thành Phật. Rồi đến dưới cây Bồ-đề trái cỏ làm tòa ngồi kiết già, ngồi thẳng, chánh niệm. Ngồi suốt bảy ngày, đối với mười hai duyên khởi, quán sát thuận nghịch như vậy: ‘Do cái này có nên cái kia có, vì cái này khởi nên cái kia khởi; duyên vô minh nên có hành... cho đến, duyên sanh nên có già chết và tụ tập thuận một khối khổ lớn và thuận một khối khổ lớn diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 15, Kinh Thập Nhị Nhân Duyên, số 369)

## 146. ĐƯỜNG ĐI

Đường hiểm khó đi qua  
Thánh bình an vượt qua  
Phàm phu té ở đó  
Chân trên, đầu chúc xuống.

Hiền thánh thẳng đường đi  
Đường hiểm tự nhiên bình.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Ca-ma, số 1313)

## 147. ĐƯỜNG ĐI CỦA PHẠM PHU

Giống như người từ tối tắm vào tối tắm; từ mờ mịt vào mờ mịt; từ hầm phần ra rồi lại rơi vào hầm phần; dùng máu rửa máu; lìa bỏ các việc ác, rồi trở lại nắm lấy các việc ác. Ta nói những thí dụ này, Tỳ-kheo phạm phu cũng như vậy.

Lại giống như củi thiêu tử thi, bị ném bỏ trên gò mả, không bị tiểu phu thu gom. Ta nói thí dụ này, thì đối với Tỳ-kheo phạm phu ngu si khởi lòng tham dục, sanh ra đắm nhiễm quá mức, sân nhuế hung bạo, biếng nhác yếu hèn, mất niệm không định, các căn tán loạn cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Trách Chư Tướng, số 272)

## 148. DỨT CÁC ĐIỀU ÁC

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên pháp ác bất thiện đã sanh thì hãy đoạn trừ, khởi ý dục, tinh cần, nhiếp tâm khiến cho tăng trưởng. Vì để đoạn trừ những pháp vô thường nào, đối với pháp ác bất thiện đã sanh thì hãy đoạn trừ, khởi ý dục, tinh cần, nhiếp tâm

khiến cho tăng trưởng? Vì để đoạn trừ sắc vô thường, đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường nên đối với pháp ác bất thiện đã sanh thì hãy đoạn trừ, khởi ý dục, tinh cần, nhiếp tâm khiến cho tăng trưởng.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Đoạn Ác Bất Thiện Pháp, số 178)

### **149. DỨT KIÊU MẠN**

Nương kiêu mạn thì dứt kiêu mạn. Thế nào là nương kiêu mạn thì dứt kiêu mạn? Thánh đệ tử nghe Tôn giả kia, hay đệ tử của Tôn giả kia, sạch hết các hữu lậu, tâm giải thoát vô lậu, tuệ giải thoát, ngay trong đời này tự biết tác chứng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã xong, tự biết không còn tái sanh nữa.’ Nghe rồi liền nghĩ rằng: ‘Thánh đệ tử kia hết sạch hữu lậu, tự biết không còn tái sanh nữa. Còn ta ngày nay, vì sao không hết hữu lậu, vì sao không tự biết không còn tái sanh nữa?’ Ngay lúc đó chắc chắn sẽ có thể dứt các hữu lậu, tự biết không còn tái sanh nữa. Nay cô, đó gọi là nương kiêu mạn thì dứt kiêu mạn.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Tỳ-kheo-ni, số 564)

### **150. DỨT MỌI HỒ NGHI**

Nếu đa văn Thánh đệ tử ở nơi sáu kiến xứ này mà quán sát chẳng phải là ngã, chẳng phải ngã sở. Quán sát được như vậy rồi, thì dứt hết mọi sự hồ nghi đối với Phật,

dứt hết mọi sự hồ nghi đối với Pháp và đối với Tăng. Đó gọi là Tỳ-kheo, đa văn Thánh đệ tử không còn trở lại tạo nghiệp thân, miệng, ý để đưa đến ba đường ác; giả sử có buông lung, Thánh đệ tử cũng nhất định hướng đến giác ngộ, bảy lần qua lại trời người, rồi cứu cánh biên tế khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Sanh Tử Lưu Chuyển, số 136)

### **151. DUYÊN TỰ TÂM MÀ GIÁC NGỘ**

Này Phú-lưu-na, mắt thấy sắc rồi giác tri sắc, nhưng không khởi giác tri sắc tham; biết như thật rằng bên trong ta có sự tham ái đối với sắc được nhận thức nhưng không khởi giác tri sắc tham. Nếu Tỳ-kheo, Phú-lưu-na, khi mắt thấy sắc, rồi giác tri sắc, không khởi giác tri sắc tham và biết như thật về sắc, biết như thật là không khởi giác tri sắc tham; gọi đó là dập tắt sự rục cháy, không đợi thời, hướng đạo chân chánh, chính nơi đây mà thấy, duyên tự tâm mà giác ngộ. Tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Phú-Lâu-Na, số 215)

### **152. GÁNH NẶNG**

Thế nào là gánh nặng? Là năm thọ âm. Đó là: Sắc thọ âm và thọ, tưởng, hành, thức thọ âm.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Trọng Đãm, số 73)



## 153. GIÀ CHẾT BỨC BÁCH

Vận tội đem mạng đi  
Nên khiến người đoản mạng  
Bị sự già bức bách  
Mà không người cứu hộ.

Thấy lỗi hữu dư này  
Khiến người sợ vô cùng  
Đoạn tham ái ở đời  
Nhập Niết-bàn vô dư.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh A-Luyện-Nhã, số 1001)

## 154. GIÃ LÚA

Thí như lúa đặt ở ngã tư đường, có sáu trảng niên cầm chày giã, trong chốc lát nát ra như bụi. Rồi người thứ bảy cầm chày giã lại. Nay các Tỳ-kheo, ý các ông thế nào, đồng lúa đã bị sáu người giã, rồi người thứ bảy giã lại, lúc này bị nát như phải không?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, đúng vậy.

Phật dạy: Nay các Tỳ-kheo, cũng vậy, người ngu si bị sáu xúc nhập xứ nện đả. Những gì là sáu? Đó là nhãn xúc nhập xứ thường nện đả. Tai, mũi, lưỡi, thân, ý xúc nhập xứ thường nện đả. Người ngu si kia, tuy bị sáu xúc nhập xứ nện đả, nhưng vẫn còn ý niệm mong cầu sanh hữu đời vị lai, như người thứ bảy giã lại cho nát thêm.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Lúa, số 1168)

## 155. GIÁC TRI

Thế nào là đạo lộ, sự thực hành đưa đến phương tiện hưởng thọ dục lạc, tự làm khổ chính mình?

Này thôn trưởng, vì bị dục tham làm chướng ngại, hoặc muốn tự hại, hoặc muốn hại kẻ khác, hoặc muốn hại cả hai, hiện tại và đời sau mắc tội báo này, tâm luôn lo khổ. Vì bị sân nhuế, ngu si làm chướng ngại, hoặc muốn tự hại, hoặc muốn hại kẻ khác, hoặc muốn hại cả hai, hiện tại và đời sau mắc tội báo này, tâm luôn lo khổ.

Nếu xa lìa chướng ngại của dục tham, không muốn phương tiện tự hại, hại người, hại cả hai, hiện tại, đời sau khỏi mắc tội báo này, khiến tâm, tâm pháp luôn luôn thọ hỷ lạc. Cũng vậy, nếu xa lìa chướng ngại của sân nhuế, ngu si, không muốn phương tiện tự hại, hại người, hại cả hai, hiện tại, đời sau khỏi mắc tội báo này, khiến tâm, tâm pháp luôn luôn hưởng hỷ lạc. Đối trong hiện tại xa lìa nhiệt não bức bách, không cần đợi thời tiết, gần gũi Niết-bàn, mà ngay trong thân này thể duyên tự mình mà giác tri.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Vương Đảnh, số 912)

## 156. GIẢI THOÁT KHỎI THỦ

Này Tỳ-kheo, nếu để sai sử theo sử, tức là chết theo sử. Nếu chết theo sử là bị thủ trôi buộc. Nếu Tỳ-kheo

không bị sai sử theo sử, thì sẽ không chết theo sử. Không chết theo sử, tức là giải thoát đối với thủ.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Sử, số 15)

## 157. GIẢI THOÁT TỊNH ĐOẠN

Thế nào gọi là Giải thoát thanh tịnh đoạn? Thánh đệ tử đối với tâm tham mà vô dục được giải thoát; đối với tâm sân, si mà vô dục được giải thoát. Giải thoát như thế chưa đầy đủ khiến cho đầy đủ; đã đầy đủ rồi tùy thuận giữ gìn. Dục, tinh tấn, cho đến luôn luôn nhiếp thọ; đó gọi là Giải thoát tịnh đoạn.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Bà-đâu, số 565)

## 158. GIỚI HƯƠNG

Chẳng phải hương cành, hoa  
Có thể bay ngược gió  
Chỉ có hương tịnh giới  
Của thiện nam, thiện nữ.

Ngược, thuận bay các phương  
Không đâu không nghe biết  
Đa-ca-la, Chiên-đàn  
Ưu-bát-la, Mạt-lợi.

So sánh các mùi hương  
Giới hương là hơn hết  
Hương thơm như Chiên-đàn  
Lan tỏa có giới hạn.

Chỉ có hương giới đức  
Xông ngát tận cõi trời  
Hương thơm của tịnh giới  
Chánh thọ, chẳng phóng dật.

Chánh trí và giải thoát  
Ma đạo không thể vào  
Đây là đạo an ổn  
Đạo này rất thanh tịnh.

Hướng thẳng diệu thiên định  
Bút dây trời của ma.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh A-Nan, số 1073)

## 159. GIỚI THANH TỊNH

Thế nào là Giới thanh tịnh? Thánh đệ tử trụ nơi Ba-la-đề-mộc-xoa, giới tăng trưởng, oai nghi đầy đủ, đối với tội vi tế cũng sanh sợ hãi, giữ gìn các học giới, giới thân chưa trọn vẹn có thể làm cho đầy đủ hoàn toàn, đã đầy đủ rồi tùy thuận giữ gìn. Dục, tinh tấn phương tiện siêu xuất,

siêng năng dũng mãnh, thân, tâm pháp luôn luôn nhiếp thọ; đó gọi là Giới tịnh đoạn.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Bà-đầu, số 565)

## **160. GIỮ LUẬT NGHI CỦA MẮT**

Tỳ kheo nên giữ gìn các căn môn, khéo thu nhiếp tâm mình. Nếu mắt thấy sắc, chớ nắm bắt sắc tướng, chớ nắm bắt hình tướng tốt đẹp, mà tăng thêm sự chấp giữ. Nếu đối với mắt mà không an trụ với sự thúc liễm, những pháp ác bất thiện tham ưu thế gian sẽ lọt vào tâm mình. Cho nên các ông phải giữ gìn luật nghi của mắt. Đối tai và âm thanh, mũi và mùi, lưỡi và vị, thân và xúc, ý và pháp cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Tân-Đầu-Lô, số 1165)

## **161. HAI CHỖ ĐOAN NGHIÊM**

Này các Tỳ-kheo, nên biết thiện nam tử Thiện Sanh này có hai chỗ đoạn nghiêm:

1) Cạo bỏ râu tóc, mặc áo ca-sa, chánh tín, xuất gia học đạo, sống không nhà;

2) Tận trừ các hữu lậu, vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát, hiện tại tự biết tác chứng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Thiện Sanh, số 1062)

## 162. HAI CON ĐƯỜNG

Bây giờ Ta sẽ nói thí dụ, người trí sẽ nhờ thí dụ mà hiểu được. Như hai người bạn cùng đi trên một con đường, một người biết rành đường, một người không rành đường. Người không biết nói với người biết như vậy: ‘Tôi muốn đến thành phố kia, thôn ấp kia, làng xóm kia, hãy chỉ đường cho tôi đến đó.’ Khi ấy, người rành đường liền chỉ đường cho người kia, nói rằng: ‘Anh đi theo con đường này và sẽ thấy hai con đường ở phía trước; bỏ bên trái đi theo lối phải tới trước, sẽ gặp hầm hồ và dòng sông. Lại bỏ bên trái, theo lối phải, sẽ gặp một khu rừng. Lại bỏ bên trái, theo lối phải, cứ như vậy, từ từ tiến bước về phía trước thì sẽ đến thành kia.’

Phật bảo Đê-xá: Thí dụ này như vậy: người không biết đường là ví cho kẻ phàm phu ngu si, còn người biết đường là ví cho Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Đẳng Chánh Giác. Hai con đường trước là chỉ cho sự hồ nghi của chúng sanh. Con đường trái là chỉ cho ba pháp bất thiện: tham, nhuế và hại giác. Con đường bên phải là chỉ cho ba thiện giác: xuất yếu ly dục giác, bất sân giác, bất hại giác. Đi về đường bên trái là chỉ cho tà kiến, tà chí, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà phương tiện, tà niệm, tà định. Đi về đường bên phải là chỉ cho chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Còn hầm hồ và dòng nước là chỉ cho sân nhuế, buồn lo, che lấp. Rừng cây là chỉ cho năm công đức của dục. Thành kia là chỉ cho Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Đê Xá, số 271)

### **163. HÀNG PHỤC MA OÁN**

Tịch tĩnh, sạch các lậu  
Tỳ-kheo trang nghiêm tốt  
Ly dục, đoạn các kết  
Không tái sanh, Niết-bàn  
Giữ thân sau cùng này  
Hàng phục giặc ma oán.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Thiện Sanh, số 1062)

### **164. HÀNH THỌ ẤM**

Tướng tạo tác hữu vi là hành thọ ấm. Tạo tác cái gì? là tạo tác sắc, tạo tác thọ, tưởng, hành và thức. Cho nên tướng tạo tác hữu vi là hành thọ ấm.

Lại nữa, hành thọ ấm này là pháp vô thường, khô, biến dịch.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Ấm Thế Thực, số 46)

### **165. HÀNH VÓN KHÔNG CHẮC NHƯ BỆ CHUỐI**

Này các Tỳ-kheo, giống như người mắt sáng muốn tìm gỗ cứng chắc, nên cầm búa bén đi vào rừng núi. Thấy một cây chuối lớn, thân dài lớn ngay thẳng, y liền đốn gốc, chặt đứt ngọn nó, lột bỏ hết bẹ, cuối cùng không có gì là chắc thật. Nếu người nào có mắt sáng thì sẽ quán sát, tư duy, phân biệt và khi đã quán sát, tư duy, phân biệt rồi thì sẽ thấy rằng không gì có cả, không gì là bền chắc, không

gì là chắc thật, không gì là kiên cố. Vì sao? Vì trong cây chuối kia không có gì là chắc thật.

Cũng vậy những gì thuộc về hành, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, Tỳ-kheo, hãy quán sát, tư duy, phân biệt thật kỹ, không gì là có, không gì là bền chắc, không gì là chân thật, không có gì là kiên cố; chúng như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại; là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì hành vốn không chắc thật.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Bào Mạt, số 265)

## **166. HẢO TÂM CÚNG DƯỜNG**

Giống như bên cạnh thành ấp, làng xóm có ao nước trong sạch mát mẻ, cây cối che mát, khiến mọi người yêu thích, nhiều người chịu dùng, cho đến loài cầm thú.

Cũng vậy, thiện nam tử kia được tài lợi thắng diệu, tự cúng dường tùy thích, phụng dưỡng cha mẹ, cũng cúng dường cho Sa-môn, Bà-la-môn, gieo trồng vào ruộng phước thù thắng, để hướng đến chỗ cao quý, đời sau sanh về cõi trời; được tiền của thù thắng, biết cách thọ dụng rộng rãi để thu lợi lớn gấp bội.



## 167. HẠT GIỐNG ĐẮNG

Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Sáng nay, Ta đắp y, ôm bát vào thành khát thực, thấy một Tỳ-kheo đứng dưới bóng cây, nương vào ác tham dục, phát sanh giác tưởng bất thiện. Khi Ta thấy vậy liền bảo rằng: ‘Tỳ-kheo! Tỳ-kheo! Chớ gieo trồng hạt giống đặng, để rồi xông lên mùi thối, nước rỉ chảy ra. Nếu Tỳ-kheo nào gieo trồng hạt giống đặng, để rồi xông lên mùi thối, nước rỉ chảy ra, mà muốn cho ruồi nhặng không tranh nhau bu lại, thì điều đó không thể có được.’ Lúc đó, Tỳ-kheo kia liền tự nghĩ: ‘Phật đã biết được niệ̣m của ta.’ Lòng cảm thấy hổ thẹn, sợ hãi đến nổi lông dựng cả lên, rồi theo đường mà đi.

Khi ấy, có một Tỳ-kheo từ chỗ ngồi đứng dậy, sửa lại y phục, bày áo vai bên hữu, chấp tay bạch Phật: Bạch Thế Tôn, thế nào là hạt giống đặng? Thế nào là sanh hôi thối? Thế nào là nước rỉ chảy? Thế nào là ruồi nhặng?

Phật bảo Tỳ-kheo: Phần nộ, phiền oán gọi là hạt giống đặng. Công đức ngũ dục gọi là sanh hôi thối. Đối với lục xúc nhập xứ không nhiếp luật nghi gọi là chất nước rỉ chảy. Và khi đã không nhiếp xúc nhập xứ, thì các tâm ác bất thiện, tham ưu tranh nhau sanh ra, đó gọi là ruồi nhặng.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Khổ Chúng, số 1081)

## 168. HÃY DỨT ÁI DỤC

Tôn giả A-nan liền vì Tỳ-kheo-ni này nói pháp: Này cô, như cái thân này là do thức ăn ướ tập nuôi lớn, do kiêu mạn nuôi lớn, do ái nuôi lớn, do dâm dục nuôi lớn. Này cô, nương nơi thức ăn ướ tập thì nên dứt các thức ăn ướ tập. Nếu nương nơi kiêu mạn, thì nên dứt kiêu mạn. Nương nơi ái dục, hãy dứt ái dục.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Tỳ-kheo-ni, số 564)

## 169. HỆ PHƯỚC

Phước có bốn, đó là tham dục phước, sân nhuế phước, giới thủ phước và ngã kiến phước.

Bà-la-môn Diêm-phù-sa hỏi Tôn giả Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thì có thể đoạn trừ những phước này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 170. HIỆN HIỆN NHƯ THẬT

Tỳ-kheo phải siêng năng phương tiện tu tập thiền định, tư duy, nội tâm tĩnh lặng. Vì sao?

Vì Tỳ-kheo cần phải tinh tấn siêng năng phương tiện thiền định, tư duy, khiến nội tâm tĩnh lặng, hiện hiện như thật như vậy. Thế nào là hiện hiện như thật? Già chết được

hiển hiện như thật, sự tập khởi của già chết, sự diệt tận của già chết, con đường đưa đến sự diệt tận của già chết được hiển hiện như thật. Sanh, hữu, thủ, ái, thọ, xúc, sáu nhập xứ, danh sắc, thức, hành được hiển hiện như thật; sự tập khởi của hành, sự diệt tận của hành, con đường đưa đến sự diệt tận của hành được hiển hiện như thật. Các pháp này vốn vô thường, hữu vi, hữu lậu, được hiển hiện như thật.

(Tập A-hàm, Quyển 15, Kinh Tu Tập, số 367)

## **171. HIỆN HỮU CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về thức? Có sáu thức thân. Thức của mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Đó gọi là sự hiện hữu của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

## **172. HIẾU KÍNH CHA MẸ**

Bà-la-môn trẻ Uất-đa-la đến chỗ Đức Phật bạch Phật rằng: Bạch Thế Tôn, con thường đi khát thực như pháp, đem cúng dường cho cha mẹ, khiến cho ông bà được an vui, xa lìa khổ. Bạch Thế Tôn, việc làm của con như vậy có nhiều phước không?

Phật bảo Uất-đa-la: Thật có nhiều phước. Vì sao? Vì nếu có người nào khát cầu đúng pháp, để cúng dường cha mẹ, làm cho an vui, trừ khổ não, thì thật là người có phước lớn.

Bấy giờ, Đức Thế Tôn liền nói bài kệ rằng:

Như người đời cha mẹ  
Cung kính và cúng dường  
Đời này lưu tiếng thơm  
Khi chết được lên trời.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Hiếu Dưỡng, số 88)

### 173. HỘ NHÃN CĂN

Này các Tỳ-kheo, nếu nếm vị nơi mắt, thì nên biết, Sa-môn, Bà-la-môn đó không tự tại thoát khỏi bàn tay của ma, bị ma trói buộc và lọt vào sự trói buộc của ma. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Nếu Sa-môn, Bà-la-môn nào mà không nếm vị nơi mắt thì nên biết Sa-môn, Bà-la-môn đó không chạy theo ma, thoát khỏi bàn tay của ma, không lọt vào sự trói buộc của ma.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Vị, số 243)

### 174. HỘ NHĨ CĂN

Tỳ-kheo, phàm phu ngu si không học, thà dùng lửa đốt cháy que đồng rồi đem thui con mắt của mình, khiến cho nó cháy thiêu, chứ không để nhãn thức chấp vào sắc tướng mà chấp thủ hình dáng tốt đẹp. Vì sao? Vì chấp vào sắc tướng, chấp thủ những hình ảnh tốt đẹp, nên bị rơi vào đường ác, như hòn sắt bị chìm.

Phàm phu ngu si, không học, thà nung đỏ dùi sắt đem dùi lỗ tai mình còn hơn là dùng nhĩ thức chấp vào âm

thanh mà chấp thủ tiếng hay. Vì sao? Vì nhĩ thức chấp vào âm thanh mà chấp thủ tiếng hay, thì khi thân hoại mạng chung sẽ rơi vào trong đường ác, như hòn sắt bị chìm.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thiêu Nhiệt, số 241)

### **175. HỘ THÂN CĂN**

Phàm phu ngu si, không học, thà dùng thanh sắt cứng, cây giáo mũi nhọn đâm vào thân thể mình, còn hơn là dùng thân thức chấp vào sự xúc chạm mà chấp thủ cảm giác xúc chạm êm ái. Vì sao? Vì chấp vào sự xúc chạm mà chấp thủ cảm giác xúc chạm êm ái, thì khi thân hoại mạng chung, sẽ rơi vào trong đường ác, như hòn sắt bị chìm.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thiêu Nhiệt, số 241)

### **176. HỘ TỶ CĂN**

Phàm phu ngu si, không học, thà dùng lưỡi dao bén cắt đứt mũi mình đi, còn hơn là dùng tỷ thức chấp vào mùi mà chấp thủ hương thơm. Vì sao? Vì chấp vào hương mà chấp thủ mùi thơm, thì khi thân hoại mạng chung sẽ rơi vào trong đường ác, như hòn sắt bị chìm.

Phàm phu ngu si, không học, thà dùng lưỡi dao bén cắt đứt lưỡi mình đi, còn hơn là dùng thiệt thức chấp vào vị mà chấp thủ vị ngon. Vì sao? Vì chấp vào vị mà chấp thủ vị ngon, thì khi thân hoại mạng chung sẽ rơi vào trong đường ác, như hòn sắt bị chìm.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thiêu Nhiệt, số 241)

### **177. HOA SEN KHÔNG DÍNH NƯỚC**

Nếu không có ái niệm thế gian  
Thì không lo trần lao ưu khổ  
Tiêu diệt hết tất cả ưu khổ  
Giống như hoa sen không dính nước.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Kiệt Đàm, số 913)

### **178. HƠN THUA ĐỀU KHÔNG YÊN**

Người hơn liền thêm oán  
Người thua nằm không yên  
Hơn thua đều buông xả  
Là được ngủ an lành.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Mạ Ly, số 1153)

### **179. HUỆ THÍ**

Tịnh tín tâm huệ thí  
Đời này và đời sau  
Theo chỗ người này đến  
Phước báo theo như bóng.

Cho nên bỏ keo kiệt  
Hành huệ thí không nơ  
Thí rồi, tâm hoan hỷ  
Đời này đời khác nhận.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Hoan Hỷ, số 999)

## **180. HƯỚNG ĐẾN DIỆT TẬN**

Mất quá khứ, vị lai là vô thường, hướng chi là mất hiện tại. Đa văn Thánh đệ tử quán sát như vậy, chẳng luyến tiếc mất quá khứ, chẳng hân hoan mất vị lai, đối với mất hiện tại sanh ra nhàm tởm, ly dục, hướng đến diệt tận. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng nói như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Vô Thường, số 333)

## **181. HỮU HỌC LẬU TẬN**

Nếu Tỳ-kheo còn ở địa vị hữu học mà hướng thượng muốn cầu an trụ Niết-bàn an ổn; Thánh đệ tử tu tập, tu tập nhiều như thế nào để ở trong pháp luật này có thể dứt sạch các lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, ngay trong đời này tự biết tác chứng: Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa. Hãy an trụ nơi bốn Niệm xứ.

Những gì là bốn Niệm xứ? Đó là, niệm xứ quán thân trên nội thân cho đến niệm xứ quán thọ, tâm, pháp. Tu tập bốn Niệm xứ như vậy, tu tập nhiều, ở trong pháp luật này có thể dứt sạch các lậu, tâm giải thoát vô lậu, tuệ giải thoát, ngay trong đời này tự biết tác chứng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 20, Kinh Hữu Học Lậu Tận, số 542)

## 182. HỮU LƯU VÀ HỮU LƯU DIỆT

Hữu lưu là những kẻ phàm phu ngu si, không học, không biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc. Vì không biết như thật nên, đối với sắc lại ái lạc, tán thán, chấp chặt, đắm nhiễm. Do duyên ái lạc sắc nên có thủ; duyên thủ nên có hữu; duyên hữu nên có sanh; duyên sanh nên có già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não tăng trưởng; như vậy là tập khởi của luân một khối khổ lớn. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Đó gọi là hữu lưu.

Đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc. Do biết như thật nên, đối với sắc kia không khởi ái lạc, tán thán, chấp chặt, đắm nhiễm. Vì không ái lạc, tán thán, chấp chặt, đắm nhiễm nên, sắc ái diệt; do ái diệt nên thủ diệt; do thủ diệt nên hữu diệt; do hữu diệt nên sanh diệt; do sanh diệt nên già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não luân một tụ khổ lớn như vậy diệt. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Đó gọi là những lời dạy của Như Lai về hữu lưu và hữu lưu diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Hữu Lưu, số 111)



### **183. HỖ GIÁC CHI**

Khi tâm điệu cử khởi lên, nếu tâm điệu cử, do dự, mà tu Trạch pháp giác phần, Tinh tấn giác phần, Hỷ giác phần, làm tăng thêm điệu cử.

Này các Tỳ-kheo, khi tâm yếu đuối sanh khởi, nếu tâm yếu đuối, do dự. Lúc bấy giờ nên tu Trạch pháp giác phần, Tinh tấn giác phần, Hỷ giác phần. Vì sao? Vì khi tâm yếu đuối sanh khởi, nếu tâm yếu đuối, do dự, bằng các pháp này mà được khai thị, chỉ giáo, khích lệ, làm cho hoan hỷ. Thí như một đóm lửa muốn cho nó cháy lên, thì nên cho cỏ khô vào.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Hòa, số 714)

### **184. KEO KIỆT**

Hồ nước nơi hoang mạc  
Dù trong mát sạch sẽ  
Mà không người thọ dụng  
Thì nơi đó khô hết.

Cũng vậy của thắng diệu  
Mà ở nơi người ác  
Không thể tự thọ dụng  
Cũng không thương giúp ai.

Luống tự gom góp khổ  
Chứa rồi tự tiêu tán.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Bồn Sển, số 1232)

## 185. KẾT QUẢ KHI NGHE PHÁP

Trong hàng Thanh văn của Ta, có người tâm ngay thẳng, không siểm trá, không huyễn ngụy; Ta đã giáo hóa người này mười năm. Do nhân duyên này, người ấy có thể trong vòng trăm, ngàn, vạn năm chỉ một mực hỷ lạc, tâm lạc, phần nhiều trụ thiền định. Điều này chắc chắn là có.

Lại nữa, thôi, không tính mười năm, mà chín năm, tám năm, cho đến một năm, mười tháng, chín tháng, cho đến một tháng; mười ngày, chín ngày, cho đến một ngày một đêm, nếu đã được Ta giáo hóa, thì đến sáng hôm sau họ có thể tiến bộ vượt bậc. Sáng sớm đã được giáo hóa thì đến chiều tối, có thể tiến bộ gấp bội. Vì nhân duyên này, nên trong vòng trăm, ngàn, vạn năm chỉ một mực hỷ lạc, tâm lạc, phần nhiều trụ thiền định, thành tựu hai quả. Hoặc quả Tu-đà-hàm hay quả A-na-hàm. Vì người này trước đó đã đắc Tu-đà-hoàn rồi.

(Tập A-hàm, Quyển 41, Kinh Thích Thi, số 1121)

## 186. KHAI THỊ VÔ THƯỜNG

Mệnh sống rất ngắn, chỉ thoáng đã trở thành đời sau. Hãy nên siêng tu tập pháp thiện, tu các phạm hạnh. Không có gì sanh mà không chết. Nhưng người thế gian không siêng năng, nỗ lực chuyên tu pháp thiện, tu hiền, tu nghĩa.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Trường Thọ, số 1084)

## 187. KHẤP THÍ

Người trí được của nhiều  
Tự mình vui thọ dụng  
Thí khắp làm công đức  
Giúp đỡ cho thân thuộc.

Tùy chỗ cần cung cấp  
Như trâu chúa lãnh đàn  
Bố thí cùng thọ dụng  
Không mất cơ hội cần.

Nương lý mà mạng chung,  
Sanh Thiên hưởng phước lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Bồn Sển, số 1232)

## 188. KHÉO ĐIỀU PHỤC

Thế nào là sáu căn khéo điều phục, khéo đóng kín, khéo giữ gìn, khéo chấp trì, khéo tu tập thì ở đời vị lai sẽ được an vui?

Đa văn Thánh đệ tử khi mắt thấy sắc không chấp thủ tướng chung, không chấp thủ tướng riêng; bất kể nhãn căn

hướng đến nơi nào, vẫn thường an trú với luật nghi. Những pháp ác, bất thiện tham ái ở thế gian không lọt vào tâm, có thể sanh ra các luật nghi, khéo thủ hộ nhãn căn. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Đó gọi là sáu căn khéo điều phục, khéo đóng kín, khéo giữ gìn, khéo chấp trì, khéo tu tập, thì ở đời vị lai sẽ được an vui.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thoái Chuyển và Không Thoái Chuyển, số 273)

### **189. KHÉO THỂ NHẬP**

Đa văn Thánh đệ tử, nếu đối với sự tập khởi của thế gian, sự diệt tận của thế gian, mà chánh trí như thật, khéo léo thấy, khéo tỉnh giác, khéo thể nhập, thì đó gọi là Thánh đệ tử chiêu cảm được pháp lành này, đạt được pháp lành này, biết pháp lành này, nhập pháp lành này; giác ngộ biết, giác ngộ thấy được sự sanh diệt của thế gian; thành tựu được sự xuất ly của Hiền thánh, dứt sạch khổ và đến nơi tận cùng của mé khổ một cách chân chánh. Vì sao? Vì đa văn Thánh đệ tử đã biết như thật về sự tập khởi của thế gian, về sự diệt tận của thế gian, nên khéo thấy, khéo tỉnh giác, khéo thể nhập.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Phi Nhữ Sở Hữu, số 295)

### **190. KHÉO THUYẾT PHÁP**

Nếu thuyết pháp mà điều phục dục tham, điều phục sân nhuế, điều phục ngu si; đó gọi là vị khéo thuyết pháp. Nếu hướng đến sự điều phục dục tham, hướng đến sự điều phục sân nhuế, hướng đến sự điều phục ngu si; đó gọi là

chánh hướng. Nếu tham dục đã bị đoạn tận, đã được biên tri không dư tàn; sân nhuế và ngu si đã bị đoạn tận, đã được biên tri không dư tàn; đó gọi là thiện thế.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 191. KHÓ DÒ

Tất cả giới đầy đủ  
Trí tuệ khéo chánh thọ  
Trong chánh niệm tư duy  
Vượt qua dòng khó vượt.

Không nhiễm tướng dục này  
Vượt qua sắc ái kia  
Tham, hỷ đều đã hết  
Không vào chỗ khó dò.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Chiên-đàn II, số 1316)

## 192. KHỔ-TẬP-TẬN-ĐẠO

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên tu Khổ-Tập-Tận-Đạo. Vậy để đoạn trừ những pháp vô

thường nào phải tu Khổ-Tập-Tận-Đạo? Đoạn trừ sắc vô thường nên tu Khổ-Tập-Tận-Đạo; đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường nên tu Khổ-Tập-Tận-Đạo.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Khổ Tập Tận Đạo, số 184)

### **193. KHỔ VÌ BỊNH**

Tỳ-kheo Sai-ma nói với Tỳ-kheo Đà-sa rằng: Bệnh của tôi không bớt, thân không được an ổn, các thứ khổ bức bách càng tăng thêm, không cứu nổi. Giống như người có nhiều sức mạnh bắt lấy người gầy yếu đuối, dùng dây trói chặt vào đầu cùng hai tay, rồi siết chặt làm cho đau đớn vô cùng.

Hiện tại sự thống khổ của tôi còn hơn cả người kia nữa. Giống như tên đồ tể dùng dao bén mổ bụng bò lấy nội tạng nó ra; sự đau đớn bụng con bò như thế nào có thể chịu nổi, còn hiện tại sự đau đớn bụng của tôi, hơn cả sự đau của con bò kia. Như hai lực sĩ bắt một người yếu đuối treo lên trên lửa rồi đốt hai chân họ, hiện nay hai chân của tôi còn nóng hơn người kia.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Sai Ma, số 103)

### **194. KHỔ VÔ LƯỢNG**

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Các Tỳ-kheo, nếu thấy các chúng sanh chịu các khổ não, thì nên nghĩ rằng: ‘Ta từ

vô thí sanh tử luân hồi mãi cho đến nay, cũng đã từng chịu khổ như vậy, đến số vô lượng.’

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Khổ Não, số 943)

## 195. KHÔNG AI KHÔNG CHẾT

Cho dù dòng họ Bà-la-môn, Sát-đế-lợi, hay gia chủ, nếu có sanh đều phải chết, không ai không chết. Cho dù là Đại vương Sát-đế-lợi, ở ngôi quán đảnh, làm vua bốn thiên hạ, được sức tự tại; đối với các địch quốc đều hàng phục, cuối cùng không ai là không chết. Lại nữa, Đại vương, dù sanh trời Trường thọ, làm vua Thiên cung, tự tại khoái lạc, cuối cùng cũng phải chấm dứt. Lại nữa, Đại vương, Tỳ-kheo A-la-hán các lậu đã hết, đã lìa các gánh nặng, việc cần làm đã làm xong, đã được lợi mình, hết các hữu kết, chánh trí, tâm khéo giải thoát, vị ấy cũng phải chấm dứt, xả thân vào Niết-bàn.

Lại nữa, hàng Duyên giác, khéo điều phục, khéo tịch tĩnh, khi hết thân mạng này, cuối cùng cũng vào Niết-bàn. Chư Phật Thế Tôn đầy đủ mười lực, bốn vô sở úy, hơn tiếng rống sư tử, cuối cùng cũng xả thân vào Bát-niết-bàn. Vì vậy, Đại vương nên biết, tất cả chúng sanh, tất cả côn trùng, cho đến tất cả quỷ thần, có sanh đều phải chết, rốt cùng cũng phải chấm dứt, không có ai sanh ra mà không chết.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Mẹ, số 1227)

## 196. KHÔNG BUÔNG LUNG

Vì những hạng Tỳ-kheo nào mà nói hành không buông lung? Đó là hàng Tỳ-kheo còn ở học địa, tâm, ý chưa được tăng thượng an ổn, hướng đến an trụ Niết-bàn. Đối với những hàng Tỳ-kheo như vậy, Ta vì họ mà nói hành không buông lung. Vì sao?

Vì hàng Tỳ-kheo này đang tập học các căn, tâm còn ái lạc theo các phương tiện sinh sống, gần gũi bạn lành, chẳng bao lâu các lậu được đoạn trừ, được vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát; ngay trong hiện tại tự tri tự tác chứng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thế Gian Ngũ Dục, số 212)

## 197. KHÔNG CHẤP HÌNH TƯỚNG XẤU

Chim bay cùng thú chạy  
Tất cả sợ sư tử  
Sư tử vua loài thú  
Không có loài nào bằng.

Cũng vậy, người trí tuệ  
Tuy nhỏ nhưng mà lớn  
Chớ chấp thân tướng họ  
Mà sanh tâm khinh mạn.



Nào cần thân to lớn  
Thịt nhiều không trí tuệ  
Trí tuệ hiền thắng này  
Chính là bậc Thượng sĩ.

Ly dục, đoạn các kết  
Không tái sanh, Niết-bàn  
Giữ thân sau cùng này  
Hàng phục các ma quân.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Xú Lộ, số 1063)

## **198. KHÔNG CHẤP THỦ MONG CẦU**

Tỳ-kheo này đã biết như vậy, thấy như vậy rồi, kiến chấp liên hệ biên tế quá khứ vĩnh viễn diệt tận không dư tàn. Khi kiến chấp liên hệ biên tế quá khứ vĩnh viễn diệt tận không dư tàn, thì kiến chấp liên hệ biên tế vị lai cũng vĩnh viễn diệt tận không dư tàn. Khi kiến chấp liên hệ biên tế vị lai cũng vĩnh viễn diệt tận không dư tàn, thì kiến chấp liên hệ biên tế quá khứ và biên tế vị lai cũng diệt tận không dư tàn, không còn gì ngăn che.

Khi đã không còn gì ngăn che, thì đối với các thế gian đều không có gì để chấp thủ. Không chấp thủ nên cũng không có gì để mong cầu. Không có gì để mong cầu, nên tự mình chứng ngộ Niết-bàn: Ta, sự sanh đã dứt, phạm

hạnh đã lập, những điều cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Bất Lạc, số 60)

## 199. KHÔNG CÓ GÌ CHẤP TRƯỚC

Phàm phu chúng sanh ngu si không học ở chỗ không sợ hãi mà sanh ra sợ hãi. Phàm phu chúng sanh ngu si không học sanh ra sự sợ hãi rằng không ngã, không ngã sở; cả hai sẽ chẳng sanh.

Do vin bám mà có bốn trú xứ của thức.

Thức trụ nơi sắc, vin bám sắc, ham muốn sắc, để tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn.

Thức trú nơi thọ, tưởng, hành, vin bám hành, ham muốn hành, để tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn.

Tỳ-kheo, thức ở nơi này, hoặc đến, hoặc đi, hoặc ở, hoặc khởi, hoặc diệt, tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn. Nếu nói rằng lại có pháp khác và ở đó thức hoặc đến, hoặc đi, hoặc ở, hoặc khởi, hoặc diệt, tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn; thì đây chỉ có trên ngôn thuyết, chứ nếu hỏi đến, thì sẽ không biết, chỉ tăng thêm ngu si, vì chúng chẳng phải là cảnh giới. Vì sao?

Tỳ-kheo, xa lìa tham dục của sắc giới, thì triền phược của ý sanh đối với sắc cũng sẽ bị đoạn trừ. Khi triền phược của ý sanh đối với sắc bị đoạn trừ rồi, thì sự vin bám của thức cũng sẽ bị đoạn trừ. Khi ấy, thức không có chỗ trú,

cũng không tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn trở lại. Khi triền phục của ý sanh đối với thọ, tưởng, hành giới, nếu đã liã tham dục rồi, thì sự vin bám của thức cũng sẽ bị đoạn trừ.

Khi ấy, thức không có chỗ trú, cũng không tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn trở lại. Vì thức không chỗ trụ, nên không tăng trưởng. Vì không tăng trưởng nên không có gì để tạo tác. Vì không có gì để tạo tác cho nên được an trụ. Vì đã an trụ nên biết đủ. Vì đã biết đủ nên được giải thoát. Vì đã giải thoát nên đối với các thế gian đều không có gì để chấp thủ. Vì không có gì để chấp thủ nên không có gì để đả trước. Vì không có gì để đả trước nên tự mình giác ngộ Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Ưu-Đà-Na II, số 64)

## **200. KHÔNG CÒN ĐỜI KHÁC**

Nhiếp trì thân, miệng, ý  
Không tạo ba pháp ác  
Sống tại nhà của mình  
Rộng họp nhiều khách khứa.

Tín, bố thí tài, pháp  
Dùng pháp lập tất cả  
Trụ kia, học pháp kia  
Không còn sợ đời khác.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Chiên-đàn, số 1315)

## 201. KHÔNG ĐỀ THẤT NIỆM

Vào thời quá khứ, có đám cỏ trong sông và có con rùa sống trong bụi cỏ ấy. Khi đó có một con dã can đói đi tìm thức ăn. Vừa thấy con rùa, nó vội nhảy tới vồ lấy. Con rùa thấy vậy, liền thu hết đầu đuôi và bốn chân vào trong mai. Dã can canh đợi con rùa thò đầu, chân ra là chụp ăn liền. Nhưng chờ lâu quá, mà nhất định rùa không thò đầu và chân ra. Dã can đói quá, tức tối bỏ đi.

Này các Tỳ-kheo, ngày nay các ông cũng lại biết như vậy. Ma Ba-tuần luôn luôn dò xét tìm cơ hội bên các ông. Mong đợi mắt các ông đăm sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý nhớ pháp mà xúi dục sanh tâm đăm nhiễm sáu trần. Cho nên Tỳ-kheo, các ông phải luôn luôn giữ gìn luật nghi của mắt. Khi đã giữ gìn an trụ nơi luật nghi của mắt rồi, dù mắt có sanh khởi hoặc duyên cảnh đi nữa thì ác Ma Ba-tuần cũng không thể tìm được cơ hội. Tai mũi, lưỡi, thân, ý cũng lại như vậy. Dù sáu căn kia có sanh khởi hoặc duyên cảnh đi nữa, thì chúng cũng không thể tìm được tiện lợi. Giống như con rùa, dã can không thể tìm được cơ hội nào.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Con Rùa, số 1167)

## 202. KHÔNG KHỦNG BỐ CHÚNG SANH

Nếu thân không sát hại

Cả khẩu, ý cũng vậy

Thì đó lia sát hại

Không khủng bố chúng sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Bất Hại, số 1156)

## 203. KHÔNG NGÃ MẠN

Đa văn Thánh đệ tử ở nơi sắc không thấy là ngã, là khác ngã, là ở trong nhau. Ở nơi thọ, tưởng, hành, thức cũng không thấy là ngã, là khác ngã, là ở trong nhau.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Âm Căn, số 58)

## 204. KHÔNG RỜI KHỎI SẮC

Chúng sanh, đối với sanh tử vô thủ, vì bị vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, luân hồi trong lâu dài, mà không biết được biên tế tối sơ của khổ.

Này các Tỳ-kheo, giống như con chó bị dây cột vào trụ. Dây trời không đứt, nó xoay chuyển quanh cây trụ, khi đứng, khi nằm, không rời khỏi trụ. Cũng vậy, chúng sanh phạm phu ngu muội, đối với sắc không lìa tham dục, không xa lìa ái, không lìa niệm, không xa lìa khát, luân hồi theo sắc, chuyển xoay theo sắc, khi đứng, khi ngồi, không rời khỏi sắc. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng vậy, theo thọ, tưởng, hành, thức chuyển xoay, khi đứng, khi nằm không rời khỏi thức.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri II, số 267)

## 205. KHÔNG RƠI VÀO ĐƯỜNG ÁC

Có một người, ở trong một kiếp sanh tử luân hồi, xương trắng chồng chất không bị mục nát, như núi Tỳ-phú-la. Nếu vị Thánh đệ tử nào biết như thật về Thánh đế khổ này, biết như thật về sự tập khởi của khổ này, biết như

thật về sự diệt tận của khổ này, biết như thật về con đường đưa đến sự diệt khổ này; sau khi vị ấy biết như vậy, thấy như vậy, tất đoạn trừ ba kết: thân kiến, giới thủ và nghi. Khi đoạn trừ được ba kết này, đắc Tu-đà-hoàn, không rơi vào pháp đường ác, quyết định hướng thẳng Chánh giác, chỉ còn bảy lần qua lại Trời, Người, cứu cánh thoát khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Thảo Mộc, số 940)

## **206. KHÔNG SANH NÊN KHÔNG TRÓI BUỘC**

Thế nào là nếu không sanh thì không trói buộc?

Đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự tận diệt của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc. Vì đã biết như thật, nên không ái hỷ, tán thán, thủ trước; không buộc chặt ngã và ngã sở, mà chấp thủ. Vì không chấp thủ nên sắc kia nếu biến chuyển hay đổi khác, tâm không theo đó mà biến khác. Vì tâm không theo sự biến khác, nên tâm không bị trói buộc, nắm giữ tâm mà trụ. Do không nắm giữ tâm mà trụ, nên tâm không sợ hãi, chướng ngại, hoài vọng; vì không sanh nên không trói buộc vậy. Đó gọi là không sanh, nên không có trói buộc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Hệ Trước, số 44)

## **207. KHÔNG SANH NHIỄM TRƯỚC**

Các ông chớ nói Đề-bà-đạt-đa đang được lợi dưỡng. Vì sao? Vì Đề-bà-đạt-đa này, nếu hưởng thọ lợi dưỡng riêng thì đời này tự hoại và đời sau cũng bị hoại. Ví như

cây chuối, lau, tre sanh quả liền chết, năm sau cũng hư hoại. Cũng lại như vậy, Đê-bà-đạt-đa, nếu thọ nhận sự cúng dường này, thì đời này bị hoại, đời sau cũng bị hoại.

Thí như con la mang thai thì chết; cũng như vậy Đê-bà-đạt-đa, nếu thọ nhận các lợi dưỡng thì đời này bị hoại, đời sau cũng bị hoại. Đê-bà-đạt-đa ngu si kia, sẽ tùy theo thời gian nhiều ít hưởng thụ lợi dưỡng này, mà phải lâu dài chịu khổ, không lợi ích. Cho nên, các Tỳ-kheo, nên học như vậy: ‘Dù có lợi dưỡng đến, tôi cũng không sanh tâm nhiễm trước.’

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Đê Bà, số 1064)

## 208. KHÔNG THAM LAM

Tự lạc hoặc đất trồng  
Thấy lợi, nói của ta  
Không hành tướng tham này  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

## 209. KHÔNG THAM LUYẾN NGŨ DỤC

Nan-đà, Ta muốn ngươi  
Tu tập a-lan-nhã  
Đi khát thực từng nhà  
Thân mặc áo phán tảo  
Thích ở chỗ núi khe  
Không tham luyện ngũ dục!

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Nan Đà II, số 1067)

## 210. KHÔNG THỦ THÌ KHÔNG ĐẮM

Thế nào là không thủ, thì không đắm?

Đa văn Thánh đệ tử ở nơi sắc không thấy ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; ở nơi sắc không thấy ngã và ngã sở để mà chấp thủ. Không thấy ngã và ngã sở để mà chấp thủ, khi sắc kia chuyển biến, hay đổi khác, thì tâm cũng không chuyển theo. Tâm không chuyển theo, không sanh thủ trước, nắm giữ tâm mà trụ. Do không nắm giữ tâm mà trụ, không sanh sợ hãi, chướng ngại, tâm loạn; do không thủ trước vậy.

Cũng vậy, ở nơi thọ, tưởng, hành, thức không thấy ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; ở nơi thức không thấy ngã và ngã sở để mà chấp thủ. Không thấy ngã và ngã sở để mà chấp thủ, khi thức kia chuyển biến, hay đổi khác, thì tâm cũng không chuyển theo. Tâm không chuyển theo, không sanh thủ trước, nắm giữ tâm mà trụ. Do không nắm giữ tâm mà trụ, không sanh sợ hãi, chướng ngại, tâm loạn; do không thủ trước vậy. Đó gọi là không thủ trước.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Thủ Trước, số 43)

## 211. KHÔNG TRI KHÔNG KIẾN

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Chúng sanh không tri không kiến, không nhân, không duyên’?



Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Vô Nhân Vô Duyên, số 159)

## 212. KHÔNG ƯA THÍCH

Lành thay! Tỳ-kheo không ưa sắc, không khen ngợi sắc, không chấp thủ sắc, không đắm trước sắc. Lành thay! Tỳ-kheo không ưa thọ, tưởng, hành, thức, không khen ngợi... thức, không chấp thủ... thức, không đắm trước... thức. Vì sao? Vì nếu Tỳ-kheo không ưa sắc, không khen ngợi sắc, không chấp thủ sắc, không đắm trước sắc, thì đối với sắc sẽ không ưa thích, tâm được giải thoát. Cũng vậy, đối với thọ, tưởng, hành, thức mà không ưa thức, không khen ngợi thức, không chấp thủ thức, không đắm trước thức, thì đối với thức sẽ không ưa thích, tâm được giải thoát.

Nếu Tỳ-kheo không ưa sắc, tâm được giải thoát. Cũng vậy, nếu không ưa thọ, tưởng, hành, thức, tâm được giải thoát, không sanh không diệt, bình đẳng an trú xả với chánh niệm chánh trí.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Bất Lạc, số 60)

## 213. KHÔNG, VÔ TƯỚNG, VÔ SỞ HỮU

Nếu Tỳ-kheo nào, ngồi dưới gốc cây, chỗ trống vắng, mà khéo quán sát sắc là vô thường, là pháp ma diệt, ly dục. Cũng vậy, quán sát thọ, tưởng, hành, thức là vô

thường, là pháp ma diệt, ly dục. Quán các thọ âm kia là vô thường, là pháp ma diệt, không bền chắc, biến dịch, thì tâm sẽ được an lạc, thanh tịnh, giải thoát. Đó gọi là Không. Quán sát như vậy cũng không thể lìa kiêu mạn, có tri kiến thanh tịnh.

Lại có tam-muội chánh tư duy, là quán sát sự đoạn tận của tướng sắc, sự đoạn tận của tướng thanh, hương, vị, xúc, pháp. Đó gọi là vô tướng. Quán sát như vậy cũng chưa lìa kiêu mạn, có tri kiến thanh tịnh.

Lại có tam-muội chánh tư duy, là quán sát sự đoạn trừ tướng tham, tướng sân nhuế, tướng ngu si. Đó gọi là Vô sở hữu. Quán sát như vậy cũng chưa lìa kiêu mạn, có tri kiến thanh tịnh.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Pháp Ân, số 80)

## **214. KIỂM BÉN**

Thí như gương bén hại  
Cũng như lửa cháy đầu  
Đoạn trừ thân sau rốt  
Chánh niệm cầu xa lìa.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Lợi Kiếm, số 586)

## **215. KIÊN CỐ CHỊU ĐỰNG**

Như vậy, các Tỳ-kheo, phải tinh cần, phương tiện, kiên cố chịu đựng, không bỏ pháp lành; cho dù gầy còm da bọc xương, cũng phải tinh cần phương tiện, không bỏ pháp

lành, cho đến nếu chưa đạt những điều đáng được, không lìa bỏ tinh tấn, thường nhiếp tâm sống không buông lung. Nhờ sống không buông lung nên ác ma Ba-tuần không tìm được cơ hội. Trong đời vị lai có các Tỳ-kheo mặc tình hưởng lạc, vô sự; tay chân mềm mại, lụa là làm gối, tứ chi nằm yên, ngủ mặt trời mọc vẫn chưa dậy, sống buông lung. Vì sống buông lung nên ác ma Ba-tuần tìm được cơ hội. Cho nên Tỳ-kheo phải học như vậy, tinh cần phương tiện, cho đến nếu chưa đạt những điều chưa được thì không từ bỏ phương tiện.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Mộc Chăm, số 1252)

## **216. KIẾN TỊNH ĐOẠN**

Thế nào gọi là Kiến tịnh đoạn? Thánh đệ tử nghe Đại Sư nói pháp; với pháp được nói như vậy, như vậy, thì như vậy, như vậy mà nhập chánh quán như thật, như vậy, như vậy mà được hoan hỷ, được tùy hỷ, được theo Phật.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Bà-đầu, số 565)

## **217. KIẾP HOẠI**

Này các Tỳ-kheo, có lúc, sau một thời gian lâu dài, quả đất này bị tan hoại. Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, vì vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, nên chúng sanh sống chết luân hồi. Ái kết không dứt, không chấm dứt được khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

## 218. KIẾP SỐ NHIỀU NHƯ HẠT CẢI

Có thể nói. Này Tỳ-kheo, thí như thành trì bằng sắt, vuông vức một do-tuần, từ trên xuống dưới cũng như vậy, bên trong đầy hạt cải. Cứ một trăm năm có người lấy một hạt cải. Số hạt cải kia có thể hết, nhưng kiếp vẫn còn chưa hết. Cũng vậy Tỳ-kheo, kiếp kia dài lâu như vậy. Kiếp dài cả trăm, ngàn, vạn, ức khổ lớn nối tiếp nhau, mà xương trắng chất thành gò, máu mủ chảy thành sông, trong các đường ác địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ. Tỳ-kheo, đó gọi là từ vô thủy sanh tử mãi luân hồi, không biết nguồn gốc khổ. Cho nên Tỳ-kheo, nên học như vậy: ‘Đoạn trừ các hữu, chớ cho tăng trưởng.’

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Thành Trì, số 948)

## 219. KIẾP TRƯỚC CỦA VUAA-DỤC

Lúc đó có hai em bé, một đẳng cấp thượng và một đẳng cấp thứ, cùng nhau vọc cát chơi đùa; một tên Xà-da, một tên Tỳ-xà-da. Từ xa trông thấy Thế Tôn đầy đủ ba mươi hai tướng bậc Đại nhân trang nghiêm thân, đồng tử Xà-da nghĩ thầm: Minh đem bột này cúng dường. Rồi tay nắm một nắm cát mịn bỏ vào bát Thế Tôn. Bây giờ, em bé kia phát nguyện rằng: Nhờ căn lành của công đức huệ thí này, mong con được làm một vị Tản cái vương của một thiên hạ, ngay đời này được cúng dường chư Phật.

Xà-da nhờ căn lành này được làm vua, vua xứ Diêm-phù-đề, cho đến thành Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. Thế Tôn nói:

A-nan nên biết, sau khi Ta diệt độ một trăm năm, đồng tử này sẽ ở tại ấp Ba-liên-phất thống lãnh một phương, làm Chuyển luân vương, họ Khổng Tước, tên A-dục, đem chánh pháp cai trị, giáo hóa nhân dân và lại còn phân bố rộng rãi xá-lợi của Ta, sẽ xây dựng tám muôn bốn ngàn tháp Pháp vương, đem lại sự an vui cho vô lượng chúng sanh.

A-nan! Hãy lấy nắm cát được bỏ thí trong bát đổ ra nơi chỗ Như Lai kinh hành. Ta sẽ đi nơi đó.

A-nan vâng lời Phật dạy, liền lấy cát trong bát Phật rải trên chỗ kinh hành.

(Tập A-hàm, Quyển 23, Kinh A-dục Vương Nhân Duyên, số 604)

## **220. KIẾT SỬ TRÓI BUỘC**

Thế nào là pháp bị kết sử trói buộc? Là mắt và sắc, tai và âm thanh, mũi và mùi, lưỡi và vị, thân và xúc, ý và pháp. Đó gọi là pháp bị kết sử trói buộc.

Thế nào là pháp kết sử? Là dục tham. Đó gọi là pháp kết sử.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Kết, số 239)

## 221. KIÊU MẠN

Đã lia nơi kiêu mạn  
Tâm thường vào chánh định  
Trí sáng khéo phân biệt  
Giải thoát tất cả phược.

Một mình nơi rừng vắng  
Tâm này không phóng dật  
Nhanh chóng vượt qua bờ  
Kẻ thù tử ma kia.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Kiêu Mạn số 995)

## 222. KINH SÁU ÁI THÂN

Có sáu ái thân. Đó là mắt tiếp xúc sanh ra ái và tai, mũi, lưỡi, thân, ý tiếp xúc sanh ra ái. Đó gọi là sáu ái thân.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Ái Thân, số 330)

## 223. LẬU TẬN

Nếu có Tỳ-kheo đang ở trong chỗ ngồi này nghĩ rằng: ‘Biết như thế nào, thấy như thế nào để nhanh chóng chứng đắc lậu tận?’ Ta đã từng nói pháp rằng:

‘Hãy khéo léo quán sát các ám; đó là bốn Niệm xứ, bốn Chánh cần, bốn Như ý túc, năm Căn, năm Lực, bảy Giác phần, tám Thánh đạo phần.’

Ta đã từng nói những pháp như vậy để quán sát các âm. Thế mà hiện nay vẫn còn có thiện nam tử, không muốn nỗ lực siêng thực hành, không nỗ lực siêng vui thích, không nỗ lực siêng suy nghĩ, không nỗ lực siêng tin tưởng, mà tự biếng lười, không nỗ lực tăng tiến để diệt tận được các lậu!

Lại nữa, nếu có thiện nam tử đối với những gì Ta đã nói, mà quán sát các âm, nỗ lực siêng ham muốn, nỗ lực siêng vui thích, nỗ lực siêng suy nghĩ, nỗ lực siêng tin tưởng, thì có thể nhanh chóng chứng đắc lậu tận.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Lậu Tận, số 57)

## **224. LẬU VÀ VÔ LẬU**

Thế nào là pháp hữu lậu? Nếu sắc là pháp hữu lậu, bị chấp thủ; sắc sanh ra ái và nhuế. Cũng vậy, thọ, tưởng, hành, thức là pháp hữu lậu, bị chấp thủ; thức kia sanh ra ái và nhuế. Đó gọi là pháp hữu lậu.

Thế nào là pháp vô lậu? Những gì sắc vô lậu, không bị chấp thủ; sắc kia hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai, sắc kia không sanh ái, nhuế. Cũng vậy, thọ, tưởng, hành, thức là vô lậu, không chấp thủ; thức kia hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai, không sanh ái, nhuế. Đó gọi là pháp vô lậu.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Lậu Vô Lậu, số 56)

## 225. LẤY DÙ CHE ĐÈN

Một thời, Phật ở trong vườn Cấp cô độc, rừng cây Kỳ-đà, tại nước Xá-vệ. Bấy giờ, vào lúc nửa đêm, trời mưa nhỏ, có chớp lóe chiếu sáng.

Phật bảo A-nan: Ông hãy lấy dù che đèn mang ra ngoài.

Tôn giả A-nan liền vâng lời lấy dù che đèn, đi theo sau Phật. Đến một nơi, Thế Tôn bỗng mỉm cười. Tôn giả A-nan bạch Phật rằng: Thế Tôn không khi nào cười mà không có nguyên nhân. Không rõ hôm nay Thế Tôn vì lý do gì mà mỉm cười?

Phật bảo A-nan: Đúng vậy, đúng vậy! Như Lai cười không phải là không có lý do. Hôm nay khi ông cầm dù che đèn đi theo Ta, thì Ta thấy Phạm thiên cũng lại như vậy, cầm dù che đèn đi theo sau Tỳ-kheo Câu-lân; Thích Đề-hoàn Nhân cũng cầm dù che đèn đi theo sau Ma-ha Ca-diếp; Trật-lật-đế-la-sắc-tra-la Thiên vương cũng cầm dù che đèn đi theo sau Xá-lợi-phất; Tỳ-lâu-lặc-ca Thiên vương cũng cầm dù che đèn đi theo sau Đại Mục-kiền-liên; Tỳ-lâu-bạc-xoa Thiên vương cũng cầm dù đi theo sau Ma-ha Câu-hy-la; Tỳ-sa-môn Thiên vương cũng cầm dù che đèn đi theo sau Ma-ha Kiếp-tân-na.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Tán Cái Phú Đẳng, số 872)



## **226. LOẠI NGƯỜI TỪ SÁNG VÀO SÁNG**

Thế nào là có người từ sáng vào sáng? Có người đời sanh vào gia đình giàu sang khoáng lạc như nhà dòng lớn Sát-đế-lợi, dòng lớn Bà-la-môn, nhà dòng lớn Trưởng giả, cùng sanh vào những gia đình giàu có khoáng lạc khác, có nhiều tiền bạc, của cải, nô tỳ, người sai khiến, nhóm họp nhiều người thân quen, thân thể đoan chánh, thông minh trí tuệ. Đây gọi là sáng. Ở trong chỗ sáng này, thân làm việc lành, miệng nói lời lành, ý nghĩ điều lành. Vì lý do này, khi thân hoại mạng chung, sanh lên đường lành, được hóa thân cõi trời. Giống như có người có người từ lâu cao, xuống cưỡi voi lớn, xuống voi lớn cưỡi ngựa, xuống ngựa đi xe, xuống xe ngồi giường; người từ sáng vào sáng cũng lại như vậy. Đó gọi là từ sáng vào sáng.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Sáng Tối, số 1146)

## **227. LOẠI NGƯỜI TỪ SÁNG VÀO TỐI**

Thế nào là người từ sáng vào tối?

Có người đời sanh vào gia đình giàu sang khoáng lạc như nhà dòng lớn Sát-đế-lợi, dòng lớn Bà-la-môn, nhà dòng lớn Trưởng giả, cùng sanh vào những gia đình giàu có khoáng lạc khác, có nhiều tiền bạc, của cải, nô tỳ, người sai khiến, nhóm họp nhiều người thân quen, thân thể đoan chánh, thông minh trí tuệ. Đó gọi là sáng. Ở trong chỗ sáng này, thân làm điều ác, miệng nói lời ác, ý nghĩ điều

ác. Vì lý do này, khi thân hoại mạng chung, sanh vào đường ác, rơi vào trong địa ngục.

Giống như có người từ lầu cao, xuống cưỡi voi lớn, xuống voi lớn cưỡi ngựa, xuống ngựa đi xe, xuống xe ngồi giường, xuống giường đi đất, từ đất rơi xuống hầm hố. Người từ sáng vào tối lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Sáng Tối, số 1146)

## **228. LOẠI NGƯỜI TỪ TỐI VÀO SÁNG**

Thế nào là từ tối vào sáng?

Người sanh vào nhà thấp hèn cho đến bị người sai làm những điều hèn hạ. Đó gọi là tối. Nhưng người ở trong tối này, thân làm việc lành, miệng nói lời lành, ý nghĩ điều lành; vì những lý do này, khi thân hoại mạng chung, người ấy sanh vào đường lành, được hóa sanh cõi trời.

Thí như người lên giường, cỡi ngựa, từ ngựa tiến lên voi; từ tối vào sáng cũng lại như vậy. Đó gọi là người từ tối vào sáng.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Sáng Tối, số 1146)

## **229. LOẠI NGƯỜI TỪ TỐI VÀO TỐI**

Đại vương, thế nào là loại người từ tối vào tối?

Có người sanh vào nhà thuộc dòng thấp hèn, như sanh vào nhà Chiên-đà-la, nhà người săn bắn, bắt cá, làm đồ tre, nhà người kéo xe và những nhà làm nghề nghiệp công xảo

hạ tiện khác; bần cùng, đoản mạng, hình thể tiều tụy mà lại tu hành theo nghiệp thấp kém, cũng lại bị người hạ tiện sai khiến. Đó gọi là tối. Ở trong chỗ tối này, thân lại làm việc ác, miệng nói lời ác, ý nghĩ điều ác. Vì những lý do này, khi thân hoại mạng chung, sẽ sanh vào đường ác, rơi vào trong địa ngục.

Giống như người từ tối vào tối, từ nhà xí vào nhà xí, lấy máu rửa máu, bỏ ác lấy ác. Người từ tối vào tối cũng lại như vậy, cho nên gọi là từ tối vào tối.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Sáng Tối, số 1146)

### **230. LỜI CHÂN CHÍNH**

Không nói lời phi giáo  
Không nghĩa, không lợi ích  
Thường nói lời thuận pháp  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### **231. LÒNG TIN**

Thiện nam có lòng tin, cần suy nghĩ như vậy:

‘Ta nên thuận theo pháp. Ta hãy an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều, về yểm ly đối với sắc; an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều, về yểm ly đối với thọ, tưởng, hành, thức.’

Thiện nam tử có lòng tin bền an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều, về yểm ly đối với sắc; an trụ với sự tu tập tu tập nhiều, về yểm ly đối với thọ, tưởng, hành, thức, nên đối với sắc được yểm ly; đối với thọ, tưởng, hành, thức được yểm ly. Do yểm ly mà ly dục, giải thoát, giải thoát tri kiến, biết

rằng ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tín, số 47)

### **232. LỪA BÒ KHỎE QUA DÒNG NƯỚC**

Như người khéo chặn bò nước Ma-kiệt-đề, kể đến, thứ hai, lừa những con bò trẻ sung sức, cắt ngang dòng nước mà qua.

Cũng vậy, các hàng Thanh văn của Ta đoạn tận năm hạ phần kết sử, được A-na-hàm, đối với việc thọ sanh kia, không trở lại cõi này nữa; lại cũng cắt đứt dòng tham dục ác ma, được an ổn qua sanh tử, đến bờ kia.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Chăn Bò, số 1248)

### **233. LỪA BÒ YẾU Ở CUỐI DÒNG NƯỚC**

Như người khéo chặn bò nước Ma-kiệt-đề, tiếp đến, thứ ba, lừa bầy bò nhỏ yếu theo phía dưới dòng, được qua an ổn. Cũng vậy, hàng Thanh văn của Ta đã đoạn ba kết; tham, sân, si mỏng, đắc Tư-đà-hàm, tái sanh cõi này một lần, rốt ráo hết khổ, cắt ngang dòng ác ma tham dục kia, được an ổn qua sanh tử, đến bờ kia.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Chăn Bò, số 1248)

## 234. LÙA NGHÉ QUA SÔNG

Như người khéo chẵn bò nước Ma-kiệt-đề, những con nghé mới sanh, quynh luyên mẹ chúng cũng theo mà qua sông đưoc. Cũng vậy, hàng Thanh văn của Ta đã đoạn ba kết, đắc Tu-đà-hoàn, không rơi vào đường ác, nhất định hướng thẳng đến Chánh giác, bảy lần qua lại Trời, Người, rớt ráo hết khổ, cắt đứt dòng ác ma tham dục, đưoc an ổn qua sanh tử, đến bờ kia.

(Tập A-hàm, Quyên 47, Kinh Chẵn Bò, số 1248)

## 235. LUẬN THUYẾT

Có số đông Tỳ-kheo tụ tập nơi nhà ăn, bàn luận những đề tài như vậy: hoặc là bàn luận việc vua, việc giặc cướp, việc đấu tranh, việc tiền bạc, việc y phục, việc ăn uống, việc nam nữ, việc ngôn ngữ thế gian, việc sự nghiệp, việc trong biển cả. Bấy giờ, Đức Thế Tôn đang ở trong thiền định, bằng thiên nhĩ, nghe tiếng bàn luận của các Tỳ-kheo, liền từ chỗ ngồi đứng dậy, đi đến nhà ăn, trải tọa cụ mà ngồi trước đại chúng, rồi bảo các Tỳ-kheo:

Này các Tỳ-kheo, các ông tụ tập để bàn luận việc gì?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, chúng con tụ tập ở đây bàn nói về việc vua... Nói đầy đủ như trên.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Các ông chớ bàn luận những đề tài như vậy: Bàn luận những việc vua... cho đến, không hướng đến Niết-bàn. Nếu có bàn luận thì nên nói về Khổ Thánh đế, Khổ tập Thánh đế, Khổ diệt Thánh đế, Khổ diệt đạo tích Thánh đế. Vì sao? Vì bốn Thánh đế này có lợi ích

cho nghĩa, lợi ích cho pháp, lợi ích cho phạm hạnh, là chánh trí, chánh giác, chánh hướng Niết-bàn.

Bốn Thánh để nếu chưa hiện quán thì phải siêng năng tìm phương tiện, phát khởi ý muốn tích cực, tu học hiện quán.

(Tập A-hàm, Quyển 16, Kinh Luậṅ Thuyếṅ, số 411)

### **236. LUẬṅ NGHI VÀ BẬṅ LUẬṅ NGHI**

Thế nào là bậṅ luậṅ nghi? Nếu nhấṅ cắṅ không đượṅ luậṅ nghi thầṅ giữ, thì nhấṅ thứṅ bị đắṅ sắṅ. Vì bị đắṅ sắṅ nêṅ saṅh ra khỏṅ thọ. Vì khỏṅ thọ nêṅ không đượṅ nhấṅ tâm. Vì không nhấṅ tâm nêṅ không thấy biếṅ như thậṅ. Vì không thấy biếṅ như thậṅ nêṅ không lầṅ nghi hoặṅ. Vì không lầṅ nghi hoặṅ nêṅ bị chúṅ làm mê lầṅ chặṅ khỏṅ mắṅ mắṅ. Tai, mũi, lưỡṅ, thầṅ, ý lạṅ cũṅg như vậy

Thế nào là luậṅ nghi? Nếu nhấṅ cắṅ đượṅ luậṅ nghi thầṅ giữ; khi nhấṅ thứṅ nhậṅ thứṅ sắṅ, tâm không nhiễṅ trướṅ. Khi tâm đã không nhiễṅ trướṅ thì thườṅ trự an vui. Vì tâm đã trự trong an vui nêṅ thườṅ đượṅ nhấṅ tâm. Vì đã nhấṅ tâm nêṅ thấy biếṅ như thậṅ. Vì đã thấy biếṅ như thậṅ nêṅ lầṅ nghi hoặṅ. Vì đã lầṅ nghi hoặṅ nêṅ không bị chúṅ làm mê lầṅ và thườṅ trự trong an vui. Tai, mũi, lưỡṅ, thầṅ, ý lạṅ cũṅg như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Luậṅ Nghi Bậṅ Luậṅ Nghi, số 277)

## 237. LỰC ĐỊNH

Tôn giả Xá-lợi-phất mới cạo râu tóc, có con quỷ Già-tra và Ưu-ba-già-tra đi ngang qua. Quỷ Ưu-ba-già-tra thấy Tôn giả Xá-lợi-phất mới cạo râu tóc, bèn nói với quỷ Già-tra:

Bây giờ tôi sẽ đến đánh đầu của Sa-môn kia.

Quỷ Già-tra nói: Ưu-ba-già-tra, anh chớ nói vậy! Sa-môn này có thần lực, đức độ lớn, anh chớ làm vậy, sẽ chịu khổ lâu dài, không được lợi ích. Ba lần nói như vậy, mà quỷ Ưu-ba-già-tra sau ba lần can gián vẫn không nghe lời quỷ Già-tra, liền dùng tay đánh đầu Tôn giả Xá-lợi-phất, đánh xong, rồi tự kêu lên rằng:

Già-tra, tôi bị thiêu! Già-tra, tôi bị luộc! Kêu lên ba lần rồi, liền bị vùi vào trong đất, đọa xuống địa ngục A-tỳ.

Tôn giả Đại Mục-kiền-liên nghe tiếng động do con quỷ đánh Tôn giả Xá-lợi-phất, liền đi đến chỗ Tôn giả Xá-lợi-phất, hỏi Tôn giả Xá-lợi-phất:

Thế nào, Tôn giả, có thể chịu được sự đau đớn đó không?

Tôn giả Xá-lợi-phất trả lời: Tôn giả Đại Mục-kiền-liên, tuy có đau đớn, nhưng ý có thể chịu đựng, không đến nỗi đau quá.

Tôn giả Đại Mục-kiền-liên nói với Tôn giả Xá-lợi-phất:

Kỳ diệu thay, Tôn giả Xá-lợi-phất! Thật là thần lực, đức độ lớn. Con quỷ này nếu dùng tay đánh núi Kỳ-xà-quật, sẽ khiến nát ra như cám, huống là đánh vào người mà không đau đớn?

Bấy giờ, Tôn giả Xá-lợi-phất nói với Tôn giả Đại Mục-kiền-liên:

Thật ra là tôi không đau đớn lắm!

Khi Tôn giả Xá-lợi-phất và Đại Mục-kiền-liên cùng uly lạo nhau như vậy, Đức Thế Tôn dùng thiên nhĩ nghe những lời này. Nghe xong, liền nói kệ:

Tâm kia như đá cứng  
Trụ vững không lay động  
Đã lia tâm nhiễm trước  
Người sân không trả lại  
Nếu tu tâm như vậy  
Sao có nỗi đớn đau!

(Tập A-hàm, Quyển 50, Kinh Ưu-Ba-Già-Tra, số 1330)

### **238. LƯỚI ÁI**

Vì lưới ái nên nhiễm  
Không ái, ai kéo đi?  
Diệt tất cả hữu dư  
Chỉ Phật được ngủ yên.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Ngũ Nghi, số 1087)



## 239. LƯU

Lưu là chỉ cho đục lưu, hữu lưu, kiến lưu và vô minh lưu.

Lại hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thì có thể đoạn trừ những lưu này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 240. LUYỆN VÀNG

Như người đúc vàng, gom đất cát lại bỏ vào máng. Sau đó dùng nước dội lên. Những thứ nặng thô, tạp uế và các thứ đá vụn, đất rắn, theo nước trôi đi. Nhưng những hạt cát thô vẫn còn kết dính. Lại dùng nước dội vào; những hạt cát thô ấy theo nước trôi đi. Sau đó mới có vàng nguyên, nhưng vẫn bị những thứ cát mịn bị đất đen kết dính. Lại dùng nước dội lên, những hạt cát mịn, đất đen theo nước trôi đi. Sau đó còn lại vàng ròng thuần tịnh không tạp. Nhưng vẫn còn cẩu bợn rất nhỏ, tạp vàng. Tiếp đó, người thợ vàng đem nó bỏ vào lò, thụt ống bệ để tăng lửa cho nó tan thành dung dịch, loại bỏ hết cẩu bợn. Nhưng vàng nguyên vẫn chưa nhẹ, chưa mềm, chưa phát ánh sáng; gấp lại, kéo ra, còn bị gãy. Người luyện vàng hay người đệ tử luyện vàng lại phải bỏ vào lò, thụt bệ cho lửa tăng, lật qua, lật lại để hun đúc, sau cùng, vàng nguyên mới nhẹ mềm, trở thành bóng loáng,

gấp, kéo, không bị gãy, tùy theo ý muốn, làm các loại đồ trang sức như xoa, bông tai, vòng, xuyến.

Tỳ-kheo tiến hướng tịnh tâm cũng như vậy. Những phiền não thô đang quán chặt, nghiệp ác bất thiện, các tà kiến ác, dần dần được đoạn trừ khiến cho tiêu diệt; như vàng nguyên kia phải loại bỏ đi những đá vụn, đất rắn.

Cũng thế, Tỳ-kheo tiến hướng tịnh tâm tiếp đến từ bỏ những cấu bợn thô như dục giác, nhuế giác, hại giác; như vàng nguyên được loại bỏ cát sạn thô.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Luyện Kim, số 1246)

## **241. LY DỤC THAM**

Đối với mắt, hãy tư duy chân chánh, quán sát là vô thường. Vì sao?

Đối với mắt mà tư duy chân chánh, quán sát là vô thường thì ở nơi mắt dục tham được đoạn trừ. Do dục tham được đoạn trừ, Ta nói là tâm chánh giải thoát. Cũng vậy, đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý, do tư duy chân chánh,

quán sát, nên dục tham được đoạn trừ. Do dục tham đã được đoạn trừ, Ta nói là tâm chánh giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Ly Dục Tham, số 189)

## 242. LY DỤC THÌ GIẢI THOÁT

Đối với mắt mà không ly dục, tâm không giải thoát thì không thể có khả năng hoàn toàn diệt tận khổ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý mà không ly dục, tâm không giải thoát, thì không thể có khả năng hoàn toàn diệt tận khổ. Nay các Tỳ-kheo, đối với mắt nếu ly dục, tâm giải thoát thì có khả năng hoàn toàn diệt tận khổ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý mà ly dục, tâm giải thoát thì có thể có khả năng hoàn toàn diệt tận khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Bất Ly Dục, số 192)

## 243. LY HỈ THAM

Hãy quán sát chân chánh mắt là vô thường. Quán sát như vậy gọi là chánh kiến. Do chánh quán nên sanh nhàm tởm. Do nhàm tởm nên lìa hỷ, lìa tham. Do lìa hỷ, lìa tham, Ta nói là tâm chánh giải thoát. Cũng vậy, tai, mũi, lưỡi, thân, ý lìa hỷ, lìa tham. Do lìa hỷ, lìa tham, Ta nói là tâm chánh giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Tham Dục, số 188)

## 244. MA NỮ

Ba ma nữ bảo với nhau rằng: Đàn ông có những loại ái dục tùy theo hình tướng. Bây giờ chúng ta mỗi người sẽ biến hóa ra những loại này, thành trăm thứ sắc của đồng nữ, trăm thứ sắc của thiếu nữ mới lấy chồng, trăm thứ sắc của phụ nữ chưa sanh, trăm thứ sắc của phụ nữ đã sanh,

trăm thứ sắc của phụ nữ trung niên, trăm thứ sắc của phụ nữ đứng tuổi. Hóa ra những loại hình như vậy rồi, chúng ta đi đến Sa-môn Cù-đàm nói rằng: ‘Hôm nay tất cả đều về dưới chân Thế Tôn, hiến dâng cho Ngài sai sử.’

Bàn bạc với nhau xong, chúng liền biến hóa thành những loại như đã nói trên, đến chỗ Phật, đánh lễ dưới chân Phật, đứng lui qua một bên, bạch Phật:

Bạch Thế Tôn, bọn chúng con hôm nay về dưới chân Thế Tôn, hiến dâng cho Ngài sai sử.

Bấy giờ, Thế Tôn cũng không hề để ý đến.

Pháp của Như Lai là lìa các ái dục. Phật lặp lại như vậy ba lần.

Bấy giờ, ba ma nữ lại bảo với nhau: Nếu đàn ông chưa lìa dục trông thấy các hình thể tuyệt diệu của chúng ta, tâm sẽ bị mê loạn, dục khí dồn nén bốc lên, lồng ngực muốn vỡ, máu nóng đỏ bừng trên mặt. Nhưng hiện Sa-môn Cù-đàm không hề để ý đến chúng ta, nên biết Như Lai đã lìa dục, giải thoát, được thiện giải thoát tướng. Bấy giờ chúng ta mỗi người nên nói kệ đề cật vấn.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Ma Nữ, số 1092)

## 245. MẶC TĨNH CÁC CĂN

Khéo học lời vi diệu  
Gần gũi các Sa-môn  
Một mình không bạn bè  
Tịch mặc tĩnh các căn.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Trường Thắng, số 1301)

## 246. MÊ NGỦ

Này các Tỳ-kheo, ham ngủ là sinh hoạt của người ngu, là mạng sống của người ngu, không lợi, không phước. Nhưng này các Tỳ-kheo, thà nên mê ngủ còn hơn là đối với sắc kia mà khởi lên giác tưởng. Nếu khởi lên giác tưởng ắt sẽ sanh ra triền phược, tranh tụng, có thể khiến cho mọi người đưa đến việc làm phi nghĩa, không mang lại lợi ích và an lạc cho trời người.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thiêu Nhiệt, số 241)

## 247. MINH

Minh tức là biết. Biết những gì? Mắt là vô thường, nên biết như thật mắt là vô thường; mắt là pháp sanh diệt, nên biết như thật mắt là pháp sanh diệt. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Thừa Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, đối với sáu xúc nhập xứ này mà như thật biết, thấy, sáng tỏ, giác ngộ, có trí tuệ, có vô gián đẳng, đó gọi là minh.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Câu-hi-la III, số 251)

## 248. MINH KHỞI

Nếu khởi lên minh làm tiền tướng sanh ra các pháp thiện, thì theo đó sanh ra tầm quý. Tầm quý đã sanh ra rồi, có thể sanh ra chánh kiến. Chánh kiến đã sanh ra rồi, sẽ theo thứ tự khởi lên chánh chí, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Chánh định đã khởi lên rồi, Thánh đệ tử được chánh giải

thoát tham dục, sân nhuế, ngu si. Như vậy, Thánh đệ tử khi đã được chánh giải thoát rồi sẽ được chánh tri kiến: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh vào đời sau’.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh Vô Minh, số 749)

## 249. MINH SU

Thôn trưởng Đào Sư Thị, xa lìa trần cấu, đắc pháp nhãn tịnh. Thôn trưởng thấy pháp, đắc pháp, hiểu pháp, biết pháp, thâm nhập pháp, xa lìa các nghi hoặc, không do người khác, không theo người khác, được vô sở úy ở trong Chánh pháp luật. Từ chỗ ngồi đứng dậy, sửa lại y phục, quỳ gối bên hữu sát đất, chắp tay bạch Phật:

Bạch Thế Tôn, con đã được độ! Bạch Thế Tôn, con đã siêu việt! Bạch Thế Tôn, hôm nay con xin nương về Phật, nương về Pháp, nương về Tăng Tỳ-kheo, suốt đời con xin làm Ưu-bà-tắc. Thí như người muốn tìm đèn sáng, lấy đuôi ngựa làm tim đèn, muốn thổi cho lửa bùng lên, nhưng cuối cùng không được sáng, cũng chỉ tự làm mệt mình chứ đèn thì không bao giờ sáng. Con cũng như vậy, muốn tìm minh trí nơi các Ni-kiền Tử ngu si, mà gần gũi với ngu si, hòa hợp với ngu si, phụng sự một cách ngu si, cũng chỉ tự làm khổ mệt mình, chứ không bao giờ được minh trí. Cho nên, hôm nay lần thứ hai con xin nương về Phật, nương về Pháp, nương về Tăng Tỳ-kheo. Từ nay trở đi, đối với Ni-kiền Tử ngu si, không tốt, không hiểu biết kia ít tin, ít kính, ít quý mến, ít nhớ đến, nay xa lìa họ. Thế nên, hôm

nay lần thứ ba con xin nương về Phật, nương về Pháp, nương về Tăng Tỳ-kheo, nguyện suốt đời làm Ưu-bà-tắc, tự làm sạch tâm mình.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Đạo Sư Thị III, số 916)

## **250. MÓC CÂU CỦA MA**

Có sáu móc câu của ma. Những gì là sáu? Đó là, sắc được con mắt nắm vị, đó là móc câu của ma. Tiếng được tai nắm vị, đó là móc câu của ma. Hương được mũi nắm vị, đó là móc câu của ma. Lưỡi đâm vào vị ngọt của vị, đó là móc câu của ma. Xúc được thân nắm vị, đó là móc câu của ma. Pháp được ý nắm vị, đó là móc câu của ma. Nếu Sa-môn, Bà-la-môn nào mà mắt nắm vị ngọt của sắc, thì nên biết là Sa-môn, Bà-la-môn ấy bị móc câu của ma móc vào yết hầu của họ, đối với ma không được tự tại.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Ma Câu, số 244)

## **251. MONG MANH TAN VỠ**

Mong manh tan vỡ, đó gọi là thế gian. Thế nào là mong manh tan vỡ?

Mắt là pháp mong manh tan vỡ. Sắc, nhãn thức, nhãn xúc và cảm thọ với khổ thọ, lạc thọ và phi khổ phi lạc thọ được cảm thọ bên trong phát sanh bởi nhân duyên nhãn xúc, tất cả chúng đều mong manh tan vỡ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng lại như vậy. Đó là nói rằng vì nó mong manh tan vỡ cho nên gọi là thế gian.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Tam-Di-Ly-Đề, số 231)

## **252. MỘT NGÀY Ở CÔI TRỜI HÓA-LẠC VÀ NHÂN GIAN**

Tám trăm năm ở nhân gian bằng một ngày một đêm trên cõi trời Hóa-lạc. Ba mươi ngày như vậy là một tháng; mười hai tháng là một năm. Chư thiên Hóa lạc thọ tám ngàn tuổi. Kẻ phàm phu vì ngu si không học, sau khi mạng chung ở đó, sanh vào địa ngục, ngã quý, súc sanh. Đa văn Thánh đêi từ sau khi mạng chung ở đó không sanh vào trong địa ngục, ngã quý, súc sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Hóa Lạc Thiên, số 862)

## **253. MƯỜI MỘT ĐIỀU CỦA NGƯỜI CHẶN BÒ**

Người chăn bò nếu có đủ mười một pháp, sẽ không thể làm cho bò tăng trưởng, cũng không thể giữ gìn bầy bò lớn được an ổn. Những gì là mười một? Không biết sắc; không biết tướng; không biết trừ trùng; không băng giữ vết thương; không un khói; không biết chọn đường; không biết chọn chỗ nghỉ; không biết chỗ qua sông; không biết chỗ cho ăn; vắt hết sữa của bò; không biết chăm sóc con đầu đàn. Đó gọi là người có đủ mười một pháp thì không thể chăn giữ đàn bò lớn.

Cũng vậy, Tỳ-kheo có đủ mười một pháp, không thể tự mình an ổn, cũng không thể an ổn cho người khác. Những gì là mười một điều? Không biết sắc; không biết tướng; không thể trừ trùng hại; không băng vết thương; không thể un khói; không biết đường chánh; không biết chỗ dừng



nghi; không biết chỗ vượt qua; không biết chỗ để ăn; vắt hết sữa của bò; hoặc có Thượng tọa đa văn kỳ cựu, tu phạm hạnh lâu, được Đại Sư khen ngợi, mà không hướng đến các phạm hạnh có minh trí để khen ngợi đức độ kia, khiến tất cả tôn kính, phụng sự, cung dưỡng.

Thế nào là không biết sắc? Những gì có sắc, tất cả đều là bốn đại và sở tạo từ bốn đại.

Thế nào gọi là không biết tướng? Không biết như thật về sự nghiệp nào là tướng lỗi, sự nghiệp nào là tướng tuệ.

Thế nào gọi là không biết trừ trùng. Dục giác đã khởi mà nhẫn thọ, không xa lìa, không giác sát, không trừ diệt; sân nhuế, hại giác đã khởi, mà nhẫn thọ, không xa lìa, không giác sát, không trừ diệt.

Thế nào là không băng vết thương? Mắt thấy sắc, theo đó nắm giữ hình tướng. Do không thủ hộ mắt, khiến cho tham ưu thế gian, pháp ác bất thiện chảy lọt vào tâm mà không thể phòng hộ. Tai mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

Thế nào là không un khói? Như những pháp đã nghe, như những pháp đã thọ, không thể vì người phân biệt, chỉ rõ. Đó gọi là không un khói.

Thế nào là không biết chánh đạo? Tám Chánh đạo và Thánh pháp luật, đó gọi là đạo. Kia không biết như thật; đó gọi là không biết chánh đạo.

Thế nào là không biết chỗ nghỉ? Đối với những pháp mà Như Lai sở tri, không đạt được sự hoan hỷ, sự hân hoan, sự thắng diệu, sự ích lợi xuất ly.

Thế nào là không biết chỗ vượt qua? Không biết Tu-đa-la, Tỳ-ni, A-tì-đàm, không biết tùy thời đến thưa hỏi thỉnh thọ, rằng, ‘Thế nào là thiện, thế nào là bất thiện, thế nào là có tội, thế nào là không có tội; tạo những pháp nào là pháp thù thắng không phải ác?’ Đối với pháp ẩn mật thì không thể khai phát, đối với pháp hiển lộ thì không thể hỏi rộng, đối với cú nghĩa sâu xa đã tự biết mà không thể diễn rộng chỉ rõ.

Thế nào là không biết chỗ chặn thả bò? Bốn Niệm xứ và pháp luật Thánh hiền, gọi là chỗ chặn thả bò.

Thế nào là vắt hết sữa? Hàng Sát-đế-lợi, Bà-la-môn hay gia chủ kia, tự tại bố thí y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, thuốc men và những vật dụng trong đời sống; Tỳ-kheo thọ dụng không biết hạn lượng, đó gọi là vắt hết sữa.

Thế nào là đối với các Thượng tọa, Đại đức đa văn kỳ cựu, tu phạm hạnh lâu, không xung dương công đức kia, khiến cho họ tôn trọng thừa sự, cung dưỡng để được an vui? Là Tỳ-kheo không tán dương Thượng tọa kia, tu phạm hạnh lâu, được Đại Sư khen ngợi, cho đến khiến các bậc trí tuệ phạm hạnh đi đến chỗ đó, đem thân khẩu ý nghiệp tùy thuận thừa sự.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Chăn Bò II, số 1249)

## 254. MƯỜI SÁU PHÁP THÀNH TỰU

Này Ma-ha-nam, nếu Ưu-bà-tắc đủ có chánh tín và cũng xác lập cho người khác.

Tự mình giữ tịnh giới, cũng xác lập tịnh giới cho người khác.

Tự mình hành bố thí và dạy người hành bố thí.

Tự mình đến chùa tháp gặp các Sa-môn, cũng dạy người khác đến gặp các Sa-môn.

Tự mình chuyên cần nghe pháp, cũng dạy người nghe.

Tự mình thọ trì pháp và dạy người khác thọ trì.

Tự mình quán sát nghĩa dạy người quán sát.

Tự mình biết nghĩa lý sâu xa tùy thuận tu, hành pháp thứ, pháp hướng, cũng lại dạy người hiểu rõ nghĩa lý sâu xa, tùy thuận tu hành hướng đến pháp, thứ pháp.

Này Ma-ha-nam, nếu Ưu-bà-tắc nào thành tựu mười sáu pháp như vậy, thì tất cả người trong các chúng Bà-la-môn, chúng Sát-lợi, chúng Trưởng giả, chúng Sa-môn đều đến chỗ họ. Ở trong các chúng này, oai đức của họ sáng chói. Giống như mặt trời, ánh sáng chiếu soi cả sáng, trưa, chiều. Cũng vậy, Ưu-bà-tắc nào thành tựu mười sáu pháp, thì oai đức họ cũng tỏ rạng cả đầu, giữa và cuối. Như vậy, này Ma-ha-nam, nếu Ưu-bà-tắc nào thành tựu mười sáu pháp thì đó là một điều mà thế gian khó thành tựu được.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Nhất Thiết Sự, số 929)

## 255. MƯỜI TỊNH NGHIỆP

Những thiện pháp như thế  
Mười con đường tịnh nghiệp  
Đều giữ gìn kiên cố  
Là con đường sanh Thiên.

## 256. NĂM ẤM LẤY GÌ LÀM GỐC?

Tỳ-kheo hỏi: Bạch Thế Tôn, năm thọ ẩm này, lấy gì làm gốc, do gì tập khởi, do cái gì mà sanh, do cái gì mà xúc?

Phật bảo Tỳ-kheo: Năm thọ ẩm này, lấy dục làm gốc, do dục tập khởi, vì dục sanh và vì dục mà xúc.

Tỳ-kheo lại bạch Phật rằng: Bạch Thế Tôn, ẩm là thọ hay năm ẩm khác thọ?

Phật bảo Tỳ-kheo: Chẳng phải năm ẩm là thọ, cũng chẳng phải năm ẩm khác thọ. Ở nơi đó mà có dục tham, thì đó là năm thọ ẩm.

Lại hỏi nữa: Có hai ẩm tương quan chăng?

Phật bảo Tỳ-kheo: Đúng vậy! Đúng vậy! Cũng như có một người suy nghĩ như vậy: ‘Ta ở đời vị lai sẽ được sắc như vậy, thọ như vậy, tưởng như vậy, hành như vậy, thức như vậy.’ Đó gọi là ẩm ẩm tương quan.

Lại hỏi nữa: Bạch Thế Tôn, thế nào gọi là ẩm?

Phật bảo Tỳ-kheo: Những gì sắc, hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, tất cả chúng gọi

chung là âm. Thọ, tướng, hành, thức cũng lại như vậy. Như vậy, này Tỳ-kheo, đó gọi là âm.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Âm Căn, số 58)

## **257. NĂM CÔNG NĂNG CỦA DỤC**

Dục là chỉ cho năm công năng của dục. Những gì là năm? Sắc được thấy bởi mắt, đáng yêu, đáng thích ý, đáng nhớ, khiến nuôi lớn dục lạc. Cũng vậy, tai, mũi, lưỡi; xúc biết bởi thân thức đáng yêu, vừa ý, đáng nhớ, khiến nuôi lớn dục lạc. Đó gọi là dục. Nhưng chúng không phải là dục, sự tham đắm nơi chúng, đó gọi là dục.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh Ca-ma, số 752)

## **258. NĂM ĐIỀU KHIẾN CHÁNH PHÁP KHÔNG HOẠI**

Này Ca-diếp, có năm nhân duyên khiến cho pháp luật của Như Lai không chìm, không mất, không suy giảm. Những gì là năm? Đó là nếu Tỳ-kheo đối với Đại Sư mà cung kính, tôn trọng, thành ý cúng dường, sống y chỉ; đối với pháp, hoặc học giới, hoặc giáo giới tùy thuận, hay phạm hạnh được Đại Sư khen ngợi cũng cung kính, tôn trọng, thành ý cúng dường, sống y chỉ.

Này Ca-diếp, đó gọi là năm nhân duyên làm cho pháp luật Như Lai không chìm, không mất, không sút giảm. Cho nên này Ca-diếp, nên học như vậy: ‘Đối với Đại Sư nên tu cung kính, tôn trọng, thành ý cúng dường, sống y

chỉ; đối với pháp, hoặc học giới, hoặc giáo giới tùy thuận, hay các phạm hạnh mà được Đại Sư khen ngợi, cũng phải cung kính, tôn trọng, thành ý cúng dường, sống y chỉ.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Pháp Tương Hoại, số 906)

## **259. NĂM DỤC QUÁ KHỨ**

Xưa kia, khi Ta chưa thành Chánh giác, ở một mình nơi thanh vắng, thiền định tư duy, quán sát xem tự tâm phần nhiều hướng đến nơi nào? Tự tâm phần nhiều chạy theo năm công đức của dục quá khứ, phần ít chạy theo năm công đức của dục hiện tại, lại càng rất ít chạy theo đời vị lai. Khi Ta quán sát thấy tâm phần nhiều chạy theo năm dục quá khứ, bèn nỗ lực tìm phương tiện, tinh cần tự giữ gìn, không để chạy theo năm công đức của dục quá khứ nữa.

Do tinh cần tự giữ, nên Ta dần dần tiếp cận được Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thế Gian Ngũ Dục, số 211)

## **260. NĂM LOẠI HẠT GIỐNG**

Có năm loại hạt giống. Năm loại đó là gì? Đó là, hạt giống từ rễ, hạt giống từ thân, hạt giống từ đốt, hạt giống từ rưng, hạt giống từ quả. Năm loại hạt giống này tuy không bị gián đoạn, không bị hư hoại, không bị mục thối, không bị trúng gió, vừa chín, chắc hạt, có đất, nhưng nếu không có nước, thì những loại hạt giống đó không thể sanh trưởng lớn mạnh được. Nếu những hạt giống mới vừa chín tới,

chắc hạt này, tuy không bị gián đoạn, không bị hư hoại, không bị mục thối, không bị trúng gió, có nước, nhưng nếu không có đất, thì chúng cũng không sinh trưởng lớn mạnh được. Nếu những hạt giống mới vừa chín tới, chắc hạt này, mà không bị gián đoạn, không bị hư hoại, không bị mục thối, không bị trúng gió, có nước, có đất đầy đủ, thì những hạt giống này sẽ sinh trưởng lớn mạnh.

Tỳ-kheo, năm loại hạt giống này được ví cho các thọ ấm cùng hiện hữu với thức. Đất được ví cho bốn thức trụ. Nước được ví cho hỷ tham. Bốn thủ vin bám nơi thức mà trụ. Bốn là những gì? Thức trụ ở trong sắc, vin bám sắc, hỷ tham được ướt nhuần, sinh trưởng lớn mạnh. Cũng vậy, thức trụ trong thọ, tướng và hành, vin bám thọ, tướng, hành, hỷ tham được ướt nhuần, sinh trưởng lớn mạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Chủng Tử, số 39)

## **261. NĂM PHÁP LỢI ÍCH**

1. An trụ luật nghi Ba-la-đề-mộc-xoa, oai nghi hành xử đầy đủ; đối với những tội vi tế hay sanh lòng sợ hãi, thọ trì học giới.

2. Tỳ-kheo ít muốn, ít sự việc, ít tác vụ.

3. Tỳ-kheo nào ăn uống biết lượng, không ít cũng không nhiều. Không vì việc ăn uống mà sanh ra tư tưởng ham muốn; luôn tinh cần tư duy.

4. Tỳ-kheo đầu đêm, cuối đêm, không đắm say ngủ nghỉ, mà luôn tinh cần tư duy.

5. Tỳ-kheo ở trong rừng hoang vắng, xa lìa những nơi náo nhiệt.

(Tập A-hàm, Quyển 29, Kinh Ngũ Pháp, số 801)

## **262. NĂM THỌ ẨM VÔ NGÃ, KHÔNG CÓ GÌ ĐỂ ĐẮM TRƯỚC**

Sắc không phải là ngã. Nếu sắc là ngã, không nên ở nơi sắc mà bệnh, khổ sanh và cũng không thể có ước muốn khiến như vậy hay không như vậy đối với sắc. Vì sắc là vô ngã cho nên ở nơi sắc có bệnh, khổ sanh và nó cũng có ước muốn khiến như vậy, hay không như vậy đối với sắc. Thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

Tỳ-kheo, những gì là sắc, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng không phải là ngã, không phải khác ngã, hay không ở trong nhau. Hãy quán sát như vậy. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

Tỳ-kheo, đa văn Thánh đệ tử, đối với năm thọ ẩm này, hãy quán sát như thật chúng là chẳng phải ngã, chẳng phải ngã sở. Khi quán sát như thật rồi, thì đối với thế gian không có gì phải chấp thủ. Vì đã không có gì để chấp thủ, nên cũng không có gì để đắm trước. Vì đã không có gì để đắm trước, nên tự giác ngộ Niết-bàn: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết sẽ không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Phi Ngã, số 33)



## 263. NGÃ CHÁNH ĐOẠN

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Nếu sắc bốn đại thô đoạn hoại, không còn gì, thì đó gọi là ngã bị đoạn diệt thật sự. Nếu ngã ở dục giới đoạn hoại, sau khi chết sẽ không còn gì nữa thì đó gọi là ngã bị đoạn diệt thật sự. Nếu ngã ở sắc giới, sau khi chết không còn gì nữa thì đó gọi là ngã bị đoạn diệt thật sự. Nếu đạt được không nhập xứ, vô sở hữu nhập xứ, phi tưởng phi phi tưởng nhập xứ, sau khi chết ngã bị đoạn hoại không còn gì nữa thì đó gọi là ngã bị đoạn hoại thật sự?’

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Sắc Thị Ngã II, số 171)

## 264. NGÃ MẠN

Phàm phu ngu si không học, ở nơi sắc thấy là ngã, là khác ngã, hay ở trong nhau. Đối với thọ, tưởng, hành, thức là ngã, là khác ngã, hay ở trong nhau. Từ đây sanh ra ngã mạn.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Âm Căn, số 58)

## 265. NGÃ NGÃ SỞ

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đấm đuổi cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, mà nếu ngã, ngã sở, ngã mạn kết sử chưa khởi, thì khiến cho nó khởi; mà nếu ngã, ngã sở, ngã mạn kết sử đã khởi thì khiến cho càng tăng trưởng rộng lớn thêm?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đấm đuổi sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Ngã Ngã Sở, số 142)

## 266. NGÃ TẬN

Phật bảo La-đà: Những lời người nói là chân thật, không hủy báng Như Lai, không khiến cho người khác đến nạn vắn, chỉ trích dồn vào chỗ bé tắc, nói như thuyết, nói như pháp, nói theo thuận thứ của pháp. Vì sao? Ở nơi sắc thấy là ngã, ngã sở, ngã mạn, các kết sử trói buộc, vì muốn dứt bỏ chúng, ly dục, diệt, tịch tĩnh. Ở nơi thọ, tưởng, hành, thức thấy là ngã, ngã sở, ngã mạn, các kết sử trói buộc, muốn dứt bỏ chúng, ly dục, diệt, tịch tĩnh, nên theo Thế Tôn xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Ngã Tận, số 116)

## 267. NGÀY ĐÊM ĐỔI DỜI

Ngày đêm luôn đổi dời  
Mạng cũng theo đó giảm  
Mạng người tạm tiêu mất  
Giống như dòng nước nhỏ.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Thọ Mạng, số 1085)

## 268. NGÀY TRAI GIỚI

Các Thích thị bạch Phật: Bạch Thế Tôn, chúng con vào những ngày trai, có khi giữ được trai giới, có khi không được. Vào tháng thần túc có khi giữ trai giới, tu tập mọi công đức và cũng có khi không giữ được.

Phật bảo những người họ Thích: Này các Cù-đàm, các ông sẽ không thu hoạch được lợi tốt. Các ông là những người kiêu mạn, người phiền não, người ưu bi, người khổ não. Tại sao vào những ngày trai giới, có khi giữ được trai giới, có khi không được? Vào những tháng thần túc, có khi giữ được trai giới, tu tập công đức, có khi không được? Này các Cù-đàm, thí như người cầu lợi, mỗi ngày mỗi tăng dần, một ngày một tiền, hai ngày hai tiền, ba ngày bốn tiền, bốn ngày tám tiền, năm ngày mười sáu tiền, sáu ngày hai mươi tiền. Như vậy, người ấy càng ngày càng tăng dần; tám ngày, chín ngày, cho đến một tháng, tiền tài càng lúc càng lớn rộng phải không?

Gia chủ bạch Phật: Bạch Thế Tôn, đúng vậy. Từ hôm nay, vào những ngày trai, chúng con sẽ tu tập trai giới tám

chi; vào thánɡ thần túc, cũng thọ trì trai giới, tùy sức mà bố thí, tu tập mọi công đức.

(Tập A-hàm, Quyển 41, Kinh Thích Thị, số 1121)

## 269. NGHE PHÁP ĐỂ GIẢI THOÁT

Quý mẹ Phú-na-bà-tầu có con là quý con Phú-na-bà-tầu cùng quý nữ Uất-đa-la. Hai con quý nhỏ này khóc đêm. Quý mẹ Phú-na-bà-tầu nói kệ dạy hai đứa con trai và gái của nó:

Này Phú-na-bà-tầu, Uất-đa-la! Đừng khóc! Để mẹ được lắng nghe, Như Lai đang thuyết pháp. Cha mẹ không thể nào, Khiến con giải thoát khổ. Nghe Như Lai thuyết pháp, Giải thoát được khổ này. Người đời theo ái dục, Bị các khổ bức bách. Như Lai vì thuyết pháp, Khiến hủy diệt sanh tử. Nay mẹ muốn nghe pháp, Các con nên im lặng.

Khi ấy Uất-đa-la, Và Phú-na-bà-tầu. Đều vâng lời mẹ chúng, Im lặng mà lắng nghe.

Lời mẹ nói hay thay, Con cũng thích nghe pháp. Thế Tôn chánh giác này, Ở Thắng sơn Ma-kiệt; Vì các loài chúng sanh, Diễn nói pháp vượt khổ. Nói khổ cùng nhân khổ, Khổ diệt, đạo diệt khổ; Từ bốn Thánh đế này, An ổn đến Niết-bàn. Vậy mẹ hãy lắng nghe, Những pháp Thế Tôn thuyết.

Khi ấy quý mẹ Phú-na-bà-tầu liền nói kệ: Lạ thay, con trí tuệ, Khéo hay chịu tâm ta. Con Phú-na-bà-tầu, Khéo

khen Phật Đạo Sư. Con Phú-na-bà-tâu, Cùng con Uất-đa-la; Nên sanh lòng tùy hỷ, Ta đã thấy Thánh đế.

Sau khi, quý mẹ Phá-na-bà-tâu nói kệ xong, quý con trai và con gái, tùy hỷ im lặng.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Phú-Na-Bà-Tâu, số 1322)

## **270. NGHÈO NHƯNG TÍN TÂM ĐỐI VỚI TAM BẢO**

Trong thành Vương xá có một người bần cùng, khổ cực, nhưng tin Phật, Pháp và Tăng, giữ gìn cấm giới, học rộng nghe nhiều, ra sức bố thí, thành tựu chánh kiến. Người này sau khi mạng chung được sanh lên trời. Sau khi sanh về cõi trời Tam thập tam, có ba điểm thù thắng hơn những vị trời Tam thập tam khác. Những gì là ba? Đó là được tuổi thọ trời, sắc đẹp trời, tiếng khen trời. Các trời Tam thập tam thấy Thiên tử này có ba đặc biệt hơn về tuổi thọ trời, sắc đẹp trời, tiếng khen trời; họ thấy rồi, bèn đến chỗ Thiên đế Thích, nói như vậy:

Kiều-thi-ca nên biết, có một Thiên tử vừa sanh cõi trời này; đối với những vị Thiên tử cũ, có ba đặc thù hơn là tuổi thọ trời, sắc đẹp trời, tiếng khen trời.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Người Nghèo, số 1209)

## **271. NGHI NGỜ TRIỀN CÁI**

Những gì là thức ăn của nghi cái? Có ba đời. Những gì là ba? Đó là đời quá khứ, đời vị lai, đời hiện tại. Đối với đời quá khứ còn do dự, đời vị lai còn do dự, đời hiện tại còn do dự. Đối với chúng khởi tư duy không chân chánh, nghi cái chưa khởi sẽ khiến khởi; nghi cái đã khởi thì có thể khiến cho nó tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của nghi cái.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

## **272. NGHIỆP ĐẠO**

Nghiệp đạo là mười nghiệp đạo bất thiện, tức sát sanh, trộm cướp, tà dâm, vọng ngữ, lường thiệt, ác khẩu, ỷ ngữ, tham dục, sân nhuế và tà kiến.

Bà-la-môn Diêm-Phù-Xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào để diệt trừ mười nghiệp đạo này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## **273. NGỘ LẠC NIẾT BÀN**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Nếu không khoái lạc ngũ dục, thì sẽ Bát-niết-bàn ngay trong đời hiện tại. Nếu ly dục, là

pháp ác bất thiện, có giác, có quán, có lạc phát sanh do ly dục, nhập vào Sơ thiên, cho đến, đệ Tứ thiên. Đó là đệ nhất nghĩa Bát-niết-bàn’?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Sắc Thị Ngã II, số 167)

## **274. NGOẠI ĐẠO KHÂM PHỤC THẾ-TÔN**

Ni-kiền tử Tát-giá bạch Phật: Thưa Cù-đàm, giống như một người khỏe mạnh bị những mũi dao nhọn rơi loạn xạ vào người, còn có thể thoát ra được. Nhưng đối với thủ thuật luận bàn của Cù-đàm, thì thật khó có thể thoát được. Như rắn nhiều nọc độc còn có thể tránh được; như lửa mạnh ở giữa đầm hoang còn có thể tránh được; voi say hung dữ cũng có thể thoát được; như sư tử đói cuồng điên, tất cả đều có thể thoát được hết, nhưng đối với trong thủ thuật luận bàn của Sa-môn Cù-đàm thì thật là khó có thể thoát được. Không phải như bọn tầm thường chúng tôi, khinh suất, lỗ mãng, luận thuyết nửa vời, mà có thể đến chỗ Cù-đàm để luận nghị được.

Thưa Sa-môn Cù-đàm, Tỳ-xá-ly này là nước an lạc, thịnh vượng, lại có các tháp miếu Giá-ba-lê, Tất-yêm-la-thọ, Đa-tử và Cù-đàm có thể ở tại tháp miếu Câu-lâu-đà, hay Ba-la-thọ-trì, hay Xả-trọng-đảm, hay Lục sĩ Bảo-quan.

Thế Tôn sẽ an lạc ở nước Tỳ-xá-ly này, vì ở chỗ Thế Tôn thường được cung kính, phụng sự, cúng dường bởi chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn cùng những người trong thế gian; và nhờ những việc làm này, sẽ khiến cho chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn luôn luôn được an lạc. Xin Ngài hãy dừng lại nơi này và sáng mai xin Ngài cùng đại chúng nhận bữa ăn đạm bạc của con.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Tát-giá, số 110)

## **275. NGŨ TRƯỚC**

Các tỳ kheo bạch: Thế Tôn, vì nhân gì, duyên gì, trước đây Thế Tôn ít chế cấm giới cho các Thanh văn, mà lúc ấy nhiều Tỳ-kheo tâm lại ưa thích học tập; còn ngày nay thì chế nhiều cấm giới, mà các Tỳ-kheo lại ít thích học tập?

Phật bảo: Đúng vậy, Ca-diếp, vì mạng trước, phiền não trước, kiếp trước, chúng sanh trước, kiến trước và pháp thiện của chúng sanh bị sút giảm, nên Đại Sư vì các Thanh văn chế ra nhiều cấm giới, nhưng họ lại ít thích học tập!

Này Ca-diếp, thí như lúc kiếp sắp muốn hoại, tuy vật báu thật chưa diệt mất, nhưng vật báu nguy tạo tương tự lại xuất hiện ở thế gian. Khi vật báu nguy tạo đã xuất hiện, vật báu thật sẽ mất. Cũng vậy Ca-diếp, Chánh pháp Như Lai lúc sắp muốn diệt, lại có tượng pháp tương tự sanh ra; khi tượng pháp tương tự đã xuất hiện ở thế gian rồi, thì Chánh pháp sẽ bị diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Pháp Tương Hoại, số 906)



## **276. NGƯỜI CÓ MINH**

Biết như thật về sắc; biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly của sắc. Biết như thật về thọ, tưởng, hành, thức; biết như thật về sự tập khởi của thọ, tưởng, hành, thức, về sự diệt tận của thọ, tưởng, hành, thức, về vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức, về sự tai hại của thọ, tưởng, hành, thức, về sự xuất ly của thọ, tưởng, hành, thức. Ngày Câu-hi-la, đối với năm thọ ấy, biết như thật, thấy như thật, sáng tỏ, có giác, có quán, có vô gián đẳng, thì đó gọi là minh. Ai thành tựu những điều này thì gọi là người có minh.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Minh III, số 258)

## **277. NGƯỜI ĐANG GÁNH NẶNG**

Thế nào là người đang gánh nặng?

Chính là con người. Con người này có tên như vậy, thọ sanh như vậy, dòng họ như vậy, ăn uống như vậy, cảm thọ khổ lạc như vậy, tồn tại như vậy, thọ mạng như vậy, giới hạn thọ mạng sống như vậy. Đó gọi là gánh nặng, thủ gánh nặng, xả gánh nặng và người đang gánh nặng.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Trọng Đảm, số 73)

## 278. NGUYÊN NHÂN KHIẾN TIỀN CỦA ĐƯỢC TÍCH TỤ

Phật bảo thôn trưởng: Ta nhớ chín mươi một kiếp từ trước đến nay, không thấy một người nào mà bố thí cho Tỳ-kheo lại bị cạn kiệt, hay bị tổn giảm cả. Nay thôn trưởng, ông nhìn xem hiện nay có người giàu sang, nhiều tiền của, quyền thuộc đông đảo, tô tở đầy nhà, thì biết nhà ấy lâu dài ưa thích bố thí, chân thật tích chứa, nên được phước lợi này. Nay thôn trưởng, có tám nguyên nhân khiến cho phước lợi người tổn giảm không tăng. Những gì là tám?

Đó là bị vua bức hiếp, bị giặc cướp lấy, bị lửa đốt cháy, bị nước cuốn trôi, bị tiêu hao vì giấu cất, bị kẻ nợ không trả, bị kẻ oán thù tàn phá, bị hoang phí bởi con hư. Đó là tám nguyên nhân khiến cho tiền của khó tích tụ.

Này thôn trưởng, Ta nói vô thường là nguyên nhân thứ chín. Như vậy, này thôn trưởng, ông đã bỏ đi chín nhân, chín duyên trên mà nói Sa-môn Cù-đàm phá hoại nhà người. Nếu ông không bỏ những lời nói ác, không bỏ ác kiến, thì cũng như grom ném xuống nước, khi thân hoại mạng chung, ông sẽ sanh vào trong địa ngục.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Đạo Sư Thị, số 914)

## 279. NHÀM CHÁN NGŨ UẨN

Như vậy, các Tỳ-kheo, sắc là vô thường; thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Cái gì là vô thường thì cái đó là khô. Cái gì khô thì chúng chẳng phải ta. Cái gì chẳng phải ta thì không phải là sở hữu của ta. Thánh đệ tử quán sát như vậy, nhàm chán sắc, nhàm chán thọ, tưởng, hành, thức. Do nhàm chán nên không thích. Vì không thích nên giải thoát và có tri kiến về giải thoát, biết rằng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Nhân Duyên I, số 11)

## 280. NHÀM CHÁN XA LÌA VÔ MINH

Lại nữa, này Tỳ-kheo, đa văn Thánh đệ tử, khi trụ vào sáu xúc nhập xứ mà có thể nhàm chán xa lìa vô minh, có thể sanh ra minh, người đó đối với vô minh mà ly dục, sanh ra minh, nên chẳng hữu, chẳng vô, chẳng phải vừa hữu vừa vô, chẳng phải chẳng hữu, chẳng vô, chẳng phải có ta hơn, chẳng phải có ta kém, chẳng phải có ta bằng, ta biết, ta thấy. Khi biết như vậy, thấy như vậy rồi thì vô minh xúc khởi lên trước kia sẽ diệt và minh xúc sau sẽ tập khởi.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Phân Biệt III, số 63)

## 281. NHÂN DUYÊN LẤN NHAU

Nay tôi sẽ nói thí dụ, nếu là người trí thì nhờ thí dụ sẽ hiểu được. Thí như ba cây lau được dựng lên nơi đất trống, nhờ nương tựa vào nhau mà có thể đứng vững; nếu lấy ra một cây thì hai cây kia cũng không đứng được; nếu lấy đi hai cây thì một cây cũng không đứng vững, vì chúng phải nương vào nhau mới có thể đứng được. Thức duyên danh sắc lại cũng như vậy, phải nương tựa lẫn nhau mới sanh trưởng được.

## 282. NHANH NHẼN, ĐỦ SẮC VÀ HÌNH TƯỢNG

1. Thế nào là hàng thiện nam có đủ nhanh nhẹn, nhưng chẳng có đủ sắc, chẳng có đủ hình thể?

Hàng thiện nam biết như thật ‘Đây là Khổ Thánh đế’, biết như thật ‘Đây là Khổ tập Thánh đế’, biết như thật ‘Đây là Khổ diệt Thánh đế’, biết như thật ‘Đây là Khổ diệt đạo Thánh đế’. Biết như vậy, thấy như vậy, tâm giải thoát dục hữu lậu, tâm giải thoát hữu hữu lậu, tâm giải thoát vô minh hữu lậu, biết rằng ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa’, đó gọi là có đủ nhanh nhẹn.

Thế nào là chẳng có đủ sắc? Nếu có ai hỏi về Luận, Luật,... *cho đến* không thể vì người mà giải nói, đó gọi là chẳng có đủ sắc.

Thế nào là chẳng có đủ hình thể? Chẳng phải tiếng tăm, đức lớn,... *cho đến* chẳng cảm hóa được thuốc men

các loại, đó gọi là chẳng có đủ hình thể, hay đó cũng gọi là thiện nam có đủ nhanh nhẹn, nhưng chẳng có đủ sắc, chẳng có đủ hình thể.

2. Thế nào là hàng thiện nam có đủ nhanh nhẹn, có đủ sắc, nhưng chẳng có đủ hình thể? Hàng thiện nam biết như thật ‘Đây là Khổ Thánh đế,... *cho đến* không còn tái sinh đời sau nữa’, đó gọi là có đủ nhanh nhẹn.

Thế nào là có đủ sắc? Nếu có ai hỏi về Luận, Luật,... *cho đến* có thể vì họ quyết định giải nói, đó gọi là có đủ sắc.

Thế nào là chẳng có đủ hình thể? Chẳng phải tiếng tăm, đức lớn,... *cho đến* không thể cảm hóa được thuốc men các loại, đó gọi là hàng thiện nam có đủ nhanh nhẹn, có đủ sắc, nhưng chẳng có đủ hình thể.

3. Thế nào là hàng thiện nam có đủ nhanh nhẹn, có đủ sắc, cũng có đủ hình thể? Hàng thiện nam biết như thật ‘Đây là Khổ Thánh đế,... *cho đến* không còn tái sinh đời sau nữa’, đó gọi là có đủ nhanh nhẹn.

Thế nào là sắc có đủ? Hàng thiện nam nếu có ai hỏi về Luận, Luật,... *cho đến* có thể vì họ quyết định giải nói, đó gọi là có đủ sắc.

Thế nào là có đủ hình thể? Hàng thiện nam tiếng tăm, đức lớn,... *cho đến* thể cảm hóa thuốc men các loại, đó gọi là có đủ hình thể, hay đó gọi là hàng thiện nam có đủ nhanh nhẹn, có đủ sắc, có đủ hình thể.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Tam, số 919)

## 283. NHẤT TÂM

Biết rõ pháp nào nhiệt  
Chánh giác được Niết-bàn  
Nếu được chánh hệ niệm  
Nhất tâm khéo chánh thọ.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Ban-Xà-La-Kiên, số 1305)

## 284. NHẤT THỪA ĐẠO

Có nhất thừa đạo có thể làm cho chúng sanh thanh tịnh, thoát mọi ưu bi, diệt trừ khổ não và được pháp chân như. Đó là bốn Niệm xứ. Những gì là bốn?

Đó là niệm xứ quán thân trên thân, niệm xứ quán thọ, tâm, pháp trên pháp. Nếu có người nào không thích bốn Niệm xứ thì sẽ không thích Thánh pháp như. Không thích Thánh pháp thì sẽ không thích Thánh đạo. Không thích Thánh đạo như thì sẽ không thích pháp cam lộ. Không thích pháp cam lộ thì sẽ không giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

Nếu người nào thích tu bốn Niệm xứ thì sẽ thích tu Thánh pháp. Thích tu Thánh pháp thì sẽ thích Thánh đạo. Thích Thánh đạo như thì sẽ thích pháp cam lộ. Thích pháp cam lộ thì được giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não.

(Tập A-hàm, Quyển 44, Kinh Phạm Thiên, số 1189)

## 285. NHỊ THIÊN

Nếu Tỳ-kheo, với hành như vậy, hình như vậy, tướng như vậy, mà dứt hữu giác, hữu quán, bên trong thanh tịnh nhất tâm, không giác không quán, có hỷ lạc do định sanh, chứng và trụ đệ Nhị thiên; hoặc nhớ nghĩ không hành như vậy, hình như vậy, tướng như vậy; mà đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức tư duy như là bệnh, như là ung nhọt, như là gai nhọn, như là sát hại, là vô thường, khổ, không, vô ngã. Đối với những pháp này tâm sẽ sanh ra nhàm chán, xa lìa, sợ hãi, phòng hộ. Do nhàm chán, xa lìa, phòng hộ, bằng pháp giới cam lộ mà tự làm lợi ích cho mình. Đây là tịch tĩnh, đây là thắng diệu, tức là xả ly tất cả hữu dư, ái tận, vô dục, diệt tận, Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Đệ Nhị Thiên, số 867)

## 286. NHIẾP TÂM

Rùa vì sợ dã can  
Dấu thân vào trong mai  
Tỳ-kheo khéo nhiếp tâm  
Dấu kín các giác tưởng  
Không nung, không sợ hãi  
Kín tâm, chớ nói năng.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Con Rùa, số 1167)

## 287. NHƯ-LAI BIẾT NHƯ THẬT

Chư Thiên, người thế gian, đối với sắc thì yêu thích, đắm nhiễm, bám trụ. Sắc này nếu vô thường, biến đổi, hoặc diệt mất, thì trời và người sẽ cảm thấy rất khổ đau.

Đối với âm thanh, mùi, vị, xúc, pháp cũng yêu thích, đắm nhiễm, bám trụ; nếu các pháp này vô thường, biến đổi, hoặc diệt mất, thì trời, người sẽ sống trong đau khổ. Đối với sự hiện hữu của sắc, sự tập khởi của sắc, sự diệt tận của sắc, vị ngọt của sắc, sự tai hại của sắc, sự xuất ly sắc, Như Lai biết như thật. Vì đã biết như thật, nên đối với sắc không còn yêu thích, đắm nhiễm, bám vào. Cho dù nếu sắc này là vô thường, biến đổi, diệt tận đi nữa, thì vẫn sống an vui. Đối với sự hiện hữu, sự tập khởi, sự diệt tận, vị ngọt, tai hại, xuất ly của thanh, hương, vị, xúc, pháp, nên biết như thật. Khi đã biết như thật thì không còn ưa thích, đắm nhiễm, bám vào. Cho dù sắc này là vô thường, biến đổi, diệt tận đi nữa, thì vẫn sống an vui.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Bất Nhiễm Trước, số 308)

## 288. NIỆM GIÁC PHÂN

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì



cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên tu niệm giác phân. Vậy để đoạn trừ những pháp vô thường nào phải tu niệm giác phân? Đoạn trừ sắc vô thường nên tu niệm giác phân, đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường nên tu niệm giác phân.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Niệm Giác Phân, số 182)

## **289. NIẾT-BÀN**

Niết-bàn là sự đoạn tận vĩnh viễn của tham dục; sự đoạn tận vĩnh viễn sân nhuế, ngu si; sự đoạn tận vĩnh viễn của tất cả các phiền não. Đó gọi là Niết-bàn.

Bà-la-môn Diêm-Phù-Xa hỏi Tôn giả Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thường tu tập, thì chứng đắc Niết-bàn chăng?

Tôn giả Xá-lợi-phất trả lời: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## **290. NIẾT-BÀN TRONG HIỆN TẠI**

Hãy lắng nghe và suy nghĩ kỹ, Ta sẽ vì các ông mà nói. Nếu có Tỳ-kheo đối với già, bệnh, chết sanh nhàm tởm, ly dục, diệt tận, không khởi lên các lậu, tâm khéo giải thoát, đó gọi là Tỳ-kheo Bát-niết-bàn ngay trong đời hiện tại.

(Tập A-hàm, Quyển 15, Kinh Thuyết Pháp, số 365)

## 291. NIẾT-BÀN VẮNG LẶNG

Như Lai, đã diệt tận ái, tâm khéo giải thoát, nên nói có sanh tử đời sau là không đúng; hoặc không đời sau; hoặc đời sau vừa có, đời sau vừa không; hay chẳng phải có, chẳng phải không đời sau, thì cũng không đúng. Vì Như Lai, đã diệt tận ái, nên tâm khéo giải thoát sâu xa, rộng lớn vô lượng, vô số, Niết-bàn vắng lặng.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Ngoại Đạo, số 905)

## 292. NƠI AN LẠC

Đạo chánh trực bình đẳng  
Phương thoát ly sợ hãi  
Cỡi chiếc xe tịch mặc  
Che kín bởi pháp tướng.

Tâm quý vòng dây cổ  
Chánh niệm là dây buộc  
Trí tuệ người đánh xe  
Chánh kiến dẫn đường trước.

Cỡi xe màu nhiệm ấy  
Cùng đưa cả nam nữ  
Ra khỏi rừng sanh tử  
Chóng đến nơi an lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Thiên Nữ, số 587)

## 293. NƠI CHỨNG QUẢ

Ở bất cứ nơi nào, nếu có Tỳ-kheo đi kinh hành và ở nơi đó mà chứng được một trong bốn quả Sa-môn, thì khi Tỳ-kheo ấy mạng chung, thường nhớ đến chỗ mình chứng quả.

Giống như chỗ kinh hành, cũng vậy chỗ đứng, chỗ ngồi, chỗ nằm cũng nói như vậy. Cũng vậy Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni, Thức-xoa-ma-na, Sa-di, Sa-di-ni, Ưu-bà-tắc, Ưu-bà-di. Các kinh đều nói như vậy.

## 294. NÓI DỐI

Đoạn trừ nói hai lưỡi  
Không ly gián bạn người  
Thường nghĩ hòa kia đây  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

## 295. NƯỚC SÔNG

Giống như nước sông phát xuất từ khe núi, nước sâu chảy xiết, dòng nước cuồn cuộn trôi tất cả những vật chìm nổi. Hai bên bờ sông mọc um tùm nhiều loại cỏ cây, bị dòng nước lớn cuốn rạp cả hai bên bờ. Nhiều người lội qua, số lớn bị nước cuốn trôi, theo dòng chìm đắm; gặp sóng đẩy vào gần bờ, dùng tay chộp lấy cỏ cây, nhưng cây cỏ lại bị đứt và trở lại theo dòng nước cuốn trôi.

Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, nếu chúng sanh phàm phu ngu muội nào không biết như thật về sắc, về sự tập khởi

của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc; và vì không biết như thật nên đắm nhiễm sắc, ở nơi sắc, nói sắc là ngã, nhưng rồi sắc kia theo đó mà đoạn.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Hà Lưu, số 268)

## **296. NƯƠNG TỰA CHÍNH MÌNH**

Hãy an trú nơi hòn đảo chính mình, an trú nơi nương tựa chính mình, an trú nơi hòn đảo pháp, an trú nơi nương tựa pháp, chứ đừng an trú nơi hòn đảo nào khác, hay nương tựa nơi nào khác.

Tỳ-kheo hãy quán sát chân chánh, an trú nơi hòn đảo chính mình, an trú nơi nương tựa chính mình, an trú nơi hòn đảo pháp, an trú nơi nương tựa pháp, chứ đừng an trú nơi hòn đảo nào khác, hay nơi nương tựa nào khác.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Thập Lục Tỳ Kheo, số 36)

## **297. NƯƠNG UẾ TẠP DỨT UẾ TẠP**

Này cô, thế nào gọi là nương nơi thức ăn uế tạp thì dứt thức ăn uế tạp? Thánh đệ tử đối với sự ăn uống, phải xét lường, suy nghĩ mà ăn, không ăn với ý tưởng đắm đuối lạc thú, không ăn với ý tưởng kiêu mạn, không ăn với ý tưởng trau chuốt, không ăn với ý tưởng làm đẹp, mà chỉ vì duy trì thân, chỉ vì nuôi sống, vì trị cái bệnh đói khát, vì nhiếp thọ phạm hạnh, vì muốn làm dứt các cảm thọ cũ, các cảm thọ mới chẳng phát sanh, nuôi lớn theo tập quán cao

thượng; hoặc lục, hoặc lạc, hoặc xúc nên trụ như thế. Thí như khách buôn dùng dầu tô hay dầu nấu đặc để bôi xe, không có ý tưởng nhiễm trước, không có ý tưởng kiêu mạn, không có ý tưởng trau chuốt, không ý tưởng làm đẹp mà chỉ vì chuyên chở.

Lại như người bị bệnh ghê bôi dầu không ý tưởng nhiễm trước hay ưa thích, không ý tưởng kiêu mạn, không có ý tưởng trau chuốt, không có ý tưởng làm đẹp mà vì lành bệnh ghê. Như thế Thánh đệ tử xét lường mà ăn, không ăn với ý tưởng đấm đuôi lạc thú, không ăn với ý tưởng kiêu mạn, không ăn với ý tưởng trau chuốt, không ăn với ý tưởng làm đẹp; mà chỉ vì duy trì thân, chỉ vì nuôi sống, vì trị cái bệnh đói khát, vì nhiếp thọ phạm hạnh, vì muốn làm dứt các cảm thọ cũ, các cảm thọ mới chẳng phát sanh, nuôi lớn theo tập quán cao thượng; hoặc lục, hoặc lạc, hoặc xúc, không lỗi lầm, trụ an ổn. Này cô, đó gọi là nương thức ăn thì dứt ăn.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Tỳ-kheo-ni, số 564)

## **298. PHÀM PHU BỊ TRÓI BUỘC**

Vì sao kẻ phàm phu ngu si không học, không trí tuệ, không sáng suốt, đối với năm thọ ẩm, bị hệ phục bởi ngã kiến, khiến cho tâm bị trói buộc dính mắc mà sanh ra tham dục?

Này Tỳ-kheo, kẻ phàm phu ngu si không học, không trí tuệ, không sáng suốt, thấy rằng sắc là ngã, là khác ngã,

hay ở trong nhau. Cũng vậy, thấy thọ, tưởng, hành, thức là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. Những kẻ phàm phu ngu si không học, không trí tuệ, không sáng suốt như vậy, đối với năm thọ ấm nói là ngã và bị hệ phược, làm cho tâm bị hệ phược mà sanh ra tham dục.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Phân Biệt II, số 62)

## **299. PHÁP AN LẠC**

1. Ta cũng như vậy, như đám ruộng mâu mỡ, phì nhiêu kia, các Tỳ-kheo, Tỳ-kheo-ni của Ta lại cũng như vậy.

2. Như đám ruộng trung bình kia, các đệ tử Ưu-bà-tắc và Ưu-bà-di của Ta cũng lại như vậy.

3. Như đám ruộng xấu nhất của nhà nông kia, cũng vậy, Ta vì các đệ tử học ngoại đạo Ni-kiền Tử.

Ta cũng vì họ mà nói pháp, pháp ban đầu, khoảng giữa, sau cùng đều thiện, nghĩa thiện, vị thiện, thanh tịnh thuần nhất, phạm hạnh thanh bạch, khai thị rõ ràng. Song đối với những người ít nghe pháp, Ta cũng vì họ mà nói và những người nghe pháp nhiều Ta cũng vì họ mà nói. Nhưng trong số những người này, đối với việc khéo nói pháp của Ta, đạt được một câu pháp mà biết được ý nghĩa của nó, thì cũng lại nhờ nghĩa lợi này mà sống yên ổn an lạc mãi mãi.

(Tập A-hàm, Quyển 32, Kinh Đạo Sư Thị, số 914)

### **300. PHÁP CAM LỘ**

Tỳ-kheo A-lê-sắt-tra bạch Phật: Bạch Thế Tôn, có con đường nào mà tu tập, tu tập nhiều, sẽ được pháp cam lộ không?

Phật bảo Tỳ-kheo: Có, đó là tám Thánh đạo phần: Từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 28, Kinh A-Lê-Sắt-Tra, số 753)

### **301. PHÁP CHẾT**

Những gì thuộc về sắc, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng đều là pháp chết; những gì thuộc về thọ, tưởng, hành, thức, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng đều là pháp chết.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Tử Diệt, số 121)

### **302. PHÁP HOẠI VÀ BÁT HOẠI**

Này các Tỳ-kheo, sắc là pháp hoại. Sắc kia diệt, Niết-bàn là pháp bất hoại. Thọ, tưởng, hành, thức là pháp hoại. Thức kia diệt, Niết-bàn, là pháp bất hoại.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Hoại Pháp, số 51)

### 303. PHÁP KHỔ NÃO

Như tham, đối với nhuế, si, sân, hận, mắng chưởi, chấp chặt, ganh ghét, keo kiệt, lừa dối, không hổ, không then, mạn, mạn mạn, tăng mạn, ngã mạn, tăng thượng mạn, tà mạn, ty mạn, kiêu mạn, buông lung, kiêu căng, cống cao, quanh co, hình thức đối trá, dụ lợi, ác lợi, muốn nhiều, muốn thường không cung kính, miệng ác, tri thức ác, không nhẫn, tham đắm, hạ tham, ác tham; thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ, giới thủ, dục ái, sân nhuế, thù miên, trạo hối, nghi, hôn túy, quanh quẹo, mạnh bạo, lười biếng, loạn tưởng, nhớ nghĩ không đúng, thân nhơ, không ngay thẳng, không dịu dàng, không khác; tầm cầu dục (dục giác), tầm cầu sân (sân giác), tầm cầu hại, tầm cầu thân thuộc, tầm cầu bờ cõi, tầm cầu nhẹ dễ, tầm cầu yêu nhà người, sầu ưu, não khổ. Đối với những thứ này tất cả cho đến: bị che mờ, không có khả năng tác chứng sự đoạn diệt sắc.

Có một pháp không che mờ, nên có khả năng tác chứng sự đoạn diệt sắc và có khả năng tác chứng sự đoạn diệt thọ, tưởng, hành, thức. Pháp ấy là pháp nào? Là pháp khổ não, vì pháp này không che mờ nên có khả năng tác chứng sự đoạn diệt sắc và cũng có khả năng tác chứng sự đoạn diệt thọ, tưởng, hành, thức.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tham Dục, số 187)



### **304. PHÁP KHÔNG BỊ ĐÓT CHÁY**

Nếu người nam hay người nữ nào thọ trì tịnh giới, tu pháp chân thật, thân thành tựu nghiệp thiện; khẩu, ý thành tựu nghiệp thiện; khi lâm chung tuy thân gặp phải khổ nạn, nằm liệt trên giường bệnh, thân thể chịu nhiều đau đớn, nhưng tâm người ấy nhớ lại pháp thiện trước kia đã tu; thân, khẩu và ý đã thành tựu thiện hạnh.

Lúc bấy giờ, duyên vào những pháp thiện, người ấy nghĩ rằng: ‘Thân, khẩu, ý ta đã tạo ra thiện hạnh như vậy, không làm các điều ác, sẽ sanh về đường thiện, không đọa vào đường ác, tâm không có gì hối hận.’ Do tâm không biến hối, nên mạng chung với thiện tâm, qua đời sau thiện vẫn tiếp tục. Đó gọi là pháp không đốt cháy.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Thiêu Đốt, số 1244)

### **305. PHÁP KHÔNG CÓ CHUNG CÙNG**

Như người cầm bốn thứ cung cứng, dùng hết sức mạnh bắn vào bóng cây đa-la, qua nhanh không trở ngại. Cũng vậy, bốn hạng Thanh văn của Như Lai, với tăng thượng phương tiện, lợi căn, trí tuệ, sống đến một trăm năm tuổi thọ; đối với pháp được giảng thuyết, được truyền trao bởi Như Lai, chỉ trừ lúc ăn uống, ngủ nghỉ, bỏ tả, trong khoảng trung gian, thường nói, thường nghe, với trí tuệ sáng suốt lanh lợi, đối với những gì Như Lai đã dạy, triệt để lãnh thọ, giữ gìn, không chướng ngại; ở chỗ Như Lai không có gì để hỏi thêm.

Như Lai nói pháp không có chung cực. Nghe pháp suốt cả đời, cho đến khi trăm tuổi mạng chung, mà pháp được Như Lai nói vẫn không cùng tận.

Nên biết, vô lượng vô biên; danh thân, cú thân, vị thân, mà Như Lai đã thuyết cũng lại vô lượng, không có chung cực; đó chính là bốn Niệm xứ. Những gì là bốn? Thân niệm xứ; thọ, tâm, pháp niệm xứ.

(Tập A-hàm, Quyển 24, Kinh Cung, số 612)

### **306. PHÁP SANH DIỆT**

Nếu có người nói rằng ‘mắt là ta’, điều này chẳng đúng. Vì sao? Vì mắt là sanh diệt. Nếu mắt là ta thì ta này phải chịu sanh tử. Cho nên nói mắt là ta, điều này chẳng đúng. Cũng vậy, hoặc là sắc, hoặc nhãn thức, hoặc nhãn xúc, hoặc cảm thọ sanh bởi nhãn xúc, nếu là ta, thì điều này cũng chẳng đúng. Vì sao? Vì thọ do mắt tiếp xúc sanh ra, nó là pháp sanh diệt; nếu thọ do mắt tiếp xúc sanh ra là ta, thì ta này phải chịu sanh tử. Cho nên nói thọ do nhãn xúc sanh ra là ta, thì điều này không đúng. Vì vậy, thọ do mắt tiếp xúc sanh ra chẳng phải là ta.

Cũng vậy, thọ do Nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý tiếp xúc sanh ra chẳng phải ta. Vì sao? Vì thọ do ý tiếp xúc sanh ra, nó là pháp sanh diệt; nếu là ta thì ta này phải chịu sanh tử, cho nên nói thọ do ý tiếp xúc sanh ra là ta, thì điều này chẳng đúng. Cho nên thọ do ý tiếp xúc sanh ra chẳng phải là ta.

Như vậy, này các Tỳ-kheo, nên biết như thật cái được tác thành bởi trí, cái được tác thành bởi mắt, cái được tác

thành bởi tịch diệt, khai phát thần thông, chánh hướng Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Đại Thọ, số 284)

### **307. PHÁP SU**

Tôn giả Ma-ha Câu-hi-la, nói già, chết là đáng ghê tởm, ly dục, diệt tận, đó gọi là Pháp sư. Hay nói rằng: Sanh, hữu, thủ, ái, thọ, xúc, lục nhập, danh sắc, thức là đáng chán chê, ly dục, diệt tận, thì đó cũng gọi là Pháp sư. Nếu Tỳ-kheo nào, đối với già, chết mà nhàm tởm, lo sợ, hướng đến ly dục, diệt tận, thì đó gọi là Pháp sư. Cho đến, đối với thức mà nhàm tởm, lo sợ, hướng đến ly dục, diệt tận, thì đó cũng gọi là Pháp sư. Nếu Tỳ-kheo nào, đối với già chết mà nhàm tởm, lo sợ, ly dục, diệt tận, không khởi các lậu, tâm khéo giải thoát, thì đó gọi là Pháp sư. Cho đến, đối với thức mà nhàm tởm, lo sợ, ly dục, diệt tận, không khởi các lậu, tâm khéo giải thoát, thì đó gọi là Pháp sư.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Đại Thọ, số 284)

### **308. PHÁP THẾ GIAN Ở TRONG THẾ GIAN**

Tỳ-kheo, có những pháp thế gian, ở trong thế gian, Ta đã tự chứng tri, tự giác ngộ, rồi vì mọi người mà phân biệt, giảng nói, hiển thị, nhưng những kẻ mù không có mắt trong thế gian đã không biết, không thấy, đó không phải là lỗi của Ta.

Tỳ-kheo, những gì là pháp thế gian ở trong thế gian mà Ta đã tự chứng tri, tự giác ngộ, rồi vì mọi người phân biệt, giảng nói, hiển hiện, nhưng những kẻ mù không mắt, không biết không thấy? Tỳ-kheo, đó là, sắc là pháp vô thường, khổ, biến dịch, nó là pháp thế gian ở trong thế gian. Cũng vậy, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường, khổ, là pháp thế gian ở trong thế gian.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngã, số 37)

### 309. PHÁP THOẠI CHÓI SÁNG

Nếu không có thuyết pháp  
Khó phân rõ ngu, trí  
Đây ngu! Đây trí tuệ  
Không do đâu hiển hiện.

Khéo nói pháp tươi mát  
Nhân thuyết trí rõ ràng  
Thuyết pháp là sáng chiếu  
Sáng chói cờ Đại tiên.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Tỳ-Xá-Khur, số 1069)

### 310. PHẬT

Trời, Rồng, Càn-thát-bà  
Khẩn-na-la, Dạ-xoa  
A-tu-la không lành  
Những La-hầu-la-già.

Nhân cùng chẳng phải Nhân  
Đều do phiền não sanh  
Lậu hoặc phiền não này  
Tất cả, Ta đã bỏ.

Đã phá, đã diệt sạch  
Như hoa Phân-đà-lợi  
Tuy sanh từ trong nước  
Nhưng chưa từng dính nước.

Ta tuy sanh thế gian  
Chẳng bị nhiễm thế gian  
Nhiều kiếp thường lựa chọn  
Thuần khổ không chút vui.

Tất cả hành hữu vi  
Thảy đều bị sanh diệt  
Trừ nợ, không lay động  
Đã nhổ sạch gai góc.  
Cùng tốt bờ sanh tử  
Cho nên gọi là Phật.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Phật II, số 101)

### 311. PHONG

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Gió không thổi, lửa không cháy, nước không chảy, tên không bắn, mang thai không

sanh, sữa không vắt, mặt trời mặt trăng mọc mà như lặn hoặc sáng hoặc tối, không thể biết?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Phong, số 164)

### **312. PHƯỚC LỢI TỪ SỰ NGHE PHÁP THOẠI**

1. Nếu có Tỳ-kheo nào trước khi chưa bệnh, chưa đoạn năm hạ phần kết. Khi bệnh phát khởi, thân thể đau đớn, tâm không điều hòa, mạng sống suy mòn, nhưng được nghe Đại Sư chỉ dạy, nhắc nhở, nói nhiều pháp. Khi được nghe pháp xong, đoạn năm hạ phần kết.

2. Nếu có Tỳ-kheo nào, trước khi chưa bệnh, chưa đoạn năm hạ phần kết. Sau đó bệnh phát khởi, thân thể đau đớn, mạng sống suy mòn dần, không nhờ được nghe Đại Sư chỉ dạy, nhắc nhở, nói pháp, nhưng gặp được các vị Đại đức đa văn, tu phạm hạnh, chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp. Khi được nghe pháp xong, đoạn năm hạ phần kết.

3. Nếu Tỳ-kheo nào trước khi chưa bệnh, chưa đoạn năm hạ phần kết... *cho đến* mạng sống suy mòn, không được nghe Đại Sư chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp; lại không nghe các vị Đại đức đa văn phạm hạnh chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp; nhưng trước kia đã lãnh thọ pháp,

một mình ở nơi vắng lặng tư duy, quán sát, đoạn được năm hạ phần kết.

4. Nếu có Tỳ-kheo nào, trước khi chưa bệnh đã đoạn năm hạ phần kết, nhưng chưa được ái tận giải thoát vô thượng, tâm không khéo giải thoát khỏi các lậu. Sau đó tuy mắc bệnh, thân bị khổ đau, mạng sống suy mòn, nhưng nghe được Phật chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp, được ái tận giải thoát vô thượng, chẳng khởi các lậu, lìa dục giải thoát.

5. Nếu có Tỳ-kheo nào, trước khi chưa bệnh đã đoạn năm hạ phần kết, nhưng chưa được ái tận giải thoát vô thượng, chưa ly dục, giải thoát khỏi các lậu. Sau đó biết thân khởi bệnh, chịu khổ đau vô cùng. Tuy chẳng được Đại Sư chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp, nhưng lại được các vị Đại đức đa văn, phạm hạnh khác chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp, được ái tận giải thoát vô thượng, chẳng khởi các lậu, ly dục, giải thoát.

6. Nếu có Tỳ-kheo nào, trước khi chưa bị bệnh, đã đoạn năm hạ phần kết, nhưng chưa được ái tận giải thoát vô thượng, không ly dục, giải thoát khỏi các lậu. Sau đó thân bệnh khởi, sanh khổ đau vô cùng. Tuy không được Phật chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp, cũng không được các vị Đại đức đa văn khác chỉ dạy, nhắc nhở, nói pháp, nhưng ở chỗ vắng lặng tư duy, cân nhắc, quán sát, được ái tận giải thoát vô thượng, không khởi các lậu, ly dục, giải thoát.

A-nan, đó gọi là được phước lợi từ sự tư duy những gì đã được nghe từ giáo pháp.

Duyên gì các căn Tỳ-kheo Phả-câu-na không được vui tươi, tướng mạo thanh tịnh, da dẻ nhuận tươi, trước khi Tỳ-kheo Phả-câu-na chưa bị bệnh, chưa đoạn năm hạ phần kết? Tỳ-kheo này tự mình được nghe từ sự chỉ dạy, nhắc nhở, thuyết pháp của Đại Sư, đoạn năm hạ phần kết.

(Tập A-hàm, Quyển 37, Kinh Phả-Câu-Na, số 1023)

### **313. QUA BỜ KIA**

Biên cả sóng cuộn cuộn  
Quý, ác trùng, ghê sợ  
Khó vượt nhưng vượt được  
Vĩnh viễn đoạn tập khởi.

Dứt trừ tất cả khổ  
Không tái sanh đời khác  
Vĩnh viễn trụ Niết-bàn  
Không còn buông lung nữa.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Đại Hải II, số 217)

### **314. QUA DÒNG SÂU**

Năm đoạn trừ, năm xả  
Đối năm căn tu thêm  
Vượt lên năm hòa hợp  
Tỳ-kheo qua dòng sâu.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Đoạn trừ, số 1002)



### 315. QUÁ KHỨ ĐƯƠNG ĐOẠN

Nếu pháp quá khứ là vô thường, thì nên đoạn trừ; khi đã đoạn trừ pháp này rồi, thì sẽ được nhiều lợi ích và luôn luôn được an lạc. Pháp quá khứ nào là vô thường? Sắc quá khứ là pháp vô thường, dục quá khứ là pháp vô thường, nên pháp này phải đoạn trừ; khi đã đoạn trừ pháp này rồi, thì sẽ được nhiều lợi ích và luôn luôn được an lạc; đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Quá Khứ Đương Đoạn, số 173)

### 316. QUÁ KHỨ VÀ TƯƠNG LAI

Với quá khứ không lo  
Vị lai không mơ thích  
Hiện tại tùy chỗ được  
Chánh trí buộc giữ niệm.

Ăn uống luôn buộc niệm  
Nhan sắc thường tươi sáng  
Tâm, tưởng ruỗi vị lai  
Buồn tiếc theo quá khứ.  
Lửa ngu si tự nấu  
Như mưa đá chết cỏ.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh A-Luyện-Nhã, số 995)

### 317. QUẢ TỪ NĂM CĂN

Nếu Tỳ-kheo nào đối với năm Căn này, hoặc nhạy bén hay đầy đủ, thì đạt A-la-hán; hoặc mềm hay yếu kém, thì đạt A-na-hàm; hoặc mềm hay yếu kém hơn thì đạt Tư-đà-hàm; hoặc mềm hay yếu kém hơn nữa thì đạt Tu-đà-hoàn. Người nào đầy đủ, thì thành tựu việc đầy đủ; người nào không đầy đủ, thì thành tựu việc không đầy đủ. Đối với năm Căn này không phải trống không, không quả. Nếu người nào đối với năm Căn này tất cả đều cho là không, thì Ta nói họ thuộc về số phàm phu ngoại đạo.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Hướng, số 652)

### 318. QUÁN

Có năm thọ ấ́m. Đó là, sắc thọ ấ́m. Tỳ-kheo đối với sắc nhàm tở́m, ly dục, tịch diệt, không làm sanh khởi, giải thoát. Đó gọi là Như Lai, Ứng Cú́ng, Đấng Chánh Giác. Cũng vậy, thọ, tướng, hành, thức; nhàm tở́m, ly dục, tịch diệt, không làm sanh khởi, giải thoát. Đó gọi là Như Lai, Ứng Cú́ng, Đấng Chánh Giác.

Tỳ-kheo, đối với sắc nhàm tở́m, ly dục, tịch diệt, không làm sanh khởi, giải thoát. Đó gọi là A-la-hán tuệ giải thoát. Cũng vậy, thọ, tướng, hành, thức; nhàm tở́m, ly dục, tịch diệt, không làm sanh khởi, giải thoát. Đó gọi là A-la-hán tuệ giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Quán, số 75)

### 319. QUAN ĐIỂM VỀ THẾ GIỚI

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đấm đuổi cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Thế gian là thường; thế gian là vô thường; thế gian là thường – vô thường; thế gian là chẳng phải thường, chẳng phải vô thường. Thế gian là hữu biên, thế gian là vô biên; thế gian là hữu biên – vô biên; thế gian là chẳng phải hữu biên, chẳng phải vô biên. Mạng tức là thân, mạng khác thân khác. Sau khi Như Lai mất là có, sau khi Như Lai mất là không; sau khi Như Lai mất là vừa có vừa không; sau khi Như Lai mất là vừa chẳng phải có vừa chẳng phải chẳng?’

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đấm đuổi sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Thế Gian Thường, số 168)

### 320. QUÁN SÁT NỮ NHÂN

‘Tỳ-kheo các ông, nếu gặp người nữ lớn tuổi thì nên coi như mẹ. Gặp người trung niên thì nên coi như chị em. Gặp người non trẻ thì nên coi như con. Vì nguyên nhân này nên các Tỳ-kheo tuổi trẻ xuất gia chưa bao lâu ở trong Pháp luật này sống an lạc, an ổn, các căn hòa duyệt, tướng

mạo sáng sủa, da dẻ tươi mát, thích tĩnh, ít động, kham năng suốt đời tu trì phạm hạnh, thanh tịnh thuần nhất.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Tân-Đầu-Lô, số 1165)

### **321. QUY Y TAM BẢO**

Bạch Thế Tôn, nhưng khi con thấy những người mang thai, con liền chỉ bày họ nên vì con mình quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tỳ-kheo Tăng. Sau khi đưa bé ra đời, con dạy nó về tam quy; đến khi hiểu biết, lại dạy nó trì giới. Giả sử tôi tớ hạ tiện, người ngoài nào có mang và sanh con, con cũng chỉ bày như vậy. Nếu có người bán nô tỳ, con liền đến nói với họ rằng: ‘Hiền giả, tôi muốn mua người, nhưng anh nên quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tỳ-kheo Tăng, thọ trì cấm giới. Theo lời tôi dạy, mau thọ trì năm giới. Sau đó tùy giá mà mua, nếu không theo lời chỉ dạy của tôi thì không chịu mua.’ Hoặc có khách trọ hay người làm thuê, trước tiên con cũng yêu cầu thọ tam quy, ngũ giới, rồi sau đó con mới nhận họ. Hoặc lại có người đến xin làm học trò, hay đến xin vay lấy lãi, con cũng đều yêu cầu thọ tam quy, ngũ giới, sau đó mới chịu nhận.

Lại nữa, khi nào nhà con cung dưỡng Phật và Tỳ-kheo Tăng thì đọc tên cha mẹ, anh em, vợ con, thân thuộc quen biết, quốc vương đại thần, chư thiên, long thần, hoặc kẻ còn người mất, Sa-môn hay Bà-la-môn, nội ngoại quyến thuộc, dưới cho đến nô bộc đều đọc tên họ, vì họ chú nguyện. Hơn nữa, con được nghe từ Thế Tôn dạy, nhờ duyên xưng tên chú nguyện nên đều được sanh lên trời. Hoặc nhân bố thí ruộng vườn, nhà cửa, giường nằm; hoặc

nhân thường bố thí, hoặc bố thí cho người đi đường, nhỏ cho đến bố thí cho chúng sanh một nắm nhỏ, nhờ những nhân duyên này thầy được sanh lên trời.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Gia Nhân, số 1241)

### **322. QUYẾN THUỘC LẤN NHAU**

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Các Tỳ-kheo, nếu thấy chúng sanh mà khởi ái niệm hoan hỷ, thì nên nghĩ rằng: ‘Chúng sanh như vậy, trong đời quá khứ chắc chắn đã từng là cha mẹ, anh em, vợ con, quyến thuộc, thầy bạn, tri thức của chúng ta, cứ mãi mãi luân chuyển sanh tử như vậy, không biết biên tế tối sơ của khổ. Cho nên các Tỳ-kheo, nên học như vậy: Hãy nỗ lực tinh cần, đoạn trừ các hữu, chớ cho tăng trưởng.

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Ái Niệm, số 945)

### **323. RƠI VÀO BÃY MA**

Nếu có Sa-môn, Bà-la-môn nào mất quen gần gũi sắc, thì bị rơi vào chỗ tự tại của ma, cho đến không giải thoát được sự trói buộc của ma. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Nếu có Sa-môn, Bà-la-môn nào, mà mất không quen gần gũi sắc, không bị rơi vào chỗ tự tại của ma, cho đến, sẽ giải thoát được sự trói buộc của ma. Đối với tai mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Tập Cận, số 247)

### **324. RUỘNG PHƯỚC CỦA THẾ GIAN**

Có sáu thường hành. Đó là, nếu Tỳ-kheo mắt thấy sắc, mà an trụ với tâm xả, thấy không khổ, không lạc, chánh niệm, chánh trí. Tai đối với thanh, mũi đối với mùi, lưỡi đối với vị, thân đối với xúc, ý đối với pháp mà an trụ với tâm xả, thấy không khổ, không lạc, chánh niệm, chánh trí.

Nếu Tỳ-kheo nào thành tựu sáu pháp thường hành này, là điều thế gian khó làm được, thì người này đáng được phụng sự, cung kính, cúng dường là ruộng phước vô thượng của thế gian.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Thường Hành III, số 341)

### **325. RUỘNG PHƯỚC NÀO LỚN**

Này Đại vương, cũng vậy, Sa-môn, Bà-la-môn, xa lìa năm chi, thành tựu năm chi, kiến lập phước điền; nếu ai thí vào ruộng phước này thì được phước lợi lớn, được quả báo lớn. Những gì là lìa bỏ năm chi? Tham dục cái, sân nhuế, ngu si, trạo hối, nghi cái đã đoạn, đã biến tri. Đó gọi là lìa bỏ năm chi. Những gì là thành tựu năm chi? Thành tựu giới thân vô học, định thân vô học, tuệ thân, giải thoát thân, giải thoát tri kiến thân. Đó gọi là thành tựu năm chi.

Này Đại vương, người nào lìa bỏ năm chi, thành tựu năm chi, kiến lập phước điền, thí vào ruộng phước này thì sẽ được quả báo lớn.

(Tập A-hàm, Quyển 42, Kinh Ứng Thí, số 1145)

### **326. SẮC BỊNH, KHỔ SANH**

Sắc không có ngã. Nếu sắc mà có ngã thì bệnh, khổ không thể sanh nơi sắc được, cũng không thể có ước muốn khiến cho như vậy hay không như vậy đối với sắc được. Vì sắc là vô ngã, cho nên nơi sắc bệnh, khổ sanh và cũng có thể có ước muốn khiến cho như vậy hay không như vậy được. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Tỳ Kheo, số 34)

### **327. SẮC HỆ LỤY**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì mà nếu ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho nó khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến cho nó càng tăng trưởng rộng lớn thêm?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Ưu Não Sanh Khởi, số 139)

### **328. SẮC KHỞI, KHỔ KHỞI**

Nếu sắc khởi, trụ, xuất thì khổ ở đây khởi, bệnh ở đây trụ, già, chết ở đây xuất. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

Tỳ-kheo, nếu sắc diệt, ngừng nghỉ, biến mất thì khô ở đây diệt, bệnh ở đây dừng, già chết ở đây biến mất. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Quán, số 75)

### **329. SẮC LÀ GAI NHỌN LÀM TỔN THƯƠNG**

Thí như bên cạnh thôn xóm có khu rừng nài nhiều cây gai nhọn. Khi ấy có người vào rừng có công việc. Sau khi vào rừng, thấy trước sau, phải trái, trên dưới hoàn toàn là gai nhọn. Bấy giờ người kia chánh niệm mà đi, chánh niệm tới lui, chánh niệm mở mắt sáng, chánh niệm nhìn thẳng, chánh niệm khom người. Vì sao? Vì không để gai nhọn làm tổn thương thân mình. Thánh đệ tử đa văn cũng lại như vậy. Nếu y tựa nơi làng xóm, thành ấp; sáng sớm đắp y, ôm bát vào xóm khát thực, phải khéo nhiếp hộ thân và giữ gìn tâm mình, chánh niệm an trú, chánh niệm mà đi, chánh niệm mở mắt sáng, chánh niệm quán sát. Vì sao? Vì không để cho gai nhọn làm tổn thương đến Chánh pháp luật. Thế nào là gai nhọn làm tổn thương đến Chánh pháp luật? Là sắc vừa ý, đáng yêu, đáng nhớ. Đó gọi là gai nhọn làm tổn thương đến Thánh pháp luật.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Rắn Độc, số 1172)

### **330. SẮC LÀ KHỔ**

Sắc là khổ. Nếu sắc không phải là khổ, thì đối với sắc sẽ không có bệnh, có khổ sanh ra và cũng không nên muốn



như thế này hay không thế như thế này. Vì sắc là khổ và vì sắc là khổ nên bệnh sanh ra nơi sắc, đối với sắc cũng có thể muốn như thế, hay không khiến như thế. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

Tỳ-kheo, sắc là thường hay vô thường?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Thế Tôn, là vô thường.

Này các Tỳ-kheo, vô thường có phải là khổ?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, là khổ.

Này các Tỳ-kheo, nếu vô thường, khổ là pháp biến dịch; vậy đa văn Thánh đệ tử ở trong đó có thấy ngã, khác ngã, hay ở trong nhau không?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Thế Tôn, không.

Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy. Cho nên, Tỳ-kheo, những gì thuộc về sắc, hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng đều chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng ở trong nhau, quán sát như thật. Thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Đa văn Thánh đệ tử đối với sắc sẽ được giải thoát, đối với thọ, tưởng, hành, thức sẽ được giải thoát. Ta nói người này sẽ giải thoát sanh, lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não và tụ lớn thuần khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Khổ, số 87)

### **331. SẮC LÀ PHÁP BIẾN DỊCH**

Sắc là vô thường, là pháp biến dịch, yêm ly, ly dục, diệt tận, tịch tĩnh. Sắc như vậy từ xưa tới nay, tất cả đều là pháp vô thường, khổ, biến dịch. Khi đã biết như vậy rồi, thì tất cả các lậu, hại, xí nhiên, ưu não đã từng duyên vào sắc này mà sanh ra, thấy đều bị đoạn diệt. Khi đã đoạn diệt rồi, thì không còn gì để chấp trước. Khi đã không còn gì để chấp trước rồi, thì sống an lạc. Khi đã sống an lạc rồi, thì đạt được Bát-niết-bàn. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Chánh Sĩ, số 35)

### **332. SẮC LÀ VỌNG TƯỚNG**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Sắc là ngã, ngoài ra chỉ là vọng tưởng; phi sắc phi phi sắc là ngã, ngoài ra chỉ là vọng tưởng; ngã là hữu biên, ngoài ra chỉ là vọng tưởng; ngã là vô biên, ngoài ra chỉ là vọng tưởng; ngã chẳng phải là hữu biên và chẳng phải là vô biên, ngoài ra chỉ là vọng tưởng; một tướng, đa dạng thứ tướng, nhiều tướng, vô lượng tướng; ngã chỉ một mực là lạc, chỉ một mực là khổ, hoặc vừa khổ vừa lạc, không khổ-không lạc ngoài ra chỉ là hư danh?’

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho

khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Sắc Thị Ngã II, số 167)

### **333. SẮC NHƯ GIỌT NƯỚC**

Giống như nước lớn sông Hằng cuộn lên, bọt nước theo dòng chảy mà tụ lại. Nếu như người nào có mắt sáng quán sát, phân biệt thật kỹ thì lúc quán sát, phân biệt thật kỹ đó, sẽ thấy rằng không có gì cả, không gì là bền chắc, không gì là chắc thật, không gì là kiên cố. Vì sao? Vì trong nhóm bọt nước nổi kia không có gì là chắc thật.

Cũng vậy những gì thuộc về sắc, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, Tỳ-kheo, hãy quán sát, tư duy, phân biệt thật kỹ, không gì là có, không gì là bền chắc, không gì là chân thật, không có gì là kiên cố; chúng như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại; là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì sắc vốn không chắc thật.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Bào Mạt, số 265)

### **334. SẮC THÂN NHƯ-LAI**

Thế Tôn hỏi Tiên-ni: Thế nào, Tiên-ni, sắc có phải là Như Lai không?

Tiên-ni đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Hỏi: Thọ, tưởng, hành, thức có phải là Như Lai không?

Đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Hỏi: Ngoài sắc có Như Lai không? Ngoài thọ, tưởng, hành, thức có Như Lai không?

Đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Hỏi: Trong sắc có Như Lai không? Trong thọ, tưởng, hành, thức có Như Lai không?

Đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Hỏi: Trong Như Lai có sắc không? Và trong Như Lai có thọ, tưởng, hành, thức không?

Đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Hỏi: Phi sắc, phi thọ, tưởng, hành, thức có Như Lai không?

Đáp: Bạch Thế Tôn, không.

Phật bảo Tiên-ni: Các đệ tử của Ta nghe những gì Ta đã nói mà không hiểu nghĩa lý để khởi vô gián đẳng đối với mạn. Vì phi vô gián đẳng nên mạn không bị đoạn trừ. Vì không dứt trừ được mạn, nên khi bỏ ám này thì ám khác tiếp nối sinh. Do vậy, này Tiên-ni, Ta ký thuyết cho các đệ tử, sau khi thân hoại mạng chung sẽ sanh vào chỗ này hay chỗ kia. Vì sao? Vì mạn còn sót lại.

Này Tiên-ni, những người đệ tử này, Ta không bảo là khi bỏ ám này rồi, họ sẽ sinh vào chỗ này hay chỗ kia. Vì sao? Vì không có nhân duyên để có thể ký thuyết. Nếu muốn Ta ký thuyết, Ta sẽ ký thuyết rằng, họ đã đoạn trừ

các ái dục, vĩnh viễn xa lìa kết sử hữu, chánh ý giải thoát, tận cùng mé khổ. Từ xưa tới nay và ngay trong hiện tại, Ta thường nói, mạn quá, mạn tập, mạn sanh, mạn khởi; nếu đối với mạn mà thường xuyên quán sát thì các khổ sẽ không sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Tiên Ni, số 105)

### **335. SẮC THỊ NGÃ**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đấm đuổi cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Sắc là ngã, ngoài ra chỉ là hư danh; không sắc là ngã, ngoài ra chỉ là hư danh; sắc phi sắc là ngã, ngoài ra chỉ là hư danh; phi sắc phi phi sắc là ngã, ngoài ra chỉ là hư danh; ngã là hữu biên, ngoài ra chỉ là hư danh; ngã là vô biên, ngoài ra chỉ là hư danh; ngã là hữu biên và vô biên, ngoài ra chỉ là hư danh; ngã chẳng phải là hữu biên và chẳng phải là vô biên, ngoài ra chỉ là hư danh; một tướng, đa dạng thứ tướng, nhiều tướng, vô lượng tướng; ngã chỉ một mực là lạc, chỉ một mực là khổ, hoặc vừa khổ vừa lạc, không khổ không lạc ngoài ra chỉ là hư danh’?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đấm đuổi sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tướng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Sắc Thị Ngã, số 166)

### **336. SẮC THỌ ẤM**

Cái gì có thể phân tán, trở ngại, thì cái đó gọi là sắc thọ ấm. Như bàn tay, đá, gậy, dao, bị trở ngại bởi ngón tay; hoặc do lạnh, nóng, khát, đói, hoặc do xúc bởi muỗi mòng, độc trùng, mưa gió; đó gọi là trở ngại do xúc. Cho nên, chướng ngại, đó là sắc thọ ấm. Lại nữa, sắc thọ ấm này là vô thường, khổ, biến dịch.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Âm Thế Thực, số 46)

### **337. SẮC, LỰC VÀ NHANH NHẸN**

Thế nào là có đủ sắc? Là hàng thiện nam sống an trụ tịnh giới, luật nghi Ba-la-đề-mộc-xoa, có đầy đủ oai nghi hành xử, thấy tội vì tế thường phát sanh lòng sợ hãi, thọ trì học giới. Đó gọi là có đủ sắc.

Thế nào là có đủ lực? Đối với pháp ác bất thiện đã sanh khiến đoạn diệt, phát khởi ý dục, tinh cần phương tiện, nhiếp thọ tăng trưởng. Đối với pháp ác bất thiện chưa sanh không cho sanh khởi, phát khởi ý dục, tinh cần phương tiện, nhiếp thọ tăng trưởng. Đối với pháp thiện chưa sanh khiến sanh khởi, phát khởi ý dục, tinh cần phương tiện, nhiếp thọ tăng trưởng. Đối với pháp thiện đã sanh, an trụ không cho mất, phát khởi ý dục, tinh cần phương tiện, nhiếp thọ tăng trưởng. Đó gọi là có đủ lực.

Thế nào là có đủ nhanh nhẹn? Là biết như thật ‘Đây là Khổ Thánh đế’... cho đến đạt được A-la-hán, không còn tái sanh đời sau nữa, đó gọi là có đủ nhanh nhẹn, hay gọi là hàng thiện nam có đủ sắc, có đủ lực, có đủ nhanh nhẹn.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Tam II, số 920)

### **338. SÁM HỐI**

Tôn giả A-nan bảo Tỳ-kheo-ni: Bây giờ cô đã chân thật tự thấy tội, biết lỗi, ngu si, bất thiện. Cô tự biết đã tạo tội xấu xa. Cô tự biết, tự thấy và ăn năn lỗi lầm, ở đời vị lai sẽ được đầy đủ giới. Nay tôi nhận sự sám hối của cô, vì thương xót muốn khiến cô được tăng trưởng pháp lành trọn không thoái giảm. Vì sao? Vì nếu người tự thấy tội, tự biết tội, luôn sám hối thì ở đời vị lai sẽ được đầy đủ giới, pháp lành tăng trưởng, trọn không thoái giảm.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Tỳ-kheo-ni, số 564)

### **339. SÂN NHUẾ TRIỀN CÁI**

Những gì là thức ăn của sân nhuế triền cái? Đó là tướng chướng ngại. Đối với tướng ấy mà không tư duy đúng, thì sân nhuế cái chưa khởi sẽ khiến khởi; sân nhuế cái đã khởi rồi thì có thể khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của sân nhuế triền cái.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

### 340. SANH CÕI LÀNH

Ví như ven thành ấp, làng xóm, có cánh đồng hoang chột bốc lửa lớn. Có người có khả năng dùng tay, chân để dập tắt lửa. Nên biết, các chúng sanh sống nương cây cỏ đều không bị hại. Cũng vậy, Sa-môn, Bà-la-môn an trú nơi sanh mà sanh tướng bất hại, không lìa bỏ, không loại bỏ, không nhả ra, ngay hiện tại sống lạc; không khổ, không khốn quẫn, không thất vọng, không nóng bức; sau khi chết sanh vào cõi lành.

(Tập A-hàm, Quyển 17, Kinh Nhân, số 458)

### 341. SANH CÕI TRỜI

Phụng dưỡng cho cha mẹ  
Và tôn trọng gia tộc  
Lời nhu hòa, cung kính  
Tránh lời thô, hai lưỡi.

Điều phục tâm keo kiệt  
Thường nói lời chân thật  
Trời Tam thập tam gia  
Thấy người hành bảy pháp.

Tất cả đều nói rằng  
Tương lai sanh cõi này.

(Tập A-hàm, Quyển 40, Kinh số 1104)



### **342. SANH HỸ**

Ai ở nơi mắt mà sanh hỷ, thì đối với khổ cũng sanh hỷ. Ai đối với khổ mà sanh hỷ, Ta nói người đó không thể giải thoát khổ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý mà sanh hỷ, thì đối với khổ cũng sẽ sanh hỷ. Ai đối với khổ mà sanh hỷ, Ta nói người đó không thể giải thoát khổ.

Này các Tỳ-kheo, ai đối với mắt mà không sanh hỷ, thì đối với khổ cũng không sanh hỷ. Ai đối với khổ mà không sanh hỷ, Ta nói người đó có thể giải thoát khổ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý mà không sanh hỷ, thì đối với khổ cũng không sanh hỷ. Ai đối với khổ mà không sanh hỷ, Ta nói người đó có thể giải thoát khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Sanh Hỷ, số 194)

### **343. SANH TỬ ĐỊNH LƯỢNG**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy:

‘Ở đây có mười bốn trăm ngàn cửa sanh, sáu mươi ngàn, sáu trăm; có năm nghiệp, ba nghiệp, hai nghiệp, một nghiệp, nửa nghiệp; sáu mươi hai đạo tích, sáu mươi hai nội kiếp, một trăm hai mươi Nê-lê, một trăm ba mươi căn, ba mươi sáu tham giới, bốn mươi chín ngàn loại rồng, bốn mươi chín ngàn loại kim sí điều, bốn mươi chín ngàn loại ngoại đạo tà mạng, bốn mươi chín ngàn loại ngoại đạo

xuất gia, bảy kiếp tướng, bảy kiếp vô tướng, bảy A-tu-la, bảy Tỳ-xá-giá, bảy trời, bảy người, bảy trăm biên, bảy mộng, bảy trăm mộng, bảy vực thăm, bảy trăm vực thăm, bảy giác, bảy trăm giác, sáu sanh, mười tăng tiến, tám đại sĩ địa. Ở trong tám vạn bốn ngàn đại kiếp này, hoặc ngu si, hoặc trí tuệ, qua lại từng trải, rồi mới cùng tận mé khổ.

Ở đó không có Sa-môn, Bà-la-môn có thể nói như vậy: ‘Tôi luôn luôn giữ giới, nhận các khổ hạnh, tu các phạm hạnh; để nghiệp chưa chín mùi khiến được chín mùi, nghiệp đã chín mùi rồi thì buông bỏ.’ Tiến thoái, không thể biết. Ở đây, khổ và lạc là thường trụ, sống và chết có giới hạn nhất định. Giống như ông chỉ, ném vào giữa hư không từ từ rơi xuống dần, cho tới đất rồi dừng lại; việc sống chết có giới hạn nhất định, trong tám vạn bốn ngàn đại kiếp cũng như vậy?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tướng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Sanh Tử Định Lượng, số 163)

### **344. SANH TỬ LƯU CHUYỂN**

Do có cái gì, do sanh khởi cái gì, do hệ lụy cái gì mà có kiến chấp ngã, khiến cho chúng sanh bị vô minh che lấp, bị ái cột cổ, phải dong ruồi nơi đường dài, luân hồi

theo sanh tử, lưu chuyển trong sanh tử, không biết biên tế tối sơ là gì?

Này các Tỳ-kheo, vì có sắc, sanh khởi sự của sắc, hệ lụy sắc, nơi sắc mà thấy ngã, khiến cho chúng sanh bị vô minh che lấp, bị ái cột cổ, phải dong ruổi nơi đường dài, luân hồi theo sanh tử, lưu chuyển trong sanh tử. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Sanh Tử Lưu Chuyển, số 133)

### **345. SANH TỬ TỪ VÔ THỦY**

Đối với sanh tử vô thi, vì bị vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, luân hồi trong đêm dài tăm tối, nên không biết được biên tế tối sơ của khổ. Cũng như trăm thứ cỏ cây, lúa, thóc, mọc trên mặt đất, tất cả đều bị khô héo vì lâu ngày không mưa. Này các Tỳ-kheo, vì bị vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, nên chúng sanh sống chết luân hồi. Ái kết không dứt, không chấm dứt được khổ.

Này các Tỳ-kheo, có khi nước trong biển lớn cũng khô cạn vì lâu ngày trời không mưa. Cũng vậy, này các Tỳ-kheo, vì vô minh che khuất, ái kết buộc ràng, nên chúng sanh sống chết luân hồi. Ái kết không dứt, không chấm dứt được khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

### **346. SANH VỀ ĐÂU?**

Bạch Thế Tôn, sáng sớm hôm nay các Tỳ-kheo đắp y, ôm bát vào thành Xá-vệ khát thực, nghe Thủ Tỳ-kheo

dòng họ Thích mạng chung ở nước Xá-vệ. Thế nào, bạch Thế Tôn, Thủ Tỳ-kheo mạng chung sẽ sanh về nơi nào? Thọ sanh thế nào? Đời sau ra sao?

Phật bảo các Tỳ-kheo: Thủ Tỳ-kheo này thành tựu ba pháp bất thiện, nên khi mạng chung sẽ sanh vào địa ngục, đường ác. Những gì là ba pháp bất thiện? Là tham dục, sân nhuế và ngu si. Ba pháp bất thiện này trói buộc tâm. Thủ Tỳ-kheo dòng họ Thích sẽ sanh vào địa ngục, đường ác.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Tượng Thủ, số 1065)

### **347. SÁT SANH**

Xa lìa việc sát sanh  
Vui trì giới tự phòng  
Không sanh tâm gia hại  
Đó là đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### **348. SÁT SANH**

Xa lìa việc sát sanh  
Vui trì giới tự phòng  
Không sanh tâm gia hại  
Đó là đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### **349. SÁU CĂN KHÔNG ĐIỀU PHỤC**

Đối với sáu căn này mà không điều phục, không đóng kín, không thủ hộ, không chấp trì, không tu tập, thì đời vị lai sẽ chịu quả báo khổ.

Sáu căn là những gì? Nhãn căn không điều phục, không đóng kín, không thủ hộ, không chấp trì, không tu tập, thì ở đời vị lai sẽ chịu báo khổ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

Phàm phu ngu si không học, khi mắt thấy sắc, chấp thủ tướng chung, chấp thủ tướng riêng; bất kể nhãn căn hướng đến nơi nào, đều an trụ với bất luật nghi được chấp thọ; các ác pháp bất thiện tham ái của thế gian lọt vào tâm, những điều như thế đều do không thể chấp trì luật nghi, phòng hộ nhãn. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Như thế đối với sáu căn, không điều phục, không đóng kín, không giữ gìn, không chấp trì, không tu tập thì ở đời vị lai sẽ chịu quả báo khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thoái Chuyển và Không Thoái Chuyển, số 273)

### **350. SÁU CĂN MỎNG MÃNH NHƯ CÂY CHUỐI**

Như Lai Ứng Cúng Chánh Đẳng Chánh Giác, bậc Tri giả, Kiến giả, đã nói, thức vô thường.

Giống như có người cầm rìu vào núi, thấy cây chuối, cho là có thể dùng được, liền chặt đứt gốc, tách bỏ lá, lột bẹ để tìm lõi của nó. Nhưng lột đến chỗ tận cùng vẫn

không thấy chỗ nào chắc cả. Cũng vậy, đa văn Thánh đệ tử quán sát chân chánh nhãn thức, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý thức. Khi quán sát chân chánh, không có gì để chấp thủ.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Tập Cận, số 247)

### **351. SÁU HỖ HÀNH**

Có sáu hủ hành là ngay khi thấy sắc, hủ tiến hành nơi sắc xứ ấy. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý tiếp xúc pháp trần, khi ấy hủ tiến hành nơi pháp xứ hành này. Các Tỳ-kheo gọi đó là sáu hủ hành.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Hủ Hành, số 336)

### **352. SÁU LOÀI CHÚNG SANH**

Thí như người dạo trong căn nhà trồng, bắt được sáu loài chúng sanh. Đầu tiên được con chó, liền bắt nó cột một chỗ. Kế đến được con chim, rồi được rắn độc, dã can, thất-thâu-ma-la và con khỉ. Sau khi bắt được những chúng sanh này, tất cả đều bị cột một chỗ. Con chó muốn vào làng; chim luôn muốn bay lên không; rắn luôn muốn bò vào hang; dã can muốn đến gò mả; thất-thâu-ma-la lúc nào cũng muốn vào biển; con khỉ muốn vào rừng núi. Sáu con vật này đều bị cột một chỗ, nhưng sở thích không giống nhau. Mỗi con đều muốn đến chỗ an ổn, không con nào thích bị cột vào chỗ mà nó không ưa thích, nên mỗi con tự dùng sức để trở về chỗ ưa thích của mình, mà không thể thoát được.

Cũng vậy, sáu căn có cảnh giới riêng của chúng, mỗi mỗi tự tìm đến cảnh giới ưa thích của nó, không ưa cảnh giới khác. Như mắt thường tìm đến sắc khả ái, nếu là sắc không vừa ý thì sẽ sanh ra chán. Tai thường tìm âm thanh vừa ý, nếu là âm thanh không vừa ý, thì sẽ sanh ra chán. Mũi thường tìm mùi vừa ý, nếu là mùi không vừa ý, thì sẽ sanh ra chán. Lưỡi thường tìm vị vừa ý, nếu là vị không vừa ý, thì sẽ sanh ra chán. Thân thường tìm chạm vật vừa ý, nếu xúc chạm vật không vừa ý, thì sẽ sanh ra chán. Ý thường tìm đến pháp vừa ý, nếu là pháp không vừa ý, thì sẽ sanh ra chán. Sáu căn này có bao nhiêu hành xứ, cảnh giới khác nhau, mỗi cái không tìm đến cảnh giới của căn khác. Sáu căn này, chúng có cái lực kham năng tự tại mà lãnh thọ cảnh giới của mình. Như người kia, cột sáu con vật vào cây cột bền chắc, cho dù chúng có dùng sức muốn thoát ra theo ý mình mà đi, nhưng lui tới chỉ mệt nhọc, vì đã bị dây cột, cuối cùng cũng bị dính vào cây trụ.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Sáu Chúng Sanh, số 1171)

### **353. SÁU THẮNG NHẬP XỨ**

Thế nào là sáu thắng nhập xứ? Khi nhãn thức duyên sắc, mà không sanh tri giác dục vọng dẫn đến kết buộc ô nhiễm, thì nên biết Tỳ-kheo này đã thắng được nhập xứ kia. Thế Tôn nói đó là thắng được nhập xứ kia. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

Nếu Tỳ-kheo nào, đối với sáu thắng nhập xứ đã thắng được rồi, thì sẽ đoạn trừ được kết sử tham dục và sẽ đoạn trừ được kết sử ngu si, sân hận. Giống như ông vua đánh thắng oán địch và được tôn là ‘Ông vua chiến thắng’, người đã đoạn trừ các kết sử rồi được gọi là ‘Bà-la-môn chiến thắng.’

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thoái Chuyển và Không Thoái Chuyển, số 273)

### **354. SÁU THỨ CHE ĐẬY**

Có sáu thứ che đậy. Đó là sắc hữu lậu giữ tâm che đậy, thanh, hương, vị, xúc, pháp hữu lậu giữ tâm che đậy.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Chú, số 308)

### **355. SÁU THỨ LUYẾN NHỚ**

Có sáu thứ luyện nhớ. Đó là luyện nhớ sắc, luyện nhớ thanh, luyện nhớ hương, luyện nhớ vị, luyện nhớ xúc, luyện nhớ pháp. Đó gọi là sáu thứ luyện nhớ.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Cố Niệm, số 331)

### **356. SÁU THƯỜNG HÀNH**

Có sáu thường hành là mắt thấy sắc, mà an trụ với tâm xả, thấy không khổ, không lạc, chánh niệm, chánh trí. Tai đối với âm thanh, mũi đối với mùi, lưỡi đối với vị, thân đối với xúc, ý đối với pháp mà an trụ với tâm xả, thấy



không khô, không lạc, chánh niệm, chánh trí thì đó gọi là sáu thường hành của Tỳ-kheo.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Thường Hành II, số 339)

### **357. SÁU XẢ HÀNH**

Có sáu xả hành là mắt thấy sắc, xả tiến hành nơi sắc xứ này. Tai đối với thanh, mũi đối với mùi, lưỡi đối với vị, thân đối với xúc, ý đối với pháp cũng vậy, xả tiến hành nơi pháp xứ này thì đó gọi là sáu hành xả của Tỳ-kheo.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lục Xả Hành, số 308)

### **358. SỐ CÁT NHIỀU NHƯ CHA MẸ CỦA CHÚNG TA**

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Thế nào, các Tỳ-kheo? Nếu đem hết bùn đất nơi đại địa này vo lại thành viên như trái bà-la để đếm cha mẹ của các ông đã trải qua sanh tử luân hồi thì số viên đất đã hết, nhưng số cha mẹ các ông vẫn còn không hết.

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Thổ Hoàn Liệp, số 941)

### **359. SƠ THIÊN**

Nếu Tỳ-kheo, với hành, hoặc hình, hay tướng, ly dục, ly pháp ác bất thiện, có giác, có quán có hỷ lạc do viễn ly sanh, chứng và an trụ Sơ thiên; vị ấy không nhớ nghĩ hành

như vậy, hình như vậy, tướng như vậy. Nhưng đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức, vị ấy tư duy như là bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại, là vô thường, khổ, không, vô ngã. Đối với những pháp này mà sanh tâm nhàm chán, sợ hãi, phòng hộ. Do nhàm chán, xa lìa, phòng hộ, bằng cửa cam lộ mà tự làm lợi ích cho mình. Đây là tịch tĩnh, đây là thắng diệu, tức là xả ly tất cả hữu dư, ái tận, vô dục, diệt tận, Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Sơ Thiên, số 864)

### **360. SỐNG CUNG KÍNH**

Như vậy, Tỳ-kheo cần phải cung kính, buộc tâm, cần thận sợ hãi, theo đức lực các vị tu phạm hạnh thượng, trung, hạ tọa khác thì oai nghi đầy đủ, điều này có thể xảy ra. Nếu oai nghi đã đầy đủ thì việc học pháp sẽ đầy đủ, việc này có thể xảy ra. Nếu học pháp đã đầy đủ rồi thì giới thân, định thân, tuệ thân, giải thoát thân, giải thoát tri kiến thân đầy đủ, việc này có thể xảy ra. Nếu giải thoát tri kiến thân đã đầy đủ rồi thì được vô dư Niết-bàn, việc này có thể xảy ra.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Sống Cung Kính, số 1242)

### **361. SỐNG ĐƠN ĐỘC MỘT MÌNH**

Nếu có Tỳ-kheo nào đối với sắc vừa ý, đáng yêu, đáng vui, đáng nhớ, trường dưỡng dục vọng, Tỳ-kheo này thấy

rồi, không hỷ lạc, không tán thán, không hệ lụy. Do không hỷ lạc, không tán thán, không hệ lụy, nên không hoan hỷ. Do không hoan hỷ, không đắm sâu hoan lạc; không đắm sâu hoan lạc nên không tham ái; do không tham ái, nên không bị ách ngại. Ở đây, không hoan hỷ, không đắm sâu hoan lạc, không tham ái, không ách ngại; được gọi là sống đơn độc một mình. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng nói như vậy.

Này Lộc Nữ, nếu có Tỳ-kheo nào giống như vậy, thì dù ở nơi lầu các, gác cao, cũng vẫn là sống đơn độc một mình. Vì sao? Vì tham ái đã diệt tận, đã biến tri. Người mà tham ái diệt tận, đã biến tri, chư Phật Như Lai gọi là người sống đơn độc một mình.

(Tập A-hàm, Quyển 13, Kinh Lộc Nữ, số 309)

### **362. SỐNG Ở ĐỜI NHỜ BỐN LOẠI THỨC ĂN**

Có bốn loại thức ăn giúp ích cho chúng sanh, khiến được nuôi lớn và sống còn ở đời. Những gì là bốn? Một là thức ăn thô từng nắm; hai là thức ăn tế bằng xúc chạm; ba là thức ăn bằng ý chí; bốn là thức ăn của thức.

Bốn loại thức ăn này do nhân gì, tập gì, sanh gì, xúc gì? Bốn loại thức ăn này do ái là nhân, ái là tập, ái là sanh, ái là xúc. Ái này do nhân gì, tập gì, sanh gì, xúc gì? Ái do thọ là nhân, thọ là tập, thọ là sanh, thọ là xúc. Thọ này do nhân gì, tập gì, sanh gì, xúc gì? Thọ do xúc là nhân, xúc là tập, xúc là sanh, xúc là xúc. Xúc này do nhân là gì, tập gì, sanh gì, xúc gì? Xúc do sáu nhập xứ là nhân, sáu nhập xứ

là tập, sáu nhập xứ là sanh, sáu nhập xứ là xúc. Khi sáu nhập xứ tụ tập thì xúc tụ tập, xúc tụ tập thì thọ tụ tập, thọ tụ tập thì ái tụ tập, ái tụ tập thì thức ăn tụ tập. Vì thức ăn tụ tập nên sanh, lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não ở đời vị lai tụ tập và thuần một khối khổ lớn tụ tập như vậy. Ngược lại nếu sáu nhập xứ diệt thì xúc diệt, xúc diệt thì thọ diệt, thọ diệt thì ái diệt, ái diệt thì thức ăn diệt. Vì thức ăn diệt nên sanh, lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não ở đời vị lai cũng diệt và thuần một khối khổ lớn đã tụ tập cũng bị diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 15, Kinh Thực, số 371)

### **363. SỬ**

Sử có bảy, đó là tham dục sử, sân nhuế sử, hữu ái sử, mạn sử, vô minh sử, kiến sử và nghi sử.

Bà-la-môn Diêm-Phù-Xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào để có thể tu tập và khi tu tập nhiều, có thể đoạn trừ những sử này không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

### **364. SỰ KHÁC BIỆT GIỮA NHƯ-LAI VÀ A-LA-HÁN**

Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác chưa từng nghe pháp nhưng có thể tự mình giác ngộ pháp, tự thông đạt Vô thượng Bồ-đề, rồi để giác ngộ cho hàng Thanh văn

trong đời vị lai mà nói pháp, đó là, bốn Niệm xứ, bốn Chánh cần, bốn Như ý túc, năm Căn, năm Lực, bảy Giác chi, tám Thánh đạo. Nay các Tỳ-kheo, đó gọi là Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác đạt được những gì chưa đạt, được những cái lợi chưa từng được lợi, biết đạo, phân biệt đạo, nói đạo, thông suốt đạo; lại có thể thành tựu cho các Thanh văn, truyền dạy, răn bảo; như vậy mà thuận theo thiện pháp, hoan hỷ thiện pháp.

Đó gọi là sự sai biệt giữa Như Lai và A-la-hán.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Quán, số 75)

### **365. SỰ NGHỈ NGƠI TỐI THƯỢNG**

Bà-la-môn Diêm-Phù-Xa hỏi Xá-lợi-phất: Gọi là đạt đến sự nghỉ ngơi tối thượng, vậy thế nào là đạt đến sự nghỉ ngơi tối thượng?

Xá-lợi-phất đáp: Đạt đến sự nghỉ ngơi tối thượng là đã vĩnh viễn đoạn tận tham dục, sân nhuế và ngu si.

Hỏi: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều thì có thể đạt đến sự nghỉ ngơi tối thượng không?

Đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

### **366. SỰ TAI HẠI CỦA SẮC**

Thế nào là như thật tri về sự tai hại của sắc?

Sắc là vô thường, khổ, là pháp biến dịch. Đó gọi là sự tai hại của sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyển, số 41)

### **367. SỰ TẬP KHỞI CỦA SẮC**

Thế nào là như thật tri về sự tập khởi của sắc?

Đối với sắc mà có hỷ ái. Đó gọi là sự tập khởi của sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyển, số 41)

### **368. SỰ XUẤT LY CỦA SẮC**

Thế nào là như thật tri về sự xuất ly sắc?

Đối với sắc mà điều phục được dục tham, đoạn trừ được dục tham, vượt qua khỏi dục tham. Đó gọi là sự xuất ly sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyển, số 41)

### **369. TÀ HẠNH**

Không phạm vợ người khác  
Xa lìa việc tà dâm  
Bằng lòng vợ riêng mình  
Đó là đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

### 370. TA LÀ PHẬT

Có một Bà-la-môn thấy dấu chân Phật hiện ra như bánh xe ngàn căm, dấu chỉ rõ ràng, chỉ bên trong thì đều, vòng chỉ bên ngoài thì tròn, tất cả đều đẹp đẽ và đầy đặn. Thấy vậy, liền tự nghĩ: Ta chưa từng thấy người thế gian nào mà có dấu chân như vậy. Giờ ta phải theo dấu mà tìm ra người này.

Ông liền theo dấu chân đưa đến chỗ Phật, thấy Đức Thế Tôn đang ngồi nghỉ trưa dưới một bóng cây, dung mạo đoan nghiêm tuyệt thế, các căn vắng lặng, tâm Ngài an định tịch tĩnh, điều phục đệ nhất, thành tựu chánh quán, ánh sáng rực rỡ, giống như núi vàng. Ông liền bạch: Ngài là Trời chăng?

Thế Tôn đáp: Ta chẳng phải là Trời.

Hỏi: Là Rồng, Dạ-xoa, Càn-thát-bà, A-tu-la, Ca-lâu-la, Khẩn-na-la, Ma-hầu-la-già, Nhân, Phi nhân chăng?

Đáp: Ta chẳng phải Rồng ... cho đến Nhân, Phi nhân.

Hỏi: Nếu bảo rằng chẳng phải Trời, chẳng phải Rồng... cho đến chẳng phải Nhân, chẳng phải Phi nhân, vậy thì Ngài là ai?

Đáp: Ta là Phật

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Phật II, số 101)

### 371. TÁC GIÁO

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đấm đuổi cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Làm, bảo làm, đoạn mạng, bảo đoạn mạng, nấu, bảo nấu; giết, bảo giết, sát hại chúng sanh; trộm của người; hành tà dâm; biết mà nói dối; uống rượu; khoét tường, bẻ khóa, cướp đoạt; đón đường, phá làng xóm, hại thành ấp, dùng kiếm cực bén chém, chặt, cắt chất thành đồng thịt lớn; học tập như vậy, làm như vậy, chẳng phải là nhân duyên ác, cũng chẳng phải chiêu mời quả báo ác. Đi về phía Nam sông Hằng, sát hại. Đi đến phía Bắc sông Hằng mở đại hội cúng tế; làm như vậy, chẳng phải là nhân duyên phước hay là ác và cũng chẳng phải là chiêu mời quả báo phước hay là ác; bố thí, tự chế ngự, hộ trì, hành lợi, đồng lợi, những việc làm ở đây cũng chẳng phải là làm phước?’

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đấm đuổi sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tác giáo, số 162)

### 372. TAI HẠI CỦA HÀNH

Thế nào là biết như thật về sự tai hại của hành?

Hành là vô thường, khổ, là pháp biến dịch. Đó gọi là sự tai hại của hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)



### 373. TAI HẠI CỦA THỨC

Thế nào là biết như thật về sự tai hại của thức?

Thức là vô thường, khổ, là pháp biến dịch. Đó gọi là sự tai hại của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### 374. TÀI LỢI

Đúng vậy, Đại vương! Đúng vậy, Đại vương! Thế gian ít có người được tài lợi thắng diệu mà không tham đắm, không sanh ra phóng dật, không khởi lên những tà hạnh. Nhưng thế gian có nhiều người được tài lợi thắng diệu và đối với tài lợi phóng dật, mà khởi lên tham đắm, khởi lên các tà hạnh.' Đại vương nên biết, những người thế gian kia được tài lợi thắng diệu, đối với tài lợi mà phóng dật, mà khởi tham đắm, làm các tà hạnh, đó là những người ngu si, sẽ chịu khổ lâu dài, không lợi ích.

Đại vương, giống như người thợ săn, học trò thợ săn, giăng lưới bắt giết nhiều thú vật, trong rừng hoang vắng; hại chúng sanh khốn khổ, nghiệp ác tăng trưởng. Cũng vậy, người thế gian được tài lợi thắng diệu, đối tài lợi sanh phóng dật, khởi lên tham đắm, tạo các tà hạnh; người ngu si này sẽ chịu khổ ão lâu dài, không được lợi ích.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Tài Lợi, số 1230)

### 375. TÁM ĐỨC CỦA BẠC HIỀN SĨ

1. Bạc Hiền sĩ an trụ chánh giới, luật nghi Ba-la-đề-mộc-xoa, có đủ oai nghi hành xử; thấy tội vi tế thường sanh lòng sợ hãi, giữ gìn học giới.

2. Trượng phu tính tự hiện thiện, khéo điều phục, khéo an trụ, chẳng làm phiền, không làm sợ hãi phạm hạnh khác.

3. Tâm vẫn bình đẳng, không hiểm, không đả trước.

4. Trượng phu sanh tâm yếm ly các nghiệp ác nơi thân, miệng, ý, các pháp ác bất thiện, cùng các phiền não, chúng dẫn đến thọ nhận các báo khổ nhiệt não nhiều lần; đối với sự sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não trong đời vị lai lại càng yếm ly.

5. Trượng phu nếu có lỗi lầm của Sa-môn, mà quanh co, không chân thật, hãy nhanh chóng trình lên Đại Sư và thiện tri thức; Đại Sư thuyết pháp chắc chắn sẽ trừ dứt.

6. Trượng phu tâm cầu học có đủ, nghĩ như vậy: ‘Giả sử người khác có học hay không học, ta cũng phải học.

7. Trượng phu thực hành tám Chánh đạo, chẳng thực hành phi đạo.

8. Trượng phu suốt đời nỗ lực tinh cần, không chán, không mệt.

Trượng phu thành tựu tám đức như vậy, tùy thuộc vào sự thực hành của mình mà có thể tiến triển nhanh chóng.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Bát Chung Đức, số 925)

### **376. TÂM GIẢI THOÁT**

Hãy quán sát sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Quán sát như vậy gọi là quán sát chân chánh. Khi đã quán sát chân chánh thì sẽ sanh ra nhàm tởm. Khi đã nhàm tởm thì dứt sạch hỷ tham. Sự dứt sạch hỷ tham được gọi là tâm giải thoát.

Như vậy, Tỳ-kheo, nếu muốn tự chứng tâm giải thoát này thì có thể tự chứng, biết rằng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong và tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Vô Thường, số 1)

### **377. TAM GIỚI**

Hiểu rõ về Dục giới  
Sắc giới cũng như vậy  
Bỏ tất cả hữu dư  
Được tịch diệt vô dư.

Nơi thân hòa hợp giới  
Đoạn tuyệt, chứng vô dư  
Đấng Chánh Giác đã chỉ  
Dấu vô ưu, ly cấu.

(Tập A-hàm, Quyển 17, Kinh Tam Giới, số 461)

### **378. TÂM LÌA ĐIÊN ĐẢO**

Này các Tỳ-kheo, vì đối với căn Tín này, Ta bằng chánh trí mà quán sát như thật; vì đối với sự tập khởi của căn Tín, sự diệt tận của căn Tín, con đường đưa đến sự diệt tận của căn Tín, Ta bằng chánh trí mà quán sát như thật, nên ở giữa chúng chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn, Ta đã xuất, đã ly, tâm lia điên đảo, thành tựu Vô thượng, Chánh đẳng Chánh giác.

(Tập A-hàm, Quyển 26, Kinh Sa Môn Bà-la-môn, số 650)

### **379. TÁM LỖI NHƯ CON NGỰA DỮ**

1. Hoặc Tỳ-kheo, khi bị các vị Phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; người kia sân giận, chỉ trích trở lại người cử tội rằng: ‘Thầy ngu si, không biết, không tốt. Người ta vừa cử tội thầy, sao thầy lại cử tội tôi?’ Như con ngựa dữ kia hai chân sau chõi lui, hai chân trước quy xuống đất, làm đứt cương, gãy ách.

2. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; liền trở lại cử tội người kia, giống như ngựa dữ cứng cổ làm gãy ách.

3. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; nhưng không dùng lời đứng đắn đáp lại, mà nói sang chuyện khác, hay không nhận, sân nhuế, kiêu mạn, che giấu, hiềm hận, làm những chuyện vô lý, như ngựa dữ kia không đi đường thẳng làm cho xe lật úp.

4. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; khiến cho người kia nhớ lại, nhưng lại nói rằng: ‘Tôi chẳng nhớ’ ngang ngạnh không phục, như ngựa dữ kia bước thụt lùi.

5. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; bèn khinh miệt, không kể gì đến người khác, cũng không kể gì đến chúng Tăng, tùy ý ôm y bát bỏ đi, như ngựa dữ kia bị ăn roi gậy, bỏ chạy dọc ngang.

6. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; họ ngồi trên giường cao tranh luận quanh co với các Thượng tọa, như ngựa dữ kia đứng hai chân như người.

7. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; họ im lặng không đáp, để xúc não đại chúng, như ngựa dữ kia bị roi gậy vẫn trơ trơ không động.

8. Tỳ-kheo khi bị các vị phạm hạnh cử tội bởi thấy, nghe, nghi; người bị cử tội liền xả giới, tự sanh thoái thất, đến trước cửa chùa nói rằng: ‘Ông mặc nhiên mà sống hoan hỷ khoái lạc, tôi tự xả giới lui về,’ như con ngựa dữ kia bốn chân chụm lại, phục sát đất không động.

Đó gọi là Tỳ-kheo dối trong Chánh pháp luật có tám điều lỗi lầm của con người.

(Tập A-hàm, Quyển 33, Kinh Hữu Quá, số 924)

### **380. TÂM NÃO NÊN CHÚNG SANH NÃO**

Này các Tỳ-kheo, như loài chim Ta-lan-na có nhiều màu sắc, Ta nói tâm của chúng cũng có nhiều như vậy. Vì sao? Vì tâm của chim Ta-lan-na đa dạng, nên màu sắc đa dạng. Cho nên này Tỳ-kheo, hãy tư duy quán sát rõ tâm mình. Này các Tỳ-kheo, trong lâu đời tâm bị tham dục làm nhiễm ô, bị sân nhuế, ngu si làm nhiễm uế. Này các Tỳ-kheo, vì tâm não nên chúng sanh não; vì tâm thanh tịnh nên chúng sanh thanh tịnh.

Giống như người thợ vẽ, hay học trò của người thợ vẽ, khéo dọn sạch đất, rồi dùng các thứ màu, theo ý mình vẽ nên các loại hình tượng khác nhau.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Tri, số 266)

### **381. TÂM NHƯ CÙI HỦI**

Như người bị bệnh hủi, tay chân bị thương lở loét. Nếu vào cỏ tranh, sẽ bị những lá nhọn như mũi kim đâm chích bị thương, đau khổ vô cùng. Cũng vậy, phàm phu ngu si, sáu xúc nhập xứ chịu những sự đau khổ cũng lại như vậy. Giống như người bị hủi kia bị lá cỏ nhọn đâm bị thương, máu mủ chảy ra.

Cũng vậy, phàm phu ngu si, tánh tình thô bạo, xấu xa, bị xúc bởi sáu xúc nhập xứ, liền nổi sân nhuế, lời thô tiếng ác tuôn ra, như người bị phong hủy kia. Vì sao? Vì phàm phu ngu si vô học, tâm như phong hủy.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Cù Hùi, số 1170)

### **382. TÂM QUÝ**

Thường tập lòng hồ thẹn  
Người này thật ít có  
Hay xa lìa điều ác  
Như ngựa lành thấy roi.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Tâm Quý, số 578)

Chuyên tu nơi Chánh pháp  
Xa lìa nghiệp bất thiện  
Là La-hán lậu tận  
San phẳng đời gập ghềnh.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Bất Tập Cận, số 579)

### **383. TAM THIÊN**

Nếu Tỳ-kheo, với hành như vậy, hình như vậy, tướng như vậy, lìa tham hỷ, an trụ xả, chánh niệm chánh trí, thân cảm giác lạc, điều mà Thánh nhân nói là xả, với niệm, an trụ lạc, chứng và an trú đệ Tam thiên. Nếu không như vậy, mà với hành như vậy, hình như vậy, tướng như vậy, đối với các pháp sắc, thọ, tưởng, hành, thức mà tư duy như là bệnh

tật, như là ung nhọt, như là gai nhọn, như là sát hại,... cho đến Thượng lưu Bát-niết-bàn. Nếu không như vậy, do dục pháp, niệm pháp, lạc pháp, nên sanh về cõi trời Biến tịnh; hoặc không như vậy, thì sanh về cõi trời Vô lượng tịnh; hoặc không như vậy, thì sanh về cõi trời Thiếu tịnh.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Tam Thiên, số 869)

### **384. TÂM THỨC CHUYỂN DỊCH XE**

Xe khởi từ các nghiệp  
Tâm thức chuyển dịch xe  
Tùy nhân mà chuyển đến  
Nhân hoại thì xe mất.

Bấy giờ, Thiên tử kia lại nói kệ:

Lâu thấy Bà-la-môn  
Đã đạt Bát-niết-bàn  
Qua rồi mọi sợ hãi  
Vượt hẳn đời ái ân.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Xe, số 1295)

### **385. TÂM TỊNH ĐOẠN**

Thế nào là Tâm tịnh đoạn? Thánh đệ tử ly dục, lìa pháp ác bất thiện chứng và an trụ đệ Tứ thiên; định thân chưa đầy đủ thì làm cho được đầy đủ, đã đầy đủ rồi thì tùy



thuận giữ gìn. Dục, tinh tấn, cho đến luôn luôn nhiếp thọ; đó gọi là Tâm tịnh đoạn.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Bà-đầu, số 565)

### **386. TÂM TĨNH LẶNG**

Đa văn Thánh đệ tử đối với các thọ khổ, lạc, không khổ không lạc, quán sát như thật rằng đây là sự tập khởi của thọ, sự diệt tận của thọ, vị ngọt của thọ, sự tai hại của thọ, sự xuất ly của thọ. Vì quán sát như thật nên đối với thọ sự ưa thích đắm trước bị đoạn trừ. Vì sự đắm trước đã bị đoạn trừ, nên chấp thủ cũng bị diệt. Vì thủ đã bị diệt, nên hữu cũng bị diệt. Vì hữu đã bị diệt, nên sanh cũng bị diệt. Vì sanh đã bị diệt, cho nên lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não cũng bị diệt; khối lớn đau khổ như vậy tất cả đều diệt. Đó gọi là sắc diệt. Đó gọi là thọ, tưởng, hành, thức diệt. Cho nên này Tỳ-kheo, hãy luôn luôn tu tập phương tiện thiền tư, cho tâm mình luôn tĩnh lặng. Tỳ-kheo an trụ thiền tư, thì bên trong tâm luôn tĩnh lặng, nỗ lực siêng năng phương tiện quán sát như thật.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Thọ, số 65)

### **387. TÂM Ý NHƯ KHỈ**

Kẻ phàm phu ngu si thà ở nơi thân do bốn đại mà chấp là ngã, là ngã sở, chứ không thể ở nơi thức mà chấp là ngã, là ngã sở. Vì sao? Vì thân do bốn đại, hoặc thấy chỉ tồn tại trong khoảng mười năm, hai mươi năm, ba mươi năm, cho đến trăm năm rồi thì tiêu vong, hoặc kéo dài hơn một chút.

Còn tâm, ý, thức này thì sự sanh diệt, biến chuyển, đổi khác, ở trong từng ngày, từng đêm, từng giờ, từng khắc, trong từng thoáng chốc.

Cũng như con vượn rong chơi trong rừng cây kia, thoáng chốc ở nơi này, chợt thoát đi nơi khác, chuyển từ cành này qua nhánh nọ, buông cây này nắm cây kia. Tâm, ý, thức cũng lại như vậy, thoáng sanh, thoáng diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Vô Văn, số 290)

### **388. TẬN DỤC ÁI HỖ**

Ngoại đạo hỏi La-đà: Vì những lý do gì mà thầy theo Sa-môn Cù-đàm xuất gia tu phạm hạnh?

La-đà trả lời: Ở nơi sắc mà có dục, ái, hỷ, vì để đoạn tận, ly dục, diệt, tịch tĩnh; ở nơi thọ, tưởng, hành, thức mà có dục, ái, hỷ, vì để đoạn tận, ly dục, diệt, tịch tĩnh nên theo Như Lai xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Tận Dục Ái Hỷ, số 119)

### **389. TÁN THÁN NHƯ LAI**

Phạm chí chấp tay tán thán: ‘Nam-mô Phật! Nam-mô Phật Thế Tôn, Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác có thể lìa mọi sự ràng buộc của tham dục, hoàn toàn xa lìa mọi sự trói buộc của tham dục và các kiến dục, sạch hết cội gốc.’

(Tập A-hàm, Quyển 20, Kinh Hương Niết Bàn, số 546)

### 390. TẠO NGHIỆP

Đã tạo nghiệp bất thiện  
Cuối cùng chịu khổ não  
Tạo nghiệp tuy hoan hỷ  
Thọ báo thì kêu khóc.

Người tạo các nghiệp thiện  
Cuối cùng không khổ não  
Khi tạo nghiệp hoan hỷ  
Khi thọ báo an vui.

(Tập A-hàm, Quyển 48, Kinh An Lạc, số 1276)

### 391. TẬP CẬN ÁI

Xúc là một biên; xúc tập là biên thứ hai; thọ là ở giữa; ái là thọ khâu. Sau khi đã tập cận ái rồi, thân này thân kia duyên vào đó mà tăng trưởng xuất sanh. Đối với pháp này, do trí mới biết, do liễu tri mà liễu tri. Do được biết bởi trí, liễu tri bởi liễu tri, mà tột cùng mé khổ, thoát khỏi khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Bà-la-diên, số 1164)

### 392. TẬP KHỞI CỦA GIÀ CHẾT

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của già chết? Sanh tập khởi thì già chết tập khởi, sanh diệt tận thì già chết diệt tận... Con đường đưa đến sự diệt tận của già chết là gồm tám Thánh đạo như trước đã nói. Đa văn Thánh đệ tử biết như thật đối với già chết này... cho đến, biết như thật về con đường đưa đến sự diệt tận của già chết. Như

vậy Thánh đệ tử ở trong pháp luật này, có đầy đủ chánh kiến, thành tựu trực kiến; thành tựu bất hoại tín đối với Phật, thâm nhập Chánh pháp, đạt được Chánh pháp này, tỏ ngộ Chánh pháp này.

(Tập A-hàm, Quyển 14, Kinh Câu-hi-la, số 344)

### **393. TẬP KHỞI CỦA HÀNH**

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của hành?

Sự tập khởi của xúc là sự tập khởi của hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### **394. TẬP KHỞI CỦA HỮU THÂN VÀ KHỔ**

Thế nào là con đường dẫn đến sự tập khởi của hữu thân?

Phàm phu ngu si không học, nên không biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc. Vì không biết như thật, nên ưa thích sắc, khen ngợi sắc, đắm trước sắc, trụ vào sắc. Vì đã ưa thích sắc, khen ngợi sắc, đắm trước sắc, trụ vào sắc, nên yêu thích chấp thủ. Thủ duyên hữu, hữu duyên sanh, sanh duyên lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não; thuần khổ lớn đau khổ như vậy được sanh ra. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng nói rộng như vậy. Đó gọi là con đường dẫn đến sự tập khởi của hữu thân. Tỳ-kheo, nên biết, con đường dẫn đến sự tập khởi của hữu thân, chính là con đường dẫn đến sự tập khởi của khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Kỳ Đạo, số 69)

### **395. TẬP KHỞI CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về sự tập khởi của thức?

Sự tập khởi của danh sắc là sự tập khởi của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

### **396. TẤT CẢ PHÁP DỤC CẦN PHẢI ĐOẠN TRỪ**

Tất cả pháp dục cần phải đoạn trừ. Vậy, thế nào là tất cả pháp dục cần phải đoạn trừ?

Mất là tất cả pháp dục cần phải đoạn trừ. Sắc, nhãn thức và cảm thọ với khổ thọ, lạc thọ và phi khổ phi lạc thọ được cảm thọ bên trong phát sanh bởi nhân duyên nhãn xúc, chúng là tất cả pháp dục cần phải đoạn trừ. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Đoạn II, số 224)

### **397. THA-HÓA-TỰ-TẠI THIÊN VÀ CÔI NGƯỜI**

Sáu ngàn năm ở nhân gian bằng một ngày một đêm trên cõi trời Tha hóa tự tại. Ba mươi ngày như vậy là một tháng; mười hai tháng là một năm. Chư Thiên Tha hóa tự tại thọ một vạn sáu ngàn năm. Kẻ phàm phu vì ngu si không học, sau khi mạng chung ở đó, sanh vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Đa văn Thánh đệ tử sau khi mạng chung ở đó không sanh vào trong địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Tha Hóa Tự Tại Thiên, số 863)

### **398. THÀ HỦY THÂN CHÚ KHÔNG BUÔNG LUNG**

Đa văn Thánh đệ tử kia nên phải học như vậy: ‘Nay ta thà nung đỏ cây thương bằng sắt đem đâm vào con mắt, còn hơn là dùng nhãn thức để chạy theo sắc tướng thì chắc chắn sẽ bị rơi vào ba đường ác phải chịu khổ lâu dài. Từ hôm nay, ta phải tư duy chân chánh, quán sát mắt là vô thường, hữu vi, là pháp tâm duyên để sanh. Sắc, nhãn thức, nhãn xúc và cảm thọ với khổ thọ, lạc thọ và phi khổ phi lạc thọ được cảm thọ bên trong phát sanh bởi nhân duyên nhãn xúc, tất cả chúng đều là vô thường, hữu vi, là pháp tâm duyên để sanh. Đối với tai, mũi lưỡi, thân nhập xứ, cũng phải học như vậy.

Thà dùng cây thương sắt đâm thủng thân mình, còn hơn là đem thân thức chấp vào sự xúc chạm mà chấp thủ cảm giác xúc chạm êm ái, thì sẽ rơi vào ba đường ác. Từ hôm nay, ta phải tư duy đúng, quán sát thân là pháp hữu vi vô thường, tâm duyên sanh. Hoặ xúc, thân thức, thân xúc và cảm thọ với khổ thọ, lạc thọ và phi khổ phi lạc thọ được cảm thọ bên trong phát sanh bởi nhân duyên thân xúc, chúng cũng là vô thường, hữu vi, là pháp tâm duyên để sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thiêu Nhiệt, số 241)

### **399. THAM SÂN SI**

Ngoại đạo hỏi La-đà: Vì những lý do gì mà thầy theo Sa-môn Cù-đàm xuất gia tu phạm hạnh?

La-đà trả lời: Vì mục đích ở nơi sắc mà đoạn tận, ly dục, diệt, tịch tĩnh đối với tham, nhuê, si; ở nơi thọ tướng, hành, thức mà đoạn tận, ly dục, diệt, tịch tĩnh đối với tham, nhuê, si nên theo Như Lai xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Tham Nhuê Si, số 118)

#### **400. THAM ƯU THỂ GIAN KHÔNG LỘT VÀO TÂM**

Thí như bên cạnh thôn xóm có một cái hầm sâu đựng đầy lửa, không có khói và lửa ngọn. Khi ấy có một người không ngu si, thông minh trí tuệ, ưa lạc, chán khổ, ham sống, sợ chết. Ông tự nghĩ: ‘Ở đây có cái hầm đựng đầy lửa, nếu ta rơi vào trong đó chắc chắn phải chết không còn nghi nữa.’ Người kia phát sanh sự tránh xa, nghĩ tránh xa, muốn tránh xa. Cũng vậy, Thánh đệ tử đa văn thấy ngũ dục như hầm lửa... cho đến pháp ác bất thiện, tham ưu thể gian, vĩnh viễn không còn che đậy tâm. Nếu hành xử, trụ xử mà được phòng hộ trước, biết trước... cho đến các pháp ác bất thiện tham ưu thể gian không còn lọt vào tâm.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Khổ Pháp, số 1173)

#### **401. THÂN BỊ BỆNH KHỔ MÀ TÂM KHÔNG BỊ BỆNH KHỔ**

Thế nào là thân bị bệnh khổ mà tâm không bị bệnh khổ?

Đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại

của sắc, về xuất ly của sắc. Khi đã biết như thật rồi thì không sanh ra ái lạc, thấy sắc là ngã, hay ngã sở. Sắc này nếu biến dịch hay đổi khác đi nữa, thì tâm cũng không thay đổi theo mà sanh ra khổ não.

Khi tâm đã không biến chuyển theo mà sanh ra khổ não rồi, thì được sự không sợ hãi, chướng ngại, tiếc nuối, lo nghĩ, buồn khổ, tham luyến. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy. Đó gọi là thân bị bệnh khổ mà tâm không bị bệnh khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh trưởng Giả, số 107)

#### **402. THẦN LỰC**

Có vị Phong vân thiên nghĩ như vậy: ‘Hôm nay ta muốn dùng thần lực dạo chơi.’ Khi nghĩ như vậy thì mây gió liền nổi lên. Cũng vậy, như Phong vân thiên; Diệm điện thiên, Lô chân thiên, Vũ thiên, Tình thiên, Hàn thiên, Nhiệt thiên cũng nói như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Phong Vân Thiên, số 871)

#### **403. THÂN QUÁN TRỤ**

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.



Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên tùy thuận tu tập an trụ quán thân trên nội thân. Thế nào là để đoạn trừ lửa vô thường mà tùy thuận tu tập an trụ quán thân trên nội thân? Sắc là vô thường, vì muốn đoạn trừ nó, nên phải tùy thuận tu quán trụ thân trên nội thân. Đối với thọ, tưởng, hành, thức là vô thường, vì muốn đoạn trừ chúng, nên tùy thuận tu quán trụ thân trên nội thân.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Thân Quán Trụ, số 177)

#### 404. THẮNG XUẤT

Tham dục, sân nhuế, si  
Trói buộc tâm con người  
Phát từ trong, tự hại  
Như lau, tre ra hoa.

Tâm không tham, nhuế, si  
Đó gọi là sáng suốt  
Phát từ trong, không hại  
Đó gọi là thắng xuất.  
Cho nên phải lìa tham  
Tâm tối si, sân nhuế  
Tỳ-kheo trí tuệ sáng  
Khổ tận, Bát-niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Tượng Thủ, số 1065)

## 405. THANH LƯƠNG

Thanh lương là năm hạ phần kết đã trừ sạch; tức là thân kiến, giới thủ, nghi, tham dục và sân nhuế.

Bà-la-môn Diêm-Phù-Xa hỏi Xá-lợi-phất: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, để có thể đoạn trừ năm hạ phần kết này, để đạt đến thanh lương không?

Xá-lợi-phất đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 406. THANH LƯƠNG BẠC THƯỢNG

Bà-la-môn Diêm-phù-xa hỏi Xá-lợi-phất: Gọi là thanh lương bậc thượng, vậy thế nào là thanh lương bậc thượng?

Xá-lợi-phất đáp: Thanh lương bậc thượng là khi tham dục, sân nhuế, ngu si đã vĩnh viễn trừ sạch không còn; tất cả mọi thứ phiền não đã vĩnh viễn trừ sạch không còn. Đó gọi là thanh lương bậc thượng.

Hỏi: Có con đường nào, có sự thực hành nào mà tu tập, tu tập nhiều, thì đạt được thanh lương bậc thượng không?

Đáp: Có. Đó là tám Thánh đạo, từ chánh kiến cho đến chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

## 407. THÁNH PHÁP ÁN

Tam-muội chánh tư duy, là quán sát về ngã, ngã sở từ thấy, nghe, ngửi, nếm, chạm, biết mà sanh ra.

Lại tư duy do nhân gì, duyên gì mà có thức; nhân kia, duyên kia của thức đều là vô thường. Lại nữa, nhân kia, duyên kia tất cả đều là vô thường, thức được sanh bởi đó làm sao là thường được? Vô thường là hành của hữu vi, từ duyên khởi, là pháp tai hại, là pháp hoại diệt, là pháp ly dục, là pháp đoạn tri. Đó gọi là Thánh pháp ấn, Tri kiến thanh tịnh.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Pháp Án, số 80)

## 408. THÀNH QUÁCH TRÊN CÁT

Phật bảo La-đà: Ta nói, ở nơi cảnh giới của sắc, hãy phá sập, tiêu diệt. Ở nơi cảnh giới của thọ, tưởng, hành, thức phá sập, tiêu diệt; đoạn tận ái dục. Ái tận thì khổ tận. Khổ tận, Ta nói đó là tận cùng biên tế của khổ.

Giống như trong làng xóm, những trẻ con trai gái chơi đùa, nhóm đất lại tạo thành nhà cửa, thành quách. Tâm chúng yêu thích, say đắm. Khi tâm yêu thích chưa hết, ước muốn chưa tan, nhớ nghĩ chưa dứt, thèm khát chưa tiêu, thì tâm chúng luôn luôn có sự yêu thích, giữ gìn và bảo là thành quách của ta, nhà cửa ta. Đối với những đồng đất kia mà lòng yêu thích hết đi, ước muốn không còn, nhớ nghĩ đã dẹp, thèm khát đã tan, thì tay xô, chân đạp, khiến cho tiêu tán. Cũng vậy, này La-đà, đối với sắc mà phá sập, tiêu

diệt; đoạn tận ái dục. Ái tận thì khổ tận. Khổ tận, Ta nói đó là tận cùng biên tế của khổ.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Chúng sanh, số 122)

#### **409. THÀNH TỰU MỘT PHÁP**

Vì thành tựu một pháp, nên không có khả năng nhận biết sắc là vô thường; biết thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Một pháp được thành tựu là pháp nào? Tham dục, một pháp được thành tựu, nên không có khả năng nhận biết sắc là vô thường; biết thọ, tưởng, hành, thức là vô thường.

Thành tựu một pháp gì? Đó là thành tựu pháp không tham dục. Pháp không tham dục, có khả năng nhận biết sắc là vô thường; biết thọ, tưởng, hành, thức là vô thường.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tham Dục, số 187)

#### **410. THẾ GIAN LÀ GÌ?**

Thế nào là thế gian? Đó là sáu nội nhập xứ. Những gì là sáu? Nhãn nội nhập xứ, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý nội nhập xứ.

Thế nào là sự tập khởi thế gian? Đó là tham ái đối hữu tương lai, đi đôi với tham và hỷ, ước vọng tái sanh chỗ này chỗ kia.

Thế nào là sự diệt tận thế gian? Đó là tham ái đối hữu tương lai, đi đôi với tham và hỷ, ước vọng tái sanh chỗ này

chỗ kia, đã được đoạn trừ không dư tàn, đã xả bỏ, đã nhả ra, đã dứt sạch, đã ly dục, tịch diệt, tịch tịnh, tĩnh chỉ.

Thế nào là con đường đưa đến sự diệt tận? Là tám Thánh đạo: chánh kiến, chánh chí, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh phương tiện, chánh niệm, chánh định.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thế Gian, số 233)

#### **411. THẾ GIAN TRÔNG KHÔNG**

Mắt là không; pháp thường trú, vĩnh hằng, không biến dịch là không; ngã sở là không[8]. Vì sao? Vì tánh của nó tự là như vậy. Sắc, nhãn thức, nhãn xúc và cảm thọ với khổ thọ, lạc thọ và phi khổ phi lạc thọ được cảm thọ bên trong phát sanh bởi nhân duyên nhãn xúc, tất cả chúng cũng không, pháp thường trú, vĩnh hằng, không biến dịch là không, ngã sở là không. Vì sao? Vì tánh của nó tự như vậy. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý cũng lại như vậy. Đó gọi là thế gian không.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Không, số 232)

#### **412. THÍ CAM LỒ**

Thí ăn được sức lớn  
Thí y được điều sắc  
Thí xe được an vui  
Thí đèn được mắt sáng.

Lữ quán đề tiếp khách  
Gọi là nhất thiết thí  
Đem pháp đề dạy người  
Đó là thí cam lộ.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Cho Gi Được Sức Lớn, số 998)

### **413. THỊ HIỆN GIÁO GIỚI**

Thị hiện giáo giới là như Thế Tôn nói: ‘Này các Tỳ-kheo, tất cả bị thiêu đốt. Thế nào tất cả bị thiêu đốt? Mắt bị thiêu đốt. Sắc, nhãn thức, nhãn xúc và thọ với cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, hay cảm thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là nhãn xúc, tất cả đều bị thiêu đốt. Cũng vậy, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, bị thiêu đốt; pháp, ý thức, ý xúc và thọ với cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, hay cảm thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là ý xúc tất cả cũng bị thiêu đốt. Bị cái gì thiêu đốt? Bị lửa tham thiêu đốt, lửa nhuế thiêu đốt, lửa si thiêu đốt, lửa sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não thiêu đốt.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thị Hiện, số 197)

### **414. THỊ HIỆN THA TÂM THÔNG**

Thị hiện tha tâm là như tâm người kia, tự thân an trú và chứng nghiệm, biết rằng ý của người kia như vậy, thức của người kia như vậy, người kia đang nghĩ như vậy, hay

không đang nghĩ như vậy, đang xả như vậy. Đó gọi là thị hiện tha tâm.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thị Hiện, số 197)

#### **415. THỊ HIỆN THẦN TÚC THÔNG**

Thị hiện thần túc là Đức Thế Tôn tùy theo sự thích hợp mà thị hiện nhập thiên định chánh thọ; vượt qua hư không đến phương Đông hiện bốn oai nghi đi, đứng, nằm, ngồi; vào hỏa tam-muội, rồi cho ra ánh lửa màu xanh, vàng, đỏ, trắng, hồng, pha lê; cả nước, lửa đều hiện; hoặc dưới thân ra lửa, trên thân ra nước, hoặc trên thân ra lửa, dưới thân ra nước, bốn phía chung quanh lại cũng như vậy. Thế Tôn sau khi thị hiện thần biến rồi, trở lại ngồi giữa đại chúng, đó gọi là thị hiện thần túc.

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Thị Hiện, số 197)

#### **416. THIÊN ĐỊNH TƯ DUY**

Đức Phật Tỳ-bà-thi khi chưa thành Chánh giác, một mình ở chỗ vắng vẻ chuyên cần tinh tấn thiên định tư duy và nghĩ như vậy:

‘Tất cả thế gian đều nhập vào trong sanh tử, tự sanh, tự chín, tự diệt và tự chìm mất, nhưng những chúng sanh này chẳng biết như thật về con đường xuất thế gian, vượt qua khỏi già chết.’

(Tập A-hàm, Quyển 15, Kinh Thuyết Pháp, số 365)

## 417. THIỆN NHƯ TRĂNG ĐÀU THÁNG

Như trăng đầu tháng, ánh sáng và màu sắc tươi sáng, ngày đêm càng lúc càng sáng dần, cho đến khi trăng đầy, hoàn toàn tròn đầy tươi sáng. Cũng vậy, người nam thiện đối với pháp luật của Như Lai mà có được tín tâm thanh tịnh, cho đến, chánh kiến chân thật, chân tịnh càng tươi sáng, giới tăng, thí tăng, đa văn tăng, tuệ tăng, ngày đêm càng lúc càng tăng. Rồi vào lúc khác, gần gũi thiện tri thức, nghe thuyết chánh pháp, bên trong suy nghĩ chân chánh, thân làm các việc lành, miệng nói những lời lành, ý nghĩ những điều lành; nhờ vào những nhân duyên này mà khi thân hoại mạng chung sẽ được hóa sanh lên cõi trời. Nay Bà-la-môn, vì vậy cho nên người nam thiện được ví như trăng.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Mặt trăng, số 94)

## 418. THIỆN TRI THỨC

Người dẫn đầu đoàn buôn  
Thiện tri thức du hành  
Vợ hiền lương trinh chính  
Thiện tri thức tại gia.

Thân tộc gần gũi nhau  
Thiện tri thức thông tài  
Công đức mình tu tập  
Thiện tri thức đời sau.

(Tập A-hàm, Quyển 36, Kinh Viễn Du, số 995)



## 419. THIỀN TU

Nên luôn luôn tu tập phương tiện thiền tu, cho trong tâm mình tĩnh lặng. Vì sao? Vì Tỳ-kheo luôn tu tập phương tiện thiền tu, thì trong tâm mình sẽ được tĩnh lặng, nên quán sát như thật. Thế nào là quán sát như thật?

Đây là sắc, đây là sự tập khởi của sắc, đây là sự diệt tận của sắc; đây là thọ, tưởng, hành, thức, đây là sự tập khởi của... thức, đây là sự đoạn tận của... thức.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Thọ, số 65)

## 420. THIỆN VÀ ÁC HẠNH

Bảo rằng tự thương mình  
Không nên tạo ác hạnh  
Vì nhân không ác hạnh  
Nên đã được an lạc.

Bảo rằng tự thương mình  
Quyết không tạo ác hạnh  
Người tạo mọi nghiệp thiện  
Nên đã được an lạc.

Nếu ai tự yêu mình  
Khéo hộ mà tự hộ  
Như vua khéo giữ nước  
Ngoài, canh phòng biên giới.

Nếu ai tự yêu mình  
Khéo tự giữ báu vật  
Như vua khéo giữ nước  
Trong, canh giữ thành quách.

Như tự giữ bảo vật  
Sát-na không gián đoạn  
Sát-na nếu thiếu lo  
Đường ác chịu khổ mãi.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Thân Yêu, số 1228)

#### **421. THỌ NHƯ BONG BÓNG**

Này các Tỳ-kheo, giống như trời mưa lớn, bong bóng nước chọt hiện chọt mất. Nếu người nào có mắt sáng quán sát, tư duy, phân biệt thật kỹ, thì lúc quán sát tư duy, phân biệt thật kỹ đó sẽ thấy rằng không có cả, không gì là bền chắc, không gì là chắc thật, không gì là kiên cố. Vì sao? Vì trong bong bóng nước kia không có gì là chắc thật.

Cũng vậy những gì thuộc về thọ, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, Tỳ-kheo, hãy quán sát, tư duy, phân biệt thật kỹ, không gì là có, không gì là bền chắc, không gì là chân thật, không có gì là kiên cố; chúng như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại; là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì thọ vốn không chắc thật.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Bào Mạt, số 265)

## 422. THỌ THỌ ẤM

Những tướng cảm nhận, đó là thọ thọ ấm. Cảm nhận cái gì? Cảm nhận sự khổ, cảm nhận sự lạc, cảm nhận sự không khổ không lạc. Cho nên gọi tướng cảm nhận là thọ thọ ấm. Lại nữa, thọ thọ ấm này là vô thường, khổ, biến dịch.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Ấm Thế Thực, số 46)

## 423. THOÁI CHUYỂN VÀ KHÔNG THOÁI CHUYỂN

Thế nào là pháp thoái chuyển? Khi mắt biết sắc, tri giác dục vọng phát sanh, Tỳ-kheo đó vui mừng, khen ngợi, chấp lấy, dính mắc, thuận theo sự xoay chuyển của pháp này, nên biết Tỳ-kheo này đã thoái chuyển các pháp lành. Thế Tôn nói đó là pháp thoái chuyển. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

Thế nào là pháp không thoái chuyển? Khi mắt biết sắc mà kết buộc của tri giác dục vọng không sanh, Tỳ-kheo đó không vui mừng, không khen ngợi, không chấp lấy, không dính mắc và đối với pháp này không thuận theo sự xoay chuyển, nên biết Tỳ-kheo này không thoái chuyển các pháp lành. Thế Tôn nói đó là pháp không thoái chuyển. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 11, Kinh Thoái Chuyển và Không Thoái Chuyển, số 273)

## **424. THOÁT BIÊN TẾ CỦA KHỔ**

Nếu Sa-môn, Bà-la-môn nào, đối với sắc mà biết như thật, thấy như thật; do biết như thật, thấy như thật, đối với sắc sanh yếm ly, ly dục, không khởi lên các lậu, tâm đạt được giải thoát. Nếu người nào đã đạt được tâm giải thoát, thì người đó thuần nhứt. Người nào đã được thuần nhứt, thì phạm hạnh đã lập. Người nào phạm hạnh đã lập, không còn bị ai khống chế. Đó gọi là biên tế của khổ. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyên, số 41)

## **425. THOÁT KHỎI SỢ HÃI VỀ SANH GIÀ BỆNH CHẾT**

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức mà không biết, không rõ, không đoạn tận, không lìa tham dục, tâm không giải thoát, thì sẽ không thể nào vượt qua khỏi sự sợ hãi về sanh, già, bệnh, chết.

Này các Tỳ-kheo, người nào nếu biết, nếu rõ, nếu đoạn tận, nếu lìa tham dục, tâm giải thoát, thì có thể vượt qua khỏi sự sợ hãi về sanh, già, bệnh, chết.

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức nếu người nào nếu biết, nếu rõ, nếu đoạn tận, lìa tham dục, tâm giải thoát, thì sẽ vượt qua khỏi sự sợ hãi về sanh, già, bệnh, chết.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Vô Tri, số 4)

## 426. THOÁT LƯỚI MA

Đa văn Thánh đệ tử biết như thật về sắc, về sự tập khởi của sắc, về sự diệt tận của sắc, về vị ngọt của sắc, về sự tai hại của sắc, về sự xuất ly sắc. Vì đã biết như thật, nên không tham vui sắc, không ngợi khen, không bị dính mắc mà trụ; không bị trói buộc bởi dây trói của sắc, không bị trói buộc bởi dây trói bên trong, biết nguồn gốc, biết biên tế, biết xuất ly.

Đó gọi là đa văn Thánh đệ tử, không bị lệ thuộc vào sự trói buộc mà sanh, không bị lệ thuộc vào sự trói buộc mà chết, không bị lệ thuộc vào sự trói buộc từ đời này sang đời khác; không bị ma khống chế, không bị rơi vào tay ma, không bị ma tạo tác, không bị ma trói buộc, giải thoát sự trói buộc của ma, lìa khỏi sự dẫn dắt của ma. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Vãng Nghệ, số 74)

## 427. THOÁT NĂM DỤC

Thân được lạc dừng nghỉ  
Tâm được khéo giải thoát  
Vô vi, không tạo tác  
Chánh niệm không dao động.

Biết rõ tất cả pháp  
Không khởi các loạn giác  
Ái, nhuế, thù miên, phú  
Tất cả đều đã lia.

Tu tập nhiều như vậy  
Thoát khỏi được năm dục  
Như đổi biển thứ sáu  
Tất qua được bờ kia.

Tu tập thiền như vậy  
Đổi các dục sâu rộng  
Đều qua được bờ kia  
Không bị chúng giữ lại.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Ma Nữ, số 1092)

## **428. THỜI GIAN KHÁC NHAU GIỮA CÕI TRỜI ĐÂU SUẤT VÀ CÕI NGƯỜI**

Bốn trăm năm ở nhân gian bằng một ngày một đêm trên cõi trời Đâu-suất-đà. Ba mươi ngày như vậy là một tháng; mười hai tháng là một năm. Chư Thiên Đâu-suất-đà thọ bốn ngàn năm. Kẻ phàm phu vì ngu si không học, sau khi mạng chung ở đó, sanh vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Đa văn Thánh đệ tử sau khi mạng chung ở đó không sanh vào trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Đâu Suất Thiên, số 861)

## 429. THỦ

Thế nào là pháp bị chấp thủ? Là mắt và sắc, tai và âm thanh, mũi và mùi, lưỡi và vị, thân và xúc, ý và pháp. Đó gọi là pháp bị chấp thủ.

Thế nào là pháp chấp thủ? Là dục tham. Đó gọi là pháp chấp thủ.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thủ, số 240)

## 430. THỦ GÁNH NẶNG

Thế nào là thủ gánh nặng?

Đó là ái, ái về hữu đương lai đi đôi với tham hỷ, đắm trước cái này hay cái kia.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Trọng Đắm, số 73)

## 431. THỨ VUI

Chúng sanh từ vô thủy sanh tử luân chuyển mãi, mà không biết biên tế tối sơ của khổ. Các Tỳ-kheo, các ông thấy các chúng sanh hưởng thụ khoái lạc an ổn, thì nên nghĩ rằng: ‘Chúng ta mãi mãi ở trong sanh tử luân hồi, cũng đã từng hưởng thụ khoái lạc kia, thú vui kia vô lượng.’

(Tập A-hàm, Quyển 34, Kinh Thú Vui, số 942)

## 432. THỨC ĂN CỦA NĂM TRIỀN CÁI

Có năm triền cái, bảy Giác phần, có thức ăn, không thức ăn. Nay Ta sẽ nói. Hãy lắng nghe và suy nghĩ kỹ, Ta

sẽ vì các ông mà nói. Thí như thân thể phải nhờ vào thức ăn mới tồn tại, chứ chẳng phải không nhờ thức ăn. Cũng vậy, năm triền cái nhờ vào thức ăn mới tồn tại, chứ chẳng phải không nhờ thức ăn.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

### **433. THỨC ĂN CỦA THÁT GIÁC CHI**

Thí như thân thể phải nhờ vào thức ăn mà sống, nhờ vào ăn mà tồn tại. Những gì là thức ăn của Niệm giác phần? Tư duy bốn Niệm xứ rồi, Niệm giác phần chưa sanh sẽ khiến cho sanh khởi; Niệm giác phần đã sanh càng sanh khởi khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Niệm giác phần.

Những gì là thức ăn của Trạch pháp giác phần? Có lựa chọn pháp thiện, có lựa chọn pháp bất thiện; khi tư duy về chúng, nếu Trạch pháp giác phần chưa sanh, khiến cho sanh khởi, Trạch pháp giác phần đã sanh rồi, thì càng sanh khởi khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Trạch pháp giác phần.

Những gì là thức ăn của Tinh tấn giác phần? Tư duy về bốn Chánh đoạn, nếu Tinh tấn giác phần chưa sanh, khiến cho sanh khởi, Tinh tấn giác phần đã sanh rồi, thì tái sanh khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Tinh tấn giác phần.

Những gì là thức ăn của Hỷ giác phần? Có Hỷ, có Hỷ xứ; tư duy về chúng, nếu Hỷ giác phần chưa sanh, khiến



sanh khởi; Hỷ giác phần đã sanh rồi, thì tái sanh khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Hỷ giác phần.

Những gì là thức ăn của Khinh an giác phần? Có thân khinh an, tâm khinh an; tư duy về chúng, nếu Khinh an giác phần chưa sanh, khiến sanh khởi, Khinh an giác phần đã sanh rồi, thì tái sanh khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Khinh an giác phần.

Những gì là thức ăn của Định giác phần? Tư duy về bốn Thiên, Định giác phần chưa sanh, khiến cho sanh khởi, Định giác phần đã sanh rồi, thì tái sanh khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Định giác phần.

Những gì là thức ăn của Xả giác phần? Gồm có ba giới. Những gì là ba? Đó là đoạn giới, vô dục giới, diệt giới; tư duy về chúng, Xả giác phần chưa sanh khiến cho sanh khởi; Xả giác phần đã sanh rồi, thì tái sanh khiến cho tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của Xả giác phần.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

#### **434. THỨC KHÔNG CHỖ TRỤ**

Sắc, thọ, tưởng và hành giới lìa tham. Khi đã lìa tham rồi, thì ý sanh xúc và sự ngưng trệ nơi hành bị đoạn trừ. Khi ý sanh xúc và sự ngưng trệ nơi hành bị đoạn trừ rồi, thì sự vin bám bị cắt đứt. Khi sự vin bám bị cắt đứt rồi, thì thức cũng không còn chỗ trụ để sanh trưởng lớn mạnh trở lại. Vì đã không sanh trưởng cho nên không tác hành. Khi đã không tác hành, thì trụ vững. Do an trụ vững mà tri túc. Do tri túc mà giải thoát.

Ta nói thức này, không đi sang Đông, Tây, Nam, Bắc, bốn phía, trên, dưới. Nó không đi đến đâu cả, mà chỉ ngay trong đời hiện tại sẽ nhập Niết-bàn, tịch diệt, thanh lương, thanh tịnh, chân thật.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Chúng Tử, số 39)

### 435. THỨC NHƯ ẢO HÓA

Này các Tỳ-kheo, giống như nhà ảo thuật, hay là học trò của nhà ảo thuật, ở giữa ngã tư đường, huyền hóa ra binh voi, binh ngựa, binh xa, binh bộ. Lúc này có người trí mắt sáng, quán sát, tư duy, phân biệt kỹ và khi họ đã quán sát, tư duy, phân biệt kỹ, thì sẽ thấy rằng không gì là có, không gì là bền chặt, không gì là chân thật, không có gì là chắc thật. Vì sao? Vì những hiện tượng huyền hóa kia vốn không chắc thật. Như vậy, này các Tỳ-kheo những gì thuộc về thức, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, thì Tỳ-kheo nên quán sát, tư duy, phân biệt kỹ và khi đã quán sát, tư duy, phân biệt kỹ thì sẽ thấy rằng không gì là có, không gì là bền chặt, không gì là chân thật, không có gì là chắc thật; chúng như bệnh hoạn, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại; là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì thức vốn không chắc thật.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Bào Mạt, số 265)

## 436. THỨC THỌ ẨM

Tương phân biệt biết rõ là thức thọ ẩm. Biết rõ cái gì? Là biết rõ sắc, biết rõ thanh, hương, vị, xúc và pháp, cho nên gọi là thức thọ ẩm. Lại nữa, thức thọ ẩm là pháp vô thường, khổ, biến dịch.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Âm Thế Thực, số 46)

## 437. THƯƠNG YÊU MÌNH

Đúng vậy, Đại vương! Nếu người nào thân hành ác hạnh, khẩu hành ác hạnh, ý hành ác hạnh, thì nên biết những người này không tự thương yêu. Dầu cho họ tự nói, tự thương yêu, nhưng thật ra không phải tự thương yêu. Vì sao? Vì không có điều xấu ác nào mà người bạn xấu ác làm cho không phải là điều không là thân thương đối với người mà nó không thân thương, không phải là điều được yêu mến đối với người mà nó không yêu mến. Cho nên những người này là không phải tự yêu thương mình.

Đại vương, người nào thân hành thiện hạnh, khẩu hành thiện hạnh, ý hành thiện hạnh, thì nên biết những người này tự thương yêu mình. Dầu cho những người này tự nói không tự thương tiếc thân mình, nhưng thực ra những người này là tự thương yêu mình. Vì sao? Vì không có điều tốt nào mà người bạn tốt làm không phải là đáng thân đối với người mà nó thân, không phải là đáng yêu đối với

người mà nó yêu. Cho nên những người này là người tự thương yêu mình.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Thân Yêu, số 1228)

### **438. THÙY MIÊN TRIỀN CÁI**

Những gì là thức ăn của thùy miên cái? Gồm có năm pháp. Những gì là năm? Đó là yếu đuối, chẳng vui, ngáp ợ, ăn nhiều, lười biếng. Đối với chúng không tư duy đúng, khi thùy miên cái chưa khởi thì khiến khởi, thùy miên cái đã khởi rồi, có thể khiến cho nó tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của thùy miên cái.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

### **439. TIỀN TÀI**

Đối tài vật tham dục  
Bị tham làm mê say  
Cuồng loạn không tự biết  
Giống như người thợ săn  
Vì sự phóng dật này  
Nên chịu báo khổ lớn.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Tài Lợi, số 1230)

#### 440. TÌM CẦU ĐÃ QUA RỒI

Sức lớn, vui tự tại,  
Vị kia không sở cầu  
Nếu ai có mong cầu  
Thì khổ chẳng phải lạc  
Tìm cầu đã qua rồi  
Vị kia chỉ có lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Sở Cầu, số 1294)

#### 441. TÍN CĂN

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì muốn đoạn trừ lửa vô thường, nên tu tín căn. Vậy nên đoạn trừ những pháp vô thường nào? Đoạn trừ sắc vô thường, đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường, nên tu tín căn.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tín Căn, số 180)

#### 442. TÍN LỰC

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì muốn đoạn trừ lửa vô thường, nên tu tín lực. Vậy để đoạn trừ những pháp vô thường nào phải tu tín lực? Đoạn trừ sắc vô thường nên tu tín lực; đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường nên tu tín lực.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tín Lực, số 181)

#### **443. TÍN TÂM TU TẬP**

Thiện nam tử có lòng tin, chánh tín xuất gia, sống không gia đình, tự nghĩ: ‘Ta nên thuận theo pháp. Ta hãy an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều về yểm ly đối với sắc; an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều về yểm ly đối với thọ, tưởng, hành, thức.’

Thiện nam tử có lòng tin bền an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều về yểm ly đối với sắc; an trụ với sự tu tập, tu tập nhiều về yểm ly đối với thọ, tưởng, hành, thức, nên đối với sắc được yểm ly; đối với thọ, tưởng, hành, thức được yểm ly. Ta nói người ấy chắc chắn sẽ được thoát ly khỏi tất cả sanh, già, bệnh, chết, ưu bi, khổ não.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh A-Nan, số 48)

#### **444. TINH CẦN TƯ DUY**

Nếu có Tỳ-kheo nào, chưa đạt được pháp vô gián đẳng, mà muốn tìm cầu pháp vô gián đẳng, thì phải tinh cần tư duy, năm thọ ẩm là bệnh, là ung nhọt, là gai nhọn, là sát hại, là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì đó là chỗ cần tư duy. Nếu Tỳ-kheo nào, đối với năm thọ ẩm này mà tinh cần tư duy, thì sẽ chứng được quả Tu-đà-hoàn.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Vô Gián Đẳng, số 259)

#### **445. TỊNH TÍN**

Nghiệp khổ và quả báo  
Cả hai đều tịnh tín  
Thọ trì nơi chánh kiến  
Là con đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

#### **446. TỘC BẢN**

Mẹ, tộc bản của đời  
Vợ là tộc nối dõi  
Có con có thân thuộc  
Ái là dây trói chặt.

(Tập A-hàm, Quyển 22, Kinh Tàm Quý, số 578)

## 447. TÔN TRỌNG GIỚI HẠNH

Chỉ có Chánh pháp, mà Như Lai tự ngộ thành Chánh đẳng Chánh giác, là chỗ mà Như Lai phải cung kính tôn trọng, phụng sự, cúng dường Chánh pháp, nương vào đó mà sống. Vì sao? Chư Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác quá khứ cũng đã cung kính, tôn trọng, phụng sự, cúng dường Chánh pháp, nương vào đó mà sống. Chư Như Lai, Ứng Cúng, Đẳng Chánh Giác vị lai cũng cung kính, tôn trọng, phụng sự, cúng dường Chánh pháp, nương vào đó mà sống. Thế Tôn cũng cung kính, tôn trọng, phụng sự, cúng dường Chánh pháp, nương vào đó mà sống.

(Tập A-hàm, Quyển 44, Kinh Tôn Trọng, số 1188)

## 448. TÔN TY TRẬT TỰ

Có hai pháp tịnh có thể hộ trì thế gian. Những gì là hai? Đó là tâm và quý. Giả sử thế gian không có hai pháp tịnh này, thế gian cũng không biết có cha mẹ, anh em, chị em, vợ con, thân quyến, sư trưởng, tôn ty, trật tự; điên đảo hỗn loạn như hàng súc sanh.

Bấy giờ Thế Tôn liền nói kệ:

Nếu thế gian không có  
Hai pháp tâm và quý  
Vượt trái đạo thanh tịnh  
Hướng sanh, già, bệnh, chết.



Nếu thế gian thành tựu  
Hai pháp tâm và quý  
Đạo thanh tịnh tăng trưởng  
Đóng kín cửa sanh tử.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Tàm Quý, số 1243)

#### **449. TRÁI AM-LA RƠI RỤNG**

Giống như trái Am-la bám lơ lửng trên cây; một cơn gió mạnh thổi qua cành, quả rụng xuống. Cũng vậy, tu tập tưởng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Kỳ Lâm, số 269)

#### **450. TRĂNG MỚI MỌC**

Như trăng treo hư không  
Trong sáng không mây che  
Ánh sáng trong vắng vặc  
Chiếu khắp cả mười phương.

Như Lai cũng như vậy  
Trí tuệ soi thế gian  
Công đức nổi tiếng thơm  
Lan tỏa khắp nơi nơi.

(Tập A-hàm, Quyển 45, Kinh Ao Yết Già, số 1208)

## 451. TRĂNG TRONG SÁNG

Như trăng trong không bợn  
Chu du khắp hư không  
Trong tất cả tinh tú  
Ánh trăng sáng hơn hết.

Tịnh tín cũng như vậy  
Giới, văn, rộng bố thí  
Lìa bỏ sên trong đời  
Bố thí này sáng ngời.

(Tập A-hàm, Quyển 4, Kinh Mặt trăng, số 94)

## 452. TRẠO HỐI TRIỀN CÁI

Những gì là thức ăn của trạo hối? Gồm có bốn pháp. Những gì là bốn? Đó là giác tưởng về thân thuộc, giác tưởng về mọi người, giác tưởng về chư Thiên, giác tưởng về những khoái lạc vốn đã tự kinh qua. Tự mình nhớ nghĩ hay dò người khác khiến nhớ nghĩ mà sanh giác tưởng. Đối với chúng khởi tư duy không chân chánh, khi trạo hối chưa khởi thì khiến khởi; trạo hối đã khởi rồi thì có thể khiến cho nó tăng rộng. Đó gọi là thức ăn của trạo hối.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Thực, số 715)

## 453. TRÍ

Thế nào là trí? Là sự điều phục dục tham, đoạn trừ dục tham, siêu việt dục tham.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Tri Pháp, số 72)

#### 454. TRÍ GIẢ

Thế nào gọi là trí giả? Đó là A-la-hán. A-la-hán chẳng phải tồn tại sau khi chết, chẳng phải không, chẳng phải có không tồn tại sau khi chết, chẳng phải chẳng có không tồn tại sau khi chết. Nói rộng ra vô lượng, các số đã vĩnh viễn dứt sạch. Đó gọi là nói về các pháp sở tri, trí và trí giả.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Tri Pháp, số 72)

#### 455. TRÍ QUẢ

Nếu Tỳ-kheo nào đạt được tâm vô tướng tam-muội, không vọt lên, không chìm xuống, giải thoát rồi an trụ, an trụ rồi giải thoát, thì Thế Tôn nói đó là trí quả, trí công đức.

(Tập A-hàm, Quyển 21, Kinh Ca-ma, số 508)

#### 456. TRÓI BUỘC CỦA SỬ

Sắc, thọ, tưởng, hành, thức sai sử theo sử thì chết theo sử. Sai sử theo sử mà chết theo sử thì bị thủ trói buộc.

Cũng vậy, nếu sắc, thọ, tưởng, hành, thức không sai sử theo sử, thì không chết theo sử. Không sai sử theo sử mà không chết theo sử thì đối với thủ được giải thoát.

Bấy giờ, vị Tỳ-kheo kia sau khi nghe Đức Phật dạy xong tâm rất vui mừng, lạy Phật rồi lui. Vị kia ở một mình nơi chỗ vắng tĩnh cần tu tập, sống không buông lung. Sau khi tĩnh cần tu tập sống không buông lung rồi, vị kia tư duy về lý do mà một thiện nam tử xuất gia, cạo bỏ râu tóc,

mình mặc pháp y, có lòng tin, từ bỏ gia đình, sống không gia đình... cho đến, tự biết không còn tái sinh đời sau nữa. Bây giờ, vị Tỳ-kheo kia thành A-la-hán, tâm được giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Sử, số 15)

#### **457. TRÓI BUỘC VÀO SẮC**

Này các Tỳ-kheo, có sắc, nhân sắc mà trói buộc vào sắc; tự quán sát ưu, bi, khổ, não chưa sanh nay sanh, đã sanh rồi nay lại tăng trưởng rộng. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Thập Lục Tỳ Kheo, số 36)

#### **458. TRỘM CÁP**

Không lấy của không cho  
Vui nhận của được cho  
Đoạn trừ tâm trộm cướp  
Đó là đường sanh Thiên.

(Tập A-hàm, Quyển 49, Kinh Giới Gì, số 1299)

#### **459. TRỪ HẠ PHẦN KẾT SỬ**

Pháp không có tôi ta  
Cũng lại không của ta  
Cũng sẽ không có ta  
Của ta từ đâu sanh?

Tỳ-kheo giải thoát đây  
Đoạn trừ hạ phần kết.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Ưu-Đà-Na II, số 64)

#### **460. TU CHÁNH KIẾN**

Thế Tôn nói với các Tỳ-kheo: Như có người bị lửa đốt đầu và áo, phải làm sao để cứu?

Các Tỳ-kheo bạch Phật: Bạch Thế Tôn, phải gấp rút, nhanh chóng, nỗ lực tìm cách để dập tắt nó.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Đầu và áo bị đốt cháy còn có thể tạm quên đi được, còn lửa vô thường mà hừng hực thì cần phải đoạn trừ tận diệt. Vì để đoạn trừ lửa vô thường, nên tu chánh kiến. Vậy để đoạn trừ những thứ lửa vô thường nào phải tu chánh kiến? Đoạn trừ sắc vô thường nên tu chánh kiến; đoạn trừ thọ, tưởng, hành, thức vô thường nên tu chánh kiến.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Niệm Giác Phần, số 183)

#### **461. TƯ DUY BA TƯỚNG**

Tùy thời tư duy về tướng chỉ, tùy thời tư duy về tướng cử, tùy thời tư duy về tướng xả.

Nếu Tỳ-kheo chỉ một mực tư duy tướng chỉ, thì ở nơi đó tâm trở thành hạ liệt.

Nếu chỉ một mực tư duy tướng cử, thì ở nơi đó, tâm tạo loạn khởi lên.

Nếu chỉ một mực tư duy tướng xả, thì ở nơi đó không được chánh định, để diệt tận các hữu lậu.

Vì Tỳ-kheo kia tùy thời tư duy tướng chỉ, tùy thời tư duy tướng cử, tùy thời tư duy tướng xả, nên tâm được chánh định và diệt tận các hữu lậu.

Như thầy trò thợ vàng, lấy vàng nguyên bỏ vào trong lò rồi cho tăng lửa, tùy thời quạt ống bệ, tùy thời dội nước, tùy thời ngưng cả hai. Nếu chỉ một mực thụt ống bệ, thì ở đây vàng nguyên sẽ tiêu tan hết. Nếu chỉ một mực dội nước, thì ở đây vàng nguyên trở thành chai cứng. Hoặc ngưng cả hai, thì ở đây vàng nguyên không chín tới, không thể dùng được. Cho nên thầy trò thợ vàng thiện xảo, đối với vàng nguyên kia tùy thời thụt bệ, tùy thời dội nước, tùy thời ngưng cả hai, vàng nguyên như vậy mới đúng độ, tùy theo việc mà sử dụng.

(Tập A-hàm, Quyển 47, Kinh Ba Tướng, số 1247)

## **462. TỬ HẬU ĐOẠN HOẠI**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Những chúng sanh sống trong đời này, sau khi chết đoạn hoại không còn gì.

Con người do bốn đại hòa hợp, sau khi thân hoại mạng chung, thì đất trở về đất, nước trở về nước, lửa trở về lửa, gió trở về gió, thành người thứ năm nằm trên cáng, còn bốn người kia khiêng thân người chết đưa đến bãi tha ma, cho

đến khi chưa thiêu đốt thì có thể nhận biết, nhưng khi đã thiêu đốt rồi thì xương cốt trắng tinh như màu chim bồ câu.

Người kiêu mạn biết bỏ thí, người có một chút trí tuệ biết nhận lãnh: ai nói có sự việc ấy thì tất cả những gì họ nói ra đó chỉ là những lời nói dối không thật; hoặc dù ngu hay trí mà sau khi chết qua đời khác, thì tất cả đều đoạn hoại không còn gì?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Tử Hậu Đoạn Hoại, số 156)

#### 463. TỬ MA

Thường bức bách chúng sanh  
Mạng sống thật ngăn ngừa  
Nên tinh tấn cần tu  
Như cứu lửa cháy dầu.

Chớ lười dù chốc lát  
Khiến ma chết chột đến  
Biết người là ác ma  
Mau đi khỏi nơi đây.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Trường Thọ, số 1084)

#### **464. TU PHẠM HẠNH**

Nhóm ngoại đạo hỏi Tôn giả La-đà: Thầy vì muốn đoạn trừ những thứ khổ nào, nên phải theo Sa-môn Cù-đàm xuất gia tu phạm hạnh?

La-đà trả lời: Vì muốn đoạn trừ cái khổ về sắc, nên theo Thế Tôn xuất gia tu phạm hạnh. Vì muốn đoạn trừ cái khổ về thọ, tưởng, hành, thức nên theo Thế Tôn xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Đoạn sắc khổ, số 113)

#### **465. TỨ PHẨM PHÁP**

Có sắc được nhận thức bởi mắt là đáng yêu, đáng nhớ, đáng thích, đáng say đắm. Tỳ-kheo thấy rồi không hoan hỷ, không tán thán, không ái lạc mà bám chặt vào đó. Có sắc được nhận thức bởi mắt là không đáng yêu, không đáng nhớ, không đáng thích đắm vào, chỉ có khổ, đáng nhàm tởm. Tỳ-kheo thấy rồi thì không sân hận, không bất mãn. Tỳ-kheo như vậy, không bị ma tỵ tại chi phối... cho đến thoát khỏi mọi sự trói buộc của ma. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy. Đó gọi là kinh Tứ phẩm pháp của Tỳ-kheo.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Tứ Phẩm Pháp, số 245)



## 466. TỰ PHÒNG HỘ

Đúng vậy, Đại vương! Nếu người nào thân hành ác hạnh, khẩu hành ác hạnh, ý hành ác hạnh, nên biết những người này là không tự hộ, mà nói là hay tự phòng hộ. Tuy nói là tự phòng hộ bằng quân voi, ngựa, xe, bộ, dùng chúng để tự phòng hộ, nhưng thực ra không phải là tự phòng hộ. Vì sao? Vì tuy phòng hộ bên ngoài, nhưng không phòng hộ bên trong. Cho nên, Đại vương! Đó gọi là không tự phòng hộ.

Đại vương, nếu người nào thân hành thiện hạnh, khẩu hành thiện hạnh, ý hành thiện hạnh, nên biết những người này là tự phòng hộ. Tuy họ không dùng quân voi, ngựa, xe, bộ để tự phòng hộ, nhưng thực ra là tự phòng hộ. Vì sao? Vì phòng hộ bên trong. Đó gọi là khéo tự phòng hộ, chẳng cần phòng hộ bên ngoài.

Bấy giờ, Thế Tôn lại nói kệ:  
Khéo phòng hộ thân, khẩu  
Và tất cả ý nghiệp  
Tự hộ bằng tâm quý  
Đó là khéo phòng hộ.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Tự Hộ, số 1229)

## 467. TỪ TÂM VỚI CHIM XÍ ĐIỀU

Vào thời quá khứ, chư Thiên và A-tu-la dàn trận đánh nhau. A-tu-la thắng, chư Thiên thua. Lúc ấy, quân của Thiên đế Thích thua, thoái lui tan rã, nên rất sợ hãi, quay xe chạy theo hướng Bắc, trở về cung trời, qua đường tắt trong rừng rậm dưới chân núi Tu-di. Nơi đây có một tổ Kim sí điều, có nhiều chim con cánh vàng. Lúc ấy Đế Thích sợ xe ngựa đi qua sẽ cán chết những chim con, liền bảo người đánh xe rằng: Hãy quay xe lại, chớ giết những chim con!

Người đánh xe tâu vua: Quân A-tu-la đang đuổi theo người phía sau, nếu quay xe lại sẽ bị khôn.

Đế Thích bảo: Thà nên quay lại bị A-tu-la giết, chứ không để quân lính dẫm chết chúng sanh.

Người đánh xe, quay xe trở lại hướng Nam. Quân A-tu-la từ xa trông thấy xe Đế Thích quay lại, cho rằng đó là chiến sách nên vội rút lui lại. Quân lính rất sợ hãi, thua trận chạy tán loạn trở về cung A-tu-la.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Thiên đế Thích kia là vua Tụ tại của trời Tam thập tam, nhờ từ tâm nên có oai lực dẹp được quân A-tu-la và cũng thường tán thán công đức từ tâm. Tỳ-kheo các ông chánh tín xuất gia học đạo, không nhà, phải tu tập từ tâm và cũng nên tán thán công đức từ tâm.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Ao Yết Già, số 1208)

## 468. TU TẬP CÓ THỂ PHÁ TAN TẤT CẢ

Giống như mặt trời xuất hiện, có thể phá tan mọi sự tối tăm của thế gian. Cũng vậy, tu tập tướng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điều mạn, vô minh.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Kỳ Lâm, số 269)

## 469. TỨ THIÊN

Nếu Tỳ-kheo, với hành như vậy, hình như vậy, tướng như vậy lìa khổ dứt lạc, ưu hỷ trước đã diệt, không khổ không lạc, xả, tịnh niệm, nhất tâm, chứng và an trụ đệ Tứ thiên. Nếu không nhớ nghĩ như vậy, mà đối với sắc, thọ, tướng, hành, thức mà tư duy như là bệnh tật, như là ung nhọt, như là gai nhọn, như là sát hại... cho đến Thượng lưu Bát-niết-bàn. Nếu không như vậy, thì sanh về cõi trời Nhân tánh Quả thật; hoặc không như vậy, thì sanh về cõi trời Phước sanh; hoặc không như vậy, thì sanh về cõi trời Thiếu phước.

(Tập A-hàm, Quyển 31, Kinh Tứ Thiên, số 870)

## 470. TƯỚNG NHƯ SÓNG NẮNG

Này các Tỳ-kheo, giống như cuối xuân, đầu hạ, không mây, không mưa, giữa trưa trời nắng gắt, sóng nắng chấp chờn, người nào sáng mắt quán sát, tư duy, phân biệt kỹ càng và, khi quán sát, tư duy, phân biệt kỹ càng thì sẽ thấy rằng không có gì cả, không gì là bền chắc, không gì là

chắc thật, không gì là kiên cố. Vì sao? Vì trong quáng nắng kia không có gì là chắc thật.

Cũng vậy, những gì thuộc về tướng, hoặc quá khứ, hoặc vị lai, hoặc hiện tại; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần, Tỳ-kheo, hãy quán sát, tư duy, phân biệt thật kỹ, không gì là có, không gì là bền chắc, không gì là chân thật, không có gì là kiên cố; chúng như bệnh, như ung nhọt, như gai nhọn, như sát hại; là vô thường, khổ, không, phi ngã. Vì sao? Vì tướng vốn không chắc thật.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Bào Mạt, số 265)

#### **471. TƯỚNG THỌ ẨM**

Các tướng, là tướng thọ ẩm. Tướng cái gì? Tướng ít, tướng nhiều, tướng vô lượng, hoàn toàn không có gì tướng là không có gì. Đó gọi là tướng thọ ẩm. Lại nữa, tướng thọ ẩm này là vô thường, khổ, là pháp biến dịch.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Ấm Thế Thực, số 46)

#### **472. TƯỚNG VÔ THƯỜNG, VÔ NGÃ**

Giống như Chuyển luân Thánh vương, so với các tiểu vương là tối thượng, tối thắng. Cũng vậy, tu tập tướng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh.

Tỳ-kheo, làm thế nào để tu tập tướng vô thường, tu tập nhiều, có thể dứt trừ tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh?

Nếu Tỳ-kheo ở chỗ đồng trống hay ở trong rừng cây, mà khéo tư duy chân chánh, quán sát sắc là vô thường; thọ, tưởng, hành, thức vô thường; tư duy như thế thì dứt hết tất cả dục ái, sắc ái, vô sắc ái, điệu mạn, vô minh. Vì sao? Vì nếu người nào tu tập được tướng vô thường, thì có thể tu tập được tướng vô ngã. Thánh đệ tử an trú ở tướng vô ngã, tâm lia ngã mạn, tùy thuận chứng đắc Niết-bàn.

(Tập A-hàm, Quyển 10, Kinh Kỳ Lâm, số 269)

#### **473. TƯỚNG XẤU**

Có Tỳ-kheo hình tướng xấu xí khó coi, bị các Tỳ-kheo khinh mạn. Phật bảo các Tỳ-kheo:

Đối với Tỳ-kheo này, các ông chớ có khởi ý tưởng khinh mạn. Vì sao? Vì Tỳ-kheo này đã tận trừ các lậu, những việc cần làm đã làm xong, đã lia các gánh nặng, đã đoạn tận các hữu kết, chánh trí, tâm thiện giải thoát. Nay các Tỳ-kheo, các ông chớ xét đoán lầm người, chỉ có Như Lai mới có khả năng xét đoán người.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Xú Lậu, số 1063)

## 474. TÙY THUẬN QUÁN VÔ THƯỜNG

Nếu đối với pháp bị chấp thủ, mà tùy thuận quán vô thường, quán trụ, sanh, diệt, quán vô dục, quán tịch diệt, quán nhàm tởm, tâm không tham luyến, không hệ lụy, thức không dong ruổi chạy theo danh sắc, do đó danh sắc diệt. Danh sắc diệt thì lục nhập diệt, lục nhập diệt thì xúc diệt, xúc diệt thì thọ diệt, thọ diệt thì ái diệt, ái diệt thì thủ diệt, thủ diệt thì hữu diệt, hữu diệt thì sanh diệt, sanh diệt thì lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não sẽ diệt và như vậy thuận khối khổ lớn đã tụ tập cũng sẽ diệt. Giống như trồng cây, nếu không tùy thời bảo vệ để cho cây an ổn, không bón phân đất, không tùy thời tưới nước, để cho lạnh nóng bất thường, thì cây sẽ không tăng trưởng được.

Như vậy, này các Tỳ-kheo, đối với pháp bị chấp thủ mà tùy thuận quán vô thường, quán trụ, sanh, diệt, quán vô dục, quán tịch diệt, quán nhàm tởm, tâm không tham luyến, không hệ lụy, thức không dong ruổi chạy theo danh sắc, do đó danh sắc diệt. Danh sắc diệt thì lục nhập diệt, lục nhập diệt thì xúc diệt, xúc diệt thì thọ diệt, thọ diệt thì ái diệt, ái diệt thì thủ diệt, thủ diệt thì hữu diệt, hữu diệt thì sanh diệt, sanh diệt thì lão, bệnh, tử, ưu, bi, khổ, não sẽ diệt và như vậy thuận khối khổ lớn đã tụ tập cũng sẽ diệt.

(Tập A-hàm, Quyển 12, Kinh Đại Thọ, số 284)

## 475. VÃNG SANH

Nếu có vị Thánh đệ tử nào đối với Phật mà thành tựu được lòng tin thanh tịnh bất hoại, thì ngay lúc đó, sẽ được các hàng chư Thiên mà trước kia đối với Phật đã thành tựu được lòng tin tịnh giới bất hoại và vì nhân duyên này họ được sanh lên cõi trời, họ đều rất hoan hỷ và khen ngợi rằng: ‘Ta, nhờ nhân duyên đối với Phật thành tựu được lòng tin thanh tịnh bất hoại, nên được sanh lên cõi trời tốt đẹp này. Vị Thánh đệ tử kia, ngày nay đối với Phật thành tựu lòng tin thanh tịnh bất hoại, vì nhân duyên đó cũng sẽ sanh lên cõi trời tốt đẹp này.’

(Tập A-hàm, Quyển 41, Kinh Vãng Sanh, số 1124)

## 476. VÌ MỤC ĐÍCH NIẾT BÀN

Chính bằng pháp này: ‘Những gì thuộc về sắc, hoặc quá khứ, hoặc hiện tại, hoặc vị lai; hoặc trong, hoặc ngoài; hoặc thô, hoặc tế; hoặc tốt, hoặc xấu; hoặc xa, hoặc gần; tất cả chúng đều được biết như thật, là chẳng phải ngã, chẳng phải khác ngã, chẳng phải ở trong nhau; và thọ, tưởng, hành, thức chúng cũng lại như vậy.’

Đệ tử kia lúc bấy giờ thành tựu được ba thứ vô thượng: Trí vô thượng, Đạo vô thượng, Giải thoát vô thượng. Khi đã thành tựu được ba vô thượng này rồi, vị ấy đối với Đại sư mà cung kính, tôn trọng, cúng dường như là Phật, rằng: ‘Thế Tôn đã giác ngộ tất cả các pháp, rồi bằng pháp này, Ngài điều phục đệ tử khiến cho họ được an lạc, khiến cho

họ được vô úy, điều phục tịch tĩnh, cứu cánh Niết-bàn. Đức Thế Tôn vì mục đích Niết-bàn nên nói pháp cho các đệ tử.’

(Tập A-hàm, Quyển 5, Kinh Tát-giá, số 110)

#### **477. VỊ NGỌT CỦA HÀNH**

Thế nào là biết như thật về vị ngọt của hành? Hỷ lạc do duyên vào hành mà sanh ra, nên gọi là vị ngọt của hành. Như vậy là biết như thật về vị ngọt của hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

#### **478. VỊ NGỌT CỦA SẮC**

Nếu chúng sanh nào không nếm vị ngọt của sắc thì sẽ không nhiễm đắm sắc. Vì chúng sanh nếm vị ngọt của sắc cho nên bị đắm trước.

Cũng vậy, chúng sanh nào không nếm vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức thì chúng sanh ấy không bị đắm nhiễm thức. Vì chúng sanh nếm vị ngọt của thọ, tưởng, hành, thức cho nên chúng sanh ấy bị nhiễm trước vào thức.

Này các Tỳ-kheo, nếu sắc đối với chúng sanh không phải là sự tai hại, thì chúng sanh ấy không nên nhàm chán sắc. Vì sắc là mối hại của chúng sanh cho nên những chúng sanh ấy nhàm chán sắc.

Cũng vậy, đối với thọ, tưởng, hành, thức nếu không phải là mối hại thì chúng sanh ấy không nên nhàm chán



thức. Vì thọ, tưởng, hành, thức là mối hại của chúng sanh, cho nên những chúng sanh ấy nhằm chán thức.

Này các Tỳ-kheo, nếu sắc đối với chúng sanh mà không có sự xuất ly, thì những chúng sanh ấy không nên thoát ly sắc. Vì sắc đối với chúng sanh có sự xuất ly, cho nên những chúng sanh ấy thoát ly sắc.

Cũng vậy, nếu thọ, tưởng, hành, thức đối với chúng sanh không có sự xuất ly, thì những chúng sanh ấy không nên thoát ly thức. Vì thọ, tưởng, hành, thức đối với chúng sanh có sự xuất ly, cho nên những chúng sanh ấy thoát ly thức.

Này các Tỳ-kheo, nếu Ta đối với năm thọ ấm này mà không biết một cách như thật vị ngọt là vị ngọt, tai hại là tai hại, xuất ly là xuất ly, thì Ta ở giữa chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn và các chúng trời, người đã không thể tự chứng, không được thoát, không vượt ra, không xa lìa, vĩnh viễn an trú trong sự điên đảo, cũng không thể tự mình chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Này các Tỳ-kheo, vì Ta đã biết năm thọ ấm này một cách như thật rằng vị ngọt là vị ngọt, tai hại là tai hại, xuất ly là xuất ly, nên Ta ở giữa chư Thiên, Ma, Phạm, Sa-môn, Bà-la-môn và các chúng trời, người đã có thể tự chứng, đã thoát, đã vượt ra, đã xa lìa, vĩnh viễn không an trú trong sự

điên đảo, cũng có thể tự mình chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Vị, số 13)

#### **479. VỊ NGỌT CỦA SẮC**

Thế nào là như thật tri về vị ngọt của sắc?

Do duyên vào sắc mà sanh ra hỷ lạc. Đó gọi là vị ngọt của sắc.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Ngũ Chuyển, số 41)

#### **480. VỊ NGỌT CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về vị ngọt của thức?

Hỷ lạc do duyên thức mà sanh. Đó gọi là vị ngọt của thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

#### **481. VÌ THAM MÀ CHẾT**

Chuối sanh quả liền chết  
Lau tre cũng như vậy  
La mang thai thì chết  
Người vì tham mà chết.

Thường làm hạnh phi nghĩa  
Biết nhiều không khỏi ngu  
Pháp lành ngày tôn giảm  
Cành khô, rễ cũng tàn.

(Tập A-hàm, Quyển 38, Kinh Đề Bà, số 1064)

#### **482. VÌ VÔ THƯỜNG NÊN CÓ BỆNH**

Nếu sắc vô thường mà có thường, thì sắc này không nên có bệnh, có khổ và đối với sắc cũng không nên có những sự mong cầu phải như thế này hay không như thế này. Vì sắc là vô thường, nên đối với sắc có bệnh, có khổ sanh ra và cũng không thể mong để được như thế này hay không như thế này. Đối với thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Pháp Ấn, số 80)

#### **483. VÔ LỰC**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Không có lực, không có tinh tấn, không có lực tinh tấn, không có phương tiện của con người, không tinh cần của con người, không có phương tiện tinh cần của con người, không có tự mình làm, không có người khác làm, không có tự mình và người khác làm; hết thấy con người, hết thấy chúng sanh, hết thấy thần, đều vô phương tiện, bất lực, vô thể, vô tinh tấn, không khả

năng, định phận, tương tục, chuyển biến, chịu khổ vui trong sáu đường?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tưởng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Vô Lược, số 155)

#### **484. VÔ MINH**

Nói là vô minh, là không biết tiền tế, không biết hậu tế, không biết tiền, hậu, trung tế; không biết Phật, Pháp, Tăng; không biết Khổ, Tập, Diệt, Đạo; không biết thiện, bất thiện và vô ký; không biết trong, không biết ngoài. Nếu đối với những sự này hay sự kia mà không biết, bị ám chướng, đó gọi là vô minh.

(Tập A-hàm, Quyển 18, Kinh Diêm-Phù-Xa, số 490)

#### **485. VÔ NGÃ, VÔ NGÃ SỞ**

Phàm phu ngu si không học, chấp sắc là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; đối với thọ, tưởng, hành, thức cho là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau.

Đa văn Thánh đệ tử, không thấy sắc là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; cũng không thấy thọ, tưởng, hành, thức là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; cũng chẳng phải là người biết, cũng chẳng phải là người thấy. Sắc này là vô thường. Thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Sắc là khổ.

Thọ, tướng, hành, thức là khổ. Sắc là vô ngã. Thọ, tướng, hành, thức là vô ngã. Sắc này sẽ không tồn tại. Thọ, tướng, hành, thức sẽ không tồn tại. Vì sắc này sẽ hủy hoại. Thọ, tướng, hành, thức sẽ hủy hoại.

Cho nên, chẳng có ngã, chẳng có ngã sở và cũng sẽ chẳng có ngã, ngã sở. Nếu ai giải thoát như vậy, thì sẽ đoạn trừ được năm kết sử hạ phần.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Ưu-Đà-Na II, số 64)

#### **486. VÔ NHÂN VÔ DUYÊN**

Do có cái gì, do khởi cái gì, do hệ lụy cái gì, do đắm đuối cái gì, do thấy ngã nơi cái gì, khiến cho chúng sanh thấy như vậy, nói như vậy: ‘Chúng sanh phiền não, không nhân, không duyên’?

Do có sắc, sanh khởi sắc, hệ lụy, đắm đuối sắc, nơi sắc thấy ngã, cho nên, ưu, bi, khổ, não chưa khởi thì khiến cho khởi; ưu, bi, khổ, não đã khởi, thì khiến tăng trưởng rộng thêm. Đối với thọ, tướng, hành, thức lại cũng như vậy.

(Tập A-hàm, Quyển 7, Kinh Vô Nhân Vô Duyên, số 157)

#### **487. VÔ SỰ**

Vô sự ở rừng này  
Rễ rừng chặt từ lâu  
Nơi rừng, lìa thoát rừng  
Thiền tư, trừ bất lạc.

(Tập A-hàm, Quyển 44, Kinh Nghê Ruộng, số 1182)

## 488. VÔ THƯỜNG NÊN KHÔNG ÁI LẠC

Tất cả đều vô thường. Thế nào là tất cả đều vô thường? Mắt là vô thường. Sắc, nhãn thức, nhãn xúc và thọ với cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, hay cảm thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là nhãn xúc, tất cả chúng đều là vô thường. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý lại cũng như vậy.

Đa văn Thánh đệ tử quán sát như vậy thì đối với mắt sẽ sanh nhàm tởm. Đối với sắc, nhãn thức, nhãn xúc và thọ với cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, hay cảm thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là nhãn xúc, đối với chúng cũng sanh nhàm tởm. Đối với tai, mũi, lưỡi, thân, ý và thanh, hương, vị, xúc, pháp, ý thức, ý xúc và thọ với cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, hay cảm thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là ý xúc, đối với tất cả chúng cũng sanh nhàm tởm. Do nhàm tởm nên không ái lạc, do không ái lạc nên được giải thoát, giải thoát tri kiến, biết rằng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 8, Kinh Vô Thường, số 195)

## 489. VÔ TRI

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức mà không biết, không rõ, không đoạn tận, không ly dục, thì không thể đoạn trừ khổ não.

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành và thức, nếu biết, nếu rõ, nếu đoạn tận, nếu ly dục, thì có thể đoạn trừ khổ não.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Vô Tri, số 3)

## 490. VOI VÀ RỄ CÂY

Như trong đầm không, có hồ nước lớn, có một long tượng to ở trong đó, nhỏ những củ rễ, rửa sạch bùn đất sau đó ăn chúng. Ăn rồi thì thân thể mập mạp, sung sức và đầy hạnh phúc. Vì lý do này nên luôn sống lạc sướng. Có một con voi thuộc chủng tộc khác, hình thể gầy yếu, bắt chước long tượng kia, nhỏ củ rễ, nhưng rửa không sạch, còn để lẫn bùn đất mà ăn. Ăn vào không tiêu, thân thể không mập mạp mà trở thành gầy yếu, vì vậy dẫn đến chỗ chết, hoặc khổ gần chết.

Tỳ-kheo tuổi trẻ kia xuất gia chưa được bao lâu, chưa quen rành Pháp luật, y theo các bậc Trưởng lão, nương vào nơi làng xóm. Khi đắp y, ôm bát vào thôn khát thực, mà không khéo hộ thân, không giữ gìn các căn, không chuyên cột niệm, không thể khiến cho người chưa tin phát lòng tin và người đã tin không thay đổi. Nếu được tài lợi, y phục, đồ ăn, thức uống, ngọa cụ, thuốc men; mà sanh nhiễm, đắm, tham lam, đeo đuổi, không thấy lỗi lầm, tai hại, không thấy sự thoát ly, vì tâm tham nếm thức ăn này, nên không thể làm cho thân lạc tươi, an ổn, sung sướng được. Vì ăn như vậy nên chuyển đến cái chết, hoặc khổ giống như chết. Nói là chết có nghĩa là xả giới, hoàn tục, mất Chánh pháp, Chánh luật. Khổ giống như chết nghĩa là phạm Chánh pháp luật, không biết tội tướng, không biết trừ tội.

(Tập A-hàm, Quyển 39, Kinh Ăn Củ Rễ, số 1083)

## 491. VỌNG NGŨ

Giống như người chài lưới và đệ tử của chài lưới thả câu, giăng lưới nơi sông, suối, khe, rạch giết hại chúng sanh tạo ra khổ lớn. Cũng vậy, Đại vương, các giai cấp Sát-đế-lợi, Bà-la-môn, Gia chủ vì tham dục nên hay dối trá, vọng ngữ. Họ sẽ chịu khổ mãi mãi, không được lợi ích lâu dài.

Bấy giờ, Thế Tôn lại nói kệ:  
Khởi tham muốn tài sản  
Tham dục làm say mê  
Cuồng loạn không tự giác  
Giống như người bắt cá  
Do vì nghiệp ác này,  
Nên chịu báo khổ lớn.

(Tập A-hàm, Quyển 46, Kinh Tham Lợi, số 1231)

## 492. VƯỢT CÁC DÒNG

Tất cả giới đầy đủ  
Trí tuệ, khéo chánh thọ  
Trong tư duy, buộc niệm  
Qua nạn, vượt các dòng.  
  
Nơi dục tưởng không ham  
Nơi sắc kết vượt qua  
Không bám cũng không trụ  
Nơi nhiễm cũng không dính.

(Tập A-hàm, Quyển 48, Kinh Chiên đàn, số 1269)



### 493. VƯỢT THẾ GIAN

Chẳng phải do bước đi  
Mà đến bờ thế giới  
Không đến bờ thế giới  
Thì không thoát khỏi khổ.

Cho nên Đức Mâu-ni,  
Là Đấng Biết Thế Gian,  
Đã đến bờ thế giới,  
Các phạm hạnh đã lập.

Bờ thế giới chỉ có  
Chánh trí mới biết rõ  
Giác tuệ đạt thế gian  
Nên nói vượt bờ kia.

(Tập A-hàm, Quyển 9, Kinh Thế Gian Biên, số 234)

### 494. XẢ GÁNH NẶNG

Thế nào là xả gánh nặng?

Tức là ái này, ái về hữu đương lai đi đôi với tham hỷ, đắm trước cái này hay cái kia, tất cả đều được đoạn trừ, diệt tận khổ khổ, ly dục, tịch diệt, tĩnh chỉ.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Trọng Đảm, số 73)

## 495. XẢ GIÁC CHI

Khi tâm yếu đuối sanh khởi như vậy, nếu tâm yếu đuối, do dự, lúc bấy giờ nên tu Trạch pháp giác phần, Tinh tấn giác phần, Hỷ giác phần để được khai thị, chỉ giáo, khích lệ, làm cho hoan hỷ.

Hoặc khi tâm điều cử sanh khởi; nếu tâm điều cử, do dự, thì nên tu Khinh an giác phần, Định giác phần, Xả giác phần. Vì sao? Vì khi tâm điều cử sanh khởi; nếu tâm điều cử, do dự, thì bằng các pháp này mà có thể khiến cho an trụ bên trong, nhất tâm nhiếp trì. Thí như lửa đang cháy, muốn cho nó tắt, chỉ cần cho than tro vào, thì lửa này sẽ tắt.

(Tập A-hàm, Quyển 27, Kinh Hỏa, số 714)

## 496. XẢ LY TẤT CẢ HỮU DƯ

Thế nào là sắc thọ ấm? Những gì là sắc, tất cả chúng đều là bốn đại và sắc do bốn đại tạo. Đó gọi là sắc thọ ấm. Lại nữa, sắc kia là vô thường, khổ, là pháp biến dịch. Nếu sắc thọ ấm này vĩnh viễn bị đoạn trừ không dư tàn, rất ráo xả ly, diệt tận, ly dục, tịch diệt, các sắc thọ ấm khác không tương tục, không xuất hiện, không khởi lên, thì đó gọi là vi diệu, cũng gọi là tịch tĩnh, cũng gọi là xả ly tất cả hữu dư, ái tận, vô dục, diệt tận, Niết-bàn.

Này các Tỳ-kheo, nếu đối với pháp này mà dùng trí tuệ tư duy, quán sát, phân biệt, nhãn thọ, đó gọi là tùy tín hành, siêu thắng, ly sanh, vượt qua khỏi địa vị phàm phu.

Nếu chưa đạt được quả Tu-đà-hoàn, mà nửa chừng không chết, thì chắc chắn sẽ đạt được quả Tu-đà-hoàn.

Nếu đối với pháp này, mà bằng tăng thượng trí tuệ, tư duy quán sát, nhẫn thọ, thì đó gọi là tùy pháp hành, siêu thắng, ly sanh, vượt qua khỏi địa vị phàm phu. Nếu chưa đạt được quả Tu-đà-hoàn, mà nửa chừng không chết, thì chắc chắn sẽ đạt được quả Tu-đà-hoàn.

Đối với pháp này nếu bằng trí tuệ chân chánh mà quán sát như thật, ba kết được biết là hoàn toàn đoạn trừ; đó là, thân kiến, giới thủ, nghi. Tỳ-kheo, đó gọi là quả Tu-đà-hoàn, sẽ không rơi vào đường ác, quyết định thẳng đến Chánh giác, bảy lần sanh qua lại giữa trời, người, cuối cùng sẽ cứu cánh biên tế của khổ.

Này Tỳ-kheo, nếu đối với pháp này nếu dùng trí tuệ chân chánh mà quán sát như thật, tâm sẽ không khởi lên lậu hoặc, thì gọi là A-la-hán. Khi các lậu đã sạch rồi, thì những gì cần làm đã làm xong, trút bỏ gánh nặng, đạt được mục đích của mình, các kết sử hữu dứt sạch, chánh trí, tâm đạt được giải thoát.

(Tập A-hàm, Quyển 3, Kinh Phân Biệt, số 61)

## 497. XẢ NĂM THỌ ẨM

Này các Tỳ-kheo, đa văn Thánh đệ tử kia đối với sắc thọ ẩm kia phải học như vậy, ‘Ta nay bị sắc hiện tại ăn. Quá khứ đã từng bị sắc kia ăn, như trong hiện tại.’

Lại nghĩ như vậy: ‘Nay ta đang bị sắc hiện tại ăn, nếu mà ta ham muốn sắc vị lai, thì cũng sẽ bị sắc kia ăn như trong hiện tại.’

Biết như vậy rồi, người ấy không hoài niệm sắc quá khứ, không ham muốn sắc vị lai, đối với sắc hiện tại sanh yếm ly, lìa dục, diệt hết tai hại, hướng đến tịch diệt.

Đa văn Thánh đệ tử đối với thọ, tưởng, hành, thức thọ ẩm hãy học như vậy, ‘Ta nay bị thức hiện tại ăn. Quá khứ đã từng bị thức kia ăn, như trong hiện tại. Nếu mà ta ham muốn thức vị lai, thì cũng sẽ bị thức kia ăn như trong hiện tại.’

Biết như vậy rồi, người ấy không hoài niệm thức quá khứ, không ham muốn thức vị lai, đối với thức hiện tại sanh yếm ly, lìa dục, diệt tận, hướng đến tịch diệt. Ở đây, diệt chứ không tăng, lui chứ không tiến, diệt chứ không khởi, xả chứ không thủ.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Tam Thế Âm Thế Thực, số 46)

## **498. XUẤT GIA ĐỂ DỨT KHỔ**

Phật bảo La-đà: Những lời người nói là chân thật, không hủy báng Như Lai, không khiến cho người khác đến nạn vắn, chỉ trích dồn vào chỗ bế tắc, nói như thuyết, nói như pháp, nói theo thuận thứ của pháp. Vì sao? Nay La-đà, sắc là ưu, bi, khổ, não. Vì muốn dứt hết nó nên theo Như Lai xuất gia tu phạm hạnh. Thọ, tưởng, hành, thức là ưu,

bi, khổ, não vì muốn dứt hết chúng nên theo Như Lai xuất gia tu phạm hạnh.

(Tập A-hàm, Quyển 6, Kinh Đoạn Ưu Khổ, số 115)

#### **499. XUẤT LY CỦA HÀNH**

Thế nào là biết như thật về sự xuất ly hành?

Nếu ở nơi hành mà điều phục dục tham, đoạn trừ dục tham, vượt qua được dục tham. Đó gọi là sự xuất ly hành.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

#### **500. XUẤT LY CỦA THỨC**

Thế nào là biết như thật về sự xuất ly thức?

Nếu ở nơi thức mà điều phục dục tham, đoạn trừ dục tham, vượt qua khỏi dục tham. Đó gọi là sự xuất ly thức.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Bảy Thiện Xứ, số 42)

#### **501. XUÔI DÒNG CHẢY**

Thánh đệ tử đa văn từ lâu tâm xuôi về, rót về, đổ dốc về, hướng đến viễn ly, hướng đến ly dục, hướng đến Niết-bàn tịch tĩnh xả ly, vui nơi Niết-bàn; ở nơi hữu lậu đã được dập tắt, được làm mát nguội. Nếu bị quốc vương, gia chủ hay thân tộc dùng bổng lộc mời dụ để hoàn giới thoái giảm, chịu khổ lớn khác, thì điều này không thể có được. Giống như sông Hằng luôn luôn xuôi về, rót về, đổ dốc về

phương Đông. Có nhiều người ngăn nó, muốn nó xuôi về, rút về, đổ dốc về phương Tây thì cũng không thể được.

(Tập A-hàm, Quyển 43, Kinh Rắn Độc, số 1172)

## 502. Ý TƯỞNG

Như vậy, Tỳ-kheo, có ý giới, pháp giới, vô minh giới. Kẻ phàm phu ngu si vô học, vì vô minh xúc cho nên khởi lên ý tưởng có, ý tưởng không, ý tưởng vừa có vừa không, ý tưởng ta hơn, ý tưởng ta bằng, ý tưởng ta kém, ý tưởng ta biết, ta thấy. Những ý tưởng biết như vậy, những ý tưởng thấy như vậy đều do sáu xúc–nhập xứ mà phát sanh.

Đa văn Thánh đệ tử đối với sáu xúc–nhập xứ này, xả bỏ vô minh mà sanh minh. Không sanh ra ý tưởng về có, ý tưởng về không, ý tưởng về vừa có vừa không, ý tưởng hơn, ý tưởng bằng, ý tưởng kém, ý tưởng ta biết, ta thấy. Khi đã biết như vậy, đã thấy như vậy rồi, thì những gì do vô minh–xúc khởi lên trước kia sẽ bị diệt và cảm thọ phát sanh do minh xúc sau đó sẽ khởi lên.

(Tập A-hàm, Quyển 2, Kinh Giác, số 45)

## 503. YÊM LY

Sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Vô thường tức là khổ. Khổ tức chẳng phải ta. Cái gì chẳng phải ta thì cũng chẳng phải sở hữu của ta. Quán sát như vậy gọi là chân thật chánh quán.

Thánh đệ tử quán sát như vậy thì sẽ nhàm tởm sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Do nhàm tởm nên không ham muốn, vì không ham muốn nên được giải thoát. Đối với giải thoát, trí chân thật phát sanh, biết rằng: ‘Ta, sự sanh đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết sẽ không tái sanh đời sau nữa.’

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Yễm Ly, số 9)

#### **504. YÊU THÍCH KHỔ**

Đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức mà yêu thích, thì cũng yêu thích khổ. Ai yêu thích khổ, thì đối với khổ không được giải thoát.

Ai đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức không yêu thích, thì đối với khổ cũng không thích. Ai đối với khổ không thích, thì đối với khổ sẽ được giải thoát.

Này các Tỳ-kheo, ai đối với sắc, thọ, tưởng, hành, thức ai không biết, không rõ, không ly dục, tâm không giải thoát. Tham tâm không giải thoát, thì sẽ không đoạn trừ được khổ não.

(Tập A-hàm, Quyển 1, Kinh Vô Tri, số 5)

\* \*

# NHỮNG LỜI PHẬT DẠY TRONG TẶNG NHẤT A-HÀM

## 1. ÁC QUẢ ÁC BÁO

Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Nay vua Luru-ly và các binh chúng ở đời sẽ không còn bao lâu. Sau bảy ngày nữa họ sẽ bị tiêu diệt hết.

Nghe vậy, vua Luru-ly lo sợ bảo quần thần: Nay Như Lai đã báo hiệu, sau bảy ngày nữa vua Luru-ly và binh chúng sẽ bị tiêu diệt hết. Các người xem, ngoài biên giới có giặc cướp, tai biến nước lửa, đến xâm phạm nước chẳng? Bởi vì sao? Vì chư Phật Như Lai không có hai lời. Lời nói quyết không đổi khác.

Bà-la-môn Hảo Khô tâu với vua: Vua chớ có lo sợ. Nay bên ngoài không có nạn giặc cướp đáng sợ, cũng không tai biến nước lửa. Hôm nay, Đại vương hãy cứ vui chơi thỏa thích.

Vua Luru-ly cho người đếm ngày, đến đầu ngày thứ bảy, Đại vương vui mừng hơn hờ không tự chế được, liền dẫn binh chúng và các thế nữ đến bờ sông A-chi-la mà tự



vui chơi và nghỉ đêm ở đó. Vào lúc nửa đêm, bất ngờ mây nổi dậy mưa gió dữ dội. Lúc ấy, vua Luru-ly và binh chúng cùng bị nước cuốn trôi, đều bị tiêu diệt, thân hoại mạng chung bị đọa vào địa ngục A-tỳ. Cung điện thành nội lại bị lửa trời thiêu đốt. Bấy giờ, Thế Tôn dùng thiên nhãn quan sát thấy vua Luru-ly và binh bốn bộ bị nước cuốn trôi, mạng chung tất cả đều vào địa ngục.

Làm việc tối cực ác  
Đều do thân, miệng làm  
Nay thân cũng chịu khổ  
Thọ mạng cũng ngắn ngủi.

Nếu khi ở trong nhà  
Thì bị lửa thiêu đốt  
Đến lúc mạng qua đời  
Tất sinh vào địa ngục.

Lúc ấy, các Tỳ-kheo bạch Thế Tôn: Sau khi chết, vua Luru-ly và binh lính sanh nơi nào?

Thế Tôn bảo: Vua Luru-ly sanh vào địa ngục A-tỳ

Các Tỳ-kheo bạch: Xưa kia các Thích tử đã tạo ra nhân duyên gì mà nay bị vua Luru-ly làm hại?

Thế Tôn bảo: Ngày xưa, trong thành La-duyệt này có một thôn đánh cá. Thời ấy, gặp lúc đói kém, người ăn rễ cây, một thăng vàng đổi một thăng gạo. Trong thôn lúc đó có một hồ nước lớn, lại nhiều cá. Mọi người dân trong thành La-duyệt đến nơi hồ bắt cá ăn. Vào lúc đó, trong hồ

có hai giống cá, một gọi là Câu tỏa, hai gọi là Lương thiệt. Lúc ấy, hai giống cá nói với nhau: ‘Đối với những người này, trước đây chúng ta không có lỗi lầm. Ta là loài thủy tánh, không ở đất khô. Những người dân này đều đến ăn thịt chúng ta. Bao nhiêu phước đức chúng ta có đời trước, nay sẽ dùng để báo oán này.’

Lúc ấy, trong thôn có một cậu bé mới tám tuổi, không bắt cá, lại cũng không hại chúng, nhưng cá kia ở trên bờ, tất cả đều bị chết, thấy vậy cậu bé rất là vui mừng.

Các ngưoi chớ nghĩ nhân dân trong thành La-duyet lúc bấy giờ há là người nào khác, mà nay chính là họ Thích. Cá Câu tỏa bấy giờ, nay là vua Luru-ly. Cá Lương thiệt bấy giờ, thì nay là bà-la-môn Hảo Khổ. Còn cậu bé thấy cá nằm trên bờ mà cười lúc ấy, nay chính là Ta. Bấy giờ, họ Thích ngồi bắt cá ăn. Vì nhân duyên này, nên trong vô số kiếp vào trong địa ngục, nay phải chịu báo này. Lúc ấy, Ta ngồi nhìn mà cười nên nay bị đau đầu giống như bị đá đè, hoặc như đầu đội núi Tu-di. Vì sao vậy? Vì Như Lai vốn không nhận hình hài nữa, đã xả bỏ các hành, vượt qua các ách nạn. Nay các Tỳ-kheo, đó gọi là vì nhân duyên này, nay chịu báo này. Các Tỳ-kheo, hãy giữ thân, miệng, ý hành, hãy niệm cung kính thừa sự người phạm hạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 2)

## 2. ÁC TRI THỨC

Người ác tri thức tự sinh tâm niệm này: ‘Ta thuộc dòng hào tộc xuất gia học đạo. Các Tỳ-kheo khác thuộc dòng ti tiện xuất gia.’ Ý vào dòng họ mình mong chê bai người khác.

‘Ta rất siêng năng phụng hành chánh pháp. Các Tỳ-kheo khác thì không siêng năng trì giới.’ Lại dùng nghĩa này chê bai người khác mà tự cống cao.

‘Ta thành tựu tam-muội, các Tỳ-kheo khác không có tam-muội, tâm ý thác loạn không nhất định.’ Người ấy ý vào tam-muội này thường tự cống cao chê bai người khác.

‘Ta trí tuệ bậc nhất. Ở đây các Tỳ-kheo khác không có trí tuệ.’ Người ấy ý vào trí tuệ này mà tự cống cao hủy báng người khác.

‘Hiện tại ta thường được thức ăn, giường mềm, ngọa cụ, thuốc thang trị bệnh. Ở đây, các Tỳ-kheo khác không được các vật cúng dường này.’ Người này ý vào vật cúng dường này mà tự cống cao, chê bai người khác. Đó gọi là pháp ác tri thức, hành tà nghiệp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 9)

### 3. AN BANG

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm an-ban. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 8)

### 4. ĂN UỐNG TIẾT ĐỘ

Tỳ-kheo suy xét những đồ ăn thức uống từ đâu mà đến; ăn không vì để mập trắng, mà chỉ muốn duy trì thân hình, bốn đại được nguyên vẹn: ‘Nay tôi phải trừ cảm thọ cũ, khiến cảm thọ mới không sanh, để thân đủ sức, được tu hành đạo, khiến cho phạm hạnh không dứt.’ Cũng như thân nam, nữ nổi lên nhọt độc, phải dùng cao mỡ bôi nhọt. Sở dĩ bôi nhọt là muốn chóng khỏi. Đây cũng như vậy, các Tỳ-kheo, ăn uống biết tiết độ. Ở đây, Tỳ-kheo suy xét đồ ăn thức uống từ đâu mà đến; ăn không vì để mập trắng, mà chỉ muốn duy trì thân hình, bốn đại được nguyên vẹn: ‘Nay tôi phải trừ cảm thọ cũ, khiến cảm thọ mới không sanh, để thân đủ sức, được tu hành đạo, khiến cho phạm hạnh không dứt.’

Cũng như xe cộ chở nặng, sở dĩ bôi mỡ trục là muốn đem vật nặng đến nơi. Tỳ-kheo cũng lại như vậy, ăn uống biết tiết độ, suy xét những đồ ăn thức uống từ đâu đến, ăn không vì để mập trắng, mà chỉ muốn duy trì thân hình, bốn đại được nguyên vẹn: ‘Nay tôi phải trừ cảm thọ\* cũ, khiến

cảm thọ mới không sanh, để thân đủ sức, được tu hành đạo, khiến cho phạm hạnh không dứt.’ Tỳ-kheo ăn uống biết tiết độ là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 6)

## 5. ÁNH SÁNG XUẤT HIỆN

Có một con người mà xuất hiện ở thế gian, thì bấy giờ Trời Người liền được thấm nhuần ánh sáng, liền có tín tâm nơi giới, vãng, thí, tuệ. Giống như ánh trăng tròn mùa thu vàng vạc chiếu khắp mọi nơi, thì ở đây cũng vậy. Nếu Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng Chánh giác, xuất hiện thế gian, thì Trời Người liền được thấm nhuần ánh sáng, liền có lòng tin đối với giới, vãng, thí, tuệ, như trăng tròn chiếu khắp tất cả.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 8)

## 6. A-TU-LA, MẶT TRỜI VÀ MẶT TRĂNG

Thọ thân hình to lớn không ai hơn vua A-tu-la. Tỳ-kheo, nên biết, thân hình A-tu-la lớn cao tám vạn bốn nghìn do tuần. Miệng rộng nghìn do tuần. Tỳ-kheo nên biết, có lúc vua A-tu-la muốn xúc phạm đến mặt trời, liền hóa thân cao gấp bội đến mười sáu vạn tám nghìn do tuần, đến trước mặt trời, mặt trăng. Vua mặt trời, mặt trăng thấy vậy, trong lòng sợ hãi cho nơi ở của mình không an ninh. Vì sao vậy? Vì thân hình A-tu-la rất đáng sợ. Vua mặt trời, mặt trăng kia vì trong lòng sợ hãi, nên ánh sáng không còn nữa. Nhưng

A-tu-la không dám đến trước bắt mặt trời mặt trăng. Vì sao? Vì oai đức mặt trời, mặt trăng có thần lực lớn, thọ mạng rất dài, nhan sắc đoan chánh, hương lạc vô cùng. Muốn biết thọ mạng dài ngắn, đó là tuổi thọ trụ một kiếp. Lại nữa, do phước báo của chúng sinh cõi này, nên vua mặt trời, mặt trăng không bị xúc phạm bởi sự thấy của A-tu-la.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 1)

## **7. BA BỆNH LỚN**

Có ba bệnh lớn: Phong là bệnh lớn; đàm là bệnh lớn; lãnh là bệnh lớn.

Lại có ba thứ thuốc hay: Nếu bệnh phong, tô là thuốc hay, và tô dùng làm thức ăn. Nếu bệnh đàm, mật làm thuốc hay, và mật dùng làm thức ăn. Nếu bệnh lãnh, dầu là thuốc hay, và dầu dùng làm thức ăn.

Có ba loại bệnh lớn: tham dục, sân nhuế, ngu si. Song, ba loại bệnh lớn này, lại có ba thứ thuốc hay: Nếu lúc tham dục khởi, thường trị bằng bất tịnh, và tư duy bất tịnh đạo. Nếu bệnh lớn là sân nhuế, thường trị bằng từ tâm, và tư duy từ tâm đạo. Nếu bệnh lớn là ngu si, thường trị bằng trí huệ, và duyên khởi đạo.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 7)

## 8. BA CHÁNH VÀ TÀ TỤ

1) Tà tụ là có tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, tà định.

2) Bất định tụ là có chẳng biết khổ, chẳng biết tập, chẳng biết tận, chẳng biết đạo, chẳng biết chánh tụ, chẳng biết tà tụ.

3) Ba thiện tụ là có thiện tụ, chánh tụ, định tụ.

4) Ba thiện căn là vô tham thiện căn, vô nhuế thiện căn, vô si thiện căn.

5) Chánh tụ gồm: chánh kiến, chánh tri, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh định.

6) Định tụ là có biết khổ, biết tập, biết tận, biết đạo, biết thiện tụ, biết ác tụ, biết định tụ.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 9)

## 9. BA CHỖ KHÔNG DI ĐỘNG

Nếu có chúng sanh muốn khởi từ tâm, có ý chí tìn, vâng phục phụng sự cha mẹ, anh em, tông tộc, gia thất, bè bạn tri thức, nên an lập những người này trên ba xứ khiến không di động. Những gì là ba?

1) Khiến họ phát tâm hoan hỷ đối với Như Lai, tâm không di động rằng: ‘Ngài là Như Lai, Chí chân, Đẳng chánh giác, Minh hạnh túc, Thiện thế, Thế gian giải, Vô

thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên Nhân sư, hiệu Phật Thế Tôn.’

2) Lại khiến họ phát tâm hoan hỷ nơi Chánh pháp rằng: ‘Pháp được Như Lai khéo nói, vô ngại, cực kỳ vi diệu, do đây mà thành quả; pháp như vậy được học và biết bởi người trí.’

3) Cũng khiến họ phát tâm hoan hỷ nơi Thánh chúng này rằng: ‘Thánh Chúng của Như Lai tất cả đều hòa hợp, không có lẫn lộn, thành tựu pháp, thành tựu giới, thành tựu tam-muội, thành tựu trí huệ, thành tựu giải thoát, thành tựu giải thoát kiến huệ. Thánh chúng ấy gồm có bốn đôi tám hạng, mười hai Hiền Thánh. Đây là Thánh Chúng của Như Lai, đáng kính, đáng quý. Đây là ruộng phước vô lượng thế gian.’

Các Tỳ-kheo nào học ba xứ này sẽ thành tựu quả báo lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 4)

## **10. BA HÀNH VI ÁC**

Ba hành vi ác là thân làm ác, miệng nói ác, ý nghĩ ác. Tỳ-kheo, phải tìm cầu phương tiện tu ba hành vi thiện: Nếu thân làm ác, phải tu hành vi thiện nơi thân. Miệng nói ác, phải tu hành vi thiện nơi miệng. Ý nghĩ ác, phải tu hành vi thiện nơi ý.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 8)



## 11. BA KẾT DO THÂN TÀ

Có ba kết sử trói buộc chúng sanh khiến không thể từ bờ này đến bờ kia được là thân tà, giới đạo, nghi.

1) Chấp thân có ngã, nảy sinh tưởng về tôi ta, có tưởng về chúng sanh, có mạng, có thọ, có nhân, có sĩ phu, có duyên, có trước. Đó gọi là kết bởi thân tà.

2) Có ngã chăng? Vô ngã chăng? Có sinh chăng? Không sinh chăng? Có ngã, nhân, thọ mạng, chăng? Không ngã, nhân, thọ mạng chăng? Có phụ mẫu chăng? Không phụ mẫu chăng? Có đời này, đời sau chăng? Không đời này, đời sau chăng? Có sa-môn, bà-la-môn chăng? Không sa-môn, bà-la-môn chăng? Đời có A-la-hán chăng? Đời không A-la-hán chăng? Có người chứng đắc chăng? Không người chứng đắc chăng? Đó gọi là kết bởi nghi.

3) Ta do giới này mà sinh vào gia đình giòng họ lớn, sinh nhà trưởng giả, sinh nhà bà-la-môn, hoặc sinh lên trời, hay trong các thần. Đó gọi là kết của giới đạo.

Có ba kết này trói buộc chúng sanh, khiến không thể từ bờ này đến bờ kia. Giống như hai con bò cùng một ách tăt không rời nhau.

Bờ này chính là thân tà; bờ kia chính là thân tà bị diệt. Đó gọi là ba kết trói buộc chúng sanh, không thể từ bờ này đến bờ kia. Cho nên, cần phải tìm cách tiêu diệt ba kết này.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 9)

## **12. BA LOẠI HƯƠNG BAY NGƯỢC GIÓ**

Có ba loại hương: hương giới, hương văn, hương thí là hương vừa ngược gió, hương vừa xuôi gió, và hương vừa ngược vừa xuôi theo gió. Trong các loại hương thơm có được trong thế gian, ba loại hương này là tối thắng, tối thượng, không thứ gì sánh bằng, không thứ gì bì kịp.

Cũng như từ bò có sữa, từ sữa có lạc, từ lạc có tô, từ tô có đề-hồ, nhưng đề-hồ này là tối thắng, tối thượng, không thứ gì sánh bằng, không thứ gì bì kịp. Ở đây cũng vậy, trong các loại hương thơm có được trong thế gian, ba loại hương này là tối thắng, tối thượng, không thứ gì sánh bằng, không thứ gì bì kịp.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 1)

## **13. BA NGHIỆP ĐẠO THANH TỊNH**

Giữ thân không hành ác  
Tu tập thân thiện hành  
Niệm xả thân ác hành  
Hãy học thân thiện hành.

Giữ miệng không hành ác  
Tu tập miệng hành thiện  
Niệm xả miệng nói ác  
Hãy học miệng nói thiện.

Giữ ý không hành ác  
Tu tập ý nghĩ thiện  
Niệm xả ý hành ác  
Hãy học ý nghĩ thiện.

Lành thay, thân hành thiện  
Khẩu hành cũng như vậy  
Lành thay ý hành thiện  
Tất cả cũng như vậy.

Giữ khẩu ý thanh tịnh  
Thân không hành vi ác  
Ba nghiệp đạo thanh tịnh  
Đường vô vi Đại Tiên.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 8)

#### **14. BANGƯỜI XỨNG ĐÁNG ĐƯỢC CÚNG DƯỜNG**

Có ba người, xứng đáng được người đời cúng dường:

1) Như Lai Chí chơn Đẳng chánh giác, xứng đáng được người đời cúng dường.

2) Đệ tử của đức Như Lai, A-la-hán lậu tận, xứng đáng được người đời cúng dường.

3) Chuyển luân Thánh vương, xứng đáng được người đời cúng dường.

Như Lai điều phục những ai chưa được điều phục, hàng phục những ai chưa được hàng phục, độ những ai

chưa được độ, giải thoát những ai chưa được giải thoát, khiến thành Niết-bàn những ai chưa đạt bát-niết-bàn, cứu hộ những ai chưa được cứu hộ, làm con mắt cho những ai mù mắt. Như Lai là tối tôn đệ nhất, là ruộng phước tối tôn, đáng kính, đáng quý giữa Ma, hoặc Ma thiên, trời và người, làm đạo sư hướng dẫn loài người biết con đường chánh, thuyết đạo giáo cho những ai chưa biết đạo.

A-la-hán lậu tận đã vượt qua được dòng sanh tử, không còn tái sinh, đã đắc pháp vô thượng; dâm, nộ, si vĩnh viễn diệt tận không còn, là ruộng phước của đời.

Chuyển luân Thánh vương dùng pháp để trị hóa, trọn không sát sanh, lại dạy dỗ người khiến không sát sanh; tự mình không trộm cắp và cũng dạy người khác không trộm cắp; tự mình không dâm dật và dạy người khác không dâm dật; tự mình không nói vọng ngữ và dạy người khác không vọng ngữ; tự mình không nói hai lưỡi đầu loạn kia-đây, lại cũng dạy người khác khiến không nói hai lưỡi; tự mình không ganh ghét, sân, si, lại dạy người khác cũng không tập pháp này; tự hành theo chánh kiến và dạy người khác không hành theo tà kiến.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Đường, Kinh số 1)

## 15. BA NHÂN DUYÊN THỰC ĐẾN THỌ THAI

Có ba nhân duyên thực đến thọ thai:

Mẹ có dục ý, cha mẹ hội hợp ở một chỗ và cùng ngũ chung, nhưng thực bên ngoài chưa đến kịp lúc thì chẳng thành thai. Nếu thực muốn đến, nhưng cha mẹ không hội hợp một chỗ, chẳng thành thai. Nếu người mẹ không dục, dù cha mẹ hội hợp một chỗ, nhưng lúc đó dục ý của cha thanh mà mẹ thật không ân cần, chẳng thành thai. Nếu cha mẹ cùng hợp một chỗ, dục ý của mẹ thanh mà cha thật không ân cần, chẳng thành thai. Nếu cha mẹ cùng hợp một chỗ, cha mắc bệnh phong, mẹ mắc bệnh lãnh, chẳng thành thai. Nếu khi cha mẹ cùng hợp một chỗ, mẹ bị bệnh phong, cha bị bệnh lãnh, chẳng thành thai.

Nếu có khi cha mẹ hợp một chỗ, nhưng chỉ riêng thân cha thủy khí nhiều, mẹ không có chứng này, chẳng thành thai. Nếu khi cha mẹ cùng hợp một chỗ, tướng cha có con, tướng mẹ không con, chẳng thành thai. Nếu khi cha mẹ cùng hợp một chỗ, tướng mẹ có con, tướng cha không con, chẳng thành thai. Nếu khi tướng cha mẹ đều không con, chẳng thành thai.

Nếu có khi thân thực đến thai, mà cha đi vắng, chẳng thành thai. Nếu khi cha mẹ đáng hợp một chỗ, nhưng mẹ đi xa, không có mặt, không có thai. Nếu có lúc cha mẹ đáng hợp một chỗ, nhưng người cha gặp bệnh nặng, khi thân thực đến, chẳng thành thai. Nếu cha mẹ đáng hợp một chỗ, thân thực có đến, song người mẹ mắc bệnh nặng, chẳng

thành thai. Nếu có lúc cha mẹ nên hợp một chỗ, thần thức đến, nhưng cha mẹ đều mắc bệnh, chẳng thành thai.

Nếu cha mẹ hợp ở một chỗ, cha mẹ không chứng tật gì, thần thức đến, tướng cha mẹ đều có con, đây thành thai. Đó gọi là có ba nhân duyên thức đến thọ thai.

Này các Tỳ-kheo, hãy tìm phương tiện đoạn dứt ba nhân duyên.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 3)

## **16. BA PHÁP KHÔNG ĐÁNG MẾN YÊU**

1) Tuy có trẻ khỏe, nhưng ắt sẽ già, pháp không đáng mến yêu mà người đời không tham muốn.

2) Tuy có không bệnh, song tất sẽ bệnh, pháp không đáng mến yêu mà người đời không tham muốn.

3) Tuy có sống lâu, song tất sẽ chết, pháp không đáng mến yêu mà người đời không tham muốn.

Tuy có trẻ khỏe, nhưng phải tìm cầu cái không già, đến Niết-bàn giới. Tuy có không bệnh, nhưng phải tìm cầu phương tiện để không có cái bệnh. Tuy có sống lâu, nhưng hãy tìm cầu phương tiện để không bị chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 8)

## **17. BA PHÁP KHÔNG ĐƯỢC THẤY NGHE**

Có ba pháp này, vì không được giác tri, không được thấy, không được nghe, nên trải qua sinh tử mà chưa từng nhìn ngắm; Ta và các người trước đây chưa từng thấy nghe. Những gì là ba?

1) Đó là giới Hiền thánh, không thể giác tri, không thấy, không nghe, nên trải qua sinh tử mà chưa từng nhìn ngắm; Ta và các người trước đây chưa từng thấy nghe.

2) Tam-muội Hiền thánh, trí huệ Hiền Thánh, không thể giác tri, không thấy, không nghe.

3) Nay, như thân Ta, cùng với các người, thấy đều giác tri cảm giới Hiền thánh, tam-muội Hiền thánh, trí huệ Hiền thánh, thấy đều thành tựu, nên không còn tái sinh nữa, đã đoạn nguồn gốc sanh tử.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Đường, Kinh số 7)

## **18. BA PHÁP KHÔNG NÊN GẦN GŨI**

1) Đó là tham dục, mà người nào tập pháp này, ban đầu không chán đủ.

2) Hoặc lại có người tập uống rượu, ban đầu không chán đủ.

3) Hoặc lại có người tập ngủ nghỉ, ban đầu không chán đủ.

Đó gọi là có người tập ba pháp này, ban đầu không chán đủ, lại cũng không thể đến nơi diệt tận. Cho nên, Tỳ-kheo, thường phải lìa bỏ ba pháp này, không gần gũi nó.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 10)

## **19. BA PHÁP KHÔNG THỂ TRÔNG CẬY**

Người ngu có ba tướng, ba pháp không thể trông cậy: điều mà người ngu không nên tư duy mà cứ tư duy; điều không nên luận nói mà cứ luận thuyết; điều không nên hành mà cứ tu tập.

Thế nào là người ngu tư niệm điều không nên tư duy? Ở đây, người ngu khởi ba hành của ý, rồi tư duy, ức niệm. Những gì là ba? Người ngu khởi tâm ganh tị tài sản và nữ sắc nơi người khác, tâm nghĩ lời ác làm trối dậy tâm ganh ghét, rằng ‘Mong những cái mà người ấy có thuộc về ta.’

Thế nào là người ngu luận thuyết điều không nên luận thuyết? Ở đây, người ngu gây bốn tội lỗi nơi miệng. Những gì là bốn? Người ngu thường thích vọng ngôn, ý ngữ, ác khẩu, gây đấu loạn giữa người này người kia.

Thế là người ngu tạo các hành vi ác? Ở đây, người ngu tạo hành vi ác bởi thân, thường nghĩ đến sát sanh, trộm cắp, dâm dật.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 6)



## 20. BA PHÁP ĐÁNG MẾN YÊU

1) Trẻ khỏe là pháp đáng mến yêu mà người đời tham muốn.

2) Không bệnh là pháp đáng mến yêu mà người đời tham muốn.

3) Tuổi thọ bệnh là pháp đáng mến yêu mà người đời tham muốn.

Đó là ba pháp đáng mến yêu mà người đời tham muốn.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phạm Ba Cúng Đường, Kinh số 8)

## 21. BA PHƯỚC NGHIỆP

Có ba phước nghiệp này: Thí là phước nghiệp, bình đẳng là phước nghiệp, tư duy là phước nghiệp.

Sao gọi thí là phước nghiệp? Nếu có một người mở lòng bố thí Sa-môn Bà-la-môn, người bạn cùng, người cô độc, người lang thang; ai cần thức ăn cho thức ăn, cần nước uống cho nước uống, quần áo, đồ ăn thức uống, giường chiếu, ngựa cưỡi, thuốc trị bệnh, hương hoa, ngủ nghỉ, tùy theo nhu cầu không gì luyến tiếc.

Sao gọi là bình đẳng là phước nghiệp? Nếu có một người không sát sanh, không trộm cắp, thường biết tầm quý, không nảy tưởng ác. Cũng không trộm cắp, ưa ban thí cho người, không có tâm tham lam keo kiệt, lời nói hòa nhã không tổn thương lòng người. Cũng không gian dâm

vợ người, tự tu phạm hạnh, tự đủ với sắc mình. Cũng không vọng ngữ, thường nghĩ chí thành, không lời dối trá, được người đời tôn kính, không có thêm bớt. Cũng không uống rượu, luôn biết tránh xa loạn động.

Lại rải tâm từ trải khắp một phương, hai phương, ba phương, bốn phương cũng như vậy; tám phương trên dưới, trải khắp trong đó, vô lượng, vô hạn, không thể cùng, không thể tính kể; rải tâm từ này phủ khắp tất cả, mong cho được an ổn.

Lại rải tâm bi, hỷ, xả trải khắp một phương, hai phương, ba phương, bốn phương cũng như vậy; tám phương trên dưới, tất khắp trong đó, vô lượng, vô hạn, không thể tính kể; rải tâm bi, hỷ, xả này tất khắp trong đó.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 2)

## **22. BA PHƯƠNG PHÁP GIÁO HÓA CỦA THẾ TÔN**

Thế Tôn giáo hóa bằng ba sự: thần túc giáo hóa, ngôn giáo giáo hóa, huân hồi giáo hóa.

1) Thế Tôn hoặc biến ra nhiều hình rồi hợp lại một, hoặc hiện hoặc ẩn. Đi qua vách đá mà không gì chướng ngại. Hoặc ra khỏi mặt đất, hoặc nhập vào đất giống như xuống nước mà không bị trở ngại. Hoặc ngồi kiết-già đầy khắp giữa hư không như chim bay trên không chẳng bị ngăn cản. Cũng như núi lửa lớn, phun khói vô lượng. Như mặt trời mặt trăng kia có đại thần lực, có thần lực lớn

không thể hạn lượng, mà có thể dùng tay với đến. Thân cao cho đến Phạm thiên. Thế Tôn hiện thân túc như vậy.

2) Thế Tôn dạy các tỳ-kheo nên xả điều này, nên giữ điều này; nên gần điều này, nên xa điều này; nên nhớ điều này, nên trừ điều này; nên quán điều này, nên không quán điều này.

Hãy tu bảy giác chi, diệt ba kết. Sao là nên quán, không nên quán? Hãy quán ba kết, và ba thiện của sa-môn, đó là lạc do xuất yếu, lạc do không nhuế, lạc do không nộ. Sao gọi là không quán? Đó là ba khổ của sa-môn. Những gì là ba? Dục quán, nhuế quán, nộ quán. Sao gọi là niệm, sao gọi là không niệm? Bảy giờ, nên niệm khổ đế, nên niệm tập đế, nên niệm tận đế, nên niệm đạo đế; chớ niệm tà đế, thường kiến, vô thường kiến; biên kiến, vô biên kiến; mạng khác thân khác; chẳng phải mạng chẳng phải thân; Như Lai mạng chung, Như Lai không mạng chung, vừa hữu chung vừa vô chung; cũng chẳng hữu chung cũng chẳng vô chung. Đừng niệm như vậy.

3) Hãy đi như vậy, không nên đi như vậy; nên đến như vậy, không nên đến như vậy; nên im lặng như vậy, nên nói năng như vậy; phải thọ trì y như vậy, không được thọ trì y như vậy; nên vào thôn như vậy, không nên vào thôn như vậy. Đây gọi là huấn hồi giáo giới.

Lúc đức Thế Tôn bằng ba sự này giáo hóa một ngàn tỳ-kheo, những tỳ-kheo đó nhận được sự giáo hóa của Phật xong, trở thành một ngàn A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 5)

### **23. BA SỰ CẦN NIỆM TƯƠNG**

Người trí có ba sự cần được niệm tưởng tu hành: người trí tư duy điều đáng tư duy; luận thuyết điều đáng luận thuyết; hành thiện điều đáng tu hành thiện.

1) Thế nào là người trí tư duy điều đáng tư duy? Người trí tư duy ba hành vi của ý. Những gì là ba? Người trí không ganh ghét, oán giận, si mê; thường hành chánh kiến, thấy tài sản của người khác không sanh tưởng niệm.

2) Thế nào là người trí luận thuyết điều đáng luận thuyết? Người trí thành tựu bốn hành vi bởi miệng. Những gì là bốn? Người trí không nói dối, cũng không dạy người khác nói dối, thấy người nói dối, ý không hoan hỷ. Đó gọi là người trí giữ gìn miệng mình. Lại nữa, người trí không nói thêu dệt, ác khẩu, tranh luận kia đây, cũng không dạy người khiến nói thêu dệt, ác khẩu, gây đấu loạn giữa người này người kia.

3) Thế nào là người trí thành tựu ba hành vi của thân? Người trí tư duy thân hành không có điều gì xúc phạm; song người trí lại tự mình không sát sanh, cũng không dạy

bảo người sát sanh, thấy người khác giết hại, tâm không hoan hỷ; tự mình không trộm cắp, không dạy bảo người trộm cắp, thấy người khác trộm cắp tâm không hoan hỷ; cũng không dâm dật, thấy nữ sắc của kẻ khác tâm không khởi tưởng, cũng không dạy bảo người khiến hành dâm dật. Nếu thấy người già thì xem như mẹ, người vừa như chị, người nhỏ như em, ý không cao thấp.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 6)

#### **24. BA SỰ HIỆN TIỀN**

1) Tín hiện tiền, khi ấy thiện nam tử, thiện nữ nhân được phước vô lượng.

2) Tài hiện tiền, khi ấy thiện nam tử, thiện nữ nhân được phước vô lượng.

3) Nếu trì phạm hạnh hiện tiền, khi ấy thiện nam tử, thiện nữ nhân được phước vô lượng.

Đó là ba sự hiện tiền thì được phước vô lượng.

Tín, tài, phạm khó được  
Người thọ, người trì giới  
Biết ba sự này rồi  
Người trí tùy thời thí.

Luôn luôn được an ổn  
Chư thiên thường nâng đỡ  
Nơi đó tự an trú  
Ngũ dục không đủ chán.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng,  
Kinh số 7)

## **25. BA TAM MUỘI**

1) Thế nào là Không tam-muội? Không là quán tất cả các pháp đều là không hư.

2) Thế nào là vô tướng tam-muội? Vô tướng là đối với tất cả các pháp tất cả đều không tướng niệm gì, cũng không có gì được thấy.

3) Thế nào là vô nguyện tam-muội? Vô nguyện là đối với tất cả các pháp cũng không mong cầu.

Ai không đạt được ba tam-muội này thì ở lâu nơi sinh tử, không thể tự giác ngộ. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện đạt được tam-muội này.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng,  
Kinh số 10)

## **26. BA THIỆN CĂN KHÔNG THỂ CÙNG TẬN**

Có ba thiện căn không thể cùng tận, đưa dẫn đến Niết-bàn giới. Những gì là ba? Gieo trồng công đức ở nơi Như Lai, thiện căn này không thể cùng tận. Gieo trồng công đức ở nơi Chánh pháp, thiện căn này không thể cùng tận. Gieo

trông công đức ở nơi Thánh chúng, thiện căn này không thể cùng tận. Đó gọi là có ba thiện căn không cùng tận này, đưa đến Niết-bàn giới. Cho nên A-nan, hãy tìm cầu phương tiện để đạt được phước không thể cùng tận này.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 2)

## **27. BA THIỆN VÀ BẤT THIỆN CĂN**

Có ba bất thiện căn này. Những gì là ba? Tham bất thiện căn, nhuế bất thiện căn, si bất thiện căn. Tỳ-kheo nào có ba gốc rễ bất thiện này sẽ bị đọa vào ba đường dữ. Những gì là ba? Đó là địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

Có thiện căn là vô tham thiện căn, vô nhuế thiện căn, vô si thiện căn. Đó gọi là có thiện căn. Người nào có ba gốc thiện này, liền có hai nẻo lành, và Niết-bàn là ba. Những gì là hai nẻo lành? Đó là người và trời.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy lìa ba gốc rễ bất thiện, tu ba gốc rễ thiện.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 7)

## **28. BA THỨ KHÔNG CHẮC THẬT**

Có ba thứ không chắc thật: thân không chắc thật, mạng không chắc thật, tài không chắc thật.

Sao gọi là thân không chắc thật, tìm cầu nơi chắc thật? Nghĩa là khiêm nhường, cung kính, lễ bái, tùy lúc thăm hỏi.

Sao gọi là mạng không chắc thật, tìm cầu nơi chắc thật? Ở đây, thiện nam tử, thiện nữ nhân suốt đời không sát

sanh, không dùng dao gậy, thường biết tầm quý, có tâm từ bi, nghĩ khắp tất cả chúng sanh; suốt đời không trộm cắp, thường niệm bố thí, tâm không ý tưởng keo lẩn; suốt đời không dâm dật, cũng không thông dâm vợ người; suốt đời không vọng ngữ, thường nghĩ đến chí thành không khi dối người đời; suốt đời không uống rượu, ý không tán loạn, giữ giới cấm của Phật.

Sao gọi là tài không chắc thật, tìm cầu nơi chắc thật? Thiện nam tử, thiện nữ nhân thường niệm bố thí cho samôn, bà-la-môn, các hàng nghèo khó. Người cần ăn thì cho ăn, cần nước uống cho nước uống, y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, tọa cụ, thuốc men chữa bệnh, nhà cửa thành quách, những thứ gì cần đều đem cho hết; tài sản không chắc thật, tìm cầu nơi chắc thật là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 10)

## **29. BA TRÍ**

Tỳ kheo như thật biết Khổ đế, như thật biết Khổ tập, Khổ tận, Khổ xuất yếu. Rồi sau đó, tâm được giải thoát khỏi dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu. Đã được giải thoát, liền được trí giải thoát, như thật biết rằng, sanh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, điều cần làm đã làm xong, không còn thọ thai nữa.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 7)



### **30. BA TƯỚNG HỮU VI CỦA HỮU VI**

Có ba tướng hữu vi của hữu vi: biết nó sinh khởi; biết nó biến thiên; biết nó diệt tận.

1) Sao gọi đó là biết nó sinh khởi? Biết nó sanh, nó lớn, thành hình năm uẩn, đạt đến các giới và xứ.

2) Sao gọi là nó diệt tận? Nó chết, mạng đã qua, không tồn tại, vô thường, các uẩn tan hoại, dòng họ chia lìa, mạng căn cắt đứt.

3) Sao gọi là nó biến dịch? Răng rụng, tóc bạc, khí lực hao mòn, tuổi cao sức yếu, thân thể rã rời.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Đường, Kinh số 5)

### **31. BẠC THÁNH XUẤT HIỆN**

Có một con người mà xuất hiện ở thế gian, liền có một người nhập đạo ở tại thế gian, và cũng đồng thời xuất hiện hai chân đế, ba giải thoát môn, pháp chân thật bốn đế, năm căn; sáu tà kiến diệt; bảy giác chi, tám đạo phẩm Hiền thánh, chín cõi cư trú của chúng sanh, mười lực của Như Lai, mười một từ tâm giải thoát.

Một con người ấy là ai? Đó là đức Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng giác. Đó gọi là có một con người xuất hiện ở thế gian, liền có một người nhập đạo ở tại thế gian, và cũng xuất hiện ở thế gian có hai chân đế, ba giải thoát môn, pháp chân thật bốn đế, năm căn; sáu tà kiến diệt; bảy giác chi,

tám đạo phẩm Hiền thánh, chín cõi cư trú của chúng sanh, mười lực của Như Lai, mười một từ tâm giải thoát.

### **32. BÀN TIỆN VÀ PHÚ QUÝ**

Có hai pháp này khiến người bàn tiện, không có tài sản. Hai pháp gì? Khi thấy người khác bố thí thì ngăn cản; tự mình thì không chịu bố thí.

Có hai pháp khiến cho người sinh vào nhà bàn tiện. Hai pháp gì? Bất hiếu cha mẹ, các bậc sư trưởng; cũng không thừa sự người hơn mình.

Có hai pháp khiến người phú quý. Hai pháp gì? Khi thấy người cho vật người khác, hoan hỷ trợ giúp; và tự mình cũng thích bố thí.

Có hai pháp, sẽ khiến người sinh vào nhà hào tộc. Hai pháp gì? Cung kính cha mẹ, anh em, dòng họ; đem những gì có được của nhà mình ra bố thí.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 19. Phẩm Khuyến Thỉnh, Kinh số 6 và 7)

### **33. BÁO ĐÁP THÂM ÂN**

Nếu có chúng sanh biết báo đáp, người này đáng kính, ân nhỏ còn không quên huống chi ân lớn. Cho dù người đó cách chón này ngàn do tuần, trăm ngàn do tuần mà không là xa, cũng như gần Ta không khác. Vì sao vậy? Tỳ-kheo nên biết, vì ta thường khen ngợi người biết báo đáp.

Có những chúng sanh không biết báo đáp, ân lớn còn quên huông chi ân nhỏ. Kẻ đó chẳng gần Ta. Ta chẳng gần kẻ đó. Giả sử khoác tảng-già-lê hầu hạ bên Ta, kẻ này cũng như xa. Vì sao vậy? Ta không bao giờ nói về người không báo đáp.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy nhớ báo đáp, chớ học không báo đáp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 5)

### **34. BÁT QUAN TRAI GIỚI**

1) Thọ trì tâm, như chơn nhân, trọn đời không sát, không có tâm hại, có tâm từ đối với chúng sanh; nay con tên là... trì trai cho đến sáng sớm ngày mai không sát, không có tâm hại, có tâm từ đối với tất cả chúng sanh.

2) Như A-la-hán không có tà niệm, trọn đời không trộm cắp, ham thích bố thí. Nay con tên là... trì trai cho đến sáng sớm ngày mai không trộm cắp, từ nay đến ngày mai.

3) Thọ trì tâm, như Chân nhân trọn đời không dâm dật, không có tà niệm, thường tu phạm hạnh, thân thể thơm khiết; con hôm nay trì giới không dâm, cũng không nghĩ đến vợ mình, lại cũng không nghĩ tưởng đến người nữ khác, cho đến sáng sớm ngày mai, không xúc phạm.

4) Như A-la-hán suốt đời không nói dối, luôn biết thành thật, không dối người; con từ nay đến ngày mai không nói dối. Con từ nay trở về sau không nói dối nữa.

5) Như A-la-hán trọn đời không uống rượu, tâm ý không loạn, thọ trì cấm giới của Phật không điều nào xúc phạm; nay con cũng như vậy, từ nay cho đến sáng mai không uống rượu, thọ trì giới cấm của Phật không xúc phạm.

6) Như A-la-hán trọn đời không hoại trai pháp, hằng ăn đúng thời, ăn ít biết đủ, không đắm trước mùi vị, nay con cũng như vậy, nguyện (trọn đời) không hoại trai pháp, hằng ăn đúng thời, ăn ít biết đủ, không đắm trước mùi vị. Từ ngày nay đến sáng mai không xúc phạm.

7) Như A-la-hán (trọn đời) hằng không ngồi trên giường cao rộng. (Giường cao rộng là giường vàng, bạc, ngà voi, hoặc giường sừng tò của Phật, tò của Bích-chi-phật, tò của A-la-hán, tò của các tông sư. A-la-hán không ngồi trên tám loại tò này); con cũng không phạm ngồi vào chỗ ngồi này.

8) Như A-la-hán (trọn đời) không đeo hương hoa, trang điểm phấn sáp; nay con cũng như vậy, nguyện một ngày một đêm không đeo hương hoa, phấn sáp tốt đẹp.

‘Nay con tên là... lìa tám việc này, nguyện trì pháp bát quan trai, không đọa vào ba đường dữ; nhờ công đức này mà không vào trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, và tám nạn; thường được thiện tri thức, không từng sự ác tri thức; thường được sinh vào nhà cha mẹ tốt lành, không sinh vào nơi biên địa không Phật pháp, không sinh lên trời Trường thọ, không làm nô tỳ cho người, không làm Phạm thiên,

không làm thân Đế Thích, cũng không làm Chuyển luân Thánh vương; thường sinh trước Phật, tự mình thấy Phật, tự mình nghe pháp khiến các căn không loạn. Nếu con thề nguyện hướng đến ba thừa tu hành, thì mong sẽ chóng thành đạo quả.’

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 6)

### **35. BẢY BÁU XUẤT HIỆN**

Khi Chuyển luân Thánh vương xuất hiện ở thế gian, liền có bảy báu xuất hiện thế gian. Bảy báu đó là bánh xe báu, voi báu, ngựa báu, minh châu báu, ngọc nữ báu, cư sĩ báu, điền binh báu. Đó là nói khi Chuyển luân Thánh vương xuất hiện ở đời thì bảy báu cũng xuất hiện, truyền khắp ở thế gian.

Khi Như Lai xuất hiện ở thế gian thì có bảy báu giác chi xuất hiện thế gian. Những gì là bảy? Niệm giác chi, pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỷ giác chi, khinh an giác chi, định giác chi, xả giác chi xuất hiện ở thế gian. Khi Như Lai xuất hiện ở thế gian thì, báu bảy giác chi này cũng xuất hiện ở thế gian.

Các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện tu bảy giác chi này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phẩm Đẳng Pháp, Kinh số 7)

### **36. BẢY HẠNG NGƯỜI ĐÁNG THỜ, ĐÁNG KÍNH**

Có bảy hạng người đáng thờ, đáng kính, là phước điền vô thượng thế gian. Những ai là bảy hạng người? Một là hành từ, hai là hành bi, ba là hành hỷ, bốn là hành xả, năm là hành không, sáu là hành vô tướng, bảy là hành vô nguyện. Đó gọi là bảy hạng người đáng thờ, đáng kính, là phước điền vô thượng thế gian. Vì sao vậy? Vì có chúng sanh nào hành bảy pháp này thì ở trong hiện pháp được quả báo.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 4)

### **37. BẢY PHÁP BẢO VỆ KHỎI MA BA-TUẦN**

1) Nếu thành tựu bảy pháp thì tặc ma Ba-tuần không thể tùy tiện được. Những gì là bảy? Tỳ-kheo thành tựu giới luật, đầy đủ oai nghi, phạm luật nhỏ còn sợ huống gì là lớn. Giống như thành kia cao rộng, rất nghiêm nhặt, không thể phá hoại.

2) Khi mắt thấy sắc không khởi tưởng đắm, cũng không khởi niệm, nhãn căn đầy đủ, thủ hộ nhãn căn không để khuyết thủng, rò rỉ; tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý đối với pháp cũng lại như vậy, cũng không khởi tưởng, đầy đủ ý căn, mà không loạn tưởng, thủ hộ đầy đủ ý căn như thành quách kia cửa ngõ chắc chắn.

3) Tỳ-kheo nghe nhiều không quên, thường nhớ nghĩ tư duy chánh pháp đạo giáo, những pháp đã nghe qua trước kia thấy đều thông suốt như bên ngoài thành quách kia có hào rất sâu và rộng.

4) Tỳ-kheo có nhiều phương tiện, những pháp mà khoảng đầu thiện xảo, giữa thiện xảo, cuối cũng thiện xảo, thanh tịnh đầy đủ, hiển hiện phạm hạnh. Như thành quách kia, nhiều lúa gạo, giặc ngoài không dám đến xâm lăng.

5) Tỳ-kheo tư duy về bốn pháp tăng thượng tâm, cũng không rỉ thoát. Như thành quách kia, nhiều củi, cỏ, người bên ngoài không thể đến quấy nhiễu.

6) Tỳ-kheo đắc bốn thần túc, thực hiện không khó như trong thành kia đầy đủ vũ khí.

7) Tỳ-kheo có thể phân biệt đầy đủ âm, nhập, giới, cũng lại phân biệt pháp do mười hai nhân duyên phát sanh như chủ thành quách kia thông minh, tài cao, đáng bắt thì bắt, đáng thả thì thả.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phẩm Đăng Pháp, Kinh số 4)

### **38. BẢY SỰ KIẾN TĂNG ÍCH**

1) Con trai thiện gia, hoặc con gái thiện gia, tạo dựng Tăng già-lam nơi chưa từng tạo dựng. Phước này không thể kể.

2) Thiện nam, thiện nữ đem giường ghế cúng dường Tăng già-lam kia, cùng Tăng Tỳ-kheo.

3) Thiện nam, thiện nữ đem thức ăn cúng dường Tăng Tỳ-kheo kia.

4) Thiện nam, thiện nữ đem áo che mưa cúng dường Tăng Tỳ-kheo kia.

5) Con trai, con gái thiện gia đem thuốc cúng dường Tăng Tỳ-kheo kia.

6) Thiện nam thiện nữ đào giếng tốt nơi hoang dã.

7) Thiện nam, thiện nữ nào làm nhà dọc đường cho người qua lại có chỗ nghỉ đêm.

Đó gọi là pháp bảy công đức, phước kia không thể đo lường. Khi đi, hoặc ngồi, ngay đến khiến mạng chung, phước kia cũng theo sau như bóng theo hình, phước đức ấy không thể tính hết để có thể nói có bao nhiêu phước. Cũng như nước biển lớn, không thể dùng thăng đấu để đong đực để nói có bao nhiêu nước. Bảy công đức này cũng vậy, phước ấy không hạn lượng. Cho nên, thiện nam, thiện nữ hãy tìm cầu phương tiện thành tựu bảy công đức này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 7)

### **39. BẢY SỬ TRÓI BUỘC CHÚNG SANH**

1) Sử tham dục

2) Sử sân hận

3) Sử kiêu mạn

4) Sử ngu si

5) Sử nghi

6) Sử tà kiến

7) Sử tham đắm thế gian.



Đó gọi là có bảy sử này khiến chúng sanh, mãi mãi ở nơi tối tăm, thân bị trói buộc, trôi lăn mãi ở thế gian không có lúc dừng, cũng không thể biết cội nguồn của sanh tử. Giống như hai con trâu một đen, một trắng cùng chung một cái ách, cùng lôi kéo nhau không thể xa rời nhau. Chúng sanh này cũng như vậy, bị tham dục sử, vô minh sử này trói buộc không thể lìa nhau, năm sử còn lại cũng đuổi theo. Năm sử đuổi theo thì bảy sử cũng vậy. Nếu kẻ phàm phu bị bảy sử này trói buộc trôi lăn mãi trong sanh tử không được giải thoát, không thể biết nguồn gốc khổ.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 3)

#### **40. BẢY THÍ DỤ VỀ NƯỚC VÀ NGƯỜI**

1) Sao gọi là người chìm dưới đáy nước không nổi lên được? Ở đây, hoặc có người mà toàn thể đầy khắp pháp bất thiện, trải qua nhiều kiếp, không thể chữa trị.

2) Sao gọi là người nào nổi lên khỏi nước rồi chìm lại? Hoặc có người mà tín căn dần mai một, tuy có pháp lành nhưng không chắc chắn. Thân, miệng, ý hành thiện, nhưng sau đó thân, miệng, ý lại hành pháp bất thiện, thân hoại mạng chung sanh vào địa ngục.

3) Sao gọi là người nổi lên khỏi nước rồi nhìn ? Ở đây, hoặc có người có tín thiện căn, nhưng hành vi của thân, khẩu, ý lại không làm tăng trưởng pháp này, tự thủ mà đứng yên, thân hoại mạng chung sanh vào A-tu-la..

4) Sao gọi là người ngoi lên khỏi nước rồi trụ? Ở đây, hoặc có người có lòng tin, tinh tấn dứt ba kết sử, không thối chuyển nữa, ắt đạt cứu cánh, thành đạo Vô thượng.

5) Sao gọi là người muốn lợi khỏi nước? Ở đây, hoặc có người tin căn tinh tấn, lòng luôn hổ thẹn, vơi mỏng ba kết sử dâm, nộ, si, trở lại đời này một lần nữa rồi đoạn trừ gốc khổ.

6) Sao gọi là người muốn đến bờ kia? Ở đây, hoặc có người tin căn tinh tấn, dứt sạch năm hạ phần kết sử, thành A-na-hàm, không lại thế gian này nữa mà nhập Niết-bàn trên đó.

7) Sao gọi là người đã đến bờ kia? Ở đây, hoặc có người tin căn tinh tấn, mà có lòng hổ thẹn, dứt sạch hữu lậu thành vô lậu, ở trong hiện pháp, tự thân chứng ngộ, như thật biết rằng, sanh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã xong, không còn tái sinh nữa, ở trong Niết-bàn giới vô dư mà Bát-niết-bàn.

Đó gọi là có bảy dụ về nước và người, mà Ta vừa nói cho các người. Điều mà chư Phật Thế Tôn cần làm để tiếp độ mọi người, nay Ta đã làm xong. Các người hãy ở nơi yên tĩnh, hoặc dưới gốc cây, hãy nghĩ đến việc toạ thiền, chớ sinh biếng nhác.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phạm Đăng Pháp, Kinh số 3)

## 41. BẢY TRỤ XỨ CỦA THỨC

1) Chúng sanh với nhiều loại thân, và nhiều loại tướng khác nhau, như người và trời

2) Chúng sanh hoặc nhiều loại thân nhưng chỉ có một tướng, đó là trời Phạm-ca-di mới xuất hiện ở thế gian

3) Chúng sanh một thân nhưng nhiều tướng, đó là trời Quang âm

4) Chúng sanh một thân, một tướng, đó là trời Biến tịnh

5) Chúng sanh vô lượng không, là trời Không xứ

6) Chúng sanh vô lượng thức, là trời Thức xứ

7) Chúng sanh vô hữu xứ, là trời Vô sở hữu xứ.

Đó gọi là bảy nơi thức trú. Những điều mà chư Phật Thế Tôn cần làm để tiếp độ mọi người, nay Ta đã làm xong. Các người hãy đến dưới bóng cây vắng vẻ, hãy khéo tu hạnh này, chớ có lười biếng. Đó là những lời dạy của Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phạm Đăng Pháp, Kinh số 5)

## 42. BỊ NGƯỜI TRÍ BỎ RƠI

Người gian tà, ác khẩu  
Ganh ghét, không báo đáp  
Người này không thể chữa  
Bị người trí bỏ rơi.

Các Tỳ-kheo, thường xuyên hãy học ý chánh, trừ bỏ ganh ghét, tu tập oai nghi, nói năng như pháp, phải biết báo đáp, biết ân nuôi dưỡng kia, ân nhỏ còn không quên huống gì ân lớn. Chớ ôm lòng tham lam bủn xỉn, cũng không tự khen mình, cũng không khinh chê người.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 7)

### **43. BÍCH-CHI PHẬT VÀ A-LA-HÁN**

Có hai con người xuất hiện ở đời, thật là khó có được. Hai người ấy là ai? Bích-chi-phật xuất hiện ở đời, thật là khó có được, và A-la-hán lậu tận đê tử của Như Lai, xuất hiện ở đời, thật là khó có được.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 3)

### **44. BIẾT GỐC CỦA DỤC**

Dục, Ta biết gốc người  
Ý do tư tưởng sinh  
Ta chẳng sinh tư tưởng  
Còn người thì không có.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 4)

### **45. BIẾT GỐC NGỌN CỦA THỦ UẨN**

Người có ái thì có thủ, có thủ thì có ái, nhân duyên hội hợp thì có sanh ra. Cho nên, năm khổ thủ uẩn không

bao giờ chấm dứt. Vì đã biết ái rồi thì biết năm dục, cũng biết sáu trần ngoài và sáu xứ trong, tức biết gốc ngọn thủ uẩn này.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 3)

#### **46. BỐ THÍ BÌNH ĐẲNG**

Gia chủ bạch rằng: Bạch Thế Tôn. Con thường bố thí cho những người nghèo thiếu. Nơi bốn cửa thành thì bố thí rộng rãi. Tại nhà thì cung cấp những gì cần dùng. Bạch Thế Tôn, có lúc con tự nghĩ muốn bố thí cho các loài cầm thú như chim chóc, heo, chó. Con cũng không nghĩ là đây nên cho, đây không nên cho; cũng lại không nghĩ là đây nên cho nhiều, đây nên cho ít. Con thường tự nghĩ tất cả chúng sanh đều do ăn uống mà sinh mạng tồn tại; có ăn thì sống, không ăn thì chết.

Thế Tôn bảo: Lành thay, lành thay, Gia chủ. Ông đã bằng tâm Bồ-tát, chuyên tinh nhất ý mà huệ thí rộng rãi. Thật vậy, chúng sanh nhờ ăn uống mà được cứu sống, không ăn uống thì liền chết. Nay Gia chủ, Ông sẽ được quả lớn, được tiếng tăm nhiều; được quả báo lớn mà tiếng đồn thấu mười phương; được pháp vị cam lồ. Vì sao vậy? Vì hàng Bồ-tát thường đem tâm bình đẳng để bố thí, lúc nào cũng một lòng mà nhớ nghĩ đến các loài chúng sanh, nhờ ăn uống mà tồn tại, có ăn uống tức được cứu sống, không ăn uống tức chết.

Này Gia chủ, đó là tâm Bồ-tát ở tại chỗ yên ổn mà bố thí rộng rãi.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 10. Phẩm Hộ Tâm, Kinh số 5)

#### **47. BỐ THÍ ĐÚNG THỜI**

Thí đúng thời có năm sự. Những gì là năm? Một là thí cho khách xa đến. Hai là thí cho người đi xa. Ba là thí cho người bệnh. Bốn là thí cho lúc thiếu. Năm là thí lúc mới thu hoạch cây trái, ngũ cốc trước tiên, cúng dường cho người trì giới tinh tấn, sau đó tự dùng.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tự, Kinh số 12)

#### **48. BỐ THÍ PHÁP BÌNH ĐẲNG**

Chư Phật Thế Tôn không bao giờ nói hai lời, chư Phật không bao giờ bỏ chúng sanh, nói pháp cũng không biết mệt mỏi, nói pháp cũng lại vô tận, cũng lại không lựa người mà nói pháp, mà nói pháp với tâm bình đẳng.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 4)

#### **49. BỐ THÍ PHÁP KHÔNG MỆT MỎI**

Trong số các Tỳ kheo các người an cư tại sanh quán, ai là người sống với hạnh a-lan-nhã, lại hay khen ngợi a-lan-nhã, tự hành khát thực, lại khuyến khích người khiến hành khát thực không mất thời nghỉ, tự đắp y vá nhiều mảnh, lại

khuyến khích người khiến đáp y vá nhiều mảnh, tự tu tri túc, lại cũng ca ngợi hạnh tri túc, tự mình sống ít ham muốn, cũng lại ca ngợi hạnh ít ham muốn, tự thích nơi nhàn tĩnh, lại khuyến khích người khác ở nơi nhàn tĩnh; tự giữ hạnh ấy, lại khuyến khích người khác khiến giữ hạnh ấy, tự thân giới thanh tịnh đầy đủ, lại khuyến khích người khác khiến tu giới ấy, tự thân thành tựu tam-muội, lại khuyến khích người khác khiến hành tam-muội, tự thân thành tựu trí huệ, lại dạy người khác khiến hành trí huệ, tự thân thành tựu giải thoát, lại khuyến khích người khác khiến hành giải thoát, tự thân thành tựu giải thoát tri kiến, lại khuyến khích người khác khiến hành pháp này, tự thân cò thể giáo hoá không biết chán đủ, nói pháp không lười mỏi?

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phạm Đăng Pháp, Kinh số 10)

## 50. BỐ THÍ SANH THIÊN

Vườn cảnh, cho mát mẻ  
Và xây dựng cầu đò  
Giúp người vượt qua sông  
Còn xây phòng ốc tốt.

Người kia trong đêm ngày  
Sẽ thường hưởng phước ấy  
Giới, định đã thành tựu  
Người này ắt sanh thiên.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phạm Tà Tụ, Kinh số 3)

## 51. BỔ THÍ TỐI THƯỢNG

Ta không thấy một người nào mà bổ thí cho vị ấy thì sự bổ thí này không gì vượt qua, tối thượng trên cả sự bổ thí cho chư thiên, thế gian, sa-môn, bà-la-môn. Hành thí này mới đích thật là thí, được quả báo lớn, được công đức lớn, tiếng đồn vang khắp, được pháp vị cam lồ. Nghĩa là bổ thí đến Như Lai Chí chơn, Đấng chánh giác.

Nên biết, đó là bổ thí tối thượng trong sự bổ thí, không có gì vượt qua. Hành thí này mới đích thật là thí, được quả báo lớn, được công đức lớn. Nay Ta vì nhân duyên này mà nói ra như vậy: Chăm sóc bệnh nhân, tức là đã chăm sóc Ta không khác. Các người lâu dài được phước lợi lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Nhập Đạo, Kinh số 4)

## 52. BỐN BẬC SA MÔN

- 1) Sa-môn tợ hoa hoàng lam
- 2) Sa-môn tợ hoa bân-đà-lợi
- 3) Sa-môn tợ nhu nhuyễn
- 4) Sa-môn nhu nhuyễn trong nhu nhuyễn.

Ở đây có một hạng người diệt trừ ba kết sử, thành Tu-đà-hoàn, được pháp không thối chuyển, quyết định đến Niết-bàn, nhưng chậm nhất là phải trải qua bảy lần chết, bảy lần tái sinh. Hoặc thành bậc gia gia, nhất chủng, giống như hoa hoàng lam sáng ngắt, chiều lớn. Tỳ-kheo này cũng



lại như vậy, ba kết diệt tận, thành Tu-đà-hoàn, được pháp không thối chuyển, ắt đến Niết-bàn, chậm nhất cho đến qua bảy lần chết, bảy lần tái sinh. Nếu tìm cầu phương tiện, có ý đồng mãnh, hoặc thành gia gia, hoặc thành nhất chủng, rồi vào đạo tích. Đó gọi là Sa-môn như hoa hoàng lam.

Ở đây có một hạng người ba kết đã diệt; dâm, nộ, si mỏng, thành Tu-đà-hàm, trở lại đời này, dứt hết bờ khổ. Nếu người hơi chậm, trở lại đời này lần nữa, rồi dứt hết bờ khổ. Nếu đồng mãnh, thì ngay trong đời này dứt hết bờ khổ. Giống như hoa phân-đà-lợi sớm bóc, chiều úa tàn. Đó gọi là Sa-môn như hoa phân-đà-lợi.

Hoặc có một hạng người đoạn năm hạ phần kết, thành A-na-hàm, rồi nơi trên kia mà nhập Bát-niết-bàn, không trở lại đời này. Đó gọi là Sa-môn nhu nhuyễn.

Hoặc có một hạng người diệt tận hữu lậu, thành vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, ở trong hiện pháp tự thân tác chứng, tự du hí, biết như thật rằng, < Sinh tử đã tận, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau. Đó gọi là Sa-môn nhu nhuyễn trong nhu nhuyễn.

Đây gọi là có bốn hạng người này xuất hiện ở đời. Cho nên, hãy tìm cầu phương tiện làm Sa-môn nhu nhuyễn trong nhu nhuyễn.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 28. Phẩm Thanh Văn, Kinh số 7)

### 53. BỐN BIỆN TÀI

Có bốn loại biện tài là nghĩa biện, pháp biện, từ biện và ứng biện.

1) Nghĩa biện là những điều nói ra của người này hay người kia, hoặc những điều nói ra từ trời, rồng, quỷ thần, đều có thể phân biệt ý nghĩa của chúng.

2) Mười hai bộ kinh mà Như Lai nói ra bao gồm: Khế kinh, Kỳ dạ, Phúng tụng, Nhân duyên, Thọ ký, Thí dụ, Bồn sanh, Bồn sự, Tụ thuyết, Phương đẳng, Hiệp tập, Vị tăng hữu, cùng các pháp hữu vi, pháp vô vi, pháp hữu lậu, pháp vô lậu, các pháp ấy thật không thể biến hoại, được tổng trì. Đó gọi là pháp biện.

3) Như ở trước chúng sanh, lời nói dài hay ngắn, lời nói nam hay nữ, lời Phật, lời bà-la-môn, thiên long, quỷ thần; những lời được nói bởi A-tu-la, Ca-lưu-la, Chân-đà-la nói cho họ; tùy theo căn nguyên của họ mà vì họ thuyết pháp. Đó gọi là từ biện.

4) Trong lúc thuyết pháp không có khiếp nhục, không có sợ hãi, hay khiến cho chúng bốn bộ hòa vui. Đó gọi là ứng biện.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 5)

## 54. BỐN BỘC LƯU

Nếu chúng sanh chìm trong những dòng lũ bốn bộc lưu, trọn chẳng đắc đạo. Bốn bộc lưu là dục bộc lưu, hữu bộc lưu, kiến bộc lưu, vô minh bộc lưu.

1) Thế nào gọi là dục bộc lưu? Đó là năm dục. Những gì là năm? Mắt thấy sắc khởi thức tưởng của mắt; tai nghe tiếng khởi thức tưởng của tai, mũi ngửi mùi khởi thức tưởng của mũi, lưỡi nếm vị khởi thức tưởng lưỡi, thân biết xúc chạm khởi thức tưởng thân.

2) Thế nào là hữu bộc lưu? Đó là ba hữu. Thế nào là ba? Dục hữu, sắc hữu, vô sắc hữu. Thế nào gọi là kiến bộc lưu? Chấp thế gian là thường, vô thường; thế gian là hữu biên, vô biên; có thân, có mạng; chẳng phải thân, chẳng phải mạng; Như Lai có chết, Như Lai không chết, hoặc Như Lai vừa chết Như Lai không chết, không phải Như Lai vừa chết cũng không phải Như Lai không chết.

3) Thế nào là vô minh bộc lưu? Vô minh là không biết, không tin, không thấy; tâm ý tham dục, hằng mong cầu và có ngũ cái: tham dục cái, sân nhuế cái, thù miên cái, trạo cử cái, nghi cái. Lại chẳng biết khổ, chẳng biết tập, chẳng biết diệt, chẳng biết đạo.

4) Thiên tử nên biết, Như Lai nói bốn dòng lũ này. Nếu có ai chìm vào đây thì chẳng thể đắc đạo.

Nếu phàm phu chẳng nghe bốn dòng lũ này thì chẳng được bốn an lạc. Thế nào là bốn? Đó là lạc do an chỉ, lạc chánh giác, lạc của Sa-môn, lạc Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 9)

## 55. BỐN CHỖ NGỒI

- 1) Chỗ ngồi thấp
- 2) Chỗ ngồi chur Thiên
- 3) Chỗ ngồi Phạm thiên
- 4) Chỗ ngồi Phật.

Chỗ ngồi thấp là toà của Chuyên luân Thánh vương. Chỗ ngồi chur Thiên là toà của Thích Đề-hoàn Nhân. Chỗ ngồi Phạm thiên là chỗ ngồi của Phạm thiên vương. Chỗ ngồi Phật là chỗ ngồi bốn đế.

Chỗ ngồi thấp là chỗ ngồi hướng Tu-đà-hoàn. Chỗ ngồi chur Thiên là chỗ ngồi đắc Tu-đà-hoàn. Chỗ ngồi Phạm thiên là chỗ ngồi hướng Tư-đà-hàm. Chỗ ngồi Phật là chỗ ngồi bốn niệm xứ.

Chỗ ngồi thấp là chỗ ngồi đắc Tư-đà-hàm. Chỗ ngồi Thiên là chỗ ngồi hướng A-na-hàm. Chỗ ngồi Phạm là chỗ ngồi đắc A-na-hàm. Chỗ ngồi Phật là chỗ ngồi bốn vô lượng tâm.

Chỗ ngồi thấp là chỗ ngồi dục giới. Chỗ ngồi Thiên là chỗ ngồi sắc giới. Chỗ ngồi Phạm là chỗ ngồi vô sắc giới. Chỗ ngồi Phật là chỗ ngồi bốn thân tức.

Như Lai do ngồi chỗ ngồi bốn thần túc nên được ngủ ngon. Ở đó, không khởi dâm, nộ, si. Đã không khởi tâm ba độc này, bèn ở trong vô dư Niết-bàn giới mà Bát-niết-bàn, biết như thật rằng, sinh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 28. Phẩm Thanh Văn, Kinh số 3)

## 56. BỐN CHỨNG TÁNH

Có bốn chứng tánh là sát- lợi, bà-la-môn, trưởng giả và cư sĩ. Ở chỗ Như Lai, cạo bỏ râu tóc, mặc ba pháp y, xuất gia học đạo thì, không còn dòng họ cũ nữa mà chỉ gọi là Sa-môn đệ tử Thích-ca. Vì sao vậy?

Vì chúng Như Lai cũng như biển lớn, bốn đế cũng như bốn sông lớn, diệt trừ kết sử khiến vào thành Niết-bàn vô úy. Cho nên, này các Tỳ-kheo, những ai trong bốn chủng tộc, cạo bỏ râu tóc, với lòng tin kiên cố, xuất gia học đạo, họ sẽ diệt tên họ trước kia, tự gọi là đệ tử Thích-ca. Vì sao vậy? Vì nay Ta chính là con của họ Thích-ca, từ dòng họ Thích xuất gia, học đạo.

Các Tỳ-kheo nên biết, muốn nói về ý nghĩa của con đẻ, phải gọi là Sa-môn con nhà họ Thích. Vì sao vậy? Vì sinh đều từ Ta sinh ra, từ pháp mà khởi, từ pháp mà thành. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện để được làm con nhà họ Thích.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 9)

## 57. BỐN GIỚI

1) Đất, nước, lửa, gió. Đó gọi là bốn giới.

2) Đất có hai loại: đất trong và đất ngoài. Sao gọi đại chủng đất bên trong ? Đó là tóc, lông, móng, răng, thân thể, da bọc ngoài, gân cốt, tuỷ não, ruột, bao tử, gan, mật, tỳ thận. Đó gọi là đại chủng đất trong. Thế nào là đại chủng đất bên ngoài? Đó là những gì cứng chắc. Đó gọi là đại chủng đất bên ngoài.

3) Sao gọi đại chủng nước? Đại chủng nước có hai: đại chủng nước bên trong, đại chủng nước bên ngoài. Đại chủng nước bên trong là đờm dãi, nước mắt, nước tiểu, máu, tuỷ. Đó gọi là đại chủng nước bên ngoài. Còn các vật mềm ướt bên ngoài. Đó gọi là đại chủng nước bên ngoài.

4) Sao gọi đại chủng lửa? Đại chủng lửa có hai: đại chủng lửa bên trong, đại chủng lửa bên ngoài. Sao gọi là lửa trong? Là sự tiêu hóa tất cả những vật được ăn, không còn dư sót. Đó gọi là lửa bên trong. Sao gọi là lửa bên ngoài? Những vật giữ hơi nóng, vật ở bên ngoài.

5) Tại sao gọi là đại chủng gió? Đại chủng gió có hai: gió trong và gió ngoài. Gió trong là gì? Đó là gió trong môi, gió mắt, gió đầu, gió thổi ra, gió thổi vào, gió trong tất cả các khớp tay, chân. Đó gọi là gió trong. Sao gọi là gió ngoài? Đó là vật khiến lay động nhẹ, nhanh chóng. Đó gọi là gió ngoài.

Con người khi mạng chung, bốn đại chủng ấy trở về gốc của chúng.

Pháp vô thường cũng không cùng chung với pháp thường. Sở dĩ như vậy là vì đại chủng đất có hai, hoặc trong hoặc ngoài. Bấy giờ, đất trong là pháp vô thường, là pháp biến dịch, còn đại chủng đất ngoài thường trụ không biến đổi. Đó gọi là đất có hai loại không tương ưng với thường và vô thường. Còn ba đại kia cũng lại như vậy, giữa thường và vô thường không tương ưng nhau.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 28. Phạm Thanh Văn, Kinh số 4)

## **58. BỐN HẠNG NGƯỜI ĐÁNG QUÝ**

Nay có bốn hạng người đáng kính, đáng quý, là ruộng phước thế gian là tùy tín hành, tùy pháp pháp, thân chứng, kiến đạo.

1) Hoặc có một người lãnh thọ sự giáo giới của người khác, có tín tâm chí thiết, ý không nghi nan; có tín tâm nơi Như Lai Chí chơn, Đẳng chánh giác, Minh hạnh túc, Thiện thế, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên Nhân sư, hiệu là Phật Thế Tôn, cũng có tín nơi lời dạy của Như Lai, cũng có tín nơi lời dạy của đồng phạm hạnh; hằng có tín nơi lời người khác, không tùy theo trí của mình. Đó gọi là người trì tín.

2) Ở đây, có người phân biệt ở nơi pháp, không tin người khác; quán sát pháp rằng, ‘Có chăng? Không

chăng? Thật chăng? Hư chăng?’ Rồi người ấy nghĩ thầm: ‘Đây là lời Như Lai, đây là lời đồng phạm hạnh.’ Vì biết đây là pháp ngữ của Như Lai, người ấy liền phụng trì. Nếu là những lời của ngoại đạo, người ấy xa lìa. Đó gọi là người tùy pháp.

3) Ở đây, có người tự thân tác chứng, cũng không tin người khác, cũng không tin lời Như Lai và, những ngôn giáo của các Tôn túc đã dạy lại cũng chẳng tin, chỉ theo tính mình mà chứng nhập. Đó gọi là người thân chứng.

4) Ở đây, có người đoạn ba kết, thành pháp bất thối chuyển Tu-đà-hoàn. Người ấy có kiến giải này: ‘Có bố thí, có người nhận, có báo thiện ác, có đời này, có đời sau, có cha, có mẹ, có A-la-hán v.v.’ Người ấy vâng lời dạy, tin vào tự thân tác chứng mà tự chứng nhập.

Hãy niệm trừ ba hạng người đầu. Hãy niệm tu pháp thân chứng.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phẩm Đăng Thú Bốn Đê, Kinh số 10)

## **59. BỐN HẠNG NGƯỜI ĐỆ NHẤT**

1) Tỳ-kheo đa văn thông suốt xưa nay, ở trong đại chúng thật là đệ nhất.

2) Tỳ-kheo-ni đa văn, thông suốt xưa nay, ở trong đại chúng thật là tối đệ nhất.

3) Ưu-bà-tắc đa văn, thông suốt xưa nay, ở trong đại chúng thật là đệ nhất.



4) Ưu-bà-di đa văn, thông suốt xưa nay, ở trong đại chúng thật là đệ nhất.

Đó gọi là có bốn hạng người ở trong đại chúng thật là đệ nhất.

Dũng mạnh, không sợ hãi  
Đa văn, hay thuyết pháp  
Trong chúng là sư tử  
Hay trừ pháp khiếp nhược.

Tỳ-kheo, thành tựu giới  
Tỳ-kheo-ni đa văn  
Ưu-bà-tắc có tín  
Ưu-bà-di cũng vậy.

Trong chúng là đệ nhất  
Hoặc hay hòa thuận chúng  
Muốn biết được nghĩa này  
Nhu lúc trời mới mọc.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy học thông suốt việc xưa nay, thành tựu pháp tùy pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phẩm Đăng Thú Bốn ĐỂ, Kinh số 7)

## 60. BỐN HÀNH TÍCH

1) Thế nào gọi là lạc hành tích, sở hành ngu hoặc? Hoặc có một người tham dục, sân giận, ngu si lừng lẫy, sở hành rất khổ không tương ưng với gốc của hạnh. Người ấy

năm căn ngu tối không được lanh lợi. Thế nào là năm? Đó là tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn, tuệ căn. Nếu đem ý ngu để cầu tam-muội dứt hữu lậu, đây gọi là lạc hành tích, độn căn đắc đạo.

2) Thế nào gọi là hành tích lạc, sở hành nhanh chóng? Hoặc có một người không dục, không dâm, hằng tự giảm bớt tham dục không ân cần; sân hận, ngu si rất giảm thiểu. Năm căn lanh lợi, không buông lung. Thế nào là năm? Nghĩa là tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn, tuệ căn; đó là năm căn. Có được năm căn, thành tựu tam-muội, diệt tận hữu lậu thành vô lậu. Đó gọi là bằng lợi căn mà hành nơi đạo tích.

3) Thế nào gọi là hành tích khổ, sở hành ngu hoặc? Hoặc có một người lòng dâm quá nhiều; sân giận, ngu si lừng lẫy. Người ấy sống với pháp này mà dứt sạch hữu lậu, thành tựu vô lậu. Đó gọi là khổ hành tích độn căn.

4) Thế nào gọi là hành tích lạc, sở hành nhanh chóng? Hoặc có một người ít dục, ít dâm, không sân hận, cũng không khởi tưởng hành ba việc này. Lúc ấy, năm căn này không thiếu sót. Thế nào là năm? Nghĩa là tín căn, tấn căn, niệm căn, định căn, tuệ căn; đó là năm. Người ấy bằng pháp này mà được tam-muội, dứt hữu lậu thành vô lậu. Đó gọi là khổ hành lợi căn.

Hãy tìm cầu phương tiện bỏ ba hành tích trước, vâng hành một hành sau. Vì có sao? Vì với khổ hành tích, khó đắc tam-muội. Khi đã đắc, liền thành đạo, tồn tại lâu ở đời.

Vì sao thế? Chẳng thế đem lạc cầu lạc, do khổ mà sau mới thành đạo.

Thế nên, các Tỳ-kheo, hãy thường dùng phương tiện thành tựu hành tích này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 3)

## 61. BỐN KHU VƯỜN

1) Tại sao gọi là vườn Từ? Tỳ-kheo nên biết, do vườn Từ này mà sinh lên trời Phạm thiên; từ cõi trời Phạm thiên đó chết đi, sinh trong nhà hào quý, nhiều tiền lắm của, hằng có vui ngũ dục, an trú chưa từng rời mắt.

2) Vì sao gọi là vườn Bi? Tỳ-kheo nên biết, nếu hay thân cận tâm bi giải thoát thì sinh cõi trời Phạm Quang Âm. Nếu sinh trở lại trong loài người thì sinh nhà tôn quý, không có sân giận, cũng nhiều tiền lắm của.

3) Vì sao gọi là vườn Hỷ? Nếu người hay thân cận vườn Hỷ thì sinh trời Quang âm. Nếu sinh trở lại trong loài người thì sinh nhà Quốc vương, lòng thường hoan hỷ.

4) Vì sao gọi là vườn Xả? Nếu người thân cận vườn xả thì sẽ sinh trời Vô tướng, thọ bốn vạn tám nghìn kiếp. Nếu lại sinh trong loài người thì sinh nhà ở chốn trung ương, cũng không sân hận, hằng xả tất cả hành phi pháp.

Trong Chánh pháp Như Lai có bốn vườn này khiến các Thanh văn được dạo chơi trong ấy. Trong bốn vườn này của Như Lai có bốn hồ tắm để hàng Thanh văn của Ta tắm

rửa, dạo chơi trong ấy, dứt hết hữu lậu thành tựu vô lậu, không còn trần cấu. Những gì là bốn? Hồ có tâm, có tứ; hồ tắm không tâm, không tứ; hồ tắm xả niệm; hồ tắm không khổ, không lạc.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 5)

## 62. BỐN LOÀI CHIM

1) Chim tiếng hót hay mà hình thì xấu. Đó là chim câu-sí-la.

2) Chim hình đẹp mà tiếng hót thì dở. Đó là chim chí.

3) Chim tiếng hót dở mà hình cũng xấu. Đó là chim cú.

4) Chim hình đẹp, tiếng hót cũng hay. Đó là chim công.

Hoặc có Tỳ-kheo nhan sắc đoan chánh, ra vào đi lại, đắp y mang bát, co duỗi, cúi ngược, oai nghi thành tựu, nhưng lại không thể đọc tụng được những pháp mà khoảng đầu thiện, giữa thiện, cuối thiện; không thể vâng lãnh giáo pháp, cũng lại không thể khéo đọc tụng. Đó là người này có hình đẹp mà tiếng không hay.

Hoặc có Tỳ-kheo, ra vào, đi lại, co duỗi, cúi ngược, đắp y mang bát, mà không thành tựu oai nghi; nhưng hằng thích nói rộng. Người ấy lại siêng năng trì giới, nghe pháp, có khả năng biết những điều học, nghe nhiều những pháp mà khoảng đầu thiện, giữa thiện, cuối thiện, nghĩa lý sâu xa, tu phạm hạnh đầy đủ. Hơn nữa, đối pháp kia, khéo thọ trì, khéo đọc tụng. Người này gọi là có tiếng hay mà hình xấu.

Hoặc có người phạm giới, không siêng năng, không nghe nhiều, những gì đã nghe liền quên. Cần phải đầy đủ phạm hạnh ở trong pháp này, nhưng người không vâng lãnh. Người này gọi là tiếng dở mà hình cũng xấu.

Hoặc có Tỳ-kheo tướng mạo đoan chánh, ra vào, đi lại, đắp y, mang bát, không nhìn ngó hai bên; rồi lại siêng năng tu hành thiện pháp, giới luật đầy đủ, thấy điều phi pháp nhỏ còn luôn ôm lòng sợ hãi huông nữa là lớn, cũng lại nghe nhiều, ghi nhận không quên; lại tu hành tốt đẹp những pháp mà khoảng đầu thiện, giữa thiện, cuối thiện. Người ấy khéo thọ trì, đọc tụng pháp như vậy. Pháp như vậy khéo đọc tụng. Người này gọi là tiếng hay thân cũng đẹp.

Đó gọi là thế gian có bốn hạng người này ở đời, mà mọi người đều biết. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy học tiếng hay, hình cũng đẹp.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phạm Tứ Đế, Kinh số 9)

## **63. BỐN LOÀI SINH**

1) Sinh ra từ trứng, các loại như gà, chim, quạ, bò câu, khổng tước, rắn, cá, kiến; thấy đều là sinh trứng. Đó gọi là sinh trứng.

2) Người cùng súc sinh, đến loài vật hai chân. Đó gọi là sinh từ thai.

3) Những con trùng được sinh từ trong thịt rữa, trùng trong nhà xí, trùng trong cây chết; thấy đều được gọi là sinh từ nhân duyên.

4) Đó là các loại trời, địa ngục, ngạ quỷ, hoặc người, hoặc súc sanh. Đó gọi là sinh từ hóa.

Các Tỳ-kheo lìa bỏ bốn loại sinh này, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu pháp bốn đế.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phạm Tứ Đế, Kinh số 5)

## **64. BỐN LOẠI THỨC ĂN NUÔI LỚN CHÚNG SANH**

1. Đoàn thực, hoặc lớn hay nhỏ
2. Xúc thực
3. Niệm thực
4. Thức thực.

Đoàn thực là như những thức ăn của người hiện nay, vật để đưa vào miệng có thể ăn.

Xúc thực là chỉ cho y phục, lọng dù, hương hoa, sưởi lửa, dầu thơm hay sự tụ hội với phụ nữ, và những thứ khác được xúc chạm bởi thân thể.

Tất cả những niệm tưởng, những gì được niệm tưởng, được tư duy trong ý, những gì được nói bởi miệng, hoặc được xúc bởi thân, cùng những pháp được ghi nhớ.

Những gì được niệm tưởng bởi thức, được nhận biết bởi ý, từ Phạm thiên làm đầu cho đến trời Phi tướng phi phi tướng, dùng thức làm thức ăn.

Chúng sanh do bốn loại thức ăn này mà lưu chuyển trong sanh tử, từ đời này sang đời khác. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy xả ly bốn loại thức ăn này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 4)

## 65. BỐN LOẠI TRÁI CÂY

1. Trái sống mà tựa chín
2. Trái chín mà tựa sống
3. Trái chín mà tựa chín
4. Trái sống mà tựa sống.

Đó là, này Tỳ-kheo thế gian có bốn loại trái này. Cũng lại như vậy, thế gian có bốn hạng người này. Thế nào là bốn?

1. Có người sống mà giống chín
2. Có người chín mà giống sống
3. Có người chín mà giống chín
4. Có người sống mà giống sống.

Có người qua lại, đi bước không hành thô tháo. Mắt nhìn ngó phải thuận theo pháp giáo. Đắp y, mang bát cũng lại theo pháp. Bước đi, nhìn xuống đất, không liếc nhìn hai bên. Nhưng lại phạm giới, không theo chánh hạnh; thật chẳng phải sa-môn mà giống sa-môn; không hành phạm hạnh mà tự nói hành phạm hạnh; bại hoại Chánh pháp; là loại mà rễ đã mục. Người này gọi là sống mà giống chín.

Có Tỳ-kheo tánh hạnh có vẻ quê mùa, nhìn ngó không ngay, cũng không đi đúng theo pháp, hay liếc ngó hai bên.

Nhưng lại tinh tấn nghe nhiều, tu hành pháp thiện, thường giữ giới luật, không mất oai nghi, thấy điều phi pháp tí ti liền ôm lòng sợ hãi. Người này gọi là chín mà giống sống.

Có Tỳ-kheo không giữ giới cấm, không biết lễ tiết bước đi, cũng lại không biết ra vào đi lại, cũng lại không biết đắp y, mang bát, các căn thác loạn, tâm đắm trước sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Người ấy phạm giới cấm, không hành Chánh pháp, không là sa-môn mà giống sa-môn, không hành phạm hạnh mà giống phạm hạnh; là người mà rễ đã mục không thể cứu chữa. Người này gọi là sống mà giống sống.

Có Tỳ-kheo giữ gìn giới cấm, ra vào, đi bước, không mất thời tiết, nhìn ngó không mất oai nghi, lại rất tinh tấn tu hành pháp thiện, mọi oai nghi lễ tiết đều thành tựu, thấy điều phi pháp tí ti liền ôm lòng sợ hãi hướng chi là to lớn. Người này gọi là chín mà giống chín.

Này Tỳ-kheo, đó gọi là thế gian có (bốn) hạng người như bốn loại trái này. Hãy học người quả chín.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 7)

## **66. BỐN PHÁP BỒN SỚM THÀNH CHÁNH GIÁC**

1) Nếu Bồ-tát Ma-ha-tát hành bốn pháp bồn, đầy đủ sáu ba-la-mật, sẽ nhanh chóng thành Vô Thượng Chánh Chơn Đẳng Chánh Giác. Sao gọi là bốn? Ở đây Bồ-tát huệ thí từ Phật, Bích-chi-phật xuống cho đến người phạm thủy



đều bình đẳng không lựa chọn người, thường nghĩ vậy: ‘Tất cả do ăn mà tồn tại, không ăn thì tiêu vong.’

2) Bồ-tát khi bố thí đầu, mắt, tủy não, nước, của, vợ con, vui vẻ bố thí không sinh tưởng đả trước. Như người đáng chết, đến khi chết thì sống lại, vui mừng hơn hờ không tự kèm chế được. Bây giờ, Bồ-tát phát tâm vui thích cũng lại như vậy; bố thí thệ nguyện không sinh tưởng đả trước.

3) Bồ-tát lúc bố thí khắp đến tất cả, không tự vì mình, mà vì để thành Đạo Vô thượng Chánh chơn. Đó gọi là thành tựu ba pháp này đầy đủ sáu độ.

4) Bồ-tát Ma-ha-tát lúc bố thí tự tư duy, ‘Trong các loài chúng sanh, Bồ-tát là đứng đầu trên hết, đầy đủ sáu độ liễu đạt gốc của các pháp. Vì sao vậy? Vì các căn tịch tĩnh, tư duy cấm giới, không khởi sân nhuế, tu hành tâm từ, đồng mãnh tinh tấn, tăng trưởng pháp thiện, trừ pháp bất thiện, thường hằng nhất tâm, ý không tán loạn, đầy đủ pháp môn biện tài, hoàn toàn không vượt thứ lớp, khiến cho các thí này đầy đủ sáu độ, thành tựu đàn ba-la-mật.’

Nếu Bồ-tát Ma-ha-tát nào hành bốn pháp này, nhanh chóng thành tựu Vô thượng Chánh chơn Đẳng chánh giác. Cho nên, Bồ-tát Ma-ha-tát lúc muốn bố thí, nên phát thệ nguyện đầy đủ các hạnh này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phẩm Đẳng Thứ Bốn ĐỀ, Kinh số 5)

## **67. BỐN PHÁP ĐƯA VÀO ĐỊA NGỤC**

Có bốn pháp mà ai tập hành, người đó sẽ vào trong địa ngục.

Thế nào là bốn? Thân, miệng, ý và mạng không thanh tịnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 7)

## **68. BỐN PHÁP ĐƯA VỀ CÔI LÀNH**

Có bốn pháp mà nếu ai tu tập hành theo thì sẽ sinh cõi lành, lên trời. Thế nào là bốn? Bồ thí, nhân ái, lợi người, đồng lợi.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 7)

## **69. BỐN PHÁP ĐƯỢC SANH VÀO LOÀI NGƯỜI**

Nay có bốn việc mà nếu người tu hành theo thì khi thân hoại mạng chung sẽ được sinh trong loài người. Thế nào là bốn?

Người mà thân, miệng, ý và mạng thanh tịnh không tỳ vết, lúc mạng chung sẽ được sinh trong loài người.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 7)

## 70. BỐN PHÁP ĐƯỢC THẾ GIAN KHÔNG ÁI KÍNH

1) Tuổi trẻ tráng niên đến lúc già bệnh, người đời không thích.

2) Người không bệnh sau lại mắc bệnh, người đời không thích.

3) Được tuổi thọ mà sau lại mạng chung, người đời không thích.

4) Ân ái hội hợp sau lại chia lìa.

Đó là những điều người đời không thích.

Đó gọi là có bốn pháp cùng đời xoay chuyển. Chư thiên, người đời cho đến Chuyển luân Thánh vương, chư Phật, Thế Tôn cùng có pháp này. Đó là thế gian có bốn pháp này cùng đời xoay chuyển. Nếu không biết bốn pháp này, phải chịu lưu chuyển trong sinh tử, xoay tròn trong năm đường. Thế nào là bốn?

1. Giới Thánh hiền

2. Tam muội Thánh hiền

3. Trí tuệ Thánh hiền

4. Giải thoát Thánh hiền.

Đó là có bốn pháp này mà ai không giác tri, thì phải thụ nhận bốn pháp trên. Nay Ta cùng các người nhờ giác tri bốn pháp Thánh hiền này mà đoạn gốc sinh tử không còn tái sinh đời sau. Như nay thân thể Như Lai suy già, phải chịu báo suy hao này. Cho nên, hãy tìm cầu Niết-bàn vĩnh tịch này, không sinh, không già, không bệnh, không

chết; ân ái biệt ly, thường niệm tưởng biến dịch vô thường. Các Tỳ-kheo, hãy học điều này như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 26. Phẩm Bốn Đoạn Ý, Kinh số 6)

## **71. BỐN PHÁP DỨT SANH TỬ**

Có bốn pháp nếu ai tập hành theo, khi thân hoại mạng chung, diệt tận hữu lậu, thành tựu vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, như thật biết rằng, sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, không còn tái sinh nữa. Thế nào là bốn?

Thiền có tâm có tứ; thiền không tâm, không tứ; xả niệm; thiền khổ lạc diệt.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 7)

## **72. BỐN PHÁP MANG LỢI ÍCH NHIỀU**

1. Gân gũi thiện tri thức
2. Nghe pháp
3. Nên biết pháp
4. Phân minh pháp và pháp tướng.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 2)

## **73. BỐN PHÁP NIỆM XỨ**

Tỳ-kheo, xét bốn pháp như thế nào?

1) Quán thân nơi nội thân, trừ khử sầu ưu, thân niệm xứ; quán thân nơi ngoại thân, thân niệm xứ; quán thân nơi ngoại thân, thân niệm xứ.

2) Quán thọ nơi nội thọ, thọ niệm xứ; quán thọ nơi ngoại thọ, thọ niệm xứ; quán thọ nơi nội ngoại thọ, thọ niệm xứ.

3) Quán tâm nơi nội tâm, tâm niệm xứ; quán tâm nơi ngoại tâm, tâm niệm xứ; quán tâm nơi nội ngoại tâm, tâm niệm xứ; trừ khử sầu ưu, không còn các khổ hoạn.

4) Quán pháp nơi nội pháp, pháp niệm xứ; quán pháp nơi ngoại pháp, pháp niệm xứ; quán pháp nơi nội ngoại pháp, pháp niệm xứ.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 41. Phẩm Chớ Sợ, Kinh số 3)

## **74. BỐN PHÁP THIỆN TĂNG TRƯỞNG**

Giống như núi sông, vách đá, trăm cỏ, ngũ cốc, đều nương trên đất mà được tăng trưởng lớn mạnh. Vì vậy, đất này là tối tôn tối thượng. Ở đây cũng vậy, các pháp đạo phẩm thiện, trụ trên đất không phóng dật, khiến các pháp thiện được tăng trưởng lớn mạnh. Tỳ-kheo không phóng dật tu bốn chánh đoạn, tu tập nhiều bốn chánh đoạn. Những gì là bốn?

1) Pháp tỳ ác chưa sanh, tìm cầu phương tiện khiến không cho sanh, tâm không rời xa, hằng muốn khiến nó không sanh.

2) Pháp tỳ ác đã sanh, tìm cầu phương tiện khiến diệt, tâm không xa lìa, hằng muốn khiến diệt.

3) Pháp thiện chưa sanh, tìm cầu phương tiện khiến sanh.

4) Pháp thiện đã sanh, tìm cầu phương tiện khiến tăng nhiều, không để thoái thất, tu hành đầy đủ, tâm ý không quên.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 26. Phẩm Bốn Đoạn Ý, Kinh số 1)

## **75. BỐN SỢ HÃI LỚN**

Có bốn sợ hãi lớn hằng truy bức thân người, không bao giờ có thể ức chế; cũng không thể dùng chú thuật, chiến đấu, cỏ thuốc, mà có thể ức chế được. Đó là, sanh, già, bệnh, chết. Cũng như bốn hòn núi lớn từ bốn phương ập đến với nhau, làm gãy đổ cây cối, tất cả đều bị hủy diệt.

Khi sanh ra, cha mẹ ôm lòng sầu lo, khổ não, không thể kể hết. Khi sự già đến, không còn trai trẻ nữa, thân hình bại hoại; tay chân, gân khớp lỏng lẻo. Khi bệnh đến, lúc đang trai trẻ, mà không còn khí lực, mạng sống rút ngắn dần. Khi chết đến, mạng căn bị cắt đứt, ân ái biệt ly, năm âm tan rã. Đó là bốn sợ hãi lớn, khiến cho không được tự tại.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## **76. BỐN SỰ CHE KHUẤT**

Mặt trời, mặt trăng, bị bốn sự che khuất khiến không phóng ra được ánh sáng. Thế nào là bốn? Một là mây, hai

là bụi gió, ba là khói, bốn là A-tu-la, khiến mặt trời, mặt trăng bị che khuất, không phóng ánh sáng được. Đó gọi là mặt trời, mặt trăng bị bốn sự che khuất này, khiến không phóng ánh sáng lớn được. Ở đây cũng vậy, Tỳ-kheo có bốn kết sử che kín tâm người không khai mở được. Thế nào là bốn?

Một là dục kết, che lấp tâm người không khai mở được, hai là sân nhuế, ba là ngu si, bốn là lợi dưỡng, che khuất tâm người không khai mở được.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 28. Phạm Thanh Văn, Kinh số 2)

## 77. BỐN SỰ CÔNG ĐỨC

- 1) Biết thời mà bố thí chứ không phải không biết thời.
- 2) Tự tay huệ thí không sai người khác.
- 3) Bố thí thường trong sạch, chẳng phải không trong sạch.
- 4) Bố thí thật vi diệu, không có vẩn đục.

Thiện tri thức khi bố thí có bốn công đức này. Cho nên, này các Tỳ-kheo, thiện nam tử, thiện nữ nhân lúc bố thí nên đủ bốn công đức này. Do đủ công đức này, được phước nghiệp lớn, được sự tịch diệt của cam lồ. Nhưng phước đức này không thể đo lường, nên nói sẽ có ngàn phước nghiệp như vậy mà hư không không thể dung chứa hết.

Giống như nước biển không thể đong để nói là một hộc, nửa hộc, một lè, nửa lè. Nhưng phước nghiệp này không thể trần thuật đầy đủ. Như vậy, thiện nam tử, thiện

nữ nhân đã tạo ra những công đức không thể kể, được phước nghiệp lớn, được cam lồ tịch diệt, nên nói sẽ có ngàn ấy phước đức như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phạm Đăng Thú Bốn ĐỀ, Kinh số 9)

## **78. BỐN THỦ**

Nay sẽ nói về bốn thủ. Bốn thủ ấy? Dục thủ, kiến thủ, giới thủ, ngã thủ.

Bốn thủ này do gì sinh? Bốn thủ này do ái mà sinh, do ái mà lớn, và thành tựu thủ này. Đối với ai mà các thủ không khởi, vì các thủ không khởi, nên người ấy không có sự sợ hãi. Do không có sự sợ hãi nên Bát-niết-bàn, biết rõ như thật rằng, sinh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phạm Đăng Thú Bốn ĐỀ, Kinh số 2)

## **79. BỐN VỊ TĂNG HỮU**

1) Các loài chúng sanh này bị nhiều đắm nhiễm. Nếu khi nói pháp không đắm nhiễm, chúng cũng vâng lãnh, niệm tưởng tu hành, tâm không xa lìa.

2) Chúng sanh này luôn luôn chuyển không dừng trong năm nẻo. Giả sử Ta muốn nói pháp, chúng cũng vâng lãnh, tâm không xa lìa.

3) Chúng sanh này thường ôm lòng kiêu mạn, không



rời đầu mỗi tâm. Giả sử Ta nói pháp, chúng cũng vâng lãnh, tâm không xa lìa. Nay A-nan, chúng sanh này thường ôm lòng kiêu mạn, không bỏ chốc lát nào. Giả sử khi Ta nói pháp, chúng cũng vâng lãnh.

4) Chúng sanh này bị vô minh che kín. Giả sử khi Ta nói pháp minh, chúng cũng vâng lãnh mà không quên mất. Lại nữa, nay A-nan, nếu khi Ta nói pháp minh, vô minh này, mà tâm ý chúng nhu hòa luôn thích tu hành; đó gọi là, nay A-nan, khi Như Lai xuất ở đời, có pháp vị tăng hữu thứ tư này xuất hiện ở đời.

Nếu lúc Như Lai đang hiện tại, khi ấy có bốn pháp vị tăng hữu này xuất hiện ở đời. Cho nên, nay A-nan, hãy phát tâm hoan hỷ hướng về Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 3)

## **80. BỐN VÔ SỞ ÚY**

1) Như Lai ra đời có bốn vô sở úy. Như Lai được bốn vô sở úy này, nên không bị dính trước bất cứ điều gì trên thế gian, ở trong đại chúng rống tiếng rống sư tử, chuyển Phạm luân.

2) Nay Ta đã thành tựu pháp này, cho dù ở trong đại chúng hoặc sa-môn, bà-la-môn, Ma hoặc Ma thiên cho đến loài bọ bay, cựa quậy, nói rằng Ta không thành tựu pháp này, không có trường hợp này. Ở trong đó Ta đắc vô sở úy.

3) Ta các lậu đã diệt tận, không còn tái sinh nữa. Nếu có sa-môn, bà-la-môn, chúng sanh nào, ở trong đại chúng nói rằng Ta các lậu chưa diệt tận, không có trường hợp này.

4) Nay Ta đã lìa pháp si ám, mà muốn khiến trở lại pháp si ám, hoàn toàn không có việc này. Nếu lại có Sa-môn, Bà-la-môn, Ma hoặc Ma thiên, chúng sanh nào, ở trong đại chúng nói Ta đã trở lại pháp si ám, việc này không đúng.

Pháp xuất yếu của các bậc Hiền thánh để sạch hết bờ khổ mà muốn nói đó không là xuất yếu, hoàn toàn không có việc này. Nếu có sa-môn, bà-la-môn, Ma hoặc Ma thiên, chúng sanh nào, ở trong đại chúng nói, Như Lai chưa tận cùng biên tế khổ, không có trường hợp này.

Như vậy, với bốn vô sở úy, Như Lai ở trong đại chúng có thể rống tiếng rống sư tử, chuyển bánh Phạm luân.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phạm Đăng Thứ Bốn Đề, Kinh số 6)

## **81. BUÔNG GÁNH XUỐNG**

Hãy niệm bỏ gánh nặng  
Chớ tạo gánh mới nữa  
Gánh là bệnh thế gian  
Buông gánh, lạc đệ nhất.

Ái kết cũng đã trừ  
Phi pháp hành cũng xả  
Vĩnh viễn xa ly đây  
Không còn tái sinh nữa.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 4)

## 82. BUÔNG LUNG NHƯ CON LỪA

Kia, sao gọi là người giống lừa? Có người cạo bỏ râu tóc, mặc ba pháp y, vì lòng tin kiên cố, xuất gia học đạo. Bấy giờ người ấy các căn không định, khi mắt thấy sắc thì theo đó khởi lên sắc tưởng, dong ruổi vạn mối, lúc bấy giờ mắt không thanh tịnh, sinh ra các loạn tưởng, không thể ngăn giữ các ác khắp nơi đến và cũng không thể phòng hộ được nhãn căn.

Tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân biết trơn nhuyễn, ý biết pháp, theo đó khởi lên bệnh thức, dong ruổi vạn mối, lúc bấy giờ ý căn không thanh tịnh, sinh ra các loạn tưởng, không thể ngăn giữ các ác khắp nơi đến, cũng lại không thể giữ được ý căn, không có oai nghi lễ tiết, bước lên, dừng lại, co duỗi, cúi ngược; khoác y, ôm bát, đều trái cảm giới, bị đồng phạm hạnh bắt gặp chê trách rằng: ‘Ôi, người ngu này giống như Sa-môn!’ Nó liền bị hạch tội: ‘Nếu là Sa-môn, đáng ra không nên như vậy.’ Nó lại nói như vậy: ‘Tôi cũng là Tỳ-kheo! Tôi cũng là Tỳ-kheo!’ Giống như con lừa vào trong bầy bò mà tự xưng là: ‘Tôi cũng là bò! Tôi cũng là bò!’ Nhưng hai lỗ tai

của nó xem ra lại không giống bò, sừng cũng không giống, đuôi cũng không giống, âm thanh đều khác.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hòa Diệt, Kinh số 4)

### **83. CÁC CĂN TỊCH TỊNH**

Khi mắt thấy sắc, không khởi tưởng đắm, không có thức niệm, được sự thanh tịnh ở nơi nhãn căn; vì để giải thoát khỏi những cái ấy nên luôn thủ hộ nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi người hương, lưỡi biết vị, thân biết mịn láng, ý biết pháp, không khởi tưởng đắm, không có thức niệm, được sự thanh tịnh ở nơi nhãn căn; vì để giải thoát khỏi những cái ấy nên luôn thủ hộ ý căn. Như vậy là Tỳ-kheo có các căn tịch tịnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 6)

### **84. CÁC NAM PHẬT TỬ NỔI BẬT VÀO THỜI ĐỨC PHẬT**

1) Ưu-bà-tắc đệ nhất trong hàng đệ tử của Ta, người đầu tiên nghe pháp được mà chứng thành Hiền thánh, chính là thương khách Tam Quả.

2) Trí tuệ đệ nhất, chính là Gia chủ Chát-đa.

3) Thần đức đệ nhất, chính là Kiên-đề A-lam.

4) Hàng phục ngoại đạo, chính là Gia chủ Quật-đa.

5) Thường nói pháp sâu, chính là Gia chủ Ưu-ba-quật.

6) Thường tọa thiền tư duy, chính là Ha-Xi A-la-bà.

- 7) Hàng phục bọn ma, chính là Gia chủ Dũng Kiện.
- 8) Phước đức sung mãn, chính là Gia chủ Xà-lợi.
- 9) Chủ đại đàn thí, chính là Gia chủ Tu-đạt.
- 10) Thành tựu môn tộc, chính là Gia chủ Mẫn-dật.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 6. Phẩm Thanh Tín Sĩ, Kinh số 1)

## **85. CÁC NỮ PHẬT TỬ NỔI BẬT VÀO THỜI ĐỨC PHẬT**

1) Ưu-bà-di đệ nhất trong hàng đệ tử của Ta, người đầu tiên thọ trì đạo mà chứng quả, chính là Ưu-bà-di Nan-đà Nan-đà-bà-la.

2) Trí tuệ đệ nhất, chính là Ưu-bà-di Cữu-thọ-đa-la.

3) Thường thích tọa thiền, chính là Ưu-bà-di Tu-tỳ-da-nữ.

4) Huệ căn tỏ rõ, chính là Ưu-bà-di Tỳ-phù.

5) Kham năng nói pháp, chính là Ưu-bà-di Ương-kiệt-xà.

6) Khéo diễn nghĩa kinh, chính là Ưu-bà-di Bạt-đa-sa-la Tu-diêm-ma.

7) Hàng phục ngoại đạo, chính là Ưu-bà-di Bà-tu-đà.

8) Âm vang trong suốt, chính là Ưu-bà-di Vô Ưu.

9) Hay luận giải nhiều đề tài, chính là Ưu-bà-di Bà-la-đà.

10) Đồng mãnh tinh tấn, chính là Ưu-bà-di Tu-đầu.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 7. Phẩm Thanh Tín Nữ, Kinh số 1)

## 86. CÁCH XỬ THẾ CỦA NHƯ LAI

Như Lai xử thế rất đặc biệt. Dù trời, rồng, quỷ thần, càn-thát-bà, ai hỏi nghĩa Như Lai, Ta sẽ thuyết cho họ. Giả sử quốc vương đại thần, nhân dân hỏi nghĩa Như Lai, Ta cũng sẽ thuyết cho họ. Nếu dòng sát- lợi, bốn chủng tánh, đến hỏi nghĩa, Ta cũng sẽ thuyết pháp cho. Vì sao thế?

Vì hôm nay, Như Lai được bốn vô sở úy, thuyết pháp không có khiếm nhược; cũng được bốn thiền, trong đó tự tại, kiêm đắc bốn thần túc chẳng thể tính kể, hành bốn vô lượng tâm. Thế nên, Như Lai thuyết pháp không có khiếm nhược. La-hán, Bích-chi-phật không có thể kịp được. Thế nên, Như Lai thuyết pháp không khó.

Các người hãy tìm phương tiện hành bốn vô lượng tâm: từ, bi, hỷ, xả. Như thế, các Tỳ-kheo, hãy học điều này. Vì sao Thế? Nếu Tỳ-kheo vì chúng sanh, thiện tri thức được gặp, và tất cả cha mẹ, tri thức, thân thuộc đều nhân lấy bốn sự dạy khiến họ biết pháp. Thế nào là bốn?

1) Nên cung kính Phật là bậc Như Lai, Chí chơn Đẳng chánh giác, Minh hạnh túc, Thiện thế, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên Nhân sư, Phật Thế tôn, độ người vô lượng.

2) Hãy nên cầu pháp, tu hành pháp chính chân, trừ bỏ hành uế ác. Đây là điều mà bậc trí giả tu hành.

3) Hãy tìm cầu phương tiện cúng dường chúng Tăng. Chúng của Như Lai thường hoà hợp nhau không có tranh

tụng, pháp tùy pháp thành tựu, giới thành tựu, tam-muội thành tựu, trí tuệ thành tựu, giải thoát thành tựu, giải thoát tri kiến thành tựu. Đó là bốn đôi, tám bậc, mười hai hiền sĩ. Đây là Thánh chúng của Như Lai, đáng tôn đáng quý, là ruộng phước vô thượng của Thế gian.

4) Lại nên khuyến trợ khiến hành pháp luật Hiền Thánh, không nhiễm ô, tịch tĩnh vô vi.

Nếu có Tỳ-kheo nào muốn hành đạo, nên hành đủ pháp bốn sự này. Vì sao thế? Vì pháp cúng dường Tam bảo, tối tôn, tối thượng không ai sánh kịp.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 2)

## **87. CAI TRỊ DÂN PHI PHÁP BỊ ĐỌA ĐỊA NGỤC**

Đại vương, hãy cai trị đúng pháp, chứ đừng phi pháp. Lấy chánh lý mà trị dân, chứ đừng phi lý. Đại vương, nếu cai trị dân bằng chánh pháp, sau khi mạng chung thấy đều sanh lên trời. Đại vương sau khi mạng chung được nhân dân tưởng nhớ không hề quên, tiếng tốt lưu truyền xa.

Đại vương, nên biết, những ai cai trị nhân dân bằng phi pháp, sau khi chết đều sanh vào địa ngục. Bảy giờ ngục tốt trói lại năm chỗ, ở trong đó chịu khổ không thể lường hết được; hoặc bị roi, hoặc bị trói, hoặc bị nện; hoặc chặt tay chặt chân, hoặc nướng trên lửa, hoặc rót nước đồng sôi lên thân, hoặc lột da, hoặc mổ bụng, hoặc rút lưỡi, hoặc đâm vào thân, hoặc bị cưa xẻ, hoặc bị giã trong

cối sắt hoặc cho bánh xe cán nát thân, hay đuổi chạy trên núi dao rừng kiếm, không cho ngừng nghỉ; hoặc bắt ôm cột sắt cháy, hoặc móc mắt, hoặc xẻ tai, xẻo mũi, chặt tay chân; cắt rồi mọc trở lại.

Hoặc bị bỏ cả thân mình vào trong vạc lớn; hoặc bị chia sắt quay lẫn thân thể không cho ngừng nghỉ; hoặc bị lôi từ trong vạc ra mà rút gân xương sống làm dây buộc thân vào xe. sau đó lại cho vào địa ngục Nhiệt chích. Lại vào địa ngục Nhiệt thi. Lại vào địa ngục Thích. Lại vào địa ngục Hôi. Lại vào địa ngục Đao thọ. Lại bắt nằm ngửa, đem hòn sắt nóng bắt nuốt, lăn từ trên xuống khiến ruột, dạ dày bị cháy rục hết. lại rót nước đồng sôi vào miệng, từ trên chảy xuống dưới. Trong đó, chịu khổ không cùng tận. Chỉ khi nào hết tội mới được thoát ra.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## **88. CĂN CƠ CHÚNG SANH KHÔNG ĐỒNG**

Thế gian trôi nổi, tánh chất không đồng, định hướng khác biệt, niệm tưởng chẳng phải một. Thiên Đế nên biết, vô số a-tăng-kỳ kiếp xưa kia, Ta cũng sinh ý nghĩ này: Loài trời và chúng sanh, ý thú hướng về đâu? Ước nguyện điều gì? Từ kiếp đó đến nay, Ta không thấy tâm của một ai giống nhau.

Thích Đề-hoàn Nhân nên biết, chúng sanh thế gian khởi tưởng điên đảo: vô thường chấp tưởng thường, không phải lạc cho là tưởng lạc, không ngã chấp có tưởng ngã,



không phải tịnh chấp có tướng tịnh, đường chánh khởi tướng đường tà, ác khởi tướng phước, phước khởi tướng ác. Do phương tiện này nên biết, căn tánh của các loài chúng sanh thật khó lường, tánh hạnh chúng khác biệt nhau. Nếu tất cả chúng sanh đều cùng một tướng, không có nhiều tướng, thì không thể nhận biết có chín chỗ cư trú của chúng sanh, cũng khó phân biệt được chín nơi cư trú của chúng sanh này; chỗ thần thức y tựa cũng lại khó rõ, cũng không biết có tám địa ngục lớn, cũng khó biết nơi hướng đến của súc sanh, không phân biệt có sự khổ của địa ngục, không biết có sự hào quý của bốn dòng họ, không biết con đường dẫn đến chỗ A-tu-la, cũng lại không biết có trời Tam thập tam. Giả sử tất cả đều cùng một tâm, sẽ như trời Quang âm. Vì chúng sanh có nhiều loại thân khác nhau, nhiều tướng niệm cũng khác nhau, cho nên biết có chín nơi cư trú của chúng sanh, chín nơi thần thức y tựa tại; biết có tám địa ngục lớn, ba đường ác, cho đến trời Tam thập tam. Do phương tiện này mà biết tánh của các loài chúng sanh không đồng, những điều chúng làm đều khác.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 9)

## **89. CĂN THẬN BA NGHIỆP THÂN KHẨU Ý**

Lành thay, Mục-liên! Ông đã làm được nhiều điều lợi ích, nhiều thấm nhuần, vì thương xót các loài chúng sanh, mong cầu an lạc cho trời và người, khiến cho Thanh văn của chư Như Lai dần dần đạt đến Niết-bàn diệt tận. Cho

nên, hãy tinh cần để thành tựu ba pháp. Vì sao? Nếu Đê-bà-đạt-đâu mà tu hành thiện pháp, thân ba, miệng bốn, ý ba; người ấy chung thân không tham đắm lợi dưỡng, cũng không tạo tội ngũ nghịch để đọa vào địa ngục A-tỳ. Vì sao? Phạm người tham đắm lợi dưỡng cũng không có tâm cung kính đối với Tam bảo, cũng không phụng trì cấm giới, không đầy đủ các hành thân, miệng, ý. (Vậy, các người) hãy chuyên niệm các hành của thân, miệng, ý.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 9)

## 90. CHẶN TRÂU

Chăn bò không buông lung  
Người chủ được nhiều phước  
Sáu bò trong sáu năm  
Lần lượt thành sáu chục.

Tỳ kheo giới thành tựu  
Tự tại trong thiền định  
Sáu căn được vắng lặng  
Sáu năm thành sáu thông.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 1)

## 91. CHE KHUẤT THÌ TỐT

Có ba sự, che khuất thì tốt, hiển lộ thì không tốt. Những gì là ba? Một là nữ nhân, che khuất thì tốt, hiển lộ thì không tốt. Hai là chú thuật bà-la-môn, che khuất thì tốt,

hiển lộ thì không tốt. Ba là nghiệp của tà kiến, che khuất thì tốt, hiển lộ thì không tốt. Tỳ-kheo, đó gọi là có ba sự này, che khuất thì tốt, hiển lộ thì không tốt.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 4)

## **92. CHỈ CÓ TINH TẤN LÀ HẠNH KHÔNG ĐỒNG GIỮA CÁC NHƯ LAI**

Chư Phật Thế Tôn đều giống nhau, cũng đồng giới luật, giải thoát, trí huệ không có gì khác; cũng đồng không, vô tướng, vô nguyện, có ba mươi hai tướng, tám mươi vẻ đẹp trang nghiêm thân mình, nhìn không biết chán, với đỉnh đầu không thể nhìn thấy.

Tất cả những việc trên đều giống nhau, chỉ có tinh tấn là không đồng. Trong chư Phật Thế Tôn ở quá khứ và vị lai, Ta là vị tinh tấn bậc nhất. Cho nên, này A-na-luật, ở đây tám điều suy niệm của bậc đại nhân này là hơn hết, là tôn là quý, không thể so sánh. Giống như do sữa mà có lạc, do lạc mà có tô, do tô mà có đề-hồ; nhưng ở trong đó, đề-hồ lại là không có gì so sánh. Ở đây cũng vậy, trong điều tám suy niệm của bậc Đại nhân, niệm tinh tấn là hơn hết, thật không gì để so sánh.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 6)

### 93. CHỈ VÀ QUÁN

Hai pháp gì? Đó là chỉ và quán.

Nếu Tỳ-kheo a-lan-nhã đắc tịch tĩnh, tịch diệt, tĩnh chỉ, thì thành tựu giới luật, không mất oai nghi, không phạm cấm hạnh, tạo các công đức.

Nếu Tỳ-kheo a-lan-nhã lại được quán rồi, liền quán và biết như thật rằng, đây là khổ; quán biết như thật rằng đây là khổ tập, khổ diệt, khổ đạo xuất yếu. Người đó quán như vậy rồi, tâm được giải thoát khỏi dục lậu, tâm được giải thoát khỏi hữu lậu, vô minh lậu, bèn được trí giải thoát, biết như thật rằng, sanh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, không còn tái sinh nữa.

Chư Như Lai Chí chơn, Chánh đẳng Chánh giác thời quá khứ, nhờ hai pháp này mà được thành tựu. Vì sao vậy? Như khi Bồ-tát ngồi dưới bóng thọ vương, trước tiên tư duy pháp chỉ và quán này. Nếu Bồ-tát ma-ha-tát đã đắc chỉ rồi, bèn có thể hàng phục được các ma oán. Nếu Bồ-tát đạt được quán rồi, ngay sau đó liền đạt được ba đạt trí, thành Vô thượng Chí chân, Đẳng chánh giác.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 7)

### 94. CHIM VÀ RỒNG

Có bốn loài chim cánh vàng. Những gì là bốn?

- 1) Chim cánh vàng sinh bằng trứng
- 2) Chim cánh vàng sinh bằng thai

- 3) Chim cánh vàng sinh do âm
- 4) Chim cánh vàng sinh do biến hóa.

Có bốn loài rồng. Những gì là bốn?

- 1) Rồng sinh bằng trứng
- 2) Rồng sinh bằng thai
- 3) Rồng sinh do âm thấp
- 4) Rồng sinh do biến hóa.

Khi Long vương đang thừa sự Phật, chim cánh vàng không thể ăn thịt được. Vì sao vậy? Như Lai thường hành bốn vô lượng tâm, vì vậy cho nên chim không thể ăn rồng. Sao gọi là bốn vô lượng tâm? Là Như Lai thường hành tâm từ, thường hành tâm bi, thường hành tâm hỷ, thường hành tâm xả. Đó gọi là Như Lai thường có bốn vô lượng tâm này; có gân sức mạnh, dũng mãnh lớn, không thể ngăn và hoại được. Vì vậy, nên chim cánh vàng không thể ăn rồng.

Cho nên các Tỳ-kheo phải hành tâm tứ vô lượng.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phẩm Đăng Thú Bốn Đê, Kinh số 8)

## **95. CHÍN HẠNG NGƯỜI LIA KHỔ**

Có chín hạng người lia được khổ hoạn. Những gì là chín? Hướng A-la-hán, đắc A-la-hán; hướng A-na-hàm, đắc A-na-hàm; hướng Tu-đà-hàm, đắc Tu-đà-hàm; hướng Tu-đà-hoàn, đắc Tu-đà-hoàn và người chủng tánh là chín.

Như Lai xuất hiện thế gian được nói là rất khó gặp, thân người khó được, sinh nhằm trung bộ cũng khó được,

gã gỡ thiện tri thức cũng vậy. Nghe pháp được giảng thuyết cũng rất khó. Pháp pháp tương sinh, thật lâu mới có một lần.

Nay Như Lai xuất hiện ở thế gian, người được nghe chánh pháp, các căn không thiếu để có thể nghe chánh pháp kia, mà nay không ân cần, sau này hối không kịp. Đây là những lời giáo giới của Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 7)

## **96. CHÍN HẠNG NGƯỜI QUA LẠI**

Thế gian này có chín hạng người qua lại. Thế nào là chín?

- 1) Đoán biết ý nghĩ của người
- 2) Nghe rồi mới biết
- 3) Xem tướng sau đó mới biết
- 4) Quán sát nghĩa lý sau đó mới biết
- 5) Biết vị nếm sau đó mới biết
- 6) Biết nghĩa biết vị nếm sau đó mới biết
- 7) Không biết nghĩa không biết vị
- 8) Học ở sức thần túc tư duy
- 9) Nghĩa được nhận rất ít.

Nay Tỳ-kheo Chu-lợi-bàn-đặc chỉ tập thần túc, chứ không học pháp khác. Tỳ-kheo này thường dùng thần túc thuyết pháp cho người.

Tỳ-kheo A-nan của Ta xem tướng mà đoán biết ý nghĩ của người, biết Như Lai cần cái này, không cần cái này; cũng biết Như Lai sẽ nói việc này, bảo xa lìa việc này. Tất cả đều biết rõ ràng. Như nay, không có ai vượt lên trên Tỳ-kheo A-nan về việc xem rộng các nghĩa kinh không đâu không khắp.

Tỳ-kheo Chu-lợi-bàn-đặc này có thể hóa một thân thành nhiều thân, rồi hiệp trở lại thành một. Tỳ-kheo này ngày sau sẽ diệt độ ở giữa hư không. Ta không thấy người nào khác diệt độ như Tỳ-kheo A-nan và Tỳ-kheo Chu-lợi-bàn-đặc này.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 7)

## **97. CHÍN NƠI Ở CỦA CHÚNG SANH**

- 1) Chúng sanh nhiều thân thân khác nhau với nhiều tướng khác. Đó là chỉ cho người.
- 2) Chúng sanh nhiều thân thân khác nhau với nhiều tướng khác. Đó là chỉ cho trời.
- 3) Có chúng sanh có nhiều thân, nhưng một tướng. Đó là chỉ trời Phạm-ca-di xuất hiện đầu tiên.
- 4) Có chúng sanh có một thân với nhiều tướng. Đó là trời Quang âm.
- 5) Có chúng sanh một thân với một tướng. Đó là trời Biến tịnh.

- 6) Có chúng sanh vô lượng không. Đó là trời Không xứ.
- 7) Có chúng sanh vô lượng thức. Đó là trời Thức xứ.
- 8) Có chúng sanh Vô sở hữu xứ. Đó là trời Vô sở hữu xứ.
- 9) Có chúng sanh có tướng, không tướng. Đó là trời Phi tướng phi phi tướng xứ.

Tên gọi của những chỗ được sinh ra có chín. Đó gọi là chín nơi cư trú của chúng sanh. Các loài quần manh đã từng ở, đang ở, sẽ ở. Cho nên Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện thoát ly chín nơi này.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 1)

## **98. CHÍN PHÁP ÁC**

1) Thế nào là Tỳ-kheo ác làm mặt gương? Ở đây, Tỳ-kheo ác, điều không đáng tìm cầu mà tìm cầu, trái với hạnh Sa-môn.

2) Thế nào là Tỳ-kheo ác chịu nhục? Ở đây, Tỳ-kheo ác ở chỗ các Tỳ-kheo hiền thiện mà tự khen ngợi mình, hủy báng người khác.

3) Thế nào là Tỳ-kheo sinh tâm tham? Ở đây, Tỳ-kheo thấy tài và vật của người khác đều sinh tâm tham.



4) Thế nào là Tỳ-kheo keo kiệt? Ở đây Tỳ-kheo được y bát không cho người dùng chung, thường cất dấu cho riêng mình.

5) Thế nào là Tỳ-kheo hay quên? Ở đây, Tỳ-kheo ác thường hay để rơi rớt những lời hay, thiện; cũng không tư duy phương tiện, lại luận bàn về chuyện quốc gia binh chiến.

6) Thế nào là Tỳ-kheo ác ít ngủ? Ở đây, Tỳ-kheo ác, những pháp cần tư duy mà không tư duy.

7) Thế nào là Tỳ-kheo ác che dấu dâm dật? Ở đây, Tỳ-kheo ác che dấu những việc làm, không nói cho người khác, nghĩ rằng, ‘Mong người khác không biết những việc ta làm của ta.’

8) Thế nào là Tỳ-kheo ác không biết đền trả? Ở đây Tỳ-kheo ác không có tâm cung kính, không hầu hạ sư trưởng, và tôn kính những vị đáng quý trọng.

9) Nếu Tỳ-kheo ác thành tựu chín pháp này, niệm không xả ly, trọn không thành đạo quả.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 3)

## **99. CHÍN PHÁP HOÀN TẤT NHỮNG ĐIỀU CẦN LÀM**

1) Tùng sự với thiện tri thức

2) Tu hành Chánh pháp, không dính mắc nghiệp tà

3) Hằng sống nơi chốn đơn độc, không ưa thích chỗ đông người

4) Ít bệnh, không hoạn

5) Không cất chứa các thứ tài bảo, cũng không tham đắm y bát

6) Cần hành tinh tấn

7) Tâm không loạn động

8) Nghe nghĩa lý liền hiểu rõ không cần phải nhắc lại

9) Tùy thời thích hợp nghe pháp mà không biết chán.

Đó là chín pháp mà Tỳ kheo nào thành tựu thì ngay trong hiện pháp được nhiều lợi ích. Cho nên, hãy nhớ chuyên cần đi đến dạy dỗ các Tỳ kheo, khiến họ trong lâu dài đạt đến chỗ vô vi.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 2)

## **100. CHÍN VŨ KHÍ CỦA NGƯỜI NỮ TRÓI BUỘC NGƯỜI NAM**

Người nữ thành tựu chín pháp để trói buộc người nam. Những gì là chín?

Ca, múa, kịch, nhạc, cười, khóc, trau chuốt nghi dung, huyền thuật mê hoặc, nhan sắc thể hình. Trong tất cả hình thức ấy, chỉ có xúc trói người chặt nhất, gấp trăm nghìn lần, không có gì để so sánh.

Ở đây, Ta thấy ý nghĩa này, xúc trói người chặt nhất không cho ra thoát khỏi; đó là sợi dây buộc chặt người nam vào người nữ. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy niệm tưởng xả bỏ chín pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 5)

### **101. CHỊU TỘI KHÔNG KỂ XIẾT**

Trăm năm quen buông lung  
Về sau vào địa ngục  
Vậy có gì đáng tham  
Chịu tội không kể xiết?

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

### **102. CHỖ BỎ NƠI CÓ THỂ TU PHẠM HẠNH ĐƯỢC**

Có Tỳ kheo sống nương nơi thôn xóm, mà pháp thiện tăng trưởng, pháp ác tiêu diệt. Những gì có được, như áo, chăn, đồ ăn, thức uống, giường chõng, ngọa cụ, thuốc men trị bệnh, thầy đều khó nhọc mới có, Tỳ kheo ấy nên học như vậy: ‘Ta nay nương nơi thôn xóm này mà sống, thiện pháp tăng trưởng, pháp ác tiêu diệt. Những gì có được, như áo, chăn, đồ ăn, thức uống, giường chõng, ngọa cụ, thuốc men trị bệnh, thầy đều khó nhọc mới có. Nhưng ta không vì áo chăn mà xuất gia học đạo, tu tập phạm hạnh.

Điều mà ta mong cầu ước nguyện bởi học đạo ắt sẽ thành tựu. Ta hãy trọn đời thừa sự, cúng dường pháp ấy.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 3)

### **103. CHỖ HƯỚNG ĐẾN CỦA THIỆN TRI THỨC NHƯ MẶT TRĂNG TRÒN ĐẦY**

Giống như mặt trăng đầu tháng, trải qua ngày đêm, ánh sáng dần tăng lên, từ từ tròn đầy, cho đến ngày mười lăm là sung mãn đầy đủ, tất cả chúng sanh không ai là không thấy. Cũng vậy, như thiện tri thức, trải qua ngày đêm, tăng trưởng tín, giới, văn, thí, trí tuệ. Vì họ nhờ tăng trưởng tín, giới, văn, thí, trí tuệ, nên thiện tri thức lúc bấy giờ thân hoại mạng chung, sinh lên trời, cõi lành. Cho nên, nay Ta nói chỗ hướng đến của người thiện tri thức này, giống như mặt trăng tròn đầy.

Như người có tham dục  
Sân nhuế, si không hết  
Vớ thiện có giảm dần  
Như trăng đang thời khuyết.

Như người không tham dục  
Sân nhuế, si cũng hết  
Vớ thiện có tăng dần  
Giống như trăng tròn đầy.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 8)

## 104. CHỚ THAM ĐẮM VÀO LỢI DƯỠNG

Giả sử nếu Ta thấy Đê-bà-đạt-đâu tự thân có chút ít pháp thiện nào, Ta không bao giờ thọ ký Đê-bà-đạt-đâu kia phải chịu tội một kiếp không thể chữa trị. Cho nên, này kẻ ngu kia, vì Ta không thấy Đê-bà-đạt-đâu có một chút pháp thiện nào cho nên mới thọ ký Đê-bà-đạt-đâu kia chịu tội một kiếp không thể chữa trị. Sở dĩ như vậy, vì Đê-bà-đạt-đâu ngu si tham đắm nơi lợi dưỡng, khởi tâm nhiễm trước, tạo ác ngũ nghịch, thân hoại mạng chung sẽ đọa vào trong địa ngục. Vì sao vậy? Vì tâm lợi dưỡng nặng thì sẽ làm bại hoại gốc rễ thiện của con người, khiến con người không đến được nơi an ổn.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, nếu có tâm lợi dưỡng khởi lên thì hãy tìm cách diệt, nếu không có tâm thì chớ khởi tưởng đắm vào.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 10)

## 105. CHỒNG ĐỐI VỚI VỢ CÓ BỐN VIỆC

Chồng đối với vợ có bốn việc. Những gì là bốn? Có người vợ như là mẹ. Có người vợ như là bạn thân, có người vợ như là giặc, có người vợ như là nô tỳ.

Cô nên biết, vợ như mẹ, ấy là tùy thời chăm sóc chồng không để thiếu thốn, thờ kính, phục vụ. Người ấy được chư thiên hộ vệ; người và loài phi nhân không thể rình cơ hội. Này con gái ông trưởng giả, đó gọi là vợ như mẹ.

Người vợ kia như thế nào gọi là bạn thân? Ở đây, này con gái ông trưởng giả, sau khi thấy chồng rồi, tâm không tăng giảm, cùng chung vui hay khổ.

Thế nào gọi vợ như giặc? Ở đây, này Cô, khi thấy chồng, trong lòng sân nhuế, ganh ghét chồng, không phục vụ, không thờ kính, không cung kính, thấy là muốn hại, mà tâm để nơi người khác. Chồng không thân vợ, vợ cũng không thân chồng. Người ấy không được mọi người yêu kính; không được chư thiên hộ vệ, sẽ bị ác quỷ xâm hại; thân hoại mạng chung sanh vào địa ngục.

Thế nào là vợ như nô tỳ? Ở đây, người vợ hiền lương, thấy chồng thì tùy thời chăm sóc, nhẫn nhịn lời nói, không bao giờ cãi lại; nhẫn chịu khổ lạnh, hằng có tâm từ ái, Đối với Tam tôn thì sanh niệm tưởng này. ‘Kia còn thì tôi còn. Kia suy thì tôi suy.’ Do sự việc ấy, người ấy được chư thiên hộ vệ; người và loài phi nhân đều yêu mến; thân hoại mạng chung sanh vào chỗ lành, sanh lên trời.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phẩm Phi Thường, Kinh số 9)

## **106. CHÚNG SANH BỊ XOAY CHUYỂN THEO TÁM PHÁP**

Có tám pháp thế gian theo đó chúng sanh xoay chuyển. Những gì là tám? 1. lợi, 2. hại, 3. vinh, 4. nhục, 5. khen, 6. chê, 7. khổ, 8. lạc. Tỳ-kheo, đó là có tám pháp mà thế

gian theo đó xoay chuyển. Các Tỳ-kheo, hãy nên tìm cầu phương tiện trừ tám pháp này.

Như Lai xuất hiện thế gian, lại thành Phật đạo ở thế gian, nhưng không bị tám pháp thế gian lôi cuốn. Giống như hoa sen sinh ra từ bùn lầy, hết sức tươi sạch, không nhiễm nước bùn, được chư thiên yêu kính, ai thấy đều vui vẻ trong lòng. Như Lai cũng lại như vậy, được sanh từ bào thai, ở trong đó được nuôi lớn, được thành thân Phật. Cũng ngọc lưu-ly là loại báu làm sạch nước, không bị bụi như làm nhiễm; Như Lai cũng lại như vậy, cũng sanh ở thế gian, không bị tám pháp thế gian nhiễm đẫm. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy nên tinh tấn tu hành tám pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 8-9)

## **107. CHÚNG SANH, THẾ GIỚI, RỒNG VÀ PHẬT KHÔNG THỂ NGHĨ BÀN**

- 1) Chúng sanh không thể nghĩ bàn
- 2) Thế giới không thể nghĩ bàn
- 3) Quốc độ của loài rồng không thể nghĩ bàn và
- 4) Cảnh giới Phật không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì không do nơi này đưa đến tận diệt Niết-bàn.

Các chúng sanh này từ đâu đến? Đi về đâu? Lại từ đâu sinh khởi? Chết ở đây sẽ sinh về đâu? Chúng sanh không thể nghĩ bàn là như vậy.

Những người có tà kiến hoặc cho rằng thế giới đoạn diệt, thế giới chẳng đoạn diệt; thế giới hữu biên, thế giới vô biên; mạng tức là thân, mạng chẳng phải là thân; thế giới này do Phạm thiên tạo ra, hay các đại quỷ thần tạo ra là thế giới không thể nghĩ bàn.

Mưa này là từ miệng rồng phun ra hay sao? Vì sao vậy? Vì những hạt nước mưa chẳng phải từ miệng rồng phun ra vậy. Vậy thì từ mắt, tai, mũi của rồng mà ra chẳng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì hạt nước mưa không phải là từ mắt, tai, mũi của rồng phun ra mà chỉ là những gì được niệm tưởng trong ý rồng. Nếu niệm ác, cũng mưa; hay niệm thiện, cũng mưa. Do bản hành mà tạo mưa này. Sở dĩ như vậy, nay trong bụng núi Tu-di lại có trời tên là Đại Lực, biết được những ý nghĩ của tâm chúng sanh, cũng có thể tạo mưa. Nhưng mưa không ra từ miệng trời kia, hay ra từ mắt, tai, mũi mà đều do trời kia có thần lực nên có thể làm mưa. Cũng vậy, Tỳ-kheo, cảnh giới rồng không thể nghĩ bàn.

Thân Như Lai là do cha mẹ tạo ra chẳng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì thân Như Lai hấp thụ các khí trời, thanh tịnh không cấu uế. Là do người tạo ra chẳng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì vượt qua hành động con người. Thân Như Lai là thân Trời chẳng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì thân Như Lai không thể tạo tác, chẳng phải chỗ chur thiên với tới. Thọ mạng Như Lai là ngắn chẳng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì Như Lai có



bốn thần túc. Như Lai là trường thọ chăng? Điều này cũng không thể nghĩ bàn. Vì sao vậy? Vì Như Lai xoay vần cùng khắp thế gian, cùng tương ứng với các phương tiện thiện xảo, nên thân của Như Lai không thể suy lường, không thể nói cao nói thấp, âm thanh cũng không thể định chuẩn Phạm âm Như Lai. Trí tuệ biện tài của Như Lai không thể nghĩ bàn, chẳng phải là chỗ nhân dân sánh bằng. Cảnh giới của Phật không thể nghĩ bàn như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phạm Khô Lạc, Kinh số 6)

### **108. CHUYỆN HỌC KHÔNG THỂ NHỚ CỦA CHÂU-LỢI-BÀN-ĐẶC**

Tôn giả Bàn-đặc bảo người em là Châu-lợi Bàn-đặc:

Nếu người không thể học thuộc giới, hãy trở về làm bạch y.

Khi đó, Châu-lợi Bàn-đặc nghe những lời này, liền đi đến tinh xá Kỳ-hoàn, đứng ở ngoài cửa mà rơi lệ. Bấy giờ, Thế Tôn bằng thiên nhãn thanh tịnh, quán thấy Tỳ-kheo Châu-lợi Bàn-đặc này đứng ở ngoài cửa, than khóc không xiết. Thế Tôn từ trong tịnh thất đi ra giống như kinh hành, đến ngoài cửa tinh xá Kỳ-hoàn, bảo Châu-lợi Bàn-đặc: Tỳ-kheo, vì sao ở đây than khóc.

Châu-lợi Bàn-đặc đáp: Bạch Thế Tôn, con bị anh xua đuổi, nếu con không học thuộc giới được, thì trở về làm bạch y, không nên sống ở đây. Cho nên, con than khóc.

Thế Tôn bảo: Tỳ-kheo, chớ ôm lòng lo sợ. Ta thành Vô thượng Đẳng chánh giác, không phải do Bàn-đặc anh của người mà đắc đạo.

Bấy giờ, đức Thế Tôn cầm tay dẫn Châu-lợi Bàn-đặc về tịnh thất, chỉ chỗ bảo ngồi. Thế Tôn lại dạy cầm chổi quét: Người đọc thuộc chữ này, nó là chữ gì.

Khi Châu-lợi Bàn-đặc học được chữ quét lại quên chữ chổi. Nếu học thuộc được chữ chổi lại quên chữ quét. Tôn giả Châu-lợi Bàn-đặc tụng hai chữ chổi quét này, qua mấy ngày. Song cái chổi quét này là để trừ sạch bụi bần. Châu-lợi Bàn-đặc lại nghĩ như vậy: Trừ là gì? Bần là gì? Bần là tro, đất, ngói, đá. Trừ là làm cho sạch.

Lại nghĩ như vậy: Thế Tôn vì sao đem việc này dạy cho ta. Nay ta phải tư duy nghĩa này. Vì tư duy nghĩa này, lại nghĩ như vậy: Nay trên thân ta cũng có bụi bần. Ta tự ví dụ. Sao là trừ? Sao là bần? Ông lại nghĩ thêm: Dính kết là bần. Trí huệ là trừ. Nay ta có thể dùng chổi trí huệ quét dính kết này.

Rồi Tôn giả Châu-lợi Bàn-đặc tư duy năm thủ uẩn là thành, là hoại. Cái gọi là sắc này, sắc tập, sắc diệt; cái gọi là thọ, tưởng, hành, thức này là thành, là bại. Sau khi tư duy năm thủ uẩn này, tâm được giải thoát khỏi dục lậu, tâm được giải thoát hữu lậu, vô minh lậu. Đã được giải thoát, liền được trí giải thoát, biết như thật rằng, sanh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, lại không còn tái sinh nữa, biết chúng như thật. Tôn giả Châu-lợi Bàn-đặc

thành A-la-hán. Sau khi thành A-la-hán, Tôn giả từ chỗ ngồi đứng dậy, đi đến chỗ đức Thế Tôn, đánh lễ sát chân, rồi ngồi qua một bên, bạch Thế Tôn:

Nay con đã có trí, nay đã có huệ. Nay con đã hiểu được chổ quét.

Thế Tôn bảo: Tỳ-kheo, hiểu nó thế nào?

Châu-lợi Bàn-đặc đáp: Trừ là huệ. Bản là dính kết.

Thế Tôn nói: Lành thay, Tỳ-kheo, như những lời người nói, trừ là huệ. Bản là dính kết.

Bấy giờ Tôn giả Châu-lợi Bàn-đặc hướng về Thế Tôn mà nói kệ này:

Nay đã tụng thuộc đủ

Như lời Phật đã dạy

Trí huệ hay trừ kết

Không do hạnh nào khác.

Đức Thế Tôn bảo: Tỳ-kheo, như những lời người nói, chỉ bằng trí huệ chứ không do cái khác.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 12)

## 109. CHUYỆN NGƯỜI ĐỤC NÚI

Tỳ-kheo nên biết, ngôi nhà này ban đêm bốc khói, ban ngày bị lửa cháy. Có người Bà-la-môn nói với một người có trí: ‘Giờ ông hãy cầm đao đục núi. Khi đang đục núi tất

sẽ thấy một đồ gánh thì hãy nhô nó lên. Rồi ông đục lại núi; khi đang đục núi tất sẽ thấy núi. Giờ hãy hãy bỏ núi. Ông lại đục núi; khi đang đục núi tất thấy con ếch ương. Bảy giờ ông hãy bỏ con ếch ương. Ông lại đục núi; khi đang đục núi sẽ thấy đồng thịt. Thấy đồng thịt, hãy bỏ nó. Bây giờ ông lại đục núi; khi đang đục núi sẽ gặp cái gông. Thấy cái gông, hãy bỏ nó. Bây giờ, ông lại đục núi; khi đục núi sẽ thấy hai con đường. Khi thấy hai đường, hãy bỏ nó. Bây giờ ông lại đục núi; khi đục núi sẽ thấy cành cây. Thấy cành cây, hãy bỏ nó. Bây giờ ông lại đục núi; khi đục núi sẽ thấy con rồng. Thấy con rồng rồi, chớ nói gì với nó, hãy lo tỵ quy mạng, và để yên nó đó.

Thế Tôn bảo: Nhà tức là hình thể do sắc bốn đại tạo thành, nhận huyết mạch cha mẹ dần dần lớn lên, thường được nuôi dưỡng bằng thức ăn không để thiếu thốn, là pháp phân tán. Ban đêm có khói là chỉ cho tâm niệm của các loài chúng sanh. Ban ngày lửa cháy là chỉ cho hành động do thân, miệng, ý đã tạo. Bà-la-môn là A-la-hán. Người trí là người học. Đục núi là chỉ tâm tinh tấn. Con dao chính là chỉ trí huệ. Đồ gánh là năm kết sử. Núi là kiêu mạn. Con ếch là chỉ tâm sân hận. Đồng thịt là chỉ tham dục. Cái gông chỉ năm dục. Hai đường là chỉ nghi ngờ. Cành cây là vô minh. Rồng là chỉ Như Lai, Chí chơn, Đẳng chánh giác. Những lời vị thiên kia nói, nghĩa nó như vậy. Nay người hãy suy nghĩ cho kỹ, không lâu sẽ dứt sạch hữu lậu.

Sau khi vâng lời Như Lai dạy, Ca-diếp ở nơi vắng vẻ mà tự tu hành, vì mục đích mà thiện gia nam tử cạo bỏ râu tóc xuất gia học đạo, tu phạm hạnh, biết như thật rằng, sanh tử đã dứt, Phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã xong, không còn tái sinh đời sau. Bảy giờ, Ca-diếp thành A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phạm Đăng Pháp, Kinh số 9)

## 110. CHUYÊN TINH NIỆM THÂN

Niệm thân là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, mật, gan, phổi, tim, lá lách, thận, ruột già, ruột non, bạch chức, bàng quang, phần, tiểu, dạ dày, thương đặng, dịch vị, nước mắt, đờm dãi, mủ, máu, mỡ, nước miếng, đầu lâu, não. Cái nào là thân? Đó là đại chủng đất? Đó là đại chủng nước? Đó là đại chủng lửa? Đó là đại chủng gió? Được tạo ra bởi giống của cha, giống của mẹ chăng? Nó từ đâu đến? Do ai tạo ra? Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, tâm, chết ở đây sẽ sinh về nơi nào?

Như vậy, các Tỳ-kheo, đó gọi là niệm thân, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm thân, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phạm Quảng Diễn, Kinh số 9)

## 111. CÓ HAI NGƯỜI KHÓ CÓ ĐƯỢC TRÊN ĐỜI

Có hai con người xuất hiện ở đời, thật là khó có được. Hai người ấy là ai? Như Lai, Chí chơn, Đẳng chánh giác xuất hiện ở đời, thật là khó có được, và Chuyển luân Thánh vương xuất hiện ở đời thật là khó có được.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 2)

## 112. CÓ SANH ẤT CÓ TỬ

Tất cả hành vô thường  
Có sinh ắt có tử  
Không sinh thì không tử  
Đã diệt, tối an lạc.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đẳng Kiến, Kinh số 2)

## 113. CÓ THÂN CÓ KHỔ

Các pháp đều phải ly tan. Có hội ngộ thì có biệt ly. Các cô nên biết, năm thủ uẩn này đều phải chịu các nỗi khổ đau này, rơi trong năm đường. Phạm nhận thân năm uẩn tất phải chịu hành báo này. Đã có hành báo, tất phải thọ thai. Đã thọ thai phần, lại phải chịu báo khổ vui.

Nếu ai không có năm thủ uẩn, tất không thọ nhận hình hài nữa. Nếu không thọ nhận hình hài thì không có sinh. Vì không có sinh nên không có già. Vì không có già nên không có bệnh. Vì không có bệnh nên không có chết. Vì không có chết nên không có khổ não của hội ngộ, biệt ly.

Cho nên, các cô phải nghĩ đến sự biến đổi thành bại của năm uân này. Vì sao vậy?

Vì biết năm uân là biết năm dục. Biết năm dục là biết pháp ái, biết pháp ái là biết pháp đắm nhiễm. Biết các việc này rồi, không còn thọ thai. Vì không thọ thai, không còn sanh, già, bệnh, chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 2)

#### **114. CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN ĐỊA NGỤC**

Ta nay quán sát tâm ý của chúng sanh, thấy rằng người này sau khi thân hoại mạng chung sẽ phải vào địa ngục. Sau đó, quán sát thấy người này khi vào trong địa ngục chịu đau đớn, bị tra khảo, vô số sầu ưu khổ não không kể xiết. Cũng như một hầm lửa lớn không có bụi bặm. Giả sử có một người đang đi trên con đường dẫn đến đó. Lại có một người khác có mắt, thấy người đang đi đến đó, chắc chắn sẽ rơi xuống đó, không phải là điều nói suông.

Rồi sau đó thấy người kia đã rơi xuống hầm lửa. Người mà Ta nói đến đó đã rơi xuống hầm lửa. Ta nay quán sát những điều suy nghĩ trong tâm ý của chúng sanh, biết chắc chắn nó sẽ vào địa ngục, không có gì nghi ngờ. Như Ta sau đó quán sát thấy người này sau khi đã vào địa ngục chịu sự đau đớn, khốc hại, không hề kể xiết.

Người kia làm thế nào mà vào địa ngục? Ta quán quán thấy chúng sanh hướng đến địa ngục do gây các hành ác,

nghiệp bất thiện, thân hoại mạng chung sanh vào địa ngục.  
Ta thấy biết rõ điều đó.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 5)

### **115. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN NGẠ QUỶ**

Ta nay biết chúng sanh ngã quỵ, cũng biết con đường ngã quỵ. Chúng sanh nào sau khi thân hoại mạng chung sanh vào đó, Ta cũng biết rõ. Chúng sanh nào đi theo con đường mà khi thân hoại mạng chung dẫn đến ngã quỵ, Ta cũng biết rõ. Về sau quán sát thấy chúng sanh sanh vào ngã quỵ chịu đau đớn.

Vì sao người ấy sanh vào ngã quỵ? Cũng như gần thôn xóm có một gốc đại thọ, ở chỗ phát sanh nguy hiểm, cành cây lá cây rơi rớt. Giả sử có người đang đi đến đó. Khi ấy có người có mắt từ xa thấy người kia chắc chắn đi đến chỗ đó. Sau đó thấy người kia hoặc nằm, hoặc ngồi, chịu các báo ứng khổ lạc. Người kia vì sao đi đến gốc cây ấy mà ngồi? Ta nay quán sát các loài chúng sanh cũng như vậy, khi thân hoại mạng chung sanh vào ngã quỵ, không nghi ngờ gì, để chịu báo ứng khổ lạc không kể xiết. Ta biết con đường dẫn đến ngã quỵ; thấy đều biết rõ phân minh. Điều mà ta nói là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 5)



## **116. CON ĐƯỜNG ĐƯA ĐẾN SÚC SANH**

Ta biết con đường súc sanh, và cũng biết con đường dẫn đến súc sanh. Do nhân duyên gì mà nói vậy?

Ta quán sát những điều suy nghĩ trong tâm ý của chúng sanh, biết người ấy sau khi thân hoại mạng chung sẽ sanh vào trong súc sanh. Rồi ta quán sát thấy người ấy sau khi vào trong súc sanh mà sầu ưu khổ não không kể xiết.

Vì sao người này rời vào trong súc sanh? Cũng như tại thôn xóm có một hầm sít trong đó đầy cả phân. Giả sử có người đang đi trên lối đi dẫn đến đó. Lại có người khác có mắt thấy người kia đang đi đến chỗ đó. Người kia không bao lâu đi đến đó và rơi xuống hầm xí. Sau đó quán sát thấy người kia sau khi rơi xuống hầm xí chịu khổ ách không kể xiết. Tại sao người kia đã rơi xuống hầm xí? Ta thấy các loài chúng sanh cũng vậy. Người này mạng chung sẽ sanh vào trong súc sanh. Lại quán sát thấy sau khi sanh vào trong súc sanh phải chịu khổ vô lương. Ta nay quán sát chúng sanh súc sanh đều biết rõ như vậy. Đó là điều Ta muốn nói.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 5)

## **117. CON ĐƯỜNG TÁM NHÁNH VÀ PHÁP BẢY CHI**

Xá-lợi-phất nói: Ai nhất tâm niệm chánh kiến, tức là niệm giác chi không rời loạn. Chánh tư duy, là nhất tâm

niệm hết thấy các pháp, tức là pháp giác chi. Chánh ngữ, là thân, ý tinh tấn, tức là tinh tấn giác chi. Chánh nghiệp, là hết thấy các pháp được sanh, tức là hỷ giác chi. Chánh mạng, là biết đủ đối với tài sản Hiền Thánh, xả xả bỏ tài sản thế tục, nhẹ nhàng thân thể, tức là khinh an giác chi. Chánh tinh tấn, là chứng đắc bốn Thánh đế, trừ sạch các kết sử, tức là định giác chi. Chánh niệm, là quán sát bốn niệm xứ, thân không bèn chắc, thấy đều rỗng không, vô ngã, tức là xả giác chi. Chánh tam muội, là đạt được những gì chưa đạt, độ thoát những gì chưa độ thoát, chứng đắc những gì chưa chứng đắc.

Nếu có người đến hỏi rằng, ‘Như thế nào là tu tám đạo và bảy pháp ấy,’ các Thầy hãy trả lời như vậy. Vì sao vậy? Bởi vì Tỳ-kheo nào tu tám đạo và bảy pháp này, tâm liền được giải thoát khỏi hữu lậu.

Tôi nhắc lại cho các Thầy rõ, Tỳ-kheo nào tu hành tu duy con đường tám nhánh và bảy pháp này, Tỳ-kheo ấy liền thành tựu hai quả không nghi ngờ gì. Hoặc chứng quả A-la-hán. Vả, hãy gác qua việc đó. Nếu không thể tu tập nhiều, nhưng trong một ngày mà tu hành con đường tám nhánh và bảy pháp này, phước báo không thể tính hết. Hoặc đắc A-na-hàm hoặc A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 41. Phẩm Chớ Sợ, Kinh số 4)

## 118. CỐNG CAO

Lại có người nhận người cúng dường y phục, đồ ăn thức uống, giường chiếu, ngọa cụ, thuốc men chữa bệnh, được rồi liền tự dùng, lại khởi tâm nhiễm trước, sinh tâm ái dục, không biết đạo xuất yếu. Giả sử không được, thì thường sinh niệm tưởng này. Nếu người đó được cúng dường, đối với các Tỳ-kheo, mà tự cống cao, hủy báng người khác: ‘Những y phục, đồ ăn thức uống, giường chiếu, tọa cụ, thuốc trị bệnh mà ta có, các Tỳ-kheo kheo này không thể có được vậy.’ Cũng như trong đàn dê lớn, có một con dê rời đàn, thấy đồng phân lớn. Con dê này ăn phân no rồi, quay lại trong đàn dê, liền tự cống cao: ‘Ta có được ăn ngon, bầy dê này không thể ăn được.’ Ở đây cũng như vậy, nếu có một người được lợi dưỡng, y phục, giường chiếu, ngọa cụ, thuốc men chữa bệnh, khởi các loạn tưởng, sanh tâm nhiễm trước liền đối với các Tỳ-kheo, mà tự cống cao: ‘Ta có được cúng dường, các Tỳ-kheo này không được cúng dường.’

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 4)

## 119. CÔNG ĐỨC THỌ BÁT QUAN TRAI GIỚI

Không sát, cũng không trộm  
Không dâm, không nói dối  
Tránh rượu, xa hương hoa  
Người đấm vị phạm trai.

Ca múa cùng xướng hát  
Học La-hán, tránh xa  
Nay trì bát quan trai  
Ngày đêm không quên mất.

Không có khổ sinh tử  
Không kỳ hạn luân hồi  
Chớ tập cùng ân ái  
Cũng chớ hội oán tắng.

Nguyện diệt khổ năm uẩn  
Các bệnh não sinh tử  
Niết-bàn không các hoạn  
Nay Ta tự quay về.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng,  
Kinh số 6)

## 120. CÔNG ĐỨC CA DIẾP VÀ A NAN

Trên trời, trong loài người, ta không thấy người nào có thể thọ trì Pháp bảo sánh với Ca-diếp và A-nan. Trong chúng Thanh văn cũng không có ai vượt hơn được hai người này. Chư Phật trong quá khứ cũng có hai người thọ trì kinh pháp như Ca-diếp và A-nan ngày nay, rất là hy hữu. Vì sao vậy? Tỳ-kheo hành đầu đà trong thời Phật quá khứ, khi Pháp còn thì vị ấy còn, khi Pháp diệt thì vị ấy cũng mất. Tỳ-kheo Ca-diếp của Ta ngày nay lưu lại ở thế gian cho đến khi Phật Di-lặc ra đời rồi mới nhập diệt. Do đó Tỳ-kheo Ca-diếp hơn các Tỳ-kheo thời quá khứ. Còn Tỳ-

kheo A-nan vì sao lại hơn các thị giả của chư Phật quá khứ? Thị giả của chư Phật quá khứ nghe các Ngài giảng sau đó mới hiểu; nhưng Tỳ-kheo A-nan ngày nay Như Lai chưa nói đã hiểu; Như Lai không nói cũng đều biết hết. Do bởi nhân duyên này Tỳ-kheo A-nan hơn các thị giả của chư Phật quá khứ.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 41. Phẩm Chớ Sợ, Kinh số 5)

## 121. CÔNG ĐỨC CHÁNH PHÁP

Phàm Chánh pháp là ở nơi dục mà đạt đến vô dục, lìa các kết phược và các bệnh của triền cái. Pháp này giống như mùi các loại hương, không có tỳ vết của niệm loạn tưởng.

Đó gọi là Tỳ-kheo tu hành niệm Pháp, liền có danh dự, thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Pháp, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 2)

## 122. CÔNG ĐỨC CỦA BỐ THÍ

Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bất tréo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm Thí. Những gì tôi bố thí hôm nay, là tối thượng

trong các sự thí, vĩnh viễn không có tâm hối hận, không mong đền đáp để mong được thiện lợi. Nếu người nào mắng tôi, tôi quyết không mắng trả. Dù người hại tôi, dùng tay đánh, dao gậy đập, gạch đá ném, tôi cũng sẽ khởi lòng từ, không nổi sân hận. Những gì tôi bố thí, ý muốn cho sẽ không dứt tuyệt.

Đó gọi là, đại thí, sẽ thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tướng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Thí, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 5)

### **123. CÔNG ĐỨC CỦA GIỚI**

Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt chéo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm Giới. Giới có nghĩa là dừng các điều ác. Giới khiến thành tựu đạo, khiến người hoan hỷ. Giới là anh lạc đeo thân, hiện những vẻ đẹp.

Phàm cấm giới, giống như bình cát tường, mọi sở nguyện liền đạt được. Mọi pháp đạo phẩm đều do giới mà thành tựu.

Như vậy, Tỳ-kheo thực hành cấm giới sẽ thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tướng, được quả Sa-

môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Giới, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 4)

## **124. CÔNG ĐỨC CỦA TỊCH TĨNH**

Tỳ-kheo chánh thân, chánh ý, ngồi bắt chéo chân, buộc niệm ở trước, không có tư tưởng nào khác, chuyên tinh niệm tịch tĩnh. Tịch tĩnh là tâm ý tưởng lắng đọng, chí tánh an nhàn, mà không nóng nảy; tâm hằng chuyên nhất, thích nơi vắng vẻ, thường tìm phương tiện nhập định tam-muội, thường niệm tưởng không ham tranh thắng, dành chỗ trước trên.

Như vậy, đó gọi là niệm tịch tĩnh, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tưởng được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm tịch tĩnh, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

## **125. CÔNG ĐỨC NHƯ LAI**

Thê của Như Lai được thành tựu từ kim cương, đầy đủ mùi lực, bốn vô sở úy, đồng mãnh giữa đại chúng. Gương mặt của Như Lai đoan chánh vô song, nhìn không chán mắt. Giới đức thành tựu giống như kim cương không thê phá hoại, trong sạch không tỳ vết cũng như lưu ly.

Tam-muội của Như Lai chưa từng sút giảm, đã tĩnh chỉ, vĩnh viễn tịch tĩnh, không có niệm khác. Các thứ tình kiêu mạn, ngang bướng đã vắng im, ý tham dục, tướng sân hận, tâm ngu hoặc, mạn kết do dự, tất đều tận trừ. Huệ thân của Như Lai, trí không bờ đáy, không bị chướng ngại. Thân Như Lai, được thành tựu từ giải thoát, các cõi đã hết, không còn sinh phần để nói ‘Ta sẽ đọa nơi sinh tử.’ Thân Như Lai được vượt qua thành trì của tri kiến, biết căn cơ người khác đáng được độ hay không đáng được độ, chết đây sinh kia, xoay vần qua lại trong ngần mé sinh tử, có người g ì giải thoát, người không giải thoát; Như Lai thấy đều biết tất cả.

Đó là tu hành niệm Phật, liền có danh dự, thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thần thông, trừ các loạn tướng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỷ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Phật, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 1)

## **126. CÚNG DƯỜNG ĐỨC PHẬT**

Tể tự, lửa trên hết  
Các sách, kệ là nhất  
Vua, tôn quý loài người  
Các sông, biển là nguồn.



Trong sao, trăng sáng nhất  
Ánh sáng, mặt trời nhất  
Trên dưới và bốn phương  
Trong hết thủy vạn vật.

Trời và người thế gian  
Phật là trên tất cả  
Ai muốn cầu phước kia  
Hãy nên cúng dường Phật.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến,  
Kinh số 5)

## 127. CUNG KÍNH NHƯ LAI

Trưởng lão Tỳ-kheo đuổi chân về phía Thế Tôn mà ngủ này trong vòng năm trăm năm thường làm thân rồng. Nay mà mạng chung cũng sẽ sinh vào trong loài rồng. Sở dĩ như vậy là vì không có lòng cung kính đối với Phật, Pháp và Thánh chúng, sau khi thân hoại mạng chung sẽ sinh vào loài rồng. Các người có thấy Sa-di Tu-ma-na tuổi vừa lên tám, ngồi thẳng tư duy, cách Ta không xa không?

Các Tỳ-kheo thưa: Thật vậy, bạch Thế Tôn.

Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Sa-di này, ngay sau đây bảy ngày sẽ đạt được bốn thần túc, cùng đắc pháp bốn đế, được tự tại trong bốn thiên, khéo tu bốn chánh đoạn. Sở dĩ như vậy là vì Sa-di Tu-ma-na này có lòng cung kính đối với Phật, Pháp và Thánh chúng. Vì vậy cho nên, các Tỳ-

kheo hãy luôn luôn siêng năng cung kính Phật, Pháp và Thánh chúng.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 30. Phẩm Tu-đà, Kinh số 2)

## **128. CÙNG MỘT SẮC DA**

Đầu tiên dòng sát-lợi  
Kế đến bà-la-môn  
Thứ ba là tỳ-xá  
Tiếp nữa dòng thủ-đà.

Có bốn dòng dõi này  
Dần dần sanh lẫn nhau  
Đều từ thân trời đến  
Và cùng một sắc da.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 1)

## **129. ĐẠI ĐỆ TỬ CỦA THẾ TÔN**

1) Tỳ-kheo đệ nhất trong hàng Thanh văn của Ta, có oai nghi đoan chánh, bước đi khoan thai, chính là Tỳ-kheo Mã Sư.

2) Trí tuệ không cùng, giải tỏa các nghi, chính là Tỳ-kheo Xá-lợi-phất.

3) Thân túc nhẹ bay đến tận mười phương, chính là Tỳ-kheo Đại Mục-kiền-liên.

4) Đồng mãnh tinh tấn, cam chịu khổ hạnh, chính là Tỳ-kheo Nhị Thập Úc Nhĩ.

5) Thực hành mười hai đầu-đà khó hành, chính là Tỳ-kheo Đại Ca-diếp.

6) Đệ nhất thiên nhãn, thấy tận cõi mười phương, chính là Tỳ-kheo A-na-luật.

7) Ngồi thiền nhập định, tâm không tán loạn, chính là Tỳ-kheo Ly-viết.

8) Thường khuyên mọi người làm gương bổ thí, thiết lập trai giảng, chính là Tỳ-kheo Đà-la-bà-ma-la.

9) Tạo lập phòng ốc, nhà cửa cho Tăng mười phương, chính là Tỳ-kheo Tiểu Đà-la-bà-ma-la.

10) Giòng họ tôn quý xuất gia học đạo, chính là Tỳ-kheo La-tra-bà-la.

11) Khéo phân biệt nghĩa, phô diễn đạo giáo, chính là Tỳ-kheo Đại Ca-chiên-diên.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 4. Phẩm Đệ Tử, Kinh số 2)

### **130. ĐẠI ĐỆ TỬ NI CỦA THẾ TÔN**

1) Tỳ-kheo-ni đệ nhất trong hàng Thanh văn của Ta, xuất gia học đạo lâu, được quốc vương cung kính, chính là Tỳ-kheo-ni Đại Ái Đạo Kiều-đàm-di.

2) Trí tuệ thông minh, chính là Tỳ-kheo-ni Sấm-ma.

3) Thần túc đệ nhất, cảm đến các thần, chính là Tỳ-kheo-ni Ưu-bát Hoa Sắc.

4) Thực hành pháp đầu đà với mười một điều hạn ngại, chính là Tỳ-kheo-ni Cơ-lê-xá Cù-đàm-di.

5) Thiên nhãn đệ nhất, nhìn khắp không trở ngại, chính là Tỳ-kheo-ni Xa-câu-lê.

6) Tọa thiền nhập định, ý không phân tán, chính là Tỳ-kheo-ni Xa-ma.

7) Phân biệt nghĩa thú, diễn rộng đạo giáo, chính là Tỳ-kheo-ni Ba-đâu-lan-xà-na.

8) Vâng giữ luật giáo không hề trái phạm, chính là Tỳ-kheo-ni Ba-la-giá-na.

9) Đạt tín giải thoát, không thối lui trở lại, chính là Tỳ-kheo-ni Ca-chiên-diên.

10) Đạt bốn biện tài, trong lòng khiếp sợ, chính là Tỳ-kheo-ni Tối Thắng.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 5. Phẩm Tỳ-kheo-ni, Kinh số 1)

### **131. ĐẠI KIẾP, TIỂU KIẾP**

Tỳ kheo, hãy dùng phương tiện mà biết, kiếp có suy tận, không thể tính kể. Nhưng kiếp có hai thứ. Đại kiếp và tiểu kiếp. Nếu trong kiếp nào mà không có Phật xuất thế, khi ấy lại có Bích-chi-phật xuất thế, kiếp ấy gọi là tiểu kiếp. Nếu trong kiếp nào có Như Lai xuất thế, bấy giờ

trong kiếp ấy không có Bích-chi-phật xuất thế; kiếp này gọi là đại kiếp.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 10)

### **132. ĐÀN VIỆT THÍ CHỦ**

Đàn-việt thí chủ đối với các người cung kính như là con hiếu thuận mẹ cha, nuôi dưỡng, hầu hạ, khiến cho năm uẩn được tăng ích, để ở nơi cõi Diêm-phù-lợi mà hiện các thứ nghĩa. Quán đàn-việt thí chủ là người hay thành tựu giới, văn, tam-muội, trí tuệ; làm nhiều lợi ích cho các Tỳ kheo, ở trong Tam bảo không có điều gì quái ngại.

Thí chủ là người hay cho các người áo chăn, ẩm thực, khăn trải giường chõng, thuốc thang cho bệnh tật. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy có tâm từ đối với đàn-việt. Ân nhỏ thường không quên, huống chi ân lớn. Hằng đem tâm từ mà nói cho đàn-việt kia về hành vi thanh tịnh của thân, khẩu, ý, không thể tính đếm, không thể hạn lượng. Hãy với thân hành từ, khẩu hành từ, ý hành từ, khiến cho vật sở thí của đàn-việt kia trọn không bị phế bỏ, được quả lớn, thành tựu phước hựu lớn, có danh xưng lớn, truyền khắp thế gian, pháp vị cam lồ.

(Tăng Nhất A Hàm, 10. Phẩm Hộ Tâm, Kinh số 3)

### **133. ĐẠO PHẨM**

Nếu có Tỳ-kheo nào mà các căn tịch tịnh, ăn uống biết tiết độ, không bỏ kinh hành, thường niệm buộc ý vào trong

đạo phẩm, Tỳ-kheo này đạt được một trong hai quả, ở trong hiện pháp hoặc chứng chánh trí, hoặc đắc A-na-hàm. Cũng như người đánh xe giỏi, ở trên đường bằng thẳng, đánh xe tứ mã không bị ngưng trệ, muốn đến nơi nào, chắc chắn được không nghi ngờ. Tỳ-kheo này cũng lại như vậy, các căn tịch tịnh, ăn uống biết tiết độ, không bỏ kinh hành, thường niệm buộc ý ở trong đạo phẩm, Tỳ-kheo này liền thành một trong hai quả, ở trong hiện pháp hoặc dứt sạch các lậu, hoặc đắc A-na-hàm.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 6)

### **134. ĐÂY DỨT KIA DỨT, ĐOẠN SANH TỬ**

Nhân duyên này không thì không (kia), đây diệt thì (kia) diệt,

Vô minh diệt thì hành diệt  
Hành diệt thì thức diệt  
Thức diệt thì danh sắc diệt  
Danh sắc diệt thì sáu xứ diệt.

Sáu xứ diệt thì xúc diệt  
Xúc diệt thì thọ diệt  
Thọ diệt thì ái diệt  
Ái diệt thì thủ diệt.

Thủ diệt thì hữu diệt  
Hữu diệt thì sanh diệt  
Sanh diệt thì chết diệt.

Chết diệt thì sâu ưu khổ não đều bị diệt sạch ngoại trừ pháp giả hiệu.

Pháp tai, mũi, lưỡi, thân, ý, cũng lại như vậy. Khi khởi thì khởi, nhưng không biết nó từ đâu đến. Khi diệt thì diệt cũng không biết nơi nó diệt, trừ pháp giả hiệu kia.

Pháp giả hiệu kia là, đây khởi thì (kia) khởi, đây diệt thì (kia) diệt. Sáu xứ này cũng không có người tạo tác, cũng vậy danh sắc. Pháp sáu xứ là do cha mẹ mà có thai, cũng không nhân duyên mà có. Đây cũng là giả hiệu. Trước phải có đối đãi, sau đó mới có.

Giống như dùi cây tìm lửa. Vì trước có đối đãi, sau đó lửa sanh. Lửa không từ cây ra, cũng không ở ngoài cây. Nếu có người nào bỏ cây tìm lửa, cũng không thể được. Đều do nhân duyên hội hợp, sau đó có lửa. Sáu tình này khởi bệnh cũng lại như vậy, đều do duyên hợp ở trong đó khởi bệnh. Khi sáu xứ này khởi thì khởi, cũng không thấy nó đến. Khi diệt thì diệt, cũng không thấy nó diệt, trừ pháp giả hiệu kia. Nhân vì cha mẹ hội hợp mà có.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phẩm Thính pháp, Kinh số 7)

### **135. DI LẶC HẠ SANH**

Di-lặc Như Lai sẽ thọ tám vạn bốn nghìn năm. Sau khi bát-niết-bàn, di pháp của Ngài sẽ tồn tại tám vạn bốn nghìn năm. Sở dĩ như vậy, vì chúng sanh thời bấy giờ thầy đều có căn tính linh lợi. Nếu có thiện từ, thiện nữ nhân nào muốn thấy Phật Di-lặc và các Thanh văn trong ba hội, thành Kê-đâu, và bốn đại bảo tàng, muốn được ăn thứ lúa tự nhiên, mặc loại y phục tự nhiên, rồi khi thân hoại mạng chung sanh lên trời, những thiện nam tử, thiện nữ nhân ấy hãy chuyên cần tinh tấn, không sanh lòng biếng, và hãy cúng dường thừa sự các pháp sư bằng các thứ hương hoa thơm, cùng các phẩm vật cúng dường chớ để thiếu thốn.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48. Phẩm Bất Thiện, Kinh số 3)

### **136. ĐỊA NGỤC DO CHÍNH MÌNH TẠO**

Diêm vương bảo tội nhân kia, ‘Các ngươi không được thiện lợi. Xưa kia ở nhân gian, hưởng phước nhân gian, mà thân, miệng, ý hành không tương ưng, cũng không bố thí, nhân ái, lợi người, đặng lợi, vì vậy nên nay chịu nỗi khổ này. Hành vi ác này chẳng phải do cha mẹ tạo, cũng không phải quốc vương, đại thần tạo ra. Có các chúng sanh thân, miệng, ý thanh tịnh không có nhiễm ô giống như trời Quang âm. Có các chúng sanh tạo các hạnh ác, giống như trong địa ngục; thân, miệng, ý các ông bất tịnh nên đưa đến tội này.’



Diêm-la vương liền nói, ‘Ngày nào tôi sẽ thoát nạn khổ này, được sanh trong loài người, được làm thân người, mong được xuất gia cạo bỏ râu tóc, mặc ba pháp y, xuất gia học đạo.’

Diêm-la vương còn nghĩ vậy, hướng chi các người, nay được thân người, được làm Sa-môn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, thường hãy niệm thực hành thân, miệng, ý hành đừng cho thiếu sót. Hãy trừ năm kết sử, tu hành năm căn.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tự, Kinh số 5)

### **137. ĐÍCH NGHĨA CỦA SA MÔN**

Làm thế nào để tự thấp sáng, phát khởi pháp lạc, không hư dối, tự quy tội tôn? Ở đây, Tỳ kheo nội tự quán thân, ý an chỉ trên thân, tự thâm nhiếp tâm, trừ khử loạn tưởng, không có sầu ưu. Lại nữa, nội ngoại quán thân, thân niệm. Nội quán thọ, ngoại quán thọ, nội ngoại quán thọ; nội quán tâm, ngoại quán tâm, nội ngoại quán tâm; nội quán pháp, ngoại quán pháp, nội ngoại quán pháp. Tỳ kheo như vậy có thể tự mình thấp sáng, tu hành phát khởi pháp lạc, tự quy tội tôn. Tỳ kheo nào trong hiện tại hay tương lai mà có thể tự thấp sáng, không thoái thất gốc rễ của hành, Tỳ kheo ấy được sinh từ chính Ta.

Cho nên, Tỳ kheo, nếu muốn luận bàn, hãy luận bàn mười sự. Những gì là mười? Tỳ kheo tinh cần, thiếu dục, tri túc, có tâm dũng mãnh, đa văn mà có thể nói pháp cho người, không sợ hãi, giới luật đầy đủ, tam muội thành tựu,

trí tuệ thành tựu, giải thoát thành tựu, giải thoát tri kiến thành tựu. Nếu muốn luận bàn, các người hãy luận mười đề tài này. Vì sao? Chúng thắm nhuần tất cả, mang lại nhiều lợi ích, khiến có thể tu phạm hạnh, đạt đến chỗ vô vi diệt tận, Niết-bàn giới. Những luận bàn ấy là đích nghĩa của sa-môn. Các người hãy tinh cần tư duy, chớ để tâm rời xa. Tỳ kheo, hãy học điều này như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 7)

### **138. DIỆT TẬN**

Sắc do nhân duyên vô vi mà có tên này. Vô dục, vô vi, gọi là pháp diệt tận. Pháp ấy bị diệt tận, được gọi là diệt tận. Thọ, tưởng, hành, thức, vô vi, vô tác, đều là pháp diệt tận, vô dục, vô nhiễm ô. Pháp ấy bị diệt tận nên gọi là diệt tận.

Năm thủ uẩn vô dục, vô tác, là pháp diệt tận. Pháp ấy bị diệt tận nên gọi là diệt tận. Năm thủ uẩn này vĩnh viễn đã diệt tận, không sanh trở lại nữa nên gọi là diệt tận.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 9)

### **139. DIỆT THAM DỤC**

Hãy diệt một pháp, Ta sẽ xác chứng các người thành A-na-hàm. Một pháp gì? Tham dục.

Bị nhiễm bởi tham dâm

Chúng sanh rơi đường dữ

Siêng tu bỏ tham dục

Liên thành A-na-hàm.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 1)

#### **140. ĐIỀU TAI ƯƠNG TRONG ĐỜI LÀ DO MÌNH TẠO**

Lại có người quen làm việc sát sanh, gây các căn nguyên tội ác. Nếu sanh trong loài người, tuổi thọ rất ngắn.

Người quen thói trộm cướp, về sau sanh nhằm nghèo khổ, áo không đủ che thân, ăn không đầy miệng. Đó là do lấy tài vật của người, nên mới chịu như vậy. Nếu sanh trong loài người, phải chịu vô lượng khổ.

Nếu người dâm vợ người khác, sau sanh trong loài người thì gặp vợ không trinh lương.

Người nói dối, sau sanh làm người thì lời nói không ai tin, bị mọi người khi dễ. Ấy là do trước kia lừa dối đời, nói điều hư ngụy.

Người ác khẩu, chịu tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người thì nhan sắc xấu xí, ấy là do tiền thân ác khẩu nên chịu báo ứng này.

Người nói ý ngữ, chịu tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người, trong nhà bất hòa, thường hay đấu loạn nhau. Sở dĩ như vậy, do báo ứng của việc làm bởi tiền thân.

Người nói hai lưỡi, gây đầu loạn đây kia, thọ tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người, gia thất bất hòa, thường có chuyện gây gổ. Sở dĩ như vậy, đều do đời trước gây đầu loạn đây kia.

Người hay ganh tị kẻ khác, chịu tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người, thường bị người ghét. Thấy đều do hành vi đời trước mà ra như vậy

Người khởi tâm mưu hại, chịu tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người, ý không chuyên định. Sở dĩ như vậy, đều do đời trước móng tâm như vậy.

Hoặc người quen theo tà kiến, chịu tội địa ngục. Nếu sanh trong loài người, phải điếc, mù, câm ngọng, không ai muốn nhìn. Ấy là do nhân duyên bởi việc làm đời trước.

Do báo ứng của mười điều ác này mà dẫn đến tai ương như vậy, chịu vô lượng khổ; huống nữa là ngoài đó ra.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## **141. ĐỒ KỶ**

Ta ở trong đây không thấy một pháp nào đưa đến hoại diệt nhanh như ganh ghét, đồ kỹ đối với đồng phạm hạnh. Cho nên, các Tỳ-kheo nên tu hành từ nhẫn, thân hành từ, khẩu hành từ, ý hành từ.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Nhập Đạo, Kinh số 2)

## 142. ĐẠO ĐỊA NGỤC

Nay Ta bảo các người, không phải hạnh Sa-môn mà nói là Sa-môn; không phải người phạm hạnh mà nói là phạm hạnh; không nghe Chánh pháp mà nói là tôi nghe Chánh pháp; không có pháp thanh bạch. Người như vậy, thà đưa thân chịu kiếm bén này, chứ không vì không có giới mà nhận người cung kính. Vì sao vậy? Vì nỗi đau này chỉ trong chốc lát, còn sự thống khổ địa ngục thì không thể tả xiết.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 10)

## 143. ĐOẠN NĂM HẠ PHẦN KIẾT SỬ

Cũng như con bò chính dẫn đầu, một con đi đúng thì những con khác đều đi theo. Đệ tử của Ta cũng như vậy, sạch hữu lậu, thành vô lậu, tâm giải thoát, trí huệ giải thoát, ở trong hiện pháp tự thân tác chứng mà tự an trú, vượt cảnh giới Ma đến chỗ vô vi.

Cũng như con bò khỏe mạnh kia vượt qua sông Hằng đến được bờ bên kia. Hàng Thanh văn của Ta cũng như vậy, đoạn năm hạ phần kết, thành A-na-hàm, ở trên kia mà bát Niết-bàn, không còn trở lại cõi này nữa, qua cảnh giới ma đến chỗ vô vi.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 6)

## 144. DÙNG HOA ĐIỂM TRANG

Giống như, hoặc có người nam hay người nữ nào xinh đẹp vô song, tự tắm gội, mặc y phục mới, dùng hương thoa người. Lại có người đem hoa ưu-bát đến tặng cho. Người kia được hoa, liền đội lên đầu, vui mừng hớn hở không tự chế được.

Ở đây cũng lại như vậy, nếu có vị thiện gia nam tử nào, do lòng tin kiên cố, xuất gia học đạo, đối với giới cung kính, không để mất pháp Sa-môn, không có huyễn ngụy, không hành thô tháo, tâm ý nhu hòa, nói luôn nở nụ cười, không tổn thương ý người, tâm thường nhất định, không có thị phi, các căn không loạn.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 6)

## 145. ĐUỐC SÁNG

Kia, sao gọi là đuốc sáng? Diệt tận tham dâm, sân nhuế, ngu si.

Kia, sao gọi là nhân đưa đến nghiệp đạo đuốc sáng? Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh tam-muội.

Đó là nhân đưa đến nghiệp đạo sáng. Ta cũng nhân đây, đã nói về đuốc sáng, cũng đã nói về nhân đưa đến nghiệp đạo đuốc sáng. Những việc cần làm, nay Như Lai đã chu toàn. Các người hãy khéo nhớ nghĩ, phúng tụng,

chớ có lười biếng. Hiện tại nếu không hành, sau này hối không kịp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hòa Diệt, Kinh số 7)

## **146. GIÀ CHẾT**

Thế nào là già? Từng loại từng loại chúng sanh, mà ở đây nơi thân thể răng rụng, tóc bạc, khí lực khô cạn, các căn chín rục, thọ mạng ngày càng suy, thức cũ không phục hồi.

Thế nào là chết? Từng loại từng loại chúng sanh, mà dần dần thân thể không còn hơi ấm, vô thường biến dịch, năm thân thuộc chia lìa, thân năm uẩn bị vất bỏ, mạng căn bị cắt đứt.

Tỳ kheo, nên biết, đó gọi là già, bệnh, chết. Đây là pháp nhân duyên mà ý nghĩa được phân biệt rộng rãi. Những gì mà Chư Phật Như Lai cần làm với tâm từ ái, Ta nay đã làm xong. Các người hãy đến dưới gốc cây, ngồi ngoài trời trống, hay giữa bãi tha ma, hay nhớ nghĩ tọa thiền. chớ ôm lòng ngại khổ. Nay không tinh tấn, sau hối hận vô ích.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 5)

## **147. GIÀU SANG LÀ DO BỐ THÍ**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu hành, tu hành nhiều, mà hưởng phước cõi người, hưởng phước cõi trời, chúng đấng Niết-bàn: đó là bố thí rộng rãi.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Nếu có người nào hành bố thí rộng rãi, trong đời hiện tại được sắc đẹp, được sức khỏe, được đầy đủ tất cả; cõi trời, cõi người, hưởng phước vô lượng.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy hành bố thí, chớ có lòng keo lẩn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 4)

#### **148. GIÓ LỐC XOÁY VÀ NGƯỜI HOÀN TỤC**

Hôm nay, không trung có gió lốc xoáy. Nếu như có con chim nào lại bay đến đó, như ô thước, hồng hộc, gặp gió này thì đầu, nã, lông cánh, mỗi thứ mỗi nơi. Ở đây, một Tỳ-kheo cũng lại như vậy, bỏ giới cấm rồi sống đời bạch y. Khi ấy, sáu vật tùy thân như ba y, bình bát, ống đựng kim, v.v., thuộc mỗi thứ ở mỗi nơi, giống như gió lốc xoáy thổi chết chim kia. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tu hành phạm hạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 8)

#### **149. GIỚI**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệם Giới. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thần thông, loại bỏ các loạn tưởng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến



Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 4)

## **150. GIỮ GIỚI THÂN, ĐỊNH THÂN, HUỆ THÂN**

Hôm nay, Như Lai quán sát đích thú hướng đến của người thiện hành, ngay dù người ấy bị trúng độc, hay bị đao đá thương mà tự dứt mạng sống. Nhưng đó là do muốn xả thân này để hưởng phước trời, sẽ sanh vào cõi lành. Đó là do quá báo nghiệp lành đời trước đưa đến.

Cho nên, Tỳ-kheo, hãy niệm tu hành giới thân, định thân, huệ thân, giải thoát thân và giải thoát tri kiến thân. Muốn cho đời nay được quả báo kia, đắc đạo cam lồ, ngay dù có nhận y phục, đồ ăn thức uống, ngoạ cụ, thuốc men trị bệnh cũng không lầm lỗi, lại làm cho đàn việt hưởng phước vô cùng.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 1)

## **151. GỐC CỦA TẤT CẢ CÁC PHÁP**

Thánh đệ tử đến gặp bậc Thánh, vâng thọ pháp người, hầu hạ thiện tri thức, thường thân cận thiện tri thức, quán sát đất, thấy đều biết rõ ràng từ đâu đến, cũng không đắm trước vào đất, không có tâm nhiễm ô. Nước, lửa, gió, cũng như vậy. Người, Trời, Phạm vương, Quang âm, Biến tịnh, Quả thật, trời A-tỳ-da-đà, Không xứ, Thức xứ, Vô sở hữu

xứ, Phi tướng phi phi tướng xứ; thấy, nghe, nhớ, biết; một loại, nhiều loại, cho đến đối Niết-bàn cũng không đắm ở Niết-bàn, không khởi tướng Niết-bàn. Vì sao vậy? Vì tất cả đều do khéo phân biệt khéo quán sát.

Nếu Tỳ-kheo kia là A-la-hán lậu tận, việc cần làm đã xong, đã đặt gánh nặng xuống, đã dứt sạch nguồn gốc sinh tử, bình đẳng giải thoát. Vì ấy có thể phân biệt đất, thấy không khởi tướng đắm đất. Người, Trời, Phạm vương cho đến Hữu tướng vô tướng xứ, cũng vậy; cho đến đối Niết-bàn, cũng không đắm Niết-bàn, không khởi tướng Niết-bàn. Vì sao vậy? Vì đều do đã diệt trừ dâm, nô, si mà được như vậy.

Tỳ-kheo, nên biết, Như Lai, Chí chơn Đẳng chánh giác, đối với đất khéo hay phân biệt, cũng không đắm trước nơi đất, không khởi tướng về đất. Vì sao vậy? Vì do phá được lưới ái mà được như vậy. Nhân hữu mà có sinh, nhân sinh mà có lão, tử, thấy đều trừ hết. Cho nên Như Lai thành Vô thượng Chánh giác.

Kinh này gọi là: ‘Gốc rễ của tất cả các pháp.’ Nay Ta nói đầy đủ. Những điều mà chư Phật Thế Tôn cần làm, nay Ta đã làm đầy đủ. Các người hãy nghĩ tưởng ở nơi nhàn tĩnh, dưới bóng cây, chánh ý ngòai thiên, tư duy diệu nghĩa. Nay không làm, sau hối vô ích. Đây là những lời giáo giới của Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 6)

## 152. GỐC RỄ TẠO ÁC

Có hai pháp này ở thế gian thật là phiền não. Hai pháp gì? Tạo các gốc rễ ác, khởi lên các oán thù và không tạo hạnh lành.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy giác tri pháp phiền não này, và cũng nên giác tri pháp không phiền não. Các pháp phiền não thì hãy đoạn trừ, pháp không phiền não thì nên tu hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 4)

## 153. GỐC THAM DỤC

Sanh tử không đoạn tuyệt  
Thấy đều do tham dục  
Oán ghét thêm lớn ác  
Điều người ngu quen làm.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 7)

## 154. HAI ÂN

Thế nào là hai? Pháp ân, tài ân. Trên hết trong ân, không gì hơn pháp ân.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 5)

## 155. HAI HẠNG NÊN ĐƯỢC CÚNG DƯỜNG

Có hai pháp bổ thí cho người phàm phu mà được công đức lớn, thành quả báo lớn, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi. Sao gọi là hai pháp? Cúng dường cha mẹ. Đó là hai hạng người mà cúng dường đến thì được công đức lớn, thành quả báo lớn.

Lại nữa, cúng dường một vị Bồ-tát nhất sanh bồ xứ, được công đức lớn, được quả báo lớn, được vị cam lộ, đến chỗ vô vi. Cho nên, các Tỳ-kheo, thường niệm hiếu thuận cúng dường cha mẹ.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 10)

## 156. HAI HẠNG NGƯỜI DỄ THUYẾT PHÁP CHO NGHE

Có hai hạng người dễ thuyết pháp cho nghe. Sao gọi là hai? Thuyết tín cho người có tín; thuyết thí cho người không tham lam keo kiệt. Nay Tỳ-kheo, nếu thuyết tín cho người có tín, họ liền hoan hỷ, ý không hồi tiếc. Như người mắc bệnh, nói cho thuốc trừ bệnh liền được bình phục. Đây cũng như vậy. Thuyết tín cho người có tín, họ liền hoan hỷ, tâm không thay đổi.

Nếu lại thuyết thí cho người không tham lam keo kiệt, họ liền hoan hỷ, tâm không có tiếc. Cũng như có trai, gái xinh đẹp, thích tắm rửa mặt mày, tay chân, rồi lại có người mang hoa đẹp đến cho để tăng trưởng nhan sắc; lại đem y

phục, trang sức tốt đẹp tặng những người đó. Họ được vậy rồi, lòng càng hoan hỷ. Đây cũng như vậy. Thuyết thí cho người không tham lam keo kiệt, họ liền được hoan hỷ không có tâm tiếc.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 9)

### **157. HAI HẠNG NGƯỜI KHÓ GẶP**

Có hai hạng người xuất hiện thế gian, rất khó gặp được. Hai hạng người ấy là ai? Người hay thuyết pháp xuất hiện ở thế gian, thật là khó gặp được; người hay nghe pháp, thọ trì phụng hành, thật là khó gặp được.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 19. Phẩm Khuyến Thịnh, Kinh số 10)

### **158. HAI HẠNG NGƯỜI KHÔNG SỢ ĐIỆN CHỚP VÀ SẮM GẦM**

Thế gian có hai hạng này, nếu có thấy nghe điện chớp, sấm gầm thì cũng không sợ hãi. Hai hạng ấy là ai? Sư tử vua muôn thú, và A-la-hán lậu tận. Nay Tỳ-kheo, đó là gọi là ở thế gian nếu có hai hạng này, dù có thấy nghe điện chớp sấm gầm cũng không sinh lòng sợ hãi.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 19. Phẩm Khuyến Thịnh, Kinh số 4)

## 159. HAI HẠNG NGƯỜI PHI BÁNG NHƯ LAI

Có hai hạng người này ở trong chúng sẽ phát sinh hủy báng Như Lai. Hai hạng người nào? Hạng phi pháp nói là pháp; pháp nói là phi pháp.

Lại có hai hạng người không phi báng Như Lai. Thế nào là hai? Hạng phi pháp nói là phi pháp; thật pháp nói là thật pháp.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, phi pháp nên nói là phi pháp; thật pháp nên nói là thật pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 9)

## 160. HAI KIẾN

Thế nào là hai? Đó là hữu kiến, vô kiến.

Thế nào là hữu kiến? Thấy dục có thật; thấy sắc có thật; thấy vô sắc có thật. Thế nào là thấy dục có thật? Đó là năm dục. Sắc được thấy bởi mắt, rất khả ái, rất khả niệm mà người đời tôn thờ chưa từng lìa bỏ. Thanh được nghe bởi tai, hương được ngửi bởi mũi, vị được nếm bởi lưỡi, mướt láng được xúc chạm bởi thân, pháp được nhận biết bởi ý.

Thế nào là vô kiến? Thấy có thường, thấy vô thường; thấy có đoạn diệt, thấy không đoạn diệt; thấy có biên, thấy không biên; thấy có thân, thấy không thân; thấy có mạng, thấy không mạng; thấy thân khác, thấy mạng khác. Sáu

mười hai kiến này gọi là vô kiến và cũng chẳng phải là chân kiến.

Các Sa-môn, Bà-la-môn nào đã tập, đã đọc tụng ở nơi hai kiến chấp này, mà đáng xả thì biết xả, như thật biết, thì đó là Sa-môn trì hạnh Sa-môn; là Bà-la-môn biết hạnh Sa-môn, tự thân tác chứng mà tự an trú, và biết như thật rằng, ‘Sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, không còn tái sinh đời sau nữa.’

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phạm Hữu Vô, Kinh số 1 và 2)

## **161. HAI LOẠI KIẾN HỮU VÀ VÔ**

Hai loại kiến là kiến chấp hữu và kiến chấp vô. Những sa-môn, bà-la-môn nào do không biết gốc ngọn của hai kiến này nên có tâm dục, có tâm sân nhuế, có tâm ngu si, có tâm ái, có tâm chấp thủ. Họ là những kẻ vô tri. Họ có tâm phần nộ, không tương ưng với hành. Người kia không thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, sầu ưu, khổ não, chua, cay, muôn mối khổ không thoát được.

Những sa-môn, bà-la-môn nào biết điều đó như thật, họ không có tâm sân nhuế, ngu si, hăng tương ưng với hành, nên thoát khỏi được sanh, già, bệnh, chết. Nay nói về nguồn gốc của khổ như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phạm Đăng Thứ Bốn Đề, Kinh số 1)

## 162. HAI LỰC

Thế nào là hai lực? Nhẫn lực, tư duy lực. Nếu Ta không có hai lực này, đã không thành Vô thượng, Chánh chơn, Đẳng chánh giác.

Nếu không có hai lực này, Ta đã không hề có sáu năm khổ hạnh ở xứ Ưu-lưu-tỳ, lại cũng không thể hàng phục ma oán, thành đạo Vô thượng Chánh chơn ngôi nơi đạo tràng. Vì Ta có nhẫn lực, tư duy lực này, nên mới có thể hàng phục chúng ma, thành đạo Vô thượng Chánh chơn ngôi nơi đạo tràng.

Này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện tu hai lực này: nhẫn lực, tư duy lực, để thành đạo Tu-đà-hoàn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, A-la-hán, ở vô dư Niết-bàn giới mà Bát-niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phạm Hỏa Diệt, Kinh số 8)

## 163. HAI MƯƠI MỘT KẾT

Những gì là hai mươi một kết? Sân tâm kết, nhuế hại tâm kết, thù miên tâm kết, trạo cử tâm kết, nghi tâm kết, nộ tâm kết, ky tâm kết, não tâm kết, tật tâm kết, tăng tâm kết, vô tầm tâm kết, vô quý tâm kết, huyễn tâm kết, gian tâm kết, ngụy tâm kết, tránh tâm kết, kiêu tâm kết, mạn tâm kết, đố tâm kết, tăng thượng mạn tâm kết, tham tâm kết.

Giống như tấm lụa trắng mới, để lâu ngày nên mục nát, có nhiều bụi bặm. Dù có muốn nhuộm thành màu



xanh, vàng, đỏ, đen, rốt cuộc cũng không thành được. Vì sao? Vì có bụi bặm.

Cũng vậy, nếu người mà tâm bị nhuộm dính với hai mươi một kết, thì nên quán sát rằng người đó chắc chắn sẽ đọa đường dữ, không sinh về cõi lành.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 13. Phẩm Lợi Dưỡng, Kinh số 5)

### **164. HAI NGHIỆP**

Thế nào là hai nghiệp? Có pháp nghiệp, có tài nghiệp. Trên hết trong nghiệp, không gì hơn pháp nghiệp. Cho nên, này các Tỳ-kheo, nên học pháp nghiệp, không học tài nghiệp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 4)

### **165. HAI NGƯỜI KHÔNG THỂ BÁO ÂN HẾT ĐƯỢC**

Có hai người không thể báo ơn hết được, khuyến giáo làm điều thiện. Hai người đó là ai? Đó là cha mẹ.

Này các Tỳ-kheo, nếu có người vai trái vác cha, vai phải vác mẹ, trải qua ngàn vạn năm, lo áo quần, cơm nước, giường nệm, ngọa cụ, thuốc men chữa bệnh, đại tiện, tiểu tiện ngay ở trên vai, vẫn chưa thể báo ơn hết được. Tỳ-kheo nên biết, cha mẹ ân trọng, bông bế, nuôi dưỡng, từ lúc giữ gìn không lỡ thời tiết, xem như mặt trời, mặt trăng. Do phương tiện này mà biết ân này khó báo đáp. Cho nên,

này các Tỳ-kheo, phải cúng dường cha mẹ, thường phải hiếu thuận, không lỡ thời tiết.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 11)

## **166. HAI NHÂN KHỞI CHÁNH KIẾN**

Những gì là hai? Nhận pháp giáo hóa, bên trong tư duy chỉ quán. Đó là hai nhân, hai duyên này khởi lên chánh kiến.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 10)

## **167. HAI NIẾT BÀN**

Những gì là hai? Hữu dư Niết-bàn giới, vô dư Niết-bàn giới.

Kia sao gọi là hữu dư Niết-bàn giới? Tỳ-kheo đã diệt năm hạ phần kết, rồi bát-niết-bàn ở kia, không còn trở lại thế gian này nữa. Đó gọi là hữu dư Niết-bàn giới.

Kia, sao gọi là vô dư Niết-bàn giới? Cũng vậy, Tỳ-kheo đã diệt tận hữu lậu, thành vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, tự thân tác chứng mà tự an trú, biết như thật rằng, ‘Sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần là đã làm xong, không còn tái sinh đời sau nữa.’ Đó gọi là vô dư Niết-bàn giới.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện để đến vô dư Niết-bàn giới.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phạm Hòa Diệt, Kinh số 2)

## **168. HAI PHÁP**

Thế nào là hai pháp? Một là trí tuệ, hai là diệt tận. Đó gọi là bên trong tự tư duy và chuyên tinh nhất ý lễ kính Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phạm Hữu Vô, Kinh số 7)

## **169. HAI PHÁP KHÔNG BIẾT CHÁN ĐỦ: DÂM VÀ RƯỢU**

Nan-đà nên biết, có hai pháp không biết chán đủ. Nếu có người nào sống theo hai pháp này thì không bao giờ biết chán đủ. Hai pháp gì? Dâm dục và uống rượu, đó gọi là hai pháp không biết chán đủ. Nếu người nào sống theo hai pháp này, thì không bao giờ biết chán đủ. Do bởi hành quả này mà không thể đạt đến chỗ vô vi. Cho nên, này Nan-đà, hãy ghi nhớ bỏ hai pháp này, sau nhất định sẽ thành tựu quả báo vô lậu. Nan-đà, nay người khéo tu phạm hạnh; con đường dẫn đến quả đạo, không thể điều không do đây.

Nhà lợp không kín  
Trời mưa ắt dột  
Người không thực hành  
Dâm, nộ, si dột.

Nhà khéo lợp kín  
Trời mưa không dột  
Người hay thực hành  
Không dâm, nộ, si.

Thế Tôn lại tự nghĩ: Thiện gia nam tử này dục ý quá nhiều, nay Ta có thể dùng lửa để trị lửa.

Rồi Thế Tôn liền dùng thần lực, tay nắm Nan-đà; trong khoảnh khắc giống như lực sĩ co duỗi cánh tay, đem Nan-đà lên Hương sơn. Bấy giờ trên núi có một hang đá, lại có một con khỉ cái mù loà đang ở nơi đó. Thế Tôn, tay phải nắm Nan-đà, bảo rằng:

Nan-đà, ngươi có thấy con khỉ cái mù loà này không?

Thưa: Có thấy, Thế Tôn!

Thế Tôn bảo: Đẳng nào xinh đẹp? Tôn-đà-lợi cô gái họ Thích xinh đẹp hay con khỉ cái mù loà này xinh đẹp?

Nan-đà thưa: Giống như có người đã thương lỗ mũi con chó dữ, lại bôi thêm độc vào, con chó kia càng thêm dữ hơn. Ở đây cũng như vậy, Thích nữ Tôn-đà-lợi, nếu đem con khỉ cái mù loà để cùng so sánh, thì không thể làm thí dụ được. Giống như đồng lửa lớn thiêu đốt sơn dã, còn dùng củi khô bỏ thêm vào thì lửa càng trở nên hùng hực. Ở đây cũng vậy, con nhớ cô gái họ Thích kia, không rời khỏi tâm được.

Bấy giờ Thế Tôn trong khoảnh khắc như co duỗi cánh tay biến khỏi núi này, hiện đến Tam thập tam thiên. Khi ấy

chư thiên trên Tam thập tam thiên đều tụ họp tại giảng đường Thiện pháp. Cách giảng đường Thiện pháp không xa, lại có cung điện, năm trăm ngọc nữ đang vui đùa với nhau, toàn là người nữ không có người nam. Nan-đà từ xa trông thấy năm trăm thiên nữ, đang ca hát kỹ nhạc vui đùa với nhau; bèn hỏi Thế Tôn:

Đây là những đâu, mà có năm trăm thiên nữ ca hát kỹ nhạc vui đùa với nhau?

Thế Tôn bảo: Nan-đà, ngươi tự đến đó mà hỏi!

Tôn giả Nan-đà liền đi đến chỗ năm trăm thiên nữ; thấy cung điện nhà cửa kia, trái hàng trăm thứ tọa cụ tốt; toàn là người nữ không có người nam. Tôn giả Nan-đà hỏi thiên nữ kia:

Các cô, có đúng là thiên nữ đang cùng nhau vui đùa khoái lạc phải không?

Thiên nữ đáp: Chúng tôi có năm trăm người, tất cả đều thanh tịnh, không có phu chủ. Chúng tôi nghe Thế Tôn có đệ tử tên là Nan-đà, là con di mẫu của Phật. Ngài đang ở chỗ Như Lai tu phạm hạnh thanh tịnh, sau khi mạng chung sẽ sinh về cõi này làm phu chủ chúng tôi, cùng vui đùa với nhau.

Lúc ấy Tôn giả Nan-đà lòng rất vui mừng không thể tự chế, liền tự nghĩ: Hiện tại ta là đệ tử Thế Tôn, lại là con di mẫu. Những thiên nữ này đều sẽ làm vợ cho ta.

Bấy giờ, Nan-đà thối lui, đi đến chỗ Thế Tôn. Thế Tôn hỏi: Thế nào Nan-đà, Các ngọc nữ kia nói gì?

Nan-đà thưa: Các ngọc nữ kia đều nói, Chúng tôi đều không có phu chủ. Nghe có đệ tử Thế Tôn khéo tu phạm hạnh, sau khi mạng chung sẽ sinh về nơi này.

Thế Tôn bảo: Nan-đà, ý người thế nào? Nan-đà, ý người thế nào?

Nan-đà thưa: Khi ấy, con tự nghĩ, ‘Ta là đệ tử Thế Tôn, là con di mẫu của Phật. Những thiên nữ này tất cả đều sẽ làm vợ cho ta.’

Thế Tôn bảo: Khoái thay, Nan-đà! Khéo tu phạm hạnh, Ta sẽ xác chứng cho người, khiến cho năm trăm người nữ này đều sẽ thành những người hầu hạ người.

Bấy giờ Thế Tôn lại nghĩ: Nay Ta sẽ dùng lửa để diệt lửa Nan-đà. Trong khoảnh khắc giống như lực sĩ co duỗi cánh tay, Thế Tôn tay phải nắm cánh tay Nan-đà, dẫn đến trong địa ngục. Lúc này chúng sanh địa ngục đang chịu ngàn ấy khổ não. Khi ấy trong địa ngục kia có một cái vạc lớn, trống không có người. Thấy vậy, Nan-đà sinh lòng sợ hãi, lông áo đều dựng đứng, đến trước Thế Tôn thưa:

Ở đây mọi chúng sanh đều chịu khổ đau, chỉ có độc nhất cái vạc này trống không có người!

Thế Tôn bảo: Đây gọi là địa ngục A-tỳ.

Bấy giờ, Nan-đà lại càng sợ hãi hơn, lông áo đều dựng đứng lên, bạch Thế Tôn:

Đây là địa ngục A-tỳ, mà sao có một chỗ trống không có tội nhân?

Thế Tôn bảo: Nan-đà, ngươi tự đến đó hỏi.

Tôn giả Nan-đà liền đi đến đó và hỏi:

Thế nào ngục tốt, đây là ngục gì mà trống, không có người?

Ngục tốt đáp: Tỳ-kheo nên biết, đệ tử của Phật Thích-ca Văn tên là Nan-đà, ở chỗ Như Lai tu phạm hạnh thanh tịnh, sau khi thân hoại mạng chung sinh về chỗ lành trên trời. Ở đó, ông ta sống lâu nghìn tuổi, tự vui đùa khoái lạc, mạng chung ở đó lại sinh vào trong địa ngục A-tỳ này. Cái vạc trống này chính là nhà của ông ta.

Tôn giả Nan-đà nghe xong những lời này, sinh lòng sợ hãi, lông áo đều dựng đứng, liền tự nghĩ, Cái vạc trống này chính là dành cho ta chăng? Rồi trở lại chỗ Thế Tôn, đánh lễ sát chân bạch Thế Tôn:

Xin nhận sự sám hối tội của chính con, vì không lo tu phạm hạnh, lại còn xúc nhiễu Như Lai!

Bây giờ Tôn giả Nan-đà, liền nói kệ này:

Đời người không đủ quý  
Tuổi trời rồi cũng tàn  
Địa ngục đầy thống khổ  
Chỉ có vui Niết-bàn.

Bấy giờ, Thế Tôn bảo Tôn giả Nan-đà: Lành thay! Như những gì người đã nói. Niết-bàn rất là khoái lạc. Nan-đà, cho phép người sám hối. Người kẻ ngu si đã tự biết là mình có lỗi đối với Như Lai. Nay Ta nhận sự hối lỗi của người, sau này chớ tái phạm.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 7)

### **170. HAI PHÁP KHÔNG MONG ĐỢI**

Hai pháp gì? Oán ghét gặp nhau, điều này không thể mong đợi, cũng không đủ để mến yêu, bị người đời vứt bỏ. Ân ái biệt ly, không thể mong đợi cũng không đủ để yêu mến, bị người đời vứt bỏ.

Có hai pháp không bị người đời bỏ. Hai pháp gì? Oán ghét xa lìa, được người đời ưa thích. Ân ái họp một chỗ, rất đáng yêu mến, được người đời ưa thích. Nay Ta nói oán ghét xa lìa, ân ái gặp nhau là có nghĩa gì, có duyên gì?

Hai pháp này do ái nổi lên, do ái sanh ra, do ái mà thành, do ái trôi dạt, phải học trừ ái này, đừng để sanh ra.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 13)

### **171. HAI PHÁP: TÀ VÀ CHÁNH**

- 1) Tà kiến, chánh kiến
- 2) Tà tư duy, chánh tư duy
- 3) Tà ngữ, chánh ngữ



- 4) Tà nghiệp, chánh nghiệp
- 5) Tà mạng, chánh mạng
- 6) Tà tinh tấn, chánh tinh tấn
- 7) Tà niệm, chánh niệm
- 8) Tà tam-muội, chánh tam-muội.

Nay Ta đã nói hai pháp này cho các người. Những điều cần làm, nay Như Lai đã chu toàn xong. Các người hãy khéo nhớ nghĩ, quán sát, phúng tụng chớ có lười mỏi. Hiện tại, nếu người nào không hành, sau này hối không kịp.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hỏa Diệt, Kinh số 6)

## **172. HAI THÍ**

Những gì là hai? Pháp thí, tài thí. Trên hết trong bố thí, không gì hơn pháp thí.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 3)

## **173. HAI TƯỞNG ĐỂ NHẬN**

Người trí có hai tướng để nhận diện mạo. Những gì là hai? Ở đây, với người trí những việc không thể làm xong được thì không làm, những việc làm sắp xong, cũng không chán bỏ.

Hãy gạt bỏ hai tướng của người ngu; hãy nương hai tướng của người trí mà tu hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 5)

## 174. HÀNG PHỤC BỐN PHÁP

Thế nào là Tỳ kheo hàng phục bốn pháp: hàng phục thân ma, dục ma, tử ma, thiên ma. Tất cả đều được hàng phục.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## 175. HẠNH CỦA TỖ KHEO

Tỳ kheo ăn uống biết đủ, ngày đêm kinh hành, không mất thời tiết, hành các đạo phẩm.

Thế nào là Tỳ kheo có các căn tịch tĩnh? Ở đây, Tỳ kheo, khi mắt thấy sắc, không khởi tưởng đắm trước, gọi các loạn niệm, ở trong đó mà nhãn căn được thanh tịnh, trừ các niệm xấu, không niệm pháp bất thiện. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân biết trơn mịn, ý biết pháp, ở nơi ý căn mà được thanh tịnh.

Thế nào là Tỳ kheo ăn uống biết đủ? Ở đây, Tỳ kheo lường bụng mà ăn; không vì mục đích mập trắng, mà chỉ cốt duy trì thân này cho được tồn tại, trừ khử bệnh cũ, bệnh mới không sanh, để có thể tu phạm hạnh. Cũng như trai hay gái, trên thân sanh ghẻ, tùy thời lấy thuốc cao mà bôi lên vết thương, thường mong vết thương được lành. Nay Tỳ kheo ở đây cũng vậy, lường bụng mà ăn. Sở dĩ lấy mỡ bôi bánh xe, là muốn đi được xa. Tỳ kheo lường bụng mà ăn, vì để duy trì mạng tồn tại.

Thế nào là Tỳ kheo hằng biết tỉnh giác? Ở đây, Tỳ kheo vào lúc đầu đêm, cuối đêm, hằng biết tỉnh giác, tư duy pháp 37 phẩm đạo. Lại nữa, đầu đêm, cuối đêm, đi kinh hành, trừ khử ý tưởng ác kết bất thiện. Rồi lại, nửa đêm nằm nghiêng bên hông phải, hai bàn chân chồng lên nhau, hướng đến tướng ánh sáng. Cuối đêm, trở dậy kinh hành, trừ khử niệm bất thiện.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 7)

## **176. HÀNH DÂM DỤC NHƯ CON HEO**

Kia, sao gọi là người như heo? Hoặc có một người sống nơi vắng vẻ, lâu dài tập hành dâm dục, có hành vi xấu ác, cũng không hổ thẹn, lại không hối lỗi. Đối với người thì tự khen mình, cống cao, tự đắc, nói rằng ‘Tôi có được ngũ dục tự vui chơi, còn những người kia không có được ngũ dục.’ Nó tạo ác mà không biết hổ thẹn. Người này dụ như heo, thường ăn đồ bất tịnh, nằm chỗ bất tịnh, chạy theo chân các con heo khác.

Ở đây cũng vậy, có một người lâu dài tập hành dâm dục, có hành vi xấu ác, cũng không hổ thẹn, lại không hối lỗi. Đối với người thì tự khen mình, cống cao, tự đắc, nói rằng ‘Tôi có được ngũ dục tự vui chơi, còn những người kia không có được ngũ dục.’ Đó gọi là người như heo.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hỏa Diệt, Kinh số 3)

## 177. HÀNH NÀO NẶNG NHẤT

Vua bạch Phật: Trong ba hành này, hành nào nặng nhất, hành bởi thân, hành bởi miệng, hay hành bởi ý?

Phật nói với vua: Trong ba hành này, hành bởi ý nặng nhất. Hành bởi thân và hành bởi miệng, không đáng để nói.

Vua hỏi Phật: Do nhân duyên gì mà nói hành bởi ý là tối đệ nhất?

Phật nói: Phạm những hành vi mà con người làm trước hết được suy niệm bởi ý, sau đó mới phát ra miệng. Dầu phát ra miệng, khiến thân hành sát, đạo, dâm. Thiệt căn bất định, cũng không có đầu mối. Giả sử người mạng chung, thiệt căn vẫn tồn tại. Nhưng, này Đại vương, vì sao thân, miệng của người ấy không làm được gì cả?

Vua bạch Phật: Vì người kia không có ý căn, nên mới như vậy.

Phật bảo Vua: Do phương tiện này mà biết rằng ý căn là tối quan trọng, còn hai cái kia thì nhẹ thôi.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## 178. HÀNH TÂM TỪ VÔ LƯỢNG

Ngày xưa Ta trong bảy năm hằng tu từ tâm, trải qua bảy kiếp thành, kiếp hoại không qua lại sinh tử. Khi kiếp sắp hoại, sinh lên trời Quang âm. Khi kiếp sắp thành, sinh lên trời Vô tướng. Hoặc làm Phạm thiên thống lãnh chư thiên, thánh lãnh mười nghìn thế giới. Lại có khi 37 lần

làm Thích Đề-hoàn Nhân. Lại vô số lần làm Chuyển luân Thánh vương. Do phương tiện này mà biết rằng, ai hành từ tâm, đức của người ấy là như vậy.

Lại nữa, ai hành từ tâm, khi thân hoại mạng chung, sinh lên cõi trời, rời xa ba ác đạo, tránh khỏi tám nạn.

Lại nữa, ai hành từ tâm thì sinh vào nước trung chánh.

Ai hành từ tâm, có dung mạo xinh đẹp, các căn không khuyết, hình thể toàn vẹn.

Ai hành từ tâm, tự thân được thấy Như Lai, thừa sự chư Phật, không thích sống tại gia, muốn được xuất gia học đạo, khoác ba pháp y, cạo bỏ râu tóc, tu hành pháp samôn, tu Phạm hạnh vô thượng.

Tỳ kheo, nên biết, cũng như kim cương mà người mang lấy ăn, trọn không bao giờ tiêu hóa mà phải xổ ra. Người hành từ tâm cũng vậy. Nếu Như Lai xuất thế, người đó sẽ hành đạo, tu phạm hạnh vô thượng., cho đến, biết như thật rằng sinh đã dứt, phạm hạnh đã lập, điều cần làm đã làm xong, không cần còn tái sinh đời sau.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 5)

## **179. HIỂN LỘ THÌ TỐT**

Lại có ba sự mà hiển lộ thì tốt, che khuất thì không tốt. Những gì là ba? Mặt trời, mặt trăng, hiển lộ thì tốt, che khuất thì không tốt. Pháp ngữ của Như Lai, hiển lộ thì tốt,

che khuất thì không tốt. Tỳ-kheo, đó gọi là có ba sự này mà hiển lộ thì tốt, che khuất thì không tốt.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 4)

## **180. HỘ TRÌ MỘT**

Thế nào là Tỳ kheo hộ trì một? Ở đây, Tỳ kheo buộc niệm trước mắt.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

## **181. HÓA ĐỘ VOI DỮ**

Đề-bà-đạt-đa đi đến chỗ vua A-xà-thế, nói như vậy:

Đại vương, nên biết, hiện tại con voi hung dữ này có khả năng hàng phục các kẻ thù. Nên dùng rượu mạnh cho voi này uống say. Sáng mai Sa-môn Cù-đàm ắt sẽ vào thành khát thực, hãy thả voi say này dẫm đạp chết ông ta!

Sáng sớm hôm đó, Thế Tôn đáp y, ôm bát tính vào thành La-duyệt khát thực. Vua A-xà-thế liền bảo tượng sư:

Người hãy mau đem rượu mạnh cho voi uống, cột kiếm bén vào vòi, và lập tức thả cho nó chạy.

Bấy giờ Thế Tôn dẫn các Tỳ-kheo đến cửa thành, vừa cất chân vào cửa, khi ấy trời đất chấn động mạnh, các chư thiên tôn thần ở giữa hư không rải xuống các loại hoa. Tức thì năm trăm Tỳ-kheo thấy voi say đến, mọi người đều bỏ chạy, không biết theo hướng nào! Lúc đó voi hung dữ kia

thấy Như Lai từ xa, nó liền chạy đến. Thấy voi say đến, thi giả A-nan sau Thế Tôn lòng không an, bạch Thế Tôn: Voi này dữ quá! Coi chừng bị hại! Hãy tránh xa nó!

Thế Tôn bảo: A-nan, chớ sợ! Nay Ta sẽ dùng thần lực hàng phục voi này.

Như Lai quan sát voi hung bạo với khoảng cách không gần cũng không xa, liền hóa ra các sư tử vương ở hai bên, và phía sau voi kia là một hầm lửa lớn. Lúc này voi dữ kia thấy hai bên là sư tử vương cùng thấy hầm lửa, liền té vãi phân tiêu, không biết chạy đi đâu, nó cứ nhắm phía trước hướng Như Lai mà chạy đến.

Bấy giờ, Thế Tôn liền nói kệ này:

Ngươi chớ làm hại Rồng  
Rồng hiện rất khó gặp  
Do ngươi không hại Rồng  
Mà được sinh chỗ thiện.

Lúc ấy voi hung bạo nghe Thế Tôn nói kệ này, như bị lửa đốt, liền tự gỡ kiếm hướng về Như Lai, quỳ hai gối phủ phục sát đất, lấy vòi liếm chân Như Lai. Bấy giờ, Thế Tôn đưa tay phải đuổi thẳng, sờ vào đầu voi mà nói kệ:

Sân nhuế sinh địa ngục  
Cũng sinh thân rắn rít  
Cho nên phải trừ sân  
Chớ thọ thân này lại.

Lúc đó các vị Thiên thần ở giữa hư không dùng hàng trăm nghìn loài hoa tung rải trên Như Lai. Bấy giờ Thế Tôn nói pháp vi diệu cho bốn bộ chúng trời, rồng, quỷ, thần. Hơn sáu vạn nam nữ, sau khi thấy Phật hàng phục voi, mọi trần cấu đều dứt sạch, đắc pháp nhãn tịnh; và tám vạn Thiên Nhân cũng đắc pháp nhãn tịnh. Lúc đó tự trong thân voi say kia gió đao nổi dậy, thân hoại mạng chung, sinh về cung Tứ thiên vương.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 5)

## **182. HOA ƯU ĐÀM NỞ**

Như Lai xuất hiện ở đời, thật là khó gặp; ức kiếp mới xuất hiện, thật không thể gặp. Một thời thật lâu dài, Như Lai mới xuất hiện. Giống như hoa Ưu-đàm-bát thỉnh thoảng mới xuất hiện. Cũng vậy, Như Lai xuất hiện ở đời, thật là khó gặp; ức kiếp mới xuất hiện, nên thật là khó gặp. Trường hợp này cũng khó gặp: Tất cả các hành đều tĩnh chỉ, ái diệt tận không còn, cũng không nhiễm ô, diệt tận, Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hỏa Diệt, Kinh số 1)

## **183. HƯƠNG THÍ LÀ ĐỆ NHẤT**

Mộc mật và chiên-đàn  
Ưu-bát và các hương  
Trong hết thầy hương này  
Hương giới là tối thắng.



Thành tựu được giới này  
Không dục, không bị nhiễm  
Chánh trí mà giải thoát  
Chỗ đi, Ma chẳng biết.

Hương này tuy tuyệt diệu  
Là các hương đàn, mật  
Nhưng hương giới tối diệu  
Mười phương đều nghe biết.

Chiên-đàn tuy có hương  
Ư-bát và các hương  
Ở trong các hương này  
Hương vẫn là đệ nhất.  
Chiên-đàn tuy có hương  
Ư-bát và các hương  
Ở trong các hương này  
Hương thí là đệ nhất.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 5)

#### **184. HỮU LẬU ĐƯỢC ĐOẠN**

Sao gọi là hữu lậu được đoạn? Tỳ-kheo sinh tưởng dục mà không xả ly; khởi tưởng sân nhuế cũng không xả ly; lại khởi tưởng tật đố cũng không xả ly. Nếu không xả

ly thì sinh hữu lậu, nếu có thể xả ly liền có thể không khởi hữu lậu.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

### **185. HỮU LẬU ĐƯỢC ĐOẠN BẰNG OAI NGHI**

Sao gọi là lậu được đoạn nhờ oai nghi? Tỳ-kheo khi mắt thấy sắc không khởi tương sắc, cũng không khởi tâm nhiễm ô, giữ nhìn nhãn căn đầy đủ, không để khuyết lậu. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân biết mịn láng, ý biết pháp đều không khởi tâm nhiễm ô, cũng không khởi đắm mà giữ gìn ý căn. Nếu không giữ gìn oai nghi mình thì sinh hữu lậu, nếu giữ gìn oai nghi mình thì không có tai hoạn hữu lậu.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

### **186. HƯU TỨC**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm hưu tức. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 7)

## **187. KHAM NHÃN ĐOẠN TRỪ LẬU**

Tỳ-kheo chịu đựng đói lạnh, cần khô, gió mưa, ruồi muỗi, lời ác, mạ nhục, thân sinh thống khổ, rất là đau buồn, mạng sắp muốn đứt, mà có thể nhẫn chịu. Nếu không như vậy, liền sinh khổ não. Nếu có thể kham chịu, thì không sinh như vậy. Đây gọi là lậu được đoạn bởi kham nhẫn.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

## **188. KHÉO TU PHẠM HẠNH**

Pháp của Ta sâu thẳm, rộng lớn không có bờ mé, đoạn trừ các hồ nghi, là chốn an ổn, chánh pháp. Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân chuyên cần dụng tâm không để khuyết, dù cho thân thể khô kiệt, hủy hoại, vẫn không bao giờ xả bỏ hành tinh tấn, buộc chặt tâm không quên lãng; tu hành pháp khổ thật không phải dễ, ưa chốn nhàn tĩnh, tịch tĩnh tư duy, không xả bỏ hành đầu-đà, như nay Như Lai hiện tại khéo tu phạm hạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cấm, Kinh số 2)

## **189. KHỔ ĐẾ**

Này năm Tỳ-kheo, pháp bốn thánh đế này, khổ đế làm phát sanh mắt, sanh trí, sanh minh, sanh giác, sanh quang, sanh huệ. Đó là pháp trước kia chưa từng được nghe. Lại nữa, khổ đế là chân thật, nhất định không hư dối, không

vọng, không thể khác; là điều được Thế Tôn nói. Cho nên gọi là khổ đế.

Khổ tập đế làm phát sanh mắt, sanh trí, sanh minh, sanh giác, sanh quang, sanh huệ; là pháp trước đây chưa từng được nghe. Lại nữa, khổ tập đế là chân thật, nhất định không hư dối, không vọng, không thể khác; là điều được Thế Tôn nói. Cho nên gọi là khổ tập đế.

Khổ tận đế làm phát sanh mắt, sanh trí, sanh minh, sanh giác, sanh quang, sanh huệ; là pháp trước đây chưa từng được nghe. Lại nữa, khổ tận đế là chân thật, nhất định không hư dối, không vọng, không thể khác; là điều được Thế Tôn nói. Cho nên gọi là khổ tận đế.

Khổ xuất yếu đế làm phát sanh mắt, sanh trí, sanh minh, sanh giác, sanh quang, sanh huệ; là pháp trước đây chưa từng được nghe. Lại nữa, khổ xuất yếu đế là chân thật, nhất định không hư dối, không vọng, không thể khác; là điều được Thế Tôn nói. Cho nên gọi là khổ xuất yếu đế.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 5)

## **190. KHÓ KÈM LÒNG TRƯỚC SẮC DỤC**

Bấy giờ, có người nữ tên Dâm Chung nghe vua có sắc lệnh: ‘Ai có thể làm cho thái tử Thanh Tịnh ưa thích năm dục thì ta sẽ thưởng cho ngàn vàng và các vật báu.’ Cô liền đến chỗ vua cha và tâu:

Hãy cho tôi ngàn vàng và các vật báu, tôi có thể khiến cho thái tử của vua quen với năm dục.

Vua cha bảo: Nếu làm được việc ấy, ta sẽ ban cho gấp đôi; không phụ lời hứa.

Ngay đêm đó, vào canh hai, dâm nữ ở cạnh cửa phòng thái tử giả bộ cất tiếng khóc. Thái tử nghe tiếng khóc người nữ, liền hỏi người hầu:

Đây là người nào đến đây mà khóc?

Người hầu đáp: Đó là người nữ, đang khóc ở cạnh cửa.

Thái tử nói: Khanh mau đến chỗ đó, hỏi vì sao khóc?

Người hầu kia liền đến chỗ đó hỏi vì sao khóc. Dâm nữ đáp: Bị chồng bỏ, cho nên khóc!

Người hầu trở vào tâu Thái tử: Người nữ này bị chồng bỏ, lại sợ trộm cướp, cho nên khóc!

Thái tử bảo: Dẫn người nữ này để trong chuồng voi.

Đến đó, cô lại vẫn khóc. Thái tử bảo dẫn vào chuồng ngựa, cô lại khóc.

Thái tử lại bảo quan hầu: Dẫn đến đây!

Cô liền được dẫn vào nhà. Ở đây cô lại vẫn khóc.

Thái tử đích thân tự hỏi: Vì sao lại khóc?

Dâm nữ đáp: Thưa thái tử, người nữ một mình yếu đuối, rất là sợ hãi, cho nên khóc.

Thái tử bảo: Lên trên giường ta thì không còn sợ nữa.

Lúc ấy, người nữ im lặng không đáp, cũng không còn khóc. Rồi thì, người nữ liền cởi y phục, tới trước nắm tay thái tử đặt lên ngực mình. Cảm giác kinh sợ chỉ trong chốc lát, nhưng rồi dần dần khởi dục tưởng. Khi dục tâm đã khởi thì thân thể đến với nhau.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phạm Lục, Kinh số 6)

## 191. KHỔ VUI

- 1) Người trước khổ, sau vui
- 2) Người trước vui sau khổ
- 3) Người trước khổ sau khổ
- 4) Người trước vui, sau vui.

Hoặc có một người sinh nhà ti tiện, hoặc dòng sát nhân, hoặc giới thợ thuyền, hoặc sinh nhà tà đạo, cùng các giới bần khổ khác, áo cơm không đủ. Tuy họ sinh vào những nhà đó, nhưng người kia lại không có tà kiến, thấy rằng ‘Có bố thí, có người nhận, có đời này, có đời sau, có Sa-môn, Bà-la-môn, có cha, có mẹ, đời có A-la-hán, người lãnh thọ giáo pháp, cũng có quả báo thiện ác.’ Nếu thấy có nhà nào rất giàu, thì họ biết đó nhờ báo đức bố thí, báo không phóng dật ngày xưa. Hoặc họ lại thấy nhà không áo cơm, biết những người này không tạo đức bố thí thường gặp bần tiện. ‘Nay ta lại gặp bần tiện, không có áo cơm, đều do ngày xưa không tạo phước, mê hoặc người đời, hành pháp phóng dật. Duyên báo ác hạnh này, nay gặp nghèo hèn áo cơm không đủ.’ Khi thấy Sa-môn, Bà-la-

môn tu pháp thiện, người ấy liền hưởng về sám hối, sửa đổi những việc làm xưa. Nếu có của dư, đem chia cho người. Người này sau khi qua đời sinh về xứ thiện, lên trời. Nếu sinh cõi người thì lắm tiền nhiều của báu, không thiếu hụt. Hạng người này gọi là trước khổ sau vui.

Ở đây, hoặc có một người sinh vào nhà hào tộc, hoặc dòng sát-lợi, hoặc dòng trưởng giả, hoặc nhà dòng họ lớn; hoặc sinh vào các nhà giàu sang, áo cơm đầy đủ. Nhưng người đó thường ô mê lòng tà kiến tương ưng cùng biên kiến. Họ thấy như vậy, ‘Không có bố thí, không có người nhận, cũng không có báo đời này đời sau, cũng không có cha mẹ, đời không có A-la-hán, cũng không có người tác chứng, lại cũng không có báo thiện ác.’ Người đó có những tà kiến như vậy. Khi thấy nhà giàu sang, họ nghĩ, ‘Người này lâu nay vẫn có của báu này; người nam đã lâu vẫn là người nam, người nữ đã lâu vẫn là người nữ, súc sanh đã lâu vẫn là súc sanh.’ Người ấy không thích bố thí, không giữ giới luật. Khi thấy sa-môn, bà-la-môn vâng giữ giới, người này nổi sân nhuế nghĩ, ‘Người ấy hư nguy, nơi nào sẽ có phước báo ứng?’ Người này sau khi qua đời sinh vào trong địa ngục. Nếu được làm người thì sinh vào nhà bần cùng, không có áo cơm, thân thể loã lồ, cơm áo thiếu thốn. Hạng người này gọi là trước vui sau khổ.

Ở đây, có người sinh vào gia đình bần tiện, hoặc dòng sát nhân, hoặc giới thợ thuyền; hoặc sinh vào những gia đình hạ liệt, không có áo cơm. Nhưng người này thân ô mê tà kiến, cùng tương ưng với biên kiến, nên họ thấy như

vậy, ‘Không bố thí, không có người nhận, cũng không có báo thiện ác đời này đời sau, cũng không có cha mẹ, đời không A-la-hán.’ Người ấy không thích bố thí, không vâng giữ giới. Khi thấy sa-môn, bà-la-môn, người ấy liền nổi sân nhuế đối với các bậc Hiền thánh. Người này thấy người nghèo thì cho rằng đã vậy từ lâu; thấy người giàu thì cho rằng đã vậy từ lâu; thấy cha, xưa đã là cha; thấy mẹ, xưa đã là mẹ. Người này sau khi qua đời sinh vào trong địa ngục. Nếu sinh cõi người thì rất là nghèo hèn, áo cơm không đủ. Hạng người này gọi là trước khổ sau khổ.

Ở đây, hoặc có một người sinh vào nhà giàu sang, hoặc dòng sát-lợi, hoặc dòng bà-la-môn, hoặc sinh vào dòng quốc vương, hoặc sinh dòng trưởng giả, cùng sinh vào gia đình lắm tiền nhiều của. Nơi sinh ra không bị thiếu hụt. Người này sinh vào những nhà như vậy, nhưng người này lại có chánh kiến không có tà kiến. Họ có cái thấy này: ‘Có bố thí, có người nhận, có đời này đời sau, đời có sa-môn, bà-la-môn, cũng có báo thiện ác, có cha có mẹ, đời có A-la-hán.’ Người này khi thấy gia đình giàu sang lắm tiền nhiều của, liền nghĩ thầm, ‘Người này có được là nhờ ngày xưa bố thí.’ Hoặc lại thấy nhà nghèo hèn thì nghĩ, ‘Người này trước kia do không bố thí. Nay ta nên tùy thời bố thí, chớ để sau này sinh nhà nghèo hèn.’ Vì vậy nên người này thường thích bố thí cho người. Người này nếu thấy sa-môn đạo sĩ thì tùy thời thăm hỏi sức khỏe, cung cấp y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, thuốc men trị bệnh; thấy đều bố thí hết. Nếu sau khi mạng chung tất sinh xứ thiện lên trời. Nếu cõi



người tất sinh vào nhà giàu sang, lắm tiền nhiều của. Hạng người này gọi là trước vui sau vui.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 1)

## **192. KHOẢNG KHẮC LÀ SANH LÊN CÕI TRỜI**

Ta thường quán sát thấy những điều niệem tướng trong tâm một người. Người này như trong khoảnh khắc co duỗi cánh tay mà sinh lên trời. Sở dĩ như vậy, do tâm thiện. Đã sinh tâm thiện, liền sinh lên trời.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 9. Phẩm Con Một, Kinh số 6)

## **193. KHÔNG BIẾT CHÁN ĐỦ MÀ MẠNG CHUNG**

Thế gian có hai hạng người vì không biết chán, đủ, mà mạng chung. Hai hạng người ấy là gì? Người được tài vật luôn cất giấu và người có được tài vật lại thích cho người. Đó gọi là hai hạng người không biết chán đủ, mà mạng chung.

Ở đây, có người thiện gia nam tử học các kỹ thuật, hoặc theo nghề làm làm ruộng, hoặc học tập chép sách, hoặc tập kế toán, hoặc tập thiên văn, hoặc tập địa lý, hoặc tập bói tướng, hoặc học làm sứ giả phương xa, hoặc làm thần tá vua, không tránh nóng lạnh, đói rét, cần khổ mà tự mưu sống cho mình. Người ấy làm mọi công sức như vậy mà được tài vật, nhưng người kia không thể dám ăn tiêu, cũng không cấp cho vợ con, cũng không cho nô tì, hay những bà con quyền thuộc; tất cả đều không cho. Những

tài vật có được ấy, hoặc bị vua tước đoạt, hoặc bị giặc trộm, hoặc bị lửa thiêu, nước cuốn, phân tán chỗ khác, lợi kia không được hưởng; hoặc ngay trong nhà có người phân tán vật này, không cho để yên một chỗ. Nay Tỳ-kheo, đó gọi là được tài luôn cất giấu.

Kia, sao gọi là được tài vật đem phân cho? Có người thiện gia nam tử học các kỹ thuật, hoặc theo nghề làm ruộng, hoặc tập nghề chép sách, hoặc tập kế toán, hoặc tập thiên văn, hoặc tập địa lý, hoặc tập bói tướng, hoặc học sứ phương xa, hoặc làm thần tá vua, không tránh nóng lạnh, đói rét, cần khổ mà tự mưu sống cho mình. Người ấy làm mọi công sức như vậy mà được tài vật, nhưng người kia đem bố thí cho chúng sanh, phụng dưỡng cho cha mẹ, nô tì, vợ con, cũng chu cấp rộng rãi cho Sa-môn, Bà-la-môn, tạo ra các thứ công đức, gieo trồng phước cõi trời. Nay Tỳ-kheo, đó gọi là được tài mà đem bố thí.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 2)

## **194. KHÔNG ĐẮC ĐẠO VÌ MƯỜI MỘT LÝ DO**

Cũng có hạng chúng sanh không đắc đạo. Hạng người ấy có mười một. Những gì là mười một? Đó là, gian nguy, ác ngữ, khó can gián, không biết đền trả, hay ganh tị, giết cha mẹ, giết A-la-hán, đoạn thiện căn, việc thiện trở lại làm ác, chấp có ngã, khởi ác niệm nhắm đến Như Lai. Bà-

la-môn, đó là mười một hạng người không thể đạt đến đạo tám chi này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 5)

## 195. KHÔNG ĐỦ GIỚI HẠNH

Bà-la-môn bạch Phật: Những người như thế nào là rò rỉ, không đầy đủ?

Thế Tôn đáp: Nếu có người giao tiếp với người nữ, hoặc sờ nắm tay chân nhau, ấp ủ trong lòng, nhớ mãi không quên; người đó, này bà-la-môn, được nói là hành không trọn vẹn, bị rò rỉ, các sự dâm dật cùng tương ưng với dâm, nộ, si.

Hoặc người ấy đùa cợt, đối đáp với người nữ. Này bà-la-môn, người đó được nói là người này hành không trọn vẹn, bị rò rỉ, có dâm, sân, si; phạm hạnh không đầy đủ để tu thanh tịnh hạnh.

Hoặc có người trừng mắt nhìn người nữ không di chuyển rời ở trong đó khởi tưởng dâm, nộ, si, sanh các loạn niệm; này bà-la-môn, người này được nói là phạm hạnh không thanh tịnh, không tu phạm hạnh.

Hoặc có người từ xa nghe, hoặc nghe tiếng khóc, hoặc nghe tiếng cười, bèn ở trong đó khởi các loạn tưởng dâm, nộ, si; này bà-la-môn, người này được nói là không thanh tịnh, tu phạm hạnh, cùng tương ưng với dâm, nộ, si, phạm hạnh không toàn đủ.

Lại nữa, hoặc có người đã từng gặp người nữ, sau đó sinh tưởng nhớ hoặc, hoặc con mắt người nữ, ở trong đó sinh tưởng, tại nơi khuất kín vắng vẻ, khởi dâm, nộ, si, cùng ác hạnh tương ưng; này bà-la-môn, người này được nói là không tu Phạm hạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phẩm Thính pháp, Kinh số 9)

## **196. KHÔNG DU HÀNH CÓ NĂM CÔNG ĐỨC**

Người không du hành nhiều có năm công đức. Sao gọi là năm? Pháp chưa từng đắc sẽ đắc, pháp đã đắc rồi lại không quên mất, nghe nhiều mà ghi nhớ được, có thể đắc định ý, đã đắc tam-muội rồi không bị mất. Đó gọi là người không du hành nhiều có năm công đức này.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 7)

## **197. KHÔNG KHỞI Ý ĐẮM TRƯỚC**

Người kia vì sao như sư tử? Này Tỳ-kheo, hoặc có người được cúng dường y phục, đồ ăn thức uống, giường chiếu, ngọa cụ, thuốc men chữa bệnh. Người đó được rồi liền tự dùng, không khởi tâm nhiễm trước, cũng không có dục ý, không khởi các tưởng, hoàn toàn không có những niệm này, tự biết pháp xuất yếu. Cho dù không được lợi dưỡng, không khởi loạn niệm, không tâm tăng giảm. Như sư tử chúa ăn thịt thú nhỏ. Lúc đó, vua loài thú cũng không nghĩ: ‘Cái này ngon, cái này không ngon;’ không

khởi tâm đắm nhiễm, cũng không dục ý, không khởi các tưởng. Người này cũng lại như vậy. Nếu được cúng dường y phục, đồ ăn thức uống, giường chiếu, ngọc cụ, thuốc men chữa bệnh. Người đó được rồi liền tự dùng, không khởi ý tưởng đắm trước, cho dù không được cũng không có các niệm tưởng.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 4)

## **198. KHÔNG LUẬN BÀN CHÍNH TRI**

Tỳ kheo, chớ móng tâm luận bàn quốc sự. Vì không do sự luận bàn này mà có thể đạt đến Niết-bàn diệt tận; cũng không phải là pháp chánh hành của sa-môn. Nếu bàn luận những sự việc ấy, đó không phải là chánh nghiệp. Các người nên học mười đề tài bàn luận. Những gì là mười?

Tỳ kheo tinh cần, thiếu dục, tri túc, có tâm dũng mãnh, đa văn mà có thể nói pháp cho người, không sợ hãi, giới luật đầy đủ, tam muội thành tựu, trí tuệ thành tựu, giải thoát thành tựu, giải thoát tri kiến thành tựu. Nếu muốn luận bàn, các người hãy luận mười đề tài này. Vì sao? Chúng thắm nhuần tất cả, mang lại nhiều lợi ích, khiến có thể tu phạm hạnh, đạt đến chỗ vô vi diệt tận, là thiết yếu của Niết-bàn.

Các người, các thiện gia nam tử, đã xuất gia học đạo, xa rời thế tục, hãy tinh cần tư duy, chớ để tâm rời xa. Tỳ kheo, hãy học điều này như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 6)

## 199. KHÔNG MẠN

Không mạn, dầu cam lồ  
Phóng dật, con đường chết  
Không mạn, thì không chết  
Ai mạn, tức là chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 10. Phẩm Hộ Tâm, Kinh số 1)

## 200. KHÔNG NÊN GẮN GỬI

Có hai sự này, người học đạo không nên gắn gửi. Hai sự ấy là gì?

1) Tham đắm pháp dục lạc; đó là pháp phạm phu hạ tiện.

2) Hoặc lại tự hành khổ, với trăm mối khổ não.

Đó là hai việc mà người học không nên gắn gửi. Như vậy, sau khi xả bỏ hai sự này, Ta tự có con đường chí yếu thành tựu được Chánh giác, sinh nhãn, sinh trí, ý được tịch tĩnh, đắc các thần thông, thành quả Sa-môn, đạt đến Niết-bàn.

Thế nào là con đường chí yếu thành tựu được Chánh giác, sinh nhãn, sinh trí, ý được tịch tĩnh, đắc các thần thông, thành quả Sa-môn, đạt đến Niết-bàn? Đó là tám phẩm đạo Hiền thánh, là chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Đó gọi là con đường chí yếu, khiến Ta thành tựu được Chánh giác, sinh nhãn, sinh trí, ý được

tịch tĩnh, đắc các thần thông, thành quả Sa-môn, đạt đến Niết-bàn.

Như vậy, này các Tỳ-kheo, hãy học xả bỏ hai sự ấy và tu tập đạo chí yếu.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 19. Phẩm Khuyên Thỉnh, Kinh số 2)

## **201. KHÔNG NÓI DỐI**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu, tu nhiều, mà thành hạnh địa ngục, thành hạnh súc sanh, thành hạnh ngạ quỷ; nếu sinh vào cõi người, thì hơi miệng hôi hám, làm người chán ghét: đó là nói dối vậy.

Này các Tỳ-kheo, nếu có người nào nói dối, nói thêu dệt, gây tranh cãi phải quấy, thì liền bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Vì sao vậy? Vì sự nói dối ấy.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, phải chí thành không được nói dối.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 7)

## **202. KHÔNG PHÁ HOẠI THÁNH CHÚNG**

Chẳng tà thường hay ngủ, chứ đừng để trong khi thức mà có ý nghĩ muốn phá hoại Thánh chúng. Đã phá hoại Thanh chúng, đọa tội ngũ nghịch, thì dù có đến ức nghìn chư Phật cũng không thể cứu chữa. Những ai gây đấu loạn giữa Chúng, người ấy sẽ đọa tội không thể cứu chữa. Vì

vậy ở đây Ta nói, chẳng thà cứ hay ngủ, chứ đừng để trong khi thức mà có ý muốn phá hoại Thánh chúng, chịu tội không thể cứu chữa.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phẩm Phi Thường, Kinh số 6)

### **203. KHÔNG PHÓNG DẬT**

Tỳ-kheo thường thủ hộ tâm khỏi pháp hữu lậu. Khi Tỳ-kheo thủ hộ tâm khỏi pháp hữu lậu, vị ấy liền ở nơi pháp hữu lậu mà được an vui, cũng có tín lạc, an trụ không di dịch, hằng chuyên tâm ý, luôn tự lực cố gắng.

Vị kia hành không phóng dật, hằng tự cẩn thận, nếu dục lậu chưa sinh thì khiến không sinh; dục lậu đã sinh, thì có thể khiến nó diệt. Hữu lậu chưa sinh thì khiến không sinh, hữu lậu đã sinh, thì có thể khiến nó diệt. Vô minh lậu chưa sinh thì khiến không sinh; vô minh lậu đã sinh, thì có thể khiến nó diệt.

Tỳ-kheo ở đó hành không phóng dật, ở một nơi vắng vẻ, thường tự giác tri, an trú, liền được giải thoát khỏi tâm dục lậu; liền được giải thoát khỏi tâm hữu lậu, vô minh lậu. Khi đã được giải thoát, liền được giải thoát trí, biết rằng, sinh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, không còn tái sinh nữa.

(Tăng Nhất A Hàm, 10. Phẩm Hộ Tâm, Kinh số 1)



## **204. KHÔNG PHÓNG DẬT VÀ TU BỐN CHÁNH ĐOẠN**

Trong những ánh sáng tinh tú, ánh sáng mặt trăng là tối thượng đệ nhất. Trong các loại hoa như hoa chiêm bặc, hoa tu-ma-na trên chư thiên giữa loài người, hoa bà-sur là tối đệ nhất. Ở đây cũng như vậy, trong những công đức thiện của ba mươi bảy pháp đạo phẩm, hành không phóng dật là đệ nhất tối tôn tối quý. Không phóng dật, Tỳ-kheo tu bốn chánh đoạn, tu nhiều bốn chánh đoạn.

1) Pháp tỳ ác chưa sanh, tìm cầu phương tiện khiến không cho sanh, tâm không rời xa, hằng muốn khiến nó không sanh.

2) Pháp tỳ ác đã sanh, tìm cầu phương tiện khiến diệt, tâm không xa lìa, hằng muốn khiến diệt.

3) Pháp thiện chưa sanh, tìm cầu phương tiện khiến sanh.

4) Pháp thiện đã sanh, tìm cầu phương tiện khiến tăng nhiều, không để thoái thất, tu hành đầy đủ, tâm ý không quên.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 26. Phẩm Bốn Đoạn Ý, Kinh số 3-4)

## **205. KHÔNG PHÓNG DẬT NƠI THIỆN PHÁP**

Không gây nhiều tất cả chúng sanh, không gây hại tất cả chúng sanh, không nào hại tất cả chúng sanh. Đó là hành không phóng dật. Kia sao gọi là thiện pháp? Đó là

tám đạo phẩm Hiền thánh: chánh kiến, chánh tinh tấn, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tư duy, chánh niệm, chánh định. Đó gọi là thiện pháp.

Thí tất cả chúng sanh

Không bằng người thí pháp

Thí chúng sanh tuy phước

Pháp thí một người hơn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 10. Phẩm Hộ Tâm, Kinh số 2)

## **206. KHÔNG TÀ DÂM VỢ NGƯỜI**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu hành, tu hành nhiều, mà hưởng phước cõi người, hưởng phước cõi trời, chúng đấng Niết-bàn: đó là không tà dâm vợ người.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Nếu có người nào trinh khiết, không tà dâm, thân thể hương khiết, cũng không có tướng tà vạy, sẽ hưởng được phước cõi người, cõi trời.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, chớ hành tà dâm, khởi ý dâm loạn.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 6)

## 207. KHÔNG TAM-MUỘI

Lành thay, như Xá-lợi-phất mới có thể an trú nơi Không tam-muội. Vì sao vậy? Trong các tam-muội, Không tam-muội là tối thượng đệ nhất. Tỳ kheo an trú Không tam-muội không chấp trước ngã, nhân, thọ mạng, cũng không thấy có chúng sinh, cũng không thấy có bản mặt của các hành. Do không thấy có, nên không tạo gốc rễ của hành. Do không có hành nên không còn tái sinh đời sau. Do không còn tái sinh đời sau, nên không còn thọ nhận quả báo khổ lạc.

Xá-lợi-phất, nên biết, ngày xưa khi Ta chưa hành Đạo, ngồi dưới gốc thọ vương, suy nghĩ như vậy: Các loài chúng sinh này do không nắm bắt được pháp gì mà phải trôi lăn trong sinh tử, không được giải thoát? Khi ấy, Ta lại nghĩ, vì không có Không tam-muội nên phải trôi nổi sinh tử, không được giải thoát. Có Không tam-muội này, nhưng chúng sinh chưa đạt được, khiến chúng sinh khởi tưởng niệm đấm trước. Do khởi tưởng thế gian nên thọ nhận phần sinh tử. Nếu đạt được Không tam-muội này, không có gì là sở nguyện, do đó đạt được Vô nguyện tam-muội. Do đạt được Vô nguyện tam-muội, không mong cầu chết nơi này sinh về nơi kia; hoàn toàn không có tưởng niệm. Bây giờ hành giả ấy lại đạt được và an trú trong Vô tướng tam-muội.

Các loài chúng sanh này do không đạt được ba tam-muội này nên trôi nổi sinh tử.

Sau khi quán sát các pháp, Ta liền đắc Không tam-muội. Sau khi đắc Không tam-muội, Ta liền thành A-nậu-đa-la tam-miệu-tam-bồ đề. Ta lúc bấy giờ do đạt được Không tam-muội, bảy ngày bảy đêm quán sát cây Đạo thọ, mắt không hề nhắm.

Xá-lợi-phất, do phương tiện này mà biết rằng Không tam-muội là tối đệ nhất trong các tam-muội. Vua trong các tam-muội là Không tam-muội vậy. Cho nên, xá-lợi-phất, hãy tìm cầu phương tiện hoàn thành Không tam-muội.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phạm Mã Vương, Kinh số 6)

## **208. KHÔNG THOÁT THẦN CHẾT DÙ CÓ TRỐN Ở ĐẤU**

Bấy giờ, bốn bà-la-môn cùng đắc ngũ thông, tu hành pháp lành, ở chung một chỗ, bàn luận với nhau rằng: Lúc thần chết đến, chẳng tránh người mạnh khoẻ. Mỗi người hãy ẩn nấp khiến thần chết không biết chỗ đến.

Sau đó, một bà-la-môn bay lên không trung, muốn được khỏi chết; nhưng tránh chẳng khỏi, mà chết ở không trung. Vị bà-la-môn thứ hai lặn xuống đáy biển lớn, muốn được khỏi chết, nhưng chết ở đó. Bà-la-môn thứ ba muốn khỏi chết, chui vào lòng núi Tu-di và chết trong đó. Bà-la-môn thứ tư chui xuống đất, đến biên tế kim cang, muốn được thoát chết, lại chết ở đó.

Bấy giờ, Thế Tôn dùng thiên nhãn xem thấy bốn bà-la-môn, mỗi người đều tránh chết mà thầy đều chết.

Không phải hư không, biển

Không phải vào hang đá

Không có địa phương nào

Thoát khỏi không bị chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 4)

## **209. KHÔNG TÌM ĐƯỢC LỖI CÂY**

Các người chớ dấy lên ý tưởng này, ham lợi dưỡng của Tỳ kheo Đề-bà-đạt-đâu. Kẻ ngu kia vì lợi dưỡng này sẽ tự diệt vong. Vì sao vậy? Ở đây Tỳ-kheo Đề-bà-đạt-đâu sẽ không đạt kết quả như ước nguyện đối với mục đích xuất gia học đạo.

Như có người ra khỏi làng xóm, tay cầm búa bén, đi đến cây lớn, ý mong muốn trước hết là mong cây lớn, nhưng khi kịp đến cây kia thì chỉ mang cành lá trở về. Nay Tỳ-kheo này cũng như vậy, vì tham đắm lợi dưỡng. Vì lợi dưỡng này, tự khen mình trước mọi người, chê bai người khác, nên những việc làm của Tỳ-kheo không đạt kết quả như sở nguyện. Người ấy vì lợi dưỡng này nên không tìm cầu phương tiện khởi tâm đồng mãnh như người kia tìm không được lỗi cây, bị người trí vứt bỏ.

Nay Tỳ-kheo cũng vậy, phát sinh lợi dưỡng, nhưng vâng giữ giới luật, không tự khen, lại chẳng chê bai người khác. Tu hành tam-muội cũng như vậy, lần lượt hành trí huệ. Ở trong pháp này, trí huệ là bậc nhất. Tỳ-kheo Đề-bà-đạt-đâu ở trong pháp này đã không được trí huệ, tam muội, cũng không đầy đủ pháp giới luật.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 4)

## **210. KHÔNG TRANH LUẬN CHUYỆN THỊ PHI**

Không nên gặp người ngu

Đừng a tòng người ngu

Cũng đừng cùng thảo luận

Tranh luận chuyện thị phi.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 6)

## **211. KHÔNG UỐNG RƯỢU**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu, tu nhiều, mà chịu tội địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ; nếu sinh vào cõi người thì cuồng si, ngu muội, không biết chân ngụy: đó là uống rượu.

Nếu có người nào tâm ham uống rượu, thì sẽ sinh vào nơi không có trí tuệ, thường chịu ngu si.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, cẩn thận chớ uống rượu.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 9)

## **212. KHÚC GỖ KHÔNG VƯỚNG BỜ**

Nếu khúc gỗ này không vướng bờ này, không vướng bờ kia, không chìm giữa dòng, không bị tấp lên bờ, không bị người vớt, không bị phi nhân vớt, không bị dòng nước xoáy, không bị mục rã, nó sẽ trôi dần đến biển. Vì sao vậy? Vì biển là nguồn gốc của các dòng sông.

Tỳ-kheo, các người cũng như vậy. Nếu không không đắm bờ này, không đắm bờ kia, không chìm giữa dòng, không tấp lên bờ, không bị người bắt giữ, không bị phi nhân bắt giữ, cũng không bị nước xoáy, cũng không bị mục rã, dần dần các người sẽ xuôi đến Niết-bàn. Vì sao vậy? Xuôi đến Niết-bàn là chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh tinh tấn, chánh niệm, chánh định. Đó là nguồn gốc của Niết-bàn.

Bấy giờ, có người chặn bò tên Nan-đà đang đứng chống gậy. Người chặn bò từ xa nghe những lời nói như vậy, bèn đi lần đến chỗ Thế Tôn mà đứng. Bấy giờ người chặn bò bạch Thế Tôn:

Nay con cũng không vướng bờ này, không vướng bờ kia, không chìm giữa dòng, không tấp lên bờ, không bị

người vớt, chẳng bị phi nhân vớt, không bị dòng nước xoáy, cũng chẳng mục rã, dần dần xuôi về Niết-bàn. Cúi xin Đức Thế Tôn cho phép con ở trong đạo này được làm sa môn.

Như Lai chấp thuận ông làm sa-môn, thọ giới cụ túc.

Bờ này là chỉ thân. Bờ kia là thân diệt tận. Chìm giữa dòng là dục ái. Tấp lên bờ là năm dục. Bị người bắt giữ là, như có thiện gia nam tử phát thệ nguyện này: ‘Do phước lành công đức này tôi sẽ làm vua nước lớn, hoặc làm đại thần.’ Bị phi nhân bắt giữ là, như có Tỳ-kheo phát nguyện như vậy: ‘Tôi sẽ sinh lên trời Tứ thiên vương mà hành phạm hạnh. Nay ta đem công đức nguyện sanh về các cõi trời.’ Đó gọi là bị phi nhân bắt giữ. Bị dòng nước xoáy, đó là tà nghi. Mục rã là tà kiến, tà tư duy, tà ngữ, tà nghiệp, tà mạng, tà tinh tấn, tà niệm, tà định. Đó là mục rã.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hỏi tám Chính, Kinh số 3)

### **213. KIẾN ĐOẠN TRỪ HỮU LẬU**

Ở nơi Tỳ-kheo mà những gì là hữu lậu được đoạn trừ bởi kiến, liền được đoạn trừ bởi kiến; được đoạn trừ bởi kham nhẫn liền được đoạn trừ bởi kham nhẫn, được đoạn trừ bởi thân cận liền thân cận, được đoạn trừ bởi viễn ly liền được đoạn trừ bởi viễn ly, được đoạn trừ bởi oai nghi liền được đoạn trừ bởi oai nghi, được đoạn trừ bởi tư duy liền tư duy. Đó gọi là Tỳ-kheo đầy đủ tất cả oai nghi có thể



đoạn ái kết, xả ái dục, vượt qua bốn bậc lưu, dần dần thoát khổ. Đây Tỳ-kheo, đó gọi là pháp trừ hữu lậu.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

## **214. KIẾP SỐ LÂU DÀI**

Ví dụ có một núi đá lớn, dài rộng một do tuần, cao một do tuần. Giả sử một người tay cầm một tấm lụa trời, cứ một trăm năm phát một cái. Cho đến khi đá mà hết mà số kiếp vẫn khó hạn định. Số kiếp lâu dài không có biên tế, như vậy không phải một kiếp hay một trăm kiếp. Vì sao vậy? Sanh tử lâu dài, không thể hạn lượng, không có biên tế. Chúng sanh bị vô minh bao phủ, trôi nổi sanh tử không có kỳ hạn thoát ra. Chết đây, sanh kia, không hề cùng tận. Ta ở trong đó mà nhầm chán sanh tử. Như vậy, Tỳ kheo, hãy tìm cầu phương tiện dứt hết tướng ái ân này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bất Niết-bàn, Kinh số 4)

## **215. LA-HẦU-LA CHÚNG A-LA-HÁN**

La-hầu-la tư duy như vậy, tâm được giải thoát khỏi dục, không còn các thứ ác, có tầm, có tứ, có hỷ lạc do viễn ly sinh, chứng và an trú sơ thiền. Tầm từ đã dứt, nội tâm tịch tĩnh, chuyên tinh nhất tâm; không tầm, không tứ, có hỷ lạc do định sinh, chứng nhập và an trú nhị thiền. Là hỷ, an trú xả, giác tri thân lạc, điều mà các Hiền thánh nói, xả, niệm, an trú lạc, chứng nhập và an trú an trú tam thiền.

Khổ và lạc kia đã diệt, ưu hỷ trước cũng đã diệt, không khổ không lạc; xả, niệm thanh tịnh, chứng nhập và an trú tứ thiên.

Với tâm tam-muội này, thanh tịnh không bụi nhơ, thân thể nhu nhuyễn, La-hầu-la biết mình từ đâu đến, nhớ những việc đã làm trước kia, tự biết đời trước, những việc trong vô số kiếp trước; cũng biết một đời, hai đời, ba đời, bốn đời, năm đời, mười đời, hai mươi đời, ba mươi đời, bốn mươi đời, năm mươi đời, một trăm đời, nghìn đời, vạn đời, hàng nghìn vạn đời, kiếp thành, kiếp bại, vô số kiếp thành, vô số kiếp bại, ức năm không thể kể xiết: Ta đã từng sinh nơi kia, tên gì, họ gì, ăn thức ăn như vậy, hưởng khổ vui như vậy, thọ mạng dài ngắn, chết kia sinh đây, chết đây sinh kia.

Với tâm tam-muội này, thanh tịnh không tì vết, La-hầu-la cũng không còn các kết, cũng biết chỗ khởi của tâm chúng sanh. Bằng thiên nhãn thanh tịnh không tì vết, La-hầu-la quán biết như thật các loài chúng sinh, người sống, kẻ chết, sắc đẹp, sắc xấu, đường lành, đường dữ, hoặc tốt, hoặc xấu, điều đã làm, điều đã tạo. Hoặc có chúng sanh thân hành ác, miệng hành ác, ý hành ác, phỉ báng Hiền thánh, thường hành tà kiến, tạo hạnh tà kiến, thân hoại mạng chung. sinh vào địa ngục. Hoặc lại có chúng sanh thân hành thiện, miệng hành thiện, ý hành thiện, không phỉ báng Hiền thánh, thường hành chánh kiến, tạo hạnh chánh kiến, thân hoại mạng chung sinh lên trời cõi thiện. Đó gọi là thiên nhãn thanh tịnh không tì vết, quán biết như thật

các loài chúng sanh, người sống, kẻ chết, sắc đẹp, sắc xấu, đường lành, đường dữ, hoặc tốt, hoặc xấu, điều đã làm, điều đã tạo.

Rồi lai vận dụng ý, thành tâm vô lậu. La-hầu-la lại quán biết như thật đây là khổ; lại quán biết như thật đây là tập khởi của khổ, cũng quán biết như thật đây là sự diệt tận khổ, cũng quán biết như thật đây là xuất yếu của khổ. La-hầu-la quán biết như thật như vậy, tâm được giải thoát khỏi dục lậu; được giải thoát khỏi hữu lậu, vô minh lậu. Đã được giải thoát, nên liền được trí giải thoát, biết rằng, sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau. Bây giờ, Tôn giả La-hầu-la thành A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 1)

## **216. LẠC THỌ LÀ SỨ GIẢ CỦA ÁI DỤC**

Cảm thọ lạc kia là sứ giả của ái dục. Cảm thọ khổ kia là sứ giả của sân nhuế sai khiến. Cảm thọ không khổ không lạc kia là sứ giả của si. Cho nên, này Tỳ-kheo, hãy học phương tiện tìm cầu diệt các sứ giả này. Vì vậy, các người hãy tự nhiệt hành, tự tu hành pháp cần phải tu hành, đặc pháp vô tỷ. Các Tỳ-kheo nên biết, sau khi Ta diệt độ, nếu có Tỳ-kheo nào tự niệm nhiệt hành tu hành pháp này, đặc pháp vô tỷ, người ấy chính là đệ nhất Thanh văn.

Tỳ-kheo, hãy tự nhiệt hành, tự tu hành pháp cần phải tu hành, đặc pháp vô tỷ. Ở đây, Tỳ-kheo tự quán thân nơi

nội thân, tự quán thân nơi ngoại thân, tự quán thân nơi ngoại thân mà tự an trú; quán nội thọ, quán ngoại thọ, quán nội ngoại thọ; quán nội tâm, quán ngoại tâm, quán nội ngoại tâm; quán nội pháp, quán ngoại pháp, quán nội ngoại pháp tự an trú.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 3)

## **217. LÀM NGẠ QUỶ LÀ DO TÀ DÂM**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu, tu nhiều, mà thành hạnh địa ngục, thành hạnh súc sanh, thành hạnh ngạ quỷ; nếu sinh vào cõi người, sống tại gia gian dâm không có tịnh hạnh, bị người chê bai, và thường bị phi báng. Một pháp gì? Đó là tà dâm.

Phật bảo các Tỳ-kheo: Nếu có người nào dâm dật vô độ, thích xâm phạm vợ người, liền bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh; nếu sinh vào cõi người thì khuê môn dâm loạn.

Các Tỳ-kheo, hãy thường chánh ý, chớ khởi ý tưởng dâm. Cần thận chớ xâm phạm vợ người.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 5)

## **218. LÀM SAO SANH LÀM NGƯỜI TRỞ LẠI?**

Ta biết con đường của con người, cũng biết con đường dẫn đến chỗ người. Những ai tạo hành vi gì khi thân hoại mạng chung sanh vào trong loài người, Ta cũng biết rõ. Ở

đây, Tỳ kheo, Ta quán sát những điều suy nghĩ trong tâm của các loài chúng sanh, thấy người này sau khi thân hoại mạng chung sẽ sanh vào trong loài người. Về sau Ta quán sát thấy người ấy đã sanh trong loài người.

Vì sao người ấy sanh trong loài người? Cũng như gần thôn xóm có một gốc đại thọ, ở tại chỗ bằng phẳng, có nhiều bóng mát. Có một người có mắt, thấy biết chỗ đó. Người ấy đi đến đó, nhất định không nghi ngờ gì. Về sau Ta quán sát thấy người ấy đã đến nơi gốc cây này, được nhiều lạc thú vô lượng. Làm sao người ấy đến được chỗ đó? Đây cũng vậy, Ta quán sát những điều suy nghĩ trong tâm chúng sanh, biết người ấy khi thân hoại mạng chung sanh vào loài người không nghi. Về sau ta quán sát thấy người ấy sanh vào loài người hưởng vô lượng an lạc. Ta biết nẻo đến loài người, cũng biết con đường dẫn đến chỗ loài người. Điều mà Ta đã nói là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 7)

## **219. LÀM SAO SANH LÊN CÔI TRỜI?**

Ta cũng biết con đường dẫn đến cõi trời. Những chúng sanh nào làm các công nghiệp gì để sanh trời, Ta cũng biết rõ. Do nhân duyên gì mà Ta nói điều này? Ta nay quán sát những điều suy nghĩ trong tâm của chúng sanh, biết người ấy khi thân hoại mạng chung sẽ sanh lên trời. Về sau quán sát thấy người ấy thân hoại mạng chung đã sanh lên trời, ở đó hưởng thọ phước báo tự nhiên, khoái lạc vô cùng. Nói

rằng người ấy đã sanh lên trời ở đó hưởng thọ phước tự nhiên, khoái lạc vô cùng.

Cũng như gần thôn xóm có một giảng đường cao rộng, được chạm trổ văn vẻ, treo tràng phan, lùa là, rưới nước thơm lên đất, trải lót chỗ ngồi bằng đệm chần thêu thùa. Có người đi thẳng một đường đến. Có người có mắt nhìn thấy con đường duy nhất thẳng đến đó. Người ấy đang hướng đến giảng đường cao rộng ấy mà đi, tất đến đó không nghỉ. Về sau quán sát thấy người ấy đã đến trên giảng đường, hoặc ngồi, hoặc nằm, ở đó hưởng thọ phước, khoái lạc vô cùng. Ở đây cũng vậy, Ta quán sát thấy chúng sanh nào thân hoại mạng chung sẽ sanh và cõi thiện, sanh lên trời, ở đó hưởng thọ phước lạc không kể xiết. Vì sao người ấy đã sanh lên trời? Há không phải Ta biết rõ con đường dẫn đến thiên đạo chăng? Điều mà Ta nói là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phạm Lễ Tam Bảo, Kinh số 7)

## **220. LẬU ĐƯỢC ĐOẠN BẰNG THÂN CẬN**

Tỳ-kheo nắm giữ tâm khi nhận y, không vì trang sức mà chỉ muốn giữ gìn thân thể, muốn trừ lạnh nóng, muốn cho gió mưa không chạm vào thân mình; lại che thân thể không để lộ ra ngoài. Lại nữa, nắm giữ tâm theo thời khát thực, không khởi tâm nhiễm đắm, chỉ cốt giữ gìn thân thể khiến cho bệnh cũ được lành, mới không sinh; gìn giữ các hành không cho xúc phạm, an ổn lâu dài mà tu tập phạm hạnh lâu bền ở đời. Lại nắm giữ tâm ý, khi thọ dụng

giường ghé, cũng không ham trang trí tốt đẹp, chỉ mong trừ đói lạnh, gió mưa, ruồi muỗi, giữ gìn thân mình để thực hành đạo pháp.

Lại nữa, giữ tâm khi thọ dụng thuốc trị bệnh, không sanh tâm nhiễm đắm nơi thuốc trị bệnh kia, chỉ mong cho bệnh tật được trừ khỏi, thân thể được an ổn. Nếu không thọ dụng như vậy thì tai hại của hữu lậu sẽ phát sinh. Nếu thọ dụng như vậy thì tai hại của hữu lậu không sinh. Đây gọi là hữu lậu được đoạn bởi thân cận.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

## **221. LẬU ĐƯỢC ĐOẠN BẰNG TƯ DUY**

Sao gọi là lậu được đoạn bởi tư duy? Ở đây, Tỳ-kheo tu niệm giác chi, y vô dục, y không nhiễm ô, y diệt tận mà cầu xuất yếu; tu trạch pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỷ giác chi, khinh an giác chi, định giác chi, xả giác chi, y vô dục, y không nhiễm ô, y diệt tận mà cầu xuất yếu. Nếu không tu pháp này thì sinh tai họa hữu lậu. Nếu có thể tu pháp này thì không sinh tai họa hữu lậu.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

## **222. LẠY PHẬT ĐƯỢC NĂM CÔNG ĐỨC**

Thừa sự, lạy Phật có năm công đức. Những gì là năm? Một là xinh đẹp, hai là tiếng hay, ba là lăm tiền nhiều cửa, bốn là sanh nhà trưởng giả, năm là chết sanh lên trời, các

cõi lành. Vì sao vậy? Vì Như Lai không ai sánh bằng. Như Lai có tín, có giới, có vãng, có tuệ, có sắc thiện thành tựu, cho nên thành tựu năm công đức.

Vì nhân duyên gì lạ Phật mà được xinh đẹp? Chính do vì thấy hình ảnh Phật mà phát tâm hoan hỷ, vì lý do này nên được xinh đẹp.

Vì nhân duyên gì được âm thanh hay? Nhờ thấy hình ảnh Như Lai, đã tự xưng hiệu niệm ba lần, ‘Nam mô Như Lai Chí chơn Đẳng chánh giác.’ Vì lý do này nên được âm thanh hay.

Vì nhân duyên gì mà được lắm tiền nhiều của? Do thấy Như Lai mà bố thí lớn, rải hoa, đốt đèn và thí những vật khác. Vì nhân duyên này được nhiều của báu.

Vì nhân duyên gì sanh nhà trưởng giả? Khi thấy thân Như Lai, tâm không đắm nhiễm, gối phải quỳ sát đất, chấp tay chí tâm lạ Phật, do nhân duyên này sanh nhà trưởng giả.

Vì nhân duyên gì thân hoại mạng chung sanh lên trời, cõi lành? Theo thường pháp của chư Phật Thế Tôn, những chúng sanh nào đem năm duyên sự lạ Như Lai liền sanh lên trời, cõi lành.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tụ, Kinh số 3)



## 223. LỄ THÁP NHƯ LAI CÓ MƯỜI PHÁP

- 1) Khởi ý dũng mãnh, vì có điều khả kham.
- 2) Ý không tán loạn, vì hằng nhất tâm.
- 3) Thường niệm chuyên ý, vì có chỉ quán.
- 4) Các niệm vắng lặng, vì nhập tam-muội.
- 5) Ý đến vô lượng, do bởi trí tuệ.
- 6) Ý khó quán sát, do bởi hình.
- 7) Ý tĩnh đạm nhiên, do bởi oai nghi.
- 8) Ý không rong ruổi, do bởi danh xưng.
- 9) Ý không tương tượng, do bởi sắc.
- 10) Phạm âm khó sánh, vì diệu dàng.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân muốn lễ bái tháp miếu Như Lai, nên đầy đủ mười pháp lễ bái tháp miếu Như Lai này, để cho lâu dài được phước vô lượng. Như vậy, Tỳ kheo, hãy học điều này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 1)

## 224. LÌA DỤC

Sao phải lia bỏ dục? Nếu ai hay tu hành trừ tham dục; đó gọi là bỏ dục.

Các sa-môn, bà-la-môn mà không như thật biết tai họa lớn của dục, cũng lại không biết nguyên do xả ly

dục; không biết sa-môn, oai nghi của sa-môn, không biết bà-la-môn, oai nghi của bà-la-môn, những người ấy chẳng phải là sa-môn, chẳng phải bà-la-môn, cũng lại không thể tự thân tác chứng mà tự an trú. Nghĩa là các sa-môn, bà-la-môn mà xét biết dục là tai hoạn lớn, xa lìa dục, như thật không hư dối, biết sa-môn có oai nghi của sa-môn, biết bà-la-môn có oai nghi của bà-la-môn, tự thân tác chứng mà tự an trú. Đó là lìa bỏ dục.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phạm Tam Bảo, Kinh số 9)

## **225. LOÀI NGƯỜI VÀ CHƯ THIÊN KHÔNG AI SÁNH KỊP**

Có một con người xuất hiện ở thế gian mà không có một ai bắt kịp, không thể bắt chước, đi một mình, không bạn lữ, không ai sánh ngang; chư thiên cùng loài người không ai có thể sánh kịp; nơi tín, giới, văn, thí, tuệ cũng không ai sánh kịp.

Một con người ấy là ai? Đó là đức Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng giác.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phạm A-Tu-La, Kinh số 10)

## **226. LỢI DƯỠNG**

Nhận lợi dưỡng người rất nặng, không dễ; nó khiến con người không đến được nơi vô vi. Vì sao vậy? Vì báo

lợi dưỡng cắt vào da người. Đã cắt da rồi cắt thịt. Đã cắt thịt rồi cắt xương. Đã cắt xương liền thấu tủy.

Cho nên các Tỳ-kheo, nhờ phương tiện này mà biết lợi dưỡng rất là nặng. Nếu tâm lợi dưỡng chưa sinh thì chớ để nó sinh, đã sinh thì tìm cách diệt nó.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Nhập Đạo, Kinh số 9)

## **227. LỜI PHẬT DẠY CĂN BẢN**

Chớ làm các điều ác  
Vâng làm các điều  
Tự thanh tịnh tâm ý  
Là lời Chư Phật dạy.

Sở dĩ như vậy là vì, chớ làm các điều ác, đó là gốc rễ của các pháp, từ đó xuất sinh tất cả các pháp thiện. Do sinh pháp thiện, nên tâm ý thanh tịnh. Cho nên, bạch Ca-diếp, thân, khẩu, ý hành của chư Phật Thế Tôn thường tu thanh tịnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Phẩm Tựa, số 1)

## **228. LỰC VÀ VÔ ÚY**

Thế nào là hai pháp? Có lực, có vô úy. Tỳ-kheo, đó gọi là có hai pháp này, bên trong tự tư duy, và chuyên tinh nhất ý lễ kính pháp bảo, hay thần miếu Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 15. Phẩm Hữu Vô, Kinh số 8)

## 229. LƯỜI BIẾNG LÀ KHỔ

Nếu có người lười biếng, gieo trồng hành vi bất thiện, có sự tổn hại trong các sự. Nếu có người siêng năng không lười biếng, người này tối diệu, có tăng ích trong các thiện pháp. Vì sao vậy? Bồ-tát Di-lặc trải qua ba mươi kiếp, mới thành Phật Chí chân, Đẳng chánh giác. Ta nhờ tâm đồng mãnh, sức tinh tấn, nên khiến Di-lặc ở sau. Hằng sa các Như Lai, Ứng cúng, Đẳng chánh giác, thời quá khứ, đều do đồng mãnh mà được thành Phật. Do phương tiện này, nên biết, lười biếng là khổ, tạo các hành ác, có tổn hại trong các sự. Nếu có tâm đồng mãnh tinh tấn mạnh, có tăng ích trong các công đức thiện. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy niệm tinh tấn, chớ có lười biếng.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phạm Thiện Tri Thức, Kinh số 6)

## 230. LƯỚI VÂY CỦA NỮ SẮC

Tiếng Phạm thiên êm dịu  
Như Lai nói, khó thấy  
Nếu có lúc nào thấy  
Hãy buộc niệm trước mắt.

Cũng chớ cùng người nữ  
Qua lại chuyện trò nhau  
Hằng giăng lưới bắt người  
Không đến vô vi được.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 9. Phạm Con Một, Kinh số 1)

## 231. MA TRÓI BUỘC

Không có sự trói buộc nào chặt hơn đây, nhưng so đây, sự trói buộc của Ma còn chặt hơn. Nếu khởi kết sử, là bị Ma trói buộc. Dao động, bị Ma trói buộc. Bất động, không bị Ma trói buộc. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện khiến tâm không bị trói buộc, nên vui thích nơi nhàn tĩnh. Vì sao vậy? Vì các kết sử này là cảnh giới của Ma.

Nếu có Tỳ-kheo nào ở cảnh giới Ma thì quyết không thể thoát sanh, già, bệnh, chết, không thoát sầu ưu khổ não. Nay Ta nói về sự dứt khổ này. Nếu Tỳ-kheo tâm không dao động, không dính kết sử, liền thoát sanh, già, bệnh, chết, sầu lo, khổ não. Nay Ta nói về sự dứt khổ này. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này: không có kết sử, vượt ra khỏi cõi Ma.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phạm Đăng Kiến, Kinh số 8)

## 232. MÁT THÂN MẠNG CHÚ' HỘ SÁU CĂN

Chẳng thà cứ thường hay ngủ nhiều, chớ dùng trong khi thức mà tư duy loạn tưởng, để rồi thân hoại mạng chung sanh vào nẻo dữ.

Chẳng thà để cho dùi sắt đang rọc cháy ịn vào mắt, chứ không để nhìn sắc mà nổi lên loạn tưởng. Tỳ kheo khởi tưởng như vậy bị bại hoại bởi thức. Tỳ kheo bị hủy

hoại bởi thức sẽ rời vào ba nẻo dữ, địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ. Điều Ta muốn nói là như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phẩm Phi Thường, Kinh số 6)

### **233. MÁU CỦA SANH TỬ NHIỀU HƠN NƯỚC SÔNG HẰNG**

Thế nào, Tỳ kheo, các người, trong sanh tử, máu đổ ra khi thân thể các người hủy hoại nhiều hơn hay nước sông Hằng nhiều hơn?

Các Tỳ kheo đáp: Chúng con quán sát nghĩa mà Như Lai nói, máu đổ ra trong sanh tử trôi nổi nhiều hơn nước sông Hằng.

Phật bảo Tỳ kheo: Lành thay, lành thay, các Tỳ kheo! Đúng như các ông nói, máu nhiều hơn nước sông Hằng. Vì sao vậy? Trong sanh tử, hoặc có khi làm bò, dê, heo, chó, hươu, ngựa, chim, thú, và vô số loài khác nữa, trải qua khổ não, thật đáng nhàm chán, hãy suy niệm xả ly. Như vậy, Tỳ kheo, hãy học điều này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phẩm Phi Thường, Kinh số 2)

### **234. MỘT THỜI TIẾT MÀ NGƯỜI PHẠM HẠNH CÓ THỂ TU TẬP**

Có một pháp thời tiết mà người phạm hạnh có thể tu hành. Một ấy là gì?

Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp đạt đến Niết-bàn, mà người này sinh ở trung tâm đất nước, thế trí biện thông, đôi vật đều sáng tỏ, tu hành chánh kiến, có thể phân biệt pháp thiện ác, tin có đời này, đời sau, đời có sa-môn, bà-la-môn tu chánh kiến, tác chứng, đặc A-la-hán. Đó gọi là một pháp khiến người phạm hạnh có thể tu hành, đặc đến Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 1)

### 235. MƯA THAM

Tham, dâm như mưa mùa  
Vội dục không biết đủ  
Vui ít mà khổ nhiều  
Những điều người trí bỏ.

Giả sử hưởng dục trời  
Vui hưởng với ngũ nhạc  
Không bằng đoạn tâm ái  
Là đệ tử Chánh giác.

Tham dục dài ức kiếp  
Phước hết trở lại ngục  
Hưởng lạc há bao lâu  
Liên chịu khổ địa ngục.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 7)

## 236. MƯỜI CÔNG ĐỨC

- 1) Thừa sự Thánh chúng
- 2) Hòa hiệp thuận thảo
- 3) An ổn Thánh chúng
- 4) Hàng phục người xấu
- 5) Khiến các Tỳ kheo có tâm quý không bị quấy nhiễu
- 6) Người không tin khiến xác lập tín căn
- 7) Người đã tin khiến càng tăng ích
- 8) Ngay trong hiện pháp được dứt sạch các lậu
- 9) Cũng khiến các thói xấu hữu lậu đời sau được trừ diệt
- 10) Lại khiến Chánh pháp tồn tại thế gian lâu dài, thường niệm tư duy bằng phương tiện nào để Chánh pháp tồn tại lâu dài.

Tỳ kheo, đó là mười pháp công đức, Như Lai xuất hiện ở đời đã thuyết cho Tỳ kheo. Cho nên, Tỳ kheo, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu giới hạnh, chớ để thoái thất công đức.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cấm, Kinh số 1)

## 237. MƯỜI ĐIỀU ĐƯA VÀO CỐI DỮ VÀ LÀNH

Tu hành mười pháp gì mà sinh vào nẻo dữ? Ở đây, có người sát sanh, trộm cướp, dâm dật, nói dối, ỷ ngữ, ác



khẩu, hai lưỡi, gây đầu loạn đây kia, tật đố, sân hận, khơi dậy tà kiến.

Tu hành mười pháp gì được sinh lên trời? Ở đây, có người không sát sanh, không trộm cướp, không dâm dật, không nói dối, không ỷ ngữ, không ác khẩu, không hai lưỡi gây đầu loạn đây kia, không tật đố, không sân hận, không khơi dậy tà kiến.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 1)

### **238. MƯỜI MỘT PHÁP QUÁN TÂM**

Nếu người chăn thành tựu mười một pháp, người ấy có thể chăm sóc đàn bò không hề thất thời, được nhiều lợi ích. Những gì là mười một? Ở đây người chăn bò biết sắc, biết phân biệt tướng, cần vượt chải thì vượt chải, che đậy vết thương lở, tùy thời xông khói, biết ruộng tốt chỗ có nhiều cỏ, biết chỗ qua sông, biết yêu mến bò, phân biệt thời nghỉ, biết tính hạnh, khi vắt sữa thì biết chữa lại, tùy thời chăm sóc con bò đang được dùng. Như vậy người chăn bò chăm sóc đàn bò.

Cũng vậy, cũng như người chăn bò, Tỳ kheo thành tựu mười một pháp mà không mất thời tiết, trọn không bị trở ngại. Tỳ kheo thành tựu mười một pháp như vậy, ngay trong hiện pháp, được nhiều điều lợi ích. Những gì là mười một? Ở đây, Tỳ kheo biết sắc, biết tướng, biết vượt chải, biết che đậy vết thương, biết xông khói, biết ruộng tốt chỗ có nhiều cỏ, biết điều đáng yêu, biết chọn đường

đi, biết chỗ qua sông, biết kính Tỳ kheo trưởng lão mà tùy thời lễ bái.

1) Tỳ kheo biết sắc bốn đại, và cũng biết sắc do bốn đại tạo. Đó gọi là Tỳ kheo biết sắc.

2) Tỳ kheo biết tướng ngu, biết tướng trí; biết như thật. Như vậy, Tỳ kheo biết tướng.

3) Tỳ kheo khi khởi tâm niệm dục tướng, liền biết xả ly, không thân cận, vĩnh viễn không có dục tướng. Khi sân tướng, hại tướng, các tướng ác bất thiện khởi lên, liền biết xả ly, không thân cận, vĩnh viễn không có sân tướng các thứ. Như vậy, Tỳ kheo biết vượt chái.

4) Tỳ kheo khi mắt thấy sắc mà không khởi sắc tướng, cũng không nhiễm trước, mà làm thanh tịnh nhãn căn; trừ khử các pháp ác bất thiện, sâu ưu, tâm không tham đắm, ở trong đó mà thủ hộ nhãn căn. Cũng vậy, Tỳ kheo khi tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, lưỡi nếm vị, thân biết trơn láng, ý biết pháp mà không khởi thức tướng, cũng không nhiễm trước, mà thanh tịnh ý căn. Như vậy, Tỳ kheo biết che đậy vết thương.

5) Tỳ kheo nói lại cho người khác pháp mà mình đã từng nghe. Như vậy, Tỳ kheo biết xông khói.

6) Tỳ kheo như thật biết tám phẩm đạo Hiền Thánh. Như vậy, Tỳ kheo biết ruộng tốt chỗ có nhiều cỏ.

7) Tỳ kheo nghe pháp bảo mà Như Lai đã nói, trong tâm liền yêu quý. Như vậy, Tỳ kheo biết điều đáng yêu quý.

8) Tỳ kheo đối với 12 bộ kinh biết lựa chọn mà hành. Đó là, Khế kinh, Kỳ-dạ, Thọ quyết, Kệ, Nhân duyên, Bản mạt, Phương đẳng, Thí dụ, Sanh kinh, Thuyết, Quảng phổ, Vị tăng hữu pháp. Như vậy, Tỳ kheo biết chọn đường đi.

9) Tỳ kheo biết bốn niệm xứ. Đó là Tỳ kheo biết chỗ qua sông.

10) Tỳ kheo có bà-la-môn, ưu-bà-tắc, là những người có tín tâm, đến thỉnh. Tỳ kheo không tham ăn uống, có thể biết đủ mà dừng lại. Tỳ kheo, như vậy là vừa đủ.

11) Tỳ kheo hằng với thiện hành bởi thân, miệng, ý đối với các Tỳ kheo trưởng lão. Như vậy Tỳ kheo tùy thời cung phụng các Tỳ kheo trưởng lão.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 1)

## **239. MƯỜI MỘT PHƯỚC BẢO CỦA TÂM GIẢI THOÁT**

Nếu chúng sanh nào tu hành từ tâm giải thoát, quảng bố ý nghĩa ấy, diễn nói cho người khác nghe, sẽ thu hoạch được mười một quả báo. Những gì là mười một?

Nằm ngủ yên, tỉnh giấc yên, không thấy ác mộng, chư thiên hộ vệ, mọi người yêu mến, không bị độc, không bị binh đao, không bị nước, lửa, giặc cướp; thảy đều không

bị xâm hại; sau khi thân hoại mạng chung sanh lên trời Phạm thiên.

Đó gọi là Tỳ kheo tu hành từ tâm sẽ có được mười một phước này.

Nếu ai hành từ tâm  
Cũng không hành phóng dật  
Các kết dần dần đoạn  
Rồi thấy được đầy đạo.

Do hành từ tâm này  
Sẽ sanh lên Phạm thiên  
Nhanh chóng được diệt độ  
Cuối cùng đến Vô vi.

Tâm không sát, không hại  
Cũng không ý hơn thua  
Hành từ đến tất cả  
Không hề tâm oán hận.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 10)

## **240. MƯỜI NIỆM ĐOẠN TẬN SẮC ÁI**

Có mười niệm, được phân biệt rộng rãi, tu tập, đoạn tận dục ái, sắc ái, vô sắc ái, kiêu mạn, vô minh. Những gì là mười?

Đó là, niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng Tỳ kheo, niệm giới, niệm thí, niệm thiên, niệm tịch tĩnh, niệm an-ban, niệm thân, niệm sự chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cầm, Kinh số 5)

## **241. MƯỜI NIỆM ĐƯA ĐẾN NIẾT BÀN**

Tu hành mười pháp gì đến được Niết-bàn? Đó là mười niệm. Niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng Tỳ kheo, niệm Thiên, niệm giới, niệm thí, niệm chỉ túc, niệm an-ban, niệm thân, niệm sự chết.

Tỳ kheo hãy niệm xả ly mười pháp sinh lên trời và sinh vào nẻo dữ. Hãy niệm tưởng mười pháp khiến đạt đến Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 1)

## **242. MƯỜI NIỆM ĐƯỢC QUẢ BÁO LỚN**

Ông hãy nhớ nghĩ tu hành, niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng Tỳ-kheo, niệm giới, niệm thí, niệm thiên, niệm tịch tĩnh, niệm an-ban, niệm thân, niệm sự chết. Hãy tu hành pháp như vậy. Đó gọi là Tỳ-kheo. Hành mười niệm này thì lập tức được quả báo lớn, được pháp vị cam lồ.

Nếu chúng sanh nào chỉ trong khoảnh khắc, tín tâm không đứt đoạn, tu tập mười niệm, phước kia không thể

lượng, không có thể đo lường được. Như vậy, A-nan hãy tìm cầu phương tiện tu tập mười niệm.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 5)

### **243. MƯỜI NƠI CƯ TRÚ CỦA THÁNH NHÂN**

- 1) Năm sự đã trừ; Tỳ kheo đã đoạn trừ năm kết.
- 2) Thành tựu sáu sự; Tỳ kheo vâng hành sáu pháp tôn trọng.
- 3) Hằng hộ một sự; Tỳ kheo hằng thủ hộ tâm đối với hữu lậu, vô lậu, hữu vi, vô vi, cho đến cửa Niết-bàn.
- 4) Hộ trì chúng bốn bộ; Tỳ kheo thành tựu bốn thân túc.
- 5) Quán sát các sự yếu kém; Tỳ kheo đã tận trừ các hành sinh tử.
- 6) Bình đẳng thân cận; Tỳ kheo đã đoạn tận ba kết.
- 7) Chánh hướng vô lậu; Tỳ kheo trừ khử kiêu mạn.
- 8) Thân hành khinh an; Tỳ kheo đã diệt tận vô minh.
- 9) Tâm khéo giải thoát; Tỳ kheo đã đoạn tận ái.
- 10) Tuệ giải thoát; Tỳ kheo quán Khổ, Tập, Tận, Đạo, như thật biết rõ.

Đó là mười sự là chốn cư trú của Hiền Thánh. Các Hiền Thánh xưa đã cư trú nơi trú xứ này, đã cư trú và đang cư trú. Cho nên, Tỳ kheo, hãy niệm trừ năm sự, thành tựu sáu pháp, thủ hộ một pháp, hộ trì chúng bốn bộ, quán sát

yếu kém, bình đẳng thân cận, chánh hường vô lậu, thân hành khinh an, tâm được giải thoát, trí tuệ giải thoát.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cấm, Kinh số 2)

#### **244. MƯỜI PHÁP THIẾT YẾU**

Những gì là mười? Tỳ kheo tinh cần, thiếu dục, tri túc, có tâm dũng mãnh, đa văn mà có thể nói pháp cho người, không sợ hãi, giới luật đầy đủ, tam muội thành tựu, trí tuệ thành tựu, giải thoát thành tựu, giải thoát tri kiến thành tựu. Nếu muốn luận bàn, các người hãy luận mười đề tài này. Vì sao?

Chúng thấm nhuần tất cả, mang lại nhiều lợi ích, khiến có thể tu phạm hạnh, đạt đến chỗ vô vi diệt tận, là thiết yếu của Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 4)

#### **245. MƯỜI TƯỚNG DIỆT TẬN CÁC LẬU**

Những ai tu hành mười tướng, sẽ diệt tận các lậu, đạt được thân thông, tự thân tác chứng, dần dần đạt đến Niết-bàn. Những gì là mười? Tướng xương trắng, tướng bầm tím, tướng sinh chương, tướng ăn không tiêu, tướng huyết, tướng nhai cắn, tướng thường vô thường, tướng tham thực, tướng sự chết, tướng tất cả thế gian không có gì lạc. Đó là mười tướng mà Tỳ kheo tu tập sẽ diệt tận các lậu, đạt đến Niết-bàn giới.

Trong mười tướng này, tướng tất cả thế gian không có gì đáng ham thích thích là tối đệ nhất. Vì sao vậy? Người tu hành về sự không có gì đáng ham thích, và người thọ trì, tín phụng pháp; hai hạng người này tất vượt bậc mà thủ chúng. Cho nên, Tỳ kheo, hãy ngồi dưới gốc cây, nơi chỗ vắng vẻ, giữa trời trống, tư duy mười tướng này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cầm, Kinh số 9)

## **246. MUỐN THOÁT CHẾT NÊN TƯ DUY BỐN PHÁP BỔN**

Có bốn vị bà-la-môn, tụ tập một nơi, muốn được khỏi chết. Mỗi người quay tìm chỗ chạy mà không khỏi chết. Một người ở hư không, một người vào biển lớn, một người vào lòng núi, một người xuống đất, đồng chết hết. Thế nên, các Tỳ-kheo, muốn được khỏi chết, nên tư duy bốn pháp bổn. Thế nào là bốn?

- |                          |                         |
|--------------------------|-------------------------|
| 1) Tất cả hành vô thường | 2) Tất cả hành là khổ   |
| 3) Tất cả pháp vô ngã    | 4) Niết-bàn là diệt tận |

Này các Tỳ-kheo, hãy cùng tư duy bốn pháp này. Vì sao thế? Vì sẽ thoát sanh, già, bệnh, chết, sầu lo não khổ. Đây là nguồn của khổ.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 31. Phẩm Tăng Thượng, Kinh số 4)



## 247. NĂM CĂN ĐỐI NĂM TRẦN

Khi ý dục bùng cháy  
Cái được muốn phải được  
Được rồi càng hoan hỷ  
Sở nguyện không có nghi.

Kia đã được dục này  
Ý tham dục không mở  
Do đây mà hoan hỷ  
Duyên đó cho tối diệu.

Hoặc khi muốn nghe tiếng  
Cái được muốn phải được  
Nghe xong càng hoan hỷ  
Sở nguyện không có nghi.

Kia đã được tiếng này  
Tham đó ý không mở  
Do đây mà hoan hỷ  
Duyên đó cho tối diệu.

Hoặc khi lại ngửi hương  
Cái được muốn phải được  
Ngửi xong càng hoan hỷ  
Sở nguyện không có nghi.

Kia đã được hương này  
Tham đó ý không mở  
Do đây mà hoan hỷ  
Duyên đó cho tối diệu.

Hoặc khi lại được vị  
Cái được muốn phải được  
Được rồi thêm hoan hỷ  
Sở dục không có nghi.

Kia đã được vị này  
Tham đó ý không mở  
Do đây mà hoan hỷ  
Duyên đó cho tối diệu.

Nếu khi được mướt láng  
Cái được muốn phải được  
Được rồi thêm hoan hỷ  
Sở dục không nghi nan.

Kia đã được mịn tron  
Tham đó ý không mở  
Do đây ma hoan hỷ  
Duyên đó cho tối diệu.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua,  
Kinh số 1)

## 248. NĂM CĂN LÀ PHÁP TỰ THIỆN

Sao gọi pháp ấy là tự thiện? Đó là năm căn. Thế nào là năm căn? Đó là tín căn, tinh tấn căn, niệm căn, định căn, huệ căn.

Nếu có Tỳ-kheo nào tu hành năm căn, liền thành Tu-đà-hoàn được pháp bất thối chuyển, ắt thành đạo chí thượng. Tu hành thêm nữa sẽ thành tựu Tu-đà-hàm, tái sinh đời này một lần rồi dứt sạch mé khổ kia. Tiến tới đạo này nữa, sẽ thành tựu A-na-hàm, không còn tái sinh đời này, liền nhập Bát-niết-bàn. Chuyển tiến tu hành, diệt tận hữu lậu, thành tựu vô lậu tâm giải thoát, huệ giải thoát, tự thân tác chứng, mà tự an trú, như thật biết rằng, sanh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã xong, không còn tái sinh nữa.

Gọi là tự thiện, chính là năm căn. Vì sao vậy? Vì đây là tự lớn nhất, là vi diệu trong các tự. Nếu ai không hành pháp này thì không thành tựu Tu-đà-hoàn, Tu-đà-hàm, A-na-hàm, A-la-hán, Bích-chi-phật và Như Lai Chí chơn Đẳng chánh giác. Nếu ai đạt được năm căn này liền có bốn quả, đạo ba thừa. Nói về tự thiện, năm căn này là trên hết.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tự, Kinh số 1)

## 249. NĂM CÔNG ĐỨC

Người không ở mãi một chỗ, có năm công đức. Những gì là năm? Không tham đắm nhà cửa, không tham đắm đồ

đạc, không tích chứa nhiều của cải, không dính mắc với người thân, không qua lại với bạch y. Đó gọi là Tỳ-kheo không ở một chỗ có năm công đức này. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện thực hành năm việc này.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 9)

## **250. NĂM ĐIỀU GIÚP CÂY ĐẠI THỌ TĂNG TRƯỞNG**

Trên núi Tuyết có một gốc cây to lớn, cao rộng. Có năm sự kiện khiến nó phát triển to lớn. Những gì là năm? Rễ không di chuyển; vỏ rất dày và lớn; cành nhánh vươn xa; bóng râm che phủ lớn; tàn lá rậm rạp.

Tỳ kheo, đó là nói trên Tuyết song có cây đại thọ hùng vĩ ấy. Ở đây, thiện nam tử, thiện nữ nhân, sanh vào dòng họ hào quý, có năm điều làm tăng trưởng lợi ích. Những gì là năm? Tăng ích bởi tín; tăng ích bởi giới; tăng ích bởi văn; tăng ích bởi thí; tăng ích bởi huệ. Đó là, Tỳ kheo, thiện nam tử, thiện nữ nhân, nhờ sanh vào dòng tộc hào quý mà thành tựu năm sự này.

Cho nên, Tỳ kheo, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu tín, giới, văn, thí huệ.

Như cây trên Tuyết sơn  
Hội đủ năm công đức  
Rễ, vỏ, cành nhánh rộng  
Bóng râm, lá rậm rạp.

Thiện nam tử có tín  
Năm sự thành công đức  
Tín, giới, văn, thí, huệ  
Nhờ đó trí tuệ tăng.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 7)

## 251. NĂM ĐIỀU PHI PHÁP

Tỳ-kheo thường ở một chỗ, có năm điều phi pháp. Sao gọi là năm? Ở đây, Tỳ-kheo ở một chỗ, ý tham đắm phòng xá, e sợ người đoạt, hoặc ý tham đắm tài sản lại sợ người đoạt, hoặc tích tụ nhiều vật giống như bạch y, hoặc tham luyến người thân quen không muốn cho người khác đến nhà người thân quen, thường cùng bạch y qua lại với nhau. Nay Tỳ-kheo, đó gọi là người ở một chỗ có năm việc phi pháp này.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện đừng ở một chỗ.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 8)

## 252. NĂM DỤC

Sắc được thấy bởi mắt khả ái, khả niệm, được người đòi mong muốn. Tiếng được nghe bởi tai, hương được ngửi bởi mũi, vị được nếm bởi lưỡi, mịn láng được xúc chạm bởi thân. Như Lai nói về năm dục này. Trong năm dục này, cái nào tôi diệu? Sắc được thấy bởi mắt chẳng? Tiếng được

nghe bởi tai là tối diệu chăng? Hương được ngửi bởi mũi là tối diệu chăng? Vị được nếm bởi lưỡi là tối diệu chăng? Mịn láng được xúc chạm bởi thân là tối diệu chăng? Năm sự này, cái nào là tối diệu? Trong đó, hoặc có quốc vương nói sắc là tối diệu. Hoặc có vị bàn thanh là tối diệu. Hoặc có vị bàn hương là tối diệu. Hoặc có vị bàn vị là tối diệu. Hoặc có vị bàn mịn trơn là tối diệu.

Những gì các vua bàn, đúng tùy theo trường hợp. Vì sao vậy? Vì tùy vào tánh hạnh mỗi người. Người đắm nhiễm sắc, nhìn sắc không biết chán. Với người này sắc là tối thượng, không gì vượt qua. Bây giờ, người đó không đắm nhiễm thanh, hương, vị, mịn trơn. Trong năm dục, sắc là tối diệu.

Nếu người có tánh hạnh đắm nhiễm âm thanh, khi nghe thanh, lòng rất hoan hỷ, mà không chán. Với người này, thanh là tối diệu tối thượng. Trong năm dục, thanh là tối diệu.

Nếu người có tánh hạnh đắm nhiễm hương, khi ngửi hương, lòng rất hoan hỷ, mà không chán. Với người này, hương là tối diệu, tối thượng. Trong năm dục, hương là tối diệu.

Nếu người có tánh hạnh nhiễm đắm vị ngon, khi biết vị rồi, lòng rất hoan hỷ, mà không chán. Với người này, vị là tối diệu tối thượng. Trong năm dục, vị là tối diệu.

Nếu người có tánh hạnh nhiễm đắm mịn trơn, khi được mịn trơn rồi lòng rất là hoan hỷ, mà không chán. Với

người này, mịn trơn là tối diệu, tối thượng. Trong năm dục, mịn trơn là tối diệu.

Nếu tâm người kia đắm nhiễm sắc, khi ấy người đó sẽ không đắm nhiễm pháp thanh, hương, vị và mịn trơn.

Nếu người kia có tánh hạnh đắm nhiễm thanh, người đó không còn đắm nhiễm pháp sắc, hương, vị và mịn trơn.

Nếu người kia có tánh hạnh đắm nhiễm hương, người đó không còn đắm nhiễm pháp sắc, thanh, vị và mịn trơn.

Nếu người kia có tánh hạnh đắm nhiễm vị, người đó không còn đắm nhiễm pháp sắc, thanh, hương và mịn trơn.

Nếu người kia có tánh hạnh đắm nhiễm mịn trơn, người đó không còn không đắm nhiễm pháp sắc, thanh, hương, vị.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 1)

## **253. NĂM BẠC TRƯỢNG PHU DỨNG KIỆN**

1) Có Tỳ-kheo sống tại thôn xóm khác, nghe trong thôn này có người nữ xinh đẹp vô song, mặt như màu hoa đào. Nghe rồi, đến giờ, đắp y, cầm bát, vào thôn khát thực; thấy người nữ này nhan sắc vô song, liền sanh dục tưởng, cởi bỏ ba y, hoàn xả cấm giới mà làm cư sĩ. Giống như người chiến đấu kia, thấy chút gió bụi đã sinh lòng sợ hãi; Tỳ-kheo này tựa như vậy.

2) Có Tỳ-kheo nghe có người nữ sống ở trong thôn xóm xinh đẹp không ai bằng. Đến giờ, đắp y, cầm bát, vào thôn khát thực; khi thấy người nữ mà không khởi dục tưởng, nhưng cùng người nữ kia đùa giỡn, chuyện trò qua lại. Rồi nhân việc đùa giỡn này liền cõi pháp phục, trở lại làm bạch y. Như hạng người thứ hai kia, tuy thấy bụi gió không sợ, nhưng thấy ngọn cờ cao liền sinh lòng sợ hãi. Tỳ-kheo này cũng lại như vậy.

3) Có Tỳ-kheo nghe trong thôn có người nữ, dung mạo xinh đẹp, ít có trên đời, như màu hoa đào. Đến giờ, đắp y mang bát vào thôn khát thực; khi thấy người nữ không khởi dục tưởng. Tuy dù cùng người đùa giỡn nhau, cũng không khởi tưởng dục ý; nhưng cùng người nữ kia nắm tay, hoặc vuốt ve nhau, trong đó liền khởi dục tưởng, cõi ba pháp y, trở lại làm bạch y, tập khởi nghiệp nhà. Như hạng người thứ ba kia khi vào trận, thấy gió bụi, thấy cờ cao không sinh lòng sợ hãi, nhưng thấy cung tên liền sinh lòng sợ hãi.

4) Có Tỳ-kheo nghe trong thôn làng có người nữ, mặt mày xinh đẹp ít có trên đời. Đến giờ, đắp y mang bát vào thôn khát thực; khi thấy người nữ không khởi dục tưởng, hay cùng nói chuyện cũng không khởi dục tưởng. Khi được người nữ kia vuốt ve liền khởi dục tưởng, nhưng không cõi pháp phục mà sống đời tại gia. Như hạng thứ tư kia vào quân trận bị địch bắt, hoặc mất mạng không trở ra được.



5) Có Tỳ-kheo nương vào thôn làng mà sống, họ nghe trong thôn có người nữ. Đến giờ, đắp y mang bát vào thôn khát thực, khi thấy người nữ không khởi dục tưởng, nếu cùng nói cười cũng không khởi dục tưởng, nếu lại được vuốt ve cũng không khởi dục tưởng. Lúc ấy, Tỳ-kheo quán ba mươi sáu vật trong thân này ô uế bất tịnh: ‘Ai đấm vào đây? Do đâu khởi dục? Dục này dừng lại chỗ nào? Là từ đâu chẳng? Ra từ thân thể chẳng?’ Quán các vật này rõ ràng không có gì cả. Từ đầu đến chân cũng lại như vậy. Những gì thuộc năm tạng không có tướng tượng, cũng không có chỗ đến. Vị ấy quán nguồn duyên không biết từ nơi nào lại. Vị ấy lại nghĩ: ‘Ta quán dục này từ nhân duyên sanh.’ Tỳ-kheo quan sát điều này rồi, tâm được giải thoát dục lậu, tâm được giải thoát hữu lậu, tâm được giải thoát vô minh lậu. Sau khi đã giải thoát, liền được trí giải thoát, như thật biết rằng, sanh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sinh nữa. Giống như người chiến đấu thứ năm kia sống tự tại không bị nạn địch quân. Do vậy, cho nên nay Ta nói người này đã dứt bỏ ái dục, vào nơi vô úy, đạt đến thành Niết-bàn.

Này Tỳ-kheo, đó gọi là có năm hạng người này xuất hiện ở đời.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phạm Năm Vua, Kinh số 3)

## 254. NĂM HẠNG NGƯỜI KHÔNG THỂ CHỮA TRỊ

Có năm hạng người không thể chữa trị. Sao gọi là năm?

- 1) Người dua nịnh không thể chữa trị.
- 2) Người gian tà không thể chữa trị.
- 3) Người ác khẩu không thể chữa trị.
- 4) Người ganh ghét không thể chữa trị.
- 5) Người không báo đáp không thể chữa trị.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phạm Đăng Kiên, Kinh số 7)

## 255. NĂM HUỆ THÍ

Khi đàn-việt thí chủ huệ thí, được năm sự công đức. Những gì là năm? Một là thí mạng, hai là thí sắc, ba là thí an lạc, bốn là thí sức, năm là thí biện tài.

Đàn-việt thí chủ lúc thí mạng là muốn được trường thọ, lúc thí sắc là muốn được xinh đẹp, lúc thí an lạc là muốn được không bệnh, lúc thí sức là muốn không ai hơn, lúc thí biện tài là muốn được biện tài vô thượng chơn chánh.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phạm Thiện Tụ, Kinh số 11)

## 256. NĂM LOẠI THÍ

Thí mạng, sắc, và an  
Sức, biện tài, năm thứ  
Đủ năm công đức này  
Sau hưởng phước vô cùng.

Người trí nên bỏ thí  
Trừ bỏ lòng tham dục  
Thân này có danh dự  
Sinh trời cũng lại vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tụ,  
Kinh số 11)

## 257. NĂM LÝ DO ĐỂ ĐỨC PHẬT XUẤT HIỆN Ở ĐỜI

- 1) Sẽ chuyển Pháp luân
- 2) Sẽ độ cha mẹ
- 3) Người không tin kiến lập lòng tin
- 4) Người chưa phát ý Bồ-tát khiến phát tâm Bồ-tát
- 5) Sẽ thọ ký cho Phật tương lai.

Nếu Như Lai xuất hiện ở đời thì sẽ làm năm việc này.  
Cho nên, các Tỳ-kheo hãy khởi tâm từ đối với Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh  
số 2)

## 258. NĂM PHÁP KHIẾN BỆNH MAU LÀNH

Nếu lại có bệnh nhân nào thành tựu năm pháp thì sẽ được bệnh mau lành. Những gì là năm? Hoặc khi bệnh nhân chọn lựa thức ăn, tùy thời ăn, thân cận y dược, trong lòng không sầu ưu, hằng khởi tâm từ đối với người nuôi bệnh. Tỳ-kheo, đó gọi là bệnh nhân thành tựu năm pháp này liền được lành bệnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tự, Kinh số 8)

## 259. NĂM PHÁP HỦY NHỤC

Sa-môn xuất gia có năm pháp hủy nhục. Sao gọi là năm? Một là

- 1) Tóc trên đầu dài
- 2) Móng tay dài
- 3) Y áo dơ bẩn
- 4) Không biết thời nghỉ
- 5) Bàn nói nhiều.

Vì sao vậy? Bàn nói nhiều, Tỳ-kheo lại có năm việc. Sao gọi là năm? Một là người không tin lời. Hai không chịu nhận lời dạy. Ba là người không thích gặp. Bốn là nói dối. Năm là gây đấu loạn kia đây. Đó là năm việc xảy ra cho người nói chuyện nhiều. Đó gọi là người bàn nói nhiều có năm việc này. Tỳ-kheo, hãy trừ năm việc này, chớ có tà tướng.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 4)

## 260. NĂM SỰ CỰC KỲ KHÔNG THỂ ĐẠT ĐƯỢC

1) Vật phải mất mà muốn cho không mất, đó là không thể được.

2) Pháp diệt tận mà muốn cho không diệt tận, đó là không thể được.

3) Pháp già mà muốn cho không già, đó là không thể được.

4) Pháp bệnh mà muốn cho không bệnh, đó là không thể được.

5) Pháp chết mà muốn cho không chết, đó là không thể được.

Này các Tỳ-kheo, đó là năm sự cực kỳ không thể đạt được. Dù Như Lai xuất thế hay Như Lai không xuất thế, pháp giới vẫn hằng trụ như vậy, mà những tiếng sanh, già, bệnh, chết, vẫn không có mục nát, không bị diệt mất. Cái gì sinh ra, cái gì chết đi, đều quay về gốc. Này các Tỳ-kheo, đó gọi là có năm sự nầy khó được. Hãy tìm cầu phương tiện tu hành năm căn. Sao gọi là năm?

Đó là tín căn, tinh tấn căn, niệm căn, định căn, huệ căn. Đó gọi là, Tỳ-kheo, hành năm căn nầy, thành Tu-đà-hoàn, Gia gia, Nhất chủng, lên nữa thành Tư-đà-hàm, chuyên lên nữa diệt năm kết sử thành A-na-hàm ở trên kia mà nhập Niết-bàn chứ không trở lại đời này nữa, chuyên lên nữa hữu lậu diệt tận thành vô lậu, tâm giải thoát, huệ giải thoát, tự thân tác chứng, tự an trú, biết như thật rằng

không còn thọ thai nữa. Hãy tìm cầu phương tiện trừ bỏ năm sự trước, sau đó tu năm căn.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 6)

## **261. NĂM TRIỀN CÁI LÀ TỤ BẤT THIỆN**

Sao gọi chúng là tụ bất thiện? Đó là năm triền cái. Sao gọi là năm? Là tham dục, sân hận, thụy miên, trạo cử, nghi. Đó gọi là năm triền cái. Ai muốn biết tụ bất thiện, thì đây gọi là năm triền cái. Vì sao vậy?

Vì nếu có năm triền cái, liền có phần sức sanh, ngã quý, địa ngục. Các pháp bất thiện đều do đây phát sanh. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện diệt trừ các triền cái là tham dục, sân hận, thụy miên, điệu hối, nghi.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tụ, Kinh số 2)

## **262. NĂM TRƯỜNG HỢP KHÔNG NÊN LỄ NGƯỜI**

- |                       |                                      |
|-----------------------|--------------------------------------|
| 1) Người ở trong tháp | 2) Người ở trong đại chúng           |
| 3) Người ở giữa đường | 4) Người đang ôm đầu nằm trên giường |
|                       | 5) Người đang ăn                     |

Này Tỳ-kheo, đó gọi là có năm trường hợp này không lễ người.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 6)

## 263. NĂM TỤ TÀ VÀ CHÁNH

- 1) Nên cười mà không cười
- 2) Lúc nên hoan hỷ mà không hoan hỷ
- 3) Nên khởi lòng từ mà không khởi lòng từ
- 4) Làm ác mà không hổ
- 5) Nghe lời thiện của người mà không để ý.

Nên biết người này ắt ở trong nhóm tà. Nếu chúng sanh nào ở trong nhóm tà, người ấy cần được nhận biết bằng năm sự này biết.

Người ở trong tụ chánh cần được nhận biết bằng năm sự. Do thấy năm sự mà biết người này đang ở trong tụ chánh. Sao gọi là năm?

- 1) Nên cười thì cười      2) Nên hoan hỷ thì hoan hỷ
- 3) Nên khởi lòng từ thì khởi lòng từ
- 4) Đáng hổ thì hổ
- 5) Nghe lời thiện liền chú ý.

Nên biết người này đã ở trong tụ chánh. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy nên bỏ tụ tà, ở trong tụ chánh.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 1)

## **264. NĂM TƯỚNG BÁO DÂN TRỜI SẮP MẠNG CHUNG**

- 1) Hoa trên mũ héo
- 2) Y phục dơ bẩn
- 3) Thân thể hôi hám
- 4) Không thích chỗ ngồi của mình
- 5) Các thiên nữ tan tác.

Đó gọi là năm điềm báo ứng con dân trời sắp mạng chung.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 34. Phẩm Đăng Kiến, Kinh số 3)

## **265. NĂM TƯỞNG DỤC**

- 1) Sinh trong nhà hào quý
- 2) Được gả vào nhà giàu sang
- 3) Chồng của ta làm theo lời
- 4) Có nhiều con cái
- 5) Độc quyền trong nhà do mình.

Này các Tỳ-kheo, đó gọi là người nữ có năm sự đáng tưởng muốn này. Tỳ-kheo của Ta cũng có năm sự đáng tưởng muốn. Sao gọi là năm? Đó là cấm giới, đa văn, thành tựu tam-muội, trí huệ, trí huệ giải thoát.

## **266. NĂM UẨN NHƯ HUYỄN**

Sắc không bền vững, cũng không chắc chắn, không thể trông thấy, huyễn ngụy, không thật; thọ không bền



vững, cũng không lõi chắc, cũng như đám bọt trên mặt nước, huyền nguy, không thật. Tường không bền vững, cũng không lõi chắc, huyền nguy, không thật, cũng như quáng nắng. Hành không bền vững, cũng không lõi chắc, giống như thân cây chuối, không có thật. Thức không bền vững, cũng không lõi chắc, huyền nguy, không thật.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 9)

## **267. NÉM VỊ DỤC**

Hãy diệt một pháp. Ta xác chứng các người thành quả thân thông, các lậu diệt tận. Một pháp gì? Ném vị dục. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy diệt vị ngọt của dục này. Ta xác chứng các người thành quả thân thông, các lậu diệt tận.

Chúng sanh đắm vị này  
Chết đọa vào đường ác  
Nay nên bỏ dục này  
Liên thành A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 13. Phẩm Lợi Dưỡng, Kinh số 2)

## **268. NẾU THỂ TÔN XUẤT HIỆN THÌ VÔ MINH LIÊN TRỪ**

Có một con người mà xuất hiện ở thế gian, thì vô minh tối tăm liền tự tiêu diệt. Bảy giờ, những kẻ phàm ngu bị kết sử trói buộc bởi vô minh sở kiến này, nên không biết như thật về con đường sinh tử, luân hồi qua lại từ đời này

qua đời sau, từ kiếp này qua kiếp nọ, không cõi trói được. Nếu lúc đó có Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng Chánh giác xuất hiện ở thế gian, thì vô minh tối tăm liền tự tiêu diệt.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 5)

## **269. NGHE PHÁP THOẠI CÓ NĂM CÔNG ĐỨC**

- 1) Điều chưa từng nghe, nay được nghe
- 2) Điều đã được nghe, tụng đọc lại
- 3) Kiến giải không tà lệch
- 4) Không có hồ nghi
- 5) Hiểu nghĩa sâu xa.

Tùy thời nghe Pháp có năm công đức, cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện tùy thời nghe Pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 36. Phẩm Thính pháp, Kinh số 1)

## **270. NGHÈO TÚNG LÀ DO TRỘM CẤP**

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu, tu nhiều, mà thành hạnh địa ngục, thành hạnh súc sanh, thành hạnh ngạ quỷ; nếu sinh vào cõi người rất là nghèo túng, áo không đủ che thân, ăn không đầy miệng: đó là trộm cướp.

Nếu có người nào có ý thích trộm cướp, lấy tài vật của người khác, liền bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh;

nếu sinh vào cõi người rất là nghèo túng. Vì sao vậy? Vì đã dứt sinh nghiệp người khác. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy học xa lìa lấy của không được cho.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 2)

## **271. NGU SI**

Hãy diệt một pháp, xa lìa một pháp, Ta sẽ xác chứng các người thành A-na-hàm. Một pháp gì? Ngu si.

Bị nhiễm bởi ngu si  
Chúng sanh rơi đường dữ  
Siêng tu bỏ ngu si  
Liên thành A-na-hàm.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 3)

## **272. NGƯỜI CÔNG CAO KHÔNG SỢ NHƯ CHÓ HUNG DỮ**

Tỳ-kheo các người chó ôm lòng ham muốn lợi dưỡng của Đề-bà-đạt-đâu này. Vì sao vậy? Vì Đề-bà-đạt-đâu là người ngu gây ra ba sự này, các hành vi của thân, miệng, ý, nhưng không hề kinh sợ, cũng không sợ hãi.

Như Đề-bà-đạt-đâu hiện nay là người ngu nên tiêu hết các công đức thiện. Như bắt chó dữ mà đánh vào mũi nó, càng làm nó hung dữ thêm. Người ngu Đề-bà-đạt-đâu cũng như vậy, nhận lợi dưỡng này liền nổi lên công cao.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, cũng đừng khởi lên ý tưởng đắm trước lợi dưỡng. Tỳ-kheo nào đắm trước lợi dưỡng thì không được ba pháp. Ba pháp gì? Đó là không thành tựu giới Hiền Thánh, tam-muội Hiền Thánh, trí huệ Hiền Thánh. Tỳ-kheo nào không đắm vào lợi dưỡng thì sẽ được ba pháp. Ba pháp gì?

1) Thành tựu giới Hiền Thánh

2) Tam-muội Hiền Thánh

3) Trí huệ Hiền Thánh.

Nếu thành tựu được ba pháp này sẽ phát thiện tâm, không đắm vào lợi dưỡng.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 7)

### **273. NGƯỜI MANG GÁNH NẶNG**

1) Năm thủ uân là sắc, thọ, tưởng, hành, thức âm. Đó gọi là gánh nặng.

2) Người mang gánh, đó là thân người, tự gì, tên gì, sinh như vậy, thức ăn như vậy, thọ khổ lạc như vậy, tuổi thọ ngắn dài như vậy. Đó gọi là người mang gánh.

3) Nhân duyên của gánh nặng, đó là nhân duyên bởi ái trước câu hữu với dục, tâm không xa lìa. Đó gọi là nhân duyên gánh.

4) Ái kia đã khiến bị diệt tận không còn tàn dư, đã trừ, đã nhổ ra. Đó gọi là buông gánh nặng.

Những gì Như Lai cần làm, nay Ta đã làm xong. Hãy ở dưới cây, chỗ nhàn tịnh, ngồi ngoài trời, hằng niệm tọa thiền, chớ có buông lung.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 4)

## **274. NGƯỜI NỮ CÓ NĂM ĐIỀU BẤT THIỆN**

Phàm người nữ có năm điều bất thiện. Những gì là năm? Một là bất thiện bởi ô uế, hai là nói hai lưỡi, ba là ganh ghét, bốn là sân nhuế, năm là không biết báo đáp.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 8)

## **275. NGƯỜI TỐI ƯU VÀ THẤP HÈN**

1) Người có kết tiền phục; bên trong có kết mà không biết như thật có.

2) Người có kết tiền phục; bên trong có kết mà biết như thật có.

3) Người không có kết sử tiền phục; bên trong không có kết mà không biết như thật là không có.

4) Người không có kết sử tiền phục; bên trong không kết mà biết như thật là không có.

Các Hiền giả nên biết, hạng người thứ nhất có kết tiền phục; bên trong có kết mà không biết; trong hai người có kết này, người này rất thấp hèn. Người thứ hai có kết tiền phục; bên trong có kết mà biết như thật có, người này thật

là tối ưu. Người thứ ba không có kết tiềm phục; bên trong không có kết mà không biết như thật; trong hai người không có kết, người này rất là thấp hèn. Người thứ tư không có kết sử tiềm phục; bên trong không kết mà biết như thật; trong người không có kết, thì người này là thật là đệ nhất.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phẩm Tứ Đế, Kinh số 6)

### **276. NHÀM CHÁN SANH TỬ**

Tỳ kheo, nên biết, cũng như một thành trì bằng sắt, dài rộng một do-tuần, trong đó chứa đầy hạt cải, không chừa một lỗ hổng. Giả sử có một người, một trăm năm đến lấy đi một hạt cải. Cho đến khi hạt cải trong thành bằng sắt ấy hết hẳn, mà một kiếp vẫn không thể tính kể hết. Vì sao vậy? Sanh tử lâu dài không có bờ mé. Chúng sanh bị ân ái trôi buộc mà trôi lăn trong sanh tử, chết đây sanh kia, không hề cùng tận. Ta ở trong đó mà nhàm chán sanh tử. Như vậy Tỳ kheo, hãy tìm cầu phương tiện để dứt hết tướng ân ái này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 3)

### **277. NHỜ GIỚI MÀ MUỐN SANH VỀ CÕI NÀO CŨNG ĐƯỢC**

Nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào trì bát quan trai, cũng thành tựu sở nguyện của mình sẽ sinh về các cõi

trời Dục giới, sinh về các cõi trời Sắc giới. Vì sao như vậy? Những gì mà người trì giới kia ước nguyện đều được như nguyện.

Nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào trì bát quan trai mà muốn sinh về các cõi trời Vô sắc, cũng được kết quả như sở nguyện kia.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân nào trì bát quan trai, muốn sinh vào nhà bốn chủng tánh, lại cũng được sinh.

Lại, thiện nam tử, thiện nữ nhân nào trì bát quan trai, muốn cầu làm thiên tử một phương, thiên tử hai phương, ba phương, bốn phương thì cũng được như sở nguyện kia. Muốn cầu làm Chuyển luân Thánh vương cũng được như sở nguyện kia. Vì sao vậy? Những gì mà người trì giới kia ước nguyện đều được như nguyện.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân nào muốn cầu thành Thanh văn, Duyên giác, Phật thừa, tất sẽ thành tựu sở nguyện. Nay Ta thành Phật là nhờ trì giới kia. Năm giới, mười thiện, không nguyện nào là không được.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 6)

## **278. NHỚ MƯỜI MỘT ĐIỀU TRƯỚC KHI LỄ TẶNG**

- 1) Chúng của Như Lai là những vị đã thành tựu pháp
- 2) Chúng của Như Lai hòa hiệp trên dưới

- 3) Tăng của Như Lai đã thành tựu pháp tùy pháp
- 4) Chúng của Như Lai thành tựu giới
- 5) Thành tựu tam-muội trí tuệ
- 6) Thành tựu giải thoát
- 7) Thành tựu giải thoát tri kiến huệ
- 8) Thánh chúng của Như Lai thủ hộ Tam bảo
- 9) Thánh chúng Như lại hay hàng phục dị học ngoại đạo
- 10) Thánh chúng của Như Lai là bạn tốt
- 11) Ruộng phước cho hết thủy thế gian.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân muốn lễ bái Tăng, hãy tư duy mười một pháp này, sẽ được phước báo lâu dài.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 3)

## **279. NHỚ MƯỜI MỘT ĐIỀU TRƯỚC KHI LỄ THÁP**

- 1) Có mạn hãy trừ mạn.
- 2) Phàm chánh pháp là nhắm dứt tướng khát ái đối với dục.
- 3) Phàm chánh pháp là nhắm trừ dục ở nơi dục.
- 4) Phàm chánh pháp là nhắm cắt đứt dòng nước sâu sanh tử.



5) Phạm chánh pháp là nhắm đạt được pháp bình đẳng.

6) Chánh pháp này nhắm đoạn trừ các nẻo dữ

7) Chánh pháp nhắm đưa đến cõi lành.

8) Phạm chánh pháp là nhắm cắt đứt lưới ái.

9) Người hành chánh pháp là đi từ có đến không.

10) Người hành chánh pháp thì sáng tỏ không đâu không rọi đến.

11) Người hành chánh pháp là để đi đến Niết-bàn giới.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân muốn hành lễ bát Pháp, hãy tư duy mười một pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phạm Lễ Tam Bảo, Kinh số 2)

## **280. NHƯ LAI BIẾT ĐƯỜNG ĐI CỦA SANH TỬ**

Cũng như người chăn bò Ma-kiệt thông tuệ nhiều trí, ý muốn đưa bò từ bờ này sang bờ kia. Trước hết thăm dò nơi sâu, cạn, rồi đưa những con bò khỏe mạnh nhất đến bờ kia trước. Kế đó đưa những con bò trung bình không mập không ốm, cũng sang được đến bờ bên kia. Kế đến đưa những con gầy nhất cũng vượt qua không xảy ra việc gì. Những con bê còn nhỏ theo sau cùng mà được qua sang an ổn. Tỳ-kheo, ở đây cũng vậy, Như Lai khéo quán sát đời này đời sau, quán sát biển sanh tử, con đường đi của Ma.

Tự mình bằng bát chánh đạo mà vượt qua hiểm nạn sanh tử, lại bằng đường này để độ người chưa được độ.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 6)

## **281. NHƯ LAI BIẾT RÕ CÁC GỐC ĐẠO LẠC**

Ta nay biết rõ địa ngục, và cũng biết con đường dẫn đến địa ngục, và cũng biết gốc rễ của chúng sanh trong địa ngục kia. Giả sử có chúng sanh nào tạo các hành ác bất thiện, khi thân hoại mạng chung sanh vào địa ngục; Ta cũng biết rõ.

Tỳ kheo, Ta cũng biết rõ súc sanh; cũng biết rõ con đường dẫn đến súc sanh; và cũng biết rõ gốc của súc sanh; biết rõ những điều trước kia đã làm để sanh vào nơi này.

Ta nay biết rõ con đường ngã quý; cũng biết rõ những ai đã gây nên gốc rễ ác mà sanh vào ngã quý.

Ta nay biết rõ con đường dẫn đến làm người; cũng biết rõ hạng chúng sanh nào sanh được thân người.

Ta cũng biết con đường dẫn đến cõi trời; cũng biết công đức trước kia mà chúng sanh đã làm để sanh lên trời.

Ta cũng biết con đường dẫn đến Niết-bàn; những chúng sanh nào mà hữu lậu đã dứt sạch, thành vô lậu tâm giải thoát, trí tuệ giải thoát, ở trong hiện pháp mà thủ chứng quả; Ta thấy đều biết rõ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 5)

## **282. NHƯ LAI LÀ ĐỆ NHẤT Ở CÔI NÀY**

Ngài có tâm từ, bi, hi, xả, đầy đủ Không, Vô tướng, Vô nguyện. Ở trong côi dục là tối tôn đệ nhất. Trên tất cả trời. Bảy thánh tài đầy đủ. Các hàng trời, người, đấng Tự nhiên, hàng Phạm sanh, cũng không ai bằng, cũng không thể giống tướng mạo. Nay con tự quy y.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 30. Phẩm Tu-đà, Kinh số 4)

## **283. NHƯ LAI RA ĐỜI**

Khi mặt trời vừa lên, mọi người cùng nhau làm ruộng, trăm chim hót vang, trẻ thơ la khóc. Tỳ-kheo nên biết, nay Ta lấy đây làm thí dụ, hãy hiểu nghĩa của nó. Nghĩa này phải hiểu làm sao? Khi mặt trời mới mọc, đây dụ Như Lai ra đời. Người dân khắp nơi cùng làm ruộng, đây dụ cho đàn-việt thí chủ tùy thời cung cấp y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, ngoạ cụ, thuốc men trị bệnh. Trăm chim hót vang, đây dụ cho Pháp sư cao đức, có thể vì chúng bốn bộ mà thuyết pháp vi diệu. Trẻ thơ khóc la, đây dụ cho tỳ ma Ba -tuần.

Cho nên, các Tỳ-kheo, như mặt trời mới mọc, Như Lai ra đời trừ bỏ bóng tối, không nơi nào là không chiếu sáng.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 27. Phẩm Đẳng Thứ Bốn Đệ, Kinh số 4)

## **284. NHƯ LAI THÀNH TỰU MƯỜI LỤC**

Như Lai thành tựu mười lục, tự biết là bậc Vô sở trước, ở giữa đại chúng mà có thể rống tiếng sư tử, chuyển

pháp luân vô thượng mà cứu độ chúng sinh, rằng đây là sắc, đây là tập khởi của sắc, đây là sự diệt tận của sắc, đây là xuất yếu của sắc; quán sát đây là thọ, tưởng, hành, thức, tập khởi, diệt tận, xuất yếu của thức.

Nhân bởi cái này, có cái này, đây sinh thì kia sinh; do duyên vô minh mà hành, hành duyên thức, thức duyên danh sắc, danh sắc duyên sáu xứ, sáu xứ duyên xúc, xúc duyên thọ, thọ duyên ái, ái duyên thủ, thủ duyên hữu, hữu duyên chết, chết duyên sầu ưu khổ não, không thể kể xiết.

Nhân có thân năm uẩn này mà có pháp tập khởi này; đây diệt thì kia diệt, đây không thì kia không, do vô minh diệt tận mà hành diệt tận, hành tận nên thức tận, thức tận nên danh sắc tận, danh sắc tận nên sáu xứ tận, sáu xứ tận nên xúc tận, xúc tận nên thọ tận, thọ tận nên ái tận, ái tận nên thủ tận, thủ tận nên hữu tận, hữu tận nên chết tận, chết tận nên sầu ưu khổ não thấy đều diệt tận.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cấm, Kinh số 2)

## **285. NHƯ LAI TỐI THƯỢNG**

Ta thành A-la-hán  
Thế gian không ai bằng  
Trời cùng người thế gian  
Nay Ta là tối thượng.

Ta cũng không thầy dạy  
Cũng không ai bì kịp  
Độc tôn, không ai hơn  
Mát lạnh, không còn nóng.

Ta đang chuyển pháp luân  
Đi đến nước Ca-thi  
Nay đem thuốc cam lồ  
Mở mắt người mù kia.

Đất nước Ba-la-nại  
Vương thổ nước Ca-thi  
Trú xứ năm tỳ-kheo  
Ta sẽ thuyết diệu pháp.  
Khiến họ sớm thành đạo  
Và được lậu tận thông  
Để trừ nguồn pháp ác  
Cho nên, Ta tối thắng.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng,  
Kinh số 5)

## **286. NHỮNG NGÀY TRAI GIỚI**

Thiện nam, thiện nữ vào ngày thứ 8, 14, 15 đến chỗ  
Sa-môn hoặc Tỳ-kheo trưởng lão, tự xưng tên họ rằng:

‘Con từ sáng đến tối, như A-la-hán, giữ tâm không di  
động, không dùng dao gậy gia hại chúng sanh, ban vui khắp  
tất cả. Nay con thọ trai pháp, nhất thiết không vi phạm,  
không khởi tâm sát. Con tu tập giáo pháp Chân nhân kia,

không trộm cắp, không dâm dục, không nói dối, không uống rượu, không ăn quá ngọ, không ngồi chỗ cao rộng, không tập ca múa xướng hát và thoa hương vào mình.’

Nếu người có trí tuệ, hãy nói như vậy. Nếu là người không có trí huệ, nên dạy nói như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 2)

## **287. NIỆM TAM BẢO TIÊU SỢ HÃI**

Nay Ta cũng lại bảo các người: Nếu có tỳ-kheo, tỳ-kheo-ni, ưu-bà-tắc, ưu-bà-di nào mà sợ hãi, toàn thân lông dựng đứng, bấy giờ nên niệm thân Ta, rằng ‘Đây là Như Lai Chí chân, Đẳng chánh giác, Minh hành túc, Thiện thế, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên Nhân sư, hiệu Phật Thế tôn xuất hiện ở đời.’ Giả sử có sự sợ hãi toàn thân lông dựng đứng, sợ hãi ấy liền tự tiêu diệt.

Nếu ai không niệm Ta, lúc đó nên niệm Pháp, rằng ‘Pháp của Như Lai rất là vi diệu, được người trí học tập.’ Do niệm pháp mà mọi sợ hãi tự tiêu diệt.

Nếu không niệm Ta, cũng không niệm Pháp, khi đó nên niệm Thánh Chúng, rằng ‘Thánh Chúng của Như Lai rất là hòa thuận, pháp tùy pháp thành tựu, giới thành tựu, tam-muội thành tựu, trí huệ thành tựu, giải thoát thành tựu, giải thoát kiến huệ thành tựu, gồm có bốn đôi tám bậc. Đó là Thánh chúng Như Lai, đáng kính, đáng thờ, là ruộng

phước của thế gian.’ Đó gọi là Thánh chúng Như Lai. Bây giờ, nếu niệm Tăng rồi, mọi sợ hãi tự tiêu diệt.

Thích Đề-hoàn Nhân còn có dâm, nộ, si. Song trời Tam thập tam niệm tưởng chủ mình mà hết sợ hãi, huống chi Như Lai không còn có tâm dục, nộ, si, nên niệm tưởng đến mà có sợ hãi sao? Nếu tỳ-kheo nào có sợ hãi, sợ hãi tự tiêu diệt. Cho nên, này các tỳ-kheo, hãy niệm tam tôn: Phật, Pháp và Thánh chúng.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 4)

## **288. NIỆN DIỆT GỐC KHỔ**

Thế gian có ngũ dục  
Ý là vua thứ sáu  
Biết sáu pháp trong ngoài  
Nên niệm diệt gốc khổ.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 3)

## **289. NIẾT BÀN**

Ta nay biết Niết-bàn, cũng biết con đường Niết bàn. Cũng biết hạng chúng sanh nào sẽ vào Niết-bàn. Hoặc có chúng sanh dứt sạch lậu, thành vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, tự thân chứng ngộ và an trú; ta thấy đều biết rõ. Do nhân duyên gì mà ta nói điều này?

Ta quán sát những điều suy nghĩ trong tâm chúng sanh, biết người này dứt sạch lậu, thành vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, nên nói người ấy đã dứt sạch lậu, thành vô lậu.

Cũng như cách thôn xóm không xa có một ao nước mà nước rất sạch, trong suốt. Có người đang thẳng một đường đến đó. Lại có người có mắt sáng từ xa thấy người ấy đi đến, biết rõ người ấy nhất định đi đến ao nước không nghi. Về sau lại quán sát thấy người ấy đã đến ao nước, tắm gội, rửa các cái bẩn, sạch các ô uế, rồi ngồi bên cạnh ao, mà không tranh giành gì với ai. Ta nay quán sát các loài chúng sanh cũng vậy, biết người đã dứt sạch hữu lậu thành vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, biết như thật rằng sanh tử đã hết, phạm hạnh đã lập, việc cần làm đã làm xong, không còn tái sanh nữa. Đó là nói, người ấy đã đến chỗ này, mà Ta biết rõ con đường Niết-bàn, cũng biết rõ chúng sanh nào vào Niết-bàn. Thấy đều biết rõ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phạm Lễ Tam Bảo, Kinh số 7)

## **290. NƯỚC MẮT SANH TỬ NHIỀU HƠN NƯỚC SÔNG HẰNG**

Các Tỳ kheo bạch Phật: Chúng con quán sát nghĩa mà Như Lai nói, nước mắt đổ ra trong sanh tử trôi nổi nhiều hơn nước sông Hằng.

Phật bảo Tỳ kheo: Lành thay! Đúng như các ông nói không khác. Nước mắt mà các ông đổ ra trong sanh tử nhiều hơn nước sông Hằng. Vì sao vậy? Trong sanh tử đó, hoặc mẹ chết, nước mắt đổ xuống không thể kể xiết. Trong đêm dài, hoặc cha, hoặc anh, chị, em, vợ con, năm thân,



những người ân ái, vì thương tiếc mà buồn khóc không thể kể xiết.

Cho nên, Tỳ kheo, hãy nên nhàm chán sanh tử, tránh xa pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phẩm Phi Thường, Kinh số 1)

## **291. NUỐT SẮT NÓNG CHỨ KHÔNG NHẬN CỦA TÍN THÍ**

Nay Ta bảo người, thà nuốt viên sắt nóng, chớ không nên không có giới mà nhận người cúng dường. Vì sao vậy? Vì nuốt viên sắt nóng, đau khổ chỉ trong chốc lát, không nên không có giới mà nhận tín thí của người.

Người ngu si kia không có giới hạnh, chẳng phải Sa-môn nói là Sa-môn, chẳng có phạm hạnh nói tu phạm hạnh, thà nằm trên giường sắt chớ không nên không giới mà nhận tín thí của người khác. Vì sao vậy? Vì nằm trên giường sắt nóng chỉ đau đớn trong chốc lát, không nên không giới mà nhận tín thí của người khác.

Hôm nay như Ta quan sát đích thú hưởng đến của người không giới. Giả sử, người kia trong chốc lát thân thể khô héo tiêu tụy, hộc máu nóng ra khỏi miệng mà qua đời, chớ không cùng người nữ giao du, không thọ nhận đức của người lễ kính, không nhận y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, ngọc cụ, thuốc men trị bệnh của người. Vì người không giới kia không quán sát tội đời trước, đời sau, không nhìn lại thân mạng đang chịu thống khổ này. Người

không có giới, ý sinh vào ba đường ác. Đó là ác hành đã tạo ra đưa đến.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 10)

## **292. PHẠM GIỚI SẼ ĐỌA ĐỊA NGỤC**

Những chúng sanh nào ham thích sát sinh, sẽ sinh vào trong địa ngục Hắc thẳng.

Những chúng sanh giết mổ bò, dê và các loại khác, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục Đẳng hại.

Những chúng sanh lấy của không cho, ăn trộm vật của người khác, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục Thế khốc.

Những chúng sanh thích dâm dật, lại nói dối, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục Đại thế khốc.

Những sanh giết hại cha mẹ, phá hoại chùa tháp, gây đấu loạn Thánh chúng, phỉ báng Thánh nhân, hành theo tà kiến điên đảo, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục A-tỳ.

Những chúng sanh nghe lời ở đây truyền đến nơi kia, nghe nơi kia truyền đến nơi này, cầu người phương tiện, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục Viêm.

Lại có chúng sanh gây loạn hai bên, tham lam của người, khởi tâm ganh tị, trong lòng nghi kỵ, sau khi mạng chung sinh vào trong địa ngục Đại viêm.

Nếu có chúng sanh tạo các tạp nghiệp, sau khi mạng chung sinh vào mười sáu địa ngục nhỏ đó. Bấy giờ, ngục tốt hành hạ chúng sanh kia khổ sở khôn lường, hoặc bị chặt tay, hoặc chặt chân, hoặc chặt tay chân, hoặc xẻo mũi, hoặc cắt tai mũi, hoặc lấy gỗ ván ép lên, hoặc lấy cỏ nhét vào bụng, hoặc lấy tóc treo ngược, hoặc lột da, hoặc cắt thịt, hoặc xẻ làm hai phần, hoặc may dính trở lại, hoặc xẻ làm năm, hoặc dùng lửa nướng một bên, hoặc rưới nước sắt nóng chảy lên, hoặc phanh thây làm năm, hoặc kéo dài thân, hoặc dùng búa bén chặt đầu mà giây lát sống trở lại, chỉ khi nào những tội đã tạo ra ở nhơn gian trả hết, sau đó mới ra khỏi.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 2)

### **293. PHÁP**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm Pháp. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn.

Cho nên, các Tỷ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 2)

## 294. PHÁP CHÂN THẬT

Biết thân không chắc thật  
Mạng cũng không kiên cố  
Tài sản, pháp suy mòn  
Người nên cầu chắc thật.

Thân người thật khó được  
Mạng cũng chẳng dài lâu  
Tài sản cũng hủy hoại  
Hoan hỷ niệm bố thí.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 10)

## 295. PHÁP CÒN BỎ HUỐNG CHI PHI PHÁP

Y kiêu mạn diệt kiêu mạn, mạn mạn, tăng thượng (quá) mạn, tự mạn, tà kiến mạn, mạn trung mạn, tăng thượng mạn. Bằng không mạn diệt mạn mạn, diệt tăng tăng thượng quá mạn. Bằng chánh mạn, diệt tà mạn, tăng thượng mạn, diệt hết bốn mạn.

Xưa kia, khi Ta chưa thành Phật đạo, ngồi dưới gốc thọ vương, suy nghĩ như vậy: ‘Trong dục giới, ai là cao trọng nhất để Ta sẽ hàng phục. Trong cõi dục này, trời và người, không ai không bị hàng phục.’ Rồi Ta lại tự nghĩ: ‘Nghe có tỳ ma Ba-tuần. Ta sẽ chiến đấu với chúng. Do hàng phục Ba-tuần, nên tất cả chư thiên cao quý đều bị hàng phục.’ Lúc ấy, Tỳ-kheo, Ta mỉm cười trên chỗ ngồi,

khiến cảnh giới ma Ba tuần đều chấn động. Giữa hư không nghe tiếng nói kệ:

Bỏ pháp Chân Tịnh vương  
Xuất gia học cam lồ  
Dù có thế nguyện rộng  
Dọn trống ba đường ác.

Nay ta họp binh chúng  
Xem mặt sa-môn kia  
Nếu y không theo ta  
Nắm chân liêng ngoài biển.

Tỳ-kheo, hãy bằng phương tiện này mà biết rằng, pháp còn diệt huống gì là phi pháp. Ta trong thời gian dài đã nói kinh ‘Nhất giác dụ’ cho các người, không ghi văn của nó, huống gì là hiểu rõ nghĩa nó. Vì sao vậy? Vì pháp này sâu huyền, vị Thanh văn, Bích-chi-phật nào tu pháp này thì được công đức lớn, được đến chỗ vô vi cam lồ. Vì sao nó được dụ là nương bè? Có nghĩa là nương mạn diệt mạn. Mạn đã diệt hết thì không còn các niệm tưởng nào loạn nữa. Giống như da chồn hoang được thuộc kỹ, dùng tay cuộn lại không gây tiếng động, không chỗ nào cứng. Đây cũng như vậy, nếu Tỳ-kheo nào hết kiêu mạn, không còn gì tăng giảm. Cho nên, nay Ta bảo các người, giả sử ai bị giặc bắt giữ, chớ sanh ác niệm, phải đem tâm từ ban khắp mọi nơi, giống như da cừu mềm kia, trong lâu dài sẽ đạt đến chỗ vô vi. Các Tỳ-kheo, cần phải suy nghĩ như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 5)

## 296. PHÁP NHƯ CHIẾC BÈ

Thế nào là ví dụ thuyền bè? Khi các người đi đường bị giặc bắt giữ, cần làm chủ tâm ý, không khởi niệm ác, phải khởi tâm từ, bi, hỷ, xả tràn đầy khắp mọi nơi, vô lượng, vô hạn không thể tính đếm. Giữ tâm phải như đất; giống như đất này vừa nhận vật sạch, vừa nhận vật dơ, phân tiểu ô uế, đều nhận hết; nhưng đất không khởi tâm tăng giảm, không nói: ‘Đây tốt, đây xấu.’ Nay sở hành các người cũng phải như vậy. Nếu bị giặc cướp bắt giữ, chớ sanh ác niệm, không khởi tâm tăng giảm, cũng như đất, nước, lửa, gió, xấu cũng nhận, tốt cũng nhận, đều không tâm tăng giảm; hãy sanh tâm từ bi hỷ xả đối với hết thảy chúng sanh. Vì sao vậy? Vì pháp hành thiện còn phải bỏ huống chi pháp ác mà có thể tập hành sao?

Như có người gặp chỗ có tai nạn đáng sợ, muốn vượt qua chỗ nạn đến nơi yên ổn, tùy ý rong ruổi tìm nơi an ổn. Người ấy gặp sông lớn, rất sâu rộng, cũng không có cầu thuyền để có thể qua đến bờ bên kia được, mà nơi đang đứng thật là đáng sợ. Bờ kia là vô vi. Bấy giờ, người kia liền suy nghĩ: ‘Sông này rất sâu rộng. Ta hãy gom góp cây gỗ, cỏ, lá kết thành một chiếc bè để vượt qua. Nhờ bè này mà từ bờ này đến được bờ kia.’ Bấy giờ người kia, liền thâu thập cây gỗ, cỏ lá kết bè vượt qua, từ bờ này đến bờ kia. Người kia đã vượt qua bờ kia, lại nghĩ: ‘Chiếc bè này đối với ta có nhiều lợi ích. Nhờ chiếc bè này cứu được nguy nan, từ nơi đáng sợ đến chỗ an lành. Ta không bỏ bè này. Hãy mang theo bên mình.’ Thế nào, Tỳ-kheo, người

kia đã đến nơi rồi, có nên mang bè theo bên mình? Hay không nên?

Các Tỳ-kheo đáp: Không nên, bạch Thế Tôn. Sở nguyện người kia đã đạt kết quả, thì mang chiếc bè theo làm gì?

Phật bảo: Thiện pháp còn phải xả, huống gì là phi pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 5)

## **297. PHÁP TĂNG TRƯỞNG**

Nếu Tỳ kheo thành tựu mười một pháp này chắc chắn có điều được tăng trưởng. Những gì là mười một?

Tỳ kheo thành tựu giới, thành tựu tam-muội, thành tựu trí tuệ, thành tựu giải thoát, thành tựu giải thoát tri kiến, các căn tịch tĩnh, ăn uống biết đủ, hằng tu hành cộng pháp, và cũng biết phương tiện ấy, phân biệt nghĩa ấy, không đắm lợi dưỡng.

Nếu thành tựu mười một pháp này, có khả năng để tăng trưởng. Vì sao vậy? Tất cả các thực hành, chân chánh có mười một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 2)

## **298. PHÁP THÂN NHƯ LAI VẪN TỒN TẠI**

Sau khi Ta diệt độ, Pháp sẽ tồn tại lâu. Sau khi Phật Ca-diếp diệt độ, di pháp chỉ tồn tại bảy ngày. Nay A-nan, ông nay nghĩ rằng đệ tử của Như Lai rất ít. Chớ nghĩ như vậy Ở phương Đông, đệ tử Ta nhiều vô số. Ở phương Nam, đệ tử nhiều vô số. Cho nên, nay A-nan, hãy khởi lên ý nghĩ này: Ta, Phật Thích-ca Văn, thọ mạng cực kỳ lâu dài. Sở dĩ như vậy, vì nhục thân tuy vào diệt độ, nhưng Pháp thân vẫn tồn tại. Ông hãy ghi nhớ phụng hành ý nghĩa này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48. Phẩm Bất Thiện, Kinh số 2)

## **299. PHÁP THỦ HỘ THẾ GIAN**

Có hai pháp tinh diệu thủ hộ thế gian. Thế nào là hai pháp? Có tà, có quý. Nay các Tỳ-kheo, nếu không có hai pháp này, thế gian sẽ không phân biệt có cha, có mẹ, có anh, có em, vợ con, tri thức, tôn trưởng, lớn nhỏ; sẽ cùng với lục súc heo, gà, chó, ngựa, dê... cùng một loại. Vì thế gian có hai pháp này thủ hộ, nên thế gian phân biệt có cha mẹ, anh em, vợ con, tôn trưởng, lớn nhỏ và cũng không cùng đồng loại với lục súc.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 1)



### **300. PHẬT**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm Phật. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 1)

### **301. PHÁT NGUYỆN HỒI HƯỚNG**

Người ấy nguyện rằng: ‘Nay con bằng trai pháp tám quan này sẽ không đoạ địa ngục, ngã quý, súc sanh, cũng không rơi vào nơi tám nạn, không ở biên địa, không rơi vào nơi tệ ác, không theo tri thức ác; con phụng sự cha mẹ chân chánh không có tà kiến, sanh vào trung bộ, được nghe pháp thiện, tư duy phân biệt, thành tựu pháp tùy pháp; đem công đức trai pháp này nhiếp lấy pháp lành của tất cả chúng sanh; đem công đức này bố thí cho họ giúp cho người kia thành Đạo Vô thượng Chánh chơn; đem phước của thế nguyện này bố thí để thành tựu ba thừa khiến cho không bị thối lui giữa chừng.

Lại đem trai pháp tám quan này để học Phật đạo, Bích-chi-phật đạo, A-la-hán đạo. Những người học chánh pháp ở các thế giới cũng đều tập theo nghiệp này. Giả sử trong tương lai, khi Phật Di-lặc xuất hiện ở đời, Như Lai Chí chơn Đẳng chánh giác, người nào gặp hội kia thì sẽ được độ ngay. Khi Phật Di Lặc xuất hiện ở đời, có ba hội Thanh

văn. Hội đầu có chín mươi sáu ức chúng Tỳ-kheo. Hội thứ hai có chín mươi bốn ức chúng Tỳ-kheo. Hội thứ ba có chín mươi hai ức chúng Tỳ-kheo, đều là A-la-hán các lậu đã sạch. Cũng gặp vua cùng giáo thọ sư của đất nước kia.’  
Dạy như vậy, không để cho thiếu sót.

Nay Ta vì nhân duyên ấy nên nói trai pháp tám quan này. Hãy phát thệ nguyện. Không nguyện thì không quả. Vì sao vậy? Nếu người nữ kia phát thệ nguyện, ngay kiếp ấy thành tựu sở nguyện đó. Nếu Tỳ-kheo trưởng lão không phát thệ nguyện, thì trọn không thành Phật đạo. Phước của thệ nguyện không thể ghi kể, dẫn đến chỗ cam lồ diệt tận.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 2)

### **302. PHÁT NGUYỆN TRÌ BÁT QUAN TRAI GIỚI**

Nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào vào ngày mười bốn, mười lăm trong tháng, là ngày trì trai thuyết giới, đến giữa bốn bộ chúng mà nói như vậy, ‘Hôm nay là ngày trai, tôi muốn trì pháp bát quan trai. Nguyện xin Tôn giả vì con mà thuyết giới.’ Bấy giờ chúng bốn bộ nên dạy cho người đó pháp bát quan trai. Trước hết nên bảo người đó nói như vậy, ‘Này thiện nam tử, hãy tự xưng tên họ.’ Người kia đã xưng tên họ rồi, nên trao cho pháp bát quan trai. Bấy giờ, vị giáo thọ nên dạy người trước đó nói như vậy:

‘Nay con vâng giữ trai pháp của Như Lai cho đến sáng sớm ngày mai, tu giới thanh tịnh, trừ bỏ pháp ác. Nếu thân làm ác, miệng thốt ra lời ác, ý sanh niệm ác; thân ba,

miệng bốn, ý ba; các điều ác đã làm, sẽ làm, hoặc vì tham dục mà tạo, hoặc vì sân nhuế mà tạo, hoặc vì ngu si mà tạo, hoặc vì hào tộc mà tạo, hoặc vì nhân ác tri thức mà tạo, hoặc thân này, thân sau vô số thân, hoặc không hiểu Phật, không hiểu Pháp, hoặc gây đấu loạn giữa các Tỳ-kheo Tăng, hoặc sát hại cha mẹ, chư tôn sư trưởng; nay con sám hối, không tự che dấu. Nương giới, nương pháp mà thành tựu giới hạnh của mình, thọ trì pháp bát quan trai của Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 24. Phẩm Cao Tràng, Kinh số 6)

### **303. PHƯỚC BÁO KHÓ LƯỜNG**

Đại vương, chớ nói như vậy. Vì sao? Bồ thí cho các loài súc sanh còn được phước; thậm chí bồ thí cho người phạm giới còn được phước. Bồ thí cho người trì giới, phước đức khó ước lượng. Bồ thí Tiên nhân ngoại đạo được một ức phước. Bồ thí cho Tu-đà-hoàn, Tư-đà-hoàn, A-na-hàm, A-la-hán, Bích-chi-phật và Phật, phước ấy khó lường.

Cho nên, Đại vương, hãy khơi dậy tâm cúng dường đệ tử Thanh văn của chư Phật trong tương lai và quá khứ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 3)

### **304. PHƯỚC VÀ TỘI VÔ LƯỢNG**

Có hai hạng người được phước vô lượng. Thế nào là hai? Người khen ngợi điều đáng khen ngợi; người không

khen ngợi điều không đáng khen ngợi. Đó là hai hạng người được phước vô lượng.

Lại có hai hạng người chịu tội vô lượng. Thế nào là hai? Người mà điều đáng khen ngợi, trở lại phỉ báng; người mà điều không đáng khen ngợi, lại khen ngợi.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 10)

### **305. PHƯƠNG THUỐC ĐỐI TRỊ BẢY SỬ**

Do bảy sử này mà có ba đường dữ địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Do bảy sử này nên không thể vượt qua được cảnh giới tệ ma. Nhưng pháp bảy sử này lại có bảy phương thuốc. Những là bảy?

- 1) Sử tham dục, dùng niệm giác chi để trị.
- 2) Sử sân hận, dùng trạch pháp giác chi để trị.
- 3) Sử tà kiến, dùng tinh tấn giác chi để trị.
- 4) Sử tham đắm thế gian, dùng hỷ giác chi để trị.
- 5) Sử kiêu mạn dùng khinh an giác chi để trị.
- 6) Sử nghi, dùng định giác chi để trị.
- 7) Sử vô minh, dùng xả giác chi để trị.

Xưa khi Ta chưa thành Phật, còn đang thực hành Bồ-tát hạnh, ngồi dưới bóng cây, suy nghĩ như vậy: ‘Chúng sanh Dục giới bị những gì trói buộc?’ Lại nghĩ: ‘Chúng sanh này bị bảy sử cuốn trôi trong sanh tử, mãi không

được giải thoát. Nay Ta cũng bị bảy sử này trói, không giải thoát được.’ Rồi Ta lại nghĩ: ‘Lấy gì để trị bảy sử này?’ Ta lại suy nghĩ: ‘Bảy sử này nên dùng bảy giác chi để trị. Ta hãy tư duy về bảy giác chi.’ Khi tư duy bảy giác chi, tâm dứt sạch hữu lậu, liền được giải thoát. Sau khi thành Đạo Vô thượng chánh chơn, trong bảy ngày ngồi kiết già, Ta tư duy thêm nữa bảy giác chi này. Cho nên, các Tỳ-kheo, muốn dứt trừ bảy sử thì phải tu tập pháp bảy giác chi.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 3)

### **306. QUẢ BÁO XẤU CỦA MƯỜI ĐIỀU**

Do gốc rễ mười ác mà ngoại vật còn suy hao, hưởng nữa nội pháp. Những gì là mười? Đó là người sát sanh, trộm cướp, dâm dật, nói dối, ý ngữ, ác khẩu, hai lưỡi, gây đấu loạn đây kia, tật đố, sân hận, khơi dậy tà kiến. Do quả báo của sát sanh, thọ mạng của chúng sanh rất vắn. Do sự lấy của không cho khiến chúng sanh sanh vào chỗ nghèo hèn. Do quả báo dâm dật, cửa nhà chúng sanh không được trinh trắng. Do nói dối, miệng của chúng sanh có mùi hôi thối, không được sạch thơm. Do ý ngữ, đất đai không được bằng phẳng. Do quả báo hai lưỡi, đất mọc gai chông. Do quả báo ác khẩu, có nhiều ngôn ngữ khác nhau. Do tật đố, thóc lúa không dồi dào. Do quả báo sân hận, có nhiều vật uế ác. Do quả báo tà kiến, tự nhiên sanh tám địa ngục.

Nhân bởi mùi ác báo này khiến các ngoại vật cũng suy hao, hưởng nữa vật nội thân.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 2)

### **307. QUÁN BẤT TỊNH ĐỐI TRỊ NỮ SẮC**

Hãy từ bỏ tướng tịnh, tư duy quán bất tịnh. Sau khi tư duy quán bất tịnh, Tỳ-kheo sẽ đoạn tận dục ái, sắc ái và vô sắc ái; đoạn tận vô minh, kiêu mạn. Nay, Tỳ-kheo, dục của người từ đâu sanh? Từ tóc sanh? Nhưng tóc hiện như không sạch, đều do huyễn hóa, lừa gạt người đời. Móng, răng... thuộc về thân thể đều là không sạch. Cái gì là chân, cái nào là thật? Từ đầu đến chân, thấy đều như vậy. Những vật hữu hình như gan, mật, năm tạng, không một vật đáng ham. Cái gì là chân? Nay, Tỳ-kheo, dục của người từ đâu sanh? Nay người khéo tu phạm hạnh, Chánh pháp của Như Lai, tất sẽ hết khổ. Mạng người rất ngắn, không lâu ở đời. Tuy có rất thọ, không qua trăm tuổi.

Như Lai xuất thế, rất là khó. Được gặp, nghe pháp cũng khó. Thọ nhận thân hình tứ đại cũng lại việc khó được. Các căn đầy đủ cũng lại khó được. Được sanh vào chốn trung ương, cũng lại khó gặp. Gặp gỡ thiện tri thức, cũng lại khó được. Nghe pháp cũng khó, phân biệt nghĩa lý cũng lại khó được. Thành tựu pháp tùy pháp, việc này cũng khó. Nay, Tỳ-kheo, người nếu thân cận thiện tri thức, thì có thể phân biệt các pháp, cũng có thể giảng rộng nghĩa này cho người khác. Nếu đã nghe pháp thì có thể phân

biệt. Đã phân biệt pháp rồi thì có thể giảng nói nghĩa của nó. Không có tướng dục, tướng sân nhuế, tướng ngu si; đã lìa ba độc nên thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 8)

### 308. QUÁN NỮ SẮC

Khi ấy, người nữ kia từ xa trông thấy Đa-kỳ-xa, cô liền cười. Đa-kỳ-xa khi từ xa thấy người nữ cười, liền phát sanh niệm tưởng này: ‘Cô nay, với hình thể được dựng đứng bởi xương, được quấn chặt bởi da, cũng như cái bình vỡ, bên trong đựng đồ bất tịnh, lừa dối người đời, khiến sinh loạn tưởng.’

Tôn giả Đa-kỳ-xa quán sát người nữ kia từ đầu đến chân, trong thân thể này không cái gì đáng ham, ba mươi sáu vật thấy đều bất tịnh. Nay những vật này là từ đâu sinh? Rồi Tôn giả Đa-kỳ-xa lại nghĩ: ‘Nay ta quán sát thân khác, không bằng tự quán sát trong thân mình. Dục này từ đâu sanh? Từ đất sanh chăng? Từ nước, lửa, gió sanh chăng? Nếu từ đất sanh; đất cứng chắc, không thể bị hư hoại. Nếu từ nước sinh, nước rất mềm, không thể bắt giữ. Nếu từ lửa sanh; lửa cũng không thể bị nắm bắt. Nếu từ gió sanh; gió không có hình, không thể nắm bắt.’ Tôn giả lại nghĩ: ‘Tham dục này chỉ có từ tư tưởng sanh.’

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 9)

### 309. QUÁN SỔ TỨC

An-ban tức là theo dõi hơi thở. Khi hơi thở dài, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang dài; nếu hơi thở lại ngắn, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang ngắn; nếu hơi thở rất lạnh, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang lạnh; nếu hơi thở lại nóng, hãy quán biết hơi thở ta hiện đang nóng. Quán khắp thân thể từ đầu đến chân, tất cả đều nên quán biết. Nếu hơi thở lại có dài ngắn, cũng hãy quán hơi thở có dài ngắn. Dụng tâm đặt nơi toàn thân, biết hơi thở dài ngắn, tất cả đều biết rõ, cho đến khi hơi thở ra vào được phân biệt rõ ràng. Nếu tâm đặt nơi thân, biết hơi thở dài ngắn, cũng lại biết rõ, đếm hơi thở dài ngắn cũng phân biệt rõ ràng.

Đó gọi là niệm an-ban, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thân thông, trừ các loạn tưởng, được quả Samôn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm an, ban, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 8)

### 310. QUÁN SỔ TỨC VÀ TỪ BI

Người hãy tu hành pháp an-ban. Tu hành pháp này, có tâm tưởng sâu ưu đều sẽ trừ diệt hết. Nay người lại nên tu hành tưởng bất tịnh ghê tởm, nếu có tham dục, thì sẽ trừ diệt hết.



Này La-hầu-la, nay ngươi phải tu hành từ tâm. Đã hành từ tâm rồi, nếu có sân nhuế, thì sẽ trừ diệt hết. Này La-hầu-la, nay ngươi phải tu, hành bi tâm. Đã hành bi tâm rồi, nếu có tâm hại, thì sẽ trừ diệt hết.

Nay ngươi phải tu hành hỷ tâm. Đã hành hỷ tâm rồi, nếu có tâm tật đố, thì sẽ trừ diệt hết.

Nay ngươi phải tu hành tâm xả. Đã hành tâm xả rồi, nếu có kiêu mạn, thì sẽ trừ diệt hết.

Chớ luôn khởi tưởng đắm  
Thường phải y thuận pháp  
Người hiền trí như vậy  
Danh đồn vang khắp nơi.

Cầm đuốc sáng cho người  
Phá màn vô minh lớn  
Trời, rồng thầy phụng kính  
Tôn thờ bậc sư trưởng.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 1)

### **311. QUÁN MẠNG CĂN ĐOẠN TUYỆT**

Chết là mất ở đây, sinh bên kia; qua lại các đường, sinh mạng trôi đi không dừng, các căn tan hoại, như khúc gỗ mục nát; mạng căn đoạn tuyệt, giòng họ chia lìa, không hình không tiếng, cũng không tướng mạo.

Đó gọi là niệm sự chết, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thân thông, trừ các loạn tướng được quả Samôn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm sự chết, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 10)

### **312. QUÁN TƯỞNG VỀ CHẾT**

Tỳ-kheo ấy có thể khéo tư duy về tưởng chết, nhằm tởm thân này là bất tịnh ghê tởm. Tỳ-kheo tư duy về tưởng chết, phải buộc ý trước mắt, tâm không di động, niệm số đếm hơi thở ra vào, đồng thời tư duy về bảy giác chi, như vậy ở trong pháp Như Lai mới được nhiều lợi ích. Vì sao vậy? Hết thấy các hành đều rỗng lặng, cái sanh và cái diệt đều như huyễn hoá, không có chơn thật. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy ở trong hơi thở ra vào tư duy về tưởng chết để thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết, buồn rầu, khổ não.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 41. Phẩm Chớ Sợ, Kinh số 1)

### **313. QUÉT ĐẤT CÓ NĂM VIỆC THÀNH TỰU**

Người quét đất có năm việc thành tựu công đức. Sao gọi là năm? Ở đây, người quét đất biết lý gió ngược, gió xuôi, cũng biết dôn đống, cũng có thể hốt bỏ không để cho

đur sót lại, khiến cho đất thật sạch sẽ. Đó gọi là có năm trường hợp này thành tựu công đức lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 5)

### **314. QUÉT THÁP THÀNH TỰU CÔNG ĐỨC**

Người quét tháp thành tựu công đức. Sao gọi là năm? Ở đây, người quét tháp dùng nước rưới lên đất, lượm bỏ gạch đá, san bằng mặt đất, giữ chú ý khi quét đất, hốt bỏ rác rưởi dơ bẩn. Đây Tỳ-kheo, đó gọi là có năm việc khiến người được công đức. Cho nên, này các Tỳ-kheo, muốn cầu công đức này hãy thực hành năm việc này.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phẩm Năm Vua, Kinh số 6)

### **315. QUỐC VƯƠNG THÀNH TỰU MƯỜI PHÁP**

Nếu quốc vương thành tựu mười pháp thì không thể tồn tại lâu dài, bị nhiều giặc cướp. Những gì là mười?

1) Quốc vương tham lam keo kiệt, vì chút sự việc nhỏ mà nổi thịnh nộ, không quán sát nghĩa lý.

2) Vua ấy tham đắm tài vật, không khứng chịu thua sút.

3) Vua kia không chịu nghe can gián, là người bạo ngược, không có từ tâm.

4) Vua kia bắt oan nhân dân, giam cầm ngang ngược, nhốt trong lao ngục không có ngày ra.

5) Quốc vương tuyên dụng thần tá phi pháp, không y theo chánh hành.

6) Quốc vương tham đắm sắc đẹp của người, xa lánh vợ của mình.

7) Quốc vương ưa uống rượu mà không lý đoán quan sự.

8) Quốc vương ưa thích ca múa, hý, nhạc, mà không lý đoán quan sự.

9) Quốc vương hằng mang bệnh tật, không có ngày nào khỏe mạnh.

10) Quốc vương không tin bè tôi trung hiếu, lòng cánh yếu ớt, không có người phò tá mạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phạm Kết Cầm, Kinh số 3)

### **316. RỜI BỎ NƠI KHÔNG LỢI ÍCH**

Nếu có Tỳ kheo sống nương tựa thôn xóm mà pháp thiện tiêu diệt, pháp ác cứ tăng trưởng; Tỳ kheo ấy nên học như vậy: ‘Ta nay sống nơi thôn xóm mà pháp ác cứ tăng, pháp thiện giảm dần, niệm không chuyên nhất, không thể dứt sạch các lậu, không đạt đến nơi chốn vô vi an ổn. Những gì mà ta có được, như áo, chăn, đồ ăn, thức uống, giường chõng, ngựa cù, thuốc men trị bệnh, thầy điều khó nhọc mới thu hoạch được.’ Rồi Tỳ kheo ấy nên học như vậy: ‘Ta nay sống trong thôn xóm này, mà pháp ác cứ tăng, pháp thiện thì tiêu diệt. Ta cũng không phải vì áo,

chăn, đồ ăn, thức uống, giường chõng, ngọa cụ, thuốc men trị bệnh mà làm Sa-môn. Điều mà ta mong cầu ước nguyện nay vẫn chưa có kết quả.’ Tỳ kheo ấy nên rời bỏ thôn xóm ấy mà đi.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 3)

### **317. RUỘNG PHƯỚC THẾ GIAN**

Các Tỳ-kheo, hãy niệm đầy đủ giới đức, không có niệm khác, thành tựu đầy đủ oai nghi, sợ cả những lỗi nhỏ huống gì là lỗi lớn.

Nếu có Tỳ-kheo nào ý muốn được Như Lai nói đến, hãy niệm đầy đủ giới đức. Giới đức đã đầy đủ, hãy niệm nghe đầy đủ. Nghe đã đầy đủ thì, hãy niệm bố thí đầy đủ. Thí đã đầy đủ thì, hãy niệm đầy đủ trí huệ, và giải thoát tri kiến, thấy đều đầy đủ.

Nếu có Tỳ-kheo nào đầy đủ các thân giới, thân định, tuệ, thân giải thoát, thân giải thoát tri kiến, được trời rồng, quỷ thần trông thấy cúng dường, là chỗ đáng kính, đáng quý, được trời người cung phụng. Cho nên, này các Tỳ-kheo, ai niệm đầy đủ năm phần Pháp thân, người ấy là ruộng phước thế gian, không gì hơn được.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phẩm Thính pháp, Kinh số 5)

### **318. SA MÔN TẬP HÀNH**

Tỳ kheo đi đứng, tới lui, nhìn ngó, dung mạo khác y, bưng bát, thấy đều đúng như pháp. Không đắm tham dục, sân hận, ngu si. Duy chỉ trì giới, tinh tấn không phạm các điều phi pháp, học các giới. Đó gọi là sa-môn tập hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 8)

### **319. SA MÔN THỆ NGUYỆN**

Hoặc có Tỳ kheo mà oai nghi, giới luật, ra vào, tới lui, bước đi, dung mạo, nhìn ngó, cử động, thấy đều như pháp, dứt sạch hữu lậu, thành vô lậu, ở ngay trong hiện pháp, tự thân chứng ngộ mà an trú, như thật biết rằng, sanh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, điều cần làm đã làm xong, không còn tái sanh đời sau nữa. Đó gọi là sa-môn thệ nguyện.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 8)

### **320. SA MÔN, BÀ-LA-MÔN**

Sa-môn tâm tĩnh lặng  
Các ác đã diệt tận  
Bà-la-môn, là thanh tịnh  
Trừ khử các loạn tướng.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 7)

### 321. SẮC ĐẸP CỦA NỮ NHÂN

Khi nó thấy con gái dòng sát-lợi, con gái dòng bà-la-môn, con gái dòng trưởng giả, tuổi mười bốn, mười lăm, mười sáu, không cao, không thấp, không mập, không ốm, không trắng, không đen, xinh đẹp vô song, hiếm có ở đời; vừa mới thấy nhan sắc ấy, nó liền khởi tưởng yêu thích. Đó gọi là vị của sắc.

Sao gọi sắc là tai hoạn lớn? Lại nữa, sau nếu lại thấy người con gái kia, tuổi đã tám mươi, chín mươi, cho đến trăm tuổi, nhan sắc đổi khác, qua tuổi thiếu, tráng niên, răng rụng, tóc bạc, thân thể cẩu ghét, da dòn, mặt nhăn, lưng khòm, rên rỉ, thân như xe cũ, hình dáng run rẩy, chóng gậy mà đi. Thế nào, các Tỳ-kheo, sắc đẹp được thấy ban đầu, sau lại thấy đổi khác, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Ở đây nếu thấy người con gái kia thân mang trọng bệnh, nằm trên giường, đại tiểu tiện không thể đứng dậy. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp được thấy trước kia, nay trở nên bệnh này; há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu lại thấy người con gái kia, thân hoại mạng chung, được đem đến gò mả. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp trước kia đã thấy, nay đã biến đổi; ở trong đó mà tưởng khổ lạc; há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy người con gái kia, chết qua một ngày, hai ngày, ba ngày, bốn ngày, năm ngày, cho đến bảy ngày; thân thể sinh chướng, rữa thối, tan rã, rơi vãi một nơi. Thế

nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp có trước kia, đến nay thay đổi đến như vậy; há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy người con gái kia, bị quạ, chim khách, kên kên, tranh nhau đến ăn thịt; hoặc bị beo, chó, sói, hổ, thấy mà ăn thịt; hoặc các loài trùng ngọ nguậy rất nhỏ, biết bò, bay, động đậy, thấy mà ăn thịt. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia vốn có, nay biến đổi đến như vậy; ở trong đó mà khởi tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, thân bị trùng quạ đã ăn nửa, ruột, dạ dày, thịt, máu, ô uế bất tịnh. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp mà trước kia cô ấy có, nay biến đổi đến như vậy; ở trong đó mà khởi tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, máu thịt đã hết, chỉ còn hài cốt liền nhau. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia từng có nay thay đổi đến nỗi như vậy; ở trong đó mà khởi ý tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, máu thịt đã hết, chỉ có gân quắn rắng như bó củi. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia từng có nay thay đổi đến nỗi như vậy; ở trong đó mà khởi ý tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, hài cốt tan rã mỗi nơi, hoặc xương chân một chỗ, hoặc xương tay một chỗ, hoặc xương đùi một chỗ, hoặc xương hông một chỗ, hoặc xương sườn một chỗ, hoặc xương bả vai một chỗ, hoặc



xương cốt một chỗ, hoặc đầu lâu một chỗ. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia từng có nay thay đổi đến như vậy; ở trong đó mà khởi ý tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, xương cốt bạc trắng, hoặc giống sắc bò câu. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia từng có nay thay đổi đến như vậy; ở trong đó mà khởi ý tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Nếu thấy thân người con gái kia, hài cốt trải qua nhiều năm, hoặc bị mục nát, tan rã, giống như màu đất. Thế nào, Tỳ-kheo, sắc đẹp người kia từng có nay thay đổi đến như vậy; ở trong đó mà khởi ý tưởng khổ lạc, há chẳng phải là tai hoạn lớn sao?

Sắc này vô thường biến đổi, không được lâu dài, không được bền vững. Đó gọi sắc là tai hoạn lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 9)

## **322. SÁM HỐI**

Phật bảo vua A-xà-thế: Có hai hạng người không tội mà mạng chung được sinh lên trời trong khoảnh khắc co duỗi cánh tay. Sao gọi là hai? Một là người không tạo gốc tội mà tu thiện; hai là người cải hối tội mà mình đã tạo. Đó gọi là hai hạng người khi mạng chung sẽ sanh lên trời không có gì nghi ngờ.

Người làm việc rất ác  
Hối lỗi, chuyển thành nhẹ  
Sám hối không lười nghỉ  
Gốc tội được nhờ hẳn.

Cho nên, Đại vương hãy trị dân đúng pháp, chớ dùng phi pháp. Phàm người theo giáo hóa cai trị, khi chết sẽ được sinh lên trời, cõi lành. Sau khi mạng chung, danh tiếng sẽ được vang dội khắp bốn phương. Người sau cùng truyền tụng: ‘Xưa có vị Vua lấy chánh pháp giáo hóa cai trị, không có cong vạy.’ Mọi người xưng tụng nơi sanh của người ấy. Tuổi thọ được thêm, không bị chết yểu. Cho nên, Đại vương hãy phát tâm hoan hỷ hướng về Tam bảo Phật, Pháp, Thánh chúng.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 7)

### 323. SÂN GIẬN

Hãy diệt một pháp, Ta sẽ xác chứng các người thành A-na-hàm. Một pháp gì? Sân nhuế.

Bị nhiễm bởi sân nhuế  
Chúng sanh rơi đường dữ  
Siêng tu bỏ sân nhuế  
Liên thành A-na-hàm.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 2)

### 324. SÁNG, TRƯA, CHIỀU CÓ BA SỰ QUẤN CHẶT TÂM Ý

Giống như mùa Xuân, trời mưa đá lớn. Cũng lại như vậy, nếu Như Lai không xuất hiện ở đời, chúng sanh sẽ rơi vào địa ngục. Bấy giờ người nữ vào địa ngục nhiều hơn đối người nam. Vì sao vậy?

Tỳ-kheo nên biết, do ba sự nên các loài chúng sanh thân hoại mạng chung rơi vào ba đường dữ. Những gì là ba? Đó là tham dục, ngủ nghỉ, trạo cử. Bị ba sự này quấn chặt tâm ý, thân hoại mạng chung rơi vào ba đường ác.

Người nữ cả ngày tập hành ba pháp mà tự an trú. Ba pháp gì?

Sáng sớm để cho tâm ganh tị quấn chặt mình.

Buổi trưa lại để cho ngủ nghỉ quấn chặt mình.

Buổi chiều để cho tâm tham dục quấn chặt mình. Do nhân duyên này khiến người nữ kia thân hoại mạng chung sanh vào ba đường dữ.

Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy niệm tưởng tránh xa ba pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Dường, Kinh số 9)

### 325. SANH THIÊN

Bồ thí và bình đẳng  
Từ tâm, xả, tư duy  
Có ba xứ sở này  
Được người trí gần gũi.

Đời này thọ báo kia  
Trên trời cũng như vậy  
Duyên có ba xứ này  
Sanh thiên ắt không nghi.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 2)

### 326. SANH TỬ VÀ NIẾT BÀN

Có hai pháp tu hành là chỉ và quán. Lại phải tu thêm hai pháp. Hai pháp gì? Sinh tử không đáng vui, biết Niết-bàn là an lạc. Đó là hai pháp. Lại tu thêm hai pháp. Hai pháp gì? Trí và biện.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 7)

### 327. SÁT SANH LIÊN ĐẠO ĐỊA NGỤC

Ở trong chúng này Ta không thấy một pháp nào đã tu, tu nhiều, mà thành hạnh địa ngục, thành hạnh súc sanh, thành hạnh ngạ quỷ, nếu sinh vào cõi người mà thọ mạng ngắn ngủi: đó là sát sinh.

Nếu có người nào có ý thích sát sinh, liền bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh; nếu sinh vào cõi người thì thọ mạng ngắn ngủi. Vì sao vậy? Vì họ đã dứt sinh mạng kẻ khác.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14. Phẩm Ngũ Giới, Kinh số 1)

### **328. SÁU CÔNG ĐỨC CỦA NHƯ LAI**

1) Chánh pháp Như Lai rất là hoà nhã, được người trí tu hành.

2) Thánh chúng của Như Lai rất hoà thuận, thành tựu pháp tùy pháp, thành tựu giới, thành tựu trí huệ, thành tựu giải thoát, thành tựu giải thoát tri kiến. Thánh chúng gồm có bốn đôi, tám bậc. Đây là Thánh chúng của Như Lai đáng kính, đáng quý, là ruộng phước lớn của thế gian.

3) Như Lai có chúng bốn bộ đều học tập, thực hành pháp cần được thực hành, không quấy nhiễu Như Lai thêm nữa.

4) Thế Tôn, con thấy dòng sát-lợi, bà-la-môn, cư sĩ, sa-môn, tài cao, hơn đời đều tập họp lại bàn luận: ‘Chúng ta phải đem luận đề này đến hỏi Như Lai. Nếu Sa-môn Cù-đàm kia không đáp luận đề này thì ông ấy còn yếu kém. Nếu có thể đáp thì chúng ta sẽ khen hay.’ Lúc ấy, bốn dòng họ đến chỗ Thế Tôn mà hỏi luận này, hoặc lại có người im lặng. Bấy giờ, Thế Tôn vì họ mà thuyết pháp. Sau khi

nghe pháp xong họ không hỏi thêm gì nữa, huống chi lại muốn tranh luận và đều thờ Như Lai làm Thầy.

5) Có sáu mươi hai kiến giải ngoại đạo lừa dối người đời, không hiểu chánh pháp do đó đưa đến ngu si. Nhưng Như Lai có thể trừ các nghiệp tà kiến này, sửa cho họ Chánh kiến.

6) Chúng sanh tạo ác bởi thân, miệng, ý. Nếu mạng chung mà nhớ nghĩ công đức Như Lai thì được lìa ba đường dữ, được sinh lên trời. Cho dù là người cực ác, cũng được sinh lên trời.

Vì vậy nên chúng sanh nào thấy Như Lai cũng đều sanh tâm cung kính mà cúng dường Ngài.

Thế Tôn bảo: Lành thay, lành thay Đại vương, đã có thể ở trước Như Lai rống tiếng rống sư tử, diễn bày công đức của Như Lai! Cho nên, Đại vương, hãy thường khởi tâm hướng về Như Lai. Đại vương, hãy học điều này như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 10)

### **329. SÁU LOẠI SỨC MẠNH**

1) Trẻ con dùng tiếng khóc làm sức mạnh, muốn nói điều gì cốt trước phải khóc.

2) Người nữ dùng sân hận làm sức mạnh, nổi sân hận rồi sau đó mới nói.

3) Sa-môn, bà-la-môn dùng nhẫn nhục làm sức mạnh, thường nghĩ tự hạ mình và hạ mình đối với người sau đó mới trình bày.

4) Quốc vương dùng kiêu ngạo làm sức mạnh, dùng thể lực cường hào để nói chuyện.

5) Song A-la-hán dùng sự tinh chuyên làm sức mạnh để nói chuyện.

6) Chư Phật Thế Tôn thành tựu đại từ bi, dùng đại bi làm sức mạnh để làm lợi khắp chúng sanh.

Này các Tỳ-kheo, đó gọi là có sáu sức mạnh đời thường này.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phạm Lục, Kinh số 1)

### **330. SÁU PHƯỚC CỦA VUA BA TƯ NẶC**

Vua liền nhẹ nhàng bước vào, không gây ra một tiếng động. Lúc ấy, vua Ba-tư-nặc quay lại nhìn người hầu. Người ấy liền tự nghĩ: Nay hãy để vua vào gặp Thế Tôn một mình. Ta nên đứng đây.

Bấy giờ, vua Ba Tư Nặc đi một mình đến chỗ Thế Tôn. Thế Tôn bằng thiên nhãn thấy vua đang đứng ngoài cửa, liền từ chỗ ngồi đứng dậy mở cửa cho vua. Thấy Thế Tôn, vua liền đánh lễ sát chân, tự xưng tên họ Con là Vua Ba-tư-nặc. Ba lần tự xưng danh hiệu.

Thế Tôn nói: Ông là Vua. Còn Ta là dòng họ Thích xuất gia học đạo.

Vua bạch Phật: Cúi mong Thế Tôn kéo dài tuổi thọ đến vô cùng, để trời người được an lạc.

Thế Tôn bảo: Chúc đại vương cũng sống lâu vô cùng, theo pháp cai trị, chớ đừng phi pháp. Những ai cai trị đúng pháp đều sanh lên trời, xứ lành; sau khi chết danh tiếng còn mãi, người đời truyền rằng: ‘Xưa có vua đúng pháp cai trị dân, chưa từng tà vạy.’ Nếu có người dân nào sống trong cảnh giới của vua này, khen ngợi công đức của vua, nhớ nghĩ không quên. Thân vua ở trên trời, tặng sáu việc công đức. Những gì là sáu? Một được thọ tuổi trời, hai được sắc đẹp trời, ba được thú vui trời, bốn được thần túc trời, năm được oai đức trời, sáu được ánh sáng trời. Vì vậy, Đại vương, hãy theo pháp cai trị dân, chớ đừng phi pháp. Ngày nay, tự thân Ta có công đức này nên xứng đáng nhận người cung kính lễ bái.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 10)

### **331. SÁU SỰ ĐƯA ĐẾN CÔNG ĐỨC**

Sáu đức ấy là gì? Ở đây, đàn việt thí chủ thành tựu ba pháp. Thế nào là đàn-việt thí chủ thành tựu ba pháp? Ở đây, đàn việt thí chủ thành tựu tín căn, thành tựu giới đức, thành tựu pháp nghe. Đó gọi là đàn việt thí chủ thành tựu ba pháp này.

Vật được thí cũng thành tựu ba pháp. Sao gọi là ba? Vật kia thành tựu sắc, thành tựu vị, thành tựu hương. Có ba pháp thành tựu này.



Đó gọi là có sáu sự này được công đức lớn, danh đức vang xa, đạt được báo cam lồ. Cho nên, các Tỳ-kheo, nếu muốn thành tựu sáu sự này, hãy niệm bố thí.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phạm Thính pháp, Kinh số 4)

### **332. SÁU TRỌNG PHÁP**

1) Tỳ-kheo thân hành niệm từ, như soi gương thấy hình mình, đáng kính, đáng quý, không để quên mất.

2) Khẩu hành niệm từ,

3) Ý hành niệm từ, đáng kính, đáng quý, không để quên mất.

4) Được các thứ lợi lộc đúng pháp thì nên chia cho các phạm hạnh cùng hưởng, không tưởng tiếc rẻ; pháp này đáng kính, đáng quý, không để quên mất.

5) Có các giới cấm không hủ, không bại, cực kỳ hoàn hảo, không sút, không thủng, được bậc trí quý trọng, lại muốn đem giới này được phân bố cho người khác cũng đồng một vị; pháp này đáng kính, đáng quý không để quên mất.

6) Chánh kiến của Hiền Thánh dẫn đến xuất yếu; có kiến giải như vậy, và muốn các vị phạm hạnh đồng tu cùng đồng pháp này, cũng đáng kính, đáng quý, không để quên mất.

Đó gọi là có sáu trọng pháp này, đáng kính, đáng quý, không để quên mất. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy thường xuyên tu tập các hành vi của thân, miệng, ý; nếu được các thứ lợi dưỡng, cũng nên nghĩ phân đều cho nhau, chớ khởi tưởng tham.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phẩm Thính pháp, Kinh số 1)

### **333. SÁU XỨ LÀ ĐƯỜNG DỮ**

Sao gọi sáu xứ là đường dữ? Mắt nhìn sắc này, hoặc đẹp hoặc xấu. Thấy đẹp thì thích, thấy xấu thì không thích. Tai nghe tiếng hoặc hay, hoặc dở. Nghe tiếng hay thì thích, nghe tiếng không hay thì không thích. Mũi, lưỡi, thân, ý cũng lại như vậy. Giống như có sáu loại thú có tánh nét khác nhau, hành động cũng khác. Nếu có người bắt chó, cáo, vượn, cá chiên, rắn, chim, tất cả đều cột lại, nhốt chung vào một nơi rồi thả đi. Bây giờ, trong sáu loại vật, mỗi con sẽ thể hiện mỗi tính cách.

Bây giờ, trong ý con chó muốn chạy vào thôn; trong ý con cáo muốn chạy đến gò mả; trong ý con cá chiên muốn vào trong nước; trong ý con vượn muốn vào rừng núi; trong ý rắn độc muốn vào trong hang; trong ý chim muốn bay lên hư không. Sáu loài, mỗi loài có tánh cách khác nhau.

Nếu có người lại bắt sáu loại vật này nhốt vào một chỗ, không cho chúng tự do đi theo bốn hướng. Lúc này, sáu con vật ấy tuy đi lại nhưng không rời khỏi chỗ cũ trong đó. Sáu tình cũng lại như vậy, mỗi loại đều có chủ

đích riêng, phận sự bất đồng, lối nhìn cũng khác biệt, hoặc tốt hoặc xấu.

Tỳ-kheo buộc sáu tình này mà đặt một chỗ. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy nhớ nghĩ chuyên tinh, ý không tán loạn. Lúc ấy, tỳ ma Ba-tuần hoàn toàn không có cơ hội, các công đức lành thủy đều được thành tựu.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phạm Lục, Kinh số 8)

### 334. SÁU XÚC TÌNH

Có sáu xúc xứ. Những gì là sáu? Là các xứ như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Đó là sáu xứ. Phàm phu khi mắt thấy sắc liền khởi tâm đắm nhiễm không thể lìa bỏ. Do thấy sắc, rồi khởi nhiễm đắm, nên lưu chuyển sanh tử không có lúc nào thoát. Sáu tình cũng lại như vậy, khởi tưởng nhiễm đắm, ý không thể lìa bỏ, do đó lưu chuyển không có lúc nào thoát.

Nếu đệ tử Hiền Thánh của Thế Tôn, mắt thấy sắc rồi không khởi đắm trước, không có tâm ô nhiễm, tức có thể phân biệt mắt này là pháp vô thường, khổ, không, pháp chẳng phải thân. Sáu tình cũng lại như vậy, không khởi tâm ô nhiễm, phân biệt sáu tình này là vô thường, khổ, không, pháp chẳng phải thân, phải tư duy điều này thời liền được hai quả: hoặc ở trong hiện pháp đắc A-na-hàm, hoặc A-la-hán. Giống như có người rất đói, muốn xay giã lúa, sàng xảy cho sạch sẽ để nấu ăn, trừ cơn đói khát. Đệ tử của Hiền Thánh cũng lại như vậy, đối với sáu tình này tư duy về sự nhiễm ô, bất tịnh liền thành tựu đạo tích, nhập

vô dư Niết-bàn giờ. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện diệt sáu tình này.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phạm Lục, Kinh số 12)

### **335. SỰ CHẾT**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm sự chết. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thần thông, loại bỏ các loạn tưởng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phạm Thập Niệm, Kinh số 10)

### **336. SỨC MẠNH CỦA NỮ GIỚI**

- 1) Sức mạnh của sắc đẹp
- 2) Sức mạnh của dòng họ
- 3) Sức mạnh của ruộng vườn
- 4) Sức mạnh của con cái
- 5) Sức mạnh của tiết hạnh.

Đó là năm sức mạnh của người nữ.

Tỳ-kheo nên biết, người nữ dựa vào năm sức mạnh này mà xem thường chồng. Nếu chồng lại có một sức mạnh thì sẽ phủ lấp hết người nữ kia. Một sức mạnh ấy là gì? Đó là sức mạnh của giàu sang. Phàm là người giàu sang thì sức mạnh của sắc không sánh bằng; dòng họ,

ruộng vườn, con cái, tiết hạnh cũng không bằng. Do một sức lực mà thắng ngàn ấy sức mạnh.

Nay tề ma Ba-tuần cũng có năm sức mạnh. Những gì là năm? Đó là sức mạnh sắc, sức mạnh thanh, sức mạnh hương, sức mạnh vị, sức mạnh xúc. Phàm người ngu si đắm các pháp sắc, thanh, hương, vị, xúc nên không thể vượt qua cảnh giới Ma Ba tuần. Thánh đệ tử thành tựu một sức mạnh thì có thể thắng ngàn ấy sức mạnh. Một sức mạnh ấy là gì? Đó là sức mạnh không phóng dật. Nếu Hiền Thánh đệ tử thành tựu không phóng dật, không bị sắc, thanh, hương, vị, xúc câu thúc. Do không bị năm dục trói buộc nên có khả năng phân biệt pháp sanh, già, bệnh, chết, thắng được năm sức mạnh của Ma, không rơi vào cảnh giới Ma, vượt khỏi các nạn sợ hãi, đến chỗ vô vi.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phẩm Tà Tụ, Kinh số 4)

### **337. SỨC NẶNG CỦA TÍN THÍ**

Giống như Ưu-bà-di kia, trong lòng chí tín, dạy dỗ con như vậy: ‘Nay con nếu sống tại gia phải như gia chủ Chát-đa và như đồng tử Tượng. Sở dĩ như vậy, vì đây là khuôn phép, đây là mẫu mực. Những đệ tử (tại gia) của Thế Tôn mà đã được chứng ngộ, đó là gia chủ Chát-đa và đồng tử Tượng. Còn nếu con trẻ muốn cạo bỏ râu tóc, mặc ba pháp y, xuất gia học đạo, thì phải như Tỳ-kheo Xá-lợi-phất, Mục-kiền-liên. Sở dĩ như vậy, vì đây là khuôn phép, đây là mẫu mực. Nghĩa là Tỳ-kheo Xá-lợi-phất, Mục-kiền-liên

thích học Chánh pháp, không tạo nghiệp tà để dấy lên phi pháp. Nếu con có sinh tư tưởng nhiễm đấm này, con sẽ rơi vào trong ba đường ác.’

Do đó, các người nên chuyên tâm khéo suy niệm: Hãy đạt được cái chưa đạt được. Hãy thu hoạch cái chưa thu hoạch. Hãy chúng cái chưa chúng. Sở dĩ như vậy, này các Tỳ-kheo, vì sức nặng của tín thí thật khó có thể tiêu được, khiến cho con người không đến được đạo. Cho nên, này các Tỳ-kheo, chớ sinh ý tưởng nhiễm đấm. Nó đã sinh rồi thì hãy diệt.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 9. Phẩm Con Một, Kinh số 1)

### **338. SUY NIỆM TU HÀNH**

Hãy suy niệm tu hành. Chúng sanh nào hành pháp này, nhiên hậu mới được gọi là sa môn.

Vì sao gọi là sa-môn? Các kết sử hoàn toàn lắng dừng.

Vì sao gọi là bà-la-môn? Tận trừ pháp ngu hoặc.

Vì sao gọi là sát-lợi? Do đã đoạn trừ dâm, nộ, si.

Cũng gọi là người Đã Tắm. Thế nào gọi là Đã Tắm? Người ấy đã rửa sạch 21 kết sử.

Cũng gọi là giác. Thế nào gọi là giác? Vì đã giác ngộ pháp ngu và pháp trí.

Cũng gọi là Bờ Kia. Thế nào gọi là Bờ Kia? Người ấy đã từ bờ này sang đến bờ bên kia, cho nên gọi là Bờ Kia.

Những ai hành được pháp này, mới được gọi là sa-môn, bà-la-môn. Ý nghĩa như vậy, các người hãy suy niệm phụng hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 2)

### **339. SUY TÂM**

Có ba suy tâm này. Những gì là ba? Suy tâm dục tưởng, sân nhuế tưởng, sát hại tưởng. Tỳ-kheo đó gọi là ba tưởng.

Nếu người suy tâm dục tưởng, khi mạng chung sẽ đọa vào địa ngục. Nếu suy tâm sân nhuế tưởng, khi mạng chung sẽ sanh trong loài súc sanh, thuộc vào các loài gà, chó; sinh trong các loài rắn, trùng. Nếu suy tâm hại tưởng, khi mạng chung sẽ sanh trong loài ngạ quỷ, thân hình bị thiêu đốt, đau khổ không thể kể được. Tỳ-kheo, đó gọi là có ba suy tâm này, sẽ sinh vào trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh.

Lại có ba suy tâm. Những gì là ba? Đó là tâm xuất ly, tâm không sát hại, tâm không sân nhuế. Nếu người nào có tâm xuất ly, khi mạng chung sẽ sanh trong loài người. Nếu người nào có tâm không sát hại, khi mạng chung sẽ sanh lên trời một cách tự nhiên. Nếu người nào có tâm không sân nhuế, khi mạng chung, đoạn trừ năm kết sử, ở nơi kia nhập bát-niết-bàn. Tỳ-kheo đó gọi là ba tâm, hãy thường niệm tu hành. Hãy xa lìa ba ác tưởng này.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 23. Phẩm Địa Chủ, Kinh số 10)

### **340. TÀ HẠNH GIỐNG NHƯ QUẠ ĂN ĐỒ BẤT TỊNH**

Giống như con quạ kia thường xuyên bị khổ vì đói, bèn ăn đồ bất tịnh, sau đó quẹt mỏ, sợ có các loài chim khác thấy nói rằng quạ này ăn đồ bất tịnh. Ở đây cũng như vậy, có một người ở nơi vắng vẻ, tập hành dâm dục, làm các hành vi bất thiện. Sau đó hổ thẹn, tự hối lỗi, đem những việc đã làm trình bày cho người. Vì sao vậy? Hoặc bị những vị đồng phạm hạnh thấy mà chê trách rằng, ‘Người này tập hành dâm dục, có hành vi xấu ác.’

Đó gọi là người giống như quạ.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hòa Diệt, Kinh số 3)

### **341. TÀ KIẾN TIÊU DIỆT**

Sở kiến của các loài chúng sanh thì không đồng, mà tâm niệm cũng mỗi khác. Các tri kiến ấy đều vô thường. Ai ôm giữ tri kiến ấy, là pháp biến dịch, vô thường. Nếu người khác sát sanh, ta lìa sát sanh. Nếu người khác trộm cắp, ta sẽ xa lìa việc đó, không tập theo hành vi đó, mà chuyên tâm nhất ý không để thác loạn, tư duy trừ lượng xem tà kiến khởi lên từ đâu, cho đến mười pháp ác thấy đều lìa bỏ, không tập theo các hành vi ấy.

Nếu người khác sân nhuế, chúng ta học nơi nhẫn nhục. Người khác ôm lòng tật đố, ta nên xả ly. Người khác kiêu mạn, ta nghĩ đến xả ly. Người khác khen mình chê người,



ta không khen mình chê người. Người khác không thiếu dục, ta nên học thiếu dục. Người khác phá giới, ta tu tập giới. Người khác giải đãi, ta hãy tinh tấn. Người khác không hành tam-muội, ta hành tam-muội. Hãy học như vậy. Người khác ngu hoặc, ta hành trí tuệ. Ai có thể quan sát phân biệt pháp này, tà kiến tiêu diệt, những cái còn lại không sanh.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47. Phẩm Thiện Ác, Kinh số 9)

### **342. TAI HỌA CỦA DỤC**

Dục có tai họa gì? Ở đây, một thiện gia nam tử học các kỹ thuật để tự kinh doanh cho mình; hoặc học làm ruộng, hoặc học thư số, hoặc học làm thuê, hoặc học toán số, hoặc học cân đối, hoặc học chạm khắc, hoặc học thông tin qua lại, hoặc học hầu hạ vua, thân không lánh nắng mưa, mệt nhọc cần khổ, không được tự do. Làm những việc khổ cay này để thu hoạch sản nghiệp. Đó là tai họa lớn của dục.

Khổ não trong đời này do ân ái này, đều do tham dục. Nhưng thiện gia nam tử kia lại làm việc cực khổ vậy mà không được của cải, trong lòng sầu lo khổ não không thể tính kể, tự suy nghĩ rằng, ‘Ta làm công lao này, bày các phương kế, mà không được tiền của.’ Các trường hợp như vậy, nên nghĩ đến lia bỏ. Đó là nên lia bỏ dục.

Khi thiện gia nam tử kia, hoặc khi bày phương kế vậy mà được tiền của. Do được tiền của nên tìm đủ mọi cách thích hợp để luôn tự giữ gìn, sợ vua chiếm đoạt, bị giặc

cướp giật, bị nước cuốn trôi, bị lửa thiêu đốt. Lại nghĩ như vậy: ‘ta muốn chôn dấu, nhưng sợ sau quên mất. Ta muốn xuất ra sinh lời lại sợ không thể giữ. Hay nhà sanh con xấu, tiêu phá tài sản của ta.’ đại loại như vậy, dục là tai họa lớn, do bởi gốc dục này đưa đến tai biến này.

Thiện gia nam tử kia thường sanh tâm này, là muốn gìn giữ tài sản, sau đó vẫn bị quốc vương chiếm đoạt, bị giặc cướp giật, bị nước cuốn trôi, bị lửa thiêu đốt; những thứ chôn dấu cũng lại không thể giữ. Ngay khi muốn xuất vốn kiếm lời cũng thu không được. Ở nhà sanh con xấu, tiêu phá tài sản. Tiền vạn không thu được một. Trong lòng sầu ưu, khổ não, đấm ngực kêu la: ‘tiền của ta có trước kia nay mất tất cả!’ người ấy trở nên ngu hoặc, tâm ý thác loạn. Cho nên, gọi dục là tai họa lớn, do bởi gốc dục này không đến vô vi được.

Do bởi gốc dục này, mà con người mặc giáp, cầm dao gậy, công phạt lẫn nhau. Chúng đánh nhau, hoặc ở trước bày voi, hoặc ở trước bày ngựa, hoặc ở trước bộ binh, hoặc ở trước xa binh; cho ngựa đấu ngựa, cho voi đấu voi, cho xe đấu xe, cho bộ binh đấu bộ binh; hoặc chém nhau, bắn nhau, hoặc đâm nhau. Đại loại như vậy, dục là tai họa lớn, vì dục là nguồn gốc đưa đến tai biến này.

Do bởi gốc dục này, mà con người mặc giáp, cầm gậy, hoặc ở cửa thành, hoặc ở trên thành, chém nhau, bắn nhau, hoặc dùng dao đâm, hoặc dùng bánh xe sắt nghiền đầu,

hoặc tưới sắt nấu chảy, chịu đau đớn như vậy mà chết rất nhiều.

Dục cũng không có thương, tất cả thay nhau biến đổi không ngừng. Không hiểu rõ dục này biến đổi vô thường, thì đây gọi dục là tai họa lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 9)

### **343. TÁI SANH TRONG TAY TA**

Nếu ai để tâm nơi Phật đạo, phụng sự bậc đạo nhân thông suốt kinh, khi chết sẽ sanh lên trời. Nếu làm chuyện ngu si, lại tàn hại lẫn nhau, chết rơi vào ba đường dữ không thể kể hết.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

### **344. TÀI THÍ**

Nếu thiện nam, thiện nữ nào dùng của cải bố thí thì thu được tám công đức. Những gì là tám?

- 1) Bố thí đúng thời, chẳng phải phi thời
- 2) Bố thí trong sạch, chẳng phải là ô uế
- 3) Tự tay ban phát, chẳng sai người khác
- 4) Thệ nguyện bố thí, không tâm kiêu
- 5) Bố thí giải thoát, không trông chờ quả báo
- 6) Bố thí cầu tịch diệt, không cầu sanh thiên

7) Bồ thí cầu ruộng tốt, không bồ thí nơi đất hoang

8) Đem công đức này bồ thí cho chúng sanh, không tự vì mình.

Cho nên, Tỳ-kheo ai muốn cầu quả báo kia nên hành tám việc này. Báo kia vô lượng, không thể kể hết, sẽ được châu báu cam lồ, dần dần đưa đến diệt độ.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 9)

### **345. TÂM**

Ta ở trong chúng này, ban đầu không thấy một pháp không thể hàng phục, khó có được thời cơ thích nghi, chịu các báo khổ, như là tâm. Tâm này không thể hàng phục, khó có được thời cơ thích nghi, chịu các báo khổ. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy phân biệt tâm, hãy tư duy tâm; hãy khéo niệm tưởng các gốc rễ thiện.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 5)

### **346. TÁM BẠC THÁNH LƯU CHUYỂN MÀ KHÔNG TRỤ SANH TỬ**

Có tám hạng người lưu chuyển sinh tử mà không trụ sinh tử. Sao gọi là tám?

- 1) Hướng Tu-đà-hoàn, đắc Tu-đà-hoàn
- 2) Hướng Tư-đà-hàm, đắc Tư-đà-hàm
- 3) Hướng A-na-hàm, đắc A-na-hàm

4) Hướng A-la-hán, đấng A-la-hán.

Đó gọi là có tám hạng người lưu chuyển sinh tử mà không trụ sinh tử. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện thoát nạn sinh tử.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 10)

### **347. TÁM CHÚNG**

Có tám chúng, các người nên biết. Những gì là tám? Chúng Sát-lợi, chúng Bà-la-môn, chúng Trưởng giả, chúng Tứ thiên vương, chúng trời Tam thập tam, chúng Ma, chúng Phạm thiên.

Tỳ-kheo, nên biết, khi xưa Ta đã từng vào trong chúng Sát-lợi để cùng thăm hỏi, đàm luận, trong đó không có ai ngang bằng Ta. Ta đi một mình, không bạn lữ, không ai cùng hàng; Ta ít muốn biết đủ, ý nghĩ không tán loạn, thành tựu giới, thành tựu tam-muội, thành tựu trí huệ, thành tựu giải thoát, thành tựu đa văn, thành tựu tinh tấn.

Ta lại nhớ, khi đến trong chúng Bà-la-môn, chúng Trưởng giả, chúng Sa-môn, chúng Tứ thiên vương, chúng trời Tam thập tam, chúng Ma, chúng Phạm thiên cùng thăm hỏi, đàm luận. Ta đi một mình, không bạn lữ, không ai cùng hàng; ở trong đó, Ta tối tôn, không ai sánh ngang; ít muốn, biết đủ, ý không tán loạn, thành tựu giới, thành tựu tam muội, thành tựu trí huệ, thành tựu giải thoát, thành tựu đa văn, thành tựu tinh tấn.

Khi ấy, Ta ở trong tám bộ chúng, đi một mình, không bạn lữ, làm cây lọng lớn cho các chúng sanh. Bây giờ, tám bộ chúng không ai có thể thấy đánh, cũng không dám nhìn dung nhan, huống là cùng luận nghĩa. Vì sao vậy? Vì Ta cũng không thấy có ai trong chúng Trời, Người, Ma, Ma thiên, Sa-môn, Bà-la-môn, có thể thành tựu tám pháp này, trừ Như Lai còn không kể. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện hành tám pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 7)

### **348. TÁM ĐỊA NGỤC**

Có tám địa ngục lớn. Những gì là tám?

- 1) Địa ngục Hoàn hoạt
- 2) Địa ngục Hắc thẳng
- 3) Địa ngục Đẳng hại
- 4) Địa ngục Thế khốc
- 5) Địa ngục Đại thế khốc
- 6) Địa ngục A-tỳ
- 7) Địa ngục Viêm
- 8) Địa ngục Đại viêm.

Vì những duyên có gì gọi là địa ngục Hoàn hoạt? Những chúng sanh kia thân hình thẳng đơ, không cử động, bị khổ bức bách không thể di chuyển, thân thể không còn máu thịt. Lúc đó, chúng sanh nói với nhau: ‘Chúng sanh sống lại!’ Khi ấy, chúng sanh kia tức thì sống lại.

Lại vì nhân gì mà gọi là địa ngục Hắc thẳng? Vì chúng sanh kia hình thể gân, mạch, đều hoá thành dây, để cưa vào thân.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục Đẳng hại? Lúc ấy, chúng sanh kia tụ tập lại một chỗ, đã chém đầu mà giây lát sống trở lại.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục Thế khốc? Chúng sanh kia đã đoạn mất căn lành, không còn sót chút lông tóc, ở trong địa ngục kia chịu vô số khổ não, ở đó kêu gào oán hận, tiếng kêu không dứt.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục Đại thế khốc? Chúng sanh kia ở trong địa ngục chịu vô lượng khổ sở, không thể tính hết. Ở trong đó kêu gào, đấm ngực, tự tát vào mặt, đồng thanh gào thét.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục A-tỳ? Các loài chúng sanh giết hại cha mẹ, phá hoại tháp Phật, gây đầu loạn chúng Tăng, hành theo tà kiến điên đảo, tương ưng với tà kiến, không thể chữa trị.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục Viêm? Các loài chúng sanh trong địa ngục kia, thân thể bốc khói, thấy đều tan rã.

Lại vì nhân duyên gì gọi là địa ngục Đại viêm? Các chúng sanh trong địa ngục này đều không thấy sót lại cái gì của tội nhân.

Tỳ-kheo, đó là vì nhân duyên này mà gọi tên tám địa ngục lớn. Mỗi một địa ngục có mười sáu ngục nhỏ. Tên chúng là địa ngục Ưu-bát, địa ngục Bát-đầu, địa ngục Câu-mâu-đầu, địa ngục Phân-đà-lợi, địa ngục Vị-tăng-hữu, địa ngục Vĩnh vô, địa ngục Ngu hoặc, địa ngục Súc tỵ, địa ngục Dao sơn, địa ngục Thang hỏa, địa ngục Hỏa sơn, địa ngục Khô hà, địa ngục Kinh cức, địa ngục Phát thi, địa ngục Kiếm thọ, địa ngục Nhiệt thiết hoàn.

Như vậy, mười sáu ngục nhỏ này không thể ước tính hết, khiến chúng sanh kia sinh trong địa ngục. Hoặc có chúng sanh phá huỷ chánh kiến, phỉ báng Chánh pháp mà tránh xa, sau khi mạng chung sẽ sinh vào trong địa ngục Hoàn hoạt.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 2)

### **349. TÁM ĐIỀU SUY NIỆM CỦA BẠC ĐẠI NHÂN**

1) Vì pháp của Ta là sở hành của người ít muốn, chẳng phải là sở hành của người muốn nhiều.

2) Pháp của Ta là sở hành của người biết đủ, chẳng phải là sở hành của người không biết đủ.

3) Pháp của Ta là sở hành của người ở nơi vắng vẻ, chẳng phải là sở hành của người ở chốn đông người.

4) Pháp của Ta là sở hành của người trì giới, chẳng phải là sở hành của người phạm giới.



5) Pháp của Ta là sở hành của người có định, chẳng phải là sở hành của người động loạn.

6) Pháp của Ta là sở hành người trí, chẳng phải là sở hành của người ngu.

7) Pháp của Ta là sở hành của người nghe nhiều, chẳng phải là sở hành của người ít nghe.

8) Pháp của Ta là sở hành của người tinh tấn, chẳng phải là sở hành của người biếng nhác.

Chúng bốn bộ hãy tìm cầu phương tiện hành tám điều suy niệm của bậc đại nhân. Nếu tám điều suy niệm của bậc đại nhân được lưu truyền ở đời, đệ tử Ta đều sẽ thành đạo Tu-đà-hoàn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, A-la-hán.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 6)

### **350. TÁM KHỔ**

Sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, sầu bi não khổ, oán tắng hội khổ, ân ái biệt ly khổ. Tóm lại mà nói năm thủ uẩn là khổ. Bạch Thế Tôn, con đã quán nghĩa này như vậy, cho nên bảo là khổ.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 3)

### 351. TÂM LÀ GỐC CÁC PHÁP

Tâm là gốc của pháp  
Tâm chủ, tâm sai sử  
Ai với tâm niệm ác  
Mà hành động, tạo tác.

Theo đó mà thọ khổ  
Như vết lã bánh xe  
Tâm là gốc của pháp  
Tâm chủ, tâm sai sử.

Ai trong tâm niệm thiện  
Mà hành động, tạo tác  
Người ấy nhận báo thiện  
Như bóng đi theo hình.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo  
Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

### 352. TÁM NẠN KHÔNG ĐƯỢC TU TẬP

1) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp, dẫn đến Niết-bàn, sở hành của Như Lai, nhưng chúng sanh này ở trong địa ngục nên không nghe, không thấy.

2) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp, nhưng chúng sanh này ở trong loài súc sanh nên không nghe, không thấy.

3) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp, nhưng chúng sanh này ở trong loài ngựa quỳ nên không nghe, không thấy.

4) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp, nhưng chúng sanh này sanh lên trời Trường thọ nên không nghe, không thấy.

5) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp, nhưng chúng sanh này sanh ở biên địa, phủ bóng Hiền Thánh, tạo các tà nghiệp.

6) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp dẫn đến Niết-bàn, chúng sanh này tuy sinh ở trung tâm đất nước, nhưng sáu căn không đầy đủ, cũng lại không phân biệt được pháp thiện ác.

7) Khi Như Lai xuất hiện ở đời giảng rộng giáo pháp đạt đến Niết-bàn, chúng sanh này sinh ở trung tâm đất nước, tuy sáu căn lại hoàn toàn, không có thiếu sót; nhưng chúng sanh này tâm thức tà kiến, cho rằng không có người cho, không có vật bố thí, không có người nhận, không có quả báo thiện ác, không có đời này, đời sau, cũng không có cha mẹ; đời không có sa-môn, bà-la-môn nào thành tựu được A-la-hán, tự thân chứng ngộ mà và an trú.

8) Như Lai không xuất hiện ở đời, không nói giáo pháp dẫn đến Niết-bàn, dẫu chúng sanh này sinh ở trung tâm đất nước, đầy đủ sáu căn, có thể thọ nhận giáo pháp, thông minh tài giỏi, nghe pháp liền hiểu, tu hành chánh kiến, tin có vật bố thí, có người bố thí, có người nhận, có

báo thiện ác, có đời này, đời sau, đời có sa-môn, bà-la-môn, tu chánh kiến, tác chứng đắc A-la-hán.

Tỳ-kheo, đó gọi là có tám nạn này, khiến phạm hạnh không thể tu hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 1)

### **353. TÁM NGUYÊN NHÂN KHIẾN TRÁI ĐẤT CHẤN ĐỘNG**

Trời đất chấn động mạnh là do tám nhân duyên. Những gì là tám?

Tỳ-kheo, nên biết, đất Diêm-phù-ly này nam bắc dài hai vạn, một ngàn do tuần, đông tây bảy ngàn do tuần, dày sáu vạn tám ngàn do tuần, nước dày tám vạn bốn ngàn do tuần, lửa dày tám vạn bốn ngàn do tuần, dưới tầng lửa có tầng gió dày sáu vạn tám ngàn do tuần, dưới tầng gió có bánh xe kim cương, xá lợi của chư Phật trong quá khứ đều ở trong đó.

1) Tỳ-kheo, nên biết, hoặc có lúc gió lớn chính động, lửa cũng động; lửa đã động thì nước liền động; nước đã động thì đất liền động.

2) Bò-tát từ cung trời Đâu-suất giáng thần vào trong thai mẹ, lúc ấy mặt đất cũng động mạnh.

3) Khi Bò-tát giáng thần ra khỏi thai mẹ, lúc ấy trời đất động mạnh.

4) Bồ-tát xuất gia học đạo, thành Vô thượng Chánh chơn, Đẳng chánh giác, lúc đó trời đất động mạnh.

5) Khi Như Lai nhập vô dư Niết-bàn giới mà diệt độ, lúc đó trời đất động mạnh.

6) Nó Tỳ-kheo có thần túc lớn, tâm được tự tại, tùy ý hành vô số biến hoá, hoặc phân thân thành cả trăm ngàn, rồi trở lại thành một, phi hành trên hư không, xuyên qua vách đá, vọt lên lặn xuống tự tại, quán đất không có tướng đất, rõ tất cả đều rỗng không, lúc này đất động mạnh.

7) Như thiên có thần túc lớn, thần đức vô lượng. Từ nơi ấy mạng chung, sinh vào cõi kia; nhờ phước hạnh đời trước nên các đức đầy đủ, bỏ hình trời cũ, được làm Đế Thích, hoặc làm Phạm thiên vương, lúc ấy đất động mạnh.

8) Nếu chúng sanh nào khi mạng chung hết phước; lúc ấy, các quốc vương không thích nước mình, nên họ công phạt lẫn nhau, hoặc chết vì đói thiếu, hoặc chết vì đao, kích, lúc ấy trời đất động mạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 5)

### **354. TÁM NƠI BỐ THÍ**

Bần gia bố thí suốt ngày đêm trong bốn cổng thành, chợ lớn, trong nhà, đường đi, cùng Phật và Tăng Tỳ-kheo. Đó là tám nơi bố thí.

Như vậy, Thế-tôn, tùy chỗ cần của họ, cần áo bố thí áo, cần thức ăn bố thí thức ăn, hay trân bảo trong nước,

quyết không trái nghịch. Nói chung y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, thuốc men trị liệu bệnh, tất cả đều cung cấp cho họ. Cũng có chư thiên đến chỗ con, ở giữa hư không bảo con: ‘Hãy phân biệt tôn ti, người này trì giới, người này phạm giới; cho đây thì được phước, cho kia không quả báo.’ Nhưng tâm con chân chánh không có đây, kia, không khởi tâm thêm bớt, rải lòng từ bình đẳng đối với tất cả chúng sanh. Các chúng sanh nương vào mạng căn mà hình tồn tại, có thức ăn thì tồn tại, không có thức ăn thì mạng không cứu được. Bồ thí cho hết thấy chúng sanh thì được vô lượng phước báo, hưởng quả báo ấy không có tăng giảm.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 8)

### **355. TÁM PHÁP HIỂM CÓ**

Có tám pháp hiểm có khiến các Tỳ-kheo vui thích ở trong đó. Sao gọi là tám?

1) Trong pháp của Ta đầy đủ giới luật, không có hành phóng dật. Đó gọi là pháp hiểm có thứ nhất, các Tỳ-kheo thấy rồi vui thích ở trong đó, như biển cả kia rất sâu và rộng.

2) Trong pháp của Ta có bốn chủng tánh. Ở trong pháp Ta làm Sa-môn, họ không còn giữ tên họ cũ, mà đặt lại tên khác. Giống như biển lớn kia, bốn sông lớn đều đổ vào biển mà cùng một vị, không còn có tên khác. Đó gọi là pháp hiểm có thứ hai.

3) Trong pháp của Ta, cấm giới được chế lập lần lượt tiếp nối nhau, không vượt thứ tự. Đó gọi là pháp hiêm có thứ ba.

4) Pháp của Ta đều cùng một vị, đó là vị tám phẩm đạo Hiền thánh. Đó gọi là pháp hiêm có thứ tư, như biển cả kia đều cùng một vị.

5) Trong pháp của Ta sung mãn mọi pháp khác nhau: Đó là bốn chánh đoạn, bốn thần túc, năm căn, năm lực, bảy giác chi, tám chánh đạo. Các Tỳ-kheo thấy rồi, vui thích ở trong đó. Như biển lớn kia các vị thần cư trú trong ấy. Đó gọi là pháp hiêm có thứ năm.

6) Trong pháp của Ta có các loại châu báu như: niệm giác chi, trạch pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỷ giác chi, khinh an giác chi, định giác chi, xả giác chi. Đó gọi là pháp hiêm có thứ sáu, các Tỳ-kheo thấy rồi, vui thích ở trong đó, như biển cả sản sinh các loại châu báu.

7) Trong pháp của Ta, các chúng sanh cạo bỏ râu tóc, mặc ba pháp y, xuất gia học đạo, ở trong vô dư Niết-bàn giới mà diệt độ; nhưng pháp Ta không có tăng giảm. Như biển cả kia, các sông đổ vào mà vẫn không có tăng giảm. Đó gọi là pháp hiêm có thứ bảy, các Tỳ-kheo thấy rồi, vui thích ở trong đó.

8) Trong pháp của Ta có định kim cương, có định diệt tận, định nhất thiết quang minh, định vô sanh, các loại định không thể tính hết, các Tỳ-kheo thấy rồi, vui thích ở trong đó; như dưới đáy biển cả kia có cát vàng. Đó gọi là

pháp hiêm có thứ tám, các Tỳ-kheo thấy rồi, vui thích ở trong đó.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 4)

### **356. TAM QUY**

Tự quy có ba đức. Những gì là ba? Đó là quy y Phật là đức thứ nhất; quy y Pháp là đức thứ hai; quy y Tăng là đức thứ ba.

Sao gọi là đức quy y Phật? Trong các loại chúng sanh hai chân, bốn chân, nhiều chân; hoặc có sắc, không sắc; hoặc có tướng, không tướng; cho đến trên trời Nê-duy-tiên, trong đó, Như Lai là bậc tối tôn, tối thượng không ai có thể sánh bằng. Như từ bò được sữa; từ sữa được lạc; từ lạc được tô, từ tô được đề-hồ. Song ở trong đó đề-hồ lại tối tôn, tối thượng, không gì có thể sánh bằng. Đây cũng như vậy, trong các loại những chúng sanh hai chân, bốn chân, nhiều chân; hoặc có sắc, không sắc; hoặc có tướng, không tướng; cho đến trên Nê-duy-tiên thiên, trong đó, Như Lai là bậc tối tôn, tối thượng, không ai có thể sánh bằng. Những chúng sanh nào phụng thờ Phật, đó gọi là phụng thờ đức thứ nhất. Đã được đức thứ nhất, liền hưởng phước trời ngay trong loài người. Đây gọi là đức thứ nhất.

Sao gọi là đức tự quy y Pháp? Các pháp hữu lậu, vô lậu, hữu vi, vô vi, vô dục, vô nhiễm, diệt tận, Niết-bàn; trong các pháp đó, pháp Niết-bàn là tối tôn, tối thượng, không pháp nào có thể sánh bằng. Như từ bò được sữa; từ



sữa được lạc; từ lạc được tô; từ tô được đề-hồ. Song trong đó đề-hồ lại là tối tôn, tối thượng, không gì có thể sánh bằng. Đây cũng như vậy, các pháp hữu lậu, vô lậu, hữu vi, vô vi, vô dục, vô nhiễm, diệt tận, Niết-bàn. Song ở trong các pháp đó, pháp Niết-bàn là tối tôn tối thượng, không pháp nào có thể sánh bằng. Chúng sanh nào phụng thờ Pháp, đó gọi là phụng thờ đức thứ nhất. Đã được đức thứ nhất, liền hưởng phước trời ở ngay trong loài người. Đây gọi là đức thứ nhất.

Sao gọi là đức tự quy y Thánh chúng? Trong các đại chúng, đại tụ tập, trong các loại hữu hình, trong các chúng sanh, trong các chúng ấy, Chúng Tăng của Như Lai là tối tôn, tối thượng, không chúng nào có thể sánh bằng. Như từ bò được sữa; từ sữa được lạc; từ lạc được tô; từ tô được đề-hồ. Song trong đó đề-hồ lại là tối tôn, tối thượng, không gì có thể sánh bằng. Đây cũng như vậy, trong các đại chúng, đại tụ tập, trong các loại hữu hình, trong các chúng sanh trong các chúng ấy, Chúng Tăng của Như Lai là tối tôn, tối thượng, không chúng nào có thể sánh bằng. Đó gọi là phụng thờ đức thứ nhất. Đã được đức thứ nhất, liền hưởng phước trời trong loài người. Đây gọi là đức thứ nhất.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 1)

### **357. TÂM Ý NHƯ KHÍ CHUYỀN CẢNH**

Ta không thấy một pháp nào nhanh nhạy hơn tâm, không thể thí dụ được. Giống như vượn khi, tâm không

chuyên định, buông cái này, chụp lấy kia. Tâm cũng như vậy, tưởng trước và tưởng sau bất đồng, không có phương tiện nào để có thể mô tả được sự nhanh nhạy của tâm.

Người phạm phu không thể quán sát tâm ý. Vì vậy, này các Tỳ-kheo, hãy luôn luôn hàng phục tâm ý khiến hướng theo đường thiện.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 9. Phẩm Con Một, Kinh số 3)

### **358. TÁN THÁN HẠNH ĐẦU ĐÀ**

Ai tán thán người ăn một bát tức là đã tán thán Ta. Vì sao vậy? Vì Ta thường tán thán người ăn một bát. Ai hủy nhục người ăn một lần tức là đã hủy nhục Ta.

Ai tán thán người ăn đúng giữa ngày, tức là đã tán thán thân Ta. Vì sao vậy? Vì Ta thường tán thán người ăn đúng giữa ngày. Ai hủy nhục người ăn đúng giữa ngày, tức là đã hủy nhục Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Nhập Đạo, Kinh số 5)

### **359. TÁN THÁN TẨM Y**

Ai tán thán người khoác y năm mảnh, tức là đã tán thán Ta. Vì sao vậy? Vì Ta thường tán thán người khoác y năm mảnh. Ai hủy nhục người khoác y năm mảnh tức là đã hủy nhục Ta.

Ai tán thán người trì ba y tức là đã tán thán Ta. Vì sao vậy? Vì lúc nào Ta cũng tán thán người trì ba y. Ai hủy nhục người trì ba y tức là đã hủy nhục Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Nhập Đạo, Kinh số 5)

### **360. TĂNG**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm Chúng. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thần thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 3)

### **361. TẤT CẢ PHÁP DO ĂN MÀ TỒN TẠI**

Tất cả pháp do ăn mà tồn tại, không ăn thì không tồn tại. Mắt lấy ngủ nghỉ làm thức ăn. Tai lấy âm thanh làm thức ăn. Mũi lấy mùi thơm làm thức ăn. Lưỡi lấy vị làm thức ăn. Thân lấy sự trơn láng làm thức ăn. Ý lấy pháp làm thức ăn. Nay Ta cũng nói, Niết-bàn cũng có thức ăn.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 5)

### **362. THÀ CẮT LƯỠI CHỨ KHÔNG NÓI LỜI HUNG DỮ**

Chẳng thà lấy gươm bén cắt đứt lưỡi, chứ không để vì lời nói hung dữ, thô bạo mà rơi vào ba nẻo dữ, địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ.

Chẳng thà thường ngủ, chứ đừng để trong khi thức mà nổi lên tư duy loạn tưởng. Chẳng thà lấy tấm lá đồng nóng đỏ quấn quanh thân mình, chứ không giao thông với phụ nữ của trưởng giả, cư sỹ, bà-la-môn. Nếu cùng giao thông, qua lại chuyện trò, tất phải rơi vào ba nẻo dữ, địa ngục, súc sanh, ngạ quỷ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51. Phạm Phi Thường, Kinh số 6)

### **363. THÀ LẤY SẮT NÓNG ÁP NGƯỜI CHỨ KHÔNG NHẬN Y PHỤC**

Nay Ta nhắc lại các người, với người phá giới, thà lấy lá sắt nóng quấn lên thân mình chớ không nhận y phục của người. Vì sao vậy? Vì nỗi đau này chỉ trong chốc lát, còn nỗi thống khổ địa ngục không thể tả xiết.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phạm Năm Vua, Kinh số 10)

### **364. THÀ NHẢY VÀO LỬA CHỨ KHÔNG CÙNG NGƯỜI NỮ GIAO DU**

Nay Ta bảo các người, chớ để không phải hạnh Sa-môn mà nói là Sa-môn; không phải người phạm hạnh mà nói là phạm hạnh; không nghe Chánh pháp mà nói là tôi nghe Chánh pháp; không có pháp thanh bạch. Người như vậy, thà nhảy vào lửa này, chứ không cùng người nữ giao

du. Vì sao vậy? Vì người ấy thà chịu thống khổ này, chứ không vì tội đó mà vào trong địa ngục chịu khổ vô cùng.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 33. Phạm Năm Vua, Kinh số 10)

### **365. THAM ĐẮM LỢI DƯỠNG**

Tỳ-kheo Đề-bà-đạt-đâu không hiểu pháp giới luật, cũng không hiểu hành trí tuệ và tam-muội. Tỳ-kheo, các người chớ có tham đắm lợi dưỡng như Đề-bà-đạt-đâu. Phạm người lợi dưỡng đoạ vào cõi ác, không đến cõi lành. Nếu đắm lợi dưỡng liền tập tà kiến, lìa chánh kiến, tập tà tư duy, lìa chánh tư duy, tập tà ngữ, lìa chánh ngữ, tập tà nghiệp, lìa chánh nghiệp, tập tà mạng, lìa chánh mạng, tập tà tinh tấn, lìa chánh tinh tấn, tập tà niệm, lìa chánh niệm, tập tà định, lìa chánh định. Cho nên, Tỳ-kheo chớ khởi tâm lợi dưỡng, chế phục khiến không khởi. Đã khởi tâm lợi dưỡng, hãy tìm cầu phương tiện mà diệt nó.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phạm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 3)

### **366. THÂN CÔI TRỜI**

Thân, miệng, ý trong sạch, không tạo hành vi ô uế; thực hành giới thành tựu thân. Thân phóng ánh sáng tỏa khắp mọi nơi, thành tựu thân trời kia. Quả báo lành thành tựu thân trời kia. Các hành đầy đủ mới thành thân trời.

Đó gọi là niệm Thiên, liền được thành tựu đầy đủ quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô

vi, liền được thần thông, trừ các loạn tướng, được quả Samôn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Thiên, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 6)

### **367. THÂN NĂM ẤN**

Thế nào là pháp nhân duyên? Đó là, duyên vô minh có hành, duyên hành có thức, duyên thức có sáu xứ, duyên sáu xứ có xúc, duyên xúc có thọ, duyên thọ có ái, duyên ái có thủ, duyên thủ có hữu, duyên hữu có sanh, duyên sanh có chết, duyên chết có ưu, bi, khổ, não, không thể kể xiết, như vậy thành thân năm ấn.

Thế nào là vô minh? Đó là, không biết Khổ, không biết Tập, không biết Tận, không biết Đạo. Đó gọi là vô minh.

Thế nào là hành? Hành có ba loại. Thân hành, khẩu hành và ý hành. Đó gọi là hành.

Thế nào là thức? Sáu thức thân. Những gì là sáu? Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý thức. Đó là thức.

Thế nào là danh? Thọ, tưởng, niệm, xúc, tư duy. Đó là danh. Thế nào là sắc? Đó là thân bốn đại và sắc do thân bốn đại tạo. Đó gọi là sắc. Sắc là một cái khác và danh là một cái khác, nên gọi là danh sắc.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 5)

### 368. THÂN TÂM AN VUI

- 1) Người thân vui tâm không vui
- 2) Người tâm vui thân không vui
- 3) Người tâm cũng không vui, thân cũng không vui
- 4) Người thân cũng vui tâm cũng vui.

Người phàm phu tạo phước, đối với bốn sự cúng dường như y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, thuốc men trị bệnh, không gì thiếu thốn; nhưng không thoát các đường địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, cũng lại không thoát khỏi trong ác thú. Đây gọi là người thân vui tâm không vui.

Chỉ những vị A-la-hán không tạo công đức. Ở đây, trong bốn sự cúng dường, tự mình không thể tự lo xong, không bao giờ có được. Chỉ thoát khỏi các đường địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Giống như Tỳ-kheo La-hán Duy Dụ. Đó gọi là người này tâm vui thân không vui.

Là người phàm phu không tạo công đức, không thể có được bốn sự cúng dường như y phục, đồ ăn thức uống, giường nằm, thuốc men trị bệnh, lại không thoát khỏi các đường địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Đó gọi là người này thân cũng không vui, tâm cũng không vui.

Chỉ cho các A-la-hán tạo công đức, bốn sự cúng dường không gì thiếu thốn như y phục, đồ ăn thức uống, giường chiếu, thuốc men trị bệnh. Lại thoát khỏi các đường địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Đó chính là Tỳ-kheo Thi-ba-la.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 2)

### **369. THÂN VÔ THƯỜNG**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm thân vô thường. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tưởng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 9)

### **370. THÁNH CHÚNG**

Thánh chúng của Như Lai thành tựu giới, thành tựu tam-muội, thành tựu trí tuệ, thành tựu giải thoát, thành tựu tri kiến giải thoát. Thánh chúng ấy gồm có bốn đôi, tám hạng. Đó là Thánh chúng của Như Lai, xứng đáng được tùy thuận cung kính, thừa sự, lễ bái. Sở dĩ vậy là vì đó là ruộng phước của thế gian. Ở trong Chúng này đều cùng là pháp khí, cũng vì tự độ lại độ người khác đến đạo ba thừa. Nghiệp như vậy gọi là Thánh chúng.

Đó là nói, này các Tỳ-kheo, nếu ai niệm Tăng, liền có danh dự, thành tựu quả báo lớn, các điều thiện đủ cả, được vị cam lồ, đến chỗ vô vi, liền được thân thông, trừ các loạn tưởng, được quả Sa-môn, tự đến Niết-bàn. Cho nên, này các Tỳ-kheo, luôn phải tư duy không rời niệm Tăng, liền sẽ được những thứ công đức thiện này.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 3. Phẩm Quảng Diễn, Kinh số 3)



### **371. THÀNH HOẠI CỦA KIẾP SỐNG HIỆN TẠI**

Có kiếp thành, kiếp hoại này, không phải một kiếp, hay một trăm kiếp. Cũng đồ chén bát để tại chỗ bấp bênh thì không trụ yên được. Giả sử có trụ, rồi cũng đổ lộn. Các phương vực thế giới cũng vậy. Hoặc có kiếp đang thành, hoặc có kiếp đang hoại. Con số ấy cũng không thể kể, là có bao nhiêu kiếp thành, bao nhiêu kiếp hoại. Vì sao vậy? Sanh từ lâu xa không có biên tế. chúng sanh bị bao phủ bởi vô minh kết, trôi nổi theo dòng cuốn từ cõi đời này sang đời sau; từ đời sau đến cõi đời này, lâu dài chịu khổ ão. hãy nên nhàm chán mà xa lìa khổ ão này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 50. Phẩm Lễ Tam Bảo, Kinh số 9)

### **372. THÀNH TỰU CHÍNH PHÁP**

Thế nào là thí chủ đàn-việt kia phải thành tựu ba pháp? Thí chủ đàn-việt này thành tựu tín, thành tựu thệ nguyện, không sát sinh. Đó gọi là thí chủ đàn-việt thành tựu ba pháp.

Thế nào là vật được thí cũng phải thành tựu ba pháp? Vật được thí này phải thành tựu sắc, thành tựu hương, thành tựu vị. Đó gọi là vật được thí thành tựu ba pháp.

Thế nào là người nhận vật phải thành tựu ba pháp? Người nhận vật này thành tựu giới, thành tựu trí tuệ, thành tựu tam-muội. Đó gọi là người nhận thí thành tựu ba pháp.

Như vậy, nếu ai thành tựu chín pháp này, sẽ đưa đến quả báo lớn, đến chỗ cam lồ diệt tận. Phàm ai là thí chủ muốn cầu phước này hãy tìm cầu phương tiện thành tựu chín pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 2)

### **373. THÀNH TỰU ĐẠO PHẨM HIỀN THÁNH**

Tỳ-kheo, hãy chuyên tâm mình, sống không phóng dật, tìm cầu phương tiện thành tựu tám đạo phẩm Hiền thánh. Nương vào đạo Hiền thánh sẽ có thể vượt khỏi biển sanh tử. Vì sao vậy? Như người chăn bò ngu si kia, chính là bà-la-môn ngoại đạo, tự chìm trong dòng sanh tử, lại đẩy người khác đắm vào trong tội. Nước sông Hằng kia tức là biển sanh tử. Người chăn bò thông tuệ kia chính là Như Lai, đã vượt hiểm nạn sanh tử do tám đạo phẩm của Hiền thánh.

Cho nên, Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu Bát Thánh Đạo.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 6)

### **374. THÀNH TỰU SÁU PHÁP**

Thế nào Tỳ kheo thành tựu sáu? Tỳ keo khi thấy sắc không khởi sắc tưởng, duyên vào đó mà giữ gìn nhãn căn; trừ khử niệm ác bất thiện mà thủ hộ nhãn căn. Tai, mũi, lưỡi, thân, ý, không khởi ý thức mà thủ hộ ý căn.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

### 375. THÀNH TỰU SỞ NGUYỆN

Áo chần và ẩm thực  
Giường chõng, và chỗ nghỉ  
Chớ móng tâm tham đắm  
Chớ trở lại đời này.

Không phải vì cơm áo  
Mà xuất gia học đạo  
Người sở dĩ học đạo  
Tất đạt thành sở nguyện.

Tỳ kheo nên thích thời  
Suốt đời sống thôn kia  
Ở đó bát-niết-bàn  
Dứt sạch gốc rễ mạng.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phạm Mã Vương,  
Kinh số 3)

### 376. THÁNH VƯƠNG CẠI TRỊ

Có một con người mà xuất hiện ở thế gian, thì bấy giờ tất cả Trời Người đều đông đúc, chúng sanh ba đường ác liền tự giảm thiểu. Giống như đất nước lúc có Thánh vương cai trị giáo hóa, thì nhân dân trong thành này đông mạnh, nước láng giềng sức yếu hơn, Ở đây cũng vậy. Nếu lúc Như Lai, xuất hiện thế gian, thì ba đường ác liền tự giảm thiểu.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phạm A-Tu-La, Kinh số 9)

### **377. THẢO LUẬN CHÁNH PHÁP**

Các người xuất gia cần phải thảo luận chánh pháp. Nhưng cũng không bỏ sự im lặng của Hiền Thánh. Vì sao vậy? Khi các Tỳ-kheo tụ tập một chỗ thì nên làm hai việc. Nhưng gì là hai? Một là luận bàn như pháp; hai là im lặng như Thánh Hiền. Các người làm hai việc này, luôn luôn được an ổn, không mất thời nghỉ.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 1)

### **378. THẤY PHÁP LÀ THẤY NHƯ LAI**

Thế Tôn bảo: Nay ông như thế nào là thấy Phật, nghe Pháp, không có nghi ngờ gì nữa?

Sa-di bạch Phật: Sắc là vô thường. Vô thường tức là khổ. Khổ là vô ngã. Vô ngã tức là không. Không là chẳng phải có, chẳng phải không có, cũng không có ngã. Như vậy là điều được người trí giác tri. Thọ, tưởng, hành, thức là vô thường. Vô thường tức là khổ. Khổ là vô ngã. Vô ngã tức là không. Không là chẳng phải có, chẳng phải không có, cũng không có ngã. Như vậy là điều được người trí giác tri. Năm thủ uẩn này là vô thường, khổ, không, vô ngã, chẳng phải có, nhiều điều khổ não, không thể chữa trị, thường ở chỗ hôi hám, không thể giữ lâu, tất quán không có ngã. Hôm nay, con quan sát Pháp này, liền thấy Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tụ, Kinh số 6)

### **379. THỂ GIAN CÓ BỐN LOẠI NGƯỜI NHƯ BỐN LOẠI MÂY VÀ SẤM**

- 1) Mây, sấm mà không mưa.
- 2) Mây, mưa mà không sấm.
- 3) Mây, vừa mưa vừa sấm.
- 4) Mây cũng không mưa cũng không sấm.

Hoặc có Tỳ-kheo lớn tiếng tập tụng Khế kinh, Kỳ dạ, Thọ quyết, Kê, Bôn mật, Nhân duyên, Dĩ thuyết, Sanh kinh, Tụng, Phương đẳng, Vị tăng hữu pháp, Thí dụ; những pháp như vậy khéo đọc tụng, không mất nghĩa nó, nhưng không rộng nói pháp cho người khác. Người này gọi là sấm mà không mưa.

Hoặc có Tỳ-kheo có tướng mạo đoan chánh, oai nghi ra vào, đi lại, tới dừng đều biết tất cả, tu tất cả pháp thiện không mảy may để mất; song không nghe nhiều, cũng không lớn tiếng đọc tụng, lại không tu hành Khế kinh, Kỳ dạ, Thọ quyết, Kê, Bôn mật, Nhân duyên, Thí dụ, Sanh kinh, Phương đẳng, Vị tăng hữu pháp, song theo người khác vâng lãnh cũng không quên mất, thích cùng theo với thiện tri thức. Nhưng cũng thích nói pháp cho người khác. Người này gọi là mưa mà không sấm.

Hoặc có người tướng mạo không đoan chánh, oai nghi ra vào, đi lại, tiến dừng tất cả đều thiếu sót, không tu các pháp thiện, mà lại không nghe nhiều, cũng không lớn tiếng đọc tụng, lại không tu hành Khế kinh cho đến Phương

đăng, cũng lại không vì người khác nói pháp. Người này gọi là cũng không mưa cũng không sấm.

Hoặc có người tướng mạo đoan chánh, oai nghi ra vào, đi lại, tiến dừng biết rõ tất cả, ưa thích học vấn, những gì đã nhận không quên, cũng thích nói pháp cho người khác. Khuyến khích người khác khiến họ vâng lãnh. Người này gọi là cũng sấm cũng mưa.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 25. Phạm Tứ Đế, Kinh số 10)

### **380. THẾ GIỚI THÀNH HOẠI**

Khi có tâm sát sanh, trộm cắp này, nên không còn có lúa thóc tự nhiên này nữa. Bảy giờ, có năm loại hạt giống, một là hạt từ rễ, hai là hạt từ thân, ba là hạt từ cành, bốn là hạt từ hoa, năm là hạt từ quả và sinh những loại hạt giống khác. Đó gọi là năm loại giống, đều do gió thổi từ các quốc độ nơi khác đến, được dùng để trồng, lấy đó để tự nuôi sống.

Như vậy, thế gian có điềm báo này liền có sanh, già, bệnh, chết, cho đến khiến cho ngày nay có thân năm thủ uẩn này, không dứt được biên tế khổ.

Đó gọi là sự biến đổi lúc kiếp thành bại của thế giới mà Ta nói cho các người. Những điều mà chư Phật Thế Tôn cần làm, nay Ta đã nói hết cho các người. Hãy vui sống nơi chỗ nhân tĩn, nên nhớ nghĩ ngôi thiên, chớ sinh

giải đãi. Nay không tinh thành, sau hối hận vô ích. Đây là những lời dạy dỗ của Ta.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 1)

### **381. THẾ TÔN XUẤT HIỆN VỚI BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO**

Có một con người mà xuất hiện ở thế gian, liền có ba mươi bảy phẩm xuất hiện ở thế gian. Những gì là ba mươi bảy phẩm đạo? Đó là bốn niệm xứ, bốn chánh đoạn, bốn thân túc, năm căn, năm lực, bảy giác chi, tám Thánh đạo, liền xuất hiện ở thế gian.

Một con người ấy là ai? Đó là đức Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng giác.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 6)

### **382. THEO PHÁP CÚNG DƯỜNG**

Hãy theo pháp mà cúng dường, tiếp đãi Tỳ-kheo thuyết pháp. Sở dĩ như vậy là vì Như Lai cung kính pháp, nên ai cung kính pháp, tức là cung kính Ta. Ai quán thấy pháp, người ấy quán thấy Ta. Ai có pháp, người ấy có Ta. Đã có pháp thì có Tỳ-kheo Tăng. Có pháp thì có chúng bốn bộ. Có pháp thì có bốn chủng tánh ở đời. Sở dĩ như vậy là vì do có pháp ở đời, nên trong Hiền kiếp có Đại Oai Vương ra đời, từ đó về sau có liền bốn chủng tánh ở đời.

Nếu pháp có ở đời, liền có bốn chủng tánh ở đời: sát-  
lợi, bà-la-môn, công nhân, dòng cư sĩ. Nếu pháp có ở đời  
thì, liền có ngôi vị Chuyển luân Thánh vương không dứt.  
Nếu pháp có ở đời, liền có Tứ Thiên Vương, Đâu-suất  
thiên, Diêm thiên, Hoá tự tại thiên, Tha hoá tự tại thiên xuất  
hiện ở đời. Nếu pháp có ở đời, liền có Dục giới thiên, Sắc  
giới thiên, Vô sắc giới thiên hiện ở đời. Nếu pháp có ở đời,  
liền có quả Tu-đà-hoàn, quả Tư-đà-hàm, quả A-na-hàm, quả  
A-la-hán, quả Bích-chi-phật, Phật thừa hiện ở đời.

Cho nên, Tỳ-kheo, hãy khéo cung kính pháp. Hãy tùy  
thời cúng dường cung cấp mọi thứ cần dùng cho Tỳ-kheo  
kia. Nên nói với Tỳ-kheo kia rằng: Lành thay! Như những  
gì thầy đã nói. Những lời nói hôm nay thật là những lời  
nói của Như Lai.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 28. Phẩm Thanh Văn,  
Kinh số 5)

### **383. THÍ**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệm Thí. Hãy khéo tu hành.  
Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thần thông, loại bỏ  
các loạn tưởng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt đến  
Niết-bàn.

Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy  
quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh  
số 5)



### 384. THÍ CHỦ CÓ NĂM CÔNG ĐỨC

Thí chủ đàn-việt có năm công đức. Những gì là năm?

1) Danh tiếng của thí chủ được truyền xa rằng, ‘Tại thôn kia có người ưa bố thí, chu cấp cho những kẻ nghèo thiếu mà không hề tiếc lẫn.

2) Khi thí chủ đến trong các chúng sát-lợi, bà-la-môn, sa-môn, không có điều gì sợ hãi, cũng không có điều gì nghi ngờ khó khăn.

3) Thí chủ đàn-việt được nhiều người yêu mến, thầy đều tôn sùng kính ngưỡng. Như con yêu mẹ, tâm không rời xa, thí chủ được nhiều người yêu mến cũng vậy.

4) Thí chủ đàn-việt khi bố thí, phát tâm hoan hỷ.

5) Do có hoan hỷ mà hân hoan, ý tánh kiên cố.

Khi ấy tự thân giác tỏ biết có lạc, có khổ cũng không thay đổi hối tiếc, tự biết một cách như thật. Tự biết những gì? Biết có Khổ đế, Khổ tập, Khổ tận, Xuất yếu đế, biết một cách như thật.

Thí, hội đủ các phước

Lại đạt đệ nhất nghĩa

Ai hay nhớ bố thí

Liên phát tâm hoan hỷ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 6)

### **385. THÍ CÓ PHƯỚC VÀ THÍ KHÔNG CÓ PHƯỚC**

- 1) Lấy đao thí cho người
- 2) Lấy độc thí cho người
- 3) Đem bò hoang thí cho người
- 4) Dâm nữ thí cho người
- 5) Tạo miếu thờ thần.

Này các Tỳ-kheo, đó gọi là có năm sự bố thí này không có phước.

- 1) Tạo lập công viên
- 2) Trồng rừng cây
- 3) Bắc cầu đò
- 4) Tạo làm thuyền lớn
- 5) Tạo lập dựng nhà cửa, nơi ở cho quá khứ và tương lai.

Này các tỳ kheo, đó gọi là có năm sự vật khiến được phước đức kia.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 35. Phạm Tà Tụ, Kinh số 3)

### **386. THIÊN**

Một pháp ấy là gì? Đó là niệם Thiên. Hãy khéo tu hành. Hãy quảng bá. Các người sẽ thành tựu thân thông, loại bỏ các loạn tướng, đạt được quả Sa-môn, tự thân đạt

đến Niết-bàn. Cho nên, các Tỳ-kheo, hãy tu hành một pháp, hãy quảng bá một pháp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, Phẩm Thập Niệm, Kinh số 6)

### **387. THIÊN HÀNH**

Sao gọi là Tỳ-kheo không bỏ kinh hành? Ở đây, Tỳ-kheo, đầu hôm cuối hôm luôn nhớ kinh hành không sai thời khóa, thường niệm tưởng buộc ý vào trong đạo phẩm. Nếu là ban ngày, hoặc đi hoặc ngồi, tư duy diệu pháp, trừ khử ám cái. Rồi lúc đầu hôm, hoặc đi hoặc ngồi, tư duy diệu pháp, trừ khử ám cái. Rồi vào giữa đêm nằm nghiêng bên phải, tư duy buộc ý vào nơi ánh sáng. Rồi đến cuối hôm thức dậy, hoặc đi, hoặc tư duy diệu pháp, trừ khử ám cái. Như vậy là Tỳ-kheo không bỏ kinh hành.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 6)

### **388. THIÊN NHÂN SU**

Có một con người xuất hiện ở thế gian, đem nhiều lợi ích cho người, an ổn chúng sanh, thương đời ngu tối, muốn khiến Trời Người có được phước hựu. Một con người đó là ai? Đó là đức Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng giác. Đó gọi là có một con người xuất hiện ở thế gian đem nhiều lợi ích cho người, an ổn chúng sanh, thương đời ngu tối, muốn khiến Trời Người có được phước hựu.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 2)

### 389. THIỆN TRI THỨC

Nên gằn gữ thiện tri thức, đừng tập theo ác hành, tin vào ác nghiệp. Vì sao vậy? Chư Tỳ-kheo, gằn gữ thiện tri thức, tín được tăng trưởng; văn, thí, trí huệ, hết thấy đều tăng trưởng. Nếu các Tỳ-kheo gằn gữ thiện tri thức, thì không tập theo các ác hành. Vì sao vậy? Nếu gằn ác tri thức, sẽ không có tín, không có giới, văn, thí, trí tuệ. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy gằn gữ thiện tri thức, đừng gằn gữ ác tri thức. Các Tỳ-kheo, hãy học điều này như vậy.

Đừng gằn ác tri thức  
Cũng đừng dại theo hầu  
Nên gằn thiện tri thức  
Bậc tối thắng trong người.

Người vốn không có ác  
Tập gằn ác tri thức  
Sau tất trồng gốc ác  
Ở mãi trong tối tăm.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 1 và 2)

### 390. THIỆN TRI THỨC LÀ BẠC PHẠM HẠNH

Chớ nói vậy, rằng thiện tri thức, đó là một nửa của người phạm hạnh. Vì sao? Thiện tri thức là toàn bộ của người phạm hạnh, cùng giúp đỡ, trông coi, hướng dẫn nhau theo con đường lành. Ta cũng do thiện tri thức mà thành Vô thượng Chánh chơn Đẳng chánh giác. Do thành

đạo quả, độ thoát chúng sanh không thể kể hết, thấy đều thoát sinh, lão, bệnh, tử. Do phương tiện này mà biết, thiện tri thức là toàn bộ của người phạm hạnh.

A-nan, nếu người thiện nam kẻ tín nữ thân cận thiện tri thức thì tín căn sẽ được tăng thêm, các phẩm đức văn, thí, huệ thấy đều đầy đủ. Giống như trăng đang lúc tròn đầy, ánh sáng càng tăng dần gấp bội hơn trước. Đây cũng như vậy, nếu có người thiện nam, kẻ tín nữ nào gần gũi thiện tri thức thì tín, văn, thí, huệ thấy đều tăng thêm. Do phương tiện này mà biết thiện tri thức là toàn bộ của người phạm hạnh. Nếu ngày xưa Ta không thân cận thiện tri thức, chắc chắn không gặp Phật Đấng Quang để được thọ ký. Vì thân cận thiện tri thức nên Ta được gặp Phật Đề-hòa-kiệt-la thọ ký. Do phương tiện này mà biết thiện tri thức là toàn bộ của người phạm hạnh.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 8)

### **391. THIỆN VÀ BẤT THIỆN**

Kia, sao gọi là bất thiện? Sao gọi là thiện?

- 1) Sát sinh là bất thiện, không sát sinh là thiện.
- 2) Không cho mà lấy là bất thiện, cho mới lấy là thiện.
- 3) Dâm dật là bất thiện, không dâm dật là thiện.
- 4) Nói dối là bất thiện, không nói dối là thiện.
- 5) Nói thêu dệt là bất thiện, không nói thêu dệt là thiện.

6) Hai lưỡi là bất thiện, không hai lưỡi là thiện.

7) Loạn đấu kia đây là bất thiện, không loạn đấu kia đây là thiện.

8) Tham của người là bất thiện, không tham của người là thiện.

9) Khởi sân nhuế là bất thiện, không khởi sân nhuế là thiện.

10) Tà kiến là bất thiện, chánh kiến là thiện.

Như vậy, các Tỳ-kheo, hành những điều ác này sẽ đọa vào trong địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh. Nếu người nào hành thiện sẽ sinh về cõi người, cõi trời, cùng các đường thiện trong A-tu-la.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 16. Phẩm Hỏa Diệt, Kinh số 5)

### **392. THỌ MẠNG NGÃN NGỦ, ĐAU KHỔ**

Chúng sanh nào tu hành sát sanh, quảng bá sát sanh, gieo trồng hành vi dẫn đến địa ngục, ngạ quỷ súc sanh; nếu sanh trong loài người, thọ mạng cực vắn. Sở dĩ như vậy, do hại sanh mạng kẻ khác.

Chúng sanh nào trộm cướp vật của người khác, gieo trọng tội của ba nẻo dữ, nếu sanh trong loài người, thường gặp phải nghèo khổ, ăn không đủ no miệng, áo không đủ che thân; thấy đều do trộm cắp, cướp đoạt vật của người, tức đoạn mạng căn của người.

Nếu có chúng sanh tham đắm dâm dật, gieo ba nẻo dữ, khi sanh trong loài người, gia đình không trinh khiết, do lén lút dâm dật.

Hoặc có chúng sanh nói dối, gieo tội địa ngục, khi sanh trong loài người, bị người khinh khi, lời nói không được tin, bị người coi rẻ; sở dĩ như vậy đều do đời trước nói dối.

Hoặc có chúng sanh hai lưỡi, gieo tội ba ác đạo, giả sử sanh trong loài người, tâm thường không định, thường mang ưu sầu. Sở dĩ như vậy, do người ấy truyền lời dối trá cả hai đầu.

Hoặc có chúng sanh nói lời thô ác, gieo tội ba ác đạo, nếu sanh trong loài người làm người xấu xí, thường bị mắng nhiếc. Sở dĩ như vậy, do người kia có lời nói không chuyên chánh.

Hoặc có chúng sanh gây đấu loạn đây kia, gieo tội ba ác đạo, giả sử sanh trong loài người, phần nhiều bị thù ghét, người thân ly tán. Sở dĩ như vậy đều do đời trước xúi dục đấu loạn.

Hoặc có chúng sanh tật đố, gieo tội ba ác đạo, nếu sanh trong loài người, thiếu thốn y phục. Sở dĩ như vậy, do bởi người ấy khởi tâm tham lam tật đố.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48. Phẩm Bất Thiện, Kinh số 1)

### 393. THỌ PHƯỚC THÍ

Người trí thí đúng thời  
Tín tâm không dứt mất  
Ở đây chóng hưởng vui  
Sanh thiên đủ các đức.

Tuỳ thời niệm bố thí  
Thọ phước như tiếng vang  
Vĩnh viễn không thiếu thốn  
Nơi sinh thường giàu sang.  
Thí là đủ các hành  
Đạt đến vị vô thượng  
Thí nhiều không khởi tưởng  
Hoan hỷ càng tăng trưởng.

Trong tâm sanh niệm này  
Ý loạn tuyệt không còn  
Cảm nhận thân an lạc  
Tâm liền được giải thoát.

Cho nên người có trí  
Không kể nam hay nữ  
Hãy hành năm thí này  
Không mất phương tiện nghi.

(Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Phẩm Thiện Tự,  
Kinh số 12)



### **394. THỌ, ÁI, THỦ VÀ HỮU**

Thế nào gọi là thọ? Ba thọ. Những gì là ba? Lạc thọ, khổ thọ, không khổ không lạc thọ.

Thế nào là ái? Ba ái thân. Dục ái, hữu ái, vô hữu ái.

Thế nào là thủ? Bốn thủ. Những gì là bốn? Dục thủ, kiến thủ, giới thủ, ngã thủ.

Thế nào hữu? Ba hữu: Dục hữu, Sắc hữu, Vô sắc hữu.

Thế nào là sanh? Đầy đủ xuất xứ, lãnh thọ các hữu, đạt được năm uẩn, lãnh thọ các xứ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 5)

### **395. THỪA TỰ PHÁP**

Hãy là người thừa tự pháp, chớ nên là kẻ thừa tự tài vật. Vì sao vậy?

Các người đã có được phước báo tốt đẹp, mong cho đệ tử của Ta cung kính pháp, không tham lợi dưỡng. Nếu người nào tham lợi dưỡng, người đó có lỗi lớn đối Như Lai. Vì sao? Vì chúng sanh không phân biệt được pháp, nên hủy báng lời dạy Thế Tôn. Đã hủy báng lời dạy Thế Tôn, sau đó không còn đến được đạo Niết-bàn. Ta rất lấy làm xấu hổ. Vì sao vậy? Vì đệ tử của Như Lai tham đắm lợi dưỡng, không thực hành nơi pháp, không phân biệt pháp, hủy báng lời dạy Thế Tôn, không thuận chánh pháp. Đã hủy báng lời dạy Thế Tôn, sẽ không còn đến được đạo Niết-bàn.

Này Tỳ-kheo, các người nên nghĩ đến thừa tự pháp, đừng tư duy đến thừa tự vật dục, rồi các người được danh thơm vang khắp bốn phương. Cung kính pháp, không tham tài vật, Ta sẽ không lấy làm xấu hổ. Vì sao vậy? Vì đệ tử của Như Lai chỉ mong thừa tự pháp, không ham nghĩ thừa tự vật dục.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 18. Phẩm Tàm Quý, Kinh số 3)

### **396. THỰC PHẨM CỦA TỪNG LOÀI**

Ta tự nghĩ, sống chết vô số, có khi làm thân lừa, loa, lạc đà, voi, ngựa, heo, dê, nuôi dưỡng thân bốn đại này bằng cỏ. Hoặc ở trong địa ngục, ăn nuốt sắt nóng. Hoặc ở trong loài ngựa quý hằng ăn máu mủ. Hoặc có khi làm người, ăn năm thứ thóc gạo này. Hoặc sanh làm thân trời, ăn cam lộ tự nhiên. Trong vô số kiếp, hình mạng cùng cạnh tranh mà chưa hề biết nhàm đủ, Ưu-ba-ly, nên biết, như lửa gặp củi, mới đầu không biết đủ. Như biển nuốt các sông, không bao giờ biết đủ. Nay, kẻ phạm phu cũng vậy, tham ăn không biết nhàm đủ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 7)

### **397. THUỐC HAY CỦA BẢY GIÁC CHI**

Như Lai đã nói, đó là niệm giác chi, pháp giác chi, tinh tấn giác chi, hỷ giác chi, khinh an giác chi, định giác chi, xả giác chi. Bạch Thế Tôn, nói là có bảy giác chi này, chính là như vậy.

Sau khi Tôn giả Quân-đầu nói những lời này xong, mọi bệnh tật đều được trừ khỏi, không còn khổ não. Bây giờ, Quân-đầu bạch Thế Tôn:

Hiệu nghiệm nhất trong các thứ thuốc, đó chính là pháp bảy giác chi này. Muốn nói là thuốc hay nhất không qua bảy giác chi này. Con nhờ tư duy về bảy giác chi mà bệnh gì cũng khỏi cả.

Bây giờ, Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Các người thọ trì pháp bảy giác chi này, khéo nhớ phúng tụng, chớ có hồ nghi đối với Phật, Pháp, Tăng. Mọi bệnh họa của chúng sanh kia được trừ khỏi. Vì sao vậy? Vì bảy giác chi này rất khó lường hết, nhưng nhờ đó tất cả các pháp đều được thấu rõ, hết thấy các pháp đều được soi sáng. Cũng như thuốc hay chữa trị hết thấy các bệnh. Giống như cam lồ ăn không biết chán. Nếu không được bảy giác chi này, các loài chúng sanh sẽ trôi lăn sanh tử. Các Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện tu bảy giác chi.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phẩm Đăng Pháp, Kinh số 6)

### **398. THƯỢNG NHÂN QUÁN BẢY XỨ THIỆN**

Hãy quán bảy xứ thiện, lại xét bốn pháp, ở trong ngay trong đời này được gọi là thượng nhân. Nay Tỳ-kheo, thế nào là quán bảy xứ thiện? Ở đây, Tỳ-kheo đem tâm từ rải khắp một phương, hai phương, ba phương, bốn phương, bốn hướng và phương trên dưới cũng đều như vậy, làm cho tâm từ tràn đầy khắp thế gian. Với tâm bi, hỷ, xả,

không, vô tướng, nguyện cũng lại như vậy. Các căn đầy đủ, ăn uống điều độ, thường tự giác ngộ; Tỳ-kheo quán bảy pháp như vậy.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 41. Phẩm Chớ Sợ, Kinh số 3)

### **399. THUYẾT PHÁP KHÓ ĐÚNG CĂN CƠ**

Có hai hạng người, không thể khéo nói thuyết ngữ. Hai hạng gì? Thuyết về tín cho người không có tín, việc này thật khó. Thuyết về thí cho người tham lam keo kiệt, đây cũng thật khó.

Thuyết về tín cho người không có tín, họ liền nổi sân nhuế, khởi tâm gây tổn hại. Cũng như chó dữ thêm mũi lại bị thương, càng trở nên hung dữ. Các Tỳ-kheo, đây cũng như vậy, thuyết về tín cho người không có tín, họ liền nổi sân nhuế, khởi tâm gây tổn hại.

Thuyết về thí cho người tham lam keo kiệt, họ liền sanh sân nhuế, khởi tâm gây tổn hại. Cũng như ung nhọt chưa mùi, lại bị dao cắt, đau không chịu nổi. Đây cũng như vậy, thuyết về thí cho người tham lam keo kiệt, họ liền sanh sân nhuế, khởi tâm gây tổn hại. Đây Tỳ-kheo, đó gọi là có hai hạng người này khó thuyết pháp cho họ.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 20. Phẩm Thiện Tri Thức, Kinh số 9)

#### 400. TỊCH TĨNH LÀ AN LẠC

Hết thủy hành vô thường  
Có sanh thì có chết  
Không sanh thì không chết  
Tịch tĩnh là an lạc.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 42. Phẩm Tám Nạn, Kinh số 3)

#### 401. TIẾNG SU' TỬ' RÕNG CỦA NHƯ' LAI

1) Như Lai như thật biết rõ đây là xứ, biết rõ như thật là phi xứ.

2) Như Lai biết rõ xứ sở, biết rõ tùy thuộc nhân duyên nào mà các chúng sinh thọ lãnh quả báo ấy.

3) Như Lai biết rõ thế giới sai biệt, giới sai biệt xứ sai biệt; biết rõ như thật.

4) Như Lai biết rõ như thật giải thoát sai biệt, vô lượng giải thoát.

5) Như Lai biết rõ trí tuệ nhiều hay ít của chúng sinh; biết rõ như thật.

6) Như Lai biết rõ những điều suy nghĩ trong tâm của chúng sinh; biết rõ như thật.

7) Tâm có dục, biết rõ tâm có dục; tâm không dục, biết rõ tâm không dục; tâm có sân nhuế, biết rõ tâm có sân nhuế; tâm không sân nhuế, biết rõ tâm không sân nhuế; tâm ngu si, biết rõ tâm ngu si; tâm không ngu si, biết rõ

tâm không ngu si; tâm có ái, biết rõ tâm có ái; tâm không ái, biết rõ tâm không ái; tâm có thù, biết rõ tâm có thù; tâm không thù, biết rõ tâm không thù; tâm loạn, biết rõ có tâm loạn; tâm không loạn, biết rõ tâm không loạn; tâm tán, biết rõ có tâm tán; tâm không tán, biết rõ tâm không tán; tâm ít, biết rõ có tâm ít; tâm không ít, biết rõ tâm không ít; tâm rộng, biết rõ có tâm rộng; tâm không rộng, biết rõ tâm không rộng; tâm vô lượng, biết rõ tâm vô lượng; tâm hạn lượng, biết rõ tâm hạn lượng; như thật biết rõ. Tâm định, biết có tâm định; tâm không định, biết tâm không định; tâm giải thoát, biết tâm giải thoát; tâm không giải thoát, biết tâm không giải thoát.

8) Như Lai biết rõ tận cùng tất cả con đường mà tâm hướng đến, hoặc một, hai đời, ba đời, bốn đời, năm đời, mười đời, năm mươi đời, trăm đời, nghìn đời, ức trăm nghìn đời, vô lượng đời, trong thành kiếp, hoại kiếp, vô lượng thành hoại kiếp, xưa kia ta sinh ở đó với tên họ như vậy, ăn thức ăn như vậy, thọ khổ lạc như vậy, thọ mạng dài, vẫn, chết đây sinh nơi kia, chết nơi kia sinh nơi này; tự nhớ lại như vậy sự việc vô lượng đời trước.

9) Như Lai biết định hướng sống chết của chúng sinh; bằng thiên nhãn mà quán sát các loài chúng sinh, hoặc có sắc đẹp, hoặc sắc xấu, thiện thú, ác thú tùy theo hành nghiệp đã gieo trồng, tất cả đều biết rõ. Hoặc có chúng sinh hành ác bởi thân, miệng, ý, phỉ báng Hiền Thánh, gây nghiệp tà kiến, thân hoại mạng chung sinh vào trong địa ngục. Hoặc có chúng sinh hành thiện bởi thân, miệng ý,

không phi báng Hiền Thánh, hằng hành chánh kiến, thân hoại mạng chung sinh vào cõi thiện, sinh lên trời. Đó gọi là bằng thiên nhãn thanh tịnh quán sát định hướng của chúng mà các hành vi đưa đến.

10) Như Lai biết rõ các lậu đã diệt tận, thành vô lậu, tâm giải thoát, trí tuệ giải thoát, sinh tử đã dứt, phạm hạnh đã lập, điều cần làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau nữa, biết rõ như thật.

Đó gọi là mười lực của Như Lai, tự gọi là bậc Vô trước, được bốn vô sở úy, ở giữa đại chúng mà rống tiếng sư tử, chuyển phạm luân.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cấm, Kinh số 4)

## **402. TỐI TÔN NHẤT**

Tể tự: lửa trên hết

Kinh sách: tụng trên hết

Cõi người: vua là tôn

Các sông: biển đứng đầu.

Các sao: trăng sáng nhất

Ánh sáng: mặt trời nhất

Trên dưới cùng bốn phương

Những vật có hình dáng.

Trời cùng người thế gian  
Phật là đấng tối tôn  
Ai muốn cầu phước kia  
Cúng dường Phật chánh giác.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng  
Sanh Cư, Kinh số 7)

### **403. TRỊ DÂN ĐÚNG PHÁP**

Đại vương, cai trị đúng pháp thì tự cứu giúp được tự thân, cha mẹ, vợ con, nô tỳ, thân tộc, chăm lo quốc sự. Cho nên, Đại vương, hãy cai trị đúng pháp, chớ đừng phi pháp. Mạng người rất ngắn; sống trên đời chỉ trong thoáng chốc mà thôi. Sanh tử lâu dài, nhiều điều đáng sợ. Khi cái chết đến, bấy giờ mới kêu khóc; gân cốt lìa tan, thân thể đông cứng; bấy giờ không ai có thể cứu được; không phải có cha mẹ, vợ con, nô tỳ, thuộc hạ, quốc thổ nhân dân, mà có thể cứu được. Gặp tai họa này, ai có thể chịu thay cho? Duy chỉ có sự bố thí, trì giới, nói năng thường từ hòa không làm thương tổn ý người, tạo các công đức, hành các gốc rễ thiện.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo  
Bát Niết-bàn, Kinh số 7)



#### **404. TRÌ GIỚI ĐẦY ĐỦ**

Pháp cấm giới đầy đủ

Các căn cũng thành tựu

Dần dần sẽ cũng được

Sạch tất cả kết sử.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 17. Phẩm An-ban, Kinh số 1)

#### **405. TRÍ TUỆ**

Lại có hai pháp khiến cho người có trí tuệ lớn là thích học hỏi với người khác và siêng năng tinh tấn không ham ngủ nghỉ.

(Tăng Nhất A Hàm, Hai Pháp, 19. Phẩm Khuyến Thịnh, Kinh số 5)

#### **406. TRÓI BUỘC TRONG LAO NGỤC**

Ta ở trong chúng này không thấy một pháp nào tối thắng, tối diệu, nó huyền hoặc người đời khiến không đi đến nơi vĩnh viễn tịch tĩnh, mà trói buộc vào lao ngục không giải thoát được; đó là, người nam thấy sắc của người nữ, liền khởi tưởng đắm trước, tâm ý hết mực yêu thương, khiến không đi đến nơi vĩnh viễn tịch tĩnh, mà trói buộc vào lao ngục không giải thoát được, ý không lia bỏ, xoay vần qua lại đời này đời sau, luân chuyển năm đường, trải qua bao kiếp.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 9. Phẩm Con Một, Kinh số 7)

## 407. TRỜI NGƯỜI MẮT BÓNG CHE

Có một con người mà mắt hấn ở thế gian, thì nhiều người sẽ ôm lòng sầu lo; khắp Trời Người mắt cả bóng che. Một con người ấy là ai? Đó là đức Như Lai, A-la-hán, Chánh đẳng giác. Đó gọi là có một con người mà mắt hấn ở thế gian, nhân loại phần nhiều ôm lòng sầu lo; khắp Trời Người mắt cả bóng che. Vì sao vậy? Vì nếu đức Như Lai diệt tận ở đời, thì ba mươi bảy phẩm cũng lại diệt tận.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 8. Phẩm A-Tu-La, Kinh số 7)

## 408. TỨ SỰ CÚNG DƯỜNG

Tỳ-kheo do duyên y phục nên có ái sinh khởi; do khát thực nên có ái sinh khởi; do chỗ nằm ngồi nên có ái sinh khởi; do thuốc men nên có ái sinh khởi. Nay Tỳ-kheo, đó gọi là có bốn pháp này sinh khởi ái, có chỗ nhiễm đắm.

1) Nếu trong đây Tỳ-kheo đắm trước y phục, Ta không nói người này. Vì sao vậy? Vì khi chưa được y, người ấy liền khởi sân nhuế, khởi tưởng niệm đắm trước.

2) Ở đó Tỳ-kheo đắm trước thức ăn, Ta cũng không nói người này. Vì sao vậy? Vì khi chưa khát thực được, người ấy liền khởi sân nhuế, khởi tưởng niệm đắm trước.

3) Ở đó Tỳ-kheo đắm trước chỗ nằm ngồi, Ta cũng không nói người này. Vì sao vậy? Vì khi chưa được

giường chiếu, người ấy liền khởi sân nhuế, khởi tưởng niệm đấm trước.

4) Ở đó Tỳ-kheo đấm trước thuốc men, Ta cũng không nói người này. Vì sao vậy? Vì khi chưa được thuốc men, người ấy liền khởi sân nhuế, khởi tưởng niệm đấm trước.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 8)

#### **409. TỨ THẦN TỨC**

Có bốn thứ thần tức là tự tại tam-muội hành tận thần tức, tâm tam-muội hành tận thần tức, tinh tấn tam-muội hành tận thần tức và, giới tam-muội hành tận thần tức.

1) Sao gọi là tự tại tam-muội hành tận thần tức? Nghĩa là những ai có tam-muội mà tự tại đối với những gì ý muốn, tâm ưa thích, khiến thân thể nhẹ nhàng, có thể ẩn thân cực nhỏ.

2) Sao gọi là tâm tam-muội hành tận thần tức? Nghĩa là tâm biết pháp phổ biến khắp mười phương, vách đá đều vượt qua không gì trở ngại.

3) Sao gọi là tinh tấn tam-muội hành tận thần tức? Nghĩa là tam-muội này không có lười mỏi, cũng không sợ hãi, có ý đồng mãnh.

4) Sao gọi là giới tam-muội hành tận thần tức? Những ai có tam-muội này biết những ý nghĩ trong tâm chúng sanh, lúc sanh lúc diệt, thấy đều biết cả; có tâm dục hay không có tâm dục, có tâm sân nhuế hay không có tâm sân

nhuế, có tâm ngu si hay không có tâm ngu si, có tâm ganh ghét hay không có tâm ganh ghét, có tâm loạn hay không tâm loạn, có tâm hẹp hòi hay không có tâm hẹp hòi, có tâm rộng lớn hay không có tâm rộng lớn, có tâm hạn lượng hay không tâm hạn lượng, có tâm định hay không tâm định, có tâm giải thoát hay không tâm giải thoát, tất cả đều biết rõ.

Như vậy, có bốn loại thần túc, nếu muốn biết những ý nghĩ trong tâm của tất cả chúng sanh, hãy tu hành bốn thần túc này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bốn Pháp, 29. Phẩm Khổ Lạc, Kinh số 7)

#### **410. TỤNG BỐN BỘ A HÀM**

Hãy chuyên niệm nơi pháp  
Như Lai từ đây sinh  
Pháp hiện, thành chánh giác  
Đạo Bích-chi, La-hán.

Pháp hay trừ các khổ  
Cũng hay thành quả chắc  
Niệm pháp, tâm không rời  
Hưởng báo nay, đời sau.

Nếu người muốn thành Phật  
Giống như Thích-ca Văn  
Thọ trì pháp ba tạng  
Câu cú không loạn sai.

Ba tạng tuy khó trì  
Nghĩa lý không thể cùng  
Hãy tụng bốn A-hàm  
Cắt đứt đường nhân thiên.

A-hàm tuy khó tụng  
Nghĩa kinh không thể tận  
Chớ để mất giới luật  
Đây là báu Như Lai.

Cấm luật cũng khó trì  
A-hàm cũng như vậy  
Giới trì A-tỳ-đàm  
Hàng phục thuật ngoại đạo.

Tuyên dương A-tỳ-đàm  
Nghĩa ấy cũng khó trì  
Hãy tụng ba A-hàm  
Không mất câu cú kinh.

Khế kinh, A-tỳ-đàm  
Giới luật, truyền khắp đời  
Trời người được phụng hành  
Liên sinh nơi an ổn.

Ví không pháp Khế kinh  
Cũng lại không giới luật  
Như mù vào trong tối  
Bao giờ mới thấy sáng?

Vì vậy phó chúc Thầy  
Cùng với bốn bộ chúng  
Hãy trì, chớ khinh mạn  
Trước Phật Thích-ca Văn.

(Tặng Nhất A Hàm, Phẩm Tựa, số 1)

#### **411. TƯƠNG ƯNG THIỆN ÁC**

Những kẻ thiện thì đi với thiện. Những kẻ ác thì đi với ác. Cũng như sữa với sữa thì hòa với nhau; bơ với bơ hòa với nhau; phân tiêu, mỗi thứ mỗi tương ứng với nhau. Ở đây cũng vậy, do căn nguyên của chúng sanh mà pháp sở hành mỗi mỗi tương ứng với nhau. Thiện tương ứng với thiện. Ác tương ứng với ác.

(Tặng Nhất A Hàm, Mươi Pháp, 49. Phẩm Phóng Ngưu, Kinh số 2)

#### **412. TƯỚNG VÔ THƯỜNG ĐƯA ĐẾN NIẾT BÀN**

Các người hãy tư duy về tướng vô thường, phát triển tướng vô thường, đoạn hết ái dục giới, ái sắc giới, ái vô sắc giới, cũng đoạn vô minh, kiêu mạn.

Giống như lấy lửa đốt cây cỏ, cháy sạch hết không còn lưu dấu vết nào. Ở đây cũng như vậy, tu tướng vô thường, dứt sạch dục ái, sắc ái và vô sắc ái, vô minh, kiêu mạn, viễn không còn tàn dư. Vì sao vậy?

Khi Tỳ-kheo tu tướng vô thường thì không có tâm dục. Do không có tâm dục nên có thể phân biệt pháp, tư duy nghĩa của nó, không có sầu ưu khổ não. Do tư duy nghĩa

pháp thì tu hành không còn ngu si, sai lầm. Nếu thấy có ai tranh cãi, vị ấy liền tự nghĩ: ‘Các hiền sĩ này không tu tưởng vô thường, không phát triển tưởng vô thường cho nên đưa đến tranh cãi này. Vị ấy do tranh cãi, không quán nghĩa của nó. Do không quán nghĩa của nó nên tâm mê lầm. Vị ấy đã chấp vào sai lầm này nên khi chết rơi vào trong ba đường dữ là ngạ quỷ, súc sanh, địa ngục.

Các Tỳ-kheo, hãy tu tưởng vô thường và phát triển tưởng vô thường, liền không còn tưởng sân hận, ngu si, cũng có thể quán pháp và quán nghĩa của nó. Nếu sau khi chết sẽ sanh về ba đường lành trời, người và dẫn đến Niết-bàn.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 38. Phẩm Lục, Kinh số 2)

### **413. TÙY THỜI NGHE PHÁP CÓ NĂM CÔNG ĐỨC**

Tùy thời nghe pháp, có năm công đức, không khi nào mất. Những gì là năm? Nghe được pháp chưa từng nghe; nghe rồi thì ghi nhớ; trừ dẹp hoài nghi; cũng không tà khiến; hiểu pháp sâu thẳm. Tỳ kheo, đó là nói tùy thời nghe pháp có năm công đức này. Cho nên, Tỳ kheo, hãy chuyên niệm thường nghe pháp sâu thẳm. Đây là giáo giới của Ta. Như vậy Tỳ kheo, hãy học điều này.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 5)

## 414. TỖ KHEO HIỆN THIỆN NHƯ CHIM KHÔNG TƯỚC

Chim không tước thành tựu chín pháp. Những gì là chín? Ở đây, chim không tước hình dáng xinh đẹp, tiếng kêu trong suốt, bước khoan thai, đi đúng lúc, ăn uống điều độ, thường nghĩ biết đủ, niệm không phân tán, ít ngủ nghỉ, lại cũng ít ham muốn, biết đền trả. Nay Tỳ-kheo, đó gọi là chim không tước thành tựu chín pháp.

Tỳ-kheo hiện thiện cũng thành tựu chín pháp. Thế nào là chín? Ở đây, Tỳ-kheo hiện thiện tướng mạo xinh đẹp, tiếng nói trong suốt, bước khoan thai, hành đúng lúc, ăn uống có điều độ, thường nghĩ biết đủ, niệm không phân tán, ít ngủ nghỉ, ít ham muốn, biết đền trả.

Sao gọi là Tỳ-kheo hiện thiện tướng mạo xinh đẹp? Tỳ-kheo kia ra, vào, lui, tới, đi, đứng thích hợp, trọn không mất tư cách.

Sao gọi là Tỳ-kheo tiếng nói trong suốt? Ở đây, Tỳ-kheo khéo phân biệt nghĩa lý, trọn không lẫn lộn.

Sao gọi là Tỳ-kheo bước khoan thai? Ở đây, Tỳ-kheo biết đúng thời mà đi, không để mất thứ lớp; lại biết khi đáng tụng thì biết tụng; khi đáng tập thì biết tập; khi đáng im lặng thì biết im lặng; khi nên dậy thì biết dậy.

Sao gọi là Tỳ-kheo hành đúng lúc? Ở đây, Tỳ-kheo khi nên đi thì đi, khi nên đứng thì đứng, tùy thời nghe pháp.



Sao gọi là Tỳ-kheo ăn uống điều độ? Ở đây, Tỳ-kheo được thức ăn dư còn lại, phân chia cho người, không tiếc những cái mình có.

Sao gọi là Tỳ-kheo ít ngủ nghỉ? Ở đây, Tỳ-kheo vào đầu đêm tập tinh thức, tập ba mươi bảy phẩm đạo không để rơi rớt, hằng làm thanh tịnh ý bằng kinh hành, khi nằm, khi tỉnh thức; lại vào giữa đêm tư duy pháp sâu xa, đến lúc cuối đêm nằm nghiêng hông phải sát đất, hai chân xếp lên nhau, tư duy về tướng ánh sáng, rồi đứng lên kinh hành mà làm thanh tịnh ý.

Sao gọi là Tỳ-kheo ít ham muốn, biết đền trả ? Ở đây, Tỳ-kheo thờ phụng Tam Tôn, vâng kính sư trưởng.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 4)

#### **415. TỖ KHEO THÀNH TỰU BẢY PHÁP**

1) Sao gọi là Tỳ-kheo biết pháp? Tỳ-kheo biết pháp là chỉ Khế kinh, Kỳ-dạ, Kệ, Nhân duyên, Thí dụ, Bồn mạt, Quảng diễn, Phương đẳng, Vị tăng hữu, Quảng phổ, Thọ quyết, Sanh kinh. Tỳ-kheo không biết Pháp, không biết mười hai bộ kinh, đó chẳng phải là Tỳ-kheo.

2) Sao gọi là Tỳ-kheo biết nghĩa? Ở đây, Tỳ-kheo biết ý thú của Như Lai, hiểu rõ nghĩa sâu, không có điều gì nghi ngờ. Tỳ-kheo không hiểu nghĩa, đó chẳng phải là Tỳ-kheo.

3) Sao gọi là Tỳ-kheo biết thời nghi? Ở đây, Tỳ-kheo biết thời tiết khi nên tu quán thì tu quán, khi nên tu chỉ thì

tu chỉ, nên im lặng biết im lặng, nên đi biết đi, nên tụng biết tụng, nên trao người trước liền trao cho người trước, nên nói biết nói. Tỳ-kheo không biết những việc ấy, không biết thời thích hợp tu chỉ, tu quán, tiến, dừng, đó chẳng phải là Tỳ-kheo.

4) Sao gọi là Tỳ-kheo có thể sửa mình? Ở đây, Tỳ-kheo có thể tự biết mình, nay ta có sự thấy, nghe, nghĩ, biết này, có trí huệ như vậy, đi, bước, tiến, dừng thường theo chánh pháp. Tỳ-kheo không thể tự biết thích ứng theo trí huệ mà ra, vào, đi, đến, đó chẳng phải là Tỳ-kheo.

5) Sao gọi là Tỳ-kheo biết vừa đủ? Ở đây, Tỳ-kheo có thể tự điều hòa việc ngủ nghỉ, tỉnh thức, ngồi, nằm, kinh hành, cách tiến dừng, đều có thể biết dừng đúng lúc. Tỳ-kheo không thể biết những việc ấy thì chẳng phải là Tỳ-kheo.

6) Sao gọi là Tỳ-kheo biết vào đại chúng? Ở đây, Tỳ-kheo phân biệt đại chúng: Đây là dòng sát-lợi, đây là chúng bà-la-môn, đây là chúng trưởng giả, đây là chúng sa-môn. Ta nên dùng pháp này mới thích hợp với chúng ấy, nên nói hay nên im lặng, tất cả đều biết. Tỳ-kheo không biết vào chúng, đó chẳng phải là Tỳ-kheo.

7) Sao gọi là Tỳ-kheo biết căn nguyên mọi người? Có hai hạng người. Những gì là hai? Có một người, nghe pháp (và hiểu nghĩa) liền thành tựu pháp tùy pháp; người thứ hai, nghe pháp (và hiểu nghĩa) nhưng không thành tựu pháp tùy pháp. Người nghe pháp (hiểu nghĩa) kia, thành tựu pháp tùy pháp. Người này là tối tôn đệ nhất. Đây Tỳ-

kheo, lại có hai người. Những gì là hai? Một người, nghe pháp có thể kham nhẫn tu hành, phân biệt hộ trì chánh pháp; người thứ hai không thể kham nhẫn tu hành pháp kia. Người có thể kham nhẫn tu hành pháp kia, là tối tôn đệ nhất.

Giống như bò có lạc, do lạc có tô, do tô có đề hồ là tối tôn đệ nhất không gì bằng. Ở đây cũng vậy, nếu người nào có thể tu hành thì người này là tối đệ nhất, không ai sánh kịp. Đó gọi là Tỳ-kheo quán sát căn người. Nếu có người nào không rõ điều này thì chẳng phải là Tỳ-kheo. Vì Tỳ-kheo kia nghe pháp, phân biệt nghĩa nó, đó là tối thượng. Tỳ-kheo như vậy là biết quán sát căn người.

Nếu có Tỳ-kheo nào thành tựu bảy pháp này, ngay trong hiện pháp an lạc vô vi, ý muốn đoạn trừ lậu cũng không khó khăn. Cho nên, Tỳ-kheo, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu bảy pháp này.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 39. Phẩm Đăng Pháp, Kinh số 1)

#### **416. TỖ KHEO THÀNH TỰU MƯỜI THIỆN PHÁP**

Chúng Tỳ kheo cũng vậy, nếu thành tựu mười pháp, chỉ trong khoảnh khắc như co duỗi liền được sinh lên trời. Những gì là mười?

1) Tỳ kheo thọ trì giới cấm, giới đức đầy đủ, không phạm chánh pháp.

2) Tỳ kheo có tâm cung kính đối với Như Lai.

3) Tỳ kheo thuận tùng giáo pháp, không một điều vi phạm.

4) Tỳ kheo cung phụng Thánh chúng, không có tâm biếng nhác.

5) Tỳ kheo thiếu dục, tri túc, không say đắm lợi dưỡng.

6) Tỳ kheo không làm theo tự ý mà hằng tùy thuận giới pháp.

7) Tỳ kheo không mê đắm công việc bận rộn, thường ưa tọa thiền.

8) Tỳ kheo ưa chỗ nhàn tĩnh, không ưa sống giữa nhân gian.

9) Tỳ kheo không tùng sự theo ác tri thức, mà thường tùng sự theo thiện tri thức.

10) Tỳ kheo thường tu phạm hạnh, xa lìa ác pháp, nghe nhiều, học nghĩa, không để mất thứ tự.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phạm Kết Cấm, Kinh số 7)

## **417. ƯỚC MƠ THÀNH TỰU DO BÁT QUAN TRAI GIỚI**

Nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào, muốn trừ bát quan trai, lìa các khổ, được chỗ lành; muốn diệt tận các lậu, vào thành Niết-bàn, phải tìm cầu phương tiện thành tựu pháp bát quan trai này. Vì sao vậy? Vinh vị ở cõi người

không đủ làm cao quý, mà khoái lạc trên trời thì không thể kể xiết.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân nào muốn cầu phước vô thượng, hãy tìm cầu phương tiện thành tựu pháp bát quan trai này. Nay Ta răn dạy lại các người, nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào thành tựu bát quan trai, mà muốn cầu sinh lên cõi trời Tứ thiên vương, cũng sẽ đạt được nguyện này. Những gì mà người trì giới kia ước nguyện đều được như nguyện. Vì vậy nên Ta nói nghĩa này. Vinh vị cõi người không đủ làm cao quý.

Nếu thiện nam tử, thiện nữ nhân nào, trì bát quan trai, thân hoại mạng chung sẽ sinh cõi lành, trên trời, hoặc sinh Diêm thiên, Đâu-suất thiên, Hóa tự tại thiên, Tha hóa tự tại thiên, trọn không hư dối. Vì sao vậy? Những gì mà người trì giới kia ước nguyện đều được như nguyện.

#### **418. VÀO ĐỊA NGỤC**

Ganh tị, ngủ, trạo cử  
Tham dục là pháp ác  
Lôi người vào địa ngục  
Cuối cùng không giải thoát.

Vì vậy phải lìa bỏ  
Ganh tị, ngủ, trạo cử  
Và cũng xả bỏ dục  
Đừng tạo hành ác kia.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 22. Phẩm Ba Cúng Đường, Kinh số 9)

## 419. VỊ CỦA THỌ

Sao gọi là vị của thọ? Ở đây, Tỳ-kheo, khi có cảm thọ lạc, biết rằng ta có cảm thọ lạc.

Khi có cảm thọ khổ, biết rằng ta có cảm thọ khổ.

Khi có cảm thọ không khổ không lạc, biết rằng ta có cảm thọ không khổ không lạc.

Khi có cảm thọ lạc vật dục, biết rằng ta có cảm thọ lạc vật dục.

Khi có cảm thọ khổ vật dục, biết rằng ta có cảm thọ khổ do ăn.

Khi có cảm thọ không khổ không lạc do ăn, biết rằng ta có cảm thọ không khổ không lạc do ăn.

Khi có cảm thọ khổ phi vật dục, biết rằng ta có cảm thọ khổ phi vật dục.

Khi có cảm thọ lạc phi vật dục, biết rằng ta có cảm thọ lạc không do ăn.

Khi có cảm thọ không khổ không lạc phi vật dục, biết rằng ta có cảm thọ không khổ không lạc phi vật dục.

Lại nữa, thọ là pháp vô thường biến đổi. Vì biết thọ là pháp vô thường biến đổi, cho nên gọi thọ là tai hoạn lớn.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 9)

## **420. VỊ NGỌT CỦA DỤC**

Dục có vị ngọt gì? Đó chính là năm dục. Những gì là năm?

Sắc được thấy bởi mắt làm khởi nhãn thức, rất đáng yêu, đáng nhớ, được người đời ưa thích. Tiếng được nghe bởi tai, được ngửi bởi mũi, vị được nếm bởi lưỡi, mịn láng được xúc bởi thân, rất đáng yêu, đáng nhớ, được người đời ưa thích. Khổ, lạc phát sinh từ trong năm dục này, đó gọi là vị của dục.

(Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Phẩm Tam Bảo, Kinh số 9)

## **421. VÌ SAO NGU SI?**

Hoặc có chúng sanh khởi tâm ác hại gieo tội ba ác đạo, giả sử sanh trong loài người thường có nhiều điều hư dối, không hiểu chí lý, tâm loạn không định. Sở dĩ như vậy, đều do bởi đời trước sân hận thịnh nộ, không có nhân từ.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48. Phẩm Bất Thiện, Kinh số 1)

## **422. VÌ SAO SANH VÀO BIÊN ĐỊA?**

Hoặc có chúng sanh hành tà kiến, gieo ba ác đạo; nếu sanh trong loài người, chỉ ở chỗ biên địa, không sanh vào chỗ trung ương, không gặp Tam tôn, nghĩa lý của đạo pháp; hoặc phải điếc, mù, câm ngọng, thân hình không ngay, không hiểu pháp thiện, thường theo pháp ác. Sở dĩ

như vậy, thấy đều do đời trước không có tín căn; cũng không tin sa-môn, bà-la-môn, cha mẹ, anh em.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48. Phẩm Bất Thiện, Kinh số 1)

### 423. VIỄN LY ĐOẠN TRỪ LẬU HOẶC

Sao gọi là lậu hoặc được đoạn bởi viễn ly? Ở đây, Tỳ-kheo trừ bỏ tướng loạn do bởi voi dữ, lạc đà, bò ngựa, hổ sói, chó, rắn, hầm sâu, bờ hiểm, gai góc, sườn cao, bùn lầy; thấy đều nên tránh xa chúng. Chớ từng sự với ác tri thức, cũng lại không gần gũi với người ác, hay tư duy thuần thực không lia khỏi đầu mối của tâm. Nếu không giữ gìn thì sinh hữu lậu, nếu được giữ gìn thì không sinh hữu lậu. Đây gọi là hữu lậu được đoạn bởi viễn ly.

(Tăng Nhất A Hàm, Bảy Pháp, 40. Phẩm Bảy Ngày, Kinh số 6)

### 424. VÔ LẬU

Thường niệm tự giác ngộ  
Chớ đắm nhiễm phi pháp  
Tu tập phải chánh hành  
Vượt được nạn sinh tử.

Làm vậy, mà được vậy  
Làm điều này, phước này  
Chúng sinh trôi nổi lâu  
Đoạn trừ già, bệnh, chết.



Không tập điều cần làm  
Rồi lại hành phi pháp  
Người buông lung như vậy  
Tác thành hành hữu lậu.  
Nếu có tâm tinh cần  
Hằng ở tại đầu tâm  
Lần lượt dạy bảo nhau  
Sẽ thành bậc vô lậu.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 2)

#### **425. VƯỢT NẠN SANH TỬ**

Cũng như những con bò trung bình không mập không ốm, qua được sông Hằng không có gì trở ngại. Đệ tử của Ta cũng lại như vậy, đoạn trừ ba kết, dâm, nộ, si mỏng, thành Tư-đà-hàm, trở lại đời này một lần nữa, rồi tận cùng mé khổ, qua cảnh giới Ma đến chỗ vô vi.

Cũng như những con bò gầy kia dẫn theo những con bê qua được dòng sông Hằng kia. Đệ tử của Ta cũng lại như vậy, đoạn trừ ba kết, thành Tu-đà-hoàn, tất đến chỗ được độ, qua cảnh giới Ma, thoát khỏi nạn sanh tử.

Cũng như những con bê nhỏ kia theo mẹ lội qua được. Đệ tử của Ta cũng lại như vậy, tùy tín hành, tùy pháp hành, đoạn trừ các sự trói buộc của Ma, đến chỗ vô vi.

(Tăng Nhất A Hàm, Tám Pháp, 43. Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối tám Chính, Kinh số 6)

## 426. XẢ BỆNH BA ĐỜI

Nay người nên xả bệnh ba đời. Vì sao? Tỳ-kheo, nên biết, sinh có sự nguy khốn là ở trong bào thai. Sinh thì có già. Phàm người già, hình suy khí cạn. Nhân già có bệnh. Phàm người bệnh, ngồi nằm rên rỉ, bốn trăm lẻ bốn thứ bệnh đều đến cùng lúc. Nhân bệnh có chết.

Phàm người chết, thân và xác phân ly, nhắm theo đường lành dữ. Nếu ai tội nhiều sẽ vào địa ngục, núi đao rừng kiếm, xe lửa, lò than, ăn uống đồng sôi. Hoặc làm súc sanh, bị người sai sử, ăn toàn rơm cỏ, chịu khổ vô cùng. Lại ở trong vô số kiếp không thể tính đếm làm thân ngựa quý, thân dài mười do tuần, cổ nhỏ như cây kim, lại bị nước đồng sôi rót vào miệng. Trải qua vô số kiếp, mới được làm thân người, lại bị đánh đập, tra khảo, không thể kể hết. Lại được sinh lên trời ở trong vô số kiếp, cũng trải qua ân ái, hội họp, lại gặp ân ái biệt ly, tham dục không chán đủ. Khi được đạo Hiền thánh, bây giờ mới lìa khổ.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 44. Phẩm Chín Chúng Sanh Cư, Kinh số 7)

## 427. XẢ LY LỢI DƯỠNG

Bấy giờ, các Thanh văn của đức Phật kia, đến giờ, khước y, cầm bát vào thôn khát thực. Khi ấy nhân dân trong thôn Bà-la kia cung cấp Tỳ kheo các thứ áo chần, cơm nước, giường chõng và ngọa cụ, thuốc men, không để cho thiếu thốn. Mọi người đến trước, nắm y tăng-già-lê, ép phải nhận các vật bố thí.

Đức Phật kia lúc bấy giờ nói pháp này cho chúng Thanh văn: ‘Phàm lợi dưỡng khiến người rơi xuống nẻo xấu, không khiến cho đạt đến chỗ an ổn vô vi. Tỳ kheo các người chớ móng khởi ý tưởng tham đắm. Hãy chuyên niệm xả ly các thứ lợi dưỡng. Nếu Tỳ kheo tham đắm lợi dưỡng sẽ không thể thành tựu năm phần Pháp thân, không đầy đủ giới đức. Cho nên, này Tỳ kheo, tam lợi dưỡng chưa sinh thì khiến cho đừng sinh. Tâm lợi dưỡng đã sinh thì hãy nhanh chóng trừ diệt. Như vậy, Tỳ kheo, hãy học điều này.’

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phẩm Mã Vương, Kinh số 4)

#### **428. XẢ LY THỌ**

Nếu hay xả ly thọ nơi thọ, trừ các loạn tưởng. Đó gọi là lìa bỏ đối cảm giác. Những sa-môn, bà-la-môn nào mà đắm trước thọ nơi thọ, không biết tai hoạn lớn, cũng không lìa bỏ, không như thật biết; những người ấy chẳng phải sa-môn, bà-la-môn. Ở nơi sa-môn không biết oai nghi của sa-môn. Ở nơi bà-la-môn không biết oai nghi của bà-la-môn. Không thể tự thân chứng, mà tự an trú. Những sa-môn, bà-la-môn nào mà không đắm trước thọ nơi thọ, biết rõ sâu xa là tai hoạn lớn, hay biết xả ly, những người ấy ở nơi sa-môn mà biết oai nghi của sa-môn; ở nơi bà-la-môn mà biết oai nghi của bà-la-môn, tự thân tác chứng mà tự an trú. Đó gọi là xả ly thọ.

Nếu có sa-môn, bà-la-môn nào không biết cảm thọ khổ, cảm thọ lạc, cảm thọ không khổ không lạc; không như thật biết, nhưng lại giảng dạy người khác khiến thực hành. Điều này không xảy ra. Nếu có sa-môn, bà-la-môn nào có thể xả ly thọ, như thật biết, lại khuyên dạy người xả ly. Điều này có xảy ra. Đó gọi là xả ly nơi thọ.

Ta đã nói về sự đắm trước dục, vị của dục, dục là tai hoạn lớn, lại có thể xả ly; cũng nói về đắm trước sắc, vị của sắc, sắc là tai hoạn lớn, có thể xả ly sắc. Đã nói về sự đắm trước thọ, vị của thọ, thọ là tai hoạn lớn, có thể xả ly thọ.

#### **429. XẢ NĂM TRIỀN CÁI**

Tỳ kheo xả bỏ năm triền cái, là triền cái tham dục, triền cái sân hận, triền cái thụy miên, triền cái trạo cử và nghi.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 52. Phẩm Đại Ái Đạo Bát Niết-bàn, Kinh số 7)

#### **430. XAN THAM**

Hãy diệt một pháp, xa lìa một pháp, Ta sẽ xác chứng các người thành A-na-hàm. Một pháp gì? Xan tham.

Bị nhiễm bởi xan tham

Chúng sanh rơi đường dữ

Siêng tu bỏ xan tham

Liền thành A-na-hàm.

(Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 11. Phẩm Bất Đãi, Kinh số 4)

### **431. XÉT ĐỨC HẠNH MÌNH ĐỂ NHẬN CỦA CÚNG DƯỜNG**

Nếu khi tự quán sát, tư duy pháp vi diệu, hãy quán sát hai nghĩa, hành không buông lung, để cho thành tựu kết quả chắc thật, đạt đến chỗ diệt tận của cam lộ. Nếu khi nhận sự cúng dường của người khác, áo chăn, cơm nước, giường chõng và ngoại cụ, thuốc men trị bệnh mà không uổng công khó nhọc của người, và cũng khiến cho cha mẹ được quả báo ấy, thừa sự chư Phật, lễ kính, cúng dường.

(Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 46. Phẩm Kết Cầm, Kinh số 3)

### **432. XIN QUY Y VỚI ĐỨC PHẬT**

Bấy giờ, bà-la-môn Sanh Lậu bạch Thế Tôn: Kỳ diệu thay, hy hữu thay! Sa-môn Cù-đàm này biết rõ phạm hạnh, cũng biết không phạm hạnh; biết rõ phạm hạnh rò rỉ, cũng biết rõ phạm hạnh không rò rỉ. Vì sao vậy? Vì nay tôi cũng có ý nghĩ này, khi thấy có người nào cùng người nữ chân tay đụng chạm nhau, khởi các loạn tưởng, khi ấy tôi nghĩ rằng người này hành bất tịnh hạnh, cùng dâm, nộ, si tương ưng. Cảm thọ bậc nhất, là người nữ.

Khả dục bậc nhất, đó chính là mắt với mắt nhìn nhau, người nữ kia hoặc nói, hoặc cười, hoặc nắm chéo áo người nam; hoặc cùng nói chuyện vừa nắm chéo áo người nam. Khi ấy, tôi liền sanh ý nghĩ này: ‘Sáu điều này, người đều hành hạnh bất tịnh hết.’

Hôm nay, Như Lai đã dạy rất nhiều. Giống như người mù được mắt, người mê thấy đường, người ngu được nghe đạo, người có mắt thấy sắc; Như Lai thuyết Pháp lại cũng như vậy. Nay con xin tự quy y Phật, Pháp, Tăng. Từ nay trở về sau không sát sinh nữa. Cúi xin nhận con làm Ưu-bà-tắc.

(Tăng Nhất A Hàm, Sáu Pháp, 37. Phẩm Thính pháp, Kinh số 9)

### **433. XUẤT GIA LÀ TỐI THẮNG TRONG NHIỀU LOẠI CHỨNG SANH**

Có một thời, các loài chúng sinh có dung mạo và thọ mạng càng lúc càng giảm thiểu, thân hình gầy yếu, không co uy thần, nhiều sân, nộ, tật đố, nhuế, si, gian ngụy, huyễn hoặc, sở hành không chân chánh. Hoặc có chúng sinh có các căn linh lợi, nhanh nhẹn, chúng tranh giành lẫn nhau, đấu tranh kiện tụng nhau; hoặc chúng nắm tay, hoặc lấy ngói, đá, dao, gậy, tàn hại nhau. Các loài chúng sinh vào lúc bấy giờ khi cầm đến cọng cỏ, cỏ liền biến thành đao kiếm, cắt đứt mạng căn kẻ khác. Trong số đó, chúng sinh nào hành từ tâm, không có sân nộ, thấy sự biến quái này, trong lòng kính sợ, thấy cùng nhau bỏ chạy, tránh xa chốn hung ác này. Trong chốn núi non, chúng tự nhiên cạo bỏ râu tóc, khoác ba pháp y, tu phạm hạnh vô thượng, tự mình khắc kỷ tu tập, tâm được giải thoát khỏi các lậu mà

nhập cảnh giới vô lậu. Mỗi mỗi nói với nhau rằng, ‘Chúng ta đã thắng kẻ thù.’ A-nan, nên biết, những người đó được nói là tối thắng.

(Tăng Nhất A Hàm, Chín Pháp, 45. Phạm Mã Vương, Kinh số 5).

\*\*\*

# NHỮNG CHỦ ĐỀ CHUNG TRONG A-HÀM

### 1. BA KHỔ, BA THỌ

Như kinh Đại Duyên Phương Tiện (Trường A Hàm, số 13), Kinh Tỳ-kheo-ni Pháp Lạc (Trung A Hàm, Phẩm 17, số 210) và nhiều kinh khác trong A-hàm, Đức Phật dạy có ba thọ là có ba khổ.

Khổ khổ: Thân là có khổ, khổ vì già, vì bệnh, vì chết. Bây giờ sáu căn đối với sáu trần, con mắt chúng ta lại còn mua thêm những chuyện khổ khác vào thân; rồi cái tai lại nghe các chuyện thị phi để vợ thêm khổ vào thân. Chúng ta có thói quen cứ mua một trăm thứ để tự làm khổ lấy mình nữa, rồi cứ than rằng ‘Tôi khổ quá!’ Khi nghe như thế thì Đức Phật bảo là ‘khổ khổ’ (có hai cái khổ: khổ của thân và khổ bên ngoài chồng lên nhau). Có gói quà đó rồi ai lấy cắp mất, nhưng mình còn bực tức, thêm muốn gói



quà đó nữa mà nó lại không có. Chúng ta đi tìm kiếm để làm sao cho có được gói quà ấy để thỏa mãn điều mà chúng ưa thích say mê. Hoặc ví như bà mẹ sinh ra được một đứa con thì bà mừng quá, cho nó là thật của mình. Mỗi năm làm tiệc sinh nhật để mừng, không dè nửa chừng nó bệnh, chết và phải đem chôn. Thế thì sự mừng ấy là gốc của sự khổ. Thân đã khổ lại chồng thêm sự khổ khác bên ngoài của đứa con đem đến hay sự mất mát bên ngoài đem đến nên là khổ khổ.

Hoại khổ: Chúng ta nói buổi tiệc văn nghệ vui quá! nhưng Phật bảo là hoại khổ bởi vì niềm vui sẽ phôi phai. Sự buồn khổ xuất hiện ngay khi tiệc vui vừa dứt hay khi gói quà quý giá biến mất. Sáu căn cả ngày tìm đòi sự ưa thích trong khi cái thân đã khổ mà lại còn có những cái khổ bên ngoài chồng chất vì mất niềm vui, cho nên Đức Phật gọi là hoại khổ vì chúng ta mong muốn có niềm vui ấy mãi mà không có nữa nên sự khổ xuất hiện.

Hành khổ: Khi chúng ta đứng ở cửa sổ và ngó ra ngoài bầu trời, thấy phong cảnh cây cối bên ngoài, chúng ta cảm thấy không bận lòng gì cả, không khổ cũng không vui, Đức Phật bảo cảm giác đó là hành khổ, tức là si thọ. Hành là đang đi về sự khổ, vì là si nên vẫn cứ tưởng thân mình là thật, cảnh là thật, chứ không biết thân này là đồng đất đứng đầy thôi, cảnh cũng chỉ là bóng ảnh của nhãn thức vô thường sanh diệt. Tất cả chỉ là tuần nghiệp giả hiện, chứ không thật. Chúng ta ăn quả ổi thấy ngọt ngon nên thích lắm. Thế là khởi lạc thọ nhưng nếu chúng ta quan sát thấy

quả ôi và cây ôi là cái gì? là đất. Chúng ta quăng quả ôi xuống đất một thời gian thì hạt ôi mọc rễ bởi nó là đất. Tương lai cây ôi già chết thì nó cũng tan ra thành đất, trong ôi có nước nên ôi mềm và vắt ra sẽ có nước mật ôi, tức là có nước. Trong đó có màu xanh, màu đỏ là ruột ôi, là do ánh sáng mặt trời chiếu vào cho nên nó có hơi ẩm và cấu tạo với những chất của ôi tạo thành những màu hồng hồng như thế. Mặt trời tức là hơi ẩm là lửa. Rồi có gió, không khí để ôi hít thở và nhà khí oxy nên chung quy ôi cũng là đất nước gió lửa, chứ nó không phải là quả ôi thật. Bây giờ chúng ta đứng dựa cửa sổ, nhìn vào cảnh bình thường, chúng ta vẫn cho cây ôi là cây ôi, cây quít là có thật cây quít. Chúng ta đang đứng đây thì vẫn thấy là mình đang bình an đứng nhìn đây. Như thế là chúng ta đang huân tập sự ngu si vì cho những cái hư vọng là thật. Do cho hành khổ là thật, chứng tỏ chúng ta mê muội nên chúng ta sẽ đi về cảnh khổ, vận hành của khổ, cho nên Phật gọi là hành khổ.

Vì sao khi chúng ta cảm giác không khổ, không vui thì Đức Phật bảo đây là hành khổ? Hành nghĩa vận hành, là đang đi dần đến sự khổ. Vì cho có thân chúng ta, có quyền sách và có việc đang viết sách là thật. Như thế gọi là si thọ và si thọ này đang đưa chúng ta đến cái khổ, bởi lẽ do chúng ta không chịu tỉnh ra, không chịu tu các pháp quán để mở trí tuệ. Giờ phút này huân tập sự ngu, chốc nữa lại ngu, cứ như thế vun trồng sự ngu si mà đã ngu si thì sẽ đi về đường khổ, làm sao làm thánh, làm hiền, làm Phật tử được. Thế cho nên gọi là hành khổ nghĩa là mình đang đi

đến cái khổ đầy và bởi vì chúng ta cứ huân tập cái ngu si ấy. Thân đã khổ lại còn ngu si lãnh thọ. Đã ngu si thì kết quả không có bao giờ tốt cả. Người mà hằng ngày huân tập cái ngu si, không chịu quán sát để tỉnh ra thì cứ đi dần về đường mê, đường khổ.

Trong A-hàm, Đức Phật dạy muốn cho chánh pháp tăng trưởng, những ai là đệ tử của Phật thì phải tập thấp đước lên mà đi, nghĩa là phải khai mở trí tuệ của mình ra, phải tu các pháp quán, chuyên cần mà quan sát, để diệt trừ những tham ưu, khổ não trên đời. Tập quán như thế thì mới là đệ tử Phật. Nếu mà không quán thì không nhận là đệ tử của Đức Phật.

## **2. BA MINH VÀ CHÍN ĐỊNH**

Kinh Tam Minh (Trường A Hàm, số 26), Kinh Sa Môn Quả (Trường A Hàm, số 27), Đức Phật giảng về Ba minh như sau:

Tri là biết và kiến là thấy. Người có tri kiến là người thấy biết đầy đủ, người có trí tuệ, là bậc tối thượng, siêu vượt hết cả mọi người. Bậc tối thượng là bậc được lậu tận trí, sạch hết những lầm mê, rửa sạch tâm mình. Lậu là khiến phải đọa lạc, rơi rớt. Có trí tuệ là chúng ta đã rửa sạch những lầm mê để không phải đọa lạc nữa. Muốn có trí tuệ, chúng ta phải tu định tâm. Đó là mục đích đệ nhất của A-hàm. Đức Phật khuyên chúng ta không khoe bày những sự tài giỏi của thân thông, những khổ hạnh hành xác để mọi

người thấy lạ rồi người ta khen là tài giỏi, rồi người ta cúng dường. Đây không phải là mục đích, không phải là trí tuệ.

Tại sao muốn có trí tuệ phải tu định tâm? Bởi vì bản chất của chúng ta là giác tính, là trí tuệ, chỉ vì mê muội theo đường sanh tử nhận đất nước gió lửa này là thân mình. Rồi từ đấy cứ huân tập mãi những tham, giận, sân, si, mạn, nghi, tà kiến. Chúng ta còn ham thích đi chơi, còn ghen ghét ganh tỵ, còn tranh hơn tranh thua; những loại tâm này sẽ đưa chúng ta đi vào bào thai nên gọi là lậu. Bây giờ có trí tuệ làm cho tâm mình sạch những phiền não, buông lung phóng túng ấy đi, biết chúng là hư vọng. Những lúc chúng ta bực bội tức tối thì đừng nhận những tức tối bực bội là mình, biết đây là cái đọa lạc. Chúng ta phải khởi trí tuệ soi những cái ấy làm cho chúng tan sạch đi. Các thứ hư vọng huân tập mãi từ vô thủy đến nay, rồi mê cứ đi mãi trên đường mê, cho nên bây giờ cần an định tinh thần.

Chúng ta vâng lời Đức Phật dạy phải ở nơi thanh vắng, an định tinh thần. Cần phải an ổn trí tuệ, an định tinh thần bởi vì mục đích của Phật là đem ánh sáng trí tuệ soi lại mình, để gột rửa những lầm mê từ vô thủy đến giờ của chúng ta. Đạo Phật khác đường lối của những nhà ngoại đạo. Các ngoại đạo lỏa thể thì sống trần truồng và nằm trên những đống gai để gai châm mình, đứng một chân giữa trời trưa nắng, ngày ăn một hạt mè, để cho thiên hạ ca ngợi khen mình. Đây vẫn là những cái chạy theo hư danh, cầu bên ngoài. Cho nên Đức Phật khuyên chúng ta ở chỗ

vắng, an định tinh thần, nhìn lại mình và lọc cho sạch những gì có thể lôi mình đi vào đường đọa lạc. Vắng lời Phật và làm những việc mà Phật đã dạy. Có nhiều vị nguyện ở trên núi chuyên tu cho đến lúc chết rủ, chết rục thì thôi. Quyết tâm tu an định ở chỗ vắng là điều quý, nhưng phải có pháp của Phật, phải học Phật pháp, rồi phải thực hiện những gì đã học. Vậy điều quan trọng là có pháp của Đức Phật, chứ không phải cứ ở chỗ vắng mà thành Phật được, chứ không phải ở núi rừng tu rục gọi là tu theo đạo Phật thì không phải, phải có Phật pháp hướng dẫn.

Đừng cầu danh, đừng cầu lợi. Đừng chạy ra bên ngoài mà cầu. Hãy quay trở về mình, rồi cứ theo phương pháp của Đức Phật dạy để loại trừ tham sân thì sự ngu mê dần dần tan đi. Như thế, an định cho đến ngày lậu tận, chúng được tam minh.

Minh là sáng. Muốn tuệ sáng thì tâm phải an định. Định mà không tuệ là si định. Định mà sáng suốt nên gọi là tuệ định. Ví là ngọn đèn, nhưng ngọn đèn không có tí gió và tí lay động nào hết, nên đèn tỏa ánh sáng rất xa. Còn đèn mà trước gió loạn động thổi phía này, phía kia thì ánh sáng cũng nhảy múa không sáng. Tâm chúng ta cũng thế cũng sáng biết hết sự việc này đến sự việc kia, tâm biến hóa suốt ngày theo sáu trần như ngọn đèn treo trước gió. Khi gió thổi lung lay như vậy thì đèn không đủ sức sáng của nó. Phải định yên thì mới sáng. Cũng thế như tấm vải trắng, nếu có vết nhơ thì không gọi là trắng mà sạch hết vết bẩn thì gọi là trắng tinh.

Vị tỳ kheo phải luyện tâm tới trình độ định tuệ cân phân, cả hai thứ cùng hoàn mãn cả. Với định tuệ như thế thì vị ấy tu các thánh pháp dễ lắm và mới nói chuyện tu được các pháp của Đức Phật, còn tâm của chúng ta vừa không có định và không có tuệ. Cho nên chúng ta phải bắt chước các bậc thánh và phải tu cho đến trình độ này. Thanh tịnh phải cho tới định tuệ như thế này, như ngọn đèn đứng gió hay như tấm vải trắng không còn vết nhơ. Tâm của vị này không vướng mắc một cái gì, vui buồn thị phi, hoàn toàn không bận lòng mà đạt được một sự khinh an và hỷ lạc của an định. Đây là thứ vui vi diệu của tâm định tuệ. Phải biết niềm vui này là vui lắm và vui cùng cực, chứ không phải cái vui bình thường hàng ngày như chúng ta. Tuy có được niềm vui ấy, nhưng các bậc thánh vẫn không tự cao, không vướng mắc chấp thủ, không bận lòng, không lay động nên đèn tuệ càng sáng và tấm vải càng trắng.

Đạt tới tứ định, tứ thiên (sơ, nhị, tam, tứ thiên) và nếu vị tỳ kheo còn tiến nữa lên tới chín lớp định (Sơ, nhị, tam, tứ thiên, Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tưởng phi phi tưởng xứ và Diệt thọ tưởng định); định thứ chín là Diệt thọ tưởng định thì mới hoàn toàn tiêu tham sân si. Tỳ kheo xả mừng vui, diệt ưu khổ thì như tấm lụa trắng trùm chúng ta từ đầu đến chân, thấy toàn là lụa trắng cả. Nhìn vào thấy toàn là một khối trắng xóa, không có vướng một chút màu khác lẫn vào. Màu trắng đây là toàn định ví cho tâm thanh tịnh hoàn toàn không có vướng

hay le lói một tâm niệm xấu nào len vào cả, dù chỉ gợn một chút nhơ cũng không có.

Đền là ví cho tuệ mà tuệ ở trong định. Một sự tĩnh lặng hoàn toàn. Đây là sự định hoàn toàn ở nơi thanh vắng mà có. Chúng ta thấy hầu hết ở cuối mỗi bài kinh A-hàm là Đức Phật đều khuyên ở chỗ thanh vắng mà tìm sự vui trong tâm định tuệ của mình. Đây là tâm hoàn toàn sáng suốt. Đừng ham những sự vui hảo huyền bên ngoài mà hãy trở về tìm niềm vui bên trong của mình. Đây mới thật là niềm vui mà các bậc thánh hiền thường khen ngợi.

Chúng ta thì tưởng phải đợi ai cho chúng ta một tiếng khen, đi ăn mày một tiếng khen thì chúng ta mới được an vui hoặc ai cho mình nhiều quà cáp hay tiền bạc thì mình mới vui. Ở đây, nhiều lần Đức Phật nhắc phải buông những thứ ấy, nghĩa là chúng ta phải trở về với mình. Trở về về mình thì sẽ có những niềm vui chân thật tức chuẩn bị để bước lên làm hiền làm thánh.

Tỳ kheo nương vào lực của chín định này thì đạt được ba minh. Minh là sáng suốt. Vị ấy được ba cái sáng suốt là: Thiên nhãn minh (có thể thấy được thông suốt), lậu tận minh (không còn rơi xuống cõi sanh tử nữa) và túc mạng minh (có thể biết rõ kiếp trước).

1) Thiên nhãn minh là được mắt sáng thấy rõ trên từ khắp 33 cõi trời, thấu xuống thập phương địa ngục thấy người làm ác thì sẽ đi về đường khổ của địa ngục, ngã quỷ, bàng sanh; người làm thiện thì sẽ lên cõi trời, cõi

người. Vị này trông thấy đường đi của thiện và ác rõ ràng như vậy. Còn chúng ta bây giờ mờ mịt bị sắc ngăn che, chỉ thấy tường vách. Chúng ta bị mê nên mới nghe pháp ngày hôm qua, hôm kia thôi thì hôm nay là đã quên rồi và cái thấy của chúng ta cũng chỉ giới hạn trong khuôn khổ của bốn vách tường, chứ không nhìn thấy xuyên suốt được. Còn đàng này, các bậc thánh sáng suốt thấy xuyên cả trên trời và địa ngục; thấy khắp tất cả, từ việc lớn đến việc nhỏ. Khả năng thấy được như thế thì biết vô minh của các ngài đã tan đi rất nhiều. Không phải các bậc thánh ước lượng suy đoán mà các ngài đã thấy nhân quả báo ứng rõ ràng như thế. Chẳng những Đức Phật mà ngay những vị chúng A-la-hán thì cũng có thiên nhãn như thế rồi. Cho nên các ngài nói sự thật chứ không phải chỉ để dọa cho chúng ta sợ. Hễ chúng ta còn ăn cắp thì còn làm con trâu kéo cày trả nợ. Mắt trời của các ngài trông thấy rõ như thế thì các ngài nói, cho nên gọi là minh, là sáng. Bởi vì hết vô minh rồi thì minh hiện, sáng hiện lên. Do sáng hiện lên thì con mắt sáng suốt thấy biết được các thứ trên trời đến địa ngục.

2) Lậu tận minh: lậu là rơi lọt xuống, tận là dứt hết, không còn nữa, minh là trí sáng. Lậu tận minh là có trí sáng trừ si ám nên không còn rơi lọt vào sanh tử nữa. Bây giờ chúng ta diệt những lậu tham sân si, tức là khi tâm mình khởi lên những ham thích tiền bạc, áo đẹp, đi chơi, thích được người ta khen thì biết ngay những cái này là đọa lạc, phải vội vàng mà trừ nó đi. Đừng có nhận tội thích, tội ưa, phải biết đó là những cái đưa mình đi vào bào



thai tái sinh luân hồi. Hoặc khi có những khó chịu, bực tức khởi lên thì đừng nhận là ‘Tôi đang bực mình khó chịu’ mà biết đây là những hư vọng không phải tâm mình. Phải có trí tuệ đoạn cho hết những đọa lạc trong tâm mình.

Người chứng được lậu tận mình là người có trí tuệ thấy sanh nơi này và chết nơi kia. Như thấy mọi người đang ngồi đây kiếp sau sẽ đi về đâu, sẽ sanh lên các cõi trời, cõi người, a-tu-la hay đọa làm loài súc sanh, loài ma quỷ, địa ngục theo nghiệp của từng vị. Y theo từng người mà biết được sẽ sanh về đâu. Vị này được trí tuệ vô lậu. Vô là không, lậu là lọt xuống. Như rót nước thì nước chảy giọt, rơi lọt vào lòng của cái ly. Người hữu lậu tức là người còn bị đọa lạc, lọt vào vòng sanh tử, còn những bậc thánh lậu tận là có trí tuệ vô lậu thì vĩnh viễn không bị lọt vào đường sanh tử nữa.

3) Túc mạng minh: mạng là thân mạng, tức là quá khứ, nên túc mạng minh nghĩa là thấy biết rõ kiếp trước. Vị ấy biết được đời trước của mình là ai, tên họ là gì, thuộc gia đình nào, sinh sống bằng nghề gì, khổ vui, thọ mạng thế nào. Ví dụ kiếp trước vị ấy làm con bò ở Ấn Độ thì con bò hình dáng ra sao, sống ở đâu, ăn uống, khổ vui, làm việc cực nhọc và thọ mạng thế nào. Có kiếp chúng ta ở cõi người, có kiếp ở loài vật, ở cõi ma quỷ và nhiều cõi khác. Các bậc thánh hiền có túc mạng trí đều thấy hết và biết hết mỗi mỗi kiếp chúng ta ra làm sao, trôi nổi trong sáu cõi thế nào.

Chúng ta vì mê muội nên chun vào tử cung mẹ, uống máu như bản trong bào thai, ra ngoài tử cung thì quên hết, quên những kiếp trước và ngay kiếp vừa rồi của mình, cũng quên sạch. Tu tập Tứ niệm xứ và giới định tuệ như trong A-hàm Đức Phật đã dạy thì chúng ta liền hết mê, tỉnh ra nhớ được quá khứ của mình tức là có được trí túc mạng minh biết nhiều kiếp trước của mình và người. Người trí tuệ là người không có nuôi những sự như xấu trong tâm. Xuất gia là lìa bỏ gia đình tức là lìa bỏ tham sân si. Đến chùa giữ giới luật nhưng như thế vẫn chưa là giới hạnh đâu, phải có đủ bốn thiền, chín thiền mới thật là người giới hạnh. Dù chúng ta học giới luật tỳ kheo hay tỳ kheo ni, hay thập giới, ngũ giới của các Phật tử, dù là chói sáng thi-la (giới luật) của bậc xuất gia và tại gia đi nữa mà nếu chúng ta chưa tu được định sở tức (hơi thở), quán Tứ niệm xứ để soi lại tâm mình, để thanh lọc cho tiêu từng tâm niệm tham sân si thì như thế chưa gọi là thiện, chưa gọi là lành.

Khi nào năm ám của chúng ta không còn sắc chất của cõi dục giới nữa, da thịt xương hoàn toàn là người của sắc giới rồi thì khi ấy hy vọng chúng ta có thể có các trí này. Còn sắc chất của dục giới thì hãy còn là dục tham muốn thì chưa gọi là thanh tịnh, chưa hoàn toàn chuyển được năm ám. Chúng ta phải tu quán hơi thở, quán Tứ niệm xứ soi lại, lọc cho sạch không còn những tham sân si hư vọng nữa, chế ngự được tham sân si, ngày nào chúng ta được

lậu tận trí này thì chúng ta mới lọc sạch được dục chất, dục tâm của chúng.

Các ngài do tâm định, trí sáng nên được ba minh Thiên nhãn minh, Lậu tận minh và Túc mạng minh này. Chúng ta hãy chịu khó tu hành thì tương lai sẽ được ba minh như vậy, nhưng Đức Phật khuyên chúng ta đừng mong cầu những thần thông ba minh như vậy để khoe với mọi người là mình tài giỏi hơn người mà chỉ nên thẳng đường, chánh niệm chuyên tu cầu giải thoát giác ngộ, thoát luân hồi thôi. Trong đạo Phật có các vị sa-di tuy nhỏ mà đã có lực định và chứng thần thông.

Như có chuyện kể có một vị sa-di chứng quả Tư đà hoàn và người ta để ý vị sa-di này khi đi qua đàn kiến hay đi qua vũng nước có trùng thì chân liền nhấc bổng lên khỏi hư không khoảng 10 phân (1 tấc). Nếu vị sa-di này cuốc đất thì không bao giờ tổn thương đến thân mạng trùng kiến; kinh gọi là “Đạo lực nhậm vận ly ngộ sát” tức người ngộ đạo thì không bao giờ có việc ngộ sát tức lỡ sát hại. Nếu các ngài vô tình đến chỗ có đàn kiến thì tự nhiên chân nhấc bổng lên, không có dẫm vào chết một con kiến nào. Đây là điểm đầu tiên của bậc siêu phàm, các ngài không bao giờ ngộ sát. Các tỳ kheo 30 hạ cũng không dám ngồi trước hay đi trên những vị sa di chứng thần thông này dù là theo thứ tự hạ lạp thì chú sa-di nhỏ phải đi sau các thầy tỳ-kheo.

Một chuyện khác nữa là vua A-dục khi thâm nhập Phật pháp rồi lập nguyện đánh lễ tất cả các vị xuất gia mà vua

được diện kiến. Một hôm vào rừng vắng gặp một chú sa-di nhỏ đang kiếm củi. Vua chân thành cung kính đánh lễ rồi dặn dò chú sa-di rằng: ‘Tôi lạy thầy vì tôi có cái nguyện đó, nhưng xin thầy đừng nói cho ai biết vì tôi là vua của thiên hạ mà lại đi lễ một người tầm thường thì trong triều đình nghe được sẽ can ngăn, không đồng ý’.

Thầy sa-di vui vẻ gật đầu và bước vào bình nước, rồi lại đi ra khỏi bình. Chú đi ra và vào bình nước như thế ba lần và chú dặn vua A-dục rằng: ‘Bệ hạ đã thấy tôi đi ra đi vào bình nước như thế thì thấy nhưng đừng có nói cho ai biết. Bởi vì những vị chứng quả thì không có bao giờ được phép khoe khoang. Nếu phô trương ra ngoài thì phạm giới, nên xin Bệ hạ đừng có nói cho ai biết’. Vua A-dục kinh ngạc không ngờ một chú sa-di trông bên ngoài tầm thường mà lại là một bậc thánh chứng thần thông như thế, nên vua càng lạy nhiều nữa và xin sám hối vì mắt phàm phu không thấy được những việc này.

Lại có chuyện kể các chú sa-di xuống sông tắm và nghịch đùa với nhau rất vui. Từ trên lầu cao, vua Ba-tư-nặc nói mĩa với Mạc-lợi Phu Nhân là: ‘Thầy của phu nhân đây!’ vì hoàng hậu hay đi chùa và rất kính ngưỡng chư tăng. Bỗng các chú sa-di rủ nhau lên bờ đắp y áo chỉnh tề, ngồi kiết già và để bình bát trước mặt. Tự nhiên lúc đó các bình bát bay lên hư không xếp thành hàng như những bông hoa mùa lượn rồi lại trở về chỗ cũ. Vua thấy như vậy hết dám khinh mạn, khởi tâm kính trọng và sám hối. Lúc ấy

hoàng hậu Mạc Lợi thấy thế liền nói rằng “Bệ hạ thấy không, Thầy của tôi đây”.

### **3. BA THỪA: NHÂN THỪA, THIÊN THỪA VÀ THANH VĂN THỪA**

Chúng ta ngày xưa làm thân gì thì không rõ chỉ biết ngày nay vẫn y nguyên trong vòng sanh tử. Nếu không cố gắng thì làm sao thoát cái vòng lẩn quẩn vô lượng kiếp? Vòng hoặc nghiệp khổ này cứ mãi xoay tròn. Nay chúng ta học Phật mà vẫn chưa nắm vững được lối ra, sau này đến thời mạt pháp rồi thời diệt pháp thì làm sao chúng ta gặp Phật pháp. Các bậc thánh hiền học tới đâu, thực hành tới đó nên ngay đây có kết quả. Còn chúng ta đói mà không ăn, trở thành bánh vẽ. Chúng ta học rất nhiều nào là Giới định tuệ, Tứ đế, Ba mươi bảy phẩm trợ đạo, Tam minh, Ba thừa... như người lượm được số tài chánh của đại gia giàu có, thế nhưng mà chúng ta không có đồng bạc nào. Chúng ta vẫn khổ vì sanh già bệnh chết và vẫn nghèo nàn vì kém phước báo và trí tuệ.

Chúng sanh trong sáu đạo chỉ có cõi trời, cõi người là tạm đỡ khổ, có khả năng tu đạo xuất thế, còn các cõi khác là khổ, không có khả năng tu tập. Cho nên trong A-hàm, Đức Phật dạy có ba thừa: Nhân thừa dạy giữ năm giới để bảo vệ, trở lại thân người, biết tu tập để bước lên nấc thang xuất thế. Thiên thừa dạy thập thiện, bốn định, bốn vô lượng tâm để được lên cõi trời. Thanh văn thừa tu Tứ đế và Mười hai nhân duyên để giải thoát sanh tử.

#### **4. BẢY ĐIỂM QUAN YẾU ĐỂ NGÔI TAM BẢO ĐƯỢC HƯNG LONG**

Kinh Du Bộ (Trường A Hàm, số 2) tường thuật câu chuyện vua A-xà-thế, nước Ma Kiệt Đà muốn chinh phục nước Bạch-kỳ xây đại thành đến thỉnh ý Thế Tôn. Lúc đó, Đức Phật không có khuyên vua là nên chinh phục nước Bạch Kỳ hay không, bởi vì nếu Phật bảo vua đi chinh phục nghĩa là đánh lấy nước Bạch-kỳ thì sẽ gây nên cuộc chiến tranh thảm khốc, sẽ có bao nhiêu người dân vô tội bị chết, bao nhiêu sự tang thương đẫm máu, rồi lại sinh ra nhiều chuyện hận thù lẫn nhau không dứt. Còn nếu Phật bảo họ đừng đánh nhau thì chưa chắc vua quan triều đình sẽ chịu nghe theo. Thế cho nên, Đức Phật mới bảo các sứ thần của Vua A-xà-thế cứ ngồi yên đấy để nghe cuộc pháp đàm hay vấn đạo giữa Đức Phật với tôn giả A-nan thôi và khi nghe xong thì chính sứ thần và vua A-xà-thế là người quyết định cho việc xâm lăng này hay không? Cuộc pháp đàm như sau:

Đức Phật bèn hỏi tôn giả A-nan rằng, A-nan có nghe ở xứ Bạch Kỳ có bảy việc như sau:

1) “Người có nghe dân nước Bạch-kỳ thường nhóm họp bàn những sự việc chân chánh không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

Phật nói với A-nan: “Nếu được như thế, lớn nhỏ hòa thuận, nước đó lại càng thịnh vượng; nước ấy sẽ an ổn lâu dài, không thể xâm hại được.

2) “Này A-nan, người có nghe người nước Bạt-kỳ vua tôi hòa thuận, trên dưới kính nhường nhau không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

3) “Này A-nan, người có nghe dân nước Bạt-kỳ thường tôn trọng pháp luật, hiểu điều cấm kỵ, chẳng trái lễ độ không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

4) “Này A-nan! Người có nghe dân nước Bạt-kỳ hiếu dưỡng cha mẹ, kính thuận sư trưởng không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

5) “Này A-nan! Người có nghe dân nước Bạt-kỳ thường tôn trọng tông miếu, kính nể quỷ thần không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

6) “Này A-nan, người có nghe dân nước Bạt-kỳ giữ gìn khuê môn trinh chính, thanh khiết, không bậy bạ, cho đến sự vui đùa, nói năng cũng không tà vạy không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

7) “Này A-nan, người có nghe dân nước Bạt-kỳ tôn thờ Sa-môn, kính người trì giới và thân cận ủng hộ chẳng biếng nhác không?”

A-nan đáp: “Con có nghe.”

“Này A-nan, nếu được như vậy thì nước đó càng thêm thịnh vượng và yên ổn lâu dài, không thể xâm hại được.”

Bấy giờ, Đại thần Vũ-xá liền bạch Phật: “Nhân dân nước kia nếu thi hành có một điều còn không mong gì thắng họ, huống nay họ đủ cả bảy điều. Vì việc nước quá bận, con xin từ tạ trở về.”

Qua cuộc vấn đáp Đức Phật cho thấy nước Bạch-kỳ có bảy điều như sau:

1) Về việc cai trị dân trong nước Bạch-kỳ, mỗi khi có việc gì thì cùng vua quan và dân trong nước cùng nhau bàn thảo với nhau chứ vua không có độc tài, các quan cũng không có quyền riêng mà những chính sách cai trị trong nước là có sự đồng ý chung của số đông tất cả mọi người dân.

2) Trong nước Bạch-kỳ, vua tôi hòa thuận trên kính dưới nhường.

3) Toàn thể dân chúng Bạch-kỳ biết lễ độ, tôn trọng và giữ gìn luật pháp của nước Bạch-kỳ.

4) Trong nước dân chúng được giáo dục chu đáo. Các con cái biết hiếu dưỡng với cha mẹ, kính thuận với các bậc sư trưởng.

5) Người dân rất tôn trọng các tôn giáo và tin tưởng trên thì có thánh hiền, dưới thì có quỷ thần cho nên họ biết kính trọng các đền miếu và chốn chùa chiền tôn nghiêm.

6) Các người nữ khuê môn trình chính, nghiêm chỉnh thanh khiết, không có giỡn cười và thực hành các tà hạnh.



7) Người dân biết phụng thờ và ủng hộ chư tôn đức tăng ni xuất gia tu đạo.

Ấy là bảy tinh thần sống hòa hợp và biết trọng lễ nghĩa của dân nước Bạch-kỳ. Khi nghe đến đây, vị quan tham sứ được gọi đi sang nước Ma-kiệt-dà để hỏi ý kiến của Phật liên bạch Phật là nếu mà dân Bạch-kỳ chỉ có được một trong bảy tinh thần sống như trên thì người ta cũng là một nước văn minh hùng mạnh rồi, huống chi dân Bạch-kỳ có cả bảy điều ấy thì vua A-xà-thế khó đánh thắng được một nước có sức hòa hợp và tổ chức việc quốc sự tốt như thế. Vậy thì vua A-xà-thế nên rút lui chiến thuật chinh phục và không nên đem quân sang đánh nước Bạch Kỳ nữa. Nhân cơ hội này, Đức Phật mới dạy các tăng ni bốn phạm phải học và phải thọ trì thực hiện bảy điểm này khiến ngôi Tam bảo (Phật, pháp, tăng) không bị tổn hoại ở thế gian. Nếu chư tôn đức tăng ni tu bảy điểm này thì ngôi Tam Bảo sẽ hưng thịnh và sẽ là nơi nương tựa của tất cả thế gian.

Ứng dụng bảy điều của người dân Bạch-kỳ như trên, đối với nhà chùa thì bảy tinh thần sống hòa hợp đó được thực hiện như sau:

1. Trên dưới, trẻ già hòa thuận và tôn trọng lẫn nhau

Trên thì có vị thầy hay sư cô trụ trì, rồi đến phó trụ trì, rồi đến các vị dưới thứ tự kế tiếp đều phải sống hòa thuận. Đức Phật dạy tất cả chúng ta trong cuộc sống hàng ngày phải có trên dưới trẻ già. Ai cũng có bốn phạm đối với từng người mà phải hòa tôn trọng lẫn nhau để ngôi Tam Bảo

được vững và được hưng thịnh ở thế gian. Trong gia đình cũng vậy phải có hòa thuận thì mới yên ổn hạnh phúc. Nếu trong một tập thể mất chữ thuận thì không còn chữ hòa, mà đã không hòa thì phải nát. Nếu đã nát, đã vỡ thì gia đình, tập thể Phật tử hộ pháp, tăng già chư tăng sẽ tan rã thì ngôi Tam Bảo không thể đứng yên. Thế cho nên mỗi người muốn cho ngôi Tam Bảo được hưng long thì phải dẹp mình đi, quên mình đi mà thuận hòa với mọi người, thuận chịu mọi người thì đoàn thể của chúng ta mới bình yên được. Đoàn thể của mình bình yên, tăng ni mà được bình an thì mới có người giảng dạy Phật Pháp rồi ngôi chùa mới có người trông nom thì thập phương Phật tử đến lễ chùa, người ta có việc gì cần nhờ giúp thì người ta mới có nơi nương tựa tinh thần.

i. Tam bảo là nơi nương tựa

Tam Bảo (Phật, Pháp, Tăng) là nơi nương tựa duy nhất của thế gian để giải thoát mà nếu bây giờ nơi nương tựa duy nhất ấy lại tan vỡ, lại bất hòa thì làm sao mà thế gian có nơi nương tựa hoặc chúng hộ pháp mà tan vỡ, bất hòa thì làm sao hộ trì cho tăng già? Cho nên nếu có người cố ý phá sự hòa hợp trong tăng già thì tội mà phá chữ hòa nặng lắm. Chúng ta phải cẩn thận, luôn luôn tùy thuận trong huynh đệ, trong gia đình và tập thể của mình, phải dẹp mình lại. Chúng ta định làm một việc gì đó mà trong ban tổ chức không bằng lòng thì chúng ta phải tùy thuận không làm. Chúng ta muốn nghỉ trong phòng nhưng huynh đệ không vui thì chúng ta hòa đi cùng chị em là Phật sự, làm

sao để bảo hộ sự vui vẻ trong trong tập thể huynh đệ, trong gia đình, chứ đừng có khơi lên, đừng bới ra những rắc rối, những mệt nhọc làm sút mẻ hòa khí. Hoặc mỗi khi chúng ta thấy khó chịu trong lòng và gương mặt lâu bầu, chúng ta tưởng là tâm mình không ai biết, nhưng chúng ta không ngờ chúng ta làm không khí của cả đại chúng cũng xì theo mặt của chúng ta, khiến những người chung quanh người ta mất cái vui, khiến chúng quanh đại chúng bận lòng thì chúng ta cũng vì đại chúng mà nén sự buồn riêng của mình. Còn như thấy đại chúng hiện tướng hoan hỉ vui vẻ, thế là mình cũng hòa vui theo. Cúng dường ngôi tăng bảo tức là cúng dường niềm vui cho các vị tu sĩ chung quanh chúng ta đây. Cúng dường sự an ổn, sự vui mừng này cho chúng tăng, công đức lớn lắm, có thể tiêu được những tội hết sức nặng của chúng ta. Chúng ta vui vẻ cúng dường sự an vui trong chúng thì phước đức lớn bằng ngàn nào. Ngược lại, nếu chúng ta phá sự hòa hợp và an vui trong chúng thì tội cũng nặng biết ngàn nào.

Như vậy, thứ nhất là trên đối với dưới, già đối với trẻ, cả trên cả dưới, cả già cả trẻ phải hòa thuận tôn trọng lẫn nhau, không những là tôn trọng mà còn phải hòa thuận. Tại làm sao chúng ta phải tôn trọng quý thầy, quý sư cô? Vì tất cả đây là ngôi Tam Bảo, vì suốt ngày chúng ta tụng kinh. Sau cuối mỗi thời kinh, chúng ta đều quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng. Chúng ta quy y từ thâm tâm, chân thành quy y chứ không chỉ tụng trên đầu lưỡi theo bài kinh. Chúng ta ai cũng muốn chân thành tu học cho nên

chúng ta thành thật đối trước ngôi Tam Bảo mà tha thiết bạch rằng: “Con xin suốt đời quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng”. Quy y nghĩa là quay về nương tựa. Vậy thì Tăng là nơi chúng ta nương tựa mà Tăng là ai? Chính là quý thầy, quý sư cô! Chúng ta đã nguyện quy y Tăng thì các ngài là nơi chúng ta nương tựa, thế thì chúng ta có cần tôn trọng tăng già. Không phải chúng ta chỉ có nương tựa quý Hòa thượng, quý thầy thôi mà quên nương tựa quý sư cô. Phải nương tựa tất cả, vì quý thầy và quý sư cô cũng là tăng. Chính nghĩa chữ ‘Tăng’ là một đoàn thể từ bốn người trở lên gọi là Tăng chứ không phải một người mà gọi là Tăng. Bây giờ người ta trông thấy một vị tỳ kheo người ta cứ gọi là Tăng, cũng đúng, ngoài ra ‘tăng’ còn có nghĩa là tăng già. Bốn người trở lên mới được gọi là Tăng, nghĩa là một đoàn thể. Thế thì tuy đây là những chú sa-di hay sa-di-ni nhỏ nhưng mà lại là phần tử của đoàn thể Tăng này, vừa là phần tử hiện tại của đoàn thể mà rồi những người già, đã già thì sẽ suy, đã suy thì yếu, đã yếu thì tàn. Nếu không có những người trẻ lớn lên để tiếp nối thì ngôi Tam Bảo sẽ không còn ở thế gian. Thế cho nên, tất cả những người trẻ chính là người chính, là niềm hy vọng, là sự chờ đợi của tất cả mọi người, cho nên lại càng tôn càng quý, càng mong mỏi nhiều. Đó là điểm thứ nhất Đức Phật dạy cho chúng ta để xây dựng ngôi Tam Bảo ở thế gian. Chúng ta học, nghe ở tai, để vào lòng, rồi thực hiện trong đời sống của chúng ta hàng ngày.

## ii. Hòa

Chúng ta phải nhớ hòa thuận, cả trên lẫn dưới, cả trẻ lẫn già đều học hai chữ: hòa và thuận. Tập không có lòng bùng bực bội, cau có gây sự với nhau. Cứ mỗi một tháng, chùa có hai kỳ sám hối, nếu miệng của chúng ta không hòa, hay nói những lời chọc tức hỗn hào, khiến người bực bội, đây là tội từ cái miệng không hòa. Còn thân không hòa là chúng ta lấy cùi chõ hích người bên cạnh một cái, hoặc là nhún vai khinh khỉnh không nghe lời hoặc là bĩu cái môi ra thật dài một cái, hoặc là con mắt lờm người khác như thế là hiện lên thân tướng không hòa. Còn tâm hể lâu bầu bực bội tức tối thì hiện tướng khó chịu ở khuôn mặt. Cho nên, chúng ta phải sám hối và tập sống hoan hỷ vui vẻ để những người chung quanh ta mát dạ hài lòng như thế thì sẽ hòa vui đại chúng và bản thân chúng ta cũng sẽ được tăng trưởng phước báo.

## iii. Thuận

Các vị trong chùa hay tập thể sắp xếp chúng ta làm việc gì thì chúng ta nên vâng lời và tập làm thử, nên vui vẻ tùy thuận để tập thể vui. Rồi huynh đệ tổ chức đi thiền hành ngoài trời chẳng hạn, chẳng lẽ mình ngồi một nơi để làm việc khác, cho nên cũng tùy thuận cùng nhau ra hít thở, thiền hành với huynh đệ để huynh đệ vui lòng, nghĩa là thuận chịu tập thể trong tất cả mọi việc trừ những việc bậy, sai quấy. Chúng ta phải biết phân biệt phải với trái, chánh với tà. Thuận hòa không có nghĩa là nhắm mắt chấp

nhận hết tất cả cái bậy mà trái lại phải bài trừ tất cả những cái không đúng thì sự thuận hòa mới lâu dài và mới còn duy trì được. Cho nên, sự thuận hòa phải có phân biệt minh bạch điều phải và điều trái, cái nào đúng luật đúng pháp lợi ích như thế thì chúng ta mới thuận theo. Còn nếu ai rủ làm việc bậy thì chúng ta phải thành thật nói thật là việc này không nên, việc này sai quấy để cùng nhau đồng ý trong việc lành, việc thiện mà bỏ sự sai quấy đi. Trái lại, nếu mà còn để những sai lầm ở trong tập thể thì sự thuận hòa sẽ bị tan rã ngay, khiến không bền lâu và cũng không phải là cách đúng đắn để hưng long ngôi Tam Bảo được.

Tóm lại, bằng cách nào đó mà trong tập thể, miệng chúng ta lúc nào cũng cười hòa thuận, mắt cũng cười, toàn thân cũng vui vẻ để cho những người chung quanh được hòa ấm vui sống giải thoát với nhau.

2) Công việc Phật, pháp và tăng thì tất cả phải đồng ý cùng làm

Xây chùa, đúc tượng, hay mua các thứ cúng dường trang nghiêm cho Phật bảo gọi là việc Phật (Phật sự). Thờ tả, họa hình Phật, in kinh ấn tống là việc pháp bảo (pháp sự). Cúng dường tứ sự (y phục, sàng tòa, thực phẩm và y dược), xây dựng phòng xá cho chư tôn đức tăng ni ở tu học là việc tăng bảo (tăng sự).

Chúng ta là những vị hộ pháp nên cùng hòa đồng ý tưởng trong cách thức ủng hộ Tam Bảo, chứ đừng có người này muốn làm việc này, người kia muốn làm việc

kia thì không nên. Không nên tỏ dáng bức dọc, phiền nhọc, bất mãn mà hãy tỏ ra sự dịu dàng vui vẻ thuận hòa theo ý kiến chung trong việc duy trì và hưng thịnh ngôi Tam bảo giữa thế gian này.

### 3) Hiểu rõ và tôn trọng giới luật với nội quy

Cái gì là sự khác nhau giữa giới luật và nội quy? Giới luật là lời Đức Phật dạy cách đây đã 2600 năm tức pháp thoại này đã áp dụng trong khắp không gian và thời gian. Khắp không gian là dù chư tăng ni và Phật tử ở Ấn Độ, Hoa Kỳ, Việt Nam hay khắp nơi trên địa cầu đều phải vâng giữ. Khắp thời gian nghĩa là suốt cả 2.600 năm cho đến hôm nay và mãi mãi về sau cứ phải vâng lời những điểm giới luật chính yếu ấy. Nội quy là quy luật riêng của từng địa phương, từng hoàn cảnh ví dụ như ngày xưa ở Ấn Độ thì Phật dạy chư tăng phải đi khát thực nhưng bây giờ ở Việt Nam, Hoa Kỳ thấy không thích hợp với việc này, nên không phổ biến hạnh khát thực nữa. Bởi có những vị sư giả mạo ở các nơi, nên lòng Phật tử không còn tin việc đi khát thực nữa. Do vậy, chư tăng chư ni hòa hợp đồng ý lập ra một nội quy với nhau, để trong một thời gian ấy, ở địa phương ấy, không còn việc khát thực nữa. Lập nội quy là để giúp chúng ta sống thế nào cho hợp với lòng dân và lợi ích cho ngôi Tam Bảo tại khu vực đó, cho nên từng ngôi chùa, từng tập thể, từng địa phương lại có các quy luật riêng phù hợp cho tổ chức của mình.

Chúng ta học giới không được sát sanh, trộm cắp, nói dối, uống rượu và tà hạnh. Chúng ta ngẫm nghĩ tìm hiểu, tại làm sao Đức Phật lại bảo chúng ta không được sát sanh? Nhìn các loài sinh vật như gà, heo, vịt, trâu, bò, chúng ta trầm tư quán xem toàn thân chúng cũng thấy bằng hai mắt như loài người, cũng đang nghe bằng hai tai, cũng ăn bằng miệng, cũng da bọc thịt, thịt bọc xương, trong xương có tủy, cũng ruột, gan, tim, phổi, cũng bộ máy hô hấp, bộ máy tuần hoàn, bộ máy tiêu hóa đó, cấu trúc toàn thân của chúng không có khác với thân loài người. Loài súc vật cũng biết thấy nghe hay biết, cũng biết cầu an tránh khổ như người, tại sao chúng ta nỡ giết nó, bắt nạt nó. Loài người và loài vật chỉ khác nhau một điểm là loài người có phước, còn loài vật thì bạc phước. Chúng ta có phước cho nên cơ thể của chúng ta thuận tiện hơn và làm được nhiều việc hơn loài vật. Chúng ta có hai bàn tay cho nên chúng ta làm cái gì cũng được, còn loài vật thì tội nghiệp như gà, vịt, chim nuôi con thì chỉ có cái mỏ nhỏ để đi bới đi tìm, chúng có cánh nhưng cũng chẳng bế được con của chúng. Tội nghiệp cơ thể của loài vật thiếu phương tiện bởi vì chúng bạc phước. Thế bây giờ chúng ta cậy mình có phước, chúng ta bắt nạt kẻ bạc phước thì cái phước của mình ấy là cái phước thất đức. Đức Phật dạy ‘Phước-Đức’ là hai cái phải đi đôi như chim có hai cánh mới bay được. Hễ có phước và có đức thì phước đó còn hoài cho đến khi thành Phật xài cũng không hết phước đó. Nhưng nếu cái phước mà thất đức như cướp mạng của con



gà, vịt, heo, trâu, bò, tôm, cua, ốc, cá; chúng ta cứa cô, mổ bụng chúng lấy thịt chúng để ăn thì phước mau hết mà tội sát phải mang theo. Chung quy cũng ăn miếng ăn qua cái miệng lưỡi một chút, rồi tuổi già sập đến, cái chết cũng đến, rồi chúng ta phải đi làm con gà, vịt, heo, trâu, bò, tôm, cua, ốc, cá để đền nợ miệng cho thế gian. Chúng ta giết chúng ngày nay thì ngày mai chúng ta lại chịu làm súc vật để cho thiên hạ giết lại. Thế cho nên, người học giới luật hiểu rõ như thế thì một lòng tôn trọng giới luật, một bề vâng lời tuân theo giới luật. Chẳng những với con gà, vịt, heo, trâu, bò, tôm, cua, ốc, cá mà đến con kiến, sâu, trùng, dế, chúng ta cũng không nỡ giết, phải nói là không dám giết vì luật cấm không được làm.

Chúng ta vâng theo giới luật của Đức Phật một cách cung kính nghĩa là dù trước mặt mọi người hay sau lưng mọi người, dù đêm hay ngày, dù ở hoàn cảnh nào, chúng ta cũng không bao giờ được sát sanh, trộm cắp, nói láo, uống rượu, tà hạnh. Con muỗi có đốt chúng ta đau thì chúng ta cũng chỉ xua nó đi chứ đừng có đập. Có vôi đến đâu thì vôi, chứ trông thấy con kiến thì phải né tránh, không được bước lên thân kiến, dẫm đạp cho nó chết. Như thế là chúng ta tuân lời Đức Phật dạy và vì hiểu rõ ý nghĩa của từng giới, cho nên chúng ta vâng theo triệt để với một sự hoan hỷ trì giới tinh nghiêm.

Nói về thế gian, Phật tử phải nương tựa vào ngôi Tam Bảo. Muốn để Phật tử nương tựa thì Phật tử phải tôn trọng, phải kính Tam bảo. Muốn cho Phật tử tôn kính thì phải tự

đáy lòng Phật tử phải tin, phải phục Tam bảo. Cho nên, chư tăng là chúng trung tôn, bậc xuất gia phải giữ gìn giới luật như những bậc gương mẫu và mô phạm. Chúng xuất gia hay tại gia giữ giới luật thiết yếu là để chúng ta cầu giải thoát những quả báo xấu và đứng về ngôi Tam Bảo thế gian là để chúng Phật tử nương tựa vào ngôi Tam Bảo.

Nếu chúng xuất gia đủ giới luật thì mới là người tu đúng pháp. Sống đúng thì khi Phật tử nhìn thấy cái đúng ấy, Phật tử mới mừng rỡ, mới tin, mới kính, mới nương tựa, mới tới bên cạnh để hỏi Phật Pháp, để cầu tu, cầu học để giúp Phật tử tiến lên. Thế cho nên, quý thầy, quý sư cô là hiện thân biểu tượng của giới luật. Giới luật hiện hình lên ở thân tâm của chư tăng ni và Phật tử trông thấy chư tăng ni là thấy giới luật, thấy đường lối nếp sống hiền thánh khiến cho lòng Phật tử mừng rỡ, Phật tử tin, Phật tử kính rồi mới nương tựa tu tập theo được. Cho nên, Đức Phật dạy tất cả tăng ni và Phật tử phải sống đúng pháp đúng luật.

4) Kính phục những vị có kiến thức rộng và có khả năng phục vụ đại chúng

Kiến là thấy, thức là biết. Người thấy rộng, biết rộng, có trí tuệ, khả năng hơn chúng ta, tức là người ta có tài phục vụ được đại chúng. Trong chùa có nhiều ban, những thành viên của mỗi ban là những vị biết phục vụ, biết tổ chức sắp xếp, hy sinh đại lao phục vụ đại chúng. Thế thì đối với những ban phục vụ ấy, chúng ta phải biết kính

trọng và kính trọng người có tâm phục vụ đại chúng, người tận lòng phục vụ đại chúng.

Thế nào gọi là phục vụ đại chúng? Phật tử kính quý ngôi Tam Bảo ở thế gian cho nên Phật tử kính trọng phục vụ, công quả các việc chung của chúng. Phật tử tận tình, hễ có điều gì khó thì Phật tử hết lòng lo giúp đỡ. Hễ việc gì nặng nhọc vất vả nhọc nhằn thì Phật tử cũng không quản công lao nặng nhọc mà lăn xả vào làm như thế gọi là người phục vụ đại chúng. Như ban trai soạn nấu nướng thổi cơm trong chùa, tận tình lo miếng cơm ngon dẻo cho chư tăng ni, nấu miếng canh cho ngọt ngào, nêm nước tương nước muối cho vừa miệng, làm sao cho quý thầy, quý sư cô có được bữa cơm ngon bổ, ăn vào khiến cho có sức khỏe tu tập. Phật tử hết sức tận tâm lo việc cho chùa, thương yêu chùa, kính quý ngôi Tam Bảo cho nên không quản sức mệt nhọc để đại lao làm. Thế thì chúng ta phải thấy điểm hay đó, phải biết những bậc bồ tát này là những bậc đáng kính trọng, phải biết kính quý các vị bồ tát hy sinh ấy và phải noi gương, coi những bậc ấy là những bậc gương mẫu, có trí tuệ, có tâm với đại chúng. Chúng ta phải tôn trọng, đặc biệt kính trọng những vị có tài năng và có tâm đại lao phục vụ này.

Nói một cách khác, đáng lẽ chúng ta phải đối xử bình đẳng ai cũng như ai, nhưng tại sao đây chúng ta phải đặc biệt kính trọng những vị có trí tuệ và những vị có khả năng phục vụ đại chúng này? Chúng ta phải thật hiển công đức của những vị bồ tát ấy, làm cho đại chúng phải thấy được

công đức của các ban làm việc, công đức của các vị khổ công ở nhà bếp và những nơi khác, hiển nét đẹp đó lên. Có hiển lên nét trang nghiêm công đức thậm thâm ấy thì trong đại chúng đây mới có người biết bắt chước, biết noi gương và biết phát tâm phục vụ đại chúng để cùng vun trồng phước báo.

5) Ai nấy phòng hộ tâm ý, lấy hiếu kính làm đầu

i. Phòng hộ tâm ý

Chúng ta phải phòng hộ từ tâm ý của mình và biết kính trọng hiếu thuận lẫn nhau. Nếu khởi tâm thấy phiền người này, ghét vị kia, thấy không ưa, thấy khó chịu thì chúng ta phải vội vàng lại nhắc nhở lại mình: “Phải phòng hộ tâm ý của chúng ta, đừng có bực dọc tức tối như thế thì không được”. Vì khi bực bội tức tối thì chúng ta sẽ bật ra lời nói, sẽ có những tia mắt độc ác nhìn người kia, thế là động đến người ta. Cho nên, phải đề phòng từ ở trong tâm chứ đừng để nó hiện ra ở tia mắt, đã hiện ra lời nói hay hành động thì không gỡ được nữa vì người kia đã phiền nhọc rồi. Phòng ngay trong tâm như thế gọi là sự phòng hộ tâm ý. Sự phòng hộ này chúng ta phải để ý, đối với bạn bè hay người nhỏ hơn chúng ta lấy sự thương yêu kính nhường, đối với người trên chúng ta lấy hiếu thuận kính trọng làm đầu, nghĩa là dẹp sự bực bội tức tối của chúng ta lại mà thuận hòa thương yêu tất cả, đừng hiện ra cái tướng bất hòa, phải phòng hộ từ ở trong thâm tâm.

Tại làm sao chúng ta phải quán tử mi kỹ lưỡng như thế? bởi vì nếu để tâm khởi lên hoài những tâm không tốt thì từ từ sẽ tích tập thành thói quen cả. Ví dụ hôm nay bữa bái, ngày mai bữa bái sẽ thành ra thói quen người hay bữa bái. Do thói quen bữa bái thì thành ra tính nết bữa bái thế thì hóa thành con người hư hỏng. Vì thế, chúng ta phải phòng giữ tâm của chúng ta hôm nay thì ngày mai chúng ta cũng phòng giữ, ngày một cũng phải phòng giữ thì tâm của chúng ta mới an ổn được, mới không có những sự bực dọc vô ích. Chúng ta phải như vậy, kính trọng những người xung quanh, đừng để những sự hôi dơ của tâm mình bốc hơi ra ngoài, những giận hờn, tức tối, bực bội. Đừng để bốc ra những lời nói bực dọc, những hành động xúc phạm đến người khác. Chúng ta phải rửa sạch tâm hồn, xóa những cái riêng của mình, những sự hôi dơ của mình, tập hòa đồng, tập quên mình để cho đại chúng chung quanh được bình an.

Đức Phật dạy chúng ta phải sống như thế mới là người xuất gia, như thế mới đúng là người thay áo thế gian để mặc áo nhà chùa, hoặc mới là những người Phật tử thuần thành, là những đệ tử của Đức Phật biết tu sửa. Nếu chúng ta không làm được những việc này mà chúng ta tự xưng mình là bậc tu hành hay hành giả là chúng ta lạm dụng danh hiệu tu hành, không phải thật tu, và người ngoài gọi chúng ta là bậc xuất gia hay là Phật tử thì danh từ ấy cũng sai. Thế cho nên, chúng ta phải làm sao sống cho đúng với

danh xưng đức hạnh của mình là bậc xuất gia hay người Phật tử.

ii. Hiếu kính làm đầu

Thế nào là lấy hiếu kính làm đầu? Đức Phật muốn nhắc chúng ta phải có bổn phận đối với người trên, phòng hộ tâm ý, đừng để cho tâm bất kính, tâm vô lễ khởi lên. Vì nếu không phòng hộ tâm bất hiếu, bất kính thì nó sẽ đưa chúng ta vào những quả báo nguy hiểm. Nếu đối với chư tôn đức tăng ni hay các bậc trưởng lão mà chúng ta chỉ nhìn bằng nửa con mắt thì trong kinh, Đức Phật dạy đó là: “ác nhõn thiện sư” tức là đem con mắt giận dữ mà nhìn thì cũng bị tội địa ngục rồi, huống chi là trong tâm của chúng ta còn khởi những ý nghĩ để mà xoay sở các ngài thì không nên, cho nên phải phòng hộ tâm của chúng ta và phải lấy hiếu kính làm đầu. Nếu chúng ta đem tâm cung kính, tâm tôn trọng người trên mà muốn xây dựng lại cho người trên thế thì hay lắm, thì được; chứ đừng đem tâm bới móc, xoay sở, lật đổ các bậc tu hành thì chính chúng ta bị quả báo trước, cho nên đây mới dạy chúng ta phòng hộ tâm, giữ gìn tâm của chúng ta là điểm cần yếu.

Phòng hộ tâm ý thì chẳng những chúng ta được bình an mà đại chúng cũng được bình an. Nếu tâm không phá phách, đâm chọc người này người kia thì tự chính chúng ta được bình an yên ổn, cho nên cần phải giải thoát các thứ tâm não phiền đó. Chúng ta phải phòng hộ tâm ý của chúng ta để bảo vệ sự an ổn chung của tất cả đại chúng bởi

lẽ khi tâm của mình an được thì không khí chung quanh mới bình an. Nếu nay chống đối người này, mai chống đối người kia, rồi người bên cạnh chúng ta cũng lại bắt chước thì dễ sinh ra những phong trào, thổi lên những chống đối thì như thế tập thể phải nứt rạn rồi từ cái nứt rạn đi đến cái đổ vỡ, tan nát. Cho nên, chúng ta phải phòng hộ từ trong tâm mình, hộ những nứt rạn trong tâm mình, đừng có tâm bói lỗi mà nên đem tâm đùm bọc che chở, giúp ích cho nhau, nhờ đó mà chúng ta và đại chúng chung quanh đều được bình an tiến tu.

#### 6) Thường hành thiểu dục tri túc

Hai thuật từ ‘ít muốn và biết đủ’ tựa tựa giống nhau như hai chữ từ và bi, chỉ có khác nhau chút ít. Ít muốn là Đức Phật khuyên chúng ta đừng đòi hỏi và ước mong nhiều, đừng có khởi tâm muốn cái này, muốn cái kia, mơ tưởng dong duỗi cái này cái khác. Biết đủ là Đức Phật khuyên chúng ta vui với những cái chúng ta hiện đang có. Chúng ta đang có chiếc áo vá thì vui với chiếc áo vá miễn là mình ấm và che thân kín là được. Thế cho nên ít muốn và biết đủ tựa tựa giống nhau nhưng cũng có một chút khác như thế. Đức Phật cho một thí dụ như người khảy đàn. Nếu dây đàn căng quá thì âm thanh bức xúc, không có hòa âm, không gọi là giai điệu được; nhưng nếu để dây lỏng chùng thì đàn không phát lên tiếng. Thế cho nên, đừng quá chùng, đừng quá căng mà cứ vừa phải. Thiểu dục ít muốn nghĩa là đừng đòi hỏi những cái quá đáng. Chúng ta cứ vừa sống, ăn vừa đủ no, mặc vừa đủ ấm, đừng

đòi hỏi những cái quá đáng thì gọi là ít muốn. Tâm không có mong cái này, không ngóng cái kia, đòi cái này, thích cái nọ, đẹp những tâm đó lại, đó là ít muốn.

Tại sao để ngôi Tam Bảo được hưng long ở thế gian mà Đức Phật lại dạy chúng ta ít muốn biết đủ? Tại vì nếu cứ chạy đi tìm cầu, áo thì đòi áo đẹp, ở thì đòi phải chùa kiêu này kiêu kia, ăn thì phải ăn sang, ăn những thứ mà thiên hạ khen là sang trọng, chẳng những ăn để khỏe mạnh mà còn ăn để ngon miệng, để cho sang trọng. Hôm nay ăn thứ này chán thì mai lại đòi thứ khác; xe hơi thì phải xe xịn..., cứ như vậy cho nên tâm rong rờ chạy bên ngoài. Do cứ tìm cầu chỗ này chỗ kia thì tâm ấy không thể bình an được và sẽ mở ra nhiều các hệ lụy và ngay cái tâm ấy cũng không bình an. Nếu một người không bình an thì ở trong đại chúng có yên được không? Không! Thế cho nên mở ra những phiền nhọc trong chúng. Cho nên đây Đức Phật dạy tất cả dù già dù trẻ, dù trên dù dưới, ai cũng cứ quay về phòng hộ tâm của mình, sống biết đủ, sống ít muốn, cho tâm bình an. Một người bình an, hai người bình an, cả chúng bình an thì cả đại chúng, cả tập thể hay cả gia đình đều an hòa yên ổn. Còn nếu người này cứ sùng sục chuyện này, người kia sùng sục chuyện kia thì cả tập thể ấy cứ sùng sục, không thể yên được. Cho nên mỗi người cứ lo bảo vệ tâm an ổn của mình thể thì trong chúng sẽ an vui hòa tu.



7) Trước hãy vì người rồi sau đó mới vì mình, không theo danh, không cầu lợi

Trong tất cả việc làm của chúng ta nên để ý bốn việc như sau: 1. Trước vì người. 2. Sau vì mình. 3. Không theo danh. 4. Không cầu lợi.

Bất luận là làm một việc gì thì chúng ta trước hết phải vì người chứ đừng có vì mình. Đức Phật nói rất dung hòa là trước hãy vì người, sau là vì mình, chứ không phải bỏ hẳn mình đi mà không nói tới. Nhưng điểm chú ý là trước hãy vì người, rồi sau mới là vì lợi ích cho mình. Nhưng mà dù là vì mình hay người thì cũng nhớ đừng có chạy theo danh lợi.

Thế nào là vì người rồi sau mới vì mình? Ví dụ ban chức sự muốn chúng ta làm việc này theo kiểu này thì chúng ta tùy thuận sắp xếp như vậy để cho đa số vui. Đây là chúng ta mong cho mọi người vui chứ không phải để cho đại chúng khen mình, thưởng mình và thương yêu mình. Nếu như chia kinh sách cúng dường mà thiếu phần thì chúng ta sẵn sàng nhường cho thính chúng, còn chúng ta cần thì đi mượn cũng được, như thế là trước vì người rồi sau là vì mình. Hãy trầm lặng hy sinh nhường cho người thì chúng ta lại có được những phước đức khác.

Thế nào là không cầu danh lợi? Trong tất cả các việc làm tuyệt đối là không có hai chữ danh và lợi. Chúng ta cứ thấy việc lành thì làm, chứ đừng nghĩ chúng ta làm việc này để cho mọi người khen. Chúng ta không cầu người khen vì

một khi chúng ta cứ mãi mua chuộc lòng người thì thành ra chúng ta cứ mãi bị hệ lụy. Chúng ta sẽ thành người bị ràng buộc, bị hệ lụy, cứ để cho người khác được hài lòng. Làm cái gì cũng mong được vừa lòng, mãi bận tâm tới người này vui, vừa lòng người kia mà không nhìn thẳng việc làm mang lợi ích cho mọi người. Vì cứ mãi chạy theo vừa lòng từng người mà hóa ra việc chính của mình bị hỏng đi. Cho nên, chúng ta không bận lòng, không mua chuộc lòng người mà chỉ cần việc của chúng ta có ích cho mọi người. Hễ thật sự có ích thì người khen, còn người chê là việc của người, chúng ta không lo ngại, chỉ cần chúng ta nhìn thẳng vào việc chúng ta làm cho nó đúng.

Vậy Kinh Du Bộ chủ yếu là giới thiệu bảy điểm quan yếu mà chúng ta cần phải giữ để cho ngôi Tam Bảo được hưng long. Đây cũng là bảy loại bi trí để từ địa vị phàm phu bước lên ngôi thánh hiền mà Đức Phật đã tặng cho tất cả chúng ta.

(Trường A Hàm, Kinh Du Bộ, số 2)

## **5. BÓN VÔ LƯỢNG TÂM GỠ NHỮNG LÀM MÊ CHO MỌI NGƯỜI**

Kinh Thuyết Xứ (Trung A Hàm, Phẩm 7, số 86), Tam Bảo (Tăng Nhất A Hàm, Ba Pháp, 21. Kinh số 10), Phóng Ngưu, (Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 49. Kinh số 2), Kinh Anh Vũ (Trung A Hàm, Phẩm 12, số 152), Đức Phật dạy muốn phát khởi lòng từ bi một cách thật sự đối với mọi loài thì chúng ta phải quán bắt tịnh vào ba đối tượng

là: 1) người mình yêu, 2) ghét, 3) bình thường, không yêu không ghét. Qua pháp quán bất tịnh này, chúng ta sẽ thấy sự yêu và ghét của chúng ta là sai lầm, nên khởi lòng từ bi bình đẳng, xót thương chúng sanh mê lầm từ vô thủy mà cầu mong cho họ giải thoát.

Chúng ta phải quán người thân mà mình yêu thương, quý mến, nhưng cuối cùng rồi thân ấy cũng phải tan thành một đồng thịt hư thối, một bộ xương rải rác hóa thành cát bụi hư vô. Còn người mình ghét lắm thì cũng giống như vậy. Cuối cùng người đáng ghét ấy cũng thành một thân chết, theo thời gian mòn dần thành đất. Người đang đi ngoài đường kia mà chúng ta cảm thấy không yêu không ghét, không dính dáng gì cả nhưng chung quy khi chết người ấy vẫn là đồng thịt thối với một số người đáng sợ. Thế thì cả ba người mà chúng ta yêu, ghét hay không yêu không ghét ấy, chung quy chỉ là đồng thịt thối, đầu lâu với các lóng xương rụng tàn trả về cho đất. Vậy cảm giác yêu, ghét của chúng ta vốn không có thật. Khi chúng ta thấy rõ như thế thì lòng yêu ghét biến mất mà thay vào đó là lòng xót thương đối với mọi loài đau khổ đang chịu cùng chung một cộng nghiệp.

Từ vô thủy chúng ta đã lầm nhận thân này là mình và bây giờ vẫn còn lầm như thế. Rồi thấy những người khác cũng có những mê đại tạo nghiệp như thế, nên chúng ta khởi tâm thương xót muốn gỡ những lầm mê cho họ, tức là chúng ta đã phát khởi được lòng từ bi thương họ hơn là ganh ghét thù oán họ. Như thế, chúng ta sẽ khởi được tâm

bình đẳng đối với mọi người, không phân chia yêu ghét hay không yêu ghét. Đối với người ghét chúng ta đã tan biến lòng oán ghét, đối với người mình ái quý dần dần cũng tan sự ái quý, chỉ còn lại lòng thương xót vô bờ đối với sự đau khổ của họ. Ví dụ mẹ là người rất thương chúng ta. Bây giờ chúng ta quán bất tịnh về thân của mẹ thì không phải là chúng ta hết yêu mẹ mà trái lại càng tăng trưởng lòng thương quý mẹ và muốn gỡ sự mê hoặc cho mẹ khỏi khổ.

Còn đối với người ghét mà chúng ta bỏ mặc thì lòng từ bi của chúng ta sẽ bị thiếu xót đi. Như thế chúng ta tập dần quán bất tịnh đối với ba loại người, cho đến khi lòng từ bi bình đẳng được rồi thì mình cứ thế mình sống với tâm thánh thiện đó. Từ tâm đối với một phương, hai phương, ba phương, bốn phương. Tập nói rộng tâm từ bi hi xả ra nhiều phương cũng thế. Đây là bốn vô lượng tâm tu như các kinh A-hàm đã nói.

Chúng ta đừng nên nghĩ kinh A-hàm thuộc giáo lý Nguyên Thủy thuộc Tiểu thừa là chủ trương ích kỷ, cứ lo giải thoát cho mình, không nghĩ đến người khác. Ngược lại, các vị tiểu thừa tu bốn vô lượng tâm này rất căn bản bằng cách quán bất tịnh với ba đối tượng (thương, ghét và bình thường) như trên, để khởi tâm thương yêu bình đẳng. Như vậy, chúng ta thấy rằng các ngài thương tất cả mọi loài ở khắp mười phương. Khi có tâm từ bi bình đẳng, rồi tập sống từ tâm ấy với một phương, hai phương cho đến mười phương. Đối với tất cả những người ở phương đông

thì chúng ta nhất định chỉ một lòng từ, không hờn, không giận, không than, không oán. Tu được phương đông rồi đến phương nam. Được phương nam rồi đến phương tây, phương bắc, rồi phương trên dưới trong ngoài đối với tất cả mọi người ở khắp mười phương, như vậy gọi là tu được tâm từ hoàn toàn. Từ là ban vui, khoan dung tha thứ, nhẫn tất cả những gì người ta gây khó chịu cho mình, mình vẫn vui vẻ. Tập âm hưởng nhẫn rồi nhu thuận nhẫn, nhẫn được hết, không nắm giữ, tâm như hư không, không lưu dấu vết.

Được tâm từ rồi thì tu tập tiếp tâm bi, hỷ, xả và cũng hướng đến mười phương như thế. Bi là xót thương, muốn cởi gỡ sự khổ cho mọi người. Rồi tu đến tâm hỷ, đến tâm xả ở khắp mười phương. Tu được bốn vô lượng tâm này sau khi mệnh chung mới được sanh lên cõi trời Phạm Thiên Vương, còn tu thập thiện và thiên định thì lên được cõi trời sắc giới.

Chúng ta phải luyện tâm cho phát khởi lòng từ bi. Người thuần thực từ tâm thì chúng sanh sẽ cảm ứng tự nhiên dễ dàng quy phục gần gũi. Nếu gặp những chống đối, những chướng ngại thì người thật có lòng từ cũng sẽ dễ dàng vượt qua. Chúng ta có lòng từ bi tận lòng lo cho người khác thì tự nhiên sẽ có sự cảm thông lẫn nhau dù là loài thú cũng cảm nhận được. Ngay cả ác thú cũng cuối đầu quy phục bậc thánh như A-hàm kể chuyện lòng từ của Đức Phật đã cảm hóa con voi say quỳ xuống bái phục. Cho nên, trước hết phải luyện tâm mình, gọi hết những sân giận bực bội tức tối đi, không hờn, không phiền, không

giận ai. Chúng ta phải có trí tuệ thấy được việc này và bắt đầu vun trồng tưới tẩm tâm từ bi hỉ xả.

Chúng ta đừng có lầm lẫn giữa từ bi với ái kiến. Hai cái này khác nhau. Kiến là thấy, ái là yêu. Ái kiến là có yêu mới lo, còn ghét thì không có lo, bỏ mặc, nên từ bi và ái kiến có hai ranh giới của thương ghét đối đãi khác nhau. Còn từ bi thì bình đẳng không có phân chia thân sơ, thương ghét. Thấy một con chim xinh xinh, một con mèo, một con cún mũm mĩm, ta thương quý và săn sóc chúng thì gọi là ái kiến. Còn người sáng suốt thì biết rằng trong thân của con chim, con cún kia đang có hàng chục con bọ chết ngày đêm hút máu nó, ngày đêm nó đau ngứa mà không có tay để xoa gãi, không có miệng để nói. Con chim, con cún và các loài vật phải chịu sự khổ này từ lúc vừa lọt lòng mẹ, cho đến ngày chúng lìa đời cũng không có một lúc nào ngừng cả. Hết con bọ chết này cắn, lại con bọ chết khác cắn. Con cún xoay vòng vòng cắn trên đuôi nó, nó kêu oăng oăng mà cũng không làm gì được, con người nếu hiểu thì bắt bọ chết hoặc tìm cách diệt giùm, còn người không hiểu thì chó cún phải chịu cái đau khổ cả hàng chục con bọ chết trên người nó, nên trọn đời loài vật bị cái đau, cái ngứa ấy hoành hành. Con cún, con chim, con gà không có tay thành ra chúng không xoa gãi được. Con chó, mèo, chim đều phải chịu chung cái khổ ấy cả. Nếu chúng ta nhìn thấy cái khổ như thế mà chúng ta khởi lòng thương thì tình thương ấy là lòng từ bi. Chúng ta biết rằng con mèo kia với nghiệp sát sanh của nó trong quá khứ

nên giờ làm con mèo và hiện đời nếu tạo nghiệp sát nữa thì sẽ tiếp tục đọa làm loài thú tiếp. Cứ đời này đến đời khác, loài thú phải qua lại trong ba đường địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh, không biết bao giờ mới được nếm trở lại hương vị và phước đức của loài người trở lại. Cho nên loài vật khó dứt nghiệp khổ, khó hết khổ được. Do quan sát những nỗi khổ ấy, nên chúng ta phải khởi lòng thương xót sự ngu si của chúng thì đó là lòng từ bi chân thật; còn nếu chúng ta thấy con cún, con chim xinh xinh hay hay đáng yêu đang cung đáng vuốt ve thì cái ấy gọi là ái kiến.

## **6. CÂY BỒ ĐỀ HOÀN MÃN CỦA BẢY GIÁC CHI**

Như Kinh Lê (Trung A Hàm, Phẩm 18, số 222), Đức Phật dạy các tỳ-kheo phải “Tinh cần tỉnh giác, hành bảy giác chi, mới mong thành tựu trí tuệ hiền thánh.”

Chúng ta đang mong có trí tuệ của các bậc hiền thánh và muốn có trí tuệ ấy thì phải tu Bảy giác chi. Giác là tỉnh ra và chi là cảnh, bảy cảnh cây bồ đề bao gồm niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, định và xả. Chúng ta gọi bảy giác chi là bảy cảnh trí tuệ giác tỉnh của chúng ta. Chúng ta mỗi người luôn nhớ đến bảy sự giác tỉnh này như cái cây phải có bảy cành.

i. Cành thứ nhất: Niệm nghĩa là phải nhớ đến. Ví dụ chúng ta nguyện từ đây sẽ nhớ trừ hai triền cái là tham và sân. Đã niệm nhớ thì chúng ta không được khi nhớ khi quên mà phải luôn luôn nhớ. Sáng, trưa, chiều, tối lúc nào chúng ta cũng phải nhớ đến hai triền cái tham sân và phải

đuổi chúng đi. Mỗi khi tham sân móng khởi lên là chúng ta phải biết ngay, phải nhớ ngay, đây không phải là mình. Nếu chúng ta quên, không đuổi thì tham sân cứ ngự trị và đứng đấy thì sẽ bị nguy hiểm. Nuôi giặc trong nhà là nguy hiểm. Cho nên sự giác tỉnh đầu tiên là phải nhớ ra. Hễ trong lòng hơi bực bực là biết ngay sân-triền-cái đang lộ đầu đuôi. Hoặc tâm thích ăn ngon, thích đi chơi, biết ngay đây là tham-triền-cái đang hiện hành. Vậy muốn hàng phục tham sân thì việc đầu tiên của chúng ta là niệm, nhớ, luôn tỉnh đừng mê. Hễ tham sân thò mặt ra thì nhớ đuổi luôn, đừng để chúng làm chủ mình, phải nhớ ngay chúng không phải là mình. Đừng nói là tôi thích, tôi giận, tôi yêu, tôi ghét. Biết nó là khách thì mặc nó, để cho nó tự tan đi. Biết mình tức là mình sẽ trị được những vô minh khách trần đó thì tham sân sẽ tự hạ xuống. Đó là cảnh bồ đề đầu tiên. Chúng ta phải để cho nó đâm chồi nảy lộc trong cây bồ đề của chính mình.

ii. Cảnh thứ nhì: Trạch là chọn lọc. Chúng ta phải biết chọn điều nào là phải, điều nào là trái. Nếu điều nào hay đúng thì chúng ta thực hành theo, còn điều xấu dữ tệ thì vứt bỏ đi. Việc loại trừ tham sân này, chúng ta cũng phải cần dùng đến trạch pháp như mỗi khi chúng ta bị ai la, chúng ta phùng phùng bực bội và khó chịu. Chúng ta liền nhớ tâm nổi giận là xấu, hư vọng, nguy hiểm, tai nạn có thể đưa chúng ta về sau làm rắn rết, bò cạp. Sân giận, hung dữ là về sau sẽ đưa mình về làm những loài độc địa ấy, sẽ bị quả báo khổ lắm. Cho nên, chúng ta phải sáng suốt biết



chọn pháp, chọn tâm nào tốt thì chúng ta hãy giữ và phát huy. Còn tâm nào xấu đưa chúng ta đến đọa lạc thì hãy đuổi chúng đi, tức tức đuổi ngay, phải biết sợ chứa chúng trong lòng. Phải biết sợ sự nguy hiểm như vậy thì gọi là chúng ta có trí tuệ trạch pháp. Trạch pháp nghĩa là phải biết phân biệt, biết chọn lọc cái nào hay cái nào dở. Chúng ta bây giờ trong tâm cứ giận và bực bội. Chúng ta không ngờ đó là mình đang nuôi những con rắn rết trong lòng. Mai đây sự sân giận đó sẽ đưa chúng ta vào trứng con rắn, vào bụng con rết, để rồi mai đây làm rắn và bò cạp. Không có ai trong chúng ta thích làm rắn hay bò cạp thì trong lòng chớ có nuôi tham sân vì nó là mầm mống đưa vào bào thai súc vật hoặc là ma quỷ. Người nào khôn ngoan, có trí tuệ trạch pháp nghĩa là biết chọn lọc sự lành thiện để nuôi ở trong tâm. Niệm thiện ấy mình hãy nhận làm mình, mình hãy làm theo, còn cái độc, nguy hiểm, đưa chúng ta đọa lạc thì đuổi nó đi, không nhận là mình. Như thế gọi là biết chọn lọc, trạch pháp. Hãy nhìn thẳng vào sự việc và sáng suốt xét xem cái nào mình nên nghe. Chúng ta phải chọn sự tốt mà đem lại an ổn cho bản thân mình và đem yên ổn giải thoát cho mọi người.

iii. Cành thứ ba: Tinh tấn nghĩa là miên mật chuyên tâm đuổi tham sân đi. Sáng, trưa, chiều tối lúc nào cũng tỉnh thức loại trừ tham sân, chứ không nên có khi thì đuổi, khi thì mời ở lại để nuôi dưỡng đãi đẳng thì không nên. Lúc mời tham sân ở lại một tí cũng giống như chúng ta ném một tí thuốc độc xem có tốt không? Chúng ta nghĩ

rằng chắc ném một tí thôi không có sao? Nhưng ném thuốc độc dù là một tí cũng tác hại thân thể rồi. Cũng thế một tí tham, một tí sân cũng khiến cho chúng ta đọa lạc và không toàn phạm hạnh. Cho nên, với tham sân cũng đừng có một tí. Một tí tham, rồi một tí tham nữa, cứ thế mà lần lữa thì sẽ hại toàn thân, sẽ mất thân mất mạng gây nguy hiểm, cho nên phải loại bỏ ngay. Một tí cũng vội vàng vút đi bởi vì nó là thuốc độc, đẩy thân người tu hành của chúng ta cuối cùng xuống làm con bò cạp, con rắn, con mèo, con gà hay vào cảnh giới ma quỷ, địa ngục.

Thế nên, buổi sáng chúng ta tinh tấn soi tâm của mình. Buổi trưa chúng ta cũng tinh tấn tĩnh lặng để soi tâm của mình. Sáng trưa chiều tối, lúc nào chúng ta cũng chiếu soi giữ tâm miên mật an hòa. Nếu tâm có an định thì mới sáng suốt. Có sáng suốt thì những mong niệm khởi lên nó mới vội vàng biết ngay, mới không bị đánh lừa và không nhận tham sân là mình để bốc lên những hành động sai lầm.

Tinh là chuyên làm một việc này thôi. Từ hôm nay trở đi, chúng ta đừng ôm đồm làm nhiều việc thì không nổi sức chiếu soi. Chúng ta chỉ có mỗi việc là không tham và không giận, chỉ lo một việc này thôi. Áo trắng tinh tức chỉ có một màu trắng thôi, không có xen màu xanh, vàng, đỏ, trắng vào. Chúng ta phải làm chủ mình, không có tới tấp lo chuyện nọ, nghĩ chuyện kia, những chuyện lôi thôi gì cũng bỏ đi hết. Chỉ làm một việc là nhìn lại mình. Hễ móng tham thì liền nhớ và móng sân thì liền biết. Như thế là tinh chuyên một việc và cứ thế mà tiến lên. Tấn là siêng nhớ,

thúc đẩy việc nhớ quán này. Sáng cũng một việc ấy mà tiến lên. Trưa cũng một việc ấy mà tiến lên. Tối cũng một việc ấy mà tiến lên. Như thế, chúng ta có cảnh thứ ba gọi là tinh tấn.

iv. Cảnh thứ tư: Hỷ là mừng. Chúng ta sáng suốt để nhớ mà đuổi tham sân si. Không phải tham sân si đến từ hôm qua hay năm ngoái mà từ vô thủy đến giờ, chúng ta vẫn để tham sân này làm chủ trong nhà. Tham sân chi phối chúng ta, nó bắt chúng ta phải la, phải nhả nhó với thiên hạ. Nó làm tình, làm tội chúng ta từ vô thủy tới giờ. Bây giờ nhờ học Phật, chúng ta tỉnh được, chúng ta biết tham sân này không phải là mình, buông nó ra. Mặc nó thì nó tan đi. Chúng ta biết nó chỉ là ảo hóa nên cứ mặc thì nó tan, chứ không cần phải công phu nội lực gì nhiều cả. Không có khó khăn gì đâu, bây giờ có thể khôi phục việc làm chủ của mình, chúng ta có thể sáng suốt. Cứ rời được tham sân thì chúng ta có thể dự một phần vào địa vị thánh hiền. Chúng ta biết tham sân si là nguy hiểm rồi nên quyết định đuổi chứ không có dung túng, không có mời ở hay nuôi nấng. Thế rồi sáng trưa chiều tối chúng ta đã làm được như cái ý của chúng ta muốn. Cho nên chúng ta là người thắng trận. Chúng ta thắng được quân giặc ở trong tâm của mình, cho nên có một cảm giác vui mừng tràn khắp tâm mình. Chúng ta cảm thấy hỷ lạc vui vẻ, sung sướng vì hàng ngày thấy chúng ta giành được nhiều cuộc thắng trận của thánh hiền. Còn nếu chúng ta bị thua tham sân thì chúng ta ủ rũ buồn rầu vì thấy mình đỡ quá bị chiều

lòng cảm dỗ theo tham sân si. Có hỉ, có vui vẻ tươi tĩnh thì mới có bồ đề. Có sầu ưu khóc lóc buồn lo thì không có bồ đề, là tướng mạo của những người đại, người khờ. Những người cứ để cho những tham sân nộ trị thì mới có tướng buồn thê thãm. Còn người sáng suốt, buông hai ảo vọng mà mình đã đeo vào cổ từ vô thủy, buông tham sân mà đã dẫn đầu chúng ta vào địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh, làm những thân khốn khổ mà chúng ta phải chịu cả hàng ngàn kiếp khốn khổ, giờ chỉ tỉnh ra, buông xuống là xong.

Biết việc làm của mình là hay, phải, là quý, cho nên mừng lắm. Biết như thế thì mới bảo tồn, mới tinh tấn được, mới lâu dài mà việc đó mới mỗi ngày mỗi hay. Chứ không biết giá trị của việc làm của chúng ta mà lại tưởng tu tập là mất thời gian, không thiết thực thì không vui tu, chúng ta sẽ bỏ cuộc và lao vào việc khác. Nếu không có cảnh hỉ này thì xem như cảnh bồ đề này khó được bền lâu. Cho nên, phải có cảnh bồ đề thứ tư, phải vui với việc tu tập của mình. Biết giá trị của việc của mình rất hay, rất quý, là một nấc thang thánh hiền, là một việc đáng tôn, đáng trọng. Mừng với sự việc của mình, có như vậy thì mới được lâu dài và thành tựu được kết quả. Nhưng cũng có những người thua trận để cho tham sân si điều ngự mà cứ ra điều ta đây hay lắm, tài lắm. Thí dụ vì muốn có tiền quá nên nói dối, lừa gạt bạn bè và khi xoay sở có khối tiền trong tay rồi thì thích chí cười đắc thắng. Vị ấy đã thua trận làm nô lệ cho lòng tham và lừa đảo làm mà cứ cười,

tự cho mình là sướng vui lắm, cho nên Đức Phật ngậm ngùi tội nghiệp cho người không biết điều trái phải.

v. Cành thứ năm: Khinh an: khinh là nhẹ nhàng và an là an ổn. Chúng ta cảm thấy nhẹ nhàng, vui vẻ với việc làm của mình. Ai cũng muốn khinh an nhưng không phải lúc nào cũng đến với chúng ta. Sở dĩ thân tâm của chúng ta an ổn nhẹ nhàng là nhờ có bốn cành bồ đề của niệm, trạch pháp, tinh tấn và hỉ phía trên. Cành thứ năm của hỉ xuất hiện là nhờ bốn cành bồ đề trước. Nếu cành thứ năm chưa hiện lên thì chúng ta chưa chắc đã có đủ bốn cành của niệm, trạch pháp, tinh tấn và hỉ trên kia. Nhiều khi chúng ta tưởng mình có bốn cành bồ đề kia rồi, nhưng chưa chắc; nhiều khi tham, giận vẫn còn lọt vào đây nên còn nặng nề buồn nản trầm trọng. Nếu bây giờ chúng ta thành tựu được sự nghiệp tu tập của mình là không cho tham sân khởi lên thì chúng ta cảm thấy rất vui, nhẹ nhàng, khoan khoái yên ổn, có một cảm giác vi diệu, bình yên khó tả hiện lên. Như thế chúng ta biết bốn cành bồ đề trên chúng ta đã chắc chắn có thật sự. Phải có cành bồ đề thứ năm này thì chắc chắn các cành trước được nảy mầm xanh ngọn tốt tươi. Nhiều khi thân chúng ta bị bệnh đấy nhưng mình vẫn thấy bình an vi diệu, bởi vì tâm chúng ta đã bình an. Khinh an đây là nói về tâm.

vi. Cành thứ sáu: Định là yên tĩnh. Chúng ta đang tập đuổi hai giặc tham sân. Nếu tâm tham khởi lên rồi chốc chốc lại tâm sân bực bội, lờm nguýt người này người kia khởi lên, tức là tâm chưa yên, chưa định. Vì tham sân si vẫn

còn lục đục trong lòng nên chi phối sáu căn chúng ta cũng không yên, khi thế này thế kia. Khi nào tâm trầm tĩnh trước mọi cảnh, bình tĩnh đối diện, không vội vàng, bỗng bột nóng nảy thì lúc đó là chúng ta đã đạt được chút định, rồi từ từ tự nhiên tâm chúng ta sẽ an định yên ổn. Được định này xem như chúng ta thành công nhưng chúng ta cũng nên nhớ rằng tham sân này ở với chúng ta từ vô thủy, nên hiện giờ có thể chúng ta tinh tấn đuổi nó quá, nên nó nằm yên trong tạng thức, đợi duyên sơ hở sẽ ngóc đầu dậy. Tham sân sẽ khởi lên nữa và chúng ta sẽ dễ lầm chúng là mình và nuôi dưỡng chúng tiếp, nên phải có định lực để nhận ra chuyện này.

Chúng ta vừa sinh ra là có tham sân đứng đầy với chúng ta và chúng ta đã có thói quen nhận chúng là mình rồi. Bây giờ học Phật, chúng ta mới bắt đầu lên kế hoạch thực hành việc đuổi tham sân thì chưa chắc chúng nó đã đi đâu. Có khi tham sân núp ở đâu đó đợi thời cơ để khởi lên nhưng dù sao chúng ta cũng đã có định lực rồi. Định nghĩa là trầm tĩnh, sáng suốt khiến tham sân không thể khởi lên được. Tán loạn thì dễ sanh tham sân.

Chúng ta đã có năm cành trên. Những cành bồ đề đầu thì quả tình chúng ta có cố sức công phu. Phải do cố gắng thì mới có được, nhưng từ cành khinh an số năm trở đi thì xem như chúng ta được quả rồi. Cây bồ đề của mình phần nào đã vững, coi như cái gốc đã bén rễ, đã đứng vững, tin rằng mình đã có cây bồ đề thật sự rồi. Tới đây thì việc làm của chúng ta đã bén rễ, an định rồi, thân tâm chúng ta

vững vàng rồi. Định được trong sự nghiệp đã đuổi được tham và giận ra khỏi nhà mình rồi. Đến cảnh thứ sáu này thì tham sân không khởi, không phá chúng ta được. Chúng ta đã đủ cái lực sáng suốt để cho hai tham sân không chi phối chúng ta được, cho nên gọi là định trụ. Tâm chúng ta có định vững vàng an ổn. Tham sân không có khởi lên được nhưng thật ra chúng vẫn ở trong tạng thức của chúng ta cho đến khi nào chúng ta chứng quả thì mới thật là diệt được nó, nhưng dù sao chúng ta cũng đã hàng phục, bắt nó không được chi phối quấy phá chúng ta nữa.

vii. Cảnh thứ bảy: Xả là không nắm giữ. Có người mắng chửi và hành hung chúng ta, nhưng chúng ta vẫn bình tĩnh thản nhiên vì chúng ta đang học hạnh xả, không có lãnh thọ nhận vào. Còn lãnh thọ buồn phiền tham sân thì không gọi là xả. Không vợ vào và không nhận tham sân si là mình nữa thì đó gọi là xả. Vị nào còn nuôi tham sân thì còn có chuyện lãnh thọ bên ngoài; còn cái và người này nói oan cho mình, người kia mắng mình, đó là còn nhận lãnh vợ những cái bên ngoài vào tâm mình. Còn bây giờ chúng ta không nuôi tham sân, đuổi chúng đi rồi thì chúng ta xả bỏ không bận lòng những cái bên ngoài. Như thế, chúng ta sẽ bình tĩnh thản nhiên, không tham không giận đối với tất cả những cảnh ở chung quanh. Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân cho đến tâm ý yên ổn, bình tĩnh thản nhiên bởi vì đã xả. Không có thân, không có nhận những hư vọng vào tâm.

Bởi vì có định nên những tham sân này không chi phối chúng ta được. Hiện tượng lên có cảnh bồ đề xả là người bên cạnh chửi oan chúng ta, nhưng chúng ta vẫn định, trầm tĩnh mà không phản ứng chống trả tức giận. Bất luận trường hợp nào chúng ta vẫn an định được. Đức Phật cho ví dụ như có một người lạ đến, không quen biết gì, cầm cưa muốn đến cưa chân của mình. Nếu chúng ta để tâm sợ hãi biến sắc thì chúng ta không phải là đệ tử Phật, không phải là hạnh xả thân. Khoan nói chuyện miệng chúng ta la toáng phản đối hay mặt nhăn nhó tức tối căm thù người cầm cái cưa kia thì tức tâm của chúng ta đã bị biến chuyển, không còn định nữa. Mặt cảnh thứ sáu không định thì vị đó không phải là người biết nghe lời Đức Phật dạy nữa.

Như vậy, mỗi khi chúng ta gặp một nghịch cảnh nào xuất hiện, chúng ta cảm thấy lửa sân bùng bùng nổi lên thì hãy nhớ đến ví dụ này để giữ tâm đừng biến chuyển, đừng biến sắc và có nói lời thô tháo ác khẩu. Đức Phật đã từ bi dặn dò là nếu có ai đến cưa chân của mình, mình còn không oán, hướng chỉ những việc nhẹ hơn cưa chân như chỉ là lời chửi bới hay nói oan thì chúng ta càng phải giữ tâm bình thản hơn nữa. Nếu chúng ta chịu khó giữ định lực, buông xả mọi việc thì chúng ta sẽ là đệ tử biết vâng lời của Phật dạy. Khi chúng ta đã hàng phục được tham sân thì chúng ta sẽ nhẹ nhàng, khoan khoái, an ổn vì cảnh bồ đề thứ bảy là không bị tham sân chi phối làm cho phiền não nặng nề.



Chúng ta nhớ thí dụ của chân này không phải ý Phật bảo là chúng ta nên đưa chân cho thiên hạ của mà ý của ngài là mỗi khi gặp khó khăn gì trong đời thì nhớ câu chuyện của chân ấy mà giữ tâm an định đừng biến chuyển. Phải có cảnh bồ đề định và cảnh bồ đề xả này vì có xả thì mình mới không hờn, không oán, không giận, mình mới lo đi cứu độ cho mọi người. Nếu chúng ta cứ ôm chuyện hờn giận, chán ghét người này kia thì mình không làm tròn nhiệm vụ của Phật. Phật phát nguyện là chúng sanh vô biên thề nguyện độ. Chúng ta làm con Phật thì phải nối tiếp với hạnh Phật, làm việc Phật đã hứa với chúng sanh. Cho nên, chúng ta phải lấy hồng nguyện “Chúng sanh vô biên thề nguyện độ” để làm hồng nguyện của mình mà bây giờ chúng ta cứ ôm lòng giận, ghét, chán, thế thì chẳng lẽ khi nguyện chúng sanh vô biên độ thì chúng ta lại trừ người mình oán ghét ra?

Nếu chúng ta bạch Phật là chúng ta không trừ ai cả, thế thì chúng ta phải thực hiện bảy cảnh bồ đề này. Có định lực nghĩa là tâm không biến chuyển. Có xả tức là chúng ta sẵn sàng tha thứ khoan dung, tâm như hư không. Ngay cả người ta của chân mình thì mình vẫn tâm như hư không, vẫn khoan dung, tha thứ. Chúng ta cố gắng tập như vậy. Đó là con đường của mười phương chư Phật hiện tại đã đi. Mười Phương Chư Phật quá khứ cũng đã đi con đường ấy đã thành công. Hiện tại mười phương Bồ tát cũng đang thực hiện việc này để thành đạo bồ đề. Cây bồ đề này chúng ta cũng mong làm thế nào cho nó nảy chồi được, để có thể

chúng ta nói nghiệp Đức Bốn Sư là mỗi khi mình bạch lên ngôi Tam Bảo, chúng sanh vô biên thệ nguyện độ là chúng ta không có trừ ai ra. Như vậy, chúng ta đã “tinh cần tinh giác hành bảy giác chi để thành tựu trí tuệ hiền thánh”.

Việc xả thứ hai là ngay cả chúng ta đã có định lực, có trí tuệ buông xả được tham sân rồi, nhưng cũng không hiện tướng ra vẽ mình là người tu cao có định lực để ai cũng thấy là mình đã hàng phục được tham sân rồi, là bậc tu thâm cao. Người đạt được cảnh bồ đề thứ bảy này là người khiêm cung, nhún nhường, không lộ vẽ ta đây hơn người, nghĩa là xả cả sự thành đạt của mình.

Tóm lại, muốn thành công trong việc loại bỏ tham sân thì cây bồ đề phải có bảy cành. Phải nhớ và phải thật sự có bảy cành giác tỉnh của niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, định và xả thì mới chắc chắn thật là đuổi được tham sân. Không có cành hỷ, không thích ngôi thiên, không có cành định thì không thành công được. Nếu chúng ta có đầy đủ bảy cành như vậy thì gọi là cây bồ đề hoàn mãn, thành công trong việc đuổi các giặc tham sân si. Nếu không có cây bồ đề, không có cành giác tỉnh như thế thì chúng ta không thể thành công trong việc loại bỏ tham sân si. Chiến tranh để loại trừ tham sân si này rất khó bởi vì nó là những cái ở trong tâm mình chứ không phải từ bên ngoài. Từ vô thủy đến giờ chúng ta nhận nó là mình, mình là nó, đã quen quá rồi, bây giờ bỏ nó, xả nó là việc rất khó. Việc khó mà làm được, thành tựu được cây bồ đề này để cúng Phật thì chư Phật rất vui. Như thế là chúng ta đã

thành tựu được trí tuệ hiền thánh. Từ giờ trở đi chỉ có là hiền thánh thôi. Đó là chúng ta đã tu tập đạo Phật, gọi là chánh giác, ra khỏi đường luân hồi.

Nếu được như vậy là chúng ta không những được vào Phật đạo mà còn được thành Phật đạo. Vào Phật đạo là chúng ta được học, được tập, tìm hiểu. Thành là thành công tức là học xong rồi, hiểu rồi, làm cũng xong rồi. Chúng ta cầu có trạch pháp để học, để hiểu. Cầu chọn lọc để biết tham giận không phải là mình. Đẩy nó ra đừng nhận nó làm mình, đừng nói tôi thích cái này, cái kia nữa. Để ý đừng thốt ra, hể thốt ra ‘tôi buồn’, ‘tôi giận’ tức bậy giác chi chưa có cái niệm. Giác biết tham sân là giác không phải mình. Bắt đầu thực hành từ niệm cho đến xả và hàng phục tham sân qua bảy tầng giác tỉnh. Đó là bảy cảnh bồ đề. Chúng ta phải để đâm chồi nảy lộc trong cây bồ đề của chúng ta. Cố gắng để chúng ta có cây bồ đề đầy đủ bảy cảnh sáng suốt rục rở.

## **7. CHÁNH NIỆM QUÁN TÂM**

Ngài Xá Lợi Phất kể chuyện có một người sở hữu hai cái chảo: một chảo mới và một chảo cũ. Người chủ hàng ngày dùng cái chảo mới này, rồi lau chùi sạch sẽ cất đi. Còn cái chảo cũ thì người chủ cũng vẫn dùng đến hàng ngày. Dùng xong rồi chùi rửa sạch sẽ và cất vào chỗ cao ráo, không có ẩm thấp. Rồi cũng có một người khác cũng có hai cái chảo như thế, nhưng người chủ bỏ mặc đấy, không dùng đến. Người đầu tiên dùng cái chảo tốt mới và

được dùng quanh năm thì cái đó phục vụ tốt, nhưng chảo mới của người thứ hai mặc kệ, vứt đi, nó muốn sao thì sao, không có quan tâm để ý đến thì nó bị ảm thấp, hoen rỉ và lâu ngày thì lũng đi, thành ra đồ vô dụng. Còn chảo cũ của người đầu tiên thì vẫn được vị ấy dùng thường xuyên, chăm sóc và lau chùi sạch sẽ, không có để ảm ướt cất vào chỗ an toàn. Tuy là cũ nhưng mà vẫn là vật hữu dụng và dùng được lâu bền. Còn chảo cũ của người thứ hai đã cũ đã xấu, mà lại bị bỏ bê, vứt một xó thì hẳn sẽ là đồ vô dụng, đem vứt vào sọt rác.

Bốn chảo của ngài Xá Lợi Phất kể để so sánh với bốn hạng người.

i. Hạng thứ nhất là người tốt thành tốt hơn tức người đã tốt, đã hay mà lại biết soi lại mình, biết thất giác chi (bảy cảnh bồ đề), có niệm, có trạch pháp, có tinh tấn, có hỉ biết được việc mình làm là hay là tốt. Đáng cần phải giữ gìn vui vẻ với việc mình làm. Dĩ nhiên, vị đó hay quá đi rồi.

ii. Hạng thứ hai là người tốt thành xấu tức người vốn là người tốt, người hay mà không niệm, không trạch pháp, không tinh tấn cũng không hỉ, nghĩa là không vui với việc xoay chiều về với mình, lại thích đi nói chuyện, thích chơi với người này người kia, thích làm các công việc lãng xãng bận rộn mà không có quay về soi lại thì cái tốt ấy không bền. Hôm nay ngồi bên cạnh người bạn, người bạn thích nói láo thì mình cũng tập nói láo theo. Nghe người bạn nói xấu mình thì mình cũng tìm cách bêu xấu bạn

mình. Tối ngày đem tai ra ngoài để nghe mà không xoay trở lại, cho nên người tốt thành người xấu, tức là cái tốt mà không có niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, định, xả; không có vui mừng với việc làm của mình thì cái tốt ấy không có bền.

iii. Hạng thứ ba là người xấu nhưng trở thành tốt. Chúng ta có nhiều thói quen xấu nhưng biết soi về mình, vì sao mình đặc biệt bị mọi người chê trách, biết tại mình có thói hay cáu hay giận thì từ nay chúng ta bỏ những tánh xấu ấy đi. Bây giờ tập mỗi khi muốn bĩu môi, khinh khi ai thì kéo tánh khinh khi lại. Con mắt muốn lườm ai, ghét ai thì giữ mắt lại cho chân chánh. Tâm muốn khó chịu, bực bội ai cái gì thì tập tỉnh giác ra. Vị ấy luôn nhớ chọn lọc, niệm nào xấu phải vứt đi. Tinh tấn như vậy và biết vui với việc làm của mình. Việc tu tập này là hay, từ nay ta cứ thế vui vẻ mà tu tập. Khi khó chịu thì đổi tâm vui để mặt tươi lên. Người xấu nhưng người ấy có bảy cảnh giác chi, khiến chuyển thành người tốt. Vị ấy là người đáng khen mà mai đây vị ấy sẽ làm thánh hiền. Tinh tấn với cảnh giác chi thứ tư. Cứ thế tinh tấn mà tiến lên. Mai đây vị ấy có thể làm thánh làm hiền được để thế gian được nương nhờ.

iv. Hạng thứ tư là người xấu trở thành xấu hơn. Người có tánh xấu hư, làm biếng tu tập mà không biết bảy cảnh bồ đề, không biết trạch pháp tu sửa, không chịu soi sáng tâm, không vui với việc tu tập mà lãng xãng chạy bên ngoài, tạo nghiệp sát đạo dâm vọng thì thành loại người ấy trở thành vô dụng, ăn hại trong xã hội và trong đạo pháp.

Qua câu chuyện, chúng ta thấy bốn phận chúng ta phải là cái chảo thứ nhất hoặc thứ hai. Chúng ta phải tội nghiệp cho những người ngu si như chảo thứ ba và thứ tư. Thân này bằng đất mai đây cũng tan rã trả về đất mà lại còn làm tội lỗi, không biết soi sáng tâm mình thì mai đây bị vào địa ngục. Là đệ tử Phật, chúng ta có nhiệm vụ làm thế nào để cứu họ ra khỏi địa ngục đây. Nhìn vào hạnh xấu của họ, chúng ta trông thấy rõ người này là người địa ngục rồi. Người này là người sắp sửa bị lửa đun sôi cả vòn ngàn kiếp. Bây giờ nhiệm vụ của chúng ta là thay Phật giúp cho họ hiểu bảy cảnh bờ đề, để họ tu tập tránh khỏi quả báo đọa lạc ấy.

## **8. CHÚNG SANH CÔI TRỜI**

Chúng sanh có bốn loại là:

- a. Thai sanh như loài người, con chó, con mèo
- b. Trứng như gà, vịt, rùa
- c. Thấp sanh như loài sâu bọ, trùng, giòi
- d. Hóa sanh như cõi trời, địa ngục

Bốn loại như thế mà loại nào cũng có vô số chúng sanh. Vì do nhiều nhân duyên mới sanh ra, rồi lại hết nhân duyên nghiệp báo thì diệt đi. Cứ diệt rồi sanh, sanh rồi lại diệt. Vì không biết bao nhiêu nhân duyên sanh rồi diệt và không biết bao nhiêu khổ não bao trùm lên mỗi chúng sanh của bốn loài. Cõi trời là cảnh giới thiên đàng sung

sướng nhưng đối với Phật nhãn hay thiên nhãn mình thì cũng thấy toàn là khổ.

Tại sao cõi trời sung sướng mà Đức Phật bảo là khổ? Người sống ở cõi trời được sống lâu ngàn tuổi, diện mạo xinh đẹp, lầu cao gát ngọc. Suốt ngày du chơi nghe đàn hát ca xướng, mắt thấy các cô tiên nữ ca múa, lưỡi toàn ăn món ngon mỹ vị, thân mặc những áo gấm lụa là... như thế chúng ta gọi là sướng, nhưng Đức Phật bảo là khổ bởi lẽ sự sung sướng ở cõi trời khiến cho chúng ta mê muội tối tăm, say đắm, không tỉnh được ra. Như người bị bỏ thuốc mê để giải phẫu mũi hay mắt và bị gây mê như thế là sung sướng hay khổ? Chúng ta bị gây mê nơi mũi, nơi mắt nên không tỉnh được nữa. Đàng này, các vị trời bị gây mê cả mắt tai mũi lưỡi thân ý, cả sáu căn bị gây mê trọn đời trên cõi trời, nên chư Phật, các bậc thánh xót thương gọi là cõi khổ trong khi chúng ta không biết lại cho đó là vui.

Giáo dục của nhà chùa là giúp chúng ta bỏ những tâm phiền hận, tức tối và đem tâm lành, cử chỉ thiện lành đến với mọi người, đó chính là chúng ta đang sửa soạn để ngày mai được đi lên. Hiện tại chúng ta chỉ có một việc để làm sao chuyển bỏ hết những tâm niệm xấu đi xuống, để sửa soạn đi lên bởi vì mạng sống chúng ta không lâu dài, chợt một cái là đã già đã bệnh, đã sang kiếp sau. Làm thế nào để ít nhất kiếp sau chúng ta vẫn là con người, không đến nôi vào bụng trâu, bụng gà làm gà, vịt, heo, dê. Chúng ta gần gũi những người xung quanh, giúp đỡ mọi người tỉnh ra, tiêu những nghiệp xấu để cùng tiến lên dần dần. Kiếp này

được làm người, kiếp sau tiến lên nữa làm hiền làm thánh, làm Phật.

Tổ Quy Sơn dạy rằng: “Tâm người trăm mối, cái nào nặng nhất sẽ lôi đi trước”. Hễ nghiêng về lành thì đi về cõi lành, hễ thiên về ác thì đi về cảnh ác. Chữ ác ở đây không cứ phải là giết người, trộm cắp mới là ác. Chúng ta chỉ có một lời nói dối, một lời vu oan cho người khác, những cái nhìn tức tối bực bội, những cái mà chúng ta cho là không sao đâu, chính những cái ấy khiến cho chúng ta làm trâu, bò, rắn, heo. Cho nên, chúng ta phải tập làm sao cho chúng ta hết sức trong sáng, hết sức thiện lành, hoan hỷ. Hễ tâm chúng ta mát mẽ thì chúng ta sẽ dễ tha thứ những người xung quanh. Tâm không hờn không phiền, không bực bội, do đó chúng ta mới đi lên được. Cho nên, việc đầu tiên của tu học là chúng ta phải cứu độ cho bản thân chúng ta trước nhất. Chúng ta phải độ, giúp cho tâm chúng sanh ở nơi mình. Tâm bật lên một niệm hờn thì đó là niệm độc ác của rắn. Tâm bật lên niệm dối trá thì đó là chủng tử ma đã hiện lên. Chúng ta phải độ cho những con ma ấy giải thoát. Độ cho những con rắn ấy giải thoát đi. Nghĩa là độ cho tâm chúng ta đừng có hờn, có giận, có dối trá, đừng có độc ác. Độ ngay trong tâm chúng ta có chủng tử, có nhân của sáu cõi. Chúng ta phải độ cho nó tỉnh ra, tan đi và trở về với tâm thánh hiền.

Thân chớ có sát đạo dâm vọng. Miệng chớ có nói hai lưỡi, nói dối, đâm thọc, ác khẩu. Tâm đừng có tham sân và tà kiến. Ba nghiệp này chính là tâm thức điên đảo



vọng tưởng. Muốn ra được luân hồi, không cầu sanh về cõi trời thì chúng ta phải làm chủ được tâm mình, hàng phục quán tâm.

## **9. CÓ TRÍ TUỆ MỚI BIẾT SÁM HỐI, QUY Y VÀ TRÌ GIỚI**

Kinh Sa Môn Quả (Trường A Hàm, số 27), vua A Xà Thế muốn đoạt ngôi vị Hoàng đế của nước Ma-kiệt-đà và do vô minh che mờ nên đã giết phụ thân là vua Bình Sa Vương. Sau khi gặp được Đức Phật, vua khởi lòng tin kính Tam bảo xin quy y và cầu xin sám hối về tội nghịch tử này.

Đức Phật rất mừng khi nghe lời sám hối chân thành của vua A-xà-thế bởi vì sám hối được lợi ích lớn, không sám hối thì chết đọa địa ngục, tuy nhiên tương lai sau này vua A-xà-thế cũng phải bị trả quả của mất thân mạng. Sám hối chẳng những giảm tội cho người làm lỗi mà còn tương lai giúp cho vị phạm tội ấy bước lên ngôi vị thánh hiền. Nhưng để có thể bước lên ngôi hiền thánh thì việc đầu tiên là vị ấy phải thấy được lỗi của mình. Sau khi thấy lỗi rồi thì hứa vĩnh viễn sẽ chừa bỏ lỗi lầm ấy đi. Việc đơn giản như vậy nhưng phải người có trí tuệ mới làm nổi việc này, mới chịu phơi bày những lỗi của mình để sám hối chừa bỏ; còn phàm phu thì chỉ muốn che dấu những lỗi lầm ấy hoặc nhiều khi tự đắc cho mình là hay giỏi nữa. Nên các bậc hiền thánh có trí tuệ là phải thấy được lỗi của mình, thấy cái sai của mình, đó là trí tuệ đầu tiên. Đã đành vua A-xà-thế giết phụ thân là tội ngũ nghịch nặng nhất, không còn

tội nào nặng hơn, thế nhưng vua biết thế là sai và vua đã thành tâm ăn năn hối cải. Sau khi biết buông sự ngu si để sám hối, vua A Xà Thế đã bắt đầu đặt chân lên con đường hiền thánh sáng suốt, vì thế Đức Phật rất mừng cho vua.

Từ nay, vua A-xà-thế xin quay về nương tựa Phật, thờ Phật làm thầy. Vua nương tựa Pháp tức là vua phát tâm học Phật pháp. Vua nương tựa Tăng là theo chân chư tôn đức tăng ni để mà cầu học giải thoát. Thế là vua đã thọ tam quy và nguyện giữ năm giới suốt đời. Thọ tam quy là chính thức nhận mình làm con Phật và phải giữ năm giới nữa thì mới thật là được giải thoát. Nếu không giữ được năm giới thì thân người cũng còn chưa được nữa, huống chi nói chuyện giải thoát khỏi sanh tử luân hồi. Cho nên trước tiên phải phát nguyện giữ năm giới. Năm giới như sau:

1) Giới Sát Sanh: Muốn giữ được thân người thì chúng ta không được sát sanh. Nếu sát sanh, tự mình giết hay bảo người giết thì sau khi chúng ta mệnh chung, chúng ta phải đầu thai vào bụng con trâu, gà, vịt để trả mạng. Loài vật thì ngu muội tối tăm, nó chỉ biết ăn tươi nuốt sống lẫn nhau để sinh tồn, chứ đâu có biết phải trái. Có cái gì là món ăn là nó vô lý ăn để sống mà không biết đến sự kinh hoàng mất mạng của con mồi. Còn làm thân người phải có trí tuệ, chúng ta giữ thân mạng mình thì người khác cũng biết giữ thân mạng người ta mà gà, vịt, heo cũng có thân mạng của chúng, chúng cũng ham sống, cũng sợ chết, biết khổ vui như con người. Vì thế, người có trí tuệ thì không có độc ác, tàn nhẫn phạm đến các loài vật khác, không giết

chúng, không sát sanh bởi vì nếu tàn nhẫn độc ác mà sát sanh thì kiếp sau phải đọa lạc.

Người có trí tuệ sẽ thấy rằng gà, vịt, heo, bò cũng đang nhìn bằng hai mắt, đang nghe bằng hai tai, đang ăn bằng miệng như mình. Loài vật cũng da bọc thịt, thịt bọc xương trong xương có tủy. Chúng cũng ruột gan tim phổi, cũng có bộ máy tuần hoàn, bộ máy tiêu hóa, bộ máy hô hấp như con người không có gì khác. Chúng chỉ khác với con người là chúng thuộc loài bạc phước, chúng ta có phước hơn loài vật được thân người đỡ khổ. Chúng ta có hai bàn tay được làm bao nhiêu việc đỡ khổ. Gà vịt không có hai bàn tay nên chúng chịu thiệt thòi rất nhiều. Người trí thì không đem trí tuệ để bắt nạt kẻ vô phước hay giết kẻ bạc phước để phục vụ món ăn cho mình mà đem phước của loài người để giúp đỡ đùm bọc nâng đỡ những loài bạc phước. Phước có đức thì phước đó sẽ bền lâu, sẽ hưởng lâu dài cho đến ngày thành Phật vẫn không hết phước. Còn bây giờ nếu chúng ta chỉ vì tham ăn thịt (non-veg), ham thích một chút ngon ngay đầu lưỡi mà tàn nhẫn giết con vật để dưỡng thân mình vì thân mình mà trong khi thân này thật chẳng đáng là bao, chột vô thường, rồi già, bệnh, chết, đem bỏ vào quan tài đem chôn. Thế rồi, kiếp sau lại phải làm thân con gà, con vịt để đền miếng ăn mà mình đã ăn thân của nó. Cái vui của giết hại chúng sanh để ăn một miếng ăn, cái vui và hương vị ấy không đáng là bao nhiêu, qua cái lưỡi là quên hết miếng ngon rồi nhưng mà nợ trả thì từ đời này sang kiếp khác. Sự trả nợ rất nguy hiểm và

ghê gớm lắm. Cho nên, Đức Phật dạy chúng ta là người trí tuệ không có được sát sanh. Bước đầu tiên của người theo đạo Phật là không được sát sanh.

2) Không được trộm cắp: Phật cấm thật sự hễ mà người nào trộm cắp thì không cho làm đệ tử Phật nữa vì trộm cắp rồi kiếp sau làm con trâu kéo cày trả nợ thì không có vui mà đau khổ vô cùng. Đức Phật dạy: “Một ngọn cỏ, lá cây đều phải xin phép. Người ta không cho thì không được lấy”, ngoài xã hội mà phạm trộm cắp cũng bị bỏ tù và phạt tiền trả lại món đồ ăn cắp, huống chi đệ tử Phật thì càng phải gương mẫu về hạnh này. Chúng ta chẳng những không trộm cắp mà còn bố thí, giữ gìn đồ vật của mọi người.

3) Không được tà dâm: Đức Phật cũng cấm chúng ta không được tà dâm. Đó là nói với người tại gia thế gian chỉ chung thủy với chồng và vợ, không được ngoại tình. Chứ nói về các bậc xuất gia thì thân không được làm việc ái dục và tâm cũng không được nghĩ tới việc tà bậy này bởi lẽ đây là gốc của sự ràng buộc, nguồn gốc của biển khổ sanh tử luân hồi.

4) Không được nói dối: Chúng ta cũng không được nói dối. Đáng lẽ chúng ta đánh lừa được mọi người thì chúng ta thích vì người ta tin mình tức người ta dốt, còn mình đánh lừa được thì mình khôn. Nhưng đối với nhà Phật, người lường gạt, người xảo trá thì không phải là

người hiền. Hễ chúng ta nói láo thì lần sao có nói thật mọi người cũng sẽ không tin.

Có chuyện kể một thằng bé cứ hay nói dối. Nó cứ chạy và hô toáng lên là: ‘Nhà cháy! Nhà cháy!’ để mọi người tới cứu. Người ta tưởng thật nên vội vàng mang nước, cát, mền để đến chữa cháy. Khi tới nơi không có gì cả và nó đứng thịch chí cười vì nó đã đánh lừa được mọi người. Rồi một hôm, không may nhà nó cháy thật, nó kêu cứu nhưng không ai chạy đến cứu nên nhà bị cháy thiêu rụi hết. Câu chuyện này dạy chúng ta đừng có nói dối, đánh lừa mọi người. Khi đã mất lòng tin rồi thì khi chúng ta nói thật sẽ không ai nghe nữa vì họ tưởng mình cũng nói láo. Làm con người mà không được ai tin cậy nữa thì đó là người vô dụng, là người hèn.

#### 5) Không được uống rượu:

Đức Phật cấm không cho chúng ta uống rượu vì rượu làm tai hại, tan nhà, nát cửa. Nhiều Phật tử tại gia đến chùa khóc than rằng chồng đi uống rượu về đánh vợ, đánh con, chửi cha, mắng mẹ, nghĩa là mất cả luân thường đạo lý mà rồi gia đình tan nát, không có hạnh phúc đầm ấm. Uống rượu khiến cho chất độc vào trong ruột gan tim phổi bị bệnh hoạn rất khó chữa nữa, cho nên rượu đem đến nguy hiểm cho thân mạng trong hiện tại. Uống rượu say làm mất trí tuệ, không tỉnh táo để lái xe, khiến gây ra tai nạn, bị tù tội nên rượu rất nguy hiểm. Các tội giết người, cướp của, tà dâm cưỡng hiếp, nói láo đều từ nghiệp nghiện

rượu mà lầm lạc dẫn đến khiến tương lai bị đọa lạc, khó thể trở lại để làm người được, cho nên Đức Phật cấm không được uống rượu.

Là Phật tử, chúng ta phải giữ năm điếm này là năm cái thiết yếu để còn giữ thân người. Chúng ta có bốn phận phải khuyên anh em bạn bè, cần phải giữ năm giới này để cho đạo Phật thật sự có mặt ở thế gian. Chúng ta học Phật, chúng ta phải đem năm giới này về gia đình, khuyên cha mẹ, anh em, bạn bè thực hiện năm giới này để còn làm con người. Nếu không giữ được năm giới này thì hiện tại tuy có đầu, mắt, tay, chân, con người nhưng tinh thần đã bị đọa lạc rồi thì kiếp sau không trở lại làm người nữa.

Ngay trong hiện tại người tu hành được trí tuệ, đó là phước báo hiện tại. Đây không nói những phước báo có tiền bạc, nhà cửa, chùa to, Phật lớn mà đây Đức Phật nhấn mạnh về giới hạnh và trí tuệ. Nếu mà thật tu miên mật công phu để đào thải những hư vọng đi thì tâm của chúng ta sẽ sanh định lực và sáng suốt. Nếu tu đúng pháp và biết đường lối tu thì Đức Phật bảo đảm ngay trong đời hiện tại chúng ta sẽ được trí tuệ. Trí tuệ tự mình soi lại được tâm của mình để đảo thải hết những đọa lạc đi thì bảo đảm kiếp sau, không có trở lại đường luân hồi, coi như đã thành công thật sự. Đây là nói quả báo hiện tại do giới sanh định, phát huệ. Hiện tại được tốt đẹp như thế thì tương lai sẽ còn nhiều sự tốt đẹp hơn nữa.

## 10. CÚNG DƯỜNG BỐ THÍ

Dù chúng ta buôn bán làm ăn thành công giàu có, làm chủ cả sản nghiệp gồm mấy trăm tỷ Mỹ kim đi chăng nữa thì chúng ta cũng chỉ hưởng thọ một đời này thôi. Một đời này, chúng ta cũng chỉ ăn vừa đủ mỗi ngày chút cơm, chút đồ ăn thôi, không có ăn được gấp năm, gấp mười lần người nghèo, rồi hết thân này thì cũng không mang theo thực phẩm hay của cải để ăn hay để xài dưới âm phủ được. Nhưng nếu cúng dường cho một vị tu hành theo đạo Phật mà gặp được một vị tu hành chân chánh thì phước đức sẽ đi theo mình kiếp này sang kiếp khác. Tôn giả A-Na-Luật Đà lấy bản thân ngài làm thí dụ như sau:

Ngày xưa, tôn giả A-Na-Luật là anh nông dân Ấn Độ nghèo đi làm thuê, cày mướn kiếm sống ngày hai bữa. Một hôm, anh nông dân thấy sau lưng là một vị sa-môn đang cầm bình bát đi khát thực. Thời bấy giờ đang nạn hán hán, dân nghèo túng thiếu nên nhiều khi đi khát thực về chỉ là bát không. Đã gần giờ Ngọ rồi mà bát không có thực phẩm tức hôm ấy thầy tỳ kheo sẽ nhịn đói. Anh nông dân làm thuê vội vàng thành kính dâng bát cơm của mình cho thầy tỳ kheo và nhờ công đức này anh chàng thanh niên nghèo được bảy đời sanh lên cõi trời, rồi lại bảy lần sanh ở cõi nhân gian làm vua lãnh đạo đất nước và như thế cứ mỗi đời, anh tu thêm phước báo cho đến thời Phật, được gặp Đức Phật tu chứng quả A-la-hán.

Tôn giả A-Na-Luật Đà nói sở dĩ bây giờ được các tăng ni và ưu bà tắc, ưu bà di, ai cũng tiếp đãi tôn giả nồng hậu và được phúc lạc ở cõi trời và cõi người như thế là bởi vì tôn giả đã niềm nở hoan hỷ cúng dường bát cơm cho vị sa môn chân tu ấy. Như vậy, phúc đức cúng dường cho một vị chân tu thật sự sẽ là phước báo vô lượng. Nếu những vị xuất gia, được học giới luật trong một trụ xứ có nề nếp đúng pháp, tu tập chân chánh thì đại chúng ấy sẽ là ruộng phước phì nhiêu cho thí chủ thu hoạch như kiếp trước của tôn giả A-na-luật. Phật tử chỉ mong gặp phước điền như thế, từ phước ấy có thể dẫn lối cho Phật tử có ngày thành Phật. Còn nếu không gặp được phước điền như vậy, cũng như người gieo một hạt giống vào ruộng xấu thì sự thâm gặt không được là bao, cho nên dù chúng ta có buôn bán làm ăn lãi trăm ngàn vạn ức tỷ Mỹ kim đi nữa thì chúng ta có hưởng bất quá chỉ một đời này thôi, vì món ăn thượng vị hay của cải vạn ức cũng không có mang theo. Còn nếu gặp những vị chân thật tu hành mà chúng ta thành tâm cúng dường chỉ một chén cơm thôi thì phước báo ấy hưởng kiếp này sang kiếp khác như bản thân của tôn giả A-na-luật-đà đã trải qua.

Đây là lời tôn giả A-Na-Luật Đà nhắc các bậc xuất gia cố gắng làm những vị sa môn đúng pháp và giữ thân miệng ý thanh tịnh để làm làm phước điền tốt cho nhân gian.



## 11. ĐẠI BI TÂM

Khi Thái tử Sĩ-đạt-đa đi dạo bốn công thành thấy người ốm đau, ngài thở dài và kêu Sa-nặc đánh xe quay về cung. Như vậy, Thái tử đâu có tử tế gì, ngài thở dài chứ đâu làm cái gì thiết thực có ích cho dân chúng đâu? Vì nếu thái tử Sĩ-đạt-đa từ bi thì ngài phải xuống xe, đưa họ về cung lo thuốc men cho họ thì mới là người nhân nghĩa tử tế chứ. Vậy sao chúng ta bảo Thái tử Sĩ-đạt-đa thương xót tất cả chúng sanh? Thật ra, thái tử Sĩ-đạt-đa là một hoàng tử giàu có, có thể lập nhiều bệnh viện nuôi nhiều người ốm đau, nhưng nếu hôm nay lo chữa bệnh cho dân chúng thì mai họ lại bệnh hoạn nữa. Hôm nay họ đói, cho họ ăn thì ngày mai họ lại đói nữa. Bây giờ chỉ làm những từ bi nhỏ, lo chữa bệnh, bố thí thuốc men cho người này, lo cơm cháo cho người kia thì nhiều lắm Thái tử Sĩ-đạt-đa cũng chỉ lo cho vài ba người hay lo cho trăm người là cùng, chứ không làm sao mà lo mà được cho tất cả chúng sanh trên thế giới này. Hôm nay dân chúng đói lạnh thì mai họ lại lạnh đói nữa, có thân này thì có những khổ đó, cho nên ngài thở dài tức tở cái tâm thương xót nỗi khổ của chúng sanh, và ngài muốn truy tìm nguồn gốc do đâu mà chúng có nỗi khổ đó vậy, do đâu mà có cái khổ về đói khát, về bệnh hoạn này? Thái tử Sĩ-đạt-đa muốn trị bệnh tận gốc nên ngài trở về cung trầm lặng ngẫm nghĩ, rồi ngài mới tìm phương pháp để chữa cái khổ tận gốc. Chữa bệnh không những chữa cho một người mà chữa cho tất cả mọi

người trên thế gian này cho nên đây là lòng đại từ bi vô hạn của Thái tử.

Vì có thân nên chúng ta phải có đói khát, phải có bệnh hoạn, phải có bao nhiêu thứ thuộc cái thân này, cho nên Thái tử Sĩ-đạt-đa muốn tìm phương pháp nào để cho đừng có cái thân này nữa, đừng có vào bào thai mẹ, đừng có hút máu mẹ mà kết lại thân này, đừng đa mang một cái thân hư vọng, cho nên ngài phải tự mình lần mò để tìm phương pháp. Chứ ngài không vội vàng lãng xãng như chúng ta, lo cơm cho người này, lo thuốc cho người kia, như thế thì không có sự tĩnh lặng tinh thần sáng suốt để truy tìm tận nguồn gốc và xóa bỏ cái khổ tận gốc cho tất cả muôn loài. Thế cho nên, Đức Phật là bậc đại từ bi, ngài có cái tâm sâu xa, muốn làm một việc gì đó tận gốc, chứ không phải như chúng ta rộn ràng, chỉ làm những việc cạn cợt ở trên.

## **12. ĐẤT NƯỚC GIÓ LỬA LÀ VÔ NGÃ, VÔ THƯỜNG, KHỔ**

i. Đất là vô ngã, vô thường, khổ

Từ vô thủy chúng ta đã quen nhận thân đất nước gió lửa này là mình, cho nên bây giờ muốn tách ra, không nhận thân này là ta nữa thì rất là khó. Không phải học một câu: ‘Thân là đất’ là đã giác tỉnh rồi, vì chúng ta đã quen nhận ruột, gan, bao tử, phèo phổi, xương da thịt bằng đất này là thân mình và không biết nó bằng đất, bằng có là hàng ngày chúng ta vẫn ăn cơm, ăn bún bánh để nuôi thân. Cơm bún là gạo, gạo là lấy ở đất lên cho nên hàng ngày

chúng ta vẫn chấp đất là thân mình. Do ái ngã mà chúng ta nhận chịu chút xíu đất này làm thân mình. Lá phổi của chúng ta làm bằng đất, con mắt bằng đất, cánh tay bằng đất; đất này đã ở với chúng ta cả đời cho đến chết cho nên Đức Phật dạy: “Chút đất tạm dừng trong thân do ái nhận chịu”. Vâng, đất chỉ tạm dừng trong thân vài chục năm rồi trả về cho chủ, như những người bị tai nạn xe cộ tay chân bị đứt ra thì người ta vứt những tay chân không thể nối lại vào thùng rác hoặc thân chết bỏ chôn xuống đất. Móng tay chân còn dính vào thân, ai đụng vào làm đau, bị gãy móng tay móng chân là la làng nhưng cắt ra rồi thì quăng vào sọt rác, không phải là mình nữa. Tóc còn trên đầu thì nhận là mình, mỗi nửa tháng cạo rồi thì bỏ vào thùng rác, nhưng chúng ta vẫn mê lầm nhận chút đất tạm dừng nơi thân này là mình và thiết tha bảo vệ nó. Cho cái gì trong thân này cũng cho là của tôi, cánh tay của tôi, con mắt của tôi tức cho đất là ta và của ta.

Tương mạo của người hiểu rõ mình là đất thì tạm nhận đất này là thân nhưng các ngài không ái luyến, không có khốc lốc khổ nhiều vì nó, cho nên khổ hay không khổ là chính tại chúng ta chấp vào thân. Các thánh nhân cũng có thân nhưng các ngài không ái thân, còn chúng ta thì mê muội nhận là thân của chúng ta, vì vậy cho nên chúng ta mới khổ. Người ta chưa đánh vào thân mình, mới có bập bẹ môi tạo làn không khí rung động thô, chưa đụng chạm tổn thương gì tới mình cả, ấy thế là đã khóc nức khóc nở, bực tức thù hận họ. Cho nên gốc là nhân chúng ta ái thân,

ngu muội yêu quý đồng đất, nhận là mình và duyên là lời nói bên ngoài, mình cho là thật, gọi là duyên xúc khổ. Đức Phật dạy chúng ta quán sắc, thọ, tưởng, hành, thức để đừng nhận năm ấm sắc thọ tưởng này là mình, để không còn khổ khổ. Nhận một trong ngũ ấm (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) đã khổ rồi hướng chi nhận cả năm ấm. Cả năm quả núi ngũ ấm này đè nặng chúng ta từ vô thủy đến giờ. Đây là bệnh chung của tất cả chúng ta, ai cũng còn đang chịu cơn bệnh si mê này, cho nên phải quán thật rõ các chấp nặng nhẹ của mình để may ra có loé tí ánh sáng nào cho giảm bớt đi sự khổ.

Đức Phật dạy chúng ta điên đảo khi không vợ nhận đất là mình, vợ lấy đất mà làm thành mắt, tai, mũi, lưỡi, thân thành ra có sự phân biệt ở từng giác quan. Đất thì mệnh môn bát ngát ở khắp mười phương gọi là địa đại, vậy mà vợ lấy chút cơm, chút gạo, chút đất trong đại địa làm mình. Mỗi ngày vợ lấy vài chén cơm, ăn trái cây, bánh kẹo đều làm bằng đất. Ăn rồi vợ lấy chất bỏ của các loại thực phẩm đó thiết tha tước làm da, làm thịt xương nhận làm thân mình. Bởi vì có sự vợ vào nhận làm mình như thế nên mới có cái thân rồi nơi đất mới chia thành có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, bộ thần kinh và chia thân tâm chúng mình thành sáu phần. Từ sáu phần này mỗi một căn lại mở ra một cảnh giới. Con mắt thì sống với pháp giới sắc trần. Tai thì sống với pháp giới thanh trần, thần kinh ở mũi tự biến ra hương thơm hay mùi thối, thế là mũi sống riêng một cảnh giới về hương trần. Rồi lưỡi có thần kinh biến ra những vị ngọt

chưa đáng chất, thế là chúng ta có một pháp giới về vị trần để thưởng thức các món ăn vật lạ. Thân trần cũng thế, thân kinh xúc chạm cảnh bên ngoài thế là có cả một pháp giới nóng, lạnh, nhẵn, trơn của cả một cảnh giới xúc chạm nữa. Chưa xong, lại có bộ thân kinh đêm ngày suy ngẫm đương đầu với những pháp trần để lại các hình bóng để thọ dụng tưởng nhớ lại những chuyện quá khứ, tương lai.

Chỉ vì chúng ta vợ lấy chút đất, nhận làm thân nên mở ra thành có sáu pháp giới cảnh trần. Sắc trong (sáu căn) cũng như sắc ngoài (sáu trần), chung quy cũng chỉ là đất; người có trí thấy biết việc này cho nên chẳng bận lòng điều gì. Chúng ta vợ cơm vào, hút vào thì ăn vào bụng, rồi lại bài tiết đi ra, nó chẳng bận lòng gì cả. Điều bận lòng là tự chúng ta vợ nó vào, rồi kết lại thành sáu căn, mở ra sáu cảnh giới, cho nên có chuyện mỗi khi xúc cảnh trần cũng đất thôi nhưng đối với chúng ta thì thành có đất trong và đất ngoài.

Khi đất trong chạm đất ngoài thì mở ra các thứ phân biệt. Mỗi khi mắt chạm cảnh trần, mắt vẫn đứng yên đấy, chỉ có ánh sáng mặt trời, chiếu vào cảnh bên ngoài, rồi phản chiếu qua con ngươi vào thân kinh, chung quy chỉ có ánh sáng mặt trời làm việc thôi. Ánh sáng rọi vào gương mặt của người đó rồi phản chiếu bóng ảnh qua con ngươi vào thân kinh. Ấy thế là thân kinh của chúng ta nhận ra một hình ảnh, gọi là sắc trần và nhãn thức phân biệt là chị ấy đang lườm mình. Chúng ta gọi là đã có sự xúc chạm. Thật ra, cô ấy đứng đó không hề nhảy vào mắt mình và

thần kinh trong mắt mình cũng đứng yên đấy, không có nhảy ra ngoài, chỉ có ánh sáng mặt trời liên kết bởi nhân là con mắt lành và duyên là có ánh sáng chiếu vào chị ấy rồi phản chiếu vào con người của chúng ta. Trong thần kinh của chúng ta mới hiện lên hình ảnh chị ấy, liền có niệm tức chúng ta phân biệt và nhận có hình ảnh chị đó đứng lờm mình. Nhận được một hình ảnh như thế tức là một nhãn thức đã sanh. Như thế, suốt ngày chúng ta có không biết bao nhiêu là nhãn thức. Cứ một hình ảnh hiện lên là một nhãn thức đã sanh. Quay bên trái là một nhãn thức và quay bên phải là một nhãn thức, ngẩng lên trên thì một nhãn thức khác lại sanh, nhãn thức sanh diệt suốt ngày cho nên bóng ảnh của chị đó lờm mình cũng sanh diệt và tan biến không bền, không thật, nhưng chúng ta lại bị chi phối bởi hình ảnh lờm ấy.

Cho nên, Phật dạy chúng ta phải quan sát sự xúc chạm giữa căn và trần này là vô ngã, không thật. Chị ấy không có nhảy vào mắt mình và mắt mình cũng không có nhảy vào chị ấy. Xúc là cái không có thể chất, vô ngã, hư vọng, chỉ là nghiệp báo tướng tượng của chúng ta đánh lừa, chứ không có sự thật. Hễ mắt người thì thấy ra cảnh người, mắt gà thì thấy theo kiểu của gà, mắt cua nhìn theo kiểu của cua, nghĩa là loài nào thì ở trong nghiệp báo của loài ấy mà loài nào cũng mê muội cũng tưởng mình là thật, cho nên trước phải quán sự vô ngã của đất và xúc chạm này. Mỗi ngày chúng ta lãnh thọ có đến hàng tỷ những cảnh trần, hàng tỷ những hình hình sắc sắc ở trong mắt chúng

ta. Đầu chúng ta vừa quay ấy thế là cái bóng ảnh khác hiện rồi, rồi quay hướng khác lại có những cảnh trần khác ập vào. Không biết bao nhiêu những bóng ảnh nơi mắt mình. Nó thành bóng trong mắt và tan liền qua bóng khác. Cái này chỉ cần để ý, chứ chẳng phải quán vì ai cũng có thể tự thấy được.

Chúng ta cũng quán nơi tai để thấy sự vô ngã rõ rệt hơn. Người ta nói ngoài kia, âm thanh đâu có nhảy vào tai của chúng ta và tai của chúng ta cũng đâu có nhảy vào miệng người ta để mà hứng lấy âm thanh. Âm thanh vốn không có thể chất, chỉ là làn sóng âm ba, chạm vào màng nhĩ, chứ không có lời khen chê nào có thể cầm nắm được. Chúng ta thì cho là có lời nói của chị kia đã vào tận tâm mình nên tức giận tìm cách trả thù nhưng quán sát lại thì không có gì là thật cả mà chỉ do chúng ta lầm tưởng là có sự xúc chạm. Ở mũi cũng thế, quán xem hương thơm của hoa nhài. Hoa nhài đâu có nhảy vào mũi của mình và mũi mình cũng không có nhảy vào đụng hoa lài. Sự xúc chạm của hương thơm hoa nhài cũng là cái không có. Thiệt căn cũng thế, mỗi khi ăn cơm Đức Phật dạy quán những vị ngọt chua mặn lạt để thấy chỉ là cảm giác vị trần thoáng qua nơi đầu lưỡi, chỉ là một cảm giác thoáng qua, không có thật thể. Vị trần là vô ngã thì đừng tham ăn, tham uống, làm nô lệ cái lưỡi đến nỗi phải giết gà, giết vịt hại mạng chúng sanh, rồi phải chịu giao báo của đầu lưỡi đọa làm súc sanh.

Quán sáu căn, sáu trần là đất, là vô ngã, chúng ta cũng chưa tỉnh ra đâu, vẫn tham vẫn yêu, vẫn giận, vẫn hờn, nên Phật dạy chúng ta hãy quán chúng là vô thường nữa. Chúng ta chịu khó để ý thì sự vô thường sẽ hiện lên rõ rệt như thân bằng đất này đang đi mà vấp cây ngã liền chết hoặc trúng gió bị chết; rồi để ý hình sắc, âm thanh, vị ngọt hiện lên rồi tắt. Mỗi khi chúng ta nghe âm thanh, chúng ta chưa kịp nhận nghĩa thì âm thanh đã vội tan mất rồi. Xúc giác nơi thân, nóng lạnh vô thường xoay chuyển. Pháp trần nơi ý tức là liên tục hàng trăm ngàn bóng ảnh hiện lên trong đầu rồi tan đi để nhường chỗ cho bóng khác, cái khác cũng vừa hiện lên là tắt rồi. Tâm ý suốt ngày triền miên đối với các pháp trần. Cái này chỉ cần chúng ta để ý là thấy ngay sự vô thường. Đã vô thường thì thay đổi không có cái gì trụ, chúng ta phải thấy sự thật này để đừng chấp thủ vào một vật gì, đừng để những mừng giận yêu ghét sai sử tạo nghiệp. Suốt ngày xúc chạm cảnh bên ngoài, sáu căn và sáu trần này tệ lắm đã sai sử chúng ta từ vô thủy tới giờ cứ nhận vật làm mình, mới bật lên thọ và khi nhận là tôi thọ thì sẽ có hai sự khổ vui và chúng ta cũng nhận luôn là tôi khổ tôi vui. Hãy nhìn thấy sự thật này.

Mắt chúng ta làm bằng đất, chị ấy bên ngoài, thân của chị cũng làm bằng đất nên miệng của chị cũng bằng đất. Không khí rung động từ miệng chị ấy không có cái gì là sự thật cả, chỉ là làn sóng không khí rung động từ sự di chuyển của đất. Nếu tách ra từng cái riêng rẽ đi tìm âm



thanh thì không có, cho nên chúng ta không điên đảo vì lời nói của chị ấy. Cái bóng của chị ấy hiện lên nơi mắt mình, âm thanh hiện nơi tai mình, ở nơi mình có cái khổ điều đứng bật lên vì chị ấy chê mắng mình. Chính chúng ta cũng không biết cái vui và khổ này đứng ở đâu, xuất xứ từ đâu mà ló đầu ra và hiện hình lên và cứ nhận “Tôi khổ!” “Tôi vui!”. Cho nên Phật mới bảo chúng ta hãy nhìn lại xem sự khổ này là cái gì, có thật không và xuất xứ từ đâu? Nếu khổ là thật thì phải đứng đó mãi, phải cố định khổ ở đấy, nhưng sáng nay không có khổ mà giờ hiện lên rồi tí nữa lại vui hiện lên.

Chúng ta khổ vì chúng ta không biết sự thật, không chịu để ý nhận ra sự thật vô ngã, vô thường, khổ này. Chứ thật ra sắc tâm với pháp ngoài là đất đâu có bận lòng gì đâu. Đất là đất. Nó chẳng khổ cũng chẳng vui, chỉ tại chúng ta bám víu vào những hư vọng, cho nên chúng ta tự khởi lên những khổ vui. Dĩ nhiên sáu căn, sáu trần là cái không có. Chúng ta tự vơ lấy một nhúm đất và tự kết lại thành da thành thịt, thành xương, nhận là mình, là có sáu căn. Thế rồi chạm với đất ở bên ngoài là sáu trần sanh ra sáu thức phân biệt có ta người và thế giới. Thế là sáu căn, sáu trần, sáu thức lập thành cái mà chúng ta gọi là cả một cuộc đời nhưng cuộc đời đó chỉ toàn hư vọng.

Nếu người biết tu thì không có buồn khổ. Thật ra, trên đời có hai niềm vui là niềm vui thật và niềm vui giả. Đức Phật muốn chúng ta hưởng niềm vui chân thật mà bỏ niềm vui hư vọng. Niềm vui ăn ngon, mặc đẹp, đi chơi... thật ra

không phải là vui mà chỉ là những nỗi khổ trá hình, chỉ là những nỗi khổ giả làm cái vui. Ăn ngon, ăn bánh, ăn kẹo thì thích nhưng hết ăn, không còn nữa thì không còn sự thích thì đau khổ nên Đức Phật gọi niềm vui này là hoại khổ. Lúc đang ăn vẫn thích và không thể ăn hoài được thì cái ngon trở thành không ngon nên niềm vui đâu sẽ tắt và hoại khổ sẽ hiện lên. Vì lý do giác tỉnh sự thật của khổ này, Đức Phật dạy chúng ta phải quán vạn pháp vô thường để thấy là nó quá mong manh đừng có bám víu vào, rồi quán vô ngã để thấy nó không có thể chất thật, không nắm bắt được, mà chúng ta si lầm nhận là mình thật nên nó đưa đến khổ. Khi quán được ‘vô thường’ hay ‘vô ngã’ để thấy mặt thật của nó thì tự nhiên những ‘khổ’, không cần quán cũng nhận ra mặt thật của nó.

Vì sao chúng ta phải ăn uống mỗi ngày? Vì lầm nhận thân bằng đất này là mình, cho nên phải lo ăn uống bồi bổ cho nó, lo nuôi cho nó sống. Các bậc thánh sáng suốt, không vào bào thai, cho nên các ngài không bận rộn việc ăn uống nữa. Chúng ta vì nghiệp, vì ân oán mới mắc vào bào thai mẹ, vì mắc vào bào thai nên mới hút máu mẹ và kết làm thân thể của mình. Vì có thân nên có những hệ lụy ăn uống để duy trì thân, phải lo cho nó mặc, lo tránh nắng mưa cho thân, lo tắm rửa chải đầu nhưng nó cứ già, cứ bệnh và rồi quăng vào lò thiêu, nên có thân là có khổ như có câu: “Hữu thân hữu khổ, phàn nàn cùng ai”. Cho nên thân là một báo chướng, ăn uống dù có ngon miệng gì đi nữa thì chỉ là một nghiệp ngu si, nuôi một báo chướng. Vì thấy rõ việc

ngu si này nên các thánh nhân không có mắc vào bào thai, các ngài sống thanh thoi tự tại, không có dính mắc bận rộn với cái thân này. Các tổ vẫn gọi thân này là một ung nhọt, đeo thân là đeo một nôi khổ. Chúng ta không biết cho ăn uống, mặc đẹp, đi chơi là thân sung sướng, nhưng thật ra sự sung sướng ấy chỉ là sự mê muội, chứ không phải thật là sung sướng. Huống chi bây giờ lại thích ăn ngon, thích mặc áo đẹp, ở nhà sang, đi xe hơi đắt tiền, còn thích thêm những thú vui phù hư nữa thì thật đáng tội nghiệp, cho nên Đức Phật không khuyến khích những niềm vui đưa chúng ta về ngu muội tối tăm mà ngài khuyên chúng ta đi tìm những niềm vui sáng suốt giải thoát lâu dài.

ii. Nước là vô ngã, vô thường, khổ

Chúng ta quán thân này là nước (nước mắt, máu, nước tiểu...), do ái nhận chịu một tí nước hão huyền này làm thân mình. Những người không học Phật, không tỉnh ra, không được biết, cho nên dùng thân bằng nước mà cứ nhận là thân ta. Chính họ cũng như chúng ta đang ở trong đường mê cứ để cho sắc, thọ, tưởng, hành, thức sai sử. Cho nên, Đức Phật dạy cố gắng khi chúng ta học cái thân bằng nước thì biết những người xung quanh cũng sẽ như mình, cũng lầm nhận chút nước làm thân mà rồi còn tạo nghiệp, không tự nhớ ra để mà chịu quả báo.

Khi gặp việc trái ý từ xúc thành thọ, rồi tưởng, tâm của chúng ta chuyển biến thành hành động sân giận, trả oán lại. Hãy để ý tâm thức từ lúc nó chuyển dịch, chứ không

phải đợi lúc nó thành phiền hận, oán thù mới quán thì quá muộn. Quán thân là nước mỏng mảnh ‘vô thường’, ‘vô ngã’, ‘khô’ để giác tỉnh và chặn từ lúc móng khởi tâm chuyển biến, chờ đợi thành phiền, thành hận là mình đã mê rồi.

### iii. Gió là vô ngã, vô thường, khổ

Hơi thở là gió bên trong thân ta. Nếu hơi thở ngừng lại chừng vài phút thì thân chúng ta sẽ không còn. Cuộc đời của chúng ta chỉ có một tí gió, cheo leo ở hơi thở vào và hơi thở ra đó thôi, nên Đức Phật dạy “Đời người trong hơi thở”. Thường mỗi khi chạm cảnh bên ngoài, ngay khi mắt chạm sắc, tai chạm âm thanh, mũi chạm hương, lưỡi chạm vị thì chúng ta vội vàng đem tâm ra ngoài để phân biệt cảnh trần để ghét chê và khen ngợi. Nay chúng ta có phước báu được học Phật, Đức Phật dạy phải hộ sáu căn khi gặp cảnh, nghĩa là đem ánh sáng quay về mình để soi vô minh của mình đang phản ứng thế nào. Đây là việc đầu tiên thiết yếu. Chính việc này phân ranh giới giữa thánh và phàm, giải thoát và không giải thoát. Người hộ sáu căn thì lập tức quay về nhìn lại để thấy vô minh sẽ phản ứng và hàng phục vô minh của mình. Còn người không hộ sáu căn thì vội vàng quay ra xem ai dám la mắng mình, mặt mũi ra sao, để mắng lại họ. Đó là tướng mạo của người chưa thuần thục trong đạo.

Cho nên chúng ta phải để ý, học Phật có hai đường lối: một là quay ra và hai là quay vào. Mỗi khi sáu căn gặp cảnh lập tức nhớ việc đầu tiên là quay vào soi mình để sửa mình và trị mình, việc quán là việc về sau. Trước hết chúng ta phải soi tâm của mình, thấy vô minh khởi lên, hoặc là xúc, hoặc là thọ, hoặc là tưởng. Do xúc mới biết đây là âm thanh, còn thọ là thấy sự khổ hay vui đã hiện lên. Tưởng là tưởng yêu hay ghét thì phần nhiều ba cái ‘xúc, thọ, tưởng’ này hiện lên nhanh như điện mà chúng ta cứ lơ mờ. Chúng ta phải nhìn để đừng nhận ba đũa này là mình. Xúc thọ tưởng là ba điểm cần nhất phải thấy. Điểm hai là đừng có nhận là mình và điểm ba là nếu khổ vui mạnh quá, nhìn nó mà nó vẫn có khả năng sai mình tức xúc tưởng quá mạnh thì phải quán để cho nó tan đi. Chúng ta phải quán nhân duyên gì mà có cảm thọ khổ vui. Nhân là trong thân có một chút gió, hơi thở. Nếu hơi thở ra mà không vào thì khổ vui còn không? Thân mong manh vô thường như vậy, chỉ có chút hơi thở ra vào mà mê nhận nó làm thân thể của mình rồi lại luân chuyển theo khổ vui.

Chúng ta phải tập quán hơi thở hàng ngày, quán thân này chỉ là gió, chứ không phải đợi đến lúc xúc sự thì chúng ta mới quán. Chúng ta đã tập quán thuộc trong lòng rồi và luôn giác tỉnh rằng thân của chúng ta chỉ là hơi thở ra vào. Hơi thở mong manh và vô thường lắm, không phải là một loại bền bỉ vững chắc để cầm nắm được. Chúng ta bị vô minh từ lịch kiếp nên không phải chỉ nói một câu giác tỉnh như thế thì đã thành thánh hiền ngay được. Cho

nên mỗi khi gặp cảnh, nhìn lại chúng ta xem sự vô minh phản ứng ra sao? Phải tập, phải rèn luyện lâu lắm, phải quán tỉ mỉ cẩn thận. Vô minh phản ứng lên thì đó là thọ, thì tướng, hành, thức xuất hiện. Đức Phật chia thành năm ấm (sắc thọ tưởng hành thức) là bước đi của vô minh. Quán nhìn nó lúc mới ở xúc hay thọ, chứ để đến tướng đã hiện hành rồi thì nặng rồi. Phần nhiều xảy ra ‘xúc thọ tướng’, xong ba điều này rồi thì chúng ta mới biết. Do chúng ta có thọ cho nên có khổ, còn tướng thì khởi giận hay tham. Nếu là thọ đến thì vội vàng mà kịp nhớ không phải là ta khổ, không phải ta vui, không phải ta yêu, ta ghét. Nếu là người học rộng phải nhớ đến ngũ ấm đó, phải nhớ đến năm ấm này là gió không phải thân ta, không phải chuyện của mình, rồi hợp nhất tâm định, không di chuyển. Giữ cho tâm của chúng ta đừng biến chuyển, đó là nói chúng ta gặp cảnh nghịch. Còn nếu gặp cảnh thuận được mọi người khen ngợi thì đừng thấy là tôi vui. Lúc bây giờ lỗ mũi nở lên thì phải biết không phải tôi, đây chỉ là gió. Nếu tâm vui ái ngã quá mạnh, chúng ta mặc nó mà nó không tan, có cái gì cứ thích thích trong tâm, thế là thọ biến thành tướng. Ưa thích tiếng khen thì sẽ quán trong thì ái thân là nhân và tiếng khen bên ngoài là duyên. Thân chỉ là do những hơi thở mong manh điều hòa. Hơi thở này mà ngừng một tí thì toàn thân này thành đồng thịt thối đem chôn liền. Lúc bây giờ người ta không có khen nữa, như vậy việc vui của mình là không đúng sự thật. Sự vui tự mãn này là vô minh. Lúc bây giờ không còn là tiếng khen

nữa mà người ta sẽ sợ hãi thi thể hôi thối của mình và như vậy thân này không có gì là đáng yêu, đáng thích nữa. Chúng ta tỉnh ra thì ngã ái của chúng ta tan đi. Ngã ái tan đi thì đối với tiếng khen, tiếng chê chúng ta bình tĩnh gọi là ‘dừng hợp nhất tâm, định không di động’, không để cho khen chê chi phối mình nữa.

iv. Lửa là vô ngã, vô thường, khổ.

Hiện giờ thân chúng ta đang có hơi ấm ấm, đó là chất lửa trong người. Máu chạy quanh khắp người nên ấm áp suốt ngày, như thế gọi là người sống. Nếu bây giờ hơi thở ngừng, oxy không vào được phổi, không có sự đốt ở phổi nữa thì cơ thể sẽ lạnh thì sinh hoạt của chúng ta ngừng ngay, lúc ấy gọi là người chết, người thiên cổ, xem như đời sống không còn nữa, cho nên tất cả sinh hoạt của chúng ta đều nương tựa một tí sự ấm áp này thôi. Trong thân có chất ấm, sự ấm này nhỏ không đáng là bao nhiêu, cho nên gọi là một chút lửa tạm dừng ở trong thân tứ đại. Hễ hơi thở ngừng một tí thì lửa liền tắt ngay. Chúng ta phải nhận định hễ hơi ấm tạm ngưng đi một tí là xem như chết, mạng sống của chúng ta mong manh như thế, chỉ có một chút ấm chứ chẳng phải gọi là lửa được nữa. Chúng ta do ái mà mê nhận một chút ấm chột còn, chột mất, hư vọng này làm thân. Biết như thế thì trong đời sống hàng ngày, khi gặp ai xúc phạm cảm thấy đau khổ thì phải quay về đem ánh sáng trí tuệ đó quán soi sắc, thọ, tưởng, hành, thức khởi lên. Nhân là trong thân có chút hơi ấm mà nhận làm mình và duyên là có làn sống âm ba rung động từ hơi

ấm của chị ấy, cho nên thọ khổ vì lời nói chua cay của chị ấy là không thật. Quán hơi ấm của mình và chị ấy là mong manh ‘vô thường’, ‘vô ngã’, ‘khô’ để tỉnh ra.

Nếu không thờ nữa, thân lạnh một cái thì thân này thành xác chết, thành một đồng thịt thối, người ta đem chôn, vậy thì có đáng yêu, đáng quý không? Tập nhận ra như thế, có một tí hơi ấm thôi, nhưng hễ hơi ấm đó lạnh một tí thì thành xác chết xình thối, người ta sợ hãi, vội đem chôn liền. Khi mà nhận như vậy và giác tỉnh ra như thế thì chúng ta giảm bớt lòng ái luyến thân. Khi ái luyến giảm đi thì chúng ta sẽ cảm thấy không có phiền giận người xúc phạm hay la mắng mình và nỗi khổ sẽ tan đi. Sở dĩ chúng ta thấy khổ là tưởng thân này đáng quý lắm, nên khi bị chê trách liền thấy đau khổ, mà bây giờ biết nó chỉ có một tí hơi ấm không đáng gì cả. Lửa lớn bên ngoài khi dập thì sẽ tắt, hướng chỉ hơi ấm một tí trong thân ta có đáng là bao nhiêu mà hễ nó tắt một cái thì thân này thành người thiên cổ đem thiêu. Chúng ta phải nhận cho rõ giá trị của chúng ta, chỉ một tí đất, một tí nước, một tí gió và một tí hơi ấm mà thiếu một tí đó thì khiến chúng ta thành ra đồng thịt thối. Nhận được như vậy thì tự nhiên sự khổ sẽ tan đi.

Các bậc thánh là các ngài đã thành công trên đường tu tập, còn các bậc hiền là các vị đang tu tâm để sửa đổi những sai quấy. Các bậc thánh hiền này cũng có nghiệp làm người, có thân với một tí đất nước gió lửa như chúng ta không khác, nhưng các bậc thánh bình tĩnh thản nhiên



với sáu trần, còn chúng ta thì vừa nghe khen vội mừng rồi rít, nghe chê thì đau khổ điều đứng. Đó là bởi vì chúng ta còn ái luyến tấm thân này. Các ngài là bậc thánh giác tỉnh rồi, biết thân là đất nước gió lửa, nên không bận lòng cảnh ngoài, còn chúng ta thì với tiếng khen, tiếng chê, chúng ta bị động, bị sai xử, bị bật lên như một cái lò so. Biết nó là vô minh mê muội, nó hiện lên chứ không phải mình, mình đâu có muốn. Đây là tự nó, nó hiện lên, rồi nó lại sai sử cho nên chúng ta phải tỉnh ra. Nhân là tại vì mình còn ái thân, chưa nhận thấy rõ từ tạng thức rằng thân này chỉ có một chút hơi ấm, tí đất nước gió lửa thế thôi. Chúng ta phải nhớ những điều này chớ đừng quên, đừng để nó sai sử mình. Sắc thọ tưởng hành thức là năm thứ che lấp trí tuệ của chúng ta. Nó khiến cho chúng ta sống sai lầm, không thấy thân này chỉ có một chút đất nước gió lửa, năm thứ này nó lại thịnh vượng bao trùm đầy kín chúng ta từ vô thủy đến giờ. Chúng ta bị những ảo ảnh của vô minh ngũ ấm này chi phối đến nỗi khôn khổ trong hiện tại, rồi tạo nghiệp sẽ chịu khổ vị lai.

### **13. GIÁO GIỚI THÔNG**

Giáo giới thông: Giáo giới là chỉ dạy, thông là thần thông. Các vị tu mà tinh thần an định thì các ngài diễn giảng rõ ràng đúng với chánh pháp. Khi giảng pháp, tự nhiên các ngài bật ra những phương pháp dạy rất hay và hợp lý khiến cho thính chúng nghe hiểu những nghĩa sâu Phật pháp mà chưa từng nghe biết và từ đó khởi lòng ham

thích tu tập theo Phật pháp. Như vậy, vị pháp sư ấy được gọi là giáo giới thông.

Vị tỳ kheo mà có giáo giới thông thì có thể vì cả sáu đạo hữu tình thuyết pháp. Không những chỉ giảng cho loài người mà cõi trời cũng nghe được và ngay cả các ngài có khả năng cảm hóa được các loài súc vật như mèo, khỉ, cọp, rắn... Các ngài không phải giảng bằng lời nói như nói với loài người mà các ngài giảng dạy bằng tâm, truyền vào tâm cho loài súc sanh khiến chúng cũng tu học như chúng ta.

Giáo giới là ngài dạy cho chúng ta biết tu tập các phạm hạnh đầy đủ. Phạm hạnh là hạnh hoàn toàn thanh tịnh. Ví dụ như giữ giới không sát sanh; chúng ta không sát sanh, bàn tay của chúng ta không được giết hại loài người, loài vật hay các hữu tình có mạng sống. Nếu tâm ta còn có khi chột muốn giết súc vật để phục vụ món ăn cho mình, tức là chúng ta vẫn còn độc hại với súc sanh thì chưa gọi là phạm được, chưa được thanh tịnh hoàn toàn. Cả ba nghiệp thân, khẩu, ý cùng giữ giới hạnh thì mới gọi là phạm hạnh thanh tịnh được. Trong sự giáo hóa thì phải răn dạy những sai quấy khiến chúng ta có thể sanh lòng tin, bỏ ác theo thiện, phát tâm tu đạo cho tới thành tựu tam minh là thiên nhãn minh, lặn tận minh và túc mạng minh. Các ngài có giáo giới thông có thể hiện đời ngời đây nhưng xác thân thân là sắc giới. Các ngài không cầu về cõi cõi trời nhưng các ngài có khả năng hơn trời. Ví dụ như đôi mắt của các ngài sáng như trời hay sáng hơn trời nữa. Do sáng suốt nên không có quên những việc từ kiếp trước mà chúng tam minh.

## 14. GIỚI HẠNH XUẤT GIA HƠN KHỔ HẠNH NHIỀU

Trước kia các nhà ngoại đạo cho rằng khổ hạnh là pháp vi diệu bậc nhất mà bây giờ sau khi nghe Đức Phật giảng Kinh A-ma-trú (Trường A Hàm, số 20), Kinh Đa Giới (Trung A Hàm, Phẩm 14, số 181), Kinh Câu-Lâu-Sáu (Trung A Hàm, Phẩm 13, số 169), Kinh Ưu-đàm-bà-la (Trung A Hàm, Phẩm 9, số 104) thì các ngoại đạo Vô-nhuế, A-ma-trú mới biết giới hạnh sẽ có công đức hơn và quý hơn khổ hạnh hành xác nhiều.

Đức Phật bảo trước hết các ngoại đạo phải có lòng tin tín tâm thanh tịnh, phải tin Phật là một người nói pháp chân chánh, nói lời phạm hạnh đầy đủ. Người nào có tin Phật, nghe Phật giảng thì mới có trí tuệ biết được tại gia như gông cùm trói buộc bởi vì nếu chúng ta muốn giữ giới mà cả gia đình cản trở không cho giữ thì việc tu phạm hạnh sẽ khó thực hiện, cho nên phải ra khỏi gia đình, ra khỏi những ràng buộc này. Một người muốn giữ giới hạnh mà cả nhà mười mấy người cản trở thì khó khăn, cho nên chúng ta phải ở riêng với những người không đồng chí hướng và phải ở với những người cùng chí hướng, cùng giữ giới phẩm, cùng lia bỏ tài sản gia nghiệp vợ con, của cải thế thì mới hy vọng giữ được giới luật giải thoát, cho nên phải xuất gia thì giới hạnh mới được đầy đủ, phải rời gia đình, vợ con vì nơi đây nuôi dưỡng tăng trưởng tình ái luyến và phải rời gia sản sự nghiệp kinh doanh vì nơi đây cũng nuôi dưỡng lòng tham sân khó chữa.

Do xuất gia giữ giới không sát sanh, trộm cắp, tà hạnh để lìa những ác của thân và hành thiền tu bốn định (sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền) để lìa những ác của tâm. Tinh cần chuyên niệm như vậy thì sẽ được an vui tịch diệt trong hiện tại và tương lai. Đức Phật phân tách pháp của ngoại đạo là tu khổ hạnh hành xác, còn pháp của Phật là tu về xuất gia. Hai pháp này cái nào khó, cái nào dễ? Chẳng có cái gì khó bởi vì khác với thói quen hàng ngày thì gọi là khó thôi. Như ngoại đạo tu tập bằng cách sống trần truồng không mặc áo, cho là hành hạ thân, người thế gian thấy thế cho là khó, vì người ta không quen, còn ngoại đạo cậy là mình làm được hạnh mà người đời không làm nổi thì ông cho pháp của ông là hay, tài giỏi. Phật bảo chỉ có điều ông khác với mọi người là ông tự cho là khó thế thôi, chứ không có cái gì mà khó. Cứ cởi áo là xong chứ có cái gì đâu nhưng mà việc ấy không phải là việc cần làm, vô dụng, không đem đến lợi ích thiết thực.

Việc tu khổ hạnh hay Phật pháp là khó hay dễ thì không phải là việc quan trọng mà theo như Phật điều quan trọng là thân này bằng đất nước gió lửa mai đây nó sẽ tan đi trả về cho đất. Tâm của chúng ta thiện thì mới đi lên, tâm ác thì nó đi xuống lại càng khổ nữa. Hành hạ cái thân cho nó khổ không giúp ích cho việc đi lên hay xuống trong sáu đạo, chỉ làm cho thân tâm mệt nhọc thêm thôi, rồi mai một tâm ác đi xuống thì các thứ khổ dồn vào thân nghiệp nữa.

Cho nên, Đức Phật khuyên ngoại đạo đừng bận tâm việc tài hay giỏi, khó hay dễ mà phải lo đường của mình đi cho nó đúng hay sai? Các nhà ngoại đạo cứ xét lại đi nếu mà cứ tu khổ hạnh để mà khoe tài với thiên hạ mà quên tâm của mình cứ để dối trá, sát sanh, trộm cắp, để câu chuyện khoe khoang mà không lo làm lành giữ giới hạnh thì tâm ấy có đi lên được không? Cho nên giới hạnh xuất gia hay hơn khổ hạnh nhiều.

## 15. GIỚI HẠNH VÀ TRÍ TUỆ

Ngũ Giới (Tăng Nhất A Hàm, Một Pháp, 14, Kinh số 1), Bát Thiệ (Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 48, Kinh số 1) và nhiều kinh khác trong A-hàm nói nhiều về giới hạnh và trí tuệ. Trong đạo Phật, chữ đạo đức thường đi đôi với nhau, có đạo thì phải có đức, có đức thì phải có đạo. Trí tuệ là đạo, giới hạnh là đức. Giới hạnh và trí tuệ đi liền nhau không tách xa như ai giữ năm giới hạnh căn bản của hàng phật tử tại gia thì là người có trí tuệ.

1) Không sát sanh là có trí tuệ. Người có đạo thì không sát sanh vì có trí tuệ thì mới nghĩ đến quả báo về sau. Hễ bây giờ mình làm ác thì về sau mình chịu khổ, làm ác chính là làm khổ cho thân mình. Cho nên, người khôn thì không bao giờ tự làm khổ thân mình cả, vì vị ấy tránh không sát sanh.

Như con mèo thấy con chuột là chộp bắt ăn liền, bởi vì mèo không biết ngày mai nó sẽ khổ vì sát sanh. Nó chỉ biết bây giờ có được miếng ăn ngon là thích thôi. Cũng thế,

người không có trí tuệ được miếng ăn cho là ngon miệng được rồi, cứ giết bừa giết bãi ‘vật dưỡng nhơn’, chứ không biết ngày mai sẽ bị quả báo. Cho nên, người kiêng không sát sanh là người có trí tuệ, sẽ tránh được sự khổ tương lai. Ngoài ra, người có trí tuệ nên mới có lòng từ bi thương xót con vật vì thấy con gà, vịt, heo, bò cũng thấy bằng hai mắt như người, cũng nghe bằng hai tai như người, cũng ăn bằng miệng như chúng ta. Vậy con gà với chúng ta đâu có khác nhau, sao chúng ta nỡ giết nó? Người có trí tuệ không nỡ bắt nạt con gà, không nỡ giết hại loài vật, vì thấy nó bạt phước hơn mình. Mình là người có phước vì vậy mình phải bảo vệ che chở và thương yêu loài vật. Đây là bằng cứ người có trí tuệ thì vị ấy có giới hạnh.

2) Người có trí tuệ là không có ăn trộm vì thế vị ấy giữ được giới không ăn trộm. Vật của người thì người dùng, vật của mình thì mình dùng. Thấy rõ phạm vi sở hữu của mỗi người, không có dùng lẫn của người khác. Còn con chó thì không có biết gì hết, thấy ai để miếng thịt thì nó vồ ăn luôn. Nó cướp được là cướp liền, bởi vì nó không có trí tuệ. Nó không biết phạm vi của người này người kia. Nó chỉ biết ăn thôi, nên loài vật không có giới hạnh, không có trí tuệ. Còn con người có trí tuệ của loài người, tức có trí tuệ hơn loài vật, nên con người giữ được giới hạnh.

Giới hạnh làm thanh tịnh trí tuệ. Trí tuệ thì soi đường cho giới hạnh. Con người sáng suốt mà lại giữ giới hạnh nữa nên được nhiều tiếng thơm. Ngoài đời rất nhiều người học giỏi, học cao như các bác sĩ, kỹ sư, văn sĩ, giáo sư...

Chúng ta không thể nói họ là người ngu si, họ là người có trí tuệ và kiến thức đầy. Nhưng họ có giữ giới không sát sanh không? Có thể họ không giữ các giới này, cho nên, tuy họ có trí tuệ kiến thức nhưng họ không có giới hạnh.

Còn trong đạo, trong nhà chùa rất thanh tịnh vì chúng ta vừa có giữ giới hạnh và vừa có trí tuệ, khác với kiến thức hiểu biết của người thế gian. Trí tuệ soi đường cho giới hạnh vì có trí tuệ cho nên mới không giết hại chúng sanh, không ăn cắp, không nói dối; vì có trí tuệ chúng ta biết làm như thế chúng ta sẽ mất đức thanh tịnh, là hạ giá trị của mình xuống, chưa kể những quả báo đọa lạc về sau. Thế cho nên trí tuệ soi đường cho giới hạnh. Giới hạnh làm thanh tịnh cho trí tuệ.

Tay trái làm sạch tay phải. Tay phải làm sạch cho tay trái. Hai tay hỗ trợ cho nhau. Như giới hạnh hộ cho trí tuệ và trí tuệ hộ cho giới hạnh, khiến cho cả hai cùng tăng trưởng tốt đẹp. Có đủ giới hạnh và trí tuệ gọi là tỳ kheo, tỳ kheo ni.

Nếu ngu si đần độn có cho thọ giới tỳ kheo, tỳ kheo ni không? Muốn làm tỳ kheo, tỳ kheo ni phải đủ hai điều kiện. Học Tứ niệm xứ, học A-hàm để khai trí tuệ ra biết thân bất tịnh, biết thọ thì khổ, biết tâm vô thường, pháp vô ngã đó là khai trí tuệ. Rồi chúng ta giữ 250 giới hay 348 giới là giới hạnh. Nếu không học đủ hai việc này thì chúng ta sẽ khiếm khuyết.

Trưởng giả Chủ Đức hỏi Đức Phật: “Giới hạnh là gì?” Đức Phật dạy là giới không sát sanh, trộm cắp, nói dối, uống rượu, tà hạnh. Tại gia như gông cùm, nên xuất gia mới có thể tu phạm hạnh. Chủ Đức nghe xong hiểu rằng ở tại gia khó tu được hạnh thanh tịnh, nên trưởng giả tha thiết xin Phật cho xuất gia. Chủ Đức liền lìa bỏ tài sản gia nghiệp để theo xuất gia đầu Phật. Đó là trí tuệ buông xả của Chủ Đức. Người đời thường nói rằng: “Đồng tiền liền khúc ruột”, nên Chủ Đức mà lìa được tài sản, bỏ được gia nghiệp là hiếm lắm. Chủ Đức phải là người phải trí tuệ lớn lắm, mới được lìa xa được thân tộc vì cha mẹ thương con như biển hồ lai láng. Nhưng Chủ Đức biết rằng nếu ở gia đình thì chỉ vun trồng các đức tham sân si, chứ khó mà nói chuyện tu phạm hạnh được. Vì có trí tuệ nghe Phật giảng hiểu liền và tin như thế cho nên Chủ Đức rời bỏ được tiền tài gia sản và thân tộc. Rời bỏ được tiền bạc là khó mà rời bỏ được tình ái của gia đình càng khó hơn.

Thọ giới bắt đầu từ không sát sanh cho đến chứng bốn thiên là sơ, nhị, tam và tứ thiên, nghĩa là luyện tâm, chuyển biến bắt đầu từ lìa dục, được định của sơ thiên; xong rồi lìa hỷ, không có vướng mắc vào lạc, rồi tiến lên nhị thiên; xả niệm lạc trú được đệ tam thiên và tiến lên tứ thiên xả niệm, thanh tịnh, không lạc, không khổ, hoàn toàn thanh tịnh. Vị này vừa có định, có trí nên giới hạnh hoàn toàn thanh tịnh.



Vị này tinh cần chuyên một thứ chứ không có bận rộn nhiều thứ. Nếu mở ra nhiều thứ nhiều việc thì không gọi là tinh chuyên. Vị này chỉ một lòng chăm chỉ tu tuệ, giới hạnh. Ai khen cũng được, ai chê cũng được, không bận lòng các việc khác, việc bên ngoài không bận lòng. Tinh cần là sớm tối để lòng một việc chăm chỉ. Chuyên niệm không quên, thích độc cư nhân tịnh, không có bị khách khứa nhiều, bạn bè chuyên trò ồn náo thì tâm dễ bị loạn. Chính nơi vắng vẻ, ít người thì tâm vị ấy mới an ổn được. Vị này chứng quả thánh, vĩnh viễn ra khỏi luân hồi sanh tử nên được an vui.

## **16. GIỚI LUẬT**

‘Đạo’ nghĩa là con đường. Con đường giới luật là con đường đầu tiên trong đạo Phật. Tại sao chúng ta phải học luật? Phật dạy chúng ta đừng có làm những sai quấy khiến phải đọa lạc. Bởi vì chúng ta mù mịt tối tăm, không biết gì cả, cho nên mở miệng, động chân, cất bước đều là sai quấy, nên giờ Đức Phật dạy từng oai nghi, cử chỉ, hành động, từng li từng tí. Chúng ta phải ăn, phải nói, phải ngồi, phải đi, cho đến phải ngủ cũng cho đúng pháp. Quán thân trên thân của Tứ niệm xứ là giúp chúng ta chánh niệm từng oai nghi, cử chỉ của mình. Chúng ta phải vâng đúng, làm đúng, để dừng lạc về loài súc sanh, ma quỷ và để thoát được sự đọa lạc của sáu cõi, cho nên giới luật là quan hệ nhất. Vì đầu tiên chúng ta là những kẻ mù mịt tối tăm, hoàn toàn mờ mịt không biết thế nào là đường đi thánh hiền giải thoát, cho nên Đức Phật phải dạy từng tí từng tí

của tiêu oai nghi tế hạnh căn bản và chúng ta cũng phải vâng lời từng li từng tí, rồi từ từ sẽ đến giữ những giới luật cao sâu khó khăn hơn. Cần thận giữ gìn chứ buông lung thả lỏng một tí là cái nguy hiểm của đọa lạc sẽ tới.

Chúng ta như kẻ mù lòa đứng trên bờ vực thẳm. Đã mù lòa không trông thấy gì lại đừng cheo leo ở vực thẳm, cho nên hễ hơi sơ hở một tí là ngã xuống vực luôn. Đức Phật nói ví dụ vực thẳm là còn nhẹ, vì rơi vào vực thẳm thì chỉ làm khổ một thân này thôi, chứ còn rơi vào địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh mê si thì trăm ngàn vạn kiếp không góc được đầu ra để có thân người trở lại. Sự khổ và nguy hiểm lớn đến thế, cho nên chúng ta phải học luật là việc thiết yếu để bảo tồn thân con người mà trong A-hàm, Đức Phật đã nhiều lần cảnh tỉnh.

## **17. KHEN NGỢI TAM BẢO**

Trong kinh Phạm Động (Trường A Hàm, số 21), Đức Phật dạy chúng ta hãy trầm tĩnh đối với các sự khen chê ngợi Tam bảo. Đối với người chê Tam bảo, chúng ta không nên khởi tâm nóng giận, ghen ghét và ngay cả đối với người khen Tam bảo, chúng ta cũng không nên phơi bày lòng mừng rỡ thích thú.

Trên đời này, không có ai từ bi thiện lành bằng Đức Phật, không có ai chỉ cho chúng ta con đường đức hạnh và trí tuệ như là pháp (kinh sách của Phật). Chúng tăng là chúng trung tôn, là quý thầy, quý sư cô đáng được tôn trọng nhất trong tất cả các đoàn thể trên thế gian này. Đó là

ngôi tam bảo quý giá nhất trên đời. Nếu ai chê bai Tam bảo thì người đó phải quay lưng đi, đã quay lưng với thiện thì nhất định đi về đường ác. Đã đi về đường ác thì phải đọa lạc vào địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh và trầm luân mãi mãi. Thấy chúng sanh trầm luân như thế, chúng ta phải khởi lòng thương xót. Tội nghiệp cho người tự đâm đầu xuống hố, chứ không nên sân giận, bực tức. Đây là người ta chê bai ngôi Tam bảo, chúng ta chẳng những không sân giận mà còn khởi tâm thương xót cho họ nữa, phải tội đọa lạc. Còn những người chê mắng thẳng vào chúng ta thì chúng ta cũng không nên hờn giận, huống chi là những việc đâu đâu mà thấy trái ý mình thì cũng giận sôi sùng sục lên, mắt nhìn hằn học. Hễ có sân giận thì đó là đọa lạc, đó là chúng ta đang nuôi rắn ở trong nhà. Nuôi rắn thì nó sẽ cắn cho chết, cho nên không có nuôi sân giận điên tiết ở trong tâm mình.

Như các bậc thánh, các ngài đuổi hẳn sân hận hoàn toàn là không có chứa để. Đức Phật nói ngay đến bất mãn ngài cũng không có mà chỉ khởi một lòng từ bi đối với tất cả. Bất mãn còn không có, huống chi còn nổi giận, tức tối, sai sử con mắt hằn học, miệng lầm bầm, mặt bí xị, hiện lên những tướng rõ ràng mình đang có nuôi rắn trong tâm. Những người như thế trong A-hàm gọi là vô minh, không có trí tuệ, ngu si. Sống với rắn mà cứ nhận nó làm mình. Tôi giận, tôi không bằng lòng mà không biết mỗi lần giận nổi lên như thế là chúng ta đã đi xuống. Tinh thần chúng ta đã nặng nề và đã nặng nề thì đã đi xuống một bậc, nên

phải hết sức đūổi rấn ra khỏi tâm địa của mình. Nếu người sần giận mà đại phúc đức thì khi chết làm con hổ, con báo mà nếu kém phước thì làm con rấn. Kém phước nữa thì làm con rết mà kém nữa thì làm con trùng độc, lâu lảm, khó lảm mới đưọc lên làm con người trở lại.

Có câu chuyện kể rằng có hai anh em ruột sống với nhau, bố mẹ chết cả rồi. Người anh mới làm đám hỏi với một cô con gái, nhưng chưa làm lễ cưới đợi sau khi đi công tác về mới cưới. Người anh đi sang nước khác buôn bán; thời xưa phải đi bộ, chứ không có máy bay, xe hơi. Anh đi như vậy một thời gian lâu xa mà nơi thôn nhà không nghe tin tức gì cả, vì thời xưa hệ thống liên lạc thông tin rất khó khăn, không có bưu điện để đưạ thơ, cho nên bật tin.

Như thế người anh đi biên biện mấy năm trời. Cô con gái đã hứa gả cho ai rồi thì không đưọc phép gả cho người khác. Bố mẹ vợ thấy con gái lớn già mà người chồng sắp cưới lại không tin tức, thiên hạ đồn là anh ta bị chết rồi. Người bố nói với người em trai rằng con gái tôi lỡ gả cho dòng họ chú này rồi mà bây giờ người anh đi mười mấy năm không có tin tức, lại có tin đồn đã chết, vậy con tôi một đời người không có nơi nương tựa. Thôi bây giờ chú phải cưới cô con gái này thay anh chú mà lo cho cô ấy.

Người bố cứ thúc dục hoài, một lần, rồi vài lần, người em nghe xuôi tai và thuận lời. Lễ thành hôn vừa xong thì người anh lù lù từ nước ngoài về. Vừa về tỉnh lân cận,

người anh đã cho ngựa báo tin mình sắp về đến làng. Người em hay tin anh về mà mình lỡ cưới vợ anh về nhà rồi. Ngày xưa mà lấy vợ anh là phạm tội nặng lắm. Người em biết mình có lỗi, vội vàng bỏ trốn đi, để anh về thì có vợ đẩy đón tiếp người anh. Người anh về biết em mình cưới vợ của mình rồi thì người anh giận cho là người em hỗn láo qua mặt anh.

Người anh cầm dao để tìm người em giết. Người em sợ và trốn vào chùa đi tu. Người anh cầm dao hăm hực giận tức lên núi và vào chùa giết em, nhưng vì sân giận điên tiết, hung hăng, hấp tấp nên đi vấp chân vào rễ cây khiến cây dao đâm vào ngực và chết liền tại chỗ. Người em vẫn tu và không biết người anh mình đã tìm được tông tích mình và đã bị chết trên đường tìm mình. Người anh chết trong tâm niệm hăn học, dăm dăm phải chém người ấy, nên vừa dứt hơi thở là liền hoá làm rắn.

Con rắn ấy cứ vâng theo nghiệp lực thù hăn của kiếp vừa rồi, cho nên nó cứ thẳng đường tiến vào chùa để tìm người em này. Người em đã chứng quả và đang tọa thiền, thấy con rắn đang bò vào khe cửa. Người em sợ hãi, lúc ấy bỗng có người tới mở cửa và con rắn bị kẹt vào khe bị chết. Rắn chết vẫn theo tâm niệm là giết người kia, với nghiệp lực ấy nên nó đi đầu thai làm con trùng độc. Mỗi một đời là một kém phước đi. Con trùng độc cũng cứ nhắm vào người em ấy để hại. Nó trèo lên trên mái nhà, thả thân nó xuống và mổ vào đầu người em này. Người em chết trả nghiệp oán thù này nhưng người em đã chứng

thánh quả nên người em không gây nhân hận thù và oán lại con trùng độc. Do đó, nghiệp lực ân oán giữa hai anh em tới đây là dứt.

Chúng ta thấy con rắn, con hổ, giết nó chết, chúng ta tưởng thế là xong. Với chúng ta thì cứ giết chết hết chúng đi thì hết chuyện, nhưng chúng ta không biết rằng niệm ác của nó vẫn còn. Nếu nó đã có một nhân duyên trả thù người nào thì nó đổi thân thôi chứ lòng hận thù vẫn còn, cho nên không phải mình giết nó là xong hết cả đâu.

Cũng thế, nhớ một chuyện ngày xưa Đức Phật đem thân cho hổ ăn. Ngài đem thân nuôi con hổ đó là ngài kết một duyên sâu xa về ân nghĩa với con vật đó, chuyển được tâm con vật đưa về đường lành. Đây là phương pháp diệt cái ác chắc chắn nhất, nghĩa là làm thế nào mà đem tâm từ bi chuyển được tâm giận hờn kia. Đây là phương pháp giải oan, gỡ kết, chắc chắn nhất. Chớ bây giờ hại một người, nhưng chết không phải là hết chuyện mà tâm niệm ân oán đó lại theo sang đời sau. Đến đời sau thì người ta càng mê muội, người ta chỉ biết ghét người ấy, giận người ấy và phải giết người ấy cho bằng được và bản thân người ấy cũng không biết rõ duyên cớ vì sao mình bị người kia thù hận đến thế.

Những cái mê muội mà cứ muốn đâm hại, bêu xấu lẫn nhau lại càng nguy hiểm nữa. Khi khởi niệm ác, niệm giận hờn, muốn giết người khác, thế là chính vị ấy mất thân, bạc phước. Phước đức tan đi thế là mất thân người. Thân

người mất đi, phước đức tan đi, nhưng niệm ác vẫn còn, cho nên làm thân con rắn. Đến khi thân rắn chết rồi, niệm ác vẫn không hết, nó lại làm con độc trùng để nó đi theo cho bằng được đường lối ác của nó.

Cho nên, nếu chúng ta vẫn cứ nuôi tâm sân giận, nuôi tâm ác, nuôi tâm xấu thì chúng ta sẽ khổ như anh lái buôn ấy. Đừng chứa cái ác ở trong lòng. Đây là người đại, người khờ, tự làm khổ mình. Chúng ta nuôi rắn thì hiện tại mình cũng là rắn mà mình không tự biết, rồi kiếp sau làm thân rắn. Nếu rắn mà chưa bỏ cái ác của nó thì nó hóa làm con độc trùng. Bây giờ có trong xã hội, có người bị bệnh ho lao, có vi trùng ho trong phổi; có người bị vi trùng gan, vi trùng bao tử... Những con vi trùng ấy là ai mà vì sao nó muốn hại mình mà lại không hại người khác? Bởi vì trước kia mình ăn thịt gà, thịt cá, mình giết bao nhiêu loài vật. Trong một bữa ăn với vô số ốc luyệt, rồi trong đời chúng ta đã ăn biết bao con ốc, con tôm, con cá, con gà vịt, heo. Mình đã giết chúng nó, chúng nó cũng có cái khổ, cái hận vì chết trong đau đớn, ngộp thở, nấu sổng, lửa nóng, đập đầu, cắt cổ... Chúng nó mất thân thì một ngày chúng nó cứ bạc phước, cho nên nó làm những con vi trùng nhỏ để nó đòi mạng. Cho nên nhiều người chết vì các vi trùng này nhiễm gây bệnh. Những con vi trùng ấy vì kiếp trước mình đã giết hại nó, bây giờ nó bạc phước nó không được làm cái thân lớn, nhưng mà mỗi thù xưa này thì nó vẫn đòi mạng. Cho nên, chúng ta phải nhớ đừng nuôi những sân giận trong lòng. Những sân giận này vẫn cứ sẽ theo dõi

chúng ta mà nó khiến chúng ta bạc phước, tu bao nhiêu công đức bị đổ đi hết cả. Đức Phật nói một niệm sân nổi lên đốt cả rừng công đức. Công lao tu hành bao nhiêu kiếp bây giờ khởi tâm sân giận lên đốt sạch. Rồi lại nhận cái sân giận ấy làm mình thì cùng với nó làm rắn rết, rồi cứ đi mãi vào đường ác đến bao giờ cho hết khổ.

Cho nên chúng ta đừng có vì hảo huyền một lời chê, hảo huyền không đâu mà khởi tâm sân giận tức là mình nuôi rắn ở trong tâm mình, cứ nhận rắn làm mình, cứ nhận sân giận làm mình, tức là kiếp sau sẽ làm con rắn. Nếu thấy các chị em có việc sân giận chúng ta phải xót thương. Đừng có khởi tâm giận để chống lại, nghĩa là người có đại thì đại, chứ mình đừng có đại theo người ta, khởi tâm xót thương thì chúng ta sẽ gỡ được oán kết mà chính bản thân chúng ta cũng được giải thoát.

Phật pháp tăng là nơi nương tựa của tất cả chúng sanh. Nếu người ta chê bai thì có người nghe lại bắt chước, rồi rồi Tam bảo đi theo đường ác thì sẽ nguy hiểm. Cho nên việc chê ngời Tam bảo là nguy hiểm lắm, tội nặng lắm. Cho nên, chúng ta thấy ai chê ngời Tam bảo thì chúng ta phải can, nhưng đừng có nổi giận. Chúng ta can khuyển và chỉ cho người ta thấy Đức Phật là một bậc đại từ bi. Pháp là những lời dạy lợi ích mang đến hạnh phúc cho mình. Tăng là một đoàn thể những người sống phạm hạnh theo Phật. Đối với những vị như thế mà còn chê bai nói nặng lời được thì người này xấu và đại lắm. Chúng ta biết tội đọa lạc sẽ nặng nề thì mình phải tìm cách can khuyển.



Nếu có người khen ngợi Phật pháp tăng thì chúng ta phải bình tĩnh trước lời khen ấy. Chúng ta đừng để cho cảnh bên ngoài chuyển động tâm mình. Người ta khen ngợi tam bảo thì đó là rất đúng và người khen sẽ hưởng phước. Cũng tùy hi công đức của người ta nhưng mà đừng có khởi tâm cuồng quích mừng rỡ, kết làm bạn thân, đua nịnh để cho người ta khen thêm nữa. Người ta khen Phật của chúng ta, khen pháp, khen tăng của chúng ta mà khởi tâm mừng rỡ thì không nên, nghĩa là chúng ta cũng biết việc làm của người ta là hay. Mình cũng tùy hi công đức của người ta nhưng không nên cầu danh, hễ có danh thì có lợi. Hễ có nhiều người khen thì sẽ có nhiều người cúng dường. Đối với danh và lợi chúng ta không nên màng tới.

Đức Phật khuyên chúng ta đối với cảnh bên ngoài nên bình tĩnh, khen cũng được mà chê cũng được. Chẳng những người ta khen thân chúng ta, chúng ta bất động, mà người ta khen thầy tổ mình, khen cả đạo Phật của mình thì mình cũng đừng để tâm, bận lòng đến chuyện bên ngoài mà việc cần nhất là quay về tâm mình để sửa mình. Đừng để cảnh bên ngoài khiến cho mình chuyển động. Hễ còn bị cảnh bên ngoài làm chuyển động tức mất sức tự chủ, gập ghềnh lên xuống như thế là dại. Đức Phật dạy chẳng những lời khen hảo của phàm phu mà ngay đến các lời tán thán của thánh hiền, chúng ta cũng phải quán nghĩa vô sở đắc mà giữ tâm bình thản.

Đức Phật muốn cho chúng ta nhỏ sạch hết vô minh, đúng là người đã hoàn toàn tỉnh thức. Còn tu để tỉnh dần

tỉnh dần mà cậy rằng tôi đã chứng được ngôi Tu đà hoàn, Tư-đà-hoàn, A-na-hàm, thì vẫn còn ở đường mê, phải đến chứng A-là-hán mới hoàn toàn giải thoát luân hồi, cho nên được chút đỉnh quả vị thì đừng có tự cao và đừng có nghe khen thì tự mãn. Khen chê chỉ là những chuyện trong mộng, là hư vọng của không khí âm ba rung động chạm vào màng nhĩ mà thôi. Ý Đức Phật khuyên dù là lời khen đáng quý như thế nào, chúng ta cũng đừng có mừng. Hãy cứ nhìn về mình, mình có thật như thế thì càng tốt và mình cố gắng tăng thêm.

Cành thứ hai của cây bồ đề Thất giác chi là trạch pháp. Tâm khởi lên sự mừng thì xem chúng ta đang mừng về mặt nào? Ngay trong mừng vui cũng có đường thiện và đường ác. Nếu người ta khen Phật pháp tăng thì mình khởi tùy hỷ và vui mừng, mừng cho người ta đã hiểu giá trị của ngôi tam bảo. Người ta quay về với ngôi Tam bảo thế là người ta vĩnh viễn thoát khổ. Nếu đem lòng lạnh thương xót, mừng hộ cho người ta gặp con đường đúng thế thì chúng ta có phước lớn lắm. Vậy trong cái mừng này là mừng cho người ta. Đây là cái mừng rất hay, gọi là công đức tùy hỷ. Phước đức tùy hỷ này lớn lắm. Người ta khen Phật pháp tăng và mình là người theo đạo Phật tức là người ta theo mình. Mình mừng tự hào là đã đi theo đạo Phật hay, nên thiên hạ khen, như vậy trong đây có ngã ái thoả mãn. Mừng để thoả mãn tiếng khen là nổi mừng tầm thường vừa mới nghe khen là tưởng ta hay, ta giỏi, ta tài. Đây là nổi mừng của tăng trưởng ngã ái, tăng trưởng kiêu

mạn, cậy mình. Cho nên trạch pháp là Đức Phật dạy chúng ta có những cái mừng, chúng ta phải lọc bỏ đi và có những nỗi mừng chúng ta nên giữ lại.

Nghe ngoại đạo khen Tam bảo thì nghĩ mình có phần trong đó vì mình là con Phật và thọ lãnh phần của mình, như thế là xấu, là động tâm. Phật khuyên chúng ta đừng để cảnh bên ngoài động tâm, cần yếu lúc nào cũng làm chủ mình. Sáng suốt như thế gọi là người theo đạo Phật. Phật là tỉnh, là giác, là trí tuệ, là sáng suốt và sự sáng suốt cần yếu là mình làm chủ mình, thấy mình, biết mình không để ngoại cảnh nó chi phối.

Việc ngoại đạo tu tập khen chê Tam bảo, chúng ta cũng chẳng nên bận lòng, lo cái việc quán tâm của mình, để sửa những đọa lạc đang kéo chúng ta đi.

## **18. KHỔ HẠNH KHÔNG PHẢI LÀ ĐIỀU AN VUI TRONG CHÁNH PHÁP**

Nếu một chiếc xe bò không đi thì nên đánh xe hay đánh con bò? Nên đánh con bò chứ xe bằng gỗ đánh gỗ cũng vô ích thôi, cũng thế tâm dẫn đầu tất cả và tâm dẫn cả thân này nữa. Nếu thân này có chỗ hư hỏng nghĩa là nó có cái tội thì hãy sửa tâm của mình đi thì sẽ hết tội, chứ các ngoại đạo chủ trương thân này bất tịnh, tội lỗi, càng hành hạ thân nhiều chừng nào càng tốt để ước mong sau này được nhẹ nhàng về cõi Phạm thiên. Theo tinh thần A-hàm đây là quan điểm tà kiến, sai lầm. Chúng ta học Phật, chúng ta biết muốn được giải thoát thì phải sửa tham sân này đi, chứ

hành hạ thân, ngày ăn một giọt súp, đứng ngó trùng trùng vào lúc trưa nắng, đứng một chân không nhúc nhích, chống đầu xuống đất và hai chân chống trên trời, vv... làm điều mất tự nhiên của cơ thể và khiến cho thân bị gò bó đau khổ. Một khi thân đau đớn thì tâm sẽ bất an. Thân này như chiếc xe bò mà tâm này người chỉ huy chiếc xe. Nếu xe không đi được thì đánh con bò để cho con bò nó kéo xe đi chứ không phải là phá hủy cái xe cho nát tan ra.

Cũng thế, tâm chỉ huy thân. Nếu tâm có điều gì sai sót thì sửa tâm thì thân tâm mình sẽ trang nghiêm, chứ hành hạ đày đọa tẩm thân mà lại nói để cho thân thanh tịnh, được sanh thiên thì đây là chỗ sai lầm không đúng. Muốn trừ tội, muốn tiêu nghiệp thì quay về sửa tâm mình. Đánh con bò bắt nó phải đi thì tự nhiên xe sẽ đi. Sửa tâm mình cho tốt đẹp sẽ được thân sẽ được thanh tịnh trang nghiêm, chứ không phải là sửa tẩm thân hay hành hạ tẩm thân. Hành hạ thân này càng đau bao nhiêu thì tâm càng cùng quẫn bấy nhiêu, rồi sinh mê muội khó phát ra trí tuệ. Thế cho nên, chúng ta phải sáng suốt chứ không có làm những khổ hạnh vô ích. Khổ hạnh không phải là điều an vui trong chánh pháp. Đức Phật không khuyên chúng ta thực hiện những khổ hạnh hành xác này.

## **19. KHÔNG PHÓNG DẬT VÀ TỈNH TẤN**

Một lòng tu tập miên mật vì tử thân sắp đến như nhìn chăm chăm giữ chén dầu đầy tràn đừng bị đổ. Đức Phật dạy các đệ tử phải khéo nhiếp tâm niệm, an trú vào Tứ niệm xứ, cũng giống như có một người tham sống sợ chết,

tay vịn vào một bát đựng đầy dầu, theo sau là một tên đao phủ chờ nếu có một giọt dầu rơi xuống thì lập tức rút dao chém chết người ấy liền. Cho nên, người ấy cho dù có đi ngang qua con đường đầy những dục vọng quyền rũ của thế gian thì vị ấy vẫn không dám lơ tâm thất niệm, không dám quên bát dầu đầy tràn, không dám nhìn đông ngó tây. Cũng thế, tỳ kheo nghĩ đến sự vô thường sắp chết, một lòng tinh tấn tu tập, không có xao nhãng như Đức Thế Tôn thường khuyên:

“Việc Ta đã làm, các con nay cũng phải làm theo. Dưới gốc cây, trong căn nhà trống thanh tịnh, giữa đồng nội yên tĩnh, hãy xa lìa tục sự, trải tòa mà ngồi, hãy nỗ lực thiền định, cẩn thận chớ buông lung, chớ để hối hận về sau”.

## **20. LUÂN HỒI**

Luân là chuyển đổi, hồi là quay trở lại, kiếp này làm người và kiếp sau chuyển sang kiếp chó, rồi làm mèo, làm con bò, đi loài này sang loài kia rồi trở lại làm người. Trở lại như thế gọi là hồi. Chúng ta làm con mèo rồi lên làm người, làm trời. Chúng ta đi lên cõi trời và rồi từ cõi trời do hết phước sẽ đọa xuống trở lại địa ngục, rồi lên làm con mèo. Chúng ta cứ luân, rồi chuyển, cứ hết làm loài này đến loài kia, rồi xoay đi trở lại, gọi là đường luân hồi. Gốc của sự luân chuyển là do tâm mình luân chuyển. Hễ tâm xê dịch điều ác thì mình đọa, theo con đường đi xuống. Hễ tâm xê dịch điều thiện thì đó là con đường đi lên nhẹ nhàng. Nhưng dù đi lên hay đi xuống cũng là chuyển động

mà chuyển động thì gọi là luân hồi đều là do tâm. Cho nên phải bắt đầu từ tâm của mình, nhìn lại tâm đừng để nó di chuyển. Gốc sanh tử ngay tâm mình chứ không tìm ở đâu khác. Chỉ có hai chữ thiện và ác dẫn đến hai đường đi là đường đi lên và đường đi xuống. Hễ đi lên thì được vui, đường đi xuống thì khổ, nhưng dù vui hay khổ cũng vẫn là luân và chuyển, hễ đi lên mãi rồi sẽ lại đi xuống, cho nên Đức Phật khuyên chúng ta nên đi ra khỏi đường luân chuyển thì tâm của mình đừng chuyển về thiện và cũng đừng chuyển về ác. Muốn đừng luân hồi thì đừng chuyển động. Muốn không động thì tâm của chúng ta trước hết là phải dừng sự động loạn vì luân hồi là chính ngay ở tâm của mình. Đường thiện ác cũng từ tâm mình.

Nếu chúng ta không cho tâm chúng ta di động vậy hoá ra tâm của chúng ta thành hòn đá? Nếu là đá, là si, là vô tình không cảm giác thế thì làm thế nào cho tâm khỏi luân hồi mà nó lại không si, cho nên bất động với ngoại cảnh không có nghĩa là chúng ta thành hòn đá vô tình. Chúng ta vẫn có tình thức nhưng chúng ta không chuyển theo cảnh. Chúng ta phải minh bạch lúc tu cho đúng đường, đừng đi sai. Chúng ta cần nhất là phải để ý cái tâm, tâm đừng động thì nó không chuyển về ác. An định nhất tâm rồi thì nó không chuyển về động và không chuyển về ác, không phiền não nữa tức là được trạng thái niết bàn. Tâm trở về niết bàn, được niềm vui giải thoát vi diệu thì không còn luân hồi sanh tử, chứ không phải là tâm trơ trơ như đá, không có cảm giác như loài vô tình.

## 21. MƯỜI HAI NHÂN DUYÊN

Vô minh duyên hành. Hành duyên thức. Thức duyên danh sắc. Danh sắc duyên lục nhập. Lục nhập duyên xúc. Xúc duyên thọ. Thọ duyên ái. Ái duyên thủ. Thủ duyên hữu. Hữu duyên sanh, lão, bệnh, tử.

Khoen đầu của 12 nhân duyên là vô minh. Quán nguyên nhân vì sao chúng ta sanh ra? Do thấy nam nữ giao cấu mà có niệm tùy hỷ. Niệm ái này là vô minh; vì niệm ái này mà chúng ta mắc vào tinh cha huyết mẹ, thành một chất nhờn mà trong kinh A-hàm nói là giống như giọt dầu mè dính trên lông con thú gọi là kalala. Cứ bảy ngày thì chất nhờn đó lại biến đổi một lần. Bảy ngày kế tiếp, chất kalala phát triển thành abbuda, giống như nước máu dợt dợt. Bảy ngày kế tiếp, chất abudda phát triển thành pesi, giống như thịt rất mềm mại. 40 lần 7 là đúng 9 tháng 10 ngày. Mạng căn tức là nghiệp duy trì bào thai đó. Thần thức đeo nghiệp nương hơi ấm của máu mẹ hiện hành giác biết đau khổ. Trong bào thai chúng ta có nhiều đau khổ nhưng bây giờ chun ra tử cung rồi quên hết. Danh (tâm) sắc (thân) đủ lục nhập (sáu căn) bước ra khỏi bụng mẹ. Xúc là thọ lãnh sáu trần, sanh ra thọ. Hễ thuận thì thọ yêu, nghịch thì thọ ghét, thủ chấp tri kiến cho ái ó của mình là thật và tạo nghiệp lưu chuyển. Khi tạo nghiệp thì có hữu tức là có nhân sanh tử kiếp sau. Có hữu thì sẽ có sanh lão

bệnh tử, sâu bi khổ ưu não, rồi lại tạo vô minh, tiếp tục vòng 12 nhân duyên mà tái sinh tương tục.

Người tu tập theo 12 nhân duyên này là phải quán thuận và quán ngược lại để thấy không có gieo nhân thì không có tạo quả. Hãy lo dẹp nhân để cắt đứt quả, cắt đứt dây chuyền sanh tử 12 khoen. Trong 12 khoen tùy hoàn cảnh, tùy khả năng, cứ phá vỡ được một khoen dây xích nào cũng được thì các khoen khác không chuyền nối được và vòng tái sinh sẽ chấm dứt.

## **22. MƯỜI KIẾT SỬ VÀ TÁM MƯƠI BỐN NGÀN ĐẠO LẠC**

Kinh A-hàm dạy đầu mỗi luân hồi sanh tử là mười kiết sử. Tứ đế (Khổ đế, Tập đế, Diệt đế, Đạo đế) là pháp phổ thông trong tam thừa thánh giáo, lấy khổ đế đứng đầu. Khổ đế là trí tuệ quyết định thấy biết thế gian chỉ toàn là khổ, thấy rồi nên biết chán sợ và tìm đường thoát ly.

Mười kiết sử là năm độn sử (tham, sân, si, mạn, nghi) và năm lợi sử (thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ kiến, giới cấm thủ kiến). Nhiều đời huân tập mười kiết sử này nên gọi là câu sanh phiền não. Đứa bé mới sanh ra không ai dạy nhưng tự biết tham đòi vú mẹ. Vú mẹ mà tuột ra là nó bực tức khóc ré lên vì trái ngã ái của nó. Những thứ tham này cùng với em bé sanh ra nên gọi là câu sanh phiền não hoặc là tư hoặc. Còn khi sáu căn chạm xúc sáu trần khởi phân biệt mới sanh ra các phiền não khác thì gọi là kiến hoặc, tức những mê hoặc do vô minh mà sanh ra. Tư



hoặc thì có thô tế nhiều phần. Phần thô là ở dục giới, phần tế là sắc giới và vô sắc giới. Sắc giới có chín cõi, mỗi cõi lại có chín phẩm. Vô sắc giới có chín cõi, mỗi cõi có chín phẩm.  $9 \times 9 = 81$  phẩm ở mỗi cõi đều dựa vào vô minh bất giác, tức 81 cõi này vẫn còn tư hoặc vi tế nên chưa hoàn toàn chứng A-la-hán thoát luân hồi sanh tử.

Đức Phật thấy năm uẩn (sắc thọ tưởng hành thức) của chúng ta như ngọn lửa bùng bùng đốt cháy không ngừng. Năm uẩn không phải là một khối mà là năm thứ chứa góp lại. Sắc uẩn là đất nước gió lửa hội hợp. Khi có thân này là có gia đình và xã hội, lại mở ra những khổ như phải xa lìa người thương, phải gặp mặt kẻ thù hay cầu mà không toại ý. Thọ uẩn là khổ sớm vui chiều với năm cảm xúc. Chúng ta gọi là thọ vui thì Đức Phật lại dạy hễ có thọ là khổ. Tưởng uẩn là hết ngày tới đêm yêu ghét tham giận, phiền muộn lo lắng. Hành uẩn là những tâm sở biến đổi triền miên, thân biến chuyển, tâm biến hoá. Sát na sát na không ngừng gọi là hành uẩn. Thức uẩn là thấy nghe ngửi nếm, xúc cảm suy tư não loạn. Chúng ta tới ngày mãi mê chứa góp những hư vọng của ngã và ngã sở, nên năm uẩn này còn gọi là năm ấm. Ấm là che đậy trùm kín, không cho chúng ta nhớ đến sự thật, khư khư nắm chặt nhận thân này là ta và tài sản là của ta. Suốt ngày tuyên bố đây là thân tôi, mắt tôi, tôi đau, tôi vui, tôi buồn, tôi thích, tôi giận, tôi làm, tôi nói, tôi thấy, tôi nghe. Vì thế, Đức Phật cũng dạy thân này là ngũ thủ uẩn. Năm thủ uẩn là gốc khổ.

Ba nghiệp thân miệng ý của chúng ta bị ngũ trụ phiền não chi phối. Ngũ trụ phiền não: là kiến hoặc, tư hoặc của dục giới, tư hoặc của sắc giới, tư hoặc của vô sắc giới, và vô minh là năm thứ ngũ trụ. Trụ là gốc, năm gốc phiền não. Chúng ta tu tập dứt từng phần phiền não chứng từng phần Tứ quả (Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền) và Chín định (Tứ thiền và Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tướng phi phi tướng xứ, Diệt tướng định) thì dứt từng phần thô tế phiền não cho đến khi chứng A-la-hàn thì giải thoát luân hồi sanh tử. Thời gian tu tập này phải tính bằng số kiếp và phải đếm bằng a-tăng-kỳ.

Thế nào là một kiếp? Tuổi thọ cao nhất trong loài người là 84 ngàn năm. Cứ một trăm năm lại giảm đi một tuổi. Giảm cho đến khi 10 tuổi như thế gọi là kiếp giảm. Rồi từ 10 tuổi lại cứ 100 năm lại tăng thêm một tuổi thọ, cho đến khi người ta đủ 84 ngàn tuổi thì gọi là một kiếp tăng. Một giảm một tăng như thế gọi là một tiểu kiếp. Hai mươi tiểu kiếp là một trung kiếp. Bốn trung kiếp là một đại kiếp. Vậy một đại kiếp là 80 lần tăng và giảm. Trong kinh khi thì thường viết tắt chữ ‘đại’, chỉ nói một chữ kiếp, nhưng chúng ta hiểu là nói về một đại kiếp. Thời gian mà chúng ta tiêu trừ được các vô minh để thành Phật thì thời gian ấy phải tính bằng đại kiếp, chứ không có tính bằng năm. Còn con số a-tăng-kỳ như Đức Thích Ca tu phải ba a-tăng-kỳ-kiếp. Kiếp đã dài như thế mà phải đếm bằng a-tăng-kỳ. Đây là con đường dài để dẹp sạch vô minh để thành Phật. Theo A-hàm con đường dài như thế và thời

gian lâu xa như thế vì để đoạn 84 ngàn phiền não trần lao, nghĩa là chúng ta có 84 ngàn thứ đọa lạc.

Cho nên, Đức Phật chế ra 250 giới tỳ kheo để trừ 250 lỗi lầm. Đức Phật đặt ra 348 giới tỳ kheo ni để ngăn chặn đoạn trừ 348 lỗi lầm. Những sai quấy này chúng ta thường phạm ở trong bốn tiểu oai nghi đi đứng nằm ngồi. Như thế là  $250 \text{ giới} \times 4 = 1000$ , vậy chúng ta có 1000 pháp không lành. Những sai quấy nó hiện ra nơi miệng và nơi miệng có bốn thứ (nói dối, ác khẩu, hai lưỡi, đâm thọc) cả thấy, thân có ba (sát, đạo, dâm) vậy cộng lại là 7 chi (cảnh).  $1000 \times 7 = 7.000$ . Chúng ta có tam tụ tịnh giới (trái với nhiếp phục nghi giới, trái với nhiều ích hữu tình giới và trái với nhiếp thiện nghi giới) là  $7.000 \times 3 = 21.000$

Động cơ chủ chốt sai khiến tạo nên 21.000 sai lầm trên là bốn phiền não (tham sân si và mạn) nên  $21.000 \times 4 = 84.000$  phiền não trần lao. Tỳ kheo giữ đủ 250 giới là hoàn toàn giải thoát khỏi 84 ngàn phiền não. 84 ngàn là những con số tượng trưng cho vô số phiền não trong tâm của mỗi chúng ta. Cốt yếu là chúng ta rèn luyện, điều nhiếp thân tâm hàng ngày thì dần dần những số lượng phiền não sẽ tiêu trừ.

Không nên nói rằng vì tu mà đổ nghiệp, bao nhiêu chuyện xảy ra khiến phiền não chịu không nổi. Phải biết thuốc mà dùng đúng pháp thì bệnh gì cũng khỏi. Như bệnh kiết lỵ phải uống thuốc kiết lỵ thì bệnh mới khỏi. Cần yếu là phải biết rõ bệnh của mình, như biết rõ nguyên nhân thì mới

trị được. Như biết chúng ta có tật hay nói dối thì phải biết mình có thói quen xấu hay nói dối. Nói dối này sẽ đưa chúng ta kiếp sau làm ma làm quỷ, cho nên nếu chúng ta không sửa là không được, phải sửa cho bằng được. Cứ nói dối mà lại nói tánh tôi thẳng tính thì không được, cốt yếu là phải biết mình, thấy rõ mình có cái sai gì, có tật bệnh gì. Học kỹ lời Phật dạy trong A-hàm để điều trị bệnh của chúng ta tức tìm đúng pháp môn mà điều trị, đúng như pháp mà chân thật hành lời Phật dạy; còn nếu cứ mơ hồ, học đạo một cách đại khái qua loa thì chánh pháp cũng vô ích.

Độ sanh dĩ nhiên là công hạnh của từ bi. Chúng ta tưởng từ bi là phải lằng xằng làm việc này làm việc kia, chạy đến người này, người kia xằng tay áo để giúp, đỡ đần mọi việc. Điều này cũng tốt, nhưng trong A-hàm Đức Phật dạy bước đầu mà muốn tập hạnh từ bi thì chúng ta phải tập trung tư tưởng tu từ tâm tam muội. Tam muội là tu định. Vậy muốn tu định thì phải giữ giới, cho nên điều cốt yếu vẫn là kiên ba chân của giới-định-tuệ để giúp chúng ta tiêu tan mười kiết sử và tám mươi bốn ngàn đọa lạc.

### **23. MƯỜI SÁU LỄ PHẨM VÀ BA PHÁP TẾ TỰ**

Kinh Cứu-la-đàn-đầu (Trường A Hàm, số 23), Đại Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đầu muốn lập đàn đại tế tự dâng máu của bò trâu để tế lên thần, nên Ba-la-môn muốn đến Đức Phật để xin chỉ dạy cách tế tự vì Ba-la-môn nghe danh thom đức hạnh và trí tuệ của ngài như sau:

“Có Sa-môn Cù-đàm, con nhà họ Thích, xuất gia và thành đạo, đang ở Câu tát là, du hành trong nhân gian, đến rừng Thi-xá-bà, phía Bắc thôn Khu-nậu-bà-đề. Ngài có tiếng tăm lớn, đồn khắp thiên hạ, là Như Lai, Chí chơn, Đẳng chánh giác, đầy đủ mười hiệu, ở giữa chư thiên, người đời, Ma hoặc Ma thiên, Sa-môn, Bà-la-môn, tự thân chứng ngộ, rồi thuyết pháp cho người, lời nói khoảng đầu, khoảng giữa và khoảng cuối thảy đều chơn chánh, đầy đủ nghĩa và vị, phạm hạnh thanh tịnh. Bậc chơn hơn như vậy nên đến viếng thăm. Nay các ngài Bà-la-môn, ta lại nghe nói Cù-đàm biết ba loại tế tự, mười sáu tư cụ tế tự. Ta tuy là hàng tiên học cựu thức trong chúng, nhưng có chỗ chưa biết rõ. Nay ta muốn cử hành đại tế tự, bò và dê đã đủ. Ta muốn đến Cù-đàm để hỏi về ba pháp tế tự và mười sáu tư cụ tế tự. Nếu chúng ta có được pháp tế tự rồi, công đức đầy đủ, tiếng tăm sẽ đồn xa.”

Lúc đó, Đức Phật khuyên Ba-la-môn Cứu-la-đàn-đầu trước khi lễ bốn pháp thành tựu, mười sáu loại lễ để tế thần và ba cách tế tự, để xin lộc trời thì hãy lo cho đúng địa vị đại Ba-la-môn của mình như vua Quán đánh thuộc dòng Sát-lợi, phải tròn bổn phận của một vị vua lãnh đạo quần chúng nhân dân đi đã. Ý Đức Phật khuyên trước khi cầu trời thì chính chúng ta phải cứu chúng ta trước, phải quay về làm tròn bổn phận của mình đi, chứ đừng nghĩ mình là vua thì chỉ có một việc bắt nạt dân thì không đúng, phải nghĩ mình là bậc cha mẹ của dân thì hãy lo cho dân. Nếu dân đủ phương tiện sinh sống thì dân mới lập nghiệp

được thì trong nước sẽ không có nổi loạn giặc cướp thì đất nước sẽ thái bình. Cũng như chúng ta lễ Phật thì hãy lo tròn bổn phận, giới phẩm phạm hạnh của mình cho đầy đủ, sống đúng với lời Phật dạy, rồi cầu nguyện là để xin Phật giúp thêm. Nghe lời Phật, các vua quan hòa nhau xem xét mình đủ bốn pháp thành tựu, mười sáu loại lễ để tế thần và ba cách tế tự chưa? Bốn pháp thành tựu như sau:

“Thế nào là đại thần thành tựu bốn pháp? Đại thần Bà-la-môn kia từ bảy đời nay cha mẹ đều chơn chánh không bị người khinh chê; đó là pháp thứ nhất. Đại thần đọc tụng thông suốt ba bộ dị học, có khả năng phân tích các loại kinh thư; thế điển u vi, không thứ nào không tổng luyện; lại giỏi phép xem tướng đại nhân, dự đoán tốt xấu, tế tự nghi lễ; đó là pháp thứ hai. Lại nữa, đại thần giỏi về ngôn ngữ, lời nói dịu dàng, nghĩa vị đầy đủ; đó là pháp thứ ba. Lại nữa, đại thần có trí mưu, dũng cảm, quả quyết, không hề run sợ; thấu hiểu tất cả mọi pháp tế tự; đó là pháp thứ tư.”

1) “Đại thần Bà-la-môn kia từ bảy đời nay cha mẹ đều chơn chánh không bị người khinh chê; đó là pháp thứ nhất.”

Bản thân vua quan chân chánh là quý rồi mà vì sao phải bảy đời cha mẹ của các vua quan này cũng phải chân chánh nữa? Tức những vị này là những người đã được hưởng một nền giáo dục đứng đắn từ nhiều đời, cội gốc gia đình vốn thuần túy đứng đắn. Bởi vì giáo dục gia đình là quan hệ lắm, nó ảnh hưởng thấm nhuần con người từ lúc

mới sinh ra như hạt giống tốt thì sẽ thành cây tốt. Hạt cam thì sẽ thành cây cam, hạt ớt sẽ thành cây ớt. Gia đình phải có nền giáo dục vững vàng từ nhiều đời thì mới chắc chắn người này là người tốt được. Còn nếu giáo dục gia đình có khi xấu, có khi tốt xen lẫn mà ngược mắt lên trời để xin cứu giúp thì cũng khó được. Bảy đời ấy đúc kết lại trong hành vi, cử chỉ, nếp sống giáo dục hàng ngày của mình khiến hiện tại chúng ta là những người có giáo dục, thuần hòa, có bản chất đứng đắn.

Bây giờ nói từng cá nhân, từng người muốn cầu Phật gia hộ ban thêm cái phước nhưng nếu chính chúng ta là kẻ bạc phước thì trời Phật cũng khó giúp đỡ. Nếu chúng ta là kẻ đã có phước thì các ngài giúp đỡ cũng dễ dàng, cho nên việc đầu tiên là vua và các đại thần phải có một nề nếp đạo đức từ ở trong bụng mẹ. Người mẹ lúc đang mang thai con, đứa con cũng có ảnh hưởng tánh nết ngoan hiền của người mẹ. Nên người mẹ cẩn thận trong lúc mang thai phải giữ gìn, không được sân giận, tham lam, ngu si, không có những điều xấu để tinh thần đứa trẻ không bị nhiễm. Gốc rễ gia đình phải là một đại gia đình thuần lương đạo đức tốt đẹp.

Vua là vị nguyên thủ quốc gia, đứng đầu của một nước. Đại thần là những người phụ giúp, cũng như đầu với hai tay, hai chân giúp đỡ lẫn nhau nên cả vua và cả các vị đại thần này phải có những điều kiện đạo đức tốt vững chắc thì nước ấy mới bình an thịnh vượng. Rồi tiến lên sự tế lễ cầu quỷ thần là các vị thần ấy sẽ hỗ trợ giúp đỡ thêm mà thôi.

Nếu vua quan là kẻ bạc phước thì trời và quỷ thần khó giúp lắm nên điều kiện tế lễ thứ nhất là nói về giáo dục.

2) “Đại thần đọc tụng thông suốt ba bộ dị học, có khả năng phân tích các loại kinh thư; thể điển u vi, không thứ nào không tổng luyện; lại giỏi phép xem tướng đại nhân, dự đoán tốt xấu, tế tự nghi lễ; đó là pháp thứ hai.”

Muốn cho nước giàu, dân mạnh thì vua và các quan đại thần phải giỏi về nhiều mặt cả nội và ngoại điển, cả văn lẫn võ, kỹ thuật binh pháp thì mới dạy cho dân chúng được thì các nước láng giềng bên cạnh mới kính, mới nể không dám xâm lăng chinh phục. Đây cũng ý nói vua quan, mỗi người trong triều phải lo phần tu bổ phần kiến thức, giới đức, trí tuệ và sức khỏe. Nếu thân khỏe mạnh thì tâm mới khỏe, tâm khỏe thì trí tuệ mới khai mà trị dân trị nước. Nếu vua ốm yếu ho hen thì trời không thể giúp đỡ vua cai trị tốt cho dân được. Tinh thần và cơ thể phải bình an, rồi nội cung cũng phải bình an. Trước hết phải tề gia rồi mới trị quốc nghĩa là vua có biết dạy trong hoàng gia của mình được hòa ấm thì chúng ta mới cai trị dân được. Nếu bên ngoài lo việc nước, việc chính sự, rồi về nội thất mà hoàng hậu, thứ phi, công chúa, thái tử lục đục thì vua quan làm sao có đầu óc mà yên ổn mà lo việc nước; trong hoàng gia có mấy người mà mình không điều hòa được thì làm sao mình điều hòa được guồng máy chính trị của cả nước? Nên trước hết tự bản thân vua quan, thân tâm vua quan phải được bình an, hoàng gia nội cung bình an rồi mới tỏa ra dân chúng khắp xóm làng, cả nước mới yên ổn



hòa thuận. Các quần thần là quan văn hoan hỉ hết lòng hỗ trợ cho vua, tướng sĩ là các quan võ cũng hết lòng hầu cận bảo vệ trên thuận dưới hòa rất hay.

3) “Lại nữa, đại thần giỏi về ngôn ngữ, lời nói dịu dàng, nghĩa vị đầy đủ; đó là pháp thứ ba.”

Vua phải được lòng dân chúng, ăn nói từ hòa ái ngữ như cha mẹ thương yêu dạy con cái thì vua mới cai trị nước được. Nếu vua quan tỏ vẻ ta đây quyền thế, hống hách, đàn áp bóc lột, ăn nói hung hăng với dân chúng thì sẽ bị dân chúng nổi dậy chống và lật đổ chánh quyền. Vì vậy, địa vị càng cao thì vua quan càng ăn nói từ hòa có lý lẽ thuyết phục thì mới chinh phục được lòng dân ủng hộ thì vua quan đó mới bền lâu ở địa vị lãnh đạo đất nước của mình.

4) “Lại nữa, đại thần có trí mưu, dũng cảm, quả quyết, không hề run sợ; thấu hiểu tất cả mọi pháp tế tự; đó là pháp thứ tư.”

Vua quan phải mưu trí dũng cảm, tinh thần vững vàng để làm trụ cột, làm nơi nương tựa cho triều chính và cho cả muôn dân cả nước. Vua phải biết tính toán, lo tròn bổn phận đối với dân, lo cho dân đầy đủ, phải điều hoà tình hình nhân dân trong nước. Cấp cho các quan đủ tiền để nuôi dưỡng gia đình. Giúp cho nhà nông có phương tiện để cày cấy làm ăn. Giúp vốn cho những người buôn bán để người ta có khả năng kinh doanh. Nhờ sự giúp đỡ của triều đình, dân chúng càng được yên ổn, dân chúng có yên mới quay về lo việc giáo dục cho con cái trong gia đình. Trong

gia đình, con cháu có thành tựu dân trí thì trở thành những người dân hiền thiện hữu ích. Như vậy trong nước sẽ bớt đi những loạn lạc, những giặc cướp, những tai họa do nghèo đói gây ra.

Trong bài kinh Cứu-la-đàn-đầu này nói về thế gian cầu tế lễ cho đất nước sung túc, giàu có cho nên lấy của cải, vật chất và ăn uống làm nền tảng. Vì dân có no và đầy đủ thì mới khoẻ mạnh, yên ổn mà rảnh rang tinh thần để lo đạo đức luân lý. Nhờ có đạo đức thì đất nước mới được thuần phong mỹ tục, văn minh tiến bộ. Đó là ước mong của vua quan khi lập bốn pháp thành tựu. Mỗi vị lãnh đạo đều phải có bốn pháp này. Bốn pháp thành tựu này nói đủ là mười sáu pháp tế cụ để dâng lễ lên thần như sau:

- 1) Đại vương từ bảy đời nay cha mẹ đều chơn chánh.
- 2) Đại vương có dung mạo đoan chánh, thuộc dòng dõi Sát-lợi.
- 3) Đại vương giới đức tăng thượng, trí tuệ đầy đủ.
- 4) Đại vương giỏi các kỹ thuật, binh pháp chiến trận, không thứ nào không biết
- 5) Đại vương có uy lực lớn, thống nhiếp các tiểu vương.
- 6) Đại vương giỏi ngôn ngữ, lời nói dịu dàng, đầy đủ nghĩa và vị.
- 7) Đại vương có nhiều tài bảo, kho lẫm tràn đầy.

8) Đại vương có trí mưu, dũng mãnh và quả cảm, không hề khiếp nhược.

9) Đại vương muốn tế tự, trước đã nói cho nội cung.

10) Đại vương muốn tế tự, trước đã nói với Thái tử và các hoàng tử.

11) Đại vương muốn tế tự, trước đã nói với quần thần.

12) Đại vương muốn tế tự, trước đã nói với tướng sĩ.

13) Tôi bày đời trở lại cha mẹ chơn chánh, không bị người khinh chê.

14) Đại vương đọc tụng thông suốt ba bộ dị học, có khả năng phân tích các thứ kinh thư, thể điển u vi không thứ nào không lão luyện, lại giỏi phép xem tướng đại nhân, dự đoán cát hung, tế tự nghi lễ.

15) Đại vương khéo léo nơi ngôn ngữ; nói năng dịu dàng, đầy đủ nghĩa và vị.

16) Đại vương đủ mưu trí, ý chí không khiếp nhược, không phép tế tự nào mà không hiểu rõ.

Chúng ta mượn lời Đức Phật dạy nhà vua Quán Đảnh để chúng ta ứng dụng trong đời sống nhà chùa như chúng ta lập Đàn Dược Sư, Đàn chẩn tế, Tam thời hệ niệm, vv... cầu Phật và long thần gia hộ. Chúng ta muốn cúng vái đê Phật chúng tâm giúp đỡ thì chúng ta phải có nhân duyên với Phật. Những chúng sanh vô duyên với Phật thì Phật

không cứu được, nghĩa là dạy nó mà nó cứ quay lưng nó đi. Nó không vâng lời, không tương ứng lời Phật dạy thì Phật không thể cứu được. Đó là một cái bất năng của Đức Phật. Đức Phật sẽ gia hộ cho lời tha thiết cầu nguyện của mình nhưng trước hết mình phải có cái nhân rồi Phật mới làm duyên. Cũng như muốn có cây ổi thì trước hết phải có hạt ổi, rồi có người trồng đổ thêm nước, cho thêm đất, làm rào bảo vệ thì cây mới lên. Chứ bây giờ trông mong những duyên bên ngoài cho có người trồng, có nước, phân bón, nhưng không có hạt ổi thì chúng ta không thể có cây ổi được, nên trước hết chúng ta phải có nhân trước. Việc tế lễ này áp dụng vào đời sống trong nhà chùa cũng như vậy, muốn cầu Phật thì phải dâng 16 lễ phẩm như sau:

1) Chơn chánh an hòa: vua Quán Đảnh tức là vị trụ trì lớn nhất trong chùa và các quan đại thần hộ pháp cho vua là ban chức sự trong chùa. Đối với thế gian thì đời sống vật chất và món ăn là quan trọng, trong chùa cũng vậy: “Có thực mới vực được đạo”. Thân thể cần điều hoà ăn uống, ngủ nghỉ đầy đủ cho thân được khoẻ mạnh thì tâm mới an, rồi trí tuệ mới khai, tuy nhiên trong chùa lấy Phật pháp, lấy tâm đạo làm món ăn quan trọng hơn cả. Bởi vì, Đức Phật dạy rằng tâm có an thì thân mới khoẻ. Tâm lo lắng héo ruột, héo gan thì toàn thân cũng khô héo không có sinh lực. Đã đành Đức Phật không phủ nhận thân phải điều dưỡng ăn đủ chất, nhưng món ăn tinh thần quan trọng nhất là Phật pháp để cho chúng ta rảnh rang tinh thần buông hết những hờn, những giận, những phiền, những

nhọc, những lo âu thì khiến cho tâm chúng ta được an. Khi tâm an thì bộ thần kinh được khỏe, do đó nó mới điều hòa kiện toàn cơ thể.

Không khí sinh sống trong chúng được mát mẽ điều hòa thì tập thể ấy mới hòa ấm mà có hòa ấm thì đoàn thể ấy mới yên ổn mà tu tập giải thoát. Thực hiện làn không khí đừng nóng nảy, đừng bực bội tức tối, đừng gieo những đau đớn khó khăn cho nhau, đừng mua những rắc rối khó chịu cho nhau. Vị pháp sư là người nuôi dưỡng tinh thần, bồi dưỡng đời sống tinh thần cho đại chúng được bình an khang cát và cứ thế theo luân lý, theo đạo đức, theo những lời hiền thánh, chúng ta dần dần đi lên. Thắng khí trong tập thể, trong đạo tràng khiến cho chúng ta kiếp này, kiếp sau mãi mãi đi về cảnh giới bình an yên ổn. Như thế, trước khi lo tế lễ, ngửa lên trời lễ bái bốn phương, chúng ta phải sửa soạn cho thân của chúng ta phải đúng pháp. Đó là lễ phẩm đầu tiên chúng ta dâng Phật, rồi mới xin Phật cầu cứu sau.

2) Dung mạo đoan chánh, thân tâm khỏe mạnh: Vị trụ trì và ban chức sự cũng phải dung mạo đoan chánh, thân thể khỏe mạnh. Đây là lễ phẩm để vị trụ trì và ban chức sự dâng lên Phật trước khi lập đàn niệm Phật hay đàn cầu nguyện nào. Vị trụ trì phải lo cho chúng ăn uống điều hòa, nếp sống an ổn, giữ giới luật nghiêm chỉnh thì sắc mặt chúng mới tươi tỉnh oai nghi đoan chánh. Bản thân vị trụ trì và ban chức sự cũng phải khỏe mạnh, chứ ốm yếu bệnh hoạn thì công việc làm không đến nơi, đến chốn. Phải có

ơ thể an ổn, khoẻ mạnh, tinh thần vững chải đoan chánh thì việc tế lễ mới chu đáo được.

3) Giới đức đầy đủ: Vị trụ trì và ban chức sự phải có giới đức đầy đủ thì mới lập đàn tế lễ. Chứ không phải đi sắm trâu, sắm bò cắt cổ lấy máu tế thần. Không phải đi lo lễ vật bên ngoài mà chính thân tâm mình là lễ vật quan hệ nhất. Phải thực hiện lời Phật dạy và có nếp sống sáng suốt. Trí tuệ của nhà chùa là người không tham, không sân. Ban chức sự không có quý riêng người này, giận ghét người kia. Không có chênh lệch thiên tư mà phải sống bình đẳng như pháp. Tướng mạo của người có trí tuệ là không có tham, không có sân. Tham là mặt phải. Sân là mặt trái của cái si mê. Vị trụ trì và ban chức sự phải có giới đức gương mẫu thì chúng mới nghe theo lời hướng dẫn của mình và tận lòng kính trọng phục tùng theo để guồng máy trong tập thể được trôi chảy tốt đẹp.

4) Kỹ thuật binh pháp giỏi: Vị trụ trì và ban chức sự phải biết rành các công việc chuyên môn của mình. Vị tri khó thì phải giỏi nấu ăn, vị tri chúng thì giỏi điều khiển đại chúng, vị giáo thọ thì giỏi chuyên môn để có thể truyền trao văn hóa và Phật pháp cho đại chúng tức vị này phải thấu đáo Phật pháp và có trình độ văn hóa đáng tin tưởng. Ai phụ trách việc nào thì phải có cái tài và trách nhiệm trong sự việc ấy của mình. Ngoài đời thì dùng binh lính để bảo vệ quốc độ, trong đạo phải cần người có trình độ văn hóa, thâm hiểu Phật pháp và cần nhiều phương tiện kỹ xảo để sự nghiệp hoằng pháp được truyền bá hữu hiệu.

5) Uy lực: Vị Trụ trì và ban chức sự không nên dùng thế lực của mình mà ức hiếp chúng hay đối xử không có bình đẳng, ngoài ra vị trụ trì và ban chức sự đừng nên để những thế lực bên ngoài khuấy phục mình. Ví dụ vì sợ thế lực rồi chùa mình chứa những người xấu thì không được. Không chấp nhận những phần tử có thế lực mà bậy bạ trong chùa, cho nên vị trụ trì phải vừa có mưu trí, vừa dũng cảm, tinh thần vững vàng, không khiếp nhược.

Chúng ta phải có trí tuệ, tùy cơ ứng biến tìm cách tiên thoái cho hợp thời và lợi ích thì thôi. Tâm mình cốt ý chân thành thực hiện ý của Phật, vững vàng tin ở phước báo. Hễ chúng ta có phước thì chúng ta vẫn đứng vững. Cho nên cứ lo về học Phật, học đạo đức cho chân thật. Rồi tùy phước mình được đến đâu hay đến đấy. Chúng ta có tinh thần vững vàng là một lòng tin ở lý nhân quả. Tin ở Phật pháp, tin ở ngôi Tam Bảo. Lương tâm của chúng ta phải chân thành. Bồi bổ đức chân thành ở nơi đại chúng. Sống cho đúng với Phật pháp rồi chết cũng được. Nếu được sống để tu lâu dài thì càng hay còn nếu không may mà chết thì cũng được vì mình sống đúng thì chết cũng vẫn vui. Cho nên có tinh thần đừng quản ngại, phải dũng cảm, không sợ mất lòng người này, không sợ mang tiếng chuyện kia. Sợ cái này sợ cái kia thì chúng ta sẽ khó sống. Cho nên đây, Phật khuyên chúng ta cần có tinh thần vững vàng, không sợ uy lực, tin chắc ở lý nhân quả. Cứ quay lại tin chắc ở tâm mình nếu chúng ta thật sự vâng lời Phật thì chết cũng được. Hễ cứ không quản ngại thì không sợ hãi thì xa lìa vọng tưởng

điên đảo. Nếu mình còn quản ngại sợ thân này mất hay còn, sợ mình thiệt hại cái này cái kia, sợ mang tiếng và có 100 thứ sợ hãi khác thì chúng ta sẽ lao đao lên xuống theo những uy hiếp này. Còn bây giờ cứ bình tĩnh quay lại tin chắc ở cái tâm mình. Hễ nó đúng với Phật pháp thì tha hồ bên ngoài muốn nói gì thì nói, làm gì thì làm, mình cứ bình tĩnh. Như thế là có tinh thần vững vàng.

6) Lời nói mềm dịu, nghĩa lý đầy đủ: Trước khi tế lễ thì vua cầu trời, còn chúng ta cầu Phật. Phật bắt chúng ta phải có lễ phẩm của lời nói mềm dịu, nghĩa lý đầy đủ chứ không phải là lễ phẩm của hoa hương bông trái, xôi chè bánh trái. Trong sáu pháp lục hòa (thân hòa đồng trụ, khẩu hòa vô tránh, ý hòa đồng duyệt, giới hòa đồng tu, kiến hòa đồng giải và ý hòa đồng huân) thì khẩu hòa vô tránh là để bảo vệ sự hòa âm trong chúng. Có hòa thì mới yên, có yên thì mới còn. Không có hòa thì tan vỡ. Sáu pháp mà đây chỉ nói một pháp thiết yếu cần nhất là lời nói.

Nếu chúng ta ăn nói cộc cằn, đáng điệu khiêu khích thì không thể nào mà an ổn được. Sống một mình cũng không được nữa huống chi là để cho đoàn thể bảo tồn được. Vị trụ trì là đỉnh đầu mà ban chức sự là hai tay, hai chân. Nếu đầu và tay chân được vững vàng thì tất cả đều cùng vào một mối. Từ vị trụ trì, ban chức sự gương mẫu an hòa từ ái thì đại chúng mới ôn hoà lễ độ với nhau.



7) Kho báu giàu có: Đức Phật dạy chúng ta tạo phước và có vật chất để lo cho Tam bảo, nhưng muốn có phước, có tiền trong kho để xả ra lo cho đại chúng thì chúng ta phải lo bồi bổ kho quan trọng của chúng ta cho phong phú tức là kho đạo đức trong chùa. Nếu vị trụ trì có những dáng điệu hay hành vi không được chánh đáng, ban chức sự không được đúng đắn thì chùa không có vững và không có uy tín để thập phương cúng dường. Tuy không mong sự cúng dường, Phật dạy chúng ta không được cầu danh lợi, vì chính nếp sống chân thật đạo đức trong chùa khiến cảm ứng Phật tử đến cúng dường. Nếu chúng ta có những nền tảng đạo đức ấy thì chúng ta sẽ có đủ hết mọi thứ, thập phương không để chúng ta thiếu thốn thứ gì. Nếu chúng ta không có kho tàng thật của mình và chúng ta chạy theo tiền bạc danh lợi thì có khi chúng ta rỗng tuếch và thật nghèo nàn. Cho nên, chúng ta phải lo ngân quỹ đạo đức của chùa, đạo đức của từng mỗi người, tất cả trên dưới trong ngoài, sống vững, chân chánh rõ ràng. Nếu kho đạo đức mà có nhiều thì chùa ấy sẽ vững bền lâu dài.

8) Mưu trí dũng cảm: là sự lanh khôn trí tuệ. Là bậc xuất gia, chúng ta có thể không có mưu trí nhưng chúng ta có dũng cảm và tinh thần vững vàng không khiếp nhược. Trong bảy pháp diệt tránh (bảy phương pháp để diệt sự tranh cãi) mà Đức Phật dạy, có một pháp là thảo phủ địa (che lấp đi không nói tới) nghĩa là có những hoàn cảnh cần phân tách mở xẻ giảng hòa nhưng cũng có những hoàn

cảnh cần phải làm lơ bỏ qua. Cho nên tùy trường hợp mà xử lý chứ không nói khư khư một phía được.

Có những trường hợp, người phạm lỗi đang bị đau tim nặng thì mình không nên vội vàng cử lỗi, để cho người ta có thời gian sửa. Nếu cử lỗi mạnh rồi đại chúng hất hủi, khiến vị phạm lỗi đau khổ, chết vì đứng tim, như vậy mình phạm tội sát sanh. Cho nên phải tùy hoàn cảnh, tùy việc làm cho nên đây nói là mưu trí, phải có trí tuệ biết khai (mở), giá (ngăn), trì (giữ), phạm (vi phạm), biết tiến, biết thoái, khi nào nên làm thế này, khi nào nên làm thế khác. Có khi mình đi thẳng, có khi mình đi cong, có khi đi giạt lùi. Đây gọi là mưu trí uyển chuyển chứ không phải một bề cứng ngắt. Công việc cốt yếu là ở tâm mình, nên thành thật, một lòng giúp đại chúng và mong cho đại chúng tiến tu. Chỉ cốt đem tâm thành thật còn việc làm thì tùy nghi uyển chuyển hợp thời lợi ích. Có khi cùng một việc ấy nhưng biết lúc nào nên áp dụng và lúc nào là không nên áp dụng.

Các tổ dạy: “Y kinh giải nghĩa tam thế Phật oan. Là kinh một chữ tức đồng ma thuyết”. Nếu y kinh tức là cứng ngắt y từng chữ, từng chữ mà làm việc thì ba đời chư Phật bị oan, bị hiểu sai ý. Còn không y kinh, không cần lời kinh Phật thì đó là ma nói rồi, chứ không phải Đức Phật nói. Ý Phật khuyên chúng ta phải hiểu tận đáy, thông suốt, rồi tùy hoàn cảnh, tùy cơ duyên uyển chuyển chứ không có khư khư cố chấp.

9) 10) 11) 12) Báo với Nội cung, Thái tử, Quân thân, Tướng sĩ là có tổ chức tế lễ như vậy: Vua quan phải báo cho thần dân và hoàng tử cùng mọi người biết là triều đình sắp tổ chức tế lễ như vậy. Cũng thế, lễ phẩm thứ 9, 10, 11, 12 dâng lên Phật là vị trụ trì và ban chức sự phải báo cho đại chúng ngay cả với các vị sa-di-ni hình đồng để chỏm mới tu là “Chúng ta sắp có đại lễ tế đàn”. Chúng ta đừng có nghĩ lớp sa-di-ni và nhóm hình đồng là bọn bé tí, nên không cần báo. Vì sao? vì vị trụ trì và ban chức sự lo cúng phật và tế lễ đây là cốt cho đại chúng được bình an, đại chúng tức là lớp sa-di-ni và hình đồng đó. Chúng ta mong đại chúng bình an thì lòng mong đó phải hòa từ trên xuống dưới. Các vị trên thì đoái tình xuống dưới mà các em nhỏ thì ngửa lên nhìn các ngài lớn bằng con mắt yêu thương. Đại chúng biết vâng lời và kính quý những vị lớn, có như vậy thì guồng máy mới nhịp nhàng êm đẹp. Chúng ta mong sự an ổn cho đại chúng. Vị trụ trì và ban chức sự cũng vì đại chúng mà thờ; ăn là cũng vì đại chúng mà ăn và sống là cũng vì đại chúng mà sống, cho nên cần phải biết vì đại chúng. Đã là một ban chức sự thì không phải là một cá nhân riêng biệt. Chúng ta chỉ là một cái cắm trong vòng bánh xe, cho nên mỗi người phải điều hòa, phải đầy đủ 16 lễ phẩm, như ông vua phải dâng cúng lên trời, thì chúng ta phải có 16 lễ phẩm này để dâng lên Đức Phật.

Vị đứng lo tế lễ là vị trụ trì và ban chức sự. Vua sống là vì nhân dân, nếu nhân dân không bình an thì làm vua

với ai? Vị trụ trì và ban chức sự cũng sống vì đại chúng, đại chúng chính là tâm hồn của vị trụ trì và ban chức sự. Vị trụ trì, ban chức sự và đại chúng mỗi người một phần trong đoàn thể tăng già, nhất nhất vâng lời Phật. Sống đúng như Phật đã dạy thì nhất định không cần cầu phúc mà chúng ta vẫn có phúc lộc đến.

Ba điều kiện tế tự: Ngoài bốn pháp thành tựu, 16 pháp tế cụ còn phải có ba điều kiện tế tự nữa thì mới thành tựu các sự tế lễ này. Ba điều kiện đó là:

- 1) Từ tâm bố thí
- 2) Bình đẳng bố thí
- 3) Đã bố thí, đang bố thí và sẽ bố thí

Phải có ba điều kiện này thì đàn tế lễ mới thành tựu. Chúng ta hay lập đàn tế lễ và thấy đủ điều kiện bố thí thì hãy lập. Vua cầu trời, cầu những bậc thế lực ban phước cho vua, còn chúng ta thì cúng lên ông Phật.

1) Từ tâm bố thí: Vua và quan phải từ tâm bố thí cho nhân dân của vua. Vậy đây không phải là lễ phẩm dâng lên trời, lên Phật mà lại là lễ phẩm bố thí, ban xuống cho quần chúng nhân dân. Tại sao lễ phẩm không dâng lên trời mà lại đi ban khắp cả xuống dưới cho dân chúng? Thật ra, trời đâu có thiếu cơm ăn áo mặc. Nếu mình biếu cơm, chắc trời sẽ không ăn, vì trên trời có nhiều món cơm thơm mỹ vị hơn. Món chúng ta cho là ngon nhất thì đối với trời không có nghĩa lý gì cả. Cũng như bây giờ chúng ta chọn những

hoa thật quý, hương thật thơm để cúng Phật thì Phật chỉ nhận tâm thành của mình thôi. Đức Phật dạy chúng ta không nên đắm vào sáu trần sắc thanh hương vị; không đắm vào hoa đẹp hay hương thơm; hãy cúng với tất cả lòng thành của mình.

Trong một gia đình nếu con muốn làm vui lòng cha mẹ thì thế nào? Nên đem miếng ăn ngon biếu cho cha mẹ, hay có bánh kẹo gì biếu thì cha mẹ cũng vui nhưng cái gì làm cho cha mẹ vui lòng hơn? Không cần nịnh hót cha mẹ, cứ thật lòng tử tế tốt bụng với các huynh đệ thì bậc làm cha mẹ sẽ vui lòng hơn. Đức Phật chỉ có một lòng thương tất cả chúng sanh. Bây giờ chúng ta theo Phật mà chúng ta có lòng thương tất cả chúng sanh thì Đức Phật sẽ vui. Với con chó mình tội nghiệp, với con mèo mình tội nghiệp, với tất cả muôn loài vạn vật mình thương xót. Mình đồng một từ tâm với Phật thì Phật có vui lòng không? Đây là chúng ta cúng dường Phật, thay Phật lo cho những loài vật. Những con mèo, con chó chịu biết bao đau khổ, bao nhiêu nỗi khổ âm thầm mà chúng không nói được, chỉ biết cam chịu. Bây giờ chúng ta thay Phật, đỡ đàn, giúp đỡ cho chúng thì như thế Phật rất vui lòng. Đó là từ tâm bố thí.

2) Điều kiện thứ hai là bình đẳng bố thí: Đức Phật không nói ‘hoan hỉ bố thí’ mà nói từ tâm bố thí, nghĩa là từ tâm thương cả người xấu và người tốt để bố thí. Đàn tế lễ này kêu chúng ta không được bỏ lơ những người xấu ác, mình phải thương và tìm cách giúp đỡ. Vẫn tìm cách giúp đỡ để cho những người xấu trở về với lương thiện, chứ

đừng bao giờ khởi tâm ghét những người ác. Nếu chúng ta ghét họ thì chính chúng ta cũng ác rồi. Cho nên điều kiện là bình đẳng bố thí cho cả người tốt và xấu.

3) Điều kiện thứ ba là bố thí trong ba thời. Khi chúng ta sửa soạn tế lễ là quá khứ, đang làm tế lễ là hiện tại, ngày mai sẽ làm tế lễ là tương lai. Đối với pháp môn tế lễ trong cả ba thời này, chúng ta một lòng tin, chúng ta hoan hỷ tin để thực hiện, chúng ta đang sửa soạn làm, đang làm và đã làm xong rồi. Nghĩ lại ba thời, chúng ta vẫn một lòng muốn bố thí chứ không hối tiếc gì cả, vui vẻ để tế lễ cả ba thời.

Trong nhà chùa cũng áp dụng ba điều kiện tế lễ này như sau:

1. Từ tâm bố thí: Khi chúng ta dâng thực phẩm lên cúng Phật, cúng rồi chúng ta chia nhau ăn hết, chứ Phật không có lấy. Từ tâm bố thí là chia đều thức ăn cho tất cả đại chúng, cho các con của Phật tức là Phật vui lòng. Các con của Phật ăn rồi bình an thì tự nhiên Phật vui lòng, chứ không cần nịnh hót Phật nhiều, càng nịnh hót càng mệt. Cứ một lòng lo cho chúng sanh tốt đẹp, là Phật sẽ ban phước cho các sư trụ trì và toàn ban chức sự.

2. Bình đẳng bố thí: Bàn tay có ngón dài ngón ngắn, nhiều người có phước từ nhiều đời, nhưng có nhiều người thiệt thòi kém cõi, hay cấu gắt gông và tánh tình khó chịu. Vị trụ trì và ban chức sự phải một lòng thương xót bình đẳng, đối xử đồng đều, mong cho đại chúng đều tiến bước, đều thực hiện được Phật pháp, đều sống đúng với lời Phật

dạy. Chúng ta cần tâm bình đẳng thương xót như người mẹ có năm đứa con. Bốn đứa đầu giàu có làm ăn được, còn đứa thứ năm thì xì ke ma túy, hư hỏng, nghèo khổ thì người mẹ sẽ lo lắng, thương xót đứa đại dột hư hỏng nhiều hơn. Đức Phật đối với chúng ta cũng thế, sư cô trụ trì, các ban chức sự tài giỏi dăm đang, Phật quý phước đức các vị đó dồi dào, nhưng tấm lòng của Phật vẫn lo âu cho những đứa đại dột như con sâu, con kiến, con trùng, con muỗi muôn loài vạn vật còn đang trầm luân. Đó chính là chỗ lo âu của Phật, chỗ thương xót của Phật và các vị bồ tát.

Các vị trụ trì và ban chức sự cũng thế. Hãy đoái tâm đến các chúng sanh hãy còn đại, hay cấu, hay gắt, hay tham, hay si. Đó chính là chỗ để tâm của ban chức sự và sư trụ trì. Bồ thí tình thương bình đẳng là phép tế lễ này, nghĩa là cứ ăn ở tốt với mọi chúng sanh đi thì chính là chúng ta dâng lễ phẩm lên trời Phật.

3) Bồ thí ba thời: Tin chắc phương pháp tế lễ này cả ba thời quá khứ, hiện tại và vị lai cũng giống như vậy. Đừng lo là chúng ta chưa mua hoa đẹp, hương quý cúng Phật vào ngày tế lễ thì mình mất phước, đừng lo cái đó. Không phải là dâng lễ phẩm lên Phật mà chúng ta nên đem tâm Phật, thực hiện hạnh Phật đối với cả đại chúng. Chúng ta tin phương pháp tế lễ này là đúng là phải, đem phước đức cho mình và cho tất cả. Khi sửa soạn tế lễ chúng ta thật lòng tế lễ như thế, đó là tương lai tế lễ. Đang thật hành tế lễ, chúng ta cũng một lòng như thế. Chúng ta tin việc này đem phước báu đến cho bản thân trụ trì, ban chức sự và cả

đại chúng, đó là hiện tại tế lễ. Sau khi tế lễ rồi thì không ân hận. Một lòng tin chắc rằng chúng ta sẽ được phước và tất cả đại chúng sẽ được phước, đó là quá khứ tế lễ. Cả ba thời chúng ta tin chắc phương pháp này có lợi ích.

Đức Phật dạy nếu ai thực hành bốn pháp thành tựu, 16 lễ phẩm và ba điều kiện tế tự mà làm đúng như vậy thì công đức lớn. Đại Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đầu lại bạch Phật ngoài bốn pháp thành tựu, 16 lễ phẩm và ba điều kiện tế tự này có cách nào nữa có công đức hơn? Đức Phật dạy cách thứ hai là cúng dường những sự trong đời sống, như cúng dường thực phẩm hoặc xây phòng xá cho chúng tăng, nhưng công đức cúng dường ấy vẫn là việc đem tâm ra bên ngoài nên phước báo vẫn còn kém.

Đại Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đầu lại bạch Phật có cách nào nữa để có công đức hơn cách thứ hai không? Đức Phật dạy có một cách thứ ba hay hơn nữa là pháp Tam quy, thọ ngũ giới, từ bi thương tưởng tất cả chúng sanh, khoan dung tha thứ đừng giận hờn, mong cho mọi người được sự an ổn yên vui. Nếu chúng ta có tâm từ thì chỉ bằng thời gian vắt sữa một con bò, công đức cũng còn lớn hơn cách thứ hai.

Cứu-la-đàn-đầu lại hỏi có cách nào hơn công đức thứ ba? Đức Phật dạy cách thứ tư là xuất gia trì giới là công đức cùng tột cho đến thành công đắc quả, chứng tam minh. Tam minh là ba loại sáng suốt là thiên nhãn mình (có con mắt sáng thấy suốt địa ngục và trên trời), túc mạng mình



(sáng suốt thấy được kiếp trước), lậu tận minh (rửa sạch không còn phiền não), không còn một chút nào để vào sanh tử thì như thế là giải thoát. Công đức không còn sanh tử là công đức tối thượng hơn cả.

Tại sao xuất gia trì giới lại hơn cả? Vì ở thế gian này ái dục là mối lo lớn. Lậu là chướng ngại đáng sợ, cho nên chỉ có sự xuất ly là tối thượng. Chúng ta thì cứ lăng xăng lo cúng kiến, tế lễ ở chín tầng trời, rồi cầu Phật, Bồ tát, cầu những ai đâu trên cao mà không biết tai nạn nguy cấp đang ở ngay trong mình. Ví dụ có rắn độc, nuôi bốn, năm con rắn độc trong nhà mà cứ đi tìm thầy thuốc ở tận đâu, cứ cầu làm sao mà hết khổ, được phước an vui hay đi ra bắc, nam hay đi Ấn Độ, Hoa Kỳ đi tìm thầy thuốc ở tận đâu đâu thì liệu có thoát được không? Sẽ không thoát được mà hãy quay lại, lo bắt rắn độc tham sân si ra để thoát các nạn bị chết vì nọc độc.

Đức Phật dạy chúng ta có tám vạn bốn ngàn phiền não, nói gọn là ba độc tham sân si. Ba độc này chúng ta đã nuôi trong tâm mình từ vô thủy đến giờ. Vì những độc này chứa trong tâm khiến lời nói việc làm, ý nghĩ của chúng ta đầy các sai quấy và khiến cảm quả báo cứ phải luân hồi sanh tử. Nếu chúng ta cứ tế lễ hay cúng dường thì được phước, được phước thì sẽ được vui, nhưng còn tội báo phải vào địa ngục. Hưởng xong sự sung sướng ở cõi trời thì vào địa ngục thì có gọi là nghiệp chướng không? Cho nên, trong các công đức tế lễ hay cúng dường thì công đức xuất gia loại trừ ba độc tham, sân, si là tối thượng. Đó là lý do Đức

Phật dạy đại Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đâu trong những pháp như bốn pháp thành tựu, 16 phép tế lễ, ba pháp tế tự, trai tăng, xây phòng xá, giữ ngũ giới, quy y thì công đức xuất gia, giữ phạm hạnh, chứng ba minh, không còn rơi lọt vào sanh tử là công đức tối thượng. Như vậy, hướng về những bậc có đức như các vị trời hay Đức Phật để chúng ta cầu tha lực của các ngài thì sẽ ít phước so với việc chúng ta tiêu trừ ba độc tham sân si của mình hoàn toàn, vì các ngài mong muốn chúng ta giải thoát. Như vậy, khỏi phải đi cúng và cầu ở đâu, cứ một lòng tự mình trừ sạch vô minh, đuổi sạch những rắn độc từ vô thủy đã ở trong lòng mình đi thì công đức sẽ vô lượng.

Để trừ được hoàn toàn tham sân si thì chúng ta chỉ có một cách là xuất gia trì giới hoàn mãn, tu cho đến ngày chứng quả. Chứng quả nghĩa là tiêu cho hết những độc tham sân si trong tâm đi. Nếu còn để những xấu, những độc trong tâm thì còn đọa lạc. Nếu hưởng phước tế tự, cúng dường mà còn đọa lạc để xuống địa ngục thì sự hưởng phước đó cũng chẳng có vui gì. Cho nên, Phật khuyên chỉ có một việc hay hơn cả là xuất gia, đừng lo đi cầu phước mà lo sửa mình, làm thế nào cho tâm của mình sạch những lỗi lầm thì khỏi đi cầu phước mà chính mình được giải thoát. Nếu được giải thoát thì công đức giải thoát này là tối thượng. Chứ còn bây giờ trong nhà chứa đầy rắn độc, ở chung với rắn rất nguy hiểm mà lại cầu thầy thuốc ở đâu thì không thiết thực. Thế gian cũng thế, nhiều người cứ lo đi cầu phước, tìm cách nào có nhiều phước;

cái gì được hưởng phước nhiều nhất thì làm, ít phước thì không làm. Nên đại Ba-la-môn Cứu-la-đàn-đầu hỏi Đức Phật phước báo nào nhiều, hỏi cho đến kỳ cùng và cuối cùng Đức Phật bảo là rửa cho sạch những sai quấy mê lầm, độc ác ở trong mình. Đừng có những ô nhiễm thì tự mình không có rơi vào đường sanh tử mà không rơi vào đường sanh tử thì mình được an vui yên ổn, không phải đi cầu khẩn ở đâu cả.

Tóm lại, đại ý bài kinh Cứu-la-đàn-đầu này, Đức Phật dạy chúng ta là loài người cũng như tất cả muôn loài, muôn vật đều sợ khổ và cầu vui. Chung quy vẫn ở hai chữ khổ và vui; những ai muốn vui thật nhiều, vui mãi vui hoài không có tí khổ đọa lạc nào thì phải lo tu giải thoát. Muốn cầu vui giải thoát thì chỉ có cách là xuất gia, chịu khó tu và gột những lầm mê của mình. Quay về tâm mình rửa cho sạch, sám hối hết những lỗi lầm đi, đừng tái phạm nữa. Tu pháp Tứ niệm xứ cho đến nơi đến chốn, cho đến khi diệt sạch hết những vô minh, chứng được tam minh nghĩa là sáng suốt ra khỏi đường luân hồi sanh tử thì chúng ta sẽ rửa sạch không còn một vết gì để luân hồi, không còn một chút gì để vào trong đường sanh tử nữa. Khi chúng ta là thánh hiền, không còn những lỗi lầm sai quấy thì chúng ta sẽ hết khổ, mà hết khổ tức là được niềm vui vi diệu giải thoát.

Tuy nhiên, cũng không phải vì thế mà từ đây chúng ta xem nhẹ tất cả các hình thức nghi lễ cúng kiếng, không cúng hoa, cúng hương, không cúng Phật thì cũng không được. Khi chúng ta thấy ai người ta cúng tế lễ thì đừng có

chê bai, đừng có bông đùa nói cứng như thế là vô ích, hoặc khuyên họ cứ quay về tu đây mới thật là cứng Phật, còn những hình thức như dâng hoa, cúng hương, các thứ lễ phẩm như thế là vô ích. Nếu miệng chúng ta chê bai sự cứng dường, cản trở sự cứng dường của Phật tử thì về sau chúng ta lại chịu một tội báo lớn. Vậy, vâng theo A-hàm, chúng ta vẫn tế lễ, vẫn cúng Phật như hàng ngày chúng ta cúng, nhưng chúng ta hãy nhớ tu tâm, tu nhân giải thoát, bởi vì Phật sợ nhiều khi chúng ta bỏ nhân mà chạy theo duyên. Mười phương chư Phật giúp tha lực cho chúng ta cũng chỉ là cái duyên, nhưng cần nhất là cái nhân, chính bản thân chúng ta phải có sự tu hành. Đức Phật như người đổ thêm nước, bón thêm phân để cho cây cối được tốt, nhưng hạt giống là phải do mình gieo.

Hạt nhân quan trọng, nhưng nếu không có duyên cũng không được. Cũng cần phải có duyên, cho nên chúng ta vẫn phải nương thân lực Phật. Chúng ta phải quay về lo cái tu thật sự của chúng, đó là đúng như pháp tế lễ ở đây và chúng ta phải tin có oai thần ngôi Tam Bảo thật sự đã giúp đỡ chúng ta rất nhiều. Những người học kinh A-hàm là những vị chẳng những biết tu nhân mà còn biết cầu duyên. Cho nên nếu có người cầu duyên chúng ta không được cản trở, hay cắt ngang cái duyên của người ta. Chúng ta phải cẩn thận, chứ đừng bảo ở bài kinh Cứu-la-đàn-đầu, Đức Phật bảo chỉ cần tu là được rồi, không cần cúng dường, thế là chúng ta có nhân mà thiếu duyên cũng

không được, phải đủ cả hai nhân và duyên mới bảo đảm cho chúng ta trên đường giải thoát khỏi lậu hoặc đáng sợ. Đức Phật tóm lại ý trên bằng bài kệ như sau:

Tế tự, lửa là nhất.  
Độc tụng, thơ là nhất.  
Loài người, vua là nhất.  
Các sông, biển là nhất.  
  
Các sao, trăng là nhất.  
Ánh sáng, mặt trời nhất.  
Trên, dưới và bốn phương,  
Phàm sanh vật hiện hữu.  
Chư thiên và người đời,  
Duy Phật là tối thượng.  
Ai muốn cầu đại phúc,  
Hãy cúng dường Tam bảo.

Sau đó, Đức Thế Tôn thuyết pháp cho đại Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đầu về thí, giới, về sanh thiên; nói dục là tai họa, phiền não là chướng ngại, xuất ly là tối thượng, phân bố, hiển thị các hạnh thanh tịnh. Rồi Thế Tôn quán sát Bà-la-môn, ý chí đã mềm dịu, ẩm cái đã voi nhẹ, dễ được điều phục. Ngài liền giảng thuyết cho Cứu-la-đàn-đầu về khổ thánh đế, phân biệt hiển thị, thuyết tập thánh đế, tập diệt thánh đế. Cứu-la-đàn-đầu ngay trên chỗ ngồi mà xa lìa trần cấu, đắc pháp nhãn tịnh. Cũng như tấm lụa trắng rất

dễ nhuộm màu, Bà-la-môn Cứu-la-đàn-đầu cũng vậy, thấy pháp, đắc pháp, thành tựu đạo quả, quyết định an trú, tự tín, đắc vô sở úy.

## 24. NĂM TRIỀN CÁI

Kinh Thanh Tịnh (Trường A Hàm, số 17), Kinh A-ma-trú (Trường A Hàm, số 20), Kinh Đa Giới (Trung A Hàm, Phẩm 14, số 181), Phẩm Thiện Tụ (Tăng Nhất A Hàm, Năm Pháp, 32. Kinh số 2) và nhiều kinh khác trong A-hàm giảng nhiều về năm triền cái, vì nó chính là nghiệp của tất cả chúng sanh.

Ngũ cái là tham, sân, hôn trầm, nghi và trạo hối. Làm thế nào để chúng ta trừ ngũ cái? Đức Phật thường khuyên chúng ta phải ưa thích ở nơi vắng vẻ, an tĩnh, mới quán thấy biết tâm của mình, còn nơi bận rộn thì mắt mãi ngó, tai mãi nghe, thân phải chạy thì chúng ta không có thời gian để quán thấy mình được rõ ràng.

Đức Phật dạy ăn xong rồi thì thu xếp y bát, kiết già đoan thân, ngồi cho thẳng lưng, nếu lưng còng thì tâm loạn, cho nên bắt buộc phải thẳng lưng. Ý niệm chân chánh tu các pháp quán về ngũ cái hoặc là an định vào hơi thở, quán số tức. Trong lúc an định ấy, ý tưởng chân chánh, trú tâm một chỗ, đừng để ý nghĩ sang một nẻo khác thì như thế không gọi là chánh niệm. Chánh niệm là mình phải làm chủ, định tâm việc chúng ta đang làm, phải nhớ tới việc quán chiếu ngũ cái này.

Ngũ là năm. Cái là úp chụp, nghĩa là nó giữ chặt chúng ta lại, úp mình lại trong quyền hạn của nó. Ngũ cái còn gọi là năm triển cái. Triển là trói buộc, cái là úp chụp.

1) Tham: Trong đầu nghĩ đến việc tham ăn, tham sắc, tham tiền thì từ trên trán cho đến gót chân đều khởi lòng tham muốn. Lòng tham giữ chặt, trói chặt toàn thân khiến chúng ta phải vâng lệnh nó. Khi đã bị chi phối toàn thân thì không có một chỗ nào trong thân tinh được; không có ngón tay tinh được, không có ngón chân tinh được, toàn thân bị quyền hạn của nó nắm giữ cho nên gọi là cái. Hàng ngày chúng ta bị năm triển cái này triển trói chúng ta lại, như người nghiện rượu cứ đem tiền đến hàng quán mua rượu và uống vào. Vì thích men rượu khiến cho vị ấy uống say sưa. Khi bị say xỉn thì người ấy về đánh vợ, đánh con, rồi la hét om sòm cả nhà. Thật ra, chúng ta thấy người ấy đâu có muốn ghét vợ con, ghét gia đình, đánh vợ, đánh con, đập phá gia đình. Nhưng rượu vào thì rượu làm chủ, làm mê muội tối tăm, không còn biết gì cả. Đã khổ như thế mà cứ bỏ tiền ra mua rượu bởi vì lòng tham và cơn thèm khát rượu trói buộc, nó bắt cho phải cứ làm như vậy hoài.

Khi chúng ta thích ăn cái bánh thì sự thích tỏa khắp toàn thân. Cái miệng thích, hai mắt sáng lên, hai tay, hai chân chạy đến chụp lấy để tỏ ý bằng lòng, toàn thân biểu lộ sự thích. Từng làn da, tế bào đều hiển lên tướng vui mừng. Mỗi khi tham chiếc áo đẹp thì mắt ưa thích, hí hửng, ngắm nghía, tay mân mê vuốt ve, tâm luôn nhớ nghĩ đến cái áo thì toàn thân mình cũng cảm thấy rạo rục vui

lên tức bị nó úp chụp không có một chỗ nào trong thân mình tỉnh ra cả. Cho nên, Đức Phật gọi tham không phải đứng riêng một góc trong thân mà nó là ‘cái’, tức úp chụp toàn thân của chúng ta, lôi cuốn toàn thân. Miệng đã mê đã đành mà hai mắt cũng mê, hai tay cũng mê luôn, hai chân cũng mê luôn. Thật ra, từng tế bào một, không có chỗ nào mà không hưởng ứng vào việc tham ăn này tức là chúng cùng mê luôn cùng với nhau một loạt, cho nên gọi là úp chụp. Nó nặng nề, đè lên mà không để hở một chỗ nào. Nó đè lên toàn thân bởi vì tâm dung thông khắp thân. Tâm chuyển thành tham rồi nên toàn thân mình bị đè nặng bởi lòng tham. Lại cứ tưởng là chính mình thích ăn, chứ không biết cái tham ăn nó sai mình. Khi chúng ta ngồi yên, chánh niệm soi tâm, hễ móng niệm tham ăn hiện lên thì biết là tham ăn hiện lên, đừng nhận nó là mình, cứ để mặc cho nó tan đi, thế là chúng ta được tự do, đã thoát kiếp nô lệ của tham triền cái.

2) Sân giận cũng là một trong ngũ cái. Toàn thân giận run lên thì hai tay xìa xói người này kia, đập bàn, đập ghế trông rất hung dữ. Từ chân đến đầu, từng lỗ chân lông chỗ nào cũng phì phì hơi tức giận ra, cũng có cái tướng giận hờn hiện lên. Tâm của chúng ta biến thành sự sân giận rồi. Tâm dung thông khắp thân mà giờ biến thành sân giận nên sân giận ở khắp thân người. Vì không có một chỗ nào tỉnh ra được, nên gọi là cái, nghĩa là nó úp chụp lên mình, khiến mình bị tù trong đó, toàn thân mình không có chỗ nào để tỉnh ra, chỗ nào cũng bị cái mê này ảnh hưởng. Tại



sao người ấy phải hung dữ như thế? Tại sân giận trói buộc và sai sử, cho nên lúc bấy giờ vị ấy hoàn toàn bị phục tùng nô lệ. Do sân, nên chúng ta mất sự sáng suốt và mất cả quyền lực, con mắt đỏ ngầu, cái miệng la hét và cái tay đập bàn ghế. Có người mặt mũi đỏ gay lên, nhưng có người mặt tái mét đi, tức quả tim không được điều hoà, có sự ảnh hưởng thần kinh tức giận, làm nghẽn sự chuyển động của máu, nên khiến mặt tái mét, đều là do sân giận điều khiển toàn thân. Sân giận bảo hét lên thì hét lên, bảo đánh vị kia thì đánh, bảo xía xối thì xía xối, con mắt đỏ ngầu hoàn toàn làm nô lệ, bị màn đen úp chụp triền trối lại. Chúng sai xử khiến chúng ta không có quyền gì nữa mà chỉ nhắm mắt phục tùng. Chúng ta học Phật muốn khôi phục lại quyền tự do của mình thì không có để cho sân triền cái này chi phối nữa.

Không sân giận ví như nợ đã trả sạch, còn sân giận chi phối thì ví như người có nợ. Chủ nợ nó đến trói buộc, làm tình làm tội, nó bắt mắt của chúng ta trợn lên, mặt tái mét, miệng thở hào hển, tay đập bàn, đá ghế, sai miệng mình bạ đầu nói đấy. Khi chúng ta làm chủ được sân tức mình đã trả nợ hết rồi, không bị sai sử để xảy ra những việc đáng hối tiếc, vì trong khi sân giận mình lại có lời nói và việc làm khiến về sau hối hận, khiến về sau phải trả quả báo. Như thế, cứ kéo dài ân oán giây dưa không biết đến bao giờ mới xong.

3) Hôn trầm là buồn ngủ thì ví như anh đang bị bệnh, chịu nổi khổ của dật dừ, lừ đừ, nửa mê nửa tỉnh. Khi buồn ngủ thì nó úp chụp toàn thân chúng ta phải ngủ theo như chân cũng ngủ, tay cũng ngủ, mắt, da thịt xương ngủ hết một lượt. Phật dạy nếu quá buồn ngủ thì chúng ta mở mắt lớn nhìn trần nhà hoặc phải đứng dậy đi kinh hành để tan đi cơn hôn trầm. Tìm cách nào đó, chứ đừng có chiu theo cơn buồn ngủ, phải tập để loại trừ nó ra khỏi tâm mình.

4) Trạo cử: cử là cử động, trạo là huyền thuyên, lãng xăng. Người sáng suốt thì khi đứng, biết mình đứng; đi biết mình đi; cần đứng thì đứng; cần ngồi thì ngồi. Còn chúng ta tiện thì ngồi xuống, tiện thì đứng lên, không có sáng suốt chánh niệm nhận định được từng tiểu oai nghi, cử chỉ, hành động của mình. Chúng ta bị trạo cử lãng xăng làm chủ. Trạo cử là do thân động. Thân động là do tâm bị tán loạn. Tán loạn là lãng xăng, không định tâm. Phá được tán loạn thì như người tù được thả, còn bây giờ tán loạn lôi chúng ta mất quyền tự do. Tán loạn lôi mình đi chỗ này chỗ kia, khiến mình không sáng suốt, lãng xăng và việc gì cũng sẽ không được thành tựu.

5) Nghi ngờ là nghi vấn đây không phải là sự nghi vấn thông thường, như chúng ta nghi bạn kia giấu cây viết của mình mà nghi đây là nghi về các lời Phật dạy, như nghi không biết mình thiên định rồi có chứng tứ thiên không? Mình tu không biết có được giải thoát không? Vì cứ nghi ngờ nên không tu theo và cứ cho sống ở thế gian này ăn ngon mặc đẹp cho là sướng, nên vẫn ham, vẫn thích. Chứ

nếu biết chắc chắn cái vui ở thế gian này là nguy hiểm, biết tham ăn, đem tâm vướng mắc ngũ dục (tài, sắc, danh lợi, thực, thù) thì mai đây vẫn vào bào thai, rồi có thân khổ. Nếu tin chắc, biết chắc, không có nghi thì không có ai dám tham sân si nữa, nhưng bởi trong tâm chưa có cái quyết chắc, cho nên đây gọi là nghi, tức chưa minh bạch, chưa quyết định nên vẫn để tập khí tham sân si làm chủ mình.

Chúng ta học Phật, có lý Tứ đế, tức hãy quán sát thế gian này là khổ cho đến khi nào chúng được khổ đế, có trí tuệ quyết định với lời Phật dạy như thế thì phá xong cái nghi của ngũ ấm này. Có trí tuệ quyết định chắc chắn, ở thế gian này nhất định chỉ có khổ thôi. Vị nào có khổ đế như thế thì coi như hết cái nghi này. Vị ấy chứng quả thánh. Còn nếu cái nghi này vẫn còn nằm trong tạng thức của mình, chúng ta chưa có quyết định và dứt khoát thì chúng ta chưa chứng Tư-đà-hoàn và chứng khổ đế này được.

Khi chúng ta nghi ngờ chánh pháp, không quyết định, lưỡng lự nhiều đường thành ra đi không đến nơi về không đến chốn, đứng bơ vơ sẽ dễ bị giặc cướp tấn công. Chánh pháp là bảo vệ cho chúng ta được an toàn khiến cho thân tâm mình vững vàng yên vui. Thế mà bây giờ chúng ta lại nghi ngờ chánh pháp không biết có nên học không? Không biết có nên tu không? Quý sư dạy như thế không biết có đúng không? Lời Phật dạy không biết có chính xác không? Lời Phật dạy mà mình cứ vẫn lơ lang thang không nắm lấy như đi giữa cánh đồng, không biết là nên đi đường nào. Không biết chúng ta nên đi con đường mà mình đang đi

không? Làm sao tránh được nạn giặc cướp? Chánh pháp quyết định con đường cho chúng ta đi, một con đường chắc chắn để chúng ta giải thoát mà bây giờ tâm chúng ta cứ lơ mơ, hoang vu như vậy thì ma quỷ mới xâm nhập, cả nội ma lẫn ngoại ma phá cản cướp tâm của mình. Nội ma là những thói hư hỏng lúc bây giờ nổi dậy, xui ta đi theo ngũ dục của tài sắc danh lợi thực thù. Ngoại ma là thầy tà, bạn ác, những cảnh tham đắm ái luyến ngoài xã hội. Nội ma rủ và ngoại ma nhân tiện nhập vào tâm, xúi dại đủ các thứ nguy hiểm. Tâm mà quyết định không có đi về chánh pháp thì nội ma, ngoại ma, bạn bè xúi đủ chuyện sai quấy, cứ nhắm mắt mà a dua thì đọa đày uổng thân. Nên người nghi ngờ chánh pháp giống như người bơ vơ giữa cánh đồng, làm mồi cho giặc cướp.

Để tránh nghi ngờ, chúng ta phải học cho đến nơi đến chốn, chỗ nào không hiểu, lơ mơ nghi vấn Phật pháp thì phải hỏi cho ra, minh bạch việc chúng ta học, việc chúng ta tu để quyết định một lòng tin thì tâm mới tu hành một cách miên mật được, cho nên chúng ta phải đoạn và thoát khỏi lưới nghi ngờ.

Chúng ta thường bị tham, giận, ngu, nghi ngờ và trạo cử này úp chụp nên gọi là bị ngũ cái. Tu tập là mong trừ được ngũ cái này. Quan trọng nhất là hai cái đầu tức tham và giận. Bắt đầu tu là trừ tham với giận trước, rồi dần dần vào sâu, mới trừ được cả ba cái cuối là trạo cử, hôn trầm và nghi ngờ.

Lúc chúng ta ngồi quán sô tức, tập hơi thở thì để ý, tập xả ngũ cái này. Tập xả cho được năm thói quen từ vô thủy đến giờ cùng ta sanh ra nên gọi là câu sanh phiền não. Câu là cùng với, sanh là sanh ra. Ngũ cái này là sanh ra cùng lúc với chúng ta. Giống như em bé mới sanh đang bú sữa mẹ mà lấy núm vú ra thì nó khóc thét lên, tức là nó sân, nó tức, vì nó muốn bú mà không được bú được nên rất tức giận. Nên ở bụng mẹ ra, chúng ta đã có sẵn cả tham, giận, ngu, nghi ngờ và trạo cử rồi. Ngũ cái có với chúng ta từ đời nào đến đời nào rồi, chúng ta bị ngũ cái này làm chủ, trong kinh gọi là như người ở trong tù mà không biết. Cho nên bây giờ tu tập là phải tìm cách gỡ giải ngũ cái này ra.

Chúng ta bị quen quá rồi cho nên không biết là mình đang bị trói trong tù. Tỳ kheo hữu học muốn đạt tới an ổn thì phải trừ ngũ cái này. Chúng ta đang muốn bình an mà ngũ cái cứ lôi chúng ta đi, thích cái này, ghét cái kia, gọi điện thoại tâm sự với người này người kia, như thế thì chúng ta không có yên được. Chúng ta phải trừ ngũ cái này đi. Mỗi một lần tâm chúng ta khởi lên tham giận thì biết ngay là không phải mình, biết đây là ngũ cái hiện lên đây. Chúng ta không nghe theo lời sai của nó thì dần dần nó biến mất đi. Phải ghi nhớ năm thứ này, đừng nên nuôi nó trong thân mà để mặc cho nó tan đi. Hễ tâm ghen ghét hiện lên thì chúng ta biết đây là sân giận. Đừng nhận là tôi ghét chị ấy, biết đây là thằng giặc sân si đang phá sự tu hành của mình. Cho nên không nghe nó, cứ bỏ nó, mặc nó tự tan đi, bởi vì những cái này là những hư vọng. Hễ mình

vâng theo nó thì mình sẽ đi bêu xấu chị đó, rồi mở ra nhiều thứ lời thôi. Nên mỗi khi có năm thứ này hiện lên là chúng ta phải nhìn thấy. Khi muốn lấy tiền của người khác, ta biết là tham khởi. Trong người bùng bùng tức giận, chúng ta biết sân hiện lên. Đừng nói là tôi tham lắm, tôi bực lắm. Không phải tôi mà đây là giặc. Giặc trói buộc chúng ta từ vô thủy đến giờ và bây giờ tách ly nó ra. Cứ im lặng, đừng nghe lời nó, đừng nhận nó làm mình. Thế là tự nó nó tan. Ngũ cái không thể đứng lại, vì nó là cái không có, chỉ là cái hư vọng thôi.

Hễ nhận ngũ cái là mình thì lúc bấy giờ mình là phạm phu. Thánh và phạm chỉ có khác nhau chỗ ấy thôi. Phải nhận thấy biết nó không phải mình, biết đây là giặc đã trói buộc chúng ta từ vô thủy tới giờ trong đường luân hồi này. Nó đã làm khổ mình từ vô thủy tới giờ. Nếu còn nuôi nó thì nhất định thân này tan đi thì sẽ làm chó, làm gà, làm vịt. Loài vật khi có gì trái ý thì nó sùng sộ, cãi nhau đánh nhau. Chúng ta khác loài vật chỉ có chỗ này, là chúng ta có trí tuệ làm người. Đừng nhận những tham giận làm mình, nhất định không để tham giận ngự trị, làm bạn đồng hành với chúng ta.

Đức Phật dạy: “Tỳ kheo hữu học muốn đạt tới an ổn, phải diệt ngũ cái”: hữu học tức chưa chứng quả A-la-hán, là các vị còn đang học muốn đạt được sự an ổn giải thoát. Tỳ kheo vô học tức các vị đã chứng A-la-hán rồi, không cần phải học nữa vì đã an ổn rồi.

Trong đạo Phật, chúng ta không học để cầu làm bác sĩ, đồ tiến sĩ, kỹ sư mà lại cầu học để được an ổn, tức là cầu giải thoát. Chúng ta cầu từ nay không nhận tham sân, ngũ cái làm mình. Nếu trong tâm mình không náo nức, không đòi mua đòi sắm, không phiền, không giận ai thì hiện tại thân tâm của chúng ta sẽ được yên ổn. Ngày mai chúng ta cũng sẽ yên ổn nếu mình không có làm cái gì sai quấy. An ổn là sự nắm chặt trong tay, cho nên chúng ta học đạo là để có được sự bình an trong hiện tại và tương lai.

Ca dao có câu: “Đừng có vì một con lừa đi qua mà hai tai của mình phải dài theo nó”. Con lừa giống con ngựa mà chỉ khác với con ngựa là lừa có hai cái tai dài. Lừa là tiêu biểu ngu si nên người ta vẫn hay nói: “Ngu như lừa”. Việt Nam thì nói ngu như bò, người Pháp thì nói ngu như con lừa. “Đi qua” nghĩa là có một đũa ngu si đi qua, đừng có vì đũa ngu si mà mình bắt chước nó để mình cũng ngu như nó. Như chúng ta thấy cô bạn mặt nhăn nhó, trông thấy như vậy, mình cũng thấy ghét. Mình cũng lờm cho một cái. Thế là mình bị dài tai theo con lừa. Một người bạn vô lễ với mình, tỏ ra xấu xa với mình. Mình đừng có nên bắt chước người ta mình đáp lờm lại. Đã biết là xấu thì không làm theo. Chúng ta đừng vì con lừa đi qua mà hai tai của mình phải dài theo. Nên cô ấy có chưỡi mình thì chúng ta vui vẻ bình thản. Đừng đại mà lờm nguýt, chưỡi lại thì chúng ta cũng giống như cô ấy. Thế cho nên, những ai đối với mình không tốt, không tử tế, chúng ta đừng bắt chước như họ.

Chúng ta cứ lo tu cho tốt khi nào có đủ khả năng phúc đức thì nói. Nói người ta chịu nghe thì mới chỉ dạy người ta, còn bây giờ mình hãy lo cho mình. Đừng có theo người ta mà thành người xấu. Cho nên mặc người ta tròn méo hay dờ mặc đấy, hãy lo cho mình để hai tai đừng có dài theo. Đừng có bắt chước những hư hỏng của người khác. Những người xung quanh đối xử mình cách nào là việc của người ta. Nếu mình có đủ khả năng và dạy được người ta thì tốt lắm. Nhưng nếu mình nói thì chỉ cãi nhau thì không ích gì. Cho nên thôi mặc người ta, người ta đẹp xấu là việc của người ta. Chúng ta hãy lo cho mình, đừng bắt chước cái xấu của họ. Những người mê muội, không biết lẽ phải thì theo, còn chúng ta hãy lo giữ tâm của mình cho phải, cho đúng đã và không cho năm ngũ cái úp chụp lên thân tâm mình.

Nếu chúng ta muốn học Phật pháp, muốn làm hiền thánh, muốn đoạn ngũ cái thì không thể nào rời Tứ niệm xứ được. Chúng ta phải soi lại tâm của mình, “Quán thân, thọ, tâm, pháp”; phải rửa sạch được ngũ cái thì sẽ như người tù được thả, như người đi xa được về nhà yên ổn. Chúng ta phải học và tinh cần thực tập chỉ làm một việc ấy. Thập phương người ta cày ruộng, dệt áo, trồng rau, mỗi mỗi cúng dường làm sẵn hết để chúng ta rảng rang quán ngó lại tâm mình, để sửa ngũ cái, chừa nó đi. Chẳng những ngũ cái mà các tâm bất thiện hay những tướng mạo không đúng chánh pháp thì chúng ta phải lia bỏ như Đức Phật



dạy: “Này các hiền giả! Tỳ kheo hữu học muốn đạt đến an ổn thì phải diệt ngũ cái”.

## 25. NGŨ ẨM XÍ THỊNH

Trong kinh Âm Căn (Tập A-hàm, Quyển 2, số 58), Đức Phật dạy về Năm ẩm xí thịnh. Ngũ ẩm xí thịnh là năm thứ hưng thịnh, sung mãn. Năm thứ đó là sắc, thọ, tưởng, hành và thức, tức là thân, tâm, cảnh của chúng ta, là cả cuộc đời của chúng ta. Nội sắc là thân thể của chúng ta và ngoại sắc là sắc thanh hương vị xúc pháp là cảnh bên ngoài nơi mà chúng ta đang sống đây. Gom cả thân và cảnh lại là một, gọi là sắc, còn nguyên tâm của chúng ta thì Đức Phật nói có bốn là thọ, tưởng, hành, thức để chúng ta quan sát cẩn thận, bởi tâm là chủ và thân này như cái xe. Tâm là người điều khiển, hễ người điều khiển tốt thì mình được bình an, đỡ khổ. Còn nếu người điều khiển ngu dại, không biết cách thì thân sẽ khổ. Tâm tức là mình, học nguyên cái tâm này là giải thoát. Bởi vì chúng ta mê nặng nề nên thân tâm cảnh của chúng ta ở trong cái si mê nặng nề ấy. Chúng ta chấp năm cái này là năm thứ của chúng ta mà không có loé ra một chút giác tỉnh nào, cho nên gọi là thịnh, là ngũ ẩm xí thịnh.

i. **Sắc ẩm:** Thân của chúng ta là nội sắc, là đất nước gió lửa, nhưng chúng ta lầm cho nó là mình. Cùng một nồi cơm, cùng một tô canh, nhưng đến bữa ăn, mỗi người xới một chén riêng, ăn một chút cơm, uống một chút nước, rồi mê nhận riêng chút cơm, chút canh đó cho là nội sắc thân

của mình, đối lập lại với cảnh bên ngoài là ngoại sắc. Bắt đầu từ sắc có nội sắc, ngoại sắc là bắt đầu có mê, có thân ta với cảnh giới. Vì chúng ta nhận nội sắc làm thân thể của chúng ta nên nhận mắt tai mũi lưỡi này là của chúng ta. Rồi lăng xăng chạy lảnh thọ những cảnh bên ngoài, gặp điều vừa ý thì vui, gặp điều trái ý thì buồn khổ. Khi con mắt chạy theo cảnh sắc bên ngoài khởi lên khổ vui. Tai nghe âm thanh khởi lên khổ vui như thế gọi là có thọ. Từ nội sắc mà thọ ngoại sắc khởi tâm khổ vui đó là có (hữu). Do nhìn cảnh sắc mà khởi tâm khổ vui, đó là thọ. Chúng ta có sáu căn lảnh thọ sáu cảnh bên ngoài.

Tại sao lại gọi thân này là sắc ấm? Chúng ta từ bụng mẹ, hút máu của mẹ để sống. Mẹ cũng do ăn cơm, uống nước mà có máu, cho nên mình mắc vào bào thai và hút những máu đó, kết làm da, làm thịt, làm xương của mình. Khi ra khỏi bụng mẹ, chúng ta cũng hàng ngày ăn cơm, uống nước, hưởng hơi ấm mặt trời và cũng hít thở không khí để nuôi thân. Không khí thì gọi là gió, hơi ấm gọi là lửa. Cho nên thân này rõ ràng làm bằng cơm với nước, không khí và hơi ấm, nghĩa là làm bằng đất nước gió lửa. Rồi mỗi ngày chúng ta cứ tiếp tục phải lo thổi cơm, uống nước, mặc quần áo cho ấm, hít thở oxy để thiết tha nhận thân thể đất nước gió lửa này của mình. Thân này vốn làm bằng đất nước gió lửa cho nên mai đây nó sẽ già, bệnh, chết rồi trả về cho đất, đem chôn xuống đất. Lúc bấy giờ lại khóc và không biết mình là cái gì? Vậy mà từ khi ra khỏi bụng mẹ ra đến nay, chúng ta cứ khư khư nhận đất

nước gió lửa đó làm thân thể của chúng ta, chỉ có Phật mới biết sự thật này, còn chúng ta thì mờ mịt. Bởi vì ôm chặt lấy thân này và nhận nó làm mình rồi, cho nên mê muội không biết thân thật của mình là gì? Nó ngăn che khiến chúng ta quên thân thật của mình mà cứ nhận cái thân bằng đất làm mình, rồi buồn vui khóc kể với tấm thân đó, cho gọi là sắc ấm. Chúng ta bơ vơ mờ mịt cho nên mới gọi là ấm tức nó ngăn che sự thật.

ii. **Thọ ấm:** Thọ là nhận một cái gì từ bên ngoài vào. Khi ăn tiệc ngon hay được tiếng khen thì niềm vui hiện lên, nhưng hôm nào bị chê, bị trách thì thấy khổ, tủi thân, buồn bực. Nếu lãnh vật bên ngoài vào người mà vừa ý thích thì vui còn trái ý thì khổ. Trong tâm có khởi lên khổ vui thì biết là có lãnh thọ. Ăn thì lãnh thọ mỹ vị ở lưỡi, thích món ăn là tướng, bây giờ muốn ăn nữa mà hết rồi cho nên khổ. Trông hoa hồng nở tròn đẹp mắt vừa ý thì liền thọ vui. Nghe âm nhạc vui tai liền khởi lên sự thích thú. Thân nóng lạnh đau nhức liền khởi đau khổ. Khi tắt đèn đi ngủ mắt không thấy gì nữa, tai không nghe gì nữa, thế nhưng tâm vẫn khởi tướng khổ vui vì những pháp trần, những bóng ảnh, nhớ đến những chuyện ngày hôm qua, chuyện sáng nay, chuyện năm ngoái. Do nhớ đến những bóng dáng pháp ảnh tiền trần như thế nên tâm liền khởi lên những khổ vui, đó là ý thức lãnh thọ pháp trần. Như thế, mỗi khi thấy cảnh bên ngoài mà tâm khởi khổ vui thì chúng ta gọi là thọ.

Làm sao gọi là thọ ảm? ảm là ngăn che sự thật. Vì thọ ngăn che sự thật khiến cho chúng ta mê muội, tối tăm. Khi căn xúc chạm với trần thì ở tâm chúng ta khởi lên vui khổ tức chúng ta đã lãnh nhận pháp ấy rồi. Như trông thấy cô A lườm mình thì cô A đâu có nhảy vào mắt mình, cô A vẫn ở chỗ đó, mắt mình thì vẫn ở chỗ mình. Cô A không có nhảy vào mắt mà mắt chúng ta cũng không có chạy vào cô A. Làm sao gọi là lãnh thọ cái lườm khó chịu đó? Mặt trời chiếu sáng vào cô A và phản chiếu bóng ảnh của cô A vào con mắt của chúng ta. Chúng ta không nhận cô A lườm thật mà chỉ nhận bóng ảnh trong con người không hư của mình. Thần kinh nghiệp làm người báo và ý thức duyên theo thần kinh nhận là có người lườm, tâm của mình tự chuyển động khó chịu, gọi là khổ thọ. Như vậy, vốn không có cô A lườm thật mà chỉ là cái thọ sai lầm dựa theo bóng ảnh không thật. Nếu con chó, con mèo hay chur thiên họ nhìn thấy cô A lườm thì họ không đau khổ. Nhưng chúng ta thì bị cảm thọ khổ vui sai sử và khi bị sai sử thì chúng ta sẽ lườm và phản đối lại cô A thành ra cuộc khẩu chiến ân oán vô tận sẽ xảy ra giữa đôi bên. Cho nên thọ ảm là màn ngăn che sự thật khiến chúng ta quên hẳn cứ nhận khổ là mình, mà quên hẳn, không nhớ, không biết con mắt lườm của cô A làm bằng đất. Cái không có mà cứ nhắm mắt nhận là tôi và nói tôi khổ. Chính cái đó là sự mê, là trí mờ tịt rồi. Cái khổ hiện lên che hẳn sự thật. Cái này là cái tập khí vô minh, vì vô minh nên cứ vợ nhận đất nước gió lửa làm thân mình. Trong thì chấp ngã, nhận thân này là mình

và ngoài thì chấp pháp cho tiếng nói âm thanh người ta rầy mình là có thật. Sự mê muội ấy thâm sâu từ vô thủy, đến nỗi chúng ta chưa kịp nhận định phải trái ra sao thì nó đã bật ra “Tôi khổ quá!”. Cứ có tiếng chê là trong bụng khởi lên sự khổ, trong lòng thấy buồn; cứ có tiếng khen thì cái vui mừng liền hiện lên, nó tự bật lên như cái lò so. Chúng ta chưa kịp xem nó là phải hay trái và cứ thế nhắm mắt nhận là tôi vui, tôi khổ, tôi ưa, tôi tức, tức là nhận cái mê muội, vô minh ấy là tôi, ngay lúc ấy cái khổ bịt kín toàn thân của chúng ta. Chúng ta đâu có thời gian để biết cái khổ này có thể chất hay không? Đâu có thời gian để nhớ lời Đức Phật dạy mỗi khi có cái khổ hiện lên thì quán để tìm xem cái tôi đứng đâu. Vì vậy, Đức Phật mới bảo chúng ta dùng Tứ niệm xứ quán lại những cảm thọ đó, quay lại để ngó chính ngay nó. Cứ nói là tôi khổ mà không biết chỉ là cảm giác mà thôi. Khổ vui chỉ là những cảm giác là cái không có. Tìm ‘cái ta’ trong đó, tìm không có. Chúng ta lúc xúc sự cứ quên hết cho nên gọi là ám, nó ngăn che sự thật. Chúng ta đối cảnh bên ngoài dễ bị ảnh hưởng, biến đổi nếu chúng ta không sáng suốt, cứ để những biến đổi này chi phối, cứ theo thọ khổ vui mà hành động thành ra chúng ta sống mê muội, tự chuốc lấy các phiền nhọc vô ích. Cho nên đây Phật dạy chúng ta học để quan sát cẩn thận, để thấy tâm của mình, biết được tâm của mình, chữa trị và làm chủ cái tâm của mình, chứ đừng để các hư vọng sai sử. Hễ chúng ta tỉnh đến đâu thì phá chữ ám đến đấy.

iii. **Tướng âm:** Thấy cô A ưu ái mình liền khởi niềm vui. Từ niềm vui ấy khởi lên tư tưởng ưa thích tham đắm, đó gọi là tướng âm. Âm là ngăn che sự thật, tướng là hồi tưởng. Tôi ưa thích cô A và nhận là mình thích cô A. Thật ra, sự ưa thích này chỉ là một tư tưởng khởi lên, tướng này theo nhân duyên mà sanh. Nhân là do thọ vui và duyên là do cô A hay tặng quà cho mình, cho nên mới khởi lên sự ưa thích thế là thành ra cái tướng. Sự ưa thích ấy mới sai xử chúng ta đi làm các công việc như theo đua nịnh cô A, chiều lòng cô A, cô ấy bảo sao chúng ta cũng làm theo y vậy để vui lòng cô, để cầu sự ưu đãi của cô, vv... Thế là từ tư tưởng ưa thích sai chúng ta hành động a đua và sống dựa theo tình cảm của cô A, cho nên ba cái ‘thọ, tướng, hành’ đi liền với nhau, ba cái này đi rất nhanh như chớp giống như là một, nhưng Đức Phật tách ra làm ba để cho chúng ta tập tữ mi mà nhận ra tâm của mình biến chuyển và ảo hoá rất nhanh. Chúng ta vừa thọ vui thì tướng đi theo tức khắc. Tướng ưa thích này là mê muội, nó theo thói quen theo nhân duyên mà bật lên. Chúng ta mất quyền tự chủ bị nó chi phối để cho nó sai mình, thích cái này, ghét cái kia. Số đông là tướng đưa chúng ta đi từ sai lầm này đến sai lầm khác. Ví dụ đang ngồi đây mà khởi tướng ăn cắp tiền để đi mua xe hơi. Thế là thân đứng lên hành động, trèo công, bẻ khóa vào nhà người ta trộm tiền liền. Tướng ưa thích tiền này là sự nguy hiểm mà vừa khởi lên chúng ta đã cho là mình thích và muốn có tiền; thế là vâng theo tư tưởng đó sai chúng ta hành động. Ngay lúc chúng

ta tưởng tiền, thật ra chính là chúng ta không thấy sự thật bởi vì mình đang đối diện với cái bóng ảnh của tiền mà thôi. Tưởng tiền là không thật mà chính tiền cũng là không thật, cho nên, Đức Phật mới gọi tên là ám, mê muội, tối tăm, sai lầm.

Tư tưởng vừa khởi lên thì chúng ta liền bị mất chánh niệm. Tưởng đến đồng tiền thì hình ảnh của tiền đã chụp hết toàn thân của chúng ta rồi, ngay lúc nhớ tới tiền thì không còn nhớ tới những gì hiện tại nữa. Tưởng hoàn toàn che đầu óc của chúng ta, khiến chúng ta không còn thấy được sự thật nữa. Tưởng ám che rõ ràng lắm, một khi tưởng khởi lên thì nó che lấp cả vũ trụ và núi sông, không còn nhớ gì nữa. Nó ám vì nó lù lù úp chụp bọc kín thân toàn thân của chúng ta lại, bọc kín cái đầu của mình lại không còn biết gì nữa.

iv. **Hành ám:** Hành là hành động như lễ Phật, tụng kinh, nấu cơm, viết sách đều là các hành cả. Khi ‘Tôi đang đi’ thì chúng ta quán tìm xem cái gì là đang đi? Chân phải nâng lên và đặt xuống, chân trái nâng lên và đặt xuống nên gọi là đi. Nếu không có chân trái và không có chân phải thì có chuyện đi không? nếu có sự xê dịch đổi dời của hai chân, của thân thể thì gọi là hành, là đi. Tay đánh vi tính, các ngón tay xê dịch thành ra việc đánh máy gọi là một cái hành. Tại sao hành này gọi là ám? Vì còn chấp có ta đang đánh máy, nhận ngay là ta đang đánh máy, cứ nhận bừa là tôi đang đi, nhưng sự thật thì có cái đang đánh máy và đang đi thật không? Có cái gì gọi là đi và đánh máy

không? Chúng ta hoàn toàn quên hẳn, hoàn toàn không biết tôi là cái gì cả. Đức Phật bảo chúng ta phải quan sát sự xê dịch của hai chân chỉ là đất nước gió lửa di động, không có một cái ta nào ở đây để buông xả sự chấp thủ.

v. **Thức ám:** Thức là nhận biết, phân biệt. Ngay khi có hành là thức đứng liền ngay đó và chúng ta cứ nhắm mắt vợ nhận sắc thọ tướng hành là mình. Đây là một tập khí vô minh, một thói quen từ vô thủy đến giờ, khiến cho mỗi khi gặp sự trái ý thì bật lên sự khổ, gặp sự vừa ý thì khởi lên sự vui mà không biết nó từ đâu bật ra. Không biết nó từ đâu ra mà vui khổ tướng hành này nó đã chi phối chúng ta, bởi vì mình cứ nhận nó là tôi, cho nên bây giờ phải tìm cho ra đừng nhận nó là tôi nữa. Những cảm thọ khổ vui ấy đi liền vào tướng ái ó, dẫn thân vào hành động đã ảnh hưởng đưa chúng ta vào lục đạo rất nhiều. Cả loài người đang sống chỉ vì những sắc thọ tướng hành này. Nó thúc đẩy khổ vui và yêu ghét; nó là sự thịnh hành từ thưở vô thủy cho đến bây giờ và mãi mãi về sau vô chung. Đức Phật cũng đã nói về năm ám xí thịnh này hơn 2600 năm rồi mà loài người cũng vẫn chưa tỉnh được ra. Chúng ta học Phật và vâng lời Phật mà tỉ mỉ ngó lại mình, đừng sống một cách bừa bãi, phải tỉnh ra. Đừng để hai cặp khổ vui và yêu ghét chi phối mà tập nhìn xem khổ vui đang chi phối chúng ta nó là cái gì đây? Nhận ngũ ám cho là mình mà thật ra nó chỉ là hư vọng, ảo giác mà thôi. Ảo giác ấy xuất phát từ thân này mà thân này là đất nước gió lửa giả



hợp chứ không phải thân mình thật, cho nên gọi là ảo, là ngăn che sự thật, mất sự thật đi.

Học A-hàm rồi để ý và nhận định ý của Phật, nhờ đó chúng ta mới biết ngũ ấm là cái hư vọng đừng để nó sai sử. Chứ học bâng quơ vài năm ba chữ mà không để tâm thì không nhận được ý này. Bậc thánh luôn tỉnh giác rằng ngũ ấm là hư vọng cho nên buông xả, không có thọ, nghĩa là những đau khổ, vui buồn không chi phối được các ngài.

## **26. NHÂN DUYÊN VÌ SAO CÓ THÂN NGƯỜI?**

Nhiều bài kinh trong A-hàm, các nhà ngoại đạo hỏi Đức Phật là con người do từ đâu mà sanh ra và khi chết thì sẽ đi về đâu? Đức Phật giảng ở thế gian này không có cái gì tự nhiên mà có, mà tất cả đều là do nhân duyên mà sanh. Ví dụ thân chúng ta do nhân duyên gì mà có? Nhân chính là nghiệp ái dục của chúng ta, kiếp trước có trì năm giới nên được nhân làm con người, chứ không phải con thú. Duyên là sự trợ giúp của tinh cha, huyết mẹ, rồi lại có sự nuôi nấng chăm nom của cha mẹ, cơm ăn, áo mặc, cho nên mới có cái thân của chúng ta. Cây ổi cũng thế, nhân là có hạt ổi, duyên là có đất, phân, nước, ánh sáng mặt trời, vv... mới có cây ổi mọc lên. Cái bàn cũng thế, nhân là chúng ta cần có chỗ để học và viết bài cho nên phải làm cái bàn. Duyên là có gỗ, đinh, người thợ... cho nên thành cái bàn. Trong đạo Phật chủ trương cái gì cũng do nhân duyên mà hiện hữu, chứ không phải tự nhiên mà có.

## 27. PHẠM HẠNH CỦA CÔI TRỜI PHẠM THIÊN VÀ CÁC TỖ KHEO

Phạm là trong sạch, hạnh là việc làm. Cõi trời Phạm Thiên là cảnh giới thanh tịnh trong sạch, không có chuyện nam nữ ân ái giao cấu nhau nữa, cho nên gọi là Phạm thiên. Còn vua Đế Thiên Đế Thích ở cõi trời Đao Lợi là cõi thứ hai của dục giới nên vẫn còn việc ái ân, dâm dục giữa các vị trời nam và trời nữ. Các tỳ kheo tu phạm hạnh tức là tu hạnh thanh tịnh, không có gia đình, con cái, không có ái ân giữa nam và nữ, cho nên gọi là phạm hạnh, như một phần phạm hạnh của các vị trời Phạm Thiên.

Có những vị ngoại đạo muốn cầu về cõi trời mà cứ lập gia đình và sống trái với đời phạm hạnh thì Đức Phật nói làm sao sanh lên cõi trời Phạm thiên được? Trong khi các thầy Tỳ kheo hiện tại đang sống cuộc đời không gia đình của các vị trên cõi trời Phạm Thiên, cho nên các ngài tu phạm hạnh thì dù không nguyện muốn về Phạm thiên nhưng có công hạnh thì tự nhiên được sanh về cõi Phạm thiên. Vì vậy, nếu các thầy tỳ kheo khởi ý muốn lên trời thì dễ lắm, còn các ngoại đạo dù có ước muốn sanh về cõi Phạm Thiên nhưng việc làm trái với Phạm thiên thì cũng không thể sanh về được.

Các thầy tỳ kheo sống giống các vị trời Phạm thiên, lìa gia tộc, không có gia nghiệp. Các thầy giữ giới, giữ luật cho nên thân, miệng, ý hoàn toàn thanh tịnh. Các thầy không có tiền của, không có gia sản, không có gia

đình, tức không có những ràng buộc, những duyên để tạo lên những điều xấu. Rồi quý thầy phát tâm tu tứ thiên, theo hơi thở để thanh lọc tâm tư, tiêu ba độc tham sân si đi. Y theo hơi thở, theo pháp Tứ niệm xứ để an định tinh thần, soi lại tâm mình nên các ngài được sự thanh tịnh. Các thầy tỳ kheo cũng tu tập hạnh từ bi hỉ xả giống với các vị Phạm Thiên. Không phải tu tập từ bi hỉ xả với một người, hai người mà tất cả mọi người ở khắp mười phương. Cho nên ai đến chửi mình, la mình, các thầy cũng không khởi một niệm giận. Tâm vị ấy không sân, không giận, một lòng tha thứ, một lòng thương xót. Đó là lòng từ thật của vị trời Phạm Thiên. Chính nhân tu, chính chánh báo, thân tâm trong ngoài của các tỳ kheo đều hoàn toàn thanh tịnh giống như các điều kiện thiết yếu của các vị Phạm Thiên. Như vậy thì chính các vị tỳ kheo là đang tu hạnh của vị Phạm Thiên đây và nếu các ngoại đạo muốn lên cõi trời thì các ngoại đạo cứ tu theo các tỳ kheo. Rõ ràng đó là con đường phạm hạnh, chứ hiện giờ không tu hành, giữ giới phạm hạnh gì cả, có vợ con, gia sản sự nghiệp, sát sanh hại vật mà cứ ra công lay mặt trời, mặt trăng, cho là mình thờ tam minh này sẽ được lên cõi trời thì việc ấy không thể được.

Đức Phật hỏi các ngoại đạo là các ngoại đạo hay các tiên sư của Phạm Thiên đã có ai thấy Phạm Thiên chưa? Họ trả lời là chưa. Vậy từ cổ xưa tới giờ phái tam minh này chưa biết tổ sư Phạm thiên của mình ra sao và ngay cả người lập đạo này để đến Phạm Thiên cũng chưa từng đến

được Phạm Thiên. Như vậy, việc tu tập của họ không rõ ràng. Đức Phật cho một thí dụ như có một người dạy người ta mang cầu thang để lên lầu, lên đến trời Phạm Thiên, rồi bảo người ta cứ theo cái thang ấy, nhưng người ta hỏi cầu thang ở đâu thì lại không biết. Cầu thang ấy dựng lên ở một chỗ vu vơ, không có minh bạch, giống như cầu nguyện để lên trời Phạm thiên mà không biết Phạm thiên ở đâu, cách nào lên? Không biết đường đi mà cứ vạch đường cho người khác đi, nên rõ ràng đây là một việc vu vơ hão huyền.

Đạo Tam Minh của ngoại đạo chủ trương là cứ hưởng năm dục thế gian và phụng thờ mặt trời, mặt trăng cầu xin về cõi trời Phạm Thiên, nghĩa là cứ việc sống hưởng thụ như người đời, không phải kiêng trì giữ giới luật gì cả, cứ ăn thịt, cứ uống rượu, cứ đi chơi thọ hưởng ngũ dục, cứ ăn ngon, mặc đẹp. Chủ trương như vậy để cho mọi người thấy dễ tu, ai cũng theo được cả và hứa sau sẽ được về cõi trời Phạm thiên. Nhưng Đức Phật không công nhận việc cứ chạy theo ngũ dục và cứ lễ mặt trời mặt trăng là sẽ được sanh lên Phạm thiên. Đây là một hư vọng nên Đức Phật không nhận điều này. Việc lễ bái mặt trời, mặt trăng, phải sáng suốt và có ý nghĩa trong việc lễ bái, còn nếu cứ lễ xuông để được sanh cõi Phạm thiên như vậy có đích đáng không? Nên Đức Phật chỉ ra cho các ngoại đạo thấy sự lạc đường của ngoại đạo, không đúng đường với các vị Phạm thiên. Đức Phật khuyên các ngoại đạo tự so sánh xem mình có đi đúng đường của Phạm Thiên không?

Các vị trời Phạm Thiên tu tập từ bi hỉ xả đối với tất cả mọi loài và khi đối sáu trần không có khởi tham sân si. Các Phạm thiên từ bỏ thân tộc, rời gia đình, không có ái luyến gia đình, không có vợ con, không có sản nghiệp, tiền của, để sống phạm hạnh. Chúng ta có đi giống đường của các Phạm Thiên thì mới lên cõi Phạm Thiên được. Còn xét ngoại đạo với các Phạm Thiên không có cùng một đường thì rõ ràng đường đi của các ngoại đạo là sai rồi. Vậy thôi khỏi cãi nhau, hãy đi đúng đường của Phạm Thiên thì mới nói chuyện của Phạm Thiên, còn đi ngược đường của Phạm Thiên mà nói chuyện Phạm thiên và còn cãi nhau thì cũng vô ích thôi.

Khi các vị ngoại đạo nghe Đức Phật giảng đến chỗ này thì ngay tại chỗ ngồi, các ông xa trần lìa cấu được pháp nhãn tịnh. Nên bây giờ các ngoại đạo bắt chước các vị tỷ kheo tu theo phạm hạnh, hộ sáu căn, giữ giới định tuệ chứ không thờ tam minh của mặt trời, mặt trăng nữa.

## **28. PHÁP VÔ NGÃ**

Pháp là một danh từ rất rộng bao gồm cả hữu tình và vô tình, bao gồm cả về tâm, thân và cảnh. Dùng chữ pháp là đại diện cho tất cả mọi sự ở thế gian này, dù là có hình tướng hay không hình tướng mà đã có tên gọi thì tất cả đều là vô ngã.

Sắc pháp: cuốn sách là một sắc pháp nhưng thật ra chỉ là những tờ giấy ráp lại mà thành. Trên giấy có những chữ

mà những chữ này cũng không thật, chỉ là những vết mực đặt trên tờ giấy gọi là những chữ. Chính tờ giấy cũng là cái không có, do người ta nghiền nát giấy cũ trộn vào với nước, chất hóa học, tạo thành ra một chất sệt sệt, rồi mới tráng mỏng, phơi khô và đặt tên là tờ giấy. Chớ vốn chất giấy cũng là cái không có nên cuốn sách là cái không thật.

Tâm pháp: là những cảm xúc buồn vui thương ghét. Tâm pháp là vô ngã. Buồn là cái không có vì âm thanh khiến cho ta buồn vốn chỉ là những làn sóng âm ba rung động hư vọng. Vui cũng không thật bởi lẽ chúng ta không thể nắm lấy niềm vui và bỏ vào túi áo được. Niềm vui hiện lên xong sẽ tan ngay đi bởi nó theo duyên. Cái gì có lợi cho thân này thì niềm vui hiện lên, xong rồi nó lại tắt đi. Nhiều khi chúng ta không muốn vui mà cứ vui, không muốn buồn mà cứ hiện lên buồn. Bởi vì chúng ta chưa tự chủ lấy mình nên cái buồn, vui cứ hiện lên. Nếu chúng ta để cho nó sai sử nữa thì chúng trở thành những kết sử. Những hư vọng mà mình tập mãi thì thành thói quen, thành tánh nết. Có người bảo vị ấy vui tánh, như thế là bởi vì vị ấy tập thành thói quen vui vẻ. Có người bảo cô ấy nóng tánh là bởi vì tập thành thói quen cứ hay giận hay hờn, khó chịu thì người ta gọi là người nóng tánh. Gọi là vui tánh hay nóng tánh, chẳng qua chỉ là những kết sử hư vọng mà thôi.

## 29. QUÁN SẮC THỌ TƯỚNG HÀNH THỨC VÔ NGÃ

i. & ii. *Sắc và Thọ là vô ngã.*

Quán sắc là vô ngã. Âm thanh là cái không có. Không khí rung động ở lá nhĩ của chúng ta, thần kinh màng nhĩ vịn vào đó mà phân biệt. Nếu thần kinh màng nhĩ bị hư, bị nặng tai, bị điếc thì âm thanh động vào màng nhĩ lại biến thành cái khác, thần kinh khó phân biệt thành câu. Không khí rung động đối với chúng ta thì bình thường, nhưng với người bị bệnh, thần kinh giật một cái thì không khí rung động đối khác đi, thành ra người nặng tai nghe lung tung không có ra câu gì với câu gì cả. Phải nói lớn, chậm và rõ thì may ra thần kinh màng nhĩ còn phân biệt được. Như thế để thấy, cũng chỉ là sự rung động của không khí vào màng nhĩ, do thần kinh nghiệp người chúng ta phân biệt, chứ thật ra không có âm thanh khen ngợi hay rầy la chúng ta.

Quán tiếng khen chê, la rầy bên ngoài thuộc về thanh trần. Trong năm ấm (sắc thọ tướng hành thức) thì thanh trần thuộc về sắc, tức sắc đây là sáu trần (sắc thanh hương vị xúc pháp). Chúng ta quán thấy sự khổ và vui là cái không có, vô ngã; nhân của thọ hư vọng, duyên cũng hư vọng để sáng tỏ ra thọ từ cái hư vọng mà xuất hiện. Có phải chúng ta thật khổ, thật vui hoài không? Chúng ta giác thấy trạng thái khổ vui đang hiện lên và nó không đứng mãi, nó chỉ là cảm giác biến chuyển, chứ không phải là có thật. Các cảm thọ là cái không hề có thật. Chúng ta quán xem sự khổ vui không có chỗ và không thể cầm nắm được. Thật ra chỉ là

cảm giác do thần kinh chúng ta biến ra, báo động cho mình biết, chứ không phải có một sắc chất gì có tên là khổ vui để cho chúng ta nắm được. Tại sao lúc bình thường không có cảm giác này mà bây giờ cảm thọ lại hiện lên? Vì trong thì chúng ta có cái ngu chấp ngã là có ta, ngoài thì chấp pháp cho có âm thanh, có sáu trần là thật. Hai cái ngu si ấy gặp nhau gọi là nhân với duyên tụ hợp cho nên cái vô minh cứ thế bật lên thành ra có cảm giác khổ vui. Trong thì chúng ta chấp đây là thân thể của mình, sự chấp thủ này quá nặng từ vô thủy đến bây giờ, cho nên tự nó tác động lên thần kinh. Ngoài thì cho âm thanh là thật mà không biết nó chỉ là không khí, cho nên cảm giác là cái không có, chỉ do tưởng tượng ra, nó không có thể chất, chỉ là thần kinh của chúng ta cảm thấy như thế.

Nghe tiếng chê thì thần kinh ngã ái báo động cho biết có một sự bất lợi cho thân và chúng ta cứ nhắm mắt vào cứ nhận tôi khổ, tôi buồn vì lời chê bai ấy. Thế rồi để nó sai sử, khóc sụt mướt như mưa, khóc cả tuần vẫn không hết nước mắt mà hề ai nhắc đến, động đến khuyết điểm ấy thì tức tưởi khóc tiếp. Thế cho nên, chúng ta phải nhận ra những cảm thọ này là vô ngã, là cái không hề có bao giờ cả. Nó chỉ là cảm giác thần kinh hiển lên, tự thần kinh biến ra cảm giác rồi tự mình đánh lừa cho là có khổ vui thật. Rồi đổ thừa từ miệng cô kia nhảy vào mình, mắng chửi mình và sanh tâm thù ghét cô ấy. Chúng ta phải tỉnh ra và nhận ra thọ là vô ngã, không thật là mình, đây chỉ là một trò chơi của mê muội tối tăm.



iii. *Tưởng là vô ngã.*

Đang ngồi tưởng thấy hình bóng của cha mẹ chúng ta hiện ra trong đầu. Chúng ta có nắm được hình và thể chất của hình tưởng đó không? Nó hiện lên bóng ảnh và rồi nó tan đi. Chính hình bóng ấy làm bằng đồng hay bằng sắt? Nó là cái không có cho nên gọi là tưởng, nếu nó là thật thì không gọi là tưởng. Chỉ là thần kinh của chúng ta đánh lừa mình thế thôi, cũng là tài năng biến hóa của tâm mình. Cha mẹ ở xa cách mấy trăm cây số, ngồi đây mà nghĩ đến thì liền nhớ, tâm của chúng ta liền hiện lên cho chúng ta thấy. Tâm chúng ta có tài thật đấy, nhưng chúng ta không nắm được quyền chủ nhân nên tự thọ tưởng này nắm chủ quyền hiện lên. Nó tự lôi cuốn chúng ta và chúng ta đã để cho nó sai sử, cho nên đây Đức Phật mới bảo chúng ta quan sát dừng công dụng của tâm lại, chứ để tưởng tự lôi cuốn mình đi thì cái này là nguy hiểm. Rồi nó lôi mình thích chuyện này chuyện kia, không lo tu tập mà buông lung rộng rãi sáu căn. Hãy quán sát tưởng là vô ngã, không có, không có thể chất gì cả, nó xê dịch đổi dời, ảnh hiện lên và tắt đi, chỉ là thần kinh biến ra và tắt đi, xê dịch từ sáng tới tối. Tưởng tướng tiền trần trong bộ não của chúng ta cũng xê dịch từ sáng đến tối nên tưởng vận hành đủ thứ hình bóng, nên tưởng là vô ngã.

*iv. Hành là vô ngã.*

Hành cũng là vô ngã. Hàng ngày chúng ta giơ tay, cất bước, tưới cây, quét chùa, lễ Phật, tụng kinh, rõ ràng đều là những hành động mà sao Đức Phật lại bảo hành là vô ngã? Chúng ta thấy có cái tay quét chùa lia lịa dưới đất, chổi phất qua phất lại mà lại nói là không có ngã quét? Thật ra, không có chúng ta mà chỉ có đất nước gió lửa, đã là đất nước gió lửa thì không có cái tay của chúng ta. Bản thân cái chổi cũng không có, chỉ là do những cánh cây khô, rom rạ chụm lại. Như vậy không có cái chổi, không có chúng ta, không có cái tay, không có đồng rác thì hành động quét chùa không có chỗ đứng. Không có bốn thứ ấy thì xem cái hành đứng đâu và việc quét chỗ nào? Nó không đứng ở đâu vì nó là cái không có, chỉ do hòa hợp của cái tay, cây chổi, lại có cái sân, lại có đồng rác mới đặt tên là chổi quét. Cho nên, nếu cứ kể công rằng tôi quét giỏi, tôi học giỏi, tôi làm việc cả ngày, nên thưởng cho tôi thì toàn là việc không có. Có người gây nhau vì công việc nữa, nạnh nhau quét nhiều, quét ít, trong khi bản thân hành động quét chùa vốn không có vì không thể đi tìm để nắm lấy hành động chổi quét này, các hành này không có một thể chất riêng của nó.

*v. Thức là vô ngã.*

Thức tức là sáu thức (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức). Chúng ta thấy cái hoa là nhãn thức và ý thức phân biệt đây là hoa cúc vàng. Quán thấy

thức này là vô ngã, không thật. Nhõn thức là cái không có mà chỉ bởi vì ánh sáng mặt trời phản chiếu bóng ảnh vào mắt, vào trong con ngươi không hư của chúng ta. Nếu ban đêm không có đèn và không có ánh sáng mặt trời thì chúng ta cũng không thể thấy cái hoa. Tại sao ngồi đây nó không biến ra cái hoa vì không có ánh sáng, chỉ có bóng đêm bao trùm thôi. Như vậy, có ánh sáng phản chiếu vào con ngươi và cần nhất con ngươi của chúng ta không hư và mắt thuộc nghiệp người. Nếu chiếu vào mắt của con mèo hay gà, chúng ta cũng không biết đây là cái hoa. Nếu sự phản chiếu giãn ra quá chừng mực hay co thắt lại quá chừng mực thì chúng ta chẳng nhìn thấy được. Nhõn thức đợi bao nhiêu duyên như thế mới hiện lên một hình bóng thể thôi, rồi thần kinh nơi mắt mới phân biệt đây là cái hoa. Như vậy, không hề có một nhõn thức bằng xương thịt, bằng da, bằng đồng, bằng sắt, bằng gỗ và có thể nắm bắt được. Bóng hình phản chiếu nơi con ngươi có dây thần kinh và phân tinh thần gá vào dây thần kinh nhỏ li ti đó khởi lên một cái biết ‘Đây là hoa cúc vàng!’. Công dụng của tâm chúng ta gá vào mắt để phân biệt cảnh vật. Chung quy cũng do tâm của mình phát ra đó thôi. Một công dụng đủ duyên thì hiện thể thôi gọi là nhõn thức đã sanh, nhưng chúng ta tìm thử nhõn thức này làm bằng chất gì thì sẽ thấy nhõn thức không có gì nắm được, không có một thể chất nào riêng của nó, để gọi là nhõn thức, vì tìm nhõn thức không ra cho nên nó là vô ngã. Nhĩ thức, ty thức, thiệt thức, thân thức và ý thức cũng vậy. Đức Phật muốn

chúng ta tập nhận định đời sống của mình là cái không thật. Chúng ta đang sống và bị lừa trong ảo vọng của sáu thức không thật.

vi. *Xúc là vô ngã.*

Đức Phật khuyên chúng ta quán kỹ xúc vì ngài biết chúng ta lơ mơ đối với xúc này. Xúc là chỗ sáu căn gặp sáu trần. Mắt xúc chạm vào sắc, tai chạm vào hương, mũi chạm vào hương... nên vai trò của xúc cũng rất quan trọng. Lời nói chạm vào lá nhĩ màng tai của chúng ta, lời nói ấy có thật hay không? Làm gì có lời nói để cho nó chạm, chỉ có làn sóng không khí rung động chạm vào màng nhĩ mà thôi. Màng nhĩ là mảnh da mỏng bé tí trong cùng đáy lỗ tai của mình. Lá màng nhĩ nhỏ chỉ bằng một nửa của hạt đậu xanh thôi. Một chút đất của màng nhĩ thể thôi và nhận là lỗ tai của ta. Giá trị của thân người chỉ có như vậy. Không có lời nói từ môi khu động mà chỉ có làn sóng âm ba tạo thành vòng sóng trong bầu không khí mênh mông rồi làn sóng ấy chạm đến màng nhĩ nơi lỗ tai của mình.

Tinh thần của con người gá vào miếng thịt nhỏ như hạt đậu đó gọi là thần kinh căn tai, liền phân biệt ‘Đây là lời chê mắng mình’. Do căn tiếp xúc chạm với làn sóng ấy mà sanh nhĩ thức. Chúng ta mê lầm cho nhĩ thức là thật và bị nó sai sử khiến nổi lên uất ức, tức tối và khóc cả đêm cả ngày đấy. Có khi khóc vài ba tháng, ai nhắc đến chuyện chê mắng đó là khóc và có người tự tử chỉ vì lời nói. Bị

âm thanh sai sử như thế mà không biết là âm thanh là không có thật thể, không có thể chất, không nắm được, nó là vô ngã. Vô thường thoáng một cái là hết rồi, làn sóng âm ba đi vào hư không biến mất, nên vô ngã, vì nếu âm thanh có thật thì nó sẽ còn hoài.

Âm thanh chợt còn chợt mất, chỉ có cái rung động xúc chạm vào lá nhĩ thể thôi, nên cái xúc là cái không có. Nó chỉ chạm một cái là hết. Chúng mình dùng quạt quạt thể này thì không khí còn rung động mạnh, chứ còn tiếng nói của mình nó có động được nhiều như thế không? Trừ khi nào la hét liên tục thì động mạnh, còn không thì chỉ là làn sóng âm ba nhỏ xíu. Cái xúc là vô thường, là cái không có vì không ai nắm được cái xúc cả. Không khí xúc chạm vào màng nhĩ và rồi không khí loãng ra nên xúc là cái không có, vô ngã, vô thường, nhưng mà làm sao nó khổ? Xúc khổ tức là chúng ta khổ, cái ngu của chúng ta khổ, bởi vì chỉ là không khí không đụng gì cả mà vợ lấy để mà khóc, mà tức bực đến lúc chịu không nổi thì tự tử. Không phải cái xúc là khổ mà vì chúng ta nắm lấy nó, chúng ta tưởng nó là thật nên vợ nhận là mình thì mình sẽ khổ khổ. Xúc cũng là không, vì thân là cái không có, lời chê không có, sự xúc chạm nơi màng nhĩ hạt đậu không có, thân này cuối cùng tan rã chết nên sự xúc chạm không có thể chất, không nắm được nên xúc là vô ngã, vô thường, khổ và không. Chúng ta phải quán xúc qua bốn tầng lớp quán về vô ngã, vô thường, khổ và không để tỉnh ra xúc là cái không thể có.

Một ví dụ khác của thân xúc chạm gió mát. Chúng ta có cái thân này rồi lại có gió bên ngoài. Nếu gió chạy vào phương khác thì không sao, nhưng mà gió thổi qua cái thân thì gọi là xúc mát lạnh. Mình thấy vui là có thọ và ưa thích cái vui mát này, để tâm thích cái mát này là có tưởng, rồi cứ quạt phe phẩy mãi là có hành, tâm có phân biệt mát ít hay nhiều, mát ra làm sao, sao không quay cây quạt về phía mình là có ý thức phân biệt, chung quy cũng chỉ là tâm mình thôi. Nên xúc mát vốn là cái không có, trước kia không có, bởi vì có thân, có gió, bởi vì thân và gió gặp nhau mà mình biết nên gọi là xúc. Bao nhiêu thứ hoà hợp thì nó hiển lên và mình biết, cái gọi là xúc, nhưng không có một thể chất riêng của xúc, nên xúc cũng vô ngã. Quán xúc vô ngã để thấy sự mê muội của chúng ta. Đất thì vẫn là đất, nước thì vẫn là nước, gió vẫn là gió, là những việc của đất nước gió lửa, nó chẳng bận gì đến mình hết. Khi không chúng ta nhận lấy một chút nhận là tôi, là thân tôi.

Thế là từ khi có thân tôi thì mở ra các thứ rắc rối. Chúng ta ăn uống vô một chút đất, chút nước nhận là ta, nắm được một ít nhúm đất trong thân này rồi nhận là thân ta đối lại với tất cả cái bên ngoài. Từ cái nhận thấy có trong thân ta và ngoài ngoài cảnh, rồi mở ra nào thọ, nào tưởng, nào hành, nào thức, vạn cảnh. Đức Phật dạy đất trong với đất ngoài có sao đâu, đâu có việc gì liên quan tới mình đâu, nhưng tự mình mê muội rắc rối nhận một nhúm đất nước gió lửa này là của tôi, rồi đối nghịch với cảnh bên ngoài mở ra cả một thế giới sắc tướng âm thanh đủ các thứ

trò. Cho nên đây Đức Phật dạy chúng ta chia chẻ ra thành ngũ âm. Chia chẻ ra thấy là sắc mà đây cũng là tâm. Do hai sắc trong và sắc ngoài mà rời mở ra các thứ cảm giác, vì vậy chúng ta quán xúc này là điểm mà đất trong và đất ngoài gặp nhau. Điểm mà nước trong, nước ngoài, gió trong gió ngoài, lửa trong lửa ngoài gặp nhau.

Đức Phật dạy cho chúng ta giác thấy điểm này, chúng ta chỉ có cái điểm không thấy này mà chúng ta khốn khổ đủ thứ, cho nên Phật dạy chúng ta quán. Vì điểm xúc gặp nhau giữa trong và ngoài này là hư vọng mà chúng ta bị lầm. Cả trái đất này, cả nhân loại đang quay cuồng, đang sinh hoạt đều nằm trong chữ xúc này thôi. Cái mà chúng ta gọi là đời sống là chỉ nằm trong một chữ xúc này thôi, nghĩa là mắt chạm sắc, tai chạm âm thanh, sáu căn mình chạm sáu trần. Rồi yêu rồi ghét, rồi ân rồi oán, đủ cách quay cuồng xoay tròn lên, gọi là sự sinh hoạt của nhân loại. Chúng ta cứ để cho các nhân duyên không đâu nó chi phối, trong khi mình có tinh thần để an định, để khai tuệ, để làm hiền, làm thánh, bao nhiêu những sự việc tốt đẹp chúng ta quên hết chỉ bận rộn có cái xúc này.

Tất cả sáu đạo hữu tình chỉ vì có một chữ xúc này mà gọi đặt tên là sinh hoạt đời sống của mình. Cái hư vọng là như vậy thôi. Căn đối với trần mà rời bật ra đủ các thứ, ngay cái điểm gặp nhau của căn trần này chính là sự mê của chúng ta. Chúng ta có phước học Phật, được Phật chỉ cho thấy cái lầm, cái sai của mình. Cho nên chúng ta cần an tĩnh tinh thần để làm những cái cần yếu là quán xúc nơi

mắt, xúc nơi tai, quán từng cái để nhận giá trị của lời Phật, nếu chúng ta học xô bồ vội vàng nhiều thứ thì khó nhận, cứ sống bừa bãi, xô bồ, thì không để ý đến cái tâm của mình. Nhận định ở nơi mắt, nơi tai, nơi mũi, nơi lưỡi, nơi thân, nơi ý khi gặp trần phát sanh ra thức là vô ngã. Khi có ba điểm căn trần thức thành tựu thì gọi là xúc. Quán bắt đầu từ xúc mà tâm của mình có động. Hễ có động thì nó có chuyển, hễ có chuyển thì có nhân luân hồi sanh tử.

Đức Phật khuyên chúng ta quán như thế để thấy mỗi khi chúng ta chuyển động thì khởi lòng tham. Hễ tham thì khởi lòng đắm mê ưa chuộng và dần dần đưa mình đi đến lỗi lầm. Cho nên chúng ta cứ tạo nghiệp, hễ thân miệng ý làm lành thì sửa soạn cho chúng ta đi về cảnh giới lành. Thân miệng ý mà tạo ác thì tâm chúng ta sửa soạn để đi xuống. Cuộc đời chúng ta là những chuỗi hành động như thế, hàng ngày chúng ta có biết bao nhiêu là chuỗi hành động đi xuống và đi lên. Hễ xong cuộc đời của mình tổng cộng được tốt nhiều thì được đi lên. Hễ tổng cộng mà xấu nhiều là chúng ta chịu mất thân người. Cho nên, tuy chúng ta học hàng ngày thế này mà Phật còn dụng ý chúng ta tập làm chủ lấy tâm của chúng ta, lèo lái thân miệng ý của mình đi về đường lành để đi lên. Chứ để cho thân miệng ý, thọ tướng hành này nó lôi mình thì mình đi xuống lúc nào cũng không ngờ.



### 30. SÁT HẠI, TRỘM CẤP LÀ THỨ VUI BẠI HOẠI

Kinh Thiện Ác (Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 47, Kinh số 2), Kinh Bồ-ly-đa, (Trung A Hàm, Phẩm 17, số 203) (Trung A Hàm, Kinh Thọ Pháp II, Phẩm 14, số 175) và nhiều kinh khác trong A-hàm nói nhiều về ngũ giới. Đức Phật dạy rằng:

“Có những người lấy giết hại làm vui thích. Lấy trộm cắp làm vui thích. Những cái vui thích này đưa đến bại hoại, nguy hiểm. Như Lai bắt buộc các Tỷ kheo phải đoạn trừ”.

#### i. Sát sanh

Những người thích niềm vui về sự giết hại thì Đức Phật gọi đó là thứ vui bại hoại. Bại hoại vì hư hỏng, nguy hiểm, vì miếng ăn mà đến nỗi cướp thân xác loài vật là hành hạ nó. Rõ ràng khi mổ bụng, cắt cổ con bò, gà, vịt, cá, chúng giãy lên, cuống quýt, sợ hãi. Sợ hãi đây là bằng cứ chúng nó cũng như loài người cũng biết khổ, sợ khổ, biết đau, sợ đau và muốn sống bình yên nghĩa là như mình không khác.

Tại sao có những loài vật để cho con người mổ bụng cắt cổ như thế? Chính là do nó tạo nghiệp. Khi làm người, chính người đó ham thích thịt gà, vịt, bò, heo nên đến lúc lâm chung mùi thơm thịt gà phảng phất liền thọ lãnh ngay thân thức gà, để vào trong quả trứng của con gà và thành con gà cục tác. Chính nó trước kia đã tạo nghiệp ác, ăn thịt gà nhiều, nên giờ làm thân gà để đền nợ cái miệng, nên

phải đem thân trả nợ. Con cá, bò, trâu, dê cũng thế, bởi vì có nợ nên giờ đem thân trả nợ. Thế nếu giờ mình ăn thịt gà, mổ bụng con cá, cứa cổ con heo là chúng ta đã gây oán hờn, uất hận với nó và mình nợ cái mạng của nó thì mai đây bỏ thân này rồi thì sẽ làm gà, cá, heo để trả nợ. Cứ như thế ở thế gian này gà, vịt, cua, cá, heo, bò đầy giãy là cái tướng hiện cái thân để đền nợ. Người chặt đầu con cá, con gà, heo, dê cũng sẽ gặp quả báo nguy hiểm phải trả mạng. Con cá, gà, heo, dê thiếu nợ và bây giờ trả nợ thân mạng rồi là xong. Còn những người ăn thân mạng của chúng bây giờ mắc nợ mới là cái rầy rà. Đây là việc nguy hiểm, oan oan tương báo.

Trong kinh nói rằng “Nợ tiền, nợ bạc trả là xong, chứ còn nợ mạng này là dây dưa chỉ có khi nào gặp Phật, tu theo đạo Phật thì mới cắt đứt được oan oan tương báo”. Còn không thì đời đời kiếp kiếp tìm nhau để đòi nợ, thế cho nên là nguy hiểm lớn. Chúng ta thấy đầy dẫy ở trước mắt chúng ta đó, bao nhiêu là những oán thù. Các cụ xưa hay bảo vì sao có nhiều nạn chiến tranh, cứ chết cả loạt hàng ngàn người, hàng vạn người thì hãy nhìn vào buổi tiệc, canh thịt, lẩu cá có biết bao nhiêu thân mạng, bao nhiêu miếng thịt trong đó. Chúng ta cướp mạng chúng thì bây giờ chúng đòi lại mạng của mình, vì thế có những chuyện cứ giết nhau hàng loạt bởi vì oan nợ. Cho nên, Đức Phật gọi sự giết hại là một thứ vui nguy hiểm. Một thứ vui không đáng là bao nhiêu, đặt miếng ăn vào lưỡi, nuốt qua đến cổ họng là hết vị ngon. Không đáng gì cả nhưng nợ

này thì đời này sang kiếp khác, theo nhau mà đời mà báo đền, nên nguy hiểm này ghê lắm.

Sô đông là vì ngu si không biết. Như các em nhỏ thấy con bướm bay thì đuổi theo bắt cho bằng được, rồi nó bứt chân, cánh, đầu và vứt đi. Bởi vì trẻ dại không biết cái khổ của con bướm, rồi lại cứ rủ nhau đi bắt con đé, bứt cánh, bứt đuôi nó, chỉ để chơi thôi. Dĩ nhiên, nếu mình vật đầu, vật cổ những con bướm, con đé như thế thì nó phải đau, phải khổ như con người. Còn những người lớn, tại sao cũng giết gà, giết vịt, ăn cua, ăn ốc? vì họ tham ăn. Chỉ biết miếng ăn ở miệng mình thôi, miếng ăn qua miệng rồi lại quên đi. Chỉ có ngon miệng một thoáng, một chút mà tàn nhẫn cửa cổ mổ bụng các con vật. Có những đứa trẻ chả có việc gì cả, trông thấy con kiến, dí một cái cho con kiến chết. Đó là giết hại vì tàn nhẫn, vì tâm độc ác, vì tham ăn hoặc vì ngu dại, hoặc vì vui thích trong sự giết hại.

Sự giết hại này Đức Phật gọi là thứ chơi bại hoại vì khiến cho tinh thần của mình, tính nết của mình thành con người hư đốn, con người vứt đi, cho nên gọi là bại hoại. Bại là liệt, không hoạt động, hoại là cái sống mất cả giá trị của đời sống. Con người tàn nhẫn, sự sống của con người tê liệt hư hỏng bởi vì tự mình phá hoại cái đời sống của mình, khiến cho đời sống của mình mất cao quý của thân người, đưa mình xuống địa vị loài vật. Vì loại vật là sẵn sàng ăn tươi nuốt sống lẫn nhau để giữ sự sống còn tồn tại của chúng. Loài vật vì ngu si không biết gì, còn chúng ta hơn loài vật, chúng ta có trí mà chúng ta sẵn sàng ăn tươi nuốt

sống các loài vật khác thì chính mình cũng bại liệt sự sống của mình. Cái phúc đức của con người bị hoại đi và còn rơi vào nhân quả nguy hiểm vì quả báo về sau chúng ta phải làm con gà cho người ta giết lại, phải làm con cua để cho người ta xé xác, phải làm con heo cho người ta cứa cổ. Cho nên những nguy hiểm độc ác mình hại những con vật thì ngày mai chính mình cũng chịu những cái khổ ấy.

## ii. Trộm cắp

“Trộm cắp là thứ vui bại hoại, thứ vui đau khổ, thứ vui nguy hiểm. Như Lai bắt buộc các tỳ kheo phải đoạn trừ”. Đi ăn trộm thành công thì thích chí mừng hí ha hí hửng. Đức Phật gọi là thứ vui bại hoại, đau khổ, nguy hiểm, vì mất tư cách con người. Lúc mà đưa tay lấy trộm đồ vật của người ta, ngay lúc ấy mình mất giới phẩm của mình rồi. Tuy mình đứng đấy, nhưng là người của địa ngục, là người của tội ác. Trái với giới luật của Phật là phải đọa địa ngục. So sánh với con chó, con mèo, mình cũng không hơn vì con mèo nhìn thấy bên hàng xóm có nồi thịt hay nồi cá kho, thế thì nó lăm lét rồi nó cũng đi sang nó ăn vụn, người mà lăm lét để đi ăn cắp tiền bạc, đồ dùng của người ta thì cũng giống con mèo rồi. Thế thì chúng ta tự hạ địa vị chúng ta xuống địa vị làm loài vật, mất tư cách của con người, mất nhân Phật. Thế nên gọi là bại hoại, nhưng như thế cũng chưa xong vì ngày mai còn chịu cái quả báo khốc liệt bởi vì phải đọa về những đường ác thú, là quả báo khổ lắm.

Nếu chúng ta không có sự tu hành thì chẳng những chúng ta đã đền mạng mà còn chịu những sự đọa lạc đáng sợ nữa. Cho nên Phật gọi là nguy hiểm. Lời Phật nói không sai, có sự báo hại về sau này do chúng ta đã tạo trong đời này hay đời trước. Nếu chúng ta không học Phật thì không biết đường mà cõi gỡ. Nếu chúng ta có sự tu hành thì chúng ta sẽ trả dần dần bằng nhiều cách như thân bệnh tật, của cải mất đi. Chúng ta chịu đựng những khó khăn, đau đớn của bệnh tật và trả dần dần, rồi may ra một ngày mai Tam bảo gia hộ thì oan gia được trả sạch băng. Chư Phật độ cho các oan gia đó cũng được giác tỉnh thì cả mình cùng các oan gia đó cùng được giải thoát.

### iii. *Dối gạt*

“Lấy dối gạt làm vui thích. Đây là thú vui bại hoại, đau khổ và nguy hiểm. Đức Phật bắt buộc các tỳ kheo phải đoạn trừ”. Lời dối gạt tức là ngay miệng gây tội. Nói dối, đánh lừa người ta để người ta chịu khổ não. Nói hai lưỡi để mình ly gián hai người. Mình nói với người này một kiểu rồi lại nói với người kia một kiểu, làm thế nào cho hai người lìa xa nhau ra, khiến cho cha mẹ xa nhau, thầy trò mất ân nghĩa, bạn bè mất tình nghĩa, có khi làm tan cửa nát nhà người ta, như thế là hai lưỡi. Có một lưỡi thôi nhưng mà nói hai chiều, nói chọc bên này, lại chọc bên kia để cho người ta giận nhau xa lìa. Người hai lưỡi này thì ở tại gia chia lìa người thế gian, tuy là khiến cho tại gia tan nhà, mất tình nghĩa lẫn nhau, nhưng cái tội lại không nặng bằng tội ly gián ở trong chùa để đến nỗi hai bên gây ra bất

hòa, gọi là phá hòa hợp tăng. Có câu chuyện kể về việc nói đùa giỡn để khiến ly gián thầy tỳ kheo như sau:

Có thầy Công-đa-na bắt đầu từ ngày ngài thọ tỳ kheo, mỗi khi thầy đi khát thực thì người ta thấy có một cô gái đi sau lưng ngài. Ban ngày thế này, cứ ngài ra khỏi chùa là người ta thấy có một cô đi sau lưng, đến nỗi nhiều Phật tử rất than phiền về việc này. Đối với tăng ni thì Đức Phật bảo thí chủ phải cúng dường, chứ đâu có dám để cho các ngài thiếu thốn, thí chủ cúng mà giận thầy tỳ kheo Công-đa-na lắm. Trong chúng cũng gở trách vị tỳ kheo này nặng nề lắm vì làm sao cứ dẫn một cô gái lẽo đẽo theo sau như thế.

Trong chúng bắt mẫn và bạch Phật nhiều lần để đuổi vị tỳ kheo này đi. Phật cũng gật đầu nhưng không nói gì cả. Trong chúng lên thưa với trưởng giả Cấp Cô Độc để xin đuổi vị tăng đó đi, nhưng Cấp Cô Độc không dám. Trong chúng tức quá lên thưa với vua Ba Tư Nặc. Vua Ba tư Nặc lên bạch Phật và Phật cũng chỉ gật đầu thôi, Phật chẳng nói gì cả. Vua cho quân lính đi theo. Hễ tỳ kheo đi khát thực có cô con gái thì khi tỳ kheo về vào phòng, chắc cũng có cô gái vào phòng. Vua đợi vào phòng rồi mới hô quân lên vây chặt tịnh xá bắt quả tang. Có cả Phật và chư tăng đó và vua cứ thế hô quân lính vây bắt cô gái để trị tội.

Thế nhưng vào phòng thầy tỳ kheo thì tìm không thấy cô gái đâu cả. Vua thử ba lần như thế, thấy cô gái vào phòng và cả trăm con mắt nhìn, nhưng ập vào phòng thì

không thấy đâu nữa. Vua tức quá mới hỏi tỳ kheo là cô gái ấy đâu rồi? Thầy tỳ kheo bảo: ‘Tôi đâu có thấy cô gái nào vào phòng tôi đâu?’. Vua nói chính mắt tôi trông thấy cô gái đi theo ngài vào đây mà. Về sau kêu tỳ kheo đi ra để thử lại nữa thì rõ ràng khi thầy ra đến sân thì có cô gái đi theo, ra đến đường cái thì có cô gái lẻo đẹo sau lưng, nhưng bước chân đến phòng thì cô gái đâu mất, mất tích không tìm ra. Lúc bấy giờ vua mới biết là có chuyện gì đây, không phải sự thường. Đây là chuyện lạ, thảo nào mà Đức Phật cứ gật đầu nhưng không nói. Nên vua nói thôi từ nay vẫn thỉnh tỳ kheo Công-đa-na vào cung cho chúng con cúng dường. Chứ tình cảnh thế này, có cô gái theo thì tỳ kheo đi khát thực sẽ gặp khó khăn. Lúc đó các tỳ kheo bất bình lắm, nhờ vua can thiệp để đuổi các vị tăng mà giờ vua không đuổi mà mời vào cung để cúng dường hậu đãi nữa. Vua Ba Tư Nặc có vẽ tội nghiệp và trọng đãi tỳ kheo Công-đa-na nữa thành ra chúng tăng giận lắm mới lên bạch Phật, nhất định xin Phật phải xử việc này.

Thầy tỳ kheo Công-đa-na từ trước đến giờ phải nhẫn chịu những sĩ vả mắng nhiếc, nhục nhã của chúng trong chùa và các Phật tử tại gia, bởi vì thầy cũng không biết vì sao phận ngài như thế? Nhưng khi vua Ba Tư Nặc biết thầy không phải xấu mà dẫn cô gái theo, có cái gì đây, nên vua Ba Tư Nặc tin thầy. Lúc bấy giờ thầy mới thốt lên những lời phẫn uất của thầy là làm sao cứ vu cho thầy cái chuyện mà thầy không có. Thế thì lúc bấy giờ Đức Phật mới khuyên Công-đa-na cẩn thận lắng nghe và đại chúng

cũng lắng nghe vì sao tỳ kheo Công-đa-na như vậy vì phạm làm việc gì cũng có nguyên nhân của nó.

“Một kiếp xa xưa Công-Đa-Na là một vị thiên tử ở trên trời. Ở dưới hạ thế có hai vị tỳ kheo chơi rất thân, quý nhau lắm, đi đâu cũng cùng đi với nhau. Cho tới một hôm hai vị tỳ kheo này mới cùng nhau đi dự lễ tự tứ thì thiên tử thấy hai vị chơi thân nhau quá nên khởi tâm đùa nghịch (tâm cõi trời không có xấu, tâm ác, chỉ đùa nghịch) làm thế nào cho hai thầy này cãi nhau. Lấy việc giỡn thích chí như thế làm trò chơi, nên thiên tử dùng lực trời khiến cho một thầy tỳ kheo chột bụng muốn đi đại tiện. Thầy đi vệ sinh trong bụi rậm bên vệ đường xong rồi bước ra. Đi ra khỏi bụi rậm rồi nhưng thiên tử nghịch ngợm giả hiện hình một cô gái đang xốc xếch quần áo từ bụi rậm chui ra trước, rồi thầy tỳ kheo từ từ theo ra sau. Rõ ràng có một cô gái chạy ra trước thầy tỳ kheo. Đến lúc thầy ra thì thầy tỳ kheo bạn không thèm nhìn mặt nói là thầy không xứng đáng là bạn tôi vì thầy có hẹn với cô gái trong bụi rậm ấy. Thế là từ đây hai người không nhìn mặt nhau nữa. Lúc đó, thiên tử hiện nguyên hình thật ra và nói đây là chỉ giỡn chơi để xem tình keo sơn gắn bó của hai người ra sao thôi. Cả hai thầy liền hoan hỉ với nhau và cùng đi tự tứ.”

Nhưng vị thiên tử kia sau khi hết phước trời, đọa địa ngục chịu đun sôi một thời gian dù chỉ là trò chơi nhỏ muốn ly gián hai thầy ra. Thiên tử đã sám hối rồi, không có tâm tà tâm ác, chỉ đùa thôi mà phải trả địa ngục, còn dư báo lang thang cõi này cõi kia. Cho tới bây giờ được làm



người được gặp Phật Thích Ca độ cho được xuất gia, được làm tỳ kheo, nghĩa là thầy đang trên con đường giải thoát mà dư báo vẫn còn. Dư báo vẫn còn nên thầy phải chịu quả báo là cứ có một cô gái theo sau mình, khiến cho mọi người cứ chia vào thầy mà xỉ nhục, nhất định là không cho thầy tu.

Đức Phật có túc mạng minh nên ngài biết nhân quả, Phật để cho thầy tỳ kheo trả quả, chứ Đức Phật không có can thiệp. Vì vậy, đại chúng đòi đuổi chứ Đức Phật không đuổi. Đức Phật không nói rõ để cho thầy trả nốt cái dư báo, nhưng Phật kể đầu đuôi câu chuyện và ngài khuyên thầy Công-đa-na hãy cẩn thận. Thầy phải nhẫn tất cả, chứ nếu thầy có lời nói nặng, lời độc, bướng với chư tăng thì tội cũ không hết mà tội mới lại chất chồng và khổ mãi không biết đến bao giờ cho thôi. Bởi vì tội này rồi lại chồng thêm tội khác. Cho nên thầy chỉ có một việc cần làm, im lặng mừng là mình đã trả nợ, trả cho xong thì sẽ hết. Đức Phật căn dặn tỳ kheo Công-đa-na và quay lại dặn đại chúng thấy quả báo như thế mà cẩn thận. Chúng ta có phước đức rất lớn là được ở trong chúng tăng, nhưng mà mỗi một lời nói, ý nghĩa, việc làm mà động chạm đến sự hòa hợp của chúng tăng thì tội này khó gỡ lắm và quả báo đáng thương tâm lắm, cho nên Đức Phật hết sức căn dặn đại chúng.

Chúng ta được ở trong chúng là đại phước đức, nhưng lại rất dễ rơi vào địa ngục. Chỉ một việc làm, một sai quấy đối với ngôi tăng bảo thì khó gỡ lắm tuy rằng chư Phật rất

thương chúng ta nhưng cũng phải để cho chúng ta trả quả như đức Bồ Sư đó đòi đòi theo dõi để cứu tỳ kheo Công-đa-na, nhưng vẫn để cho thầy Công-đa-na trả quả, cho đến bây giờ còn một chút dư báo là chịu đựng những tai tiếng. Đây chỉ còn thoang thoảng chút dư báo. Đức Phật cũng để cho ông trả nợ, chứ Phật không cứu. Vì hễ cứu thì không thể trả nợ, có nợ cứ để cho thầy trả. Công-đa-na từ hôm nghe chuyện như vậy thì rất kính trọng đại chúng. Thầy xin sám hối và xin chuyên tu. Sau đó, ngay trong đời thầy chúng quả A-la-hán.

#### iv. *Khổ hạnh*

“Khổ hạnh là những thú vui bại hoại, đau khổ và nguy hiểm. Như Lai bắt buộc tỳ kheo phải đoạn trừ.” Làm sao khổ hạnh là cái vui bại hoại? Khổ hạnh là cái vui nguy hiểm và Phật cấm các tỳ kheo không được hưởng cái vui ấy. Ngoại đạo mong hủy hoại thân để cầu lên cõi trời vui hơn. Họ tin rằng càng làm khổ cái thân hiện tại thì được tiêu tội, giải nghiệp bấy nhiêu, để hy vọng ngày mai được lên trời. Ngoại đạo khổ bây giờ nhưng mai lại sung sướng mà sao Đức Phật không chịu?

Ở Bồ tát giới, Đức Phật cho phép là các bồ tát cúng dường thân thể bằng cách như đốt liễu, cúng tay. Cốt yếu của Phật là mong cho chúng ta xả ngã ái, ngã chấp, đừng nhận thân bằng đất này là mình, cho nên đừng quản ngại gì cả. Nếu xả thân vì đạo (như Bồ Tát Quảng Đức) thì các bồ tát mới hy vọng chúng đạo, đó là các Bồ tát phải có trí tuệ

giác tỉnh mãnh liệt. Còn ở A-hàm, đối tượng thuyết pháp là các tỳ kheo mà tỳ kheo là những vị còn trong trình độ tu thân, cho nên Phật dạy phải có giới luật cho những người tự tu. Các tỳ kheo lo bồn phận hàng phục vọng tâm để trị những vọng tập của mình, cho nên tỳ kheo trở xuống mới ở trình độ tu thân. Vì còn ở trình độ tu thân, nên đây Phật cấm những bông bột, bừa bãi hủy hoại cái thân như các ngoại đạo đứng một chân giữa trời, ngày ăn một hạt mè, ngó chăm chăm vào mặt trời, mắt không chớp, chống đầu xuống đất hai chân lên trời và nhiều cách khổ hạnh vô ích khác thì Phật cấm. Đức Phật dạy chúng ta không được mặc áo sang trọng, nhưng cũng không được rách rưới rồi lạnh bệnh; không được nhịn đói khát, ngày chỉ ăn một hạt mè, một muống súp mà phải ăn uống phải biết đủ, đủ chất để có sức mà tu tập. Những bông lung, bừa bãi, phóng túng thì Phật cấm nhưng mặt khác thì Phật cấm không cho chúng ta thái quá vì thái quá thì bất cập. Quá mức để đi đến khổ hạnh mà làm hoại tâm thân khiến cho ốm đau bệnh hoạn, không lợi ích, tạo những ảnh hưởng không tốt về sau nên ở đây Phật nói khổ hạnh là bại hoại, là nguy hiểm.

Ở A-hàm, Đức Phật cấm các thầy không được khổ hạnh vì còn trình độ tỳ-kheo và sa-di là trình độ trẻ tuổi, sự tu sự học chưa vào trình độ sâu, cho nên học từ từ, không có cho bông lung, bừa bãi, phóng túng chơi bời. Một mặt cũng không cho những cái thái quá, khổ hạnh quá rồi lỡ bệnh hoạn, rồi về sau làm phiền cho cha mẹ, làm phiền cho

trong đại chúng tăng già thì không nên, cho nên ở đây Đức Phật cấm không được khổ hạnh hành xác như ngoại đạo.

Đức Phật hỏi nếu xe bò không đi thì nên đánh chiếc xe hay đánh con bò? Nên đánh con bò vì con bò kéo chiếc xe, chứ chiếc xe là toàn gỗ thì có đánh cũng vô ích. Thân chúng ta là do tâm điều khiển hướng dẫn. Nếu thân này có chỗ hư hỏng nghĩa là nó có cái tội thì tâm mình phải sửa đi, thì tự nhiên sẽ hết tội. Ví dụ thân tham ăn, thân sân giận thì mình hãy bỏ tâm tham, tâm sân đi, chứ bây giờ cứ hành hạ thân này thì có ích gì. Cứ nghĩ là càng hành hạ thân thì lên cõi trời Phạm thiên càng sung sướng hơn. Đó là suy nghĩ sai lầm. Thân này như cái xe mà tâm này chỉ huy cái xe cũng như con bò kéo xe. Xe không đi được thì đánh con bò để cho con bò nó đi, chứ không phải là phá hủy cái xe. Tâm chỉ huy thân, nếu tâm có điều gì sai sót thì sửa tâm thì thân tâm chúng ta sẽ trang nghiêm; chứ còn khổ hạnh, hành hạ thân thể, đứng giữa trưa nắng, ngày ăn một hạt đậu, mắt chăm chăm ngó mặt trời không chớp mắt là đày đọa cái thân. Hành hạ thân mà lại nói để cho thân thanh tịnh, lên cõi trời, thì đây là chỗ sai lầm trầm trọng. Muốn trừ tội, muốn tiêu nghiệp thì quay về sửa tâm mình. Đánh con bò bắt nó phải đi thì tự nhiên xe nó sẽ chạy. Sửa tâm mình cho tốt đẹp sẽ được thanh tịnh trang nghiêm, chứ không phải là sửa cái thân, hành hạ cái thân. Hành hạ cái thân, càng đau bao nhiêu thì cái tâm càng quẫn bấy nhiêu, rồi sinh mê muội khó phát ra trí tuệ. Cho nên, Đức

Phật khuyên các đệ tử của ngài không được tập khổ hạnh hành xác.

### **31. SÁU CĂN ĐỐI VỚI SÁU TRẦN**

Kinh Thuyết Trí (Trung A Hàm, Phẩm 15, số 187), Phẩm Phi Thường (Tăng Nhất A Hàm, Mười Pháp, 51, Kinh số 6) và nhiều bài pháp thoại khác trong A-hàm Đức Phật giảng về sáu căn và sáu trần. Có những thứ vui chơi bị Như Lai quở trách, nhưng cũng có những trạng thái hỷ lạc được Như Lai ngợi khen khuyến khích. Hỷ là mừng, lạc là vui. Những vui mừng nào mà bị Như Lai quở trách: đó là mắt thấy sắc, tâm đắm nhiễm. Trông thấy tiền bạc, thấy thức ăn ngon thì mắt muốn ngó và lén lấy tiền hay đồ ăn khiến cho mình sanh ra lỗi lầm. Sáu căn (mắt tai mũi lưỡi thân ý) đối với sáu trần (sắc thanh hương vị xúc pháp) mà tham trước không rời bỏ, đấy là bị Như Lai quở trách.

Tại sao Đức Phật không cho chúng ta vui mà lại bắt chúng ta khổ? Vì những lạc thọ này khiến cho chúng ta đắm mê, mất tự chủ, mất sự sáng suốt, sẽ đưa đến lỗi lầm nên Phật cấm. Đi tu là sửa những cái lầm mê. Mê là cái sai không đúng. Những âm thanh, sắc tướng hình hình bóng bóng đây là hư vọng, người đời cho là thật, cho là thật để đến nỗi tham mê đắm luyến. Cho nên, Đức Phật dạy đệ tử của Đức Phật phải tỉnh ra, tập sống với sự thật bỏ những hư vọng.

Chúng ta không biết cho âm thanh là thật nên khi bị chê bai hay hiểu lầm thì tức giận sân si. Có người tự tử vì

chịu không nổi sự oan ức. Nhiều người không hiểu đạo, không học kỹ những lời Phật dạy, cho nên uổng phí cuộc đời. Đó là vì ngu si không biết cho nên giận hờn, tuyệt vọng, cho đến nổi tuyệt vọng và đến nổi tự tử mất mạng. Cho nên đây Đức Phật cấm, bởi vì tham đắm cho sáu trần là thật. Hôm nay âm thanh khen ngợi, ưa thích khiến mình mãi mê nghe. Mai đây những âm thanh trái ý khiến cho mình uất hận, bực bội, dám đi đến tự tử. Những âm thanh như thế không thật gọi là vui, cho nên Đức Phật khuyên chúng ta đừng theo những cái khiến cho mình tham mê say đắm, tưởng là có thật, khiến cho chúng ta bị mất trí tuệ và bị những âm thanh này chi phối, chuyển động. Chẳng những âm thanh mà ngay cả sắc tướng, sáu trần, Đức Phật cũng khuyên chúng ta luôn tỉnh giác.

Những người ưa thích nước hoa và nghiện hương thơm của nước hoa. Cho đến dầu xúc cũng bỏ nước hoa vào vì biết mình thích hương thơm nên bỏ nước hoa vào dầu. Mỗi khi bôi dầu là cũng thơm lừng. Những thứ như thế tham đắm mua đắt tiền thì Phật cũng cấm. Lưỡi tham ăn, thân thích chăn bông ấm, thích mặc áo lụa mềm mịn. Tại sao Đức Phật không cho chúng ta sáu căn vui với sáu trần? Bởi vì sáu căn xúc sáu trần, chúng ta sanh lòng tham đắm. Tham mà không được hoặc đang sở hữu, đang thích, đang ham mà bị người ta cướp giật thì sẽ dễ bị nổi sân nổi giận đọa lạc. Thế thì từ sáu căn tiếp xúc sáu trần là gốc để phát sanh ra ba độc tham sân si. Vì có ngu si thì có tham, tham những hư vọng, nếu tham bị chướng ngại thì liền nổi sân.

Ba cái này đi liền với nhau nên gọi là ba độc tham sân si. Chính là gốc sáu căn xúc chạm với cảnh trần. Thế cho nên hôm nay chúng ta học kinh A-hàm để cầu cho thân tâm được thanh tịnh.

Thanh tịnh nghĩa là không có ba độc tham sân si. Muốn thanh tịnh nghĩa là muốn tiêu trừ ba độc tham sân si. Thế cho nên chúng ta phải giữ gìn gọi là hộ sáu căn. Giữ gìn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Mỗi khi nó xúc chạm chúng ta phải giữ gìn đề phòng ngay. Đừng để cho ba độc tham sân si nó khởi lên. Cần đề phòng cho nó đừng khởi lên, hướng chi là chúng ta ưa thích cho nó tham đắm đến nỗi mê mết, quên cả ngày giờ, mắt cái sáng suốt. Cho nên muốn thanh tịnh thì phải hộ sáu căn, giữ gìn không có dựa vào những cái thích của căn trần.

## 32. SÁU CĂN VÀ SÁU THỨC

### i. *Nhãn căn và nhãn thức*

Đức Phật dạy trong nhãn căn, ngoài cảnh trần và nhãn thức phát sanh. Mắt là gốc rễ để biết. Chúng ta nhận được con mắt của mình thì sẽ nhận được nhãn căn của mình. Mắt là nhãn căn, nhưng mắt làm bằng thịt làm bằng máu tức là nó làm bằng đất, nó thuộc về thân căn. Nó không biết thấy, tự nó, nó không thấy được mà phải có tánh thấy ở trong con mắt, tánh ấy ở A-hàm nói gọn là nhãn căn. Vì tánh thấy ấy ở con mắt, nên cứ gọi là con mắt, gọi là nhãn căn cho nó gọn. Vậy thì vì ở nơi nhãn căn toát ra cái thấy, cái biết, chứ đây không phải nói về con mắt bằng thịt,

bằng đất, bằng máu, bằng hòn thủy tinh, mạch máu, đường gân, thủy ngân hay thần kinh mắt. Căn là gốc rễ, như có gốc rễ mới mọc lên cây cành lá. Căn là gốc rễ của các cây ổi, xoài, dứa chuối, hoa lá; cũng như từ căn là gốc rễ mới mọc ra nhãn thức, nhĩ thức, thiết thân, tử thức, thân thức và ý thức phân biệt; rồi chúng ta mới phân biệt đây là cây ổi, cây chanh, hoa mai, hoa đào. Cứ gốc rễ nào thì mọc ra loại cây ấy. Từ gốc rễ chanh mọc ra cây chanh, từ gốc ổi mọc ra cây ổi, từ gốc xoài mọc ra cây xoài, những gốc rễ ấy gọi là căn. Cũng thế, từ gốc rễ căn mắt thì bật ra nhãn thức phân biệt cái thấy, từ nhĩ căn bật ra nhĩ thức, từ thiết căn bật ra thiết thức, từ tử căn bật ra tử thức, từ thân căn bật ra thân thức và từ ý căn bật ra ý thức.

Nhãn căn là con mắt, từ nơi nhãn căn có một cái biết gốc rễ rồi mới bật ra nhãn thức. Chúng ta ngồi đây và nhìn lên thấy Đức Phật Thích Ca tọa lạc trang nghiêm trên bảo tọa thì đó là một nhãn thức đã sanh. Chúng ta nhìn qua cửa sổ thì thấy khung cảnh ngoài sân hoa mai vàng nở thì nhãn thức của hình Đức Phật tắt đi và nhãn thức của sân vườn hiện lên. Chúng ta lại ngó qua cây hoa tulip thì hình ảnh màu đỏ của hoa tulip hiện lên, đó là một nhãn thức khác đã sanh, cứ nhãn thức này sanh thì nhãn thức khác diệt. Trong nhãn căn tức phải có tánh thấy ở trong mắt, ngoài thì có cảnh sắc, có hoa tulip rồi lại có ánh sáng mặt trời chiếu vào hoa tulip đó, từ ánh sáng ấy nó phản chiếu qua con ngươi của chúng ta. Con ngươi là một lỗ hổng, lỗ trống rất nhỏ, chính giữa tròng đen của mắt ấy. Lỗ hổng nhỏ để cho



ánh sáng đi qua vào trong lòng con mắt. Ánh sáng từ mặt trời chiếu vào hoa tulip, rồi nó phản chiếu lại qua con người, vào trong lòng mắt tới thần kinh. Ở thần kinh đó hiện lên một hình ảnh thì chúng ta mới thấy được, chứ hoa tulip không nhảy vào mắt hoặc nhãn căn chúng ta cũng không nhảy vào hoa tulip. Khi có hình ảnh trong con người thì nhãn thức liền phân biệt ‘Đây là hoa tulip đỏ’ tức là một nhãn thức đã sanh.

Nhãn căn là thể chất, tùy theo duyên mà nó hiện lên các phân biệt hoa tulip, hoa mai vàng, tượng Phật hay liên tiếp vô số hình hình sắc sắc của nhãn thức hiện lên. Một nhãn thức này sanh thì nhãn thức khác diệt, vì ánh sáng đã thay đổi, duyên ánh sáng chiếu các hình ảnh vào con người của chúng ta đã thay đổi thì các nhãn thức cũng lần lượt thay đổi. Như vậy trong một ngày, nhãn thức sanh cả ngàn vạn lần và nó sanh đến đâu thì diệt đến đấy. Nó hiện lên và tắt đi, nhãn thức sanh rồi diệt cả ngày cả ngàn vạn lần, cho nên nhãn thức là không thật thể và không nắm bắt được, nhưng chúng ta cứ cho nhãn thức là có thật nên cứ bị xoay chuyển sai xử theo đó. Phân biệt từng thứ một thì gọi là nhãn thức. Theo duyên hiện lên để cho chúng ta phân biệt, tâm của chúng ta có công dụng như thế nên Đức Phật bắt chúng ta phân biệt tỉ mỉ học về cái tâm của mình.

Nhãn thức là do nhân duyên sanh. Ánh sáng chiếu vào vật và phản chiếu trong con mắt của mình. Do con mắt làm nhân và ánh sáng làm duyên, thức mới hiện lên. Có nhân, có duyên thì nhãn thức mới sanh nên sanh diệt, còn

nhãn căn là vẫn thường thấy tại con mắt từ ngày mẹ sanh ra vẫn ở đó và còn mãi mãi vào những kiếp sau. Cái ấy còn hoài không mất, không đợi nhân duyên gì cả hễ mở mắt là thấy. Tinh thần hay tánh thấy cứ ở mãi nơi con mắt, chúng ta gọi là thần kinh nơi mắt. Kinh là dây, thần là linh thiêng. Kinh là dây bằng máu nhưng dây đó lại linh thiêng biết thấy, cho nên gọi là thần kinh. Ở thần kinh có tánh biết thấy vẫn thường ở đây ngày đêm, cái ấy không phải nhân duyên sanh, tự nó có. Dây máu thần kinh ấy lại biết thấy và nhãn thức dựa vào thần kinh nơi bóng ảnh đó mà bật ra, để phân biệt hoa tulip đỏ đẹp rực rỡ. Nhãn thức là nhân duyên sanh. Nhân là thần kinh và duyên là có ánh sáng, có con mắt, có hình ảnh hoa tulip, thành ra nhãn thức sanh, cho nên nhãn thức theo nhân, theo duyên mà có, cho nên có sanh có diệt.

Nhãn thức này là sắc ấm vì nó ngăn che sự thật, thấy một cái là cho có hoa tulip đỏ thật ở bên ngoài, nhưng không dè là hoa tulip đó chỉ là bóng ảnh hiện trong thần kinh nơi trong mắt mình. Chúng ta tưởng là mình nhìn hoa tulip thật, hoá ra chỉ nhìn cái bóng mà thôi. Chúng ta tưởng là bóng ảnh phản ảnh trung thành với hoa, sự thật là nó tùy duyên giả hiện, chứ phân tách ra không có hoa tulip, không có nhãn căn và nhãn thức. Thấy như vậy thì ai bẻ trộm hoa tulip, bung bình hoa đi rồi thì chúng ta cũng không giận, không bị sắc ấm của hoa này ngăn che. Còn không thì chúng ta đang ở trong sắc ấm, bị che lấp sự thật.

## ii. *Nhĩ căn và nhĩ thức*

Chúng ta niệm sáu chữ “Nam mô a di đà Phật”. Do miệng chúng ta rung động, không khí rung động làn sóng âm ba, làn sóng loãng ra chạm vào lá nhĩ màng tai của mình. Màng tai nó lãnh cái rung động ấy rồi nó hiển lên thành tràng âm thanh, biến ra thành hàng chữ “Nam mô a di đà Phật”. Bởi vì nó chỉ là làn sóng rung động một tí thôi nên vừa hiện là tắt liền, rồi hiện lên chữ khác. Sáu chữ “Nam mô a di đà Phật” là sáu nhĩ thức. ‘Nam’ sanh rồi diệt, thế là nhĩ thức thứ hai là ‘mô’ hiện. Nhĩ thức ‘mô’ diệt thì nhĩ thức thứ ba là “a” sanh, tuần tự như thế nhanh như chớp mắt. “Nam mô a di đà Phật” chỉ là không khí rung động khác nhau, gọi là duyên rung động theo âm vang hay nhờ nó chuyển động sanh diệt mà chúng ta nghe ra có sáu âm thanh. Duyên là không khí rung động, cho nên ở nơi thần kinh nhĩ căn của chúng ta hiện lên những dãy âm thanh. Âm thanh này tắt đến âm thanh khác, hàng ngày chúng ta có không biết bao nhiêu nhĩ thức sanh rồi diệt. Mỗi một âm thanh là một nhĩ thức hiện lên, cứ sanh diệt triền miên.

Mỗi ngày là hàng vạn tỷ nhĩ thức sanh diệt biến đổi không thật. Vậy mà chúng ta cứ chấp vào âm thanh khen chê để mà mừng vui hoặc đau khổ chỉ vì những làn sóng âm ba mong manh vô thường, chợt còn, chợt mất đó. Những nhĩ thức phân biệt âm thanh này bật lên vì ở nơi tai của chúng ta phải có nhĩ căn, là cái gốc, là cái nghe. Nhĩ căn là tánh nghe nó vẫn biết ở thính giác thần kinh tức là ở

dây thần kinh ở tai. Nhĩ căn là nghe thường xuyên ngày đêm không thay đổi. Ba là sóng, âm là âm thanh. Âm ba là làn sóng âm thanh. Mỗi khi chúng ta mấp máy môi khiến cho không khí rung động. Do không khí rung động tạo làn sóng âm thanh đập vào màng nhĩ rồi thần kinh nghiệp người ngay đó phân biệt, đây là tiếng niệm Phật “Nam mô a di đà Phật”. Như vậy, nhĩ thức phát sanh là do nhân duyên. Nhân là do cái tai và duyên là do không khí rung động, thay đổi, chuyển động mà có các âm thanh phân biệt.

Chúng ta nghĩ tiếng niệm Phật ở miệng cô ấy nhảy ra mà không hề mình nghe ở trong tai mình chứ không nghe ở miệng của cô ấy. Đó là một cái lầm rất lớn chúng ta nên để ý. Không có tiếng niệm Phật nào từ miệng cô ấy nhảy ra cả. Chính thần kinh chúng ta y theo không khí động tĩnh mà biến ra những âm vang để tự phân biệt cảnh bên ngoài. Rõ ràng là cái không có mà rồi nhĩ thức tài tình thế, nó biến ra từng chữ, từng chữ minh bạch như là ở bên ngoài có thật. Thường chúng ta bảo là cô ấy mắng mình, tưởng là âm thanh ở miệng cô ấy, cho nên cứ giận ghét cô ấy, rồi thù hận cô ấy nữa. Nhưng sự thật chính thần kinh chúng ta biến ra để phân biệt. Thần kinh của chúng ta tài giỏi như thế, nó y theo không khí này thôi, rồi biến ra âm thanh để nó phân biệt mà đúng như ý của người kia định nói. Người kia trong tâm muốn nói như thế mà đằng này nó hiện âm thanh đúng như thế. Đó là sự tài giỏi của tâm chúng ta. Cái tài của mình mà mình lại không biết, tưởng là cảnh bên ngoài cho nên gọi là sắc ám (sáu trần).

Chữ ám nghĩa là ngăn che sự thật, ngăn che sự thật khiến vừa nghe một cái là mình mê lầm cho là có tiếng chi đó la mắng mình thật, thế là nổi bực lên, chứ không biết là chính thần kinh của chúng ta biến ra, cho nên đây gọi nhĩ thức là sắc ám ngăn che.

### iii. *Tỹ căn và tỷ thức*

Tỹ thức theo duyên các tướng, biến hóa vô thường, còn tỷ căn biết ngửi vẫn cứ ở cái mũi, ngày đêm nó vẫn có ở cái mũi để ngửi. Chúng ta đi vào vườn, hương thơm hoa nhài ngào ngạt bay thơm ngát, khi biết hương thơm của hoa nhài chứ không phải hoa khác thì biết một tỷ thức đã xuất hiện. Hoa cũng biết thở như chúng ta, cũng tiết ra những phân tử. Chúng ta thử để hoa trong túi nilông một thời gian ngắn chúng ta thấy túi bị ẩm. Như vậy, từ hoa tiết ra những phân tử, cũng như chúng ta thở ra làm mờ cái kính. Những phân tử ở hoa theo gió vào mũi mình. Thần kinh trong mũi theo cơ cấu tạo có thông và tắt, y theo những phân tử đó mà biết là hương hoa tulip chứ không phải hoa nhài. Mỗi một loài hoa đều có thở và bài tiết theo những cấu tạo phân tử của từng loài. Ví dụ hoa nhài, hoa hồng thì những phân tử nó bay theo gió và khi mình thở vào thì nó vào mũi. Y theo phân tử vào gặp thần kinh trong mũi. Thần kinh trong mũi y vào phân tử đó, biến ra mùi thơm của hoa nhài, mùi thơm của hoa hồng, mùi thơm của hoa cúc rất là tế nhị và rõ ràng, phân biệt từng cái. Hương thơm ấy là thần kinh của chúng ta biến ra, chứ không phải là ở cái hoa, cái hoa chỉ có phân tử thôi. Đang ngửi biết

thoang thoảng có hương hoa nhài thì chợt một người đi qua trước mặt mình sực nức mùi dầu xanh thì mùi hoa nhài tắt đi và dầu xanh thơm lại hiện lên. Nhà bếp đang nấu chè, nhưng vì có mái ngăn nên hương chè buổi không bay đến lỗ mũi được, thay vào đó tỹ thức của nhang trầm từ chánh điện đã sanh. Một ngày không biết bao nhiêu lần tỹ thức này sanh, rồi tỹ thức khác diệt. Tại sao nó lại sanh diệt triền miên như thế? Dù chúng ta mê hay chẳng mê thì tỹ thức vẫn sanh diệt. Vì nó theo nhân, theo duyên nên nó phải sanh phải diệt biến hóa. Hễ nhân duyên thay đổi thì nó cũng thay đổi luôn, cho nên nó là cái không có, vô thường biến đổi, không có thể chất.

Tỹ thức có gốc rễ là tỹ căn và tỹ căn này không phải nhân duyên sanh vì chúng ta vào buổi sáng cũng biết ngửi, tối cũng ngửi; hôm nay ngửi, mai cũng ngửi, không thay đổi, tánh ngửi gọi là tỹ căn. Nhân là chúng ta có tỹ căn mà tỹ căn ở trong cái mũi với thần kinh tốt, chứ nếu thần kinh bị liệt thì cũng không có ngửi được thì tỹ thức không sanh thành ra chúng ta không thể ngửi. Bởi vì có tỹ căn ở tại cái mũi. Mũi là bộ máy điều hoà da thịt gân xương, tất cả những bộ phận điều hoà nơi mũi không hư. Các tế bào ở mũi lõm xuống, còn các tế bào ở lưỡi thì nhô lên, cũng là thần kinh, cũng bằng máu của mình thôi mà tế bào ở mũi nó lõm xuống và có hai trần thông và tắt. Nó lõm xuống cho nên các phân tử hương trần chạm thông vào thần kinh, rồi nó biến thành hương thơm hay mùi thối. Còn tế bào ở lưỡi thì nhô hẳn ra ngoài và khi phân tử thực phẩm chạm

vào tế bào lưỡi thì nó biến ra vị ngọt, vị chua. Mũi có đủ các bộ phận của nó thì ở nơi ấy mũi mới hiển công năng được. Ngoài thì có duyên có người chiêm đậu hủ, từ phân tử hương trần theo gió vào mũi; có bất cứ duyên nào thì hiển lên; gặp hoa hồng, có gió đưa phân tử của hương hoa hồng vào trong mũi thì phát ra cảm giác hương thơm của hoa hồng; gặp người đốt nhang thì hiển hương thơm của trầm; gặp nấu ăn thì hiển hương thơm của thức ăn; mùi thối của rác, mùi hương của trà, mùi tanh của cá, theo duyên mà hiển lên thì như thế gọi là tỷ thức.

Thơm hay hôi là do thần kinh biến ra mùi để tự nó phân biệt ra cảnh bên ngoài. Do thần kinh biến ra đủ loại hương sắc để chúng ta sinh hoạt và sinh sống trong đời. Tâm thức của chúng ta tài giỏi như vậy đó bởi vì nó biến ra cảnh và nó lại cho cảnh ấy là bên ngoài. Bây giờ chính những tài giỏi của thần kinh này tự đánh lừa chúng ta, chính chúng ta biến ra thôi cũng như tự chúng ta vẽ ra một cái hình, chứ trong hư không không có hình ấy đâu. Rồi trông thấy hình do chúng ta vẽ ấy lại cho là cảnh bên ngoài, chứ không biết là do thần kinh tài tình của mình biến ra.

Tỷ thức là sắc ám ngăn che vì thật ra chúng ta đang ngửi ở mũi mình chứ đâu có ngửi bên ngoài, đó là một cái mê. Một cái mê khác tệ nữa là chính thần kinh mình biến ra mà mình lại đổ thừa cho là hương thơm của hoa hồng, đây là hương thơm của hoa ngâu, đây là hương thơm của nhang trầm. Chúng ta cho là có các hương thơm thuộc

cảnh bên ngoài, mà không biết đây chính là thần kinh mình biến ra. Cũng như chúng ta đang nghe chị ấy nói, chúng ta cứ tưởng là đang nghe cái miệng chị ấy nói mà thật ra là chúng ta đang nghe trong tai của chúng ta. Những tiếng nói này không phải ở miệng chị ấy nhảy ra mà chính thần kinh chúng ta đang biến ra những tiếng nói này để chúng ta phân biệt. Cũng thế, chúng ta nghe hương thơm của bánh tét chiên. Tưởng mùi thơm bánh tét ấy là tận dưới bếp ở mà không biết tại thần kinh nơi mũi mình, y theo phân tử bánh biến ra mùi thơm để chúng ta phân biệt. Đây là bánh tét, bánh chưng không phải hoa hồng, rồi bị các mùi thơm mùi ngon đó hấp dẫn sai sử tạo nghiệp mê lầm cho chúng là thật có.

#### iv. *Thiệt căn và thiệt thức*

Thiệt căn là cái lưới có thần kinh để biến ra các vị. Thiệt căn là gốc rễ vì nó vẫn còn hoài, từ lúc mẹ đẻ sanh ra cho tới già vẫn không mất. Buổi sáng thiệt căn biết ném thức ăn, trưa chiều tối, nửa đêm, hôm nay, hôm mai hễ còn sống là thiệt căn còn biết ném lúc nào cũng biết ném, hễ bỏ thức ăn vào là nó biết ném nên gọi là thiệt căn. Nó không theo nhân theo duyên mà biến mất trong khi thiệt thức thì theo nhân duyên, bỏ thực phẩm vào miệng liền phân biệt, đây là chè, đây là bún riêu, đây là canh cải. Thiệt thức chỉ hiện khi nào mà có cái gì đặt vào lưới, còn khi không có những các duyên thì không xuất hiện. Bây giờ theo duyên hễ miếng đường, viên kẹo chạm tế bào lưới thì nó biến ra cái ngọt, để nó phân biệt cái này là đường



ngọt; hễ trái ớt đến thì nó biến thành chất cay; hễ trái ô qua đến thì nó biến thành chất đắng. Theo duyên của món ăn ngọt, mặn, nhạt, chua chát thì thiết thức tinh khôn phân biệt theo từng thứ.

Thiết thức món chè này sanh rồi diệt; thiết thức của món bún sanh rồi diệt, chỉ là những cảm giác nơi các tế bào của lưỡi. Xuống đến cuồng hống là hết biết rồi, vô thường ngăn ngui thế nhưng chúng ta vẫn bị nô lệ để thiết thức sai sử đòi ăn hết món này đến món khác; có người còn lấy mạng chúng sanh, giết gà, giết vịt không thương tiếc để vâng lời của chút cảm giác ngăn ngui nơi thiết thức này. Do nghiệp sát hại chúng sanh để thỏa mãn khẩu vị này mà nhiều kiếp phải làm thân súc sanh để trả nợ mạng cho loài vật. Cho nên cần phải tỉnh giác thiết thức món ngon là sanh diệt biến đổi vô thường.

#### v. *Thân căn và thân thức*

Đức Phật dạy nhân duyên có những khúc gỗ và cỏ tranh ráp lại thành mái nhà tranh. Thân căn của chúng ta cũng thế do bao tử, ruột, phổi, gan, tim, da, thịt, xương, gân ràng rịt lại. Như thế không phải một món mà do trăm món thân phần cơ thể ráp lại và đặt tên là cái thân của ta. Khi mà có nhiều thứ ráp lại như vậy thì thân này có thật không? Không. Cũng như gỗ, đinh, cỏ tranh ráp lại với nhau và đặt tên là mái nhà, cái bàn và cái ghế. Tùy theo hình tướng chứ căn nhà, bàn và ghế là cái không có, chỉ có đinh với gỗ ráp lại mà tạm đặt tên như thế thôi. Thân chúng ta là vô ngã vì không có thật, chung quy chỉ là da

thịt gân xương ráp lại với nhau. Bởi vì nó do nhiều thứ ráp lại nên thiếu một thứ thì nó thành hỏng, không hoạt động được cho nên gọi là vô thường nghĩa là không có bền. Thân căn là cái không có chỉ giả tạo, không bền. Khi thân căn này còn hoạt động thì nó có một cái biết khắp toàn thân. Thân căn của con người vốn khác với thân căn của các loài vật. Da người thì cảm xúc tế nhị, chỉ quạt phe phẩy là mát, còn như con trâu mà muốn mát được thì nó phải ra tận ao mà dầm mình trong nước ao đó, da trâu dày cho nên cảm xúc khó bén nhạy. Da người mỏng hơn nên nhạy hơn. Theo chủng tử mỗi loài mà có các cảm xúc khác nhau. Thí dụ tay sờ vào bàn thì sao? Thấy cái bàn trơn và mịn, mát. Những cảm giác như thế gọi là xúc do thân thức đã sanh. Đau bụng, đau đầu, đau bao tử đều là những thân thức sanh.

Thân căn thì không đợi nhân, đợi duyên gì cả, nó vẫn có cái biết ở khắp thân của chúng ta, tức có một cái biết không phải nhân duyên sanh, sáng trưa chiều tối khuya, hôm nay, ngày mai lúc nào cũng biết, tức lúc nào sờ tay vào thân, chúng ta đều có một sự xúc biết, không đợi duyên thân căn vẫn biết. Còn thân thức là theo duyên bên ngoài mà cảm giác của chính thần kinh khởi lên phân biệt có lạnh nóng, thô nhám, trơn mịn. Khi có làn gió thổi tức không khí chuyển động, thần kinh toàn thân của chúng ta liền báo động có cảm giác lạnh đang đến là thân thức đã sanh. Bây giờ mở máy nóng hoặc không có gió nữa thì ở nơi thân khởi lên một cảm giác nóng. Biết nóng là một

thân thức thứ hai lại sanh ra. Cảm giác nóng đi qua và mở máy lạnh, chúng ta lại thấy một cảm giác êm ả mát rượu khởi lên thì đó là thân thức thứ ba. Cũng là cái biết nơi thân nhưng theo duyên mà nó phân biệt hiện lên theo cảnh ở bên ngoài, cái ấy là thân thức. Nhân là có thân căn này và duyên là một cái gì bên ngoài nó tới, như có làn gió, có máy nóng. Thân thức phân biệt hiện lên, rồi khi không có duyên thì thân thức tan đi, nhưng thân căn thì vẫn biết, bất cứ lúc nào và bất cứ cái gì xúc chạm vào là thân căn liền biết, hễ còn sống thì thân căn còn biết. Quán như thế để thấy thân thức vô thường biến đổi đừng chạy theo những ảo giác mỏng manh nơi thân thức mà khiến chúng ta bị nô lệ sai xử.

vi. *Ý căn và ý thức*

Ý căn là toàn bộ thần kinh hệ lúc nào cũng biết suy nghĩ, sáng trưa chiều tối, ngay cả khi ngủ mà giựt mình tỉnh dậy liền biết suy nghĩ. Ý căn là gốc để phát sanh ý thức. Hình ảnh pháp trần khởi lên trong đầu là ý thức liền phân biệt, đây là mẹ của mình, mẹ đang nhớ mình ở nhà. Tiếng hát của cô ca sĩ hát hồi nãy văng vẳng vang trong đầu, hình ảnh chiếc áo dài của cô ấy hiện ở trong tâm, thế là ý thức liền khởi phân biệt cô ca sĩ hát hay và chiếc áo dài ấy rất đẹp. Ý thức này sanh rồi ý thức này diệt, ý thức khác sanh rồi ý thức khác diệt. Mỗi ngày có đến hàng ngàn ý thức sanh diệt khởi lên trong đầu chúng ta. Suốt ngày chúng ta cứ suy nghĩ đến chuyện này đến chuyện khác liên tục như chú khỉ con chuyền hết cành này sang cành kia,

không ngại nghi gọi là ý thức. Ý thức luôn biến hoá để phân biệt những hình bóng pháp trần thành yêu ghét, giận hờn, mừng vui, buồn tủi. Theo ý thức này sai sử mà có có chiến tranh đánh nhau, giết nhau, thù hận lẫn nhau. Đức Phật nói hễ còn ý thức là mình, là tư tưởng của mình, là chúng ta còn nuôi giặc trong nhà, nhận giặc làm con. Tam đồ lục đạo cũng do ý thức này điều khiển mà không tỉnh ra. Tu tập chính là quay về ngó lại ý thức này, điều ngự nó, đừng cho là mình thích, mình yêu, mình ghét, hờn giận, vv...

Ý thức không thể tự phát sanh được mà phải dựa vào nhân duyên. Nhân là toàn bộ hệ thần kinh không hư của chúng ta, duyên là có những cảnh trần nên ý thức của chúng ta phát sanh để nó phân biệt các pháp trần này. Thần kinh không hư nghĩa là đủ cả các bộ phận của bộ não. Ý căn là tánh biết nơi bộ não đó. Thần là tinh thần, kinh là dây máu. Thần kinh là phần tinh thần thiêng liêng nơi các dây máu ở bộ não, đó là ý căn. Chúng ta đang sống hàng ngày đây, đã đành rằng ai cũng sống bằng căn, nhưng thấy biết nghe ngửi nếm toàn là bằng thức. Thức từ căn hiện lên. Nó là tánh biết nhưng mà tánh biết theo duyên, theo nhân. Hễ có nhân, có duyên là ý thức. Nhân là con mắt không hư. Con mắt đây có con mắt của loài người khác con mắt của loài cua, con mắt của loài cá. Mỗi loài có loại mắt khác nhau, cho nên những hình ảnh hiện ra phải khác nhau. Theo duyên bên ngoài có ánh sáng hay không có ánh sáng. Theo vật ấy mà bóng ảnh hiển lên vuông hay tròn,

đẹp hay xấu. Tối về nằm yên thì hình ảnh pháp trần của quá khứ, hiện tại và vị lai tích tụ trong bộ não (minh, ký, ức, tri) hiện lên, ý thức liền phân biệt ‘Đây là người thương’, ‘Đây là người ghét’, như vậy gọi là ý thức. Cho nên thức là theo nhân, theo duyên hiển lên, còn ý căn thì lúc nào bộ não còn sống là còn có cái biết. Thức theo nhân duyên nên vô thường biến đổi, gặp thiện làm thiện, gặp ác làm ác; còn căn thì vẫn có thường hằng. Sáu đạo luân hồi là chính do ý thức làm người tài xế lái xe. Muốn thoát luân hồi thì không nhận ý thức này là mình và đừng để cho nó sai xử nô lệ khiến đọa lạc. 2086 bài pháp thoại trong A-hàm là 2086 bài hướng dẫn để chúng ta làm chủ, điều ngự được tâm viên ý mã của ý thức này.

### **33. TÁM LOẠI GIÓ KHÔNG LAY CHUYỂN**

Kinh Phật thường nói ‘Bát phong suy bất động’ tức là tám thứ gió thổi không động như tài lợi, suy hao, hủy nhục, đề cao, khen ngợi, chê hiềm, buồn khổ và mừng vui. Các thầy tỷ kheo đã chế ngự được tâm của mình nên các ngài vẫn thanh thản không bị tám gió này lay động. Như trong kinh kể một câu chuyện Đức Phật bình thản, bất động trước làn gió hủy nhục của một Bà-la-môn như sau:

Một Bà-la-môn rất ganh ghét Đức Phật vì nhiều đệ tử của ông đã cải đạo xuất gia theo Phật. Một hôm vị Bà-la-môn thấy Đức Phật đi khát thực, ông liền lẻo đẻo theo sau lớn tiếng chửi rủa Phật cho hả cơn giận từ bấy lâu. Đức Phật vẫn im lặng, bình tĩnh, thong thả uy nghi đi vào thôn

làng. Thấy Đức Phật không có động tĩnh vì lời mắng của mình, nên Bà-la-môn giận quá hỏi: Cù Đàm có điếc không?

Đức Phật đáp: Không!

Bà-la-môn hỏi gặng lại: Sao tôi chửi mà Cồ-đàm không trả lời?

Đức Phật dịu dàng hỏi lại: Giả sử ông đem quà tặng một người kia mà họ không nhận thì quà đó thuộc về ai?

Bà-la-môn đáp: Tôi sẽ đem về chớ sao!

Đức Phật trả lời: Cũng thế, ta không nhận món quà ông thì ông phải nhận lại, cũng thế lời ông không có dính dáng đến ta, vì thế nên ta không có nhận, xin vui lòng lấy quà về lại.

Câu chuyện bất động của Đức Phật đã cho thấy ngài đã nhận ra âm thanh là huyễn hóa và chúng không lay động được sự giác tỉnh của ngài. Chúng ta phải nhớ câu chuyện rất hay này để giúp chúng ta vững chãi an lạc giữa những thị phi trong đời sống hàng ngày của mình.

### **34. TÂM VÔ THƯỜNG**

Quán tâm vô thường là quán những móng niệm buồn vui khởi lên biến hóa thay đổi suốt ngày. Hễ bên ngoài có tiếng khen thì vọng tâm khởi lên niềm hí hửng. Nhiều khi chúng ta chưa kịp nghĩ ngợi, chưa kịp hiểu gì hết, nhưng chúng ta có cái nghiệp và thói quen từ vô thủy, hễ có tiếng khen chạm vào tai thì vui bật lên, hễ tiếng chê chạm vào màng nhĩ thì cái buồn ngồi dậy. Chúng ta chưa kịp

tính toán suy nghĩ việc này nên buồn hay việc này nên vui nhưng tự trong đáy lòng, cái khổ với cái vui đã bật lên nhanh như lò xo.

Từ vô thủy cứ nhận thân này là mình. Vọng tưởng bất chợt khởi bật lên là sai mình hành động, nó sai mình và mình cứ vâng theo làm nô lệ cho nó. Tôi khổ thế là than khóc, tôi vui thế là cười thích chí. Cứ để cho vô minh hư vọng ấy theo nhân theo duyên bật lên mà mình không thấy, không biết cứ nhận là mình, những loại tâm như thế gọi là kết sử. Kết là chấp thân này là mình. Từ vô thủy đến giờ cứ có thân nào (thân người, thân trời, thân loài vật, thân ngã quý, thân địa ngục) thì kết chấp thân ấy là mình. Từ khi mới đẻ ra cứ nhận da thịt xương là mình. Hôm nay nhận, mai nhận cứ thế kết lại thành ra ái quý tầm thân này. Kết cho là tánh biết trong thân ấy là mình. Tánh tôi hay giận, hay nóng lăm, cứ nhận là tôi. Sử là sai, quay đầu lại cãi người này, người kia nữa. Nó sai mình làm những hành động và do đó mà mình bị quả trách. Chúng ta suốt ngày sống với những kết sử đó hoặc yêu, hoặc ghét, hoặc mừng hoặc giận. Chúng ta đã kết cho nên nó bật ra nhiều kiểu, nhiều hình, nhiều tướng lăm. Nó sai mình nói, nó sai mình cười, nó sai mình hành động. Cứ một bề làm nô lệ cho vọng tâm mà không ngờ đến mà không hề nghĩ đến việc mình phải tỉnh ra, thoát ra khỏi nó.

Bây giờ chúng ta may mắn được học A-hàm mới biết tên của những loại yêu ghét mừng giận này là kết, bởi vì mình cứ vâng lời nó nên nó sai. Nếu mỗi khi tham hiện lên

chúng ta biết tham thì mặc nó, mỗi khi sân hiện lên biết sân, rồi mặc nó. Không nên sợ nó và không nên một bề vâng theo những tâm vô thường như thế. Chúng ta học Tứ Niệm Xứ, chúng ta quán tâm vô thường, tỉnh ra và nhìn thẳng nó rồi mặc nó thì nó sẽ không đứng vững. Đứng còn chả đứng huống chi là sai được mình. Thế nhưng vì mê muội không biết nên từ vô thủy đến nay không chịu tỉnh ra thành phải để cho các hư vọng ấy sai khiến cho mình trở thành một người hư hỏng khiến cho nhiều người chệch bại, chệch hết việc này sang việc kia. Chúng ta không biết đó là lỗi của các kết sử. Chúng ta còn trở lại bình tâm mình và bào chữa cho nó là phải, còn đổ thừa nói tại người này ác, người kia xấu, bây giờ nhờ Phật chúng ta tỉnh được thì hãy trở về chủ quyền đừng nhận các kết sử làm mình nữa.

### **35. TẬP KHỞI, ĐOẠN DIỆT, VỊ NGỌT, NGUY HIỂM VÀ XUẤT LY THỌ**

Trong kinh Phạm Động (Trường A Hàm, số 21), Đức Phật dạy sự tập khởi, đoạn diệt, vị ngọt, nguy hiểm và xuất ly thọ. Đây là năm tiến trình để xuất ly khỏi thọ.

#### **i. Thế nào là tập khởi của thọ?**

Khởi tức là theo nhân duyên thọ khởi lên. Tập là các nhân duyên tụ hợp lại như sáu căn đối với sáu trần để phát khởi ra thọ tức nhân duyên phát sanh các thọ. Thọ tức là nhận lãnh đem vào tâm. Khi con mắt nhìn ra ngoài thấy quả xoài chín, bông hoa nở, nghe tiếng khen, mọi người vỗ tay hoan nghênh mình thì trong lòng liền khởi những sự



vui hân hoan tức là đã thọ cảnh bên ngoài, cảnh trần đã thâm nhập vào tâm. Nhìn đại chúng nét mặt tươi tỉnh vui vẻ thì tâm chúng ta cũng vui thì đó là nhân duyên tập để khiến cho tâm chúng ta có sự lãnh thọ vui. Khi thấy kết quả thi ít điểm, nghe tiếng chê, thấy cô ấy lườm mình trong lòng buồn thì tâm không vui. Khi bình thường không chút cảm giác khổ vui thì gọi là si thọ. Mỗi sáu căn (mắt tai mũi lưỡi thân ý) tiếp xúc sáu trần (sắc thanh hương vị xúc pháp) đều có ba lãnh thọ là khổ thọ, lạc thọ và si thọ hiện lên, như thế gọi là tập khởi của thọ.

Sáu căn còn lãnh thọ sáu trần phát khởi lên khổ vui thì đó là đời sống khổ vui của mình. Bao giờ sáu căn ngừng lại không lãnh thọ sáu trần nữa thì người đó chết (thọ chung). Thọ mạng của chúng ta là thời gian mà sáu căn còn sinh hoạt, nghĩa là còn lãnh thọ sáu trần. Đây là mạng sống của con người. Vui và khổ là động cơ sinh hoạt của loài người, chẳng những loài người mà tất cả muôn loài. Tất cả sáu đạo chúng sanh lấy khổ vui làm động cơ. Ai cũng lo tránh khổ, ai cũng mong cầu sự an vui. Làm thế nào cho khỏi khổ và làm thế nào cho được an vui? Mục đích của loài người chỉ vậy. Trường học, cơ quan giáo dục, tổ chức từ thiện, chính trị, kinh tế, bệnh viện hay các ngành khác phục vụ xã hội tùy theo chức năng của mình nhưng tất cả đều nhằm mục đích cho dân chúng sống hạnh phúc, bớt khổ và được vui hơn. Thế cho nên hai chữ khổ, vui là chính yếu của đời sống loài người. Vì vậy, Đức Phật dạy chúng ta quán tử mĩ để làm chủ hai sự khổ vui này.

Chúng ta đừng để cho khổ vui chi phối và mình làm chủ được tức mình làm chủ đời sống của mình, còn nếu mình để cho hai khổ vui này chi phối thì mình mất quyền tự chủ. Chúng ta sẽ là người sống vật vờ để cho ngoại cảnh kiểm soát. Cho nên, Đức Phật dạy chúng ta phải quay về mình, học ngay mình để làm thế nào cho mình đỡ khổ và an vui. Không những khổ, vui trong hiện tại mà còn tránh những nguy kịch trong tương lai và hưởng sự an vui vĩnh viễn. Tất cả thế gian đều mong cầu như thế. Tất cả tôn giáo cũng chỉ hướng về việc ấy mà Đức Phật cũng có một mục đích cho thế gian hoàn toàn hết khổ, tức là khi sáu căn lãnh thọ sáu trần đừng bị chi phối bởi khổ và vui.

Cả ngày nói ‘Tôi vui!’ ‘Tôi khổ lắm!’ bây giờ quán ra nó chỉ là nhân duyên giả hiện tập khởi, chứ không phải tôi. Cả ngày cứ ‘Tôi’ hoài cho nên nó nặng nề đến nỗi gặp một miếng ăn thôi cũng tạo tác sát sanh, chỉ một chiếc áo mặc thôi cũng nở lột da thú để tạo bao nhiêu nghiệp. Chúng ta phải quán nhân duyên tập khởi vì sao phát sanh ra các cảm thọ? Mỗi khi thấy buồn, thấy chán, thấy nản biết đây là tướng mạo của người ngu. Vì không biết mình ngu cho nên đến nỗi đâm đầu vào túi máu của mẹ mà hút những máu tanh như thế để kết làm da thịt, rồi khư khư nhận đất nước gió lửa ấy làm thân thể của mình. Cho tới bây giờ mấy chục năm rồi, vẫn cứ khư khư cho đây là thân thể của mình. Có ai chỉ những cho những sai quấy thì tỏ vẻ không bằng lòng bởi vì đã động đồng máu này của mình. Chúng

ta đang quý nó lắm, của quý này ai động đến thì không chịu được, thế cho nên mới khổ.

Chúng ta phải tìm thấy cái gốc, nhân là chính tại cái ngu, còn duyên là sự rung động làn sóng âm ba của lời nói. Âm thanh chỉ là trò chơi động và tĩnh của không khí, chính thần kinh của chúng ta đã biến ra âm thanh để phân biệt làn sóng không khí động tĩnh ấy. Chính thần kinh nhĩ căn nghe trong tai mình, chứ đâu phải nghe ở miệng ra. Nghe sự động tĩnh âm thanh, rồi thần kinh biến ra, để nó phân biệt. Ý thức ngu si tưởng âm thanh là có thật cho đến nổi khóc nức nở, có khi cả tháng vẫn còn khổ, có người tự tử vì một lời nói không vừa lòng nhau. Như vậy là người khôn hay dại? Nói dại thì quá nhẹ, phải nói là ngu si. Cho nên phải chánh niệm quán tập khởi của thọ để dừng lại những ngu si này.

## ii. Thế nào là đoạn diệt của thọ?

Mỗi khi sáu căn chạm cảnh bên ngoài, chúng ta đem ánh sáng quay về soi mình, đừng chạy theo cảnh, đây là bước đầu quan hệ nhất. Hễ phàm phu súc vật thì nhảy bỏ ra bên ngoài, theo sắc thanh hương vị xúc pháp, theo con mắt liếc háy khó chịu của cô kia, rồi đem hình ảnh vào tâm để tự buồn; còn thánh hiền thì bình tĩnh nhìn lại bên trong đem ánh sáng trí tuệ soi vào, tìm xét nguyên nhân. Chỉ có hai hướng, một hướng vào và một hướng ra. Chúng ta quán xét nguyên nhân, bên trong bị vô minh mê muội che phủ cho nên bị chấp ‘ta’, cứ nhận có cái thân của ta, ngoài

thì cho là cảnh có thật tức chấp ‘pháp’. Bây giờ muốn cho thọ dừng khởi lên thì việc đầu tiên phải đoạn nhân và việc thứ hai là đoạn duyên.

Để đoạn nhân, chúng ta tập hàng ngày quán bất tịnh để đối với thân cơm gạo này, chúng ta bớt ái luyến sâu dày từ vô thủy đến giờ. Có *một mãnh dây vô hình chi phối khiến chúng ta chìm đắm từ vô thủy*, cho nên hàng ngày phải quán bất tịnh. Cứ quán mãi, quán mãi cho đến khi tỉnh ra. Thật ra, tỉnh một lúc này thì chưa yên đâu, bao giờ chúng quả Tu-đà-hoàn trở lên mới ăn chắc, mới thôi không có quán, còn bây giờ chưa chứng quả chưa tin. Hôm nay tỉnh ra, mai nó lại mê, vì thế phải miên mật tập quán hoài để tỉnh hoài. Giác tỉnh nghĩa là đối với cảnh bên ngoài chúng ta luôn bình tĩnh, an ổn, dù khen chê, dù khổ vui, đủ các thứ hiện lên nhưng chúng ta vẫn bình tĩnh như không, nghĩa là khổ vui trong tâm mình không xí thịnh nữa. Xí là nặng nề, thịnh là thịnh vượng. Khổ vui không như mồi lửa bùng lên sôi sùng sục mà nó nhẹ nhàng lướt qua và biến mất. Buồn khổ là gốc ngã ái vì do chấp ngã nên ai đụng chạm trái ý thì buồn. Muốn hết buồn, hết khổ thì phải quán do nhân duyên hội hợp tập lại khởi lên. Nếu không có sự tập khởi của thọ nữa thì không có tâm buồn vui. Thân đã khổ rồi vợ những cái khác vào khiến cho khổ thêm, cho nên nếu chúng ta bảo ‘khổ’ thì Đức Phật bảo ‘khổ khổ’. Thân đã khổ lại vợ những chuyện bên ngoài vào để tự làm khổ mình. Mắt người ta muốn méo, tròn thì kệ người ta, không việc gì đến mình, quay về đừng bận lòng. Hôm nay

người này lờm mình, mai người khác lờm lại khổ nữa, cả đời khổ về những sự hảo huyền này. Nếu người bạn giả vờ lờm cả ngày thì chúng ta sẽ khổ cả ngày, cho nên phải đoạn diệt không nhận những cảm thọ hảo huyền này. Hôm nay người ta xị mặt với mình thì mình buồn khổ. Mai người ta tươi cười thì tâm lại vui hân hoan. Vậy cái khổ và vui của hôm qua đi đâu? Nó đã biến mất. Như vậy, những cảm thọ khổ vui của hôm qua đã theo nhân duyên hiện lên, rồi theo nhân duyên mà diệt đi, cho nên cảm thọ là vô thường sanh diệt không thường còn. Biết vậy, thì đừng bám bấu lấy thọ thì thọ tự rớt ra, tự lìa xa, đó là đoạn diệt của thọ một cách nhẹ nhàng.

Khi nào chúng ta quán thật sự và đặc lực thì tự nhiên ngã ái hết, khi ấy đối cảnh bên ngoài chúng ta thản nhiên ai khen cũng được, ai chê cũng được, ăn ngon cũng được, ăn dở cũng được, sống cảnh vui, cảnh buồn cũng được. Đối với tất cả thế gian chúng ta bình tĩnh, đối với thân này đã giác tỉnh thì vị quán bất tịnh ấy là đặc lực, là ngã ái tiêu tan. Còn nếu chưa được như thế thì chúng ta còn chìm trong đường mê thì còn phải quán, còn tối thì còn phải thắp đèn. Bao giờ tự mình sáng rồi thì khi ấy không phải thắp đèn nữa thì mới bỏ được các pháp quán. Cho nên hai việc quán bất tịnh hay quán Tứ niệm xứ là căn bản nếu chúng ta muốn đoạn diệt thọ, nếu chúng ta muốn giải thoát.

### iii. Thế nào là vị ngọt của thọ?

Chúng ta thích vui vì vui ngọt lịm như mật mía cho nên chúng ta thích thọ nhiều càng tốt, trong khi Đức Phật dạy càng thọ thì càng khổ. Vì thích thọ bên ngoài, nên chúng ta mong có sáu căn đầy đủ để thọ hưởng vị ngọt của đời. Hễ thân này có cái gì tàn tật không lãnh thọ bên ngoài, như con mắt bị hư, không thấy được cảnh bên ngoài thì chúng ta cho là hết hạnh phúc, là khổ thì Đức Phật nói là khổ khổ vì vốn thân đã khổ nay bất hạnh tàn tật thì thêm một cái khổ chồng vào, nên không có gì là vị ngọt. Chúng ta cho được ăn chè, ăn kẹo ngọt thì vui. Nhiều khi không phải cứ ăn mới thọ vui. Nếu có người cúng tiền, có người khen ngợi, thi cử được điểm cao, chúng ta cũng liền khởi tâm vui mừng. Sự vui đó chúng ta cho là mật ngọt, nhưng Phật bảo đó là ngu si, là hoại khổ vì thuận theo ngã ái của mình, là vô thường theo nhân duyên sanh và theo nhân duyên diệt, nhưng chúng ta cứ bám theo đó mà trôi nổi lên xuống theo ngoại cảnh sanh diệt chi phối.

Chúng ta được chút ít trong sự tu tập thì tự hào, tự cao, được vị ngọt của tu tập, cho ta đây là hay lắm hơn người khác. Những sự tự hào hão huyền vô ích này rất có hại nhưng đối với chúng ta thì ngọt lịm cứ thấm vào, khó mà gỡ ra. Những cái chúng ta nói là khổ thọ, trái ý thích thì dễ gỡ, bởi vì nó bực bội, khó chịu trong người, cho nên chúng ta tìm cách xua bỏ nó ra. Còn những vị ngọt hạp với ngã ái và ý thích là cái rất khó gỡ. Vị ngọt cứ lịm vào cơ thể, chúng ta nắm lấy để đắm nhiễm nó, khó mà để ý đến

chuyện gỡ thoát ra. Tuy rằng chúng ta có tâm học Phật, có tâm để quán, nhưng phần nhiều chuyện gỡ những cái ngọt này là khó. Gỡ năm căn gặp vị ngọt của cảnh thuận theo ngã ái là khó.

#### iv. Thế nào là nguy hiểm của thọ?

Thập phương Phật tử cúng dường tứ sự để cho chư tăng ni tu tập giải thoát mà chúng ta lại không giải thoát, hoặc không thành thật tu hành, thành ra thiếu nợ thí chủ. Vì vậy, nếu chúng ta tu hành thì Phật tử cúng cho mình một nhưng người ta hưởng mười, họ được phước báo và được giải thoát nữa. Nhưng nếu chúng ta không thật tu, không đủ phước điền hoặc ít phước khiến quả báo của thí chủ không được hưởng bao nhiêu. Cũng giống như người trồng lúa, nếu ruộng tốt thì cây lúa có nhiều hạt, nếu ruộng xấu thì ít hạt. Nếu Phật tử cúng mà chúng ta không thật tu, người ta tin mình có tu cho nên người ta mới cúng. Vậy mà chúng ta lại không tu, không giải thoát thành phước báo người ta kém và thành ra chúng ta ăn cắp lòng tin của tín thí, ăn cướp phước đức của tín thí, khiến cho tín thí chịu thiệt thòi. Thế cho nên về sau mình phải đem thân ra mà trả nợ. Vì vậy, thọ lãnh tứ sự cúng dường là vị ngọt và cũng là nguy hiểm vì càng thọ càng khổ, càng nguy hiểm.

Một thí dụ nữa về việc thọ vui khi nhận của cúng dường. Chúng ta phải có trách pháp để xem khi nhận tứ sự cúng dường, chúng ta nên mừng cho thí chủ hay mừng cho mình? Nếu mừng cho Phật tử từ phương xa đến thăm và

dâng cúng tam bảo, tuy tịnh tài và vật dụng không là bao nhiêu, nhưng tâm của phật tử thuần thành và quý vô cùng. Chúng ta mừng cho phật tử đã làm một phước lớn, chúng ta khởi tâm tùy hỷ thì sự thọ vui ấy là nên làm.

Còn mừng cho mình vì dù nhiều ít người ta cúng tiền cho mình, rồi khen chúng ta tu tập giỏi nữa thì sự mừng ấy là cầu danh, cầu lợi, cho nên trong Bảy giác chi thì cảnh bồ đề thứ hai là trạch pháp. Cũng một niệm mừng, nhưng mừng cho Phật tử thì tốt thì nên tùy hỷ; còn nếu mừng cho mình thì xấu lắm là tâm cầu danh, cầu lợi, là cái mừng đọa lạc. Tâm ấy là tâm tầm thường của phàm phu, gọi là tâm đi xuống để về đời sống của các loài vật. Con người, con mèo, chó, heo, gà, vịt cũng cùng là loại sinh vật có tình thức với nhau. Nếu chúng ta cứ sống hể lợi cho mình thì vui, hể hại cho mình thì khổ, đó là loài vật. Nếu sống với tâm loài vật thì sau khi bỏ thân người sẽ là loài vật. Cho nên đây là đường nguy hiểm và chúng ta phải quán thọ, sự nguy hiểm của thọ để tìm cách xuất ly.

Quán những buông lung đưa chúng ta sa đọa là nguy hiểm. Hôm nay ăn chè thấy ngon, ngày mai lại đòi ăn nữa, một khi đã tham ăn chè thì cũng nuôi dưỡng lòng tham ăn các món ăn khác. Người mà cứ bận rộn về cái ăn thì sẽ bị cái lưỡi lãnh đạo chỉ huy. Luôn luôn chịu chuộng cái lưỡi thành ra chúng ta mất thời gian, thành ra người không có trí tuệ. Miếng ngon chỉ là một cảm giác do thức ăn đặt vào tế bào lưỡi. Lưỡi chạm vào thức ăn thì nó khởi lên một cảm giác để nó phân biệt thức ăn đó ngon dở, ngọt lạt,



chua cay. Vậy thì ngon dở chỉ là một cảm giác ngắn ngủi ngay lưỡi mà thôi bằng cứ miếng ngon qua đến cổ thì đã hết mỹ vị chua ngọt đó rồi. Chè vào đến cổ thì cũng cổ của thân mình, vào đến dạ dày thì cũng dạ dày của thân mình nhưng mà còn thấy ngon nữa không? Qua khỏi cuống lưỡi là hết biết vị ngon, như vậy nó chỉ là một cảm giác thoáng qua. Thực phẩm đặt ở đầu lưỡi thì thần kinh ở đầu lưỡi khởi lên một tâm niệm, một cái biết vị ngọt chua nhưng cảm giác đó vốn là cái không hề có, không thật thể, không nắm bắt được trên tay. Thế mà chúng ta bị khổ sở điều đứng mà phải chạy theo tìm cầu, xoay sở để có món ngon. Có người giết gà, giết vịt, giết heo làm tội, chỉ vì chút cảm giác thoáng qua cái lưỡi. Một chút cảm giác hư vọng như vậy mà chúng ta để cho nó chi phối, để cho nó làm chủ, chúng ta phải nô lệ mà đi tìm miếng ăn, đến nỗi đem hết tinh thần, hy sinh phục vụ cái lưỡi mà tạo tội sát sanh giết hại loài vật.

Chỉ một cảm giác hư vọng mà nó đã làm chủ được chúng ta; chúng ta phải nô lệ nó như thế thì huống chi còn bao nhiêu việc trọng đại khác, của các căn khác, của ngũ dục (tài sắc danh lợi thực thù) thì làm sao chúng ta có quyền tự chủ của mình. Đối với thân này dù sao nó cũng hiện hữu sờ sờ đây, còn những ngọt chua chỉ là những cảm giác thoáng qua đầu lưỡi. Nó chỉ là cảm giác nghĩa là cái không bao giờ có cả, không nắm bắt được mà mình còn nô lệ đến độ có người tàn nhẫn sát sanh hại vật để kiếm vị ngon. Nhiều chuyện vong ân bội nghĩa, biết bao nhiêu

chuyện tranh đấu lẫn nhau, chẳng qua chỉ vì để giành giựt đồng tiền, giành giựt miếng ăn. Đây là sai lầm của con người, những người ấy trí hiểu biết ngang với loài vật, nên mới xem trọng miếng ăn. Loài vật chỉ biết ăn thôi, ngoài ra không biết phải trái hay việc gì khác, là bởi vì nó bị những cảm giác ngon ngọt đánh lừa, đây là sự nguy hiểm của thọ. Nếu chúng ta không tỉnh ra thì mình cũng có suy nghĩ thuộc loài vật rồi.

Đức Phật dạy chúng ta quán sự nguy hiểm của thọ thì chúng ta phải quán sự tập khởi tức là quán nhân duyên phát sanh ra thọ, rồi quán cái đoạn diệt tức là phải thấy được cái vô thường vô ngã hư vọng của các thọ. Rồi quán vị ngọt của sáu căn bị sáu trần chi phối, chỉ vì có cái thọ này. Chỉ vì hai chữ khổ vui thế thôi mà đến nỗi hiện tại bây giờ sáu đạo đang xoay vần. Cả thế giới, cả trái địa cầu này đang quay cuồng chỉ bởi vì cảm thọ, chỉ vì cái khổ với vui này. Bây giờ thế gian người ta đang sinh sống ngoài đời, có ai ra ngoài hai chữ khổ vui đâu, ai cũng bị hai cái khổ và vui này chi phối hoàn toàn. Phải quán sát vị ngọt bởi vì nó có vị ngọt cho nên nó nguy hiểm và chúng ta tham vướng mà không tỉnh được ra. Chính những cảm giác hư vọng này làm chủ và sai xử chúng ta. Chính cảm thọ này tẩm độc chúng ta bởi vì khổ thì nó đưa đến sự sân giận mà vui thì nó đưa đến sự tham lam. Ngày đêm cảm thọ đầu độc ý nghĩ, lời nói và việc làm của chúng ta. Nếp sống của chúng ta trọn đời bị tẩm độc, khiến cách ăn ở của chúng ta không đúng pháp thì chúng ta sẽ phải đọa lạc. Cả

trái đất đây chỉ vì cặp khổ vui ấy nó chi phối mà bây giờ tất cả nhân loại đang quay cuồng dưới sự chỉ huy của hai chữ khổ và vui. Đó là sự nguy hiểm của cảm giác thọ.

#### v. **Thế nào là xuất ly khỏi thọ?**

Đức Phật dạy con đường xuất ly nghĩa là làm thế nào để chúng ta thoát khỏi sự nguy hiểm của thọ này. Mỗi khi sáu căn xúc chạm sáu trần thì chúng ta phải quán thọ trên thọ, xem sự vô minh bật lên cảm thọ vui, buồn ra sao. Chúng ta phải chánh niệm quán soi lại mình như thế. Mỗi khi các cảnh chạm vào mắt, tai, mũi, lưỡi thì không nên đem tâm ra ngoài mà lấy ánh sáng trí tuệ soi lại mình. Chúng ta có học A-hàm thì chúng ta phải chánh niệm trong từng hành vi, cử chỉ và cảm thọ của mình. Phải tập thật nhiều thì mới tỉnh được. Loài vật thì không chánh niệm, không biết nhân quả, nhảy bổ ra ngoài nhìn chăm chăm vào đồ ăn; còn đệ tử Phật thì xoay vào trong, đem ánh sáng của Phật soi chiếu vào trong để xem vô minh của chúng ta phản ứng ra làm sao khi sáu căn tiếp xúc sáu trần. Người không học Phật thì tối ngày chạy theo thọ tức là lo tham ngũ dục, tham không được thì sân giận, đánh nhau, đâm giết nhau đến nổi tan nhà hại cửa. Bao nhiêu những tai nạn của xã hội, những đâm chém, cướp giết, đều chỉ vì người ấy chưa biết Phật pháp là gì cả. Bởi vì chưa biết Tứ niệm xứ là gì nên hiện đời này thành những con người sát hại, lừa đảo, rượu chè, ăn cướp, gây sự. Hàng ngày báo chí đăng nhan nhản đầy những tệ nạn xã hội khiến dẫn đến tình trạng hiện tại là một đời sống tăm tối tầm thường mà

rồi kiếp sau lại vào địa ngục, rồi lại làm loài súc sanh như làm bò, làm trâu, chó mèo, làm gà, làm vịt, quần quanh mãi cái đời làm con sâu, con kiến của loài vật. Nếu bây giờ học kinh Phật, học Tứ Niệm Xứ tinh ra, buông những đọa lạc thì lập tức thành hiền thánh, rồi thành cảnh giới an vui của cõi Phật, của niết bàn thanh tịnh.

Nếu người đang ở cuộc đời tầm thường, hèn mọn đê tiện, sống như loài vật để rồi ngày mai thành loài vật thật sự và đi mãi trong ngàn vạn kiếp trong sự khốn khổ như thế và bây giờ nghe được một bài kinh A-hàm, biết thọ trì tinh ra, thế thì tất cả những cay đắng, đau khổ của ngàn vạn kiếp kia, nhất tề xoá sạch mà biến thành cảnh giới ánh sáng quang minh sung sướng, tự thành các bậc hiền thiện, tự lợi ích cho mình và còn lợi ích cho các người thế gian trên trái đất. Chúng ta từ thai mẹ đi ra là một sự ngu si, mê muội lắm và bây giờ nhìn lại, biết các cái mê trong cuộc đời của mình để phần nào sửa chữa cho đỡ khổ. Vì chúng ta được học đạo hiền thánh nên chúng ta phải khác với loài vật là biết đem ánh sáng trí tuệ soi lại mình. Hễ khởi lên thọ vui, thọ khổ thì biết đây là mê muội. Nhân là sự vô minh chấp ngã của chúng ta từ lịch kiếp mà chúng ta không quản trị được, cho nên phải thấy nó và đề phòng nó và duyên là những cảnh bên ngoài. Chúng ta mỗi khi thấy khổ vui hiện lên thì biết là đã có lãnh thọ rồi đấy, nghĩa là đã có một tầng mê nhận vào tâm mình rồi, để khiến nó ảnh hưởng lên thành khổ vui. Chúng ta phải học cho rõ để thấy đường thoát ly ra khỏi thọ. Đừng nói ‘Tôi vui vì được

khen!’ Tiếng khen tự nó không lỗi nhưng nhân do vô minh mê muội cứ nắm lấy tiếng khen, duyên theo âm thanh. Sáng suốt làm chủ lấy mình, đừng nhận là mình vui, tách nó ra. Hễ không nhận là mình vui thì cái vui sẽ tan. Đó là giây phút hiện tại chúng ta không để cho nó chi phối. Thọ chính là duyên bên ngoài; thọ hiện lên là do duyên bên ngoài. Nếu chúng ta cứ phấn khởi và vui thích khi được khen thì chúng ta sẽ làm mối cho nhóm người đua nịnh vì họ thấy mỗi lần họ khen thì chúng ta thích. Ấy thế là hôm nay họ khen một câu, mai khen một câu, rốt cuộc chúng ta chỉ làm mối cho những người đua nịnh thôi. Rồi một ngày nào đó, người ta không khen nữa mà chê mắng thì buồn khóc và tự tử vì chịu không nổi tiếng chê. Như vậy, chúng ta sẽ bị xoay chuyển theo cảnh bên ngoài suốt đời.

Làm sao thoát ly khỏi thọ vui, thọ ghét? Chính là thoát ly ngã ái, thoát ly yêu quý cho thân này thật, nên ai khen thì vui mà ai chê thì ghét. Phải biết nhân của sự thọ khổ, thọ vui này là vô minh, là cái mê không biết thân là gốc khổ, là già bệnh chết. Vì có sáu căn xúc chạm với sáu trần nên có sự lãnh thọ. Vì lãnh thọ ấy nên có yêu có ghét. Vì có yêu có ghét mới tạo cái nghiệp là hữu, nghĩa là có cái nhân để đi luân hồi sanh tử. Cho nên thọ đóng vai chủ chốt trong đường luân hồi sanh tử. Chúng ta nếu muốn ra khỏi đường sanh tử, muốn hết khổ tức phải tập học các hạnh thánh hiền. Tập học xuất ly chứ không có thọ.

Muốn xuất ly thọ, chúng ta phải tập là những quan sát viên nhìn lại sự khổ vui ấy, đứng đối lập lại với sự khổ vui

ấy, nhìn nó chứ đừng nhận là tôi khổ vui. Cứ như thế tập dần dần, chúng ta sẽ xuất ly được thọ, không thọ hay xả thọ. Cảnh có hiện ở mắt, tai, mũi, lưỡi, thân nhưng chúng ta xuất ly thọ. Chúng ta có định lực rồi thì cứ tập dần dần, y theo kinh Tứ niệm xứ mà đi dần đến ngũ căn (tín, tiến, niệm, định và tuệ), rồi được ngũ lực (tín lực, tiến lực, niệm lực, định lực và tuệ lực) thì không những chúng ta xuất ly được thọ như trong kinh nói mà chúng ta còn chuyển được những cảnh bên ngoài.

Thánh nhân xuất ly thọ không phải là các ngài điếc, các ngài nghe rất rõ, chỉ có điều là các ngài không bận lòng. Còn chúng ta là phàm phu si thọ, là còn bị chi phối bởi vui khổ. Chúng ta vẫn thấy chúng ta đang ăn cơm, cơm không ngon, nên chúng ta không vui lắm. Cơm cũng không có thiu nên chẳng buồn. Bình thường thôi nhưng mà mình vẫn thọ, vẫn thấy là mình đang ăn, như thế là si thọ. Còn nếu mình thấy vui là lạc thọ, thấy buồn là khổ thọ, còn không khổ, không vui, bình thường là si thọ. Suốt ngày sáu căn lãnh thọ sáu trần, chịu những ba thọ này chi phối. Hễ hơi bực bội mà miệng bật ra nói láo, hoặc thích cái gì thì thích chí hí hửng. Chúng ta hàng ngày chịu ba thọ kích thích để nó đưa mình đi vào đường sanh tử, cho nên Phật gọi là nguy hiểm của thọ. Hiện tại bây giờ chúng ta đang làm người, tất cả những người đang sống, sáu đạo hữu tình, đang sống trong đường sanh tử đều là nạn nhân của ba thọ này, đều do khổ vui kích thích, cho nên nó là cái gốc của đường sanh tử.

Những ai muốn cầu giải thoát, muốn khỏi khổ thì phải học phương pháp để cho thọ khỏi chi phối. Chúng ta phải làm chủ thọ rồi ngày mai mình mới xuất ly thọ. Giải thoát những ràng buộc trong tâm và giải thoát cả những khen chê bên ngoài. Những người khen chê ấy thấy nói với mình mà mình chẳng động nhúc nhích, chẳng có ích gì nên thôi nên người ta cũng hết khen chê, thành ra mình cũng giải thoát luôn những hệ lụy đối với người ấy. Chúng ta hãy học kỹ tập khởi, đoạn diệt, vị ngọt, nguy hiểm và nhất là con đường xuất ly khỏi thọ để làm hiền làm thánh.

Xuất ly khỏi thọ là niết bàn của A-la-hán, cho nên kinh Phạm Động của Trường A-hàm này là một đại pháp, pháp môn lớn đưa chúng ta ra khỏi luân hồi sanh tử. Pháp này quang minh vì ném hẳn sự mê muội tối tăm của chúng ta đi, phá màn vô minh đi nên quang minh vô ngại thậm thâm. Chúng ta từ khi trong bụng mẹ chui ra, khổ thì la khổ, vui thì hét lên, nhưng bây giờ nhờ kinh Phạm Động chúng ta biết nghiên cứu suy ngẫm nguyên nhân của khổ vui; biết sự tập khởi, sự đoạn diệt, vị ngọt, nguy hiểm và con đường xuất ly khỏi thọ; cho nên A-hàm được gọi là pháp môn thậm thâm, một kết quả lớn khiến cho chúng ta thoát được đường sanh tử, ra khỏi được đường phàm phu để hưởng sự yên ổn của thánh hiền, cho nên gọi là một pháp vi diệu được chư thánh hiền hết sức tán thán.

Kinh Phạm động này còn có tên là Nghĩa động, Pháp động, Kiến động và Ma động. Động là cái hiểu biết của chúng ta thay đổi chuyển biến. Hai chữ khổ vui hồi đó

chúng ta chỉ biết vâng chịu và bây giờ chúng ta biết là hư vọng, không phải thật. Chúng ta có thể làm chủ được nó nên ý nghĩa và vị trí của khổ vui đã thay đổi, đã chuyển động. Muốn hiểu pháp động thì chúng ta phải hiểu chữ kiến động. Kiến động là tầm tri kiến của chúng ta chuyển động thay đổi. Trước kia nghe tiếng khen, tiếng chê thì chúng ta lấy làm hân hoan với tiếng khen và rất sợ hãi tiếng chê. Nhưng bây giờ học Phật chúng ta biết chê với khen chỉ là không khí rung động. Thế là chỗ thấy biết của chúng ta đã thay đổi là kiến động. Bây giờ đối với tiếng khen tiếng chê, chúng ta không có quan hệ đến nữa nên gọi là pháp động, trước kia chúng ta bị ảnh hưởng bởi tiếng khen chê lắm. Vì tri kiến của chúng ta thay đổi nên giá trị của các pháp cũng thay đổi, pháp khen và chê không còn giá trị, không ảnh hưởng đến chúng ta nữa.

Ma động là các bợn ma quỷ chung quanh chúng ta. Trước kia, ma muốn xoay chúng ta thì ma ám vào một cô bên cạnh, thổi lên các thứ chuyện thị phi. Thế là chúng ta điêu đứng, khốn khổ, bây giờ chúng ta học A-hàm rồi, chúng ta tu theo Phật, chúng ta bình tĩnh thì cô bên cạnh muốn nói gì thì nói, muốn xoay gì thì xoay, chúng ta ngồi, chúng ta cười. Vậy thì ma có phá được chúng ta nữa không? Cho nên mấy con ma nghe bài pháp này xong rồi động lắm vì việc làm của ma bị chướng ngại và theo ý nghĩa tích cực là chính các nhóm ma cũng chuyển tâm hướng thiện là quy y, trở thành đệ tử năm giới của Đức Phật.



Tuy có ý nghĩa ba động là Nghĩa động, Pháp động và Ma động nhưng tên chính của kinh này là Phạm động. Phạm là hoàn toàn thanh tịnh. Trên trời có cõi Phạm thiên tức là hoàn toàn thanh tịnh, không có phạm đến sáu trần (sắc thanh hương vị xúc pháp) nữa. Phạm động nghĩa là di động, di chuyển cho chúng ta hướng về sự thanh tịnh. Khi Đức Phật nói kinh Phạm Động, lúc đó thế giới chấn động sáu phương (trái, phải, sau, trước, trên và dưới). Chúng ta có sáu thức (tượng trưng cho sáu phương) tức chỗ hiểu biết của chúng ta có chỗ chuyển động, cảm hóa, trước kia mê muội bây giờ có chỗ tỉnh ra, cho nên có chỗ chấn động tinh thần, giống như sáu phương chấn động thế giới.

Trí giả Đại Sư dạy rằng nếu người nào không có quán pháp Tứ niệm xứ, quán thân trên thân, thọ trên thọ thì người ấy không có Phật pháp, luống làm bao nhiêu điều thiện nhưng không có giải thoát. Lời Tổ nói minh bạch tức chúng ta phải quán các cảm thọ này nếu chúng ta muốn giải thoát. Trong bức tranh luân hồi của 12 khoen móc xích nhân duyên thì Đức Phật dạy về thọ là người bị một mũi tên đâm vào mắt. Tâm chúng ta hàng ngày chịu cảnh bên ngoài, cho nên khởi lên hai cái khổ và vui. Khổ và vui đều là những mũi tên độc đâm vào mắt mình rất đau đớn mà chúng ta không biết, còn Đức Phật biết sự thật cho nên ngài nói sự tập khởi của thọ dù vui hay khổ cũng đều là thọ thì khổ.

Học Tứ niệm xứ quán bốn cái “thân, thọ, tâm, pháp” như Đức Phật dạy. Nhớ đừng thọ, nghĩa là xả. Quán biết

những thọ này chỉ là cảm giác. Nó sanh rồi diệt theo nhân duyên, trong thì chấp ngã, ngoài thì chấp pháp. Theo nhân duyên mà nổi lên, nó không phải là mình. Tập hoàn toàn, tập làm sao tách mình ra khỏi nó, đừng để nó chi phối. Chúng ta bị khổ vui chi phối trọn đời. Nếu nó chi phối chúng ta làm việc thiện thì chúng ta lên cõi trời. Nếu nó chi phối chúng ta làm việc ác thì chúng ta đi đọa lạc. Có lên cõi trời thì mai lại xuống địa ngục. Lên xuống gập ghềnh với cán cân thiện ác, thành đường luân hồi. Đức Phật dạy cho các đệ tử pháp Tứ niệm xứ này, tất cả chúng ta những người đã thờ Phật làm thầy, nên học Tứ niệm xứ để có con đường giải thoát đi ra như Phật. Ngài dạy chúng ta rồi, ngài lại còn nhắc: “Đây là quang minh đại pháp thậm thâm vi diệu!” mà chỉ có thánh hiền mới biết tán thán pháp quang minh của con đường xuất ly khỏi thọ này. Còn phàm phu chúng ta thực hành chưa tới nơi, tới chốn, vì chúng ta chưa thấy được ánh quang minh của đại pháp thậm thâm vi diệu này.

Hễ nhớ Tứ niệm xứ thì chúng ta nhớ đạo Phật. Hễ quên thì chúng ta quên đạo Phật. Người mà sống như các con vật thì không biết gì cả. Người muốn ra khỏi loài vật, sống thức tỉnh ra thì phải học những pháp quán này, có bốn chữ ‘thân, thọ, tâm, pháp’ là phải nhớ, không được quên. Nếu chúng ta quán Tứ niệm xứ thì chúng ta có quang minh đại pháp thậm thâm. Nhờ đại pháp này, chúng ta thấy chân trời trí tuệ sáng sủa thì chúng ta mới tìm cách đứng dậy để ra khỏi đường luân hồi, đừng có chui vào bụng mẹ, đừng có vào bào thai

nữa, thế cho nên gọi là đại pháp. Đó là lý do, thái tử Sĩ-đạt-đa mới thờ dài, rồi ngài về cung, rồi ngài xuất gia để đi tìm phương pháp và ra khỏi đường luân hồi sanh tử. Thoát khỏi bụng mẹ, không còn có cái thân đòi ăn đòi mặc, tức thái tử Sĩ-đạt-đa đi tìm đại pháp, chớ không tìm cầu tiểu pháp. Đại pháp là nhờ ngài đi tu, ngài an định tinh thần, ngài mới khám phá ra gốc rễ luân hồi, rồi tìm đường để cho chúng sanh giải thoát. Như thế đại pháp là một pháp môn khiến cho chúng ta ra khỏi được cái khổ của luân hồi sanh tử. Pháp này cũng gọi là quang minh, sáng suốt, khai mở trí tuệ, khiến cho chúng ta hết u mê tăm tối, chúng ta không còn là loài vật nữa thì đó gọi là bước chân đường hiền thánh. Pháp này thậm thâm là sâu lắm chứ không có nông cạn. Những người nông cạn thì không để ý, chỉ có người có trí tuệ thâm trầm biết suy nghĩ, mới nhận ra nghĩa này.

Chúng ta biết có hai Niết bàn là Niết bàn hữu dư và Niết bàn vô dư. Giải thoát xuất ly thọ đây tức là nhập niết bàn. Hữu dư tức là niết bàn của các vị A-la-hán, còn niết bàn của các thánh đại thừa là niết bàn vô dư. Muốn vào vô dư thì phải không thọ. Vì không thọ nên không ái, không thủ, không hữu, không sanh tử, được an vui vĩnh viễn.

### **36. THA TÂM THÔNG**

Tha tâm thông là biết được tâm người khác. Ai nghĩ cái gì đều biết hết. Ai đang hờn giận, vui hay bực mình, vv... vị ấy đều biết. Còn chúng ta chưa được tha tâm thông nên nhiều khi người ta làm lành nhưng mình lại

không hiểu tâm tốt lành của người ta. Chúng ta cứ nghĩ xéo điều này, điều kia, bởi vì chúng ta không biết, không có tha tâm thông. Không biết tâm địa của người ta rồi cứ suy bụng ta ra bụng người. Chúng ta thấy tròn, chắc người đó cũng tròn. Chúng ta thấy méo chắc người đó cũng méo. Cho nên, mình cứ ẩn chắc cho người ta những chuyện người ta không có, rồi tự mình mua tội vào thân. Còn các ngài biết được tâm của mọi người chứ không có đoán mò như chúng ta.

Tu định là các ngài đọc được tâm người khác, còn chúng ta cũng tu mà lại không biết tâm người khác vì chúng ta chưa sống với tâm thật của mình. Chúng ta cứ sống bằng vọng tâm vô minh, bao giờ chúng ta gạt sạch vô minh đi, vô minh tan rồi thì minh sáng ra. Khi minh hiện lên thì tâm thật của mình mới hiện lên những công dụng của nó. Khi chúng ta sống được với tâm thật của chúng ta thì tâm ấy không bị hệ lụy bởi thân cơm gạo này nữa, thế cho nên nó cảm thông được tâm của những người xung quanh. Chúng ta cảm thông được với tâm thật của mọi người thì tức những vọng tâm của họ hiện lên chúng ta sẽ thấy, cũng như có mặt gương thì những gì hiện lên ở mặt gương chúng ta đều thấy được, còn bây giờ chúng ta đoán mò là tại chúng ta còn vô minh tối mù tối mịt. Nhưng nhiều khi đã ngu không biết mà ra điều ta giỏi, ta tài, đoán đâu đúng đó, cứ nhất định là mình hay lắm, đó chính là tướng ngu si.

### **37. THÁI ĐỘ KHI NGHE AI CHÊ BAI HAY KHEN NGỢI PHẬT PHÁP**

Khi nghe thấy ai chê bai ngôi Tam bảo (Phật pháp tạng), chê tín ngưỡng tôn giáo của mình mà chúng ta khởi tâm xấu, tức giận thì chúng ta phải đọa. Đức Phật dạy hãy giữ tâm của chúng ta cho thanh tịnh, cứ bình tĩnh tươi cười vui vẻ với họ. Chúng ta không phải a dua, đồng ý với họ nhưng ít nhất chúng ta vẫn thân nhiên bình tĩnh, không có thái độ sân giận, bực bội đáp lại. Dù bất cứ trường hợp tội tệ nào xảy ra, chúng ta vẫn không khởi lòng sân giận và tốt hơn hết là chúng ta có thể khởi tâm từ bi, thương xót những người sai lầm đọa lạc. Chẳng những người ta chê bản thân mình mà người ta chê ngay thầy tổ của mình, mình cũng không nên tỏ thái độ sân giận. Bởi vì sân giận khiến cho chúng ta phải đọa lạc, không nên nuôi rắn ở trong nhà, cần phải bỏ những tham sân giận ra ngoài. Ngay cả đối với những người chống báng đạo Phật, chỉ có thể khởi tâm thương xót, tội nghiệp cho những người đại khờ. Kiếp này đã thiệt thòi, không biết đường đi mà rồi còn bao nhiêu kiếp sau sẽ phải sa đọa nữa, cho nên chúng ta phải khởi lòng xót thương họ. Một khi có niệm từ bi xót thương khởi lên thì sân giận sẽ biến mất, giống như lửa và nước. Khi nước mát xuất hiện thì lửa sân sẽ tan biến.

Đối với những người khen ngợi ngôi Tam bảo thì Đức Phật dạy chúng ta phải có thái độ bình tĩnh chứ đừng hí hửng. Chớ có lấy đó làm hãnh diện, khoe khoang cậy mình, cho đây là mình cao hơn mọi người vì mình theo

Phật. Người ta khen đạo Phật thì chúng ta tùy hỷ công đức của người ta bởi vì nếu họ theo đạo Phật thì họ được giải thoát, cho nên đây là một việc tốt, việc lành, việc đáng quý. Chúng ta chỉ tùy hỷ công đức nhưng chớ có vì lời khen mà ra vẻ ta đây là theo đạo Phật, ta là người hay lắm, ta là người cao thượng, ta có chỗ cậy mình, hãnh diện, vì như vậy là theo cảnh ngoài chuyển động thì chúng ta sẽ dễ khởi tâm tham danh cầu lợi và sẽ đưa đến sa đọa. Chúng ta phải làm chủ mình, biết mình và sống với mình, đừng để cảnh ngoài chuyển động. Hễ người ta khen thì ra vẻ tự hào, hễ người ta chê thì ra dáng nóng giận bực bội, như thế tâm của mình bị chuyển động lên xuống nên Đức Phật khuyên dù người ta khen hay người ta chê, mình tự biết mình, vững vàng an ổn. Người ta làm lành thì mình tùy hỷ, người ta làm xấu thì mình xót thương, nhưng đừng để tâm mình theo họ mà chuyển động, nghĩa là chúng ta làm hay thì tự biết mình hay, mình làm dở thì tự biết cái dở của mình, không đợi tiếng khen chê bên ngoài mà tâm mình bị thay đổi, bị khởi tâm tham danh cầu lợi.

Thế nào là tâm tham danh cầu lợi? Người ta khen mình thì người ta sẽ cúng nhiều. Nếu chúng ta được khen, được cúng dường là tốt, tại sao đây Phật bảo chúng ta đừng có theo tâm cầu danh cầu lợi? Hễ mình muốn người ta khen thì mình tìm cách vui lòng người ta. Hễ mình muốn người ta cúng dường thì mình cũng tìm cách lấy lòng người ta. Như vậy thì chúng ta bị hệ lụy, mất tư cách của mình, cho nên cứ tu, cứ tin ở ngôi Tam bảo, tin lời Phật dạy, hễ chúng ta có

phúc tức sẽ có phần, không thể cầu được. Ngay đến danh tiếng cũng không tham vì “Hữu xạ tự nhiên hương”, tự chai chứa nước hoa thì sẽ có hương thơm của nước hoa, có hương thơm thì mọi người sẽ nghe, sẽ đến, chứ không phải cầu, không phải tìm. Hễ có phúc đức thì tự nhiên đời sống của chúng ta đầy đủ, không nên lấy lòng người này, mua chuộc người kia. Đi tìm cách gàn gũi với mọi người như thế thì sẽ mất thời giờ và lại mất đạo tâm. Tham danh cầu lợi là nhân duyên sa đọa. Không biết người ta có khen thật hay không nhưng bây giờ mình trở thành một con người dối láo tham cầu. Dối láo là nhân, là chủng tử để ngày mai làm ma làm quỷ. Vì thế, chúng ta cứ sống thành thật, chân tu, không quản ngại, không cầu mong.

Có người khen chị ấy nấu ăn giỏi, làm khéo, ngon quá, đó là lời khen thông thường của phàm phu, chúng ta cần phải bất động. Bất là không, động là chuyển tâm, tức là tâm vững vàng, chứ người ta vừa mới khen thì thích chí thì không nên. Đức Phật khuyên chúng ta bất động, nghĩa là được khen thì mình cũng bình tĩnh, bởi vì mình hết lòng làm việc, cho nên được khen; nhưng đừng có lấy thế mà vênh váo cậy mình, kiêu hãnh, tự hào, ta tài, ta giỏi, ta dăm dăng mà hãy bình tĩnh xét xem chúng ta có xứng đáng với tiếng khen ấy không? Nếu xứng đáng thì chúng ta cứ thế mà làm tiếp, còn nếu chưa xứng đáng thì phải khiêm tốn, nhún nhường bởi lẽ đây chỉ là lời khen thông thường. Hoặc may mắn hơn, chúng ta có được lời khen tặng của các bậc thánh nhân thì chúng ta cũng phải khiêm

cung quán là vô sở đắc, nghĩa là không được gì cả. Ví dụ chúng ta thấy bạn mình nằm ngũ môn và lay cho bạn tỉnh ra. Người bạn tỉnh dậy và tiếc rẽ vì trong giấc mộng cô ấy đã được bằng Tiến sĩ, mua được vài dinh thự nguy nga tráng lệ, nhưng bị lay tỉnh dậy chưa kịp vào ở, chưa kịp ai đãi cô ấy đồ trụng cả. Tất cả dinh thự và bằng cấp đều biến mất như hoa đốm trong không. Những chuyện ở thế gian cũng thế, đều là giấc mộng, theo nghiệp báo vào bụng mẹ, hút máu của mẹ, ăn cơm, uống nước, tạm có thân người một thời gian, rồi mai đây thân này già bệnh, rồi lại rơi rụng tan đi trả về cho đất. Như mỗi năm mùa đông đi qua rồi lại khen ngợi mùa xuân đi tới. Hoa cũ tàn đi rồi lại mua những hoa mới, nhưng sự thật hoa mới này ngày mai cũng tàn là bởi vì nó không có thật thể. Cho nên, thân này đã không thật thì những gì mà thân này đạt được đều là vô sở đắc, không có gì là thật cả, đều là hư vọng.

Chúng ta học Phật pháp đây, tu đây chỉ là để tỉnh ra, buông những sự lầm mê, còn giác tỉnh thì ai cũng bằng ai hết, ai cũng như ai hết. Cho nên chẳng những lời khen của người thế gian mà ngay đến các thánh nhân khen ngợi chúng ta chẳng nữa thì chúng ta cũng nên biết rằng vô sở đắc. Những cái được ở thế gian này chỉ toàn là những hư vọng, đi thi đỗ cử nhân, được quà tặng, được khen ngợi đều là những hư vọng, bởi vì ngày mai thân này bỏ vào quan tài thì những bằng cử nhân, tú tài cũng không có ích gì. Ngay đến thân này ngày mai còn phải trả về cho đất, hưởng gì những cái thuộc về thân cũng thành không. Thế



cho nên nắm chữ vô sở đắc để đừng tham, đừng giận, đừng bận lòng mong cầu cái gì cả. Chỉ mong chúng ta tỉnh ra, buông ra hết những xấu ác, tu tập những thiện lành, không mong cái gì ở thế gian, cho nên gọi là vô sở đắc. Có tâm thẹn hổ tức là biết thẹn với mình và xấu hổ với người thì chúng ta không bao giờ làm việc xấu, việc nguy hại. Còn bây giờ thọ giới rồi mà vẫn ăn cắp, nói dối tức chúng ta không biết tự thẹn với lương tâm mình và nhìn đại chúng cũng không biết xấu hổ, cho nên mới làm những việc xấu, việc nguy. Còn người có tâm thẹn hổ thì người ta cẩn thận, giữ gìn trong sạch.

### **38. THANH TỊNH**

Kinh Thanh Tịnh (Trường A-hàm, số 17), Đức Phật dạy: “Này Tỳ-kheo, trong mười hai bộ kinh hãy tự mình chứng nghiệm rồi lưu bố rộng rãi. Một là quán kinh. Hai là kỳ dạ kinh. Ba là thọ ký kinh. Bốn là kệ kinh. Năm là pháp cú kinh. Sáu là tương ưng kinh. Bảy là bốn duyên kinh. Tám là thiên bốn kinh. Chín là quảng kinh. Mười là vị tăng hữu kinh. Mười một là thí dụ kinh. Mười hai là đại giáo kinh. Các người hãy khéo thọ trì, hãy tùy năng lực mà suy xét, phân bố rộng rãi, mới gọi là thanh tịnh.”

Thanh tịnh là trong sáng như nước sạch. Muốn thân tâm được thanh tịnh như nước sạch trong veo thì điều kiện đầu tiên là phải học Phật pháp. Bởi vì chúng ta mê muội tối tăm không biết cho nên cứ trông thiện ra ác, ác ra thiện, làm những cái bậy cái sai mà cứ cho mình là phải rồi tự

đắc ra điều ta tài giỏi. Ai động tới thì bảo tại họ không biết, họ dốt chứ không biết chính mình là ngu. Chúng ta nhớ bản mà không biết mình nhớ bản, như con heo chẳng quản ngại gì đến sự sạch sẽ cả, cũng vậy chúng ta tâm hồn nhớ bản, không quản ngại đến sự sạch sẽ của tâm hồn, tạo nhiều sai lầm. Rồi từ mê lầm này đến sai quấy khác, chúng ta chịu những khổ nạn trong hiện tại và vị lai. Vì vậy, việc đầu tiên là chúng ta phải học Phật pháp để biết cái gì là phải trái, cái gì là thiện ác, để có được sự trong sáng, thanh tịnh và Đức Phật dạy dò khi học kinh, chúng ta phải: “Phải thọ trì, rồi khéo léo thọ trì, xứng lượng quan sát, tinh thông nghĩa lý, chứng ngộ 12 bộ kinh rồi truyền bá sâu rộng.” Làm được như vậy thì ý nghĩa thanh tịnh sẽ được hoàn mãn hơn.

### *i. Thọ trì kinh điển*

Thọ trì là nắm giữ, giống như cái ly lãnh thọ nước vào trong lòng ly, xong rồi cái ly giữ nước, khiến không đổ, không có mất đi. Chúng ta học các bài pháp thoại A-hàm cũng thế, chúng ta thọ trì, rồi khéo léo thọ trì, vâng lời Đức Phật dạy. Chúng ta đã thấy các tổ khéo thọ trì kinh Phật trên 2600 năm mà vẫn còn tương tục lưu truyền cho tới hôm nay. Đức Phật chỉ nói bằng lời như thế này thôi, chứ lúc đó chưa có kỹ thuật ấn loát thành kinh sách gì cả. Âm vang của Đức Phật bay vào hư không như thế này thôi, vậy mà các tổ đã thọ và đã truyền khẩu trì giữ cho đến nay, để bây giờ chúng ta có được bốn bộ A-hàm với 2.086 bản kinh. Đã 2600 năm chứ không phải trong thời

gian ngắn vài tháng đâu mà các tổ đã lần lượt trao truyền, tương diệm tục đặng, thọ trì để giữ được cho đến bây giờ cho chúng ta có kinh sách để học, để được trong sáng, để được thanh tịnh, là bởi vì các ngài đã lãnh thọ và để vào tâm, rồi giữ gìn rồi truyền lại, khiến cho không mất, thế gọi là thọ trì kinh điển.

ii. *Khéo léo thọ trì kinh điển*

Khéo léo thọ trì là giữ gìn kinh điển rất hay, rất thiện xảo. Đức Phật lấy thí dụ như là muống canh, khi chúng ta múc canh thì cái muống thọ nước canh và cũng trì giữ nước canh trong lòng cái muống. Nhưng muống đâu có biết gì đến ý vị của canh chua, canh cải thế nào, còn chúng ta cho canh vào miệng, chúng ta giữ, không để nó rơi mất và đồng thời biết hương vị của canh chua rất chua, canh cải ngọt rất ngọt. Không những chúng ta thọ, không những chúng ta trì mà chúng ta còn nhận được vị của canh ngọt hay canh chua ngon hay dở nữa. Thế thì cái lưỡi của chúng ta khéo thọ trì canh ngon, còn cái muống thì chỉ thọ trì giữ canh mà thôi.

Bây giờ chúng ta học kinh sách, khéo léo thọ trì, nghĩa là những lời Phật giao cho mình thì trì giữ và không đánh mất, không quên. Nếu chúng ta nghe tai này, qua tai kia và chạy vào rừng là không thọ trì. Còn chúng ta thọ trì kinh tức chúng ta nghe, học, hiểu, thấm thía được ý vị, vì chúng ta có thấy được ý vị, thấy cái hay, thấy thù thắng, thấy lợi

ích thì chúng ta mới đề tâm và giữ gìn lâu dài truyền bá cho người khác, thế gọi là khéo léo thọ trì.

### iii. *Xứng lượng quán sát*

Xứng lượng quán sát là xem kỹ lưỡng tỉ mỉ lời Phật dạy, nếu lời giải nghĩa khó thì chúng ta tự quán sát nghĩa lý, rồi dùng ví dụ minh họa tương ứng cho dễ hiểu. Đức Phật chỉ cho chúng ta rồi tự chúng ta phải mở trí tuệ, tự quán sát tự tìm sự thật. Như chúng ta quán Tứ niệm xứ là quán thân, thọ, tâm, pháp nơi mình và thế nào là xứng với lượng của nó mà quán sát?

Xứng là đúng với lượng của nó, đúng với giá trị của nó. Thân của chúng ta là đất nước gió lửa, chúng ta phải biết giá trị của nó là như thế, chứ không như người ở ngoài đời không được học Phật pháp thì người ta xem thân quý lắm, đặt lên trên tất cả. Cái gì họ cũng lo phần lợi về họ, nhiều khi dẫm đạp lên cả luân thường đạo lý. Ví dụ như vì muốn ăn ngon nơi miệng, ăn ngon để chơi một chút thôi chứ có lâu dài gì đâu, nhưng cũng phải cắt con gà, cứa cổ mổ bụng con heo, giết con vịt, cứa mạng loài vật để ăn chơi một cái thôi. Đó là bởi vì họ không biết giá trị của thân người và giá trị thân của loài vật. Họ không quán sát đúng sự thật, không xứng lượng mà quán sát cho nên họ sống sai, sống lầm. Người ta đã tuyên bố là trời sinh ra loài vật để cho loài người ăn “vật dưỡng nhơn”, bởi vì họ không học Phật pháp, không quay về mà xứng lượng mà quán sát. Nếu chân thật xứng lượng quán sát thì họ sẽ thấy

thân này cũng là đất nước gió lửa, thân con gà cũng đất nước gió lửa. Nói về phần tinh thần và cơ thể thì mình cũng nhìn bằng hai mắt, nghe bằng hai tai thì con gà cũng nhìn bằng hai mắt của nó, cũng nghe bằng hai tai, cũng ăn bằng miệng. Cha mẹ thương yêu chúng ta, thường hay tay bông bế vỗ về; con gà, con vịt cũng thế, cũng biết xoè hai cánh ôm ấp đàn con của nó. Khi chúng ta xứng lượng quan sát thì chúng ta sẽ biết những lẽ phải này, những sự thật này để trân trọng mạng sống loài vật.

Chúng ta cũng xứng lượng quan sát biết thân này làm bằng cơm gạo, là đồng đất, mai đây đem chôn trả về cho đất. Bây giờ tạm thời chúng ta dùng nó một thời gian thôi, xứng lượng biết giá trị của chúng ta chỉ có vậy, chúng ta còn tạm dùng đến thân, mượn thân để tu học, cho nên phải bảo vệ để thân đừng bị hư hỏng. Chúng ta phải mặc y phục cho khỏi bị nóng, bị lạnh, che chở cho khỏi muỗi mòng, khỏi bụi bặm, khỏi sinh ra ghẻ lở bệnh tật. Chúng ta phải chăm nom săn sóc để thân bình an mạnh khoẻ thì chúng ta mới có thể an tu được. Thế nhưng bảo vệ, trông nom chăm sóc thân, không có cái nghĩa là nô lệ cho thân, không có cái nghĩa là cung chịu thân; biết thân là đồng đất, mai đây sẽ hóa thành cát bụi mà cứ đem nhung lụa mượt mà để đắp che cho nó, rồi lại còn ăn ngon, tô điểm cho thân thể nữa thì như thế là không biết xứng lượng, không biết vật dùng tạm một thời gian rồi đem chôn. Vậy chúng ta nên thiếu dục tri túc, sống đơn giản cần kiệm, chỉ dùng những vật

tâm thường để bảo vệ cho thân khỏi bệnh hoạn, chăm sóc cho nó tạm đủ để chúng ta qua dòng sông sanh tử luân hồi.

#### *iv. Tinh thông nghĩa lý*

Như chúng ta đang học về nghĩa lý của bài kinh Thanh Tịnh. Thế nào gọi là tinh thông? Có người nói mắt cô ấy tinh anh lắm, nghĩa là lanh lợi, những cái thật nhỏ, thật tỉ mỉ chúng ta không nhìn thấy nhưng vị đó cũng nhìn thấy, nên gọi là tinh anh rõ ràng. Thông là suốt, rành mạch, hiểu cả bài kinh từ đầu đến đuôi, không có gì trục trặc và tất nghẽn.

#### *v. Mười hai bộ kinh*

Kinh Thanh Tịnh nói mười hai bộ kinh gồm có quán kinh, kỳ dạ kinh, thọ ký kinh, kệ kinh, pháp cú kinh, tương ưng kinh, bốn duyên kinh, thiên bốn kinh, quảng kinh, vị tăng hữu kinh, thí dụ kinh và đại giáo kinh.

Nguyên bốn bộ A-hàm là hơn cả hai ngàn tám mươi sáu (2086) bài kinh, nên ý đây không chỉ là thông suốt 12 hai bộ kinh như trên mà ý nói thông suốt 12 phương pháp trình bày A-hàm hay kinh tạng. 12 phương pháp như sau:

1) Kinh hoặc Khế kinh: những bài kinh do chính Phật thuyết.

2) Trùng tụng hoặc Ứng tụng: một dạng kệ tụng mà trong đó nhiều câu được lặp đi lặp lại.

3) Thọ kí: những lời do Phật thọ kí, chứng nhận cho các vị **Bồ Tát**, đệ tử mai sau thành Phật và những việc gì sẽ xảy ra.

4) Kệ-đà hay Phúng tụng: những bài thơ ca.

5) (Vô vấn) Tụ thuyết hoặc Tán thán kinh: những bài kinh mà Phật tụ thuyết, không phải đợi người thỉnh cầu mới trình bày.

6) Nhân duyên hay Quảng thuyết: những bài kinh nói về nhân duyên khi Phật thuyết pháp và người nghe pháp.

7) Thí dụ hoặc Diển thuyết giải ngộ kinh: những loại kinh mà trong đó Phật sử dụng những thí dụ, ẩn dụ cho thính chúng nghe dễ hiểu hơn.

8) Như thị pháp hiện hoặc Bản sự kinh: những bài kinh nói về sự tu nhân chứng quả của các vị đệ tử trong quá khứ, vị lai.

9) **Bản sinh kinh** còn gọi **Bổn Sinh**, chuyện tiền thân đức Phật, truyện tái sinh của Bồ Tát, Túc sanh truyện, những kinh nói về đời trước của đức Phật khi còn là Bồ Tát, tu các pháp khổ hạnh.

10) Phương quảng, Phương đẳng hoặc Quảng đại kinh: thuộc loại kinh điển đại thừa là phân kinh có nghĩa lý sâu xa bí mật.

11) Hi pháp: Hi là hi hứa hiếm có. Những bài pháp nói về sự hi hữu.

12) Luận nghị: bàn luận để hiểu nghĩa thêm

Chúng ta phải thọ trì, khéo léo thọ trì, xứng lượng quan sát, rồi tinh thông nghĩa lý là đủ rồi và mà đây Phật

muốn chúng ta phải chứng ngộ 12 bộ kinh, nghĩa là đích thân chúng ta phải kinh nghiệm việc này. Ví dụ nói lửa nóng là khi chúng ta nghe câu ‘lửa nóng’, rồi viết thành chữ là ‘lửa nóng’. Nhưng thật ra trong lời nói và trong chữ viết đã có cái lửa nóng chưa? Chưa! chúng ta chưa biết cái nóng. Muốn chứng ngộ là phải tự tay xuống bếp và đưa tay vào ngọn lửa đó, hơi để biết trình độ nóng như thế nào, tức chính mình phải tiếp xúc thẳng với lửa nóng đó. Thế là chúng ta chứng rồi vì chúng ta độ được sức nóng của lửa như thế nào? Nếu để tay hơi xa xa thì hơi nóng; để tay gần tí nữa thì hơi rất rất, còn cho hẳn cái tay vào chắc chắn bị cháy bỏng. Chúng ta thấy từng độ lượng rõ ràng như thế, đó là chứng ngộ.

Bây giờ, trong Tứ niệm xứ, Đức Phật dạy chúng ta quán thân trên thân, thọ trên thọ, quán tâm vô thường và pháp vô ngã; nhưng trong lời nói như thế này chúng ta chưa thấy rõ được ý nghĩa của bốn pháp đáng nhớ này tức Tứ niệm xứ này. Muốn thấy rõ để chứng ngộ lời Phật dạy là chúng ta không thể chỉ quán thoáng qua vài phút mà quán miên mật mỗi ngày rồi chúng ta mới thấy được thấu đáo, mới chứng ngộ được sự thật thân bất tịnh, thọ thì khổ, tâm vô thường và pháp vô ngã. Lúc đó, chính chúng ta mới ngộ được bốn sự thật về thân, thọ, tâm, pháp này. Cho nên, việc đầu tiên muốn được thanh tịnh, muốn được sạch sẽ thì chúng ta phải khéo léo thọ trì, xứng lượng quan sát, tinh thông nghĩa lý và chứng ngộ 12 bộ kinh, chứ không



phải học một, hai bài pháp thoại đã cho là đủ mà phải học cho nhiều.

Thật ra, chúng ta không đủ sức để học tất cả 2086 bài pháp thoại của A-hàm hay cả Tam tạng kinh điển, nhưng Đức Phật khuyên chúng ta không phải chỉ học một, hai bài kinh là đủ mà chúng ta nên học nhiều hơn lên và quan trọng nhất là phải đi sâu vào thực tập, thọ trì khéo léo, tinh thông nghĩa lý, xứng lượng quán sát cho tới lúc chứng ngộ được bài pháp thoại mà mình đã học. Nhưng như vậy cũng chưa đủ, Đức Phật lại dạy bốn phận chúng ta còn phải đem truyền bá sự chứng ngộ đó cho mọi người ở mọi nơi nữa. Chúng ta học kỹ và chứng ngộ như vậy, rồi giờ phải truyền bá sâu rộng nữa mới được gọi là người thanh tịnh. Truyền là chúng ta đưa cho người khác, truyền nhau. Bá là không phải chỉ truyền cho một người, trăm người mà truyền càng nhiều người càng tốt. Truyền giảng kỹ lưỡng, nghĩa kín, nghĩa sâu. Nếu chúng ta giảng hời hợt thì thính chúng không nhận ra, phải giảng kỹ càng cẩn thận thì mới nhận được thâm nghĩa này.

Tại sao muốn thanh tịnh thì chúng ta phải truyền bá sâu rộng? Ví dụ như chúng ta muốn tắm thì đi lấy nước tắm cho mình là sạch. Tắm xong, thân chúng ta sạch sẽ là được rồi, cần gì phải đi gánh nước để cho thiên hạ tắm nữa? Thật khó hiểu vì sao Đức Phật muốn chúng ta phải khiến cho mọi người phải trong sạch nữa? Chúng ta dùng Phật Pháp tẩy sạch tâm hồn, khiến cho tiêu những độc tham sân si đi. Thế là tâm chúng ta được trong sáng là quý rồi nhưng Đức Phật

dạy chúng ta phải đi truyền bá để cho tất cả mọi người đều có thân tâm trong sạch như mình. Ví dụ như trong chùa, cứ đến ngày bố tát thì cả đại chúng phải thanh tịnh mới được bố tát. Nếu có người không thanh tịnh thì cả chúng không được bố tát. Vì sao ai có lỗi thì phạt vị đó thôi mà Phật lại bắt cả chúng không được bố tát bởi lẽ còn có một người làm lỗi mà chưa sám hối? Thật ra, Phật không bắt cả chúng không được bố tát mà bởi cả chúng không bắt người ấy, không trị tội người ấy, không tìm ra người có tội để mà bắt sám hối, cho nên mới bắt cả chúng không được bố tát. Chứ nếu người nào có lỗi, tự biết lỗi, tự sám hối thì dĩ nhiên việc ấy đã yên xong. Người ta biết lỗi, người ta sám hối là biết đường thanh tịnh rồi, cho nên Phật đâu có cấm. Cấm là ở chỗ đại chúng không tìm ra người có lỗi, không trị tội người có lỗi, nên bắt lỗi và phạt chúng sám hối. Tại trong chúng không sáng suốt, không tìm được ra người có lỗi để mà trị. Đức Phật làm như vậy để người này phải có bổn phận xem ngó người kia, phải có trách nhiệm lẫn nhau.

Ca dao Việt Nam có câu: “Một con sâu làm rầu nồi canh.” Cả chúng thanh tịnh mà có một người không thanh tịnh thì cả chúng cùng chịu trách nhiệm việc này, cho nên Phật cấm không cho bố tát. Cho nên trong chúng, trong một đoàn thể phải có bổn phận giúp đỡ xây dựng, phải sám hối, hướng thượng lẫn nhau, làm sao cho đại chúng cùng thanh tịnh thì Đức Phật mới chấp nhận, chứ không nên trong một đoàn thể mà có những phần tử như uế thì không được, bắt buộc chẳng những mình và đại chúng phải thanh tịnh. Nên

chẳng những khi chúng ta học kinh, tự chúng ta được trong sáng mà còn phải làm sao cho tất cả mọi người cùng được học và cùng được trong sáng như mình để tất cả cùng thọ trì gìn giữ kinh Phật cho đến nhiều đời sau, đó là công đức của một đoàn thể tu tập.

Đức Phật nói kinh này cách đây 2600 năm và liệt vị tổ sư suốt 21 thế kỷ vừa qua đã thọ trì, đã khéo léo giữ gìn cho đến ngày nay để còn có kinh điển trao lại cho chúng ta. Nếu các ngài không có rộng truyền bá thì chúng ta không có A-hàm này. Thế cho nên muốn thanh tịnh, không những bản thân thanh tịnh mà cả đoàn thể cũng được thanh tịnh, không những một đoàn thể ở đây được thanh tịnh mà tất cả đệ tử Phật hiện tại và vị lai cũng đều được thanh tịnh. Muốn được như thế phải thông suốt nghĩa lý, khéo léo thọ trì, xứng lượng quan sát, chứng ngộ được kinh và đem truyền bá sâu rộng. Chúng ta phải nhớ để lòng những đoạn văn này để ứng dụng trong hạnh nguyện tự lợi và lợi tha.

*vi. Thân khẩu ý hòa hợp*

Đức Phật dạy muốn bảo vệ sự thanh tịnh thì thân khẩu ý của chúng ta phải hòa. Tín tâm chớ tranh chấp chê bai, chớ đem giáo lý làm binh khí để chỉ trích và công kích nhau. Đại chúng cùng học một thầy phải triệt để hoà hợp như nước hòa với sữa. Triệt để tức là thông suốt tới đáy, chứ không có sữa nổi lên trên và nước lóng xuống dưới, sữa và nước không tách nhau ra. Chỗ nào có sữa là có nước, chỗ nào có nước là có sữa, không có chia riêng rẽ.

Đề đại chúng được hòa hợp triệt để như nước với sữa thì thân miệng ý chúng ta phải hòa hợp. Toàn thể chén sữa ấy đều là sữa, chứ không có những chất chocolate hay dâu, cam lẫn vào đấy. Nếu tâm chúng ta còn thích trêu chọc, nay tranh người này, mai đấu người kia, thứ tâm cứ mọc gai, mọc gươm đao thì không thể gọi là tâm thanh tịnh trong sáng được. Muốn trong sáng thì phải quay về sạch sẽ lấy mình đi đã, phải khởi tâm hòa hợp thương yêu đại chúng. Lời nói nhẹ nhàng, mềm mỏng, không có trêu chọc, kích động ai, không có tranh cãi để bảo tồn sự hòa khí, đó là miệng hòa. Còn thân hòa là làm sao cho đại chúng nhìn thấy mình đại chúng vui vẻ, đừng có khinh khỉnh, nhún vai, bĩu môi, lườm nguýt, lắc đầu, tỏ dáng chán ghét thì không nên. Đôi mắt hướng về đại chúng với những tia nhìn thân ái, vui vẻ, miệng luôn luôn tươi cười, nét mặt tươi tĩnh, chứ làu bàu thì cũng không nên.

Chúng ta phải tìm hết cách để toàn thân chúng ta hiện lộ sự an ổn, bày tỏ tình yêu thương với đại chúng, làm mát mẽ không khí trong chúng như thế gọi là thân hòa. Nếu mỗi khi chúng ta thấy khó chịu trong lòng và gương mặt làu bàu, chúng ta tưởng là tâm mình không ai biết, nhưng chúng ta không ngờ chúng ta làm không khí của cả đại chúng cũng xị theo gương mặt của chúng ta, khiến những người chung quanh người ta mất cái vui, khiến chúng quanh đại chúng bận lòng. Còn như thấy đại chúng hiện tướng hoan hỷ vui vẻ và mình cũng hòa vui theo. Đó là con mắt của chúng ta được thọ cái vui. Chúng ta vui vẻ cúng

dường sự an vui hòa hợp trong chúng thì phước đức lớn bằng ngần nào.

Người có tâm hòa ái là người luôn luôn quên mình để phục vụ làm đẹp lòng đại chúng. Chúng ta phải dẹp được tâm tham sân si của mình, dẹp được ngã ái, ngã kiến của mình, mới có thể đem tâm để đón nhận sự an ổn cho đại chúng, giúp đỡ khiến cho đại chúng được mát dạ hả lòng. Thấy ai có dáng phiền, liền thân tình hỏi thẳng cho có chỗ thông cảm hòa ái với nhau, đó là có tâm muốn hòa. Chúng ta đã đem thân quy y Tam bảo thì chúng ta cố gắng học theo Đức Phật, luôn luôn có tâm thương yêu, quý mến tất cả mọi người và loài vật. Đối với ai ai, chúng ta cũng phải một lòng đem sự an lành cho họ. Nếu chúng ta có lòng tốt đó thì tự tâm chúng ta sẽ có sự cảm thông, khiến cho đại chúng vui vẻ. Phải bảo vệ sự an hòa ở trong chúng, có lòng muốn cho đại chúng hòa thì trước hết mình phải hòa với mọi người đã. Muốn hòa với mọi người thì phải dẹp những cái xấu của mình đi. Tâm của mình đầy những gâý cấn khó chịu, khiến cho đại chúng bực, phiền nhọc thì bây giờ phải sửa lại những sai quấy ấy đi. Bao nhiêu những cái độc, bao nhiêu những cái xấu chúng ta phải chừa bỏ để cho mọi người chung quanh vui vẻ.

Muốn cho sự học được bình an thì đại chúng phải yên ổn cùng học một thầy. Nếu đoàn thể không yên ổn thì việc học của chúng ta sẽ đổ vỡ và không yên ổn. Nếu sự học đổ vỡ thì làm sao mình có để mà học, thế cho nên phải có hòa ái và phải bảo vệ đại chúng. Đoàn thể có yên ổn thì học

vấn hay giáo dục mới đi đến thành công. Theo như luật của nhà chùa phá sự hòa hợp của chư tăng là tội nặng lắm. Cho nên tất cả chúng ta, mỗi người phải cẩn thận, phải điều hòa lại những sự bất an trong chúng để làm sao cho thành một con đường, một chí hướng thì mới đem đến kết quả lợi ích thì như thế ngôi Tam bảo ở thế gian mới được vững vàng. Ở ngoài xã hội, mỗi một trường học là nơi để thành tựu nền văn minh cho nhân loại. Nơi đó để mọi người học luân lý, đạo đức, kiến thức, văn minh cho xã hội quốc gia. Còn nhà chùa thì sự tu học giúp thành tựu sự giải thoát khỏi các sanh lão bệnh tử cho nhân loại và chẳng những cho nhân loại mà còn cho tất cả muôn loài, cho nên chư tăng gọi là chúng trung tôn, nghĩa là một đoàn thể đáng tôn trọng trong tất cả các đoàn thể.

Đoàn thể học sinh là một đoàn thể đáng tôn đáng trọng ở ngoài xã hội, nhưng chưa cao quý bằng đoàn thể tăng già bởi vì tăng ni là những vị tu học để giải thoát những lầm mê, những độc hại, những nỗi khổ cho thế gian để đưa thế gian rời đất vô minh lên ngôi vị thánh hiền, nghĩa là khiến cho loài người xa rời địa vị thú vật, ngạ quỷ, bàng sanh mà tiến lên làm hiền, làm thánh, cho nên đoàn thể tăng già là quan hệ cần thiết và cao quý. Cho nên cần phải bảo vệ vì thế mỗi một lời nói, mỗi ý nghĩa đưa đến chấm dứt chữ hòa trong chúng là tội nặng lắm. Chúng ta vâng lời Đức Phật mà dẹp những tham sân si của mình, dẹp bớt những tranh đấu trước là để bản thân chúng ta trong sáng, sau nữa là tạo một không khí an ổn trong chúng thì phước đức lại

vô lượng. Hễ phá vỡ chữ hòa thì tội vô cùng, vào địa ngục nhanh như tên bắn mà nếu chúng ta có tâm an hòa trong chúng thì công đức và phúc đức sanh lên cõi trời cũng nhanh như tên bắn.

“Tín tâm chớ tranh chấp chê bai, chớ đem giáo lý làm binh khí để chỉ trích, công kích nhau”: Đừng đem giáo lý của Đức Phật ra làm binh khí, chớ có tranh chấp chê bai là những thói xấu mà chúng ta phải chừa bỏ đi. Nếu chúng ta sống hòa được với tập thể đại chúng là biết cái tham sân si của chúng ta đã tiêu đi được một phần nào rồi. Nếu đại chúng không chê, không trách, vui vẻ với mình, đó là những dấu hiệu là những tâm khó chịu cau có của chúng ta đã bớt đi rồi, cho nên đỡ ngại, đỡ phiền. Vì thế, muốn bảo vệ chữ hòa là phải tiêu ba độc tham sân si của chính mình. Chúng ta cần bảo vệ chữ hòa là chỗ chúng ta sinh sống, bản chất chúng ta phải là chất liệu tốt. Trụ xứ của chúng ta phải là giới hòa đồng tu, phải đủ sáu pháp lục hòa (thân hòa đồng trụ, khẩu hòa vô tránh, ý hòa đồng duyệt, giới hòa đồng tu, kiến hòa đồng giải và lợi hòa đồng quân). Hôm nay học về đức thanh tịnh đặc biệt là giới hòa đồng tu tức chúng ta phải làm thế nào để tất cả đại chúng trong một đoàn thể đừng có tranh chấp lẫn nhau.

Tranh hơn tranh thua với đại chúng và cho cái gì mình cũng là phải. Tranh phần hơn, phần phải về mình, bao nhiêu phần xấu đổ xô cho người khác, đó là người tranh chấp. Chê bai người khác là ích kỷ tức ngầm bảo mình rộng rãi bao dung, như thế thì cũng không có hay lắm. Chê

người nào, dĩ nhiên người ta có lỗi thì mình thành thật nhẹ nhàng chỉ ra để người ta sửa, cùng nhau thông cảm, tránh nói xéo, tranh lấy phần hơn. Nếu lấy phần phải về mình tức chính con mắt của mình có mây, chứ người ta không có lỗi gì hết. Chúng ta cũng để cho người ta có thời gian trình bày ý kiến của họ, để xem có thật họ có lỗi không, chứ đừng có đàn áp, gán cho họ những điều sai thì mình là người không đứng trước. Thế cho nên đừng có chê bai và tranh lấy phần phải về mình, rồi cứ nhất định cho người ta là sai, cái đó chưa chắc bởi lẽ chính mình là người hay chê bai, tranh chấp thì chính mình là người làm rồi đấy, ngay việc làm là đã làm rồi. Tuy nhiên, nếu chúng ta thấy một người bạn làm việc sai mà chúng ta cứ nhắm mắt hòa theo để cho họ vui với mình thì đó là một điều bậy.

Đức Phật bắt buộc ngày bố tát nếu còn có một người có lỗi lầm thì tất cả đều không được bố tát. Một con sâu làm rầu nồi canh, không những là một mình mình phải giới phẩm cẩn thận mà phải bảo vệ cho tất cả đại chúng cùng sám hối những sai quấy, để cùng hòa sống với nhau. Hòa như nước với sữa nếu mà trong đó còn những vết nơ thì chúng ta cũng chung chịu ảnh hưởng, cho nên phải cùng hòa hợp tẩy rửa những sai quấy để đoàn thể cùng trong sạch. Bố tát sám hối là một phương pháp để sửa những điều sai của chúng ta, bỏ những điều lầm mê của mình và để đoàn thể có trách nhiệm ảnh hưởng lẫn nhau. Cho nên, Đức Phật yêu cầu tất cả đoàn thể không được cứ nhắm mắt mà chấp nhận những lỗi lầm của người khác.



Cái đó là điều không phải, là giặc ở trong chùa, là ung nhọt lớn nhất để khiến cho tan vỡ đoàn thể tăng già bởi vì đoàn thể tăng già là một đoàn thể thanh tịnh. Nếu chứa chấp những điều bậy thì đoàn thể ấy phải tan vỡ đầu tiên, bởi vì nó không phải là đoàn thể tăng già nữa rồi. Những người ôm giữ những sai quấy mà không chịu sám hối, Phật gọi là giặc ở trong chùa, là vi trùng phá hoại thân sư tử. Phật bắt buộc không cho phép người đó ở trong chúng, không được phép cộng trụ. Như thế, chúng ta thấy ý của Phật rõ ràng không có chấp nhận những cái bậy.

Chúng ta bảo vệ chữ hòa để có một trụ xứ thanh tịnh, tất cả đại chúng đồng một loạt cùng giới đức. Nếu mà có một vài người bậy thì ảnh hưởng chung tất cả, thì sự an ổn của chúng khó mà tồn tại. Hòa đây là sửa cho nhau, rửa đi những sai quấy, tha thứ những lỗi lầm, khoan dung để xây dựng cho nhau, giúp đỡ nhau tiến lên về mặt tinh thần, chứ không phải là nhắm mắt bỏ qua những cái bậy. Chúng ta phải lấy giới luật làm cái gương để soi, cùng một nhịp với giới luật, đúng như lời Phật dạy mà sống chung với nhau, chứ không có dùng giới luật làm binh khí để mang chê bai nhau thì không phải. Đừng có thị phi nhỏ to nhất là những chuyện người ta không có mà cứ gán thì như thế là tội địa ngục, là cái không nên. Rồi kết bè kết đảng đổ xô vào, ấn cho người ta những chuyện bậy là không được, cái đó là rũ nhau vào địa ngục. Hễ có chuyện gì thì nói để thông cảm và cùng nhau xây dựng. Chúng ta phải thành thật đối với nhau, hòa cùng nhau sống đúng như giới luật. Ngay cả kẻ

cướp với bọn ăn trộm cũng biết sức mạnh của đoàn kết, huống chi chúng ta là những hành giả tu tập để lên nấc thang thánh hiền thì phải có sự đoàn kết chặt chẽ để giúp đỡ lẫn nhau mà tiến lên, để thanh lọc tất cả những gì xấu và bậy. Hòa trong giới luật là bảo vệ sự hòa hợp để cùng nhau phấn đấu mà bảo vệ nêu cao những sự thanh tịnh lên.

Nếu người ấy cứ giữ tri kiến sai rõ ràng mà không nhận lỗi, hoặc bảo vệ cái sai của họ thì khi ấy chúng ta mới trình bày để cả chúng xét xử và xét xử trước mặt người ấy để người ta thấy cái sai mà sửa đi. Chứ không nên ẩn tiệt cho người ta, rồi cứ người nọ ghé tai người kia to nhỏ như thế tập thể sẽ đưa đến tan vỡ. Cho nên muốn thanh tịnh, Đức Phật dạy chúng ta phải học. Muốn bảo vệ sự học và giáo dục thì chúng ta phải sống ở trong chúng, bởi vì Đức Phật nói: “Hổ ly sơn hổ bại, tăng ly chúng tăng tàn” nghĩa là hổ phải ở với bầy đàn của nó, chỗ của nó, là núi rừng, cảnh giới của nó. Hễ hổ rời cảnh núi rừng của nó thì sẽ bị người ta giết chết. Hễ hổ ở trên núi thì chúng ta lên núi mình sợ nó, nhưng khi nó xuống đồng bằng thì nó có thể sống được không? Người ta sẽ hè nhau, bắt nó hoặc giết chết vì ở đồng bằng không phải là chỗ của nó.

Hổ mà lìa núi rừng thì hổ mất thân, chúng ta cũng thế “Tăng ly chúng tăng tàn”. Bởi vì tăng sống trong chúng thì cùng với nhau một chí nguyện giữ giới luật giải thoát như nguyện không sát sanh, trộm cắp, nói láo. Đại chúng ai nấy đều một lòng là giữ các giới thanh tịnh lấy đó làm chính, còn ở ngoài xã hội, người ta cần sự khôn ngoan và

tài giỏi. Sự tài giỏi của họ là làm sao mà đem danh lợi về phần mình thì người ấy là người khôn, còn trong chùa thì không tính sự khôn sự dại mà chỉ tính sự thanh tịnh và sạch sẽ tinh thần mà thôi. Cho nên cùng một chí nguyện giữ giới, không sát sanh, nói dối, sẽ không mưu mô xoay sở trộm cắp. Chúng ta ở với những người cùng một chí nguyện ấy, nếu chúng ta sơ hở lập tức huynh đệ sẽ nhắc nhở. Bên trái, bên phải, đằng trước, đằng sau, từng ấy người bảo vệ cho mình, để cho chúng ta dù có sơ hở cũng vội vàng sửa chữa được ngay. Còn nếu ở bên ngoài xã hội thì người ta không có đồng chí nguyện với mình, không có giữ giới, không có lấy việc giới hạnh làm chính, cho nên người có thể sát hại, trộm cắp, nói dối, ví dụ như nói dối mà được thành công thì liền được tán thưởng. Người xoay sở khôn khéo lại được tán thưởng. Nếu chúng ta ở chung với những người như vậy, chúng ta cũng lại bắt chước những cái đó, rồi có những lúc chúng ta sơ sót, phạm giới thì không có ai chịu nhắc mình, bởi vì ai cũng sợ mất lòng, không ai nói cho mình nghe đâu. Ai cũng lấy cái điếm đầu tiên là đừng có để mất lòng. Chúng ta làm sai đây nhưng người ta cứ tán thưởng. Cho nên, chur tăng không sống trong chùa mà sống ở ngoài thì sẽ tàn, tăng tàn, chứ không phải chúng ta mất thân này. Thân này còn nguyên nhưng mà chúng ta mất đức hạnh, phẩm tiết của người xuất gia lia ba cõi. Vì thế, muốn bảo vệ sự thanh tịnh thì vị tăng phải ở trong chúng mà muốn ở trong chúng thì phải bảo vệ cho toàn chúng được bình an, hòa hợp. Toàn chúng có

bình an hòa hợp thì mình mới có chỗ ở bình an hòa hợp để cho mình tiến trên sự thanh tịnh trong sáng. Thế cho nên phải học, phải hòa, không nên có tranh chấp chệch bại.

“Chớ đem giáo lý làm binh khí để chỉ trích và công kích nhau”: Sao gọi kinh sách Phật là binh khí, là dao găm để đâm nhau? Thật ra, nếu vị ấy phạm giới nói dối thì bản phận của mình và đại chúng phải sửa cái tật nói dối đó. Cho nên chúng ta phải cử lỗi, chứ không phải trợ duyên cho người ta nói dối thêm. Nhưng nhiều khi chúng ta không có cái tâm xây dựng, mong cho người ta thanh tịnh mà cứ bêu xấu nêu tên cái chị A, B hay nói dối, cốt để chỉ trích như con muỗi, như cái kim đi chích người ta, cứ muốn tranh đấu. Chúng ta phải giữ tâm cẩn thận, đừng châm ai và cũng đừng chích ai, để cho người ta an ổn tu tập. Bằng tấm lòng lành, chúng ta giúp cho đại chúng trong sạch để rửa sạch những sai quấy thì quý lắm, công đức rất nhiều. Thẳng thắn mà sửa cho nhau thì công đức rất nhiều; đây là điều Đức Phật rất mong trong chúng đời xử với nhau nên có cái tâm như vậy, quý lắm; nhưng đảng này chúng ta không có cái ý muốn cho mọi người thanh tịnh, chúng ta cứ như đi châm người này, lại đi chích người kia, để cho người ta đau khổ và rồi người ta phát bực sinh ra khổ não và rồi sinh bệnh. Muỗi còn truyền bệnh sốt rét nữa tức mình làm cho người ta tức phát run lên thì mình đúng là con muỗi sốt rét. Cho nên đại chúng đừng có cái vòi như con muỗi xấu lắm không nên.

Chúng ta từ đây quyết định làm thế nào mà miệng như hoa sen. Mỗi khi hé nở thì hương thơm phảng phất khắp cả không gian. Khi hé miệng để cho người ta hưởng sự thơm tho mát mẻ, thanh tịnh thì đây là miệng của con nhà Phật. Chúng ta chịu khó tu tập đi, đừng để chúng ta có cái miệng châm chích thì không nên. Nên đây những lời Phật nói thật đau lòng: ‘Chớ đem giáo lý làm binh khí để chỉ trích và công kích nhau’. Những lời Phật dạy cho chúng ta thanh tịnh mà chúng ta dùng làm những binh khí, những mũi kim để châm chích nhau, rồi chê bai lẫn nhau. Những cái đó thật là không nên, thật là đáng thương. Bởi vì không học, không khéo léo thọ trì, không biết thân mình là đồng đất, mai đây mạng chung rồi sẽ đem chôn vứt đi, không biết xứng lượng như thế, cho nên cứ tham, cứ giận hờn trách móc. Nếu vị nào hay cau có sân si, mặt mũi khó chịu thì biết là người chưa khéo thọ trì kinh sách, chưa xứng lượng quán sát thân mình mà cứ tưởng là hay lắm, tưởng tốt đẹp lắm. Thật ra chỉ khiến cho người ngoài thấy thương hại chúng ta vì đại quá, vì cứ tranh chấp là lấy phần hơn và đẩy phần kém cho người khác. Chấp khư khư cho mình phải và người ta là trái. Có những người trái rõ ràng như khi sân rồi thì nói những lời rất thô, lại bênh vực tự bào chữa, chấp cái sai của mình cho là đúng. Cho nên, chúng ta phải xứng lượng quán sát để biết sự thật mà tiêu ba cái lầm là tham sân si.

Chúng ta muốn thanh tịnh thì phải bảo tồn sự hòa hợp trong chúng. Nếu tâm ta một lòng mong sự an vui cho chi

em thì tâm ấy là tâm tốt đẹp. Tâm ấy là tâm thanh tịnh, còn cứ gai góc sinh chuyện với người này, xoay sở với người kia để cho trong chúng tan vỡ thì chính tâm mình là không lành, không muốn an hòa cho chị em, chính tâm ấy không phải là tâm thanh tịnh. Cho nên, chúng ta phải bảo vệ đoàn thể để mình nương tựa đoàn thể ấy mà sự thanh tịnh của mình được lâu dài.

“Chúng ta phải sáng tỏ chánh pháp mới mong được an vui niết bàn”: Đức Phật giảng pháp thoại cách đây 2600 năm và liệt vị tổ sư đã làm nhíp cầu nổi truyền cho tới ngày nay. Các ngài đã rộng truyền bá từ Ấn Độ, sang Trung hoa rồi sang Việt Nam và nhiều nước trên toàn thế giới cho tới ngày nay chúng ta được học. Đức Phật mong chúng ta theo kinh hướng dẫn mà đạt được niềm vui vi diệu của Niết bàn tịch diệt. Muốn có an vui tịch diệt đó thì chúng ta phải sáng tỏ chánh pháp. Chánh pháp là dùng pháp để hưng long những sự sáng suốt, chân chánh, đúng đắn. Chúng ta phải học kinh sách của Phật, phải sáng tỏ để biết cái nào là chánh, cái nào là sai để bỏ những sai quấy, bỏ những mê lầm đi sẽ được an vui cùng cực. Đức Phật gọi là Niết bàn tịch diệt, ngay tên Niết bàn cũng đã nêu lên công phu cần diệt sạch những lầm mê như bản, sai quấy thì tự tánh an vui của chúng ta sẽ được hiển lộ. Như vậy, muốn được an vui ấy thì chúng ta phải sáng tỏ chánh pháp mà muốn sáng tỏ chánh pháp thì bản thân chúng ta phải bình an. Muốn được bình an bản thân thì chỗ chúng ta

đang sống đây phải được bình an, cho nên phải bảo vệ đoàn thể tăng già cho được hòa hợp an vui và ai nấy đều sáng tỏ chánh pháp và hưởng niềm vui niết bàn.

Như vậy, chúng ta đừng có đem giáo lý của Phật ra để làm binh khí xoay sở nhau để bài bác chống trái nhau mà ngược lại đem những lời Phật mà sáng tỏ cho nhau để cùng nhau hưởng an vui niết bàn, nghĩa là cùng nhau tiêu trừ những sai quấy lầm mê, để cùng hưởng cảnh thánh hiền an vui. Đó là mục đích của Phật khi giảng pháp và cũng là mục đích của liệt vị tổ sư đã tận tình truyền bá Phật pháp cho tới ngày hôm nay. Đức Phật đã nói những lời này và các tổ viết lại cho chúng ta, chỉ cốt cho chúng ta được hưởng an vui niết bàn.

#### vii. *Xuất gia*

Chúng ta xứng lượng quan sát nghĩa của chữ ‘Xuất gia’. Xuất là ra, gia là nhà. Chúng ta phải khéo léo thọ trì hai chữ xuất gia, phải tinh thông ý nghĩa của hai chữ xuất gia xem nó còn có nghĩa gì nữa. Nói đủ, xuất gia là xuất thế tục gia, xuất phiền não gia và xuất tam giới gia.

##### a. *Xuất gia là xuất thế tục gia*

Xuất gia là rời cha mẹ, gia đình, thân tộc và nhà cửa để vào chùa. Mặc dù ra khỏi nhà rồi, Phật còn thêm một sự tương để dễ phân biệt với người thế tục là cạo đầu. Phải những tóc trên đầu đi tức là phải những phiền não ở trong tâm mình, phải những dòng suy nghĩ hư vọng. Đừng nhận

là tôi thích cái này, tôi yêu cái kia, tôi ghét cái nọ, suốt ngày trôi buộc chúng ta tạo nghiệp. Bây giờ dừng lại, tự khép mình trong chôn thiên môn để học nếp sống nghiêm tịnh giải thoát.

Thân này rồi sẽ long rụng mủn tàn trả về cho đất, bởi vì nó vốn là đất. Giá trị của thân cũng chỉ có thể thôi, thế cho nên phát nguyện xuất gia giữ các giới của Đức Phật, không tham đắm ngũ dục (tài sắc danh lợi thực thù) của thế gian, không mong để vợ về cho thân mình thọ hưởng. Dù thọ hưởng sung sướng đến đâu thì mai đây cũng đem chôn xuống đất, cũng không đưa ta về giải thoát được. Đó là xứng lượng quan sát nghĩa ra khỏi nhà thế gian.

#### *b. Xuất gia là xuất phiền não gia*

Chúng ta ở nhà, ở gia đình quyền thuộc của chúng ta, rồi bây giờ xuất gia ra khỏi nhà là một việc. Chúng ta còn có căn nhà tậ nữa mà chúng ta cần phải ra khỏi là ngục tù vô minh phiền não. Như chúng ta nghe nói người ta mang dâu cho tắm ăn để nó kéo kén, tự nó nhả tơ rồi tự nó kéo kén để bọc trùm thân nó kín mít ở trong cái kén ấy. Vì tơ tốt lắm, nên người ta muốn lấy tơ dệt vải. Muốn lấy tơ thì cái kén có con tằm nằm ở trong đó, rồi người ta bỏ kén vào nước sôi để luộc và lấy tơ dệt áo. Đòi tằm vẫn cứ như thế từ kiếp này sang kiếp khác và cho tới bây giờ. Vậy thì con tằm là khôn hay dại? Kén của con tằm thì chúng ta có thể trông thấy rõ, còn chính bản thân chúng ta cũng cứ nhả tơ, kéo kén suốt ngày. Tâm của chúng ta cứ nghĩ yêu,



thương, mừng, giận, hờn, đủ chuyện lung củng suốt ngày từ sáng đến tối, không có giờ phút nào ngưng. Chúng ta cứ như con tằm suốt ngày nhả tơ để tự cuốn mình, bọc kín mình trong cái kén phiền não. Con tằm người ta bỏ vào nước sôi, luộc chín thì nó chỉ chết có một cái thân ấy thôi. Còn chúng ta suốt ngày ở trong cái kén vô minh từ vô thủy ấy thì nó dẫn chúng ta nhiều đời đọa lạc trong sáu đạo. Cứ suốt ngày nghĩ những tham sân si, những chuyện tầm phào không đầu, không đuôi không đầu không đuôi gì cả, chúng ta cho là vui nhưng Đức Phật gọi là phiền não, là khổ, bởi vì toàn là những não loạn khiến chúng ta không tỉnh được ra. Cứ ở trong đường mê như thế, kéo cái kén vô minh nên hết thân này đến thân kia rồi lại vào địa ngục.

Như có một vị Tam tạng pháp sư phải chịu năm trăm đời làm con chó chỉ vì do chê một thầy tỳ kheo già rằng: “Thầy tụng kinh như chó sủa”. Bởi vì tâm nghĩ vị sư đó tụng kinh ngò ngộ, âm thanh không có trang nghiêm thì liền tưởng nghĩ đến giống như tiếng chó sủa. Tâm vừa nghĩ tiếng chó sủa là miệng nói ra lời giống như chó, thế là 500 đời làm thân chó. Tâm suy nghĩ của chúng ta cứ nghĩ hết chuyện này đến chuyện kia giống như con tằm kéo kén để giam hãm mình vào ngục tù vô minh, cho nên xuất gia là ra khỏi ngục tù vô minh đó. Vì vậy, Đức Phật đặt ra phương pháp dễ dàng là chúng ta quán Tứ niệm xứ để tập ra khỏi cái kén, để dừng những dòng suy nghĩ suốt ngày hết ngày này qua tháng khác. Chúng ta xuất gia rời gia đình để tập ra khỏi những nhà vô minh, những kén phiền

não, những sự lầm mê. Ai không học Phật thì sẽ không biết những suy nghĩ đó không phải mình. Đây là điều lầm mê mà chúng ta cần phải ra khỏi. Cho nên tới chùa học Tứ niệm xứ, Đức Phật mới dạy quán thân, quán thọ, quán tâm, quán pháp, tức quán thấy những cái đó là hư vọng, không nhận nó làm mình. Biết là huyễn thì nó tự tan, chỉ tại mình cứ nắm lấy nó mà tính toán suy nghĩ, cho nên thành ra chúng ta ở trong căn nhà phiền não vô minh.

Ra khỏi phiền não là ra khỏi căn nhà vô minh, ra khỏi cái kén con tầm phiền não. Chúng ta phải tỉnh ra, phải học Tứ Niệm Xứ, thực hành mỗi ngày mỗi quán chiếu đi sâu, bởi vì kén vô minh phiền não này đáng sợ lắm. Chúng ta đã cuốn nó, đã nhả tư phiền não trong kén vô minh này từ vô thủy đến giờ, nhận nó làm mình. Cho nên bây giờ muốn xả được là phải học bộ Tứ Niệm Xứ để cắt những sợi tơ ràng buộc, để thoát khỏi căn nhà vô minh phiền não. Đây là việc chúng ta đang làm để hy vọng ngày mai sáng tỏ chánh pháp. Nếu đi đúng đường, khéo léo thọ trì, tinh thông nghĩa lý, phải xứng lượng mà quan sát thì sẽ sáng tỏ được chánh pháp.

### *c. Xuất tam giới gia*

Tam giới gia là chúng ta ra khỏi ba nhà: dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Nhờ lời Phật dạy, chúng ta biết cắt những sợi tơ vô minh phiền não, để ra khỏi nhà sanh tử, ra khỏi vòng luân hồi. Cao nhất của cõi dục giới là loài người, còn lại là địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh, đùng vào

trong cõi dục giới này nữa. Cao hơn cõi dục giới có cõi sắc giới và vô sắc giới, là cõi của các vị trời, còn từ các cõi trời trở xuống là dục giới. Dục giới là còn bị chi phối bởi sanh già bệnh chết. Cứ sanh ra có cái thân rồi bị già, rồi bệnh hoạn, rồi bỏ vào quan tài rồi lại đem chôn. Cứ tiếp diễn hết đời này đến đời kia, sanh ra rồi lại bỏ vào quan tài rồi đem chôn, lần lượt trả cho đất và khi đem chôn xuống đất như thế thì tâm chúng ta cứ mù mịt trong kén phiền não, không đủ sức sáng. Cho nên lại đâm đầu vào bào thai nào đó, rồi lại có thân rồi lại già lại bệnh, rồi lại bỏ vào quan tài lại đem chôn. Cứ như thế tái diễn từ vô thủy đến giờ, cứ tự chìm mình vào địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh. Bây giờ vâng lời Phật không tư vương những phiền não, những yêu thích giận hờn, những hư vọng, cắt hết những cái ấy để ra khỏi ba cõi. Chúng ta phải tranh thủ thời gian quán chiếu trước khi vô thường già chết đến. Để ngày mai trả thân này lại cho vào quan tài rồi thì tinh thần của chúng ta phải sáng suốt, không đi theo những sự ưa thích, sự khổ vui, không nhận là nó, để không đâm đầu vào những bào thai con trâu, con bò hay vào bào thai con người, hay không sinh lên làm ông trời.

Chúng ta chỉ muốn phải ra khỏi căn nhà sanh tử, ra khỏi ba cõi luân hồi và nguyện từ cõi trời trở xuống chúng ta sẽ không có bèn măng. Hễ thoát được ba cõi thì hưởng sự an vui Niết bàn thì gọi là sáng tỏ chánh pháp để được an vui tịch diệt. Được sống trong cảnh an vui tịch diệt của

Niết bàn thì chúng ta mới xong được mục đích của việc xuất gia của chúng ta.

d. *Xuất Gia là Có Hiếu*

Xuất gia không phải là người bất hiếu mà trái lại là rất có hiếu thảo. Cũng như người trồng cây xoài, nếu ra những trái xoài thật ngọt, thật thơm, thật ngon thì người bán sẽ được nhiều tiền. Nếu cũng trồng một cây nhưng nhằm hạt giống nó thành cây độc, quả nó thành trái độc. Chẳng những không lợi mà ai không may mà ăn phải trái ấy thì nguy hiểm. Kết quả trong hai người trồng cây thì ai có nhiều tiền? Người trồng được xoài ngọt thì được nhiều tiền. Cũng thế nuôi con lớn lên mà nó biết hiện thiện đạo đức, mỗi lời nói, mỗi ý nghĩa, việc làm đem lợi ích cho mọi người thì người trồng cây ấy có được phước không? Còn cũng nuôi một người con mà lớn lên nào tham sân, ăn trộm, nói láo, trộm cắp thế thì người ấy được lãi, được tiền gì không? Chẳng những không được lãi được tiền mà còn khôn khổ về đứa con. Nếu là cây độc thì thà đem chôn, đốt và vứt đi là xong việc, nhưng đứa con thì không phải mỗi một chốc lại đem bỏ và vứt đi. Cha mẹ phải chịu đựng những hư hỏng của đứa con mất dạy. Thế cho nên, nuôi một đứa con mà thành thánh hiền thì bố mẹ được hưởng phước không những trong một kiếp này mà còn mãi mãi về sau. Nếu đứa con mà giải thoát thì bố mẹ nhất định cũng được hưởng.

Trong kinh A-hàm, Đức Phật có nói đi nói lại, khi người con tu hành, không những đợi chứng quả, mà ngay lúc này hướng về trì giới, hướng về tiêu trừ ba độc tham sân si thì không những cha mẹ, ngay đến bà con họ hàng mà ngay cả đến trong bà con họ hàng ai nghĩ đến vị xuất gia đó đều được hưởng phước cả. Hưởng chi cha mẹ là gốc đã phát sanh ra đứa trẻ đó thì phước đức ngần nào. Đây Đức Phật nói nghĩ đến người ấy đã có phước rồi chứ khoan nói thật sự phước đức của người con tu tập, người con xuất gia ấy có phước đức đền ơn cha mẹ. Thế cho nên người xuất gia cũng giống như là quả xoài ngọt.

Tuy rằng bây giờ là rời cha mẹ, chúng ta thiếu bổn phận hầu hạ cơm ngon canh ngọt cho cha mẹ. Tuy không đền ơn thường thân cận phụng dưỡng, nhưng không có mình cũng có người khác trong gia đình mà cha mẹ cũng tự lập được, không đến nỗi nào mà trong thời gian ấy, chúng ta tu tập ra khỏi được vô minh phiền não, lên được thánh địa, ở địa vị thánh hiền thì phước ấy toả khắp chúng sanh thì chính cha mẹ chúng ta cũng được hưởng.

Những lời Đức Phật nói trong Kinh Thanh Tịnh (Trường A Hàm, số 17) là để tán thán công đức của các bậc cha mẹ có con xuất gia. Cho nên cha mẹ nên xem kinh Thanh Tịnh này để cho các bậc cha mẹ biết phước đức khi cho con rời gia đình, ra khỏi vòng tay âu yếm của cha mẹ để xuất gia, bởi vì tình thương của cha mẹ như biển hồ lai láng. Nhưng chính biển hồ lai láng là chỗ trầm luân, vì mở rộng về vô minh và đắm chìm trong tham sân si. Thế cho

nên từ biệt cha mẹ ra khỏi nhà thế tục, nghĩa là ra khỏi các thứ gì mà gọi là thế tục, để được ra vào trong cửa Phật. Chúng ta được học lời Đức Phật dạy trong A-hàm và thực hiện Tứ Niệm Xứ để chúng ta thoát ly khỏi cái kén của con tầm, thoát ly khỏi sự nhả tư phiền não trong căn nhà tam giới vô minh như thế và xuất gia là thắng duyên lớn giúp ta toàn tâm, toàn trí bước ra khỏi lửa tam giới này.

Khi đã xuất gia rồi thì cố gắng tu tập, nhất là những thanh niên tuổi trẻ còn tràn trề sức khỏe tu học, còn có khả năng để thiền tọa, lễ bái sám, chứ còn già nua lụm cùm thì chỉ ngồi đó thôi, cho nên khi còn trẻ phải tranh thủ cố gắng tu. Tu để giải thoát kiếp sau đừng có vướng vào bất cứ thân của loài nào trong sáu cõi. Hễ mất thân bằng cơm bằng gạo này lại lãnh thân khác, lại lần lượt vào quan tài và đem chôn thì khổ lắm. Chúng ta học bài kinh Thanh tịnh này để tâm hồn chúng ta trong treo sạch sẽ. Sạch nghĩa là bỏ hết những làm mê của người thế gian, cho nên trở thành sạch sẽ. Khéo léo thọ trì thâm nhuần ý vị của bài kinh Thanh tịnh.

Những bậc xuất gia đã rời bỏ gia đình xã hội, không có làm một nghề gì để kiếm ra tiền bạc; ăn uống, y phục, hoàn toàn là trông cậy vào lòng tốt của thập phương tín thí. Những người thế gian phải cày ruộng để có gạo cho chúng ta. Người ta trồng cây vắt vả, cả nhà thức khuya dậy sớm, mới có rau, khoai, gạo, sắn mang lên chùa cho chúng ta. Người ta lao碌 cực khổ mới có tiền mua vải cho chúng ta. Thức khuya, dậy sớm, chịu nắng mưa giải dầu,

vất vả để kinh doanh xoay sở, mới ra các vật dụng. Chúng ta ngồi không mà hưởng những sự vất vả nhọc nhằn của thí chủ, ngồi mát trong chùa mà hưởng các công lao của thí chủ, vậy mà mình lại phung phí, còn xe xua, áo đẹp thì như thế chúng ta là những người không biết nghĩ, không biết lẽ phải.

Chúng ta tạm mượn tứ sự cúng dường của đàn na tín thí, tạm dùng để tu để học đạo. Tín thí trông mong ngày mai chúng ta đắc đạo để họ được hưởng phước do sự đền ơn đáp nghĩa của chúng ta, cho nên ngay hiện tại chúng ta phải như pháp, như luật, như lời Phật dạy mà tu tập. Chúng ta học, chúng ta tu, đem công đức này hồi hướng cho các thí chủ. Đây là chúng ta vay và chúng ta phải có công đức để trả. Vậy hãy xét xem công đức mình có đủ để trả cho người ta chưa? Mà còn xe xua tham mặc những áo đẹp, đòi thứ này muốn thứ khác. Đó là tướng mạo của người không biết nghĩ. Rồi xét đức hạnh của mình có xứng đáng thọ tín thí không? Của thập phương đây nếu chúng ta học đạo mà không thông lý thì mai sau mang thân ra để đền ơn tín thí.

“Học đạo mà không thông lý thì mai sau mang thân ra đền ơn tín thí”: đây là điều chúng ta phải nhớ trọn đời, phải thực hành mỗi ngày khi ăn cơm, mỗi khi thọ dụng. Hễ còn dùng của tín thí thì còn phải nhớ, phải thực tập. Phần nhiều số đông loại vật mà nuôi ở trong nhà, là do thiếu nợ tín thí. Trả nợ bằng cách làm con chó giữ nhà, giữ của cải; làm con mèo để canh gác những con chuột để nó

không đến phá đồ đạc áo quần của chủ nhà; làm con trâu để kéo cày trả nợ; cứ làm đủ loại thân bần sanh để đền nợ. Thế cho nên người tu làm thế nào để đừng nợ ai cả mà lại còn dư phước để ban bố cho những người xung quanh mình thì như thế mới được. Người bán chim lồng, cá chậu vì con chim, con cá nợ tiền người bán hàng, cho nên nó phải đem thân nó để đền nợ đó. Nợ là cái khổ, là đọa lạc cho nên những bậc xuất gia thanh tịnh, vâng lời Phật không có cầu những vật dụng dư thừa. Sống vừa đủ gọi là ít muốn biết đủ, cho nên người muốn thanh tịnh là người chỉ mặc những áo thô xấu, những vải tầm thường không có giá trị, tuy nhiên chúng ta phải chỉnh tề, sạch sẽ thơm mát, nề nếp, đứng đắn, nghiêm trang. Như thế là góp phần cho chúng ta thành những người trong sạch thanh tịnh.

“Này các tỳ kheo, ăn uống ta cho hai việc: tự đi khát thực hoặc cư sĩ cúng dường là để được thanh tịnh”: Khất là xin, thực là ăn. Đi xin để ăn hoặc do cư sĩ tự ý mang đến chùa cho mình. Tại sao Đức Phật không dạy chúng ta tự lập tự cường, tự nuôi sống lấy mình mà lại đi nhờ vả đàn na tín thí như thế? Làm sao đi xin ăn, quấy rầy thiên hạ mà lại bảo là chúng ta được thanh tịnh? Vì khi đi xin ăn như vậy, chúng ta sẽ xả được ngã ái, ngã chấp của mình. Ngã ái, ngã chấp là gốc của tất cả tham sân si. Bởi vì si nên mới tham mà tham không được thì sân, cho nên nếu xả được ngã ái thì chúng ta sẽ được thanh tịnh. Chúng ta càng hạ mình, càng khiêm tốn, càng nhún nhường, càng nhẫn hòa bao nhiêu thì tâm đức của mình càng cao bấy nhiêu.



Người càng tự hạ mình bao nhiêu thì người ấy đạo đức càng cao bấy nhiêu, còn người vênh váo cậy mình bao nhiêu thì là người ấy càng thấp bấy nhiêu. Đức Phật tìm nhiều phương pháp để chỉ dạy cho chúng ta tiêu trừ thói cống cao, kiêu mạn cho đến ngã ái, ngã chấp cũng phải đào bới cho sạch đi, thế thì chúng ta mới thanh tịnh được.

Vì sao nhận của thập phương tín thí cúng dường là chúng ta tu học được hạnh thanh tịnh? Vì chúng ta mong tu tập giỏi để đền ơn tín thí, sớm chiều chúng ta nhớ ơn lớn của các Phật tử cắt phần nhường bụng của con cháu trong nhà để cúng dường cho chúng ta. Khi chúng ta có tâm biết mang ơn và đền ơn tín thí như thế thì chúng ta không dám lơ là sự học và sự tu của mình. Chúng ta vâng lời răn rập những gì Đức Phật dạy để chúng ta có được sự thanh tịnh. Có được sự thanh tịnh thì chúng ta mới đền ơn đáp nghĩa mười phương tín thí được. Thế cho nên việc Phật dạy chúng ta phải đi khát thực và sống hoàn toàn bằng sự cúng dường của thập phương, đây chính là một phương pháp để rửa sạch tâm hồn của chúng ta cho sạch sẽ. Như vậy, cũng mới xứng đáng nhận của tín thí và nếu chúng ta không chân thật tu hành như vậy thì thập phương sẽ không cúng dường nữa. Thập phương tín thí không sống chung với chúng ta nên người ta không biết, nhưng có Phật và bách thần trông thấy. Cho nên, chúng ta tu hành chân thật là chúng ta đáp ơn tín thí và vì biết ơn, đền ơn cho nên chúng ta luôn luôn giữ tâm thanh tịnh.

“Ăn để đỡ đói khát, bảo tồn tánh mạng, phải biết vừa đủ”: Chúng ta có hai sự khổ bức bách, cho nên bây giờ cần phải ăn và uống để hiện tại đỡ cái khổ đói khát. Nếu chúng ta ăn đủ no thì chúng ta mới sống được, gọi là bảo tồn tánh mạng, tức bảo tồn sự sống thì chúng ta mới còn thời để học, để tu. Nếu không ăn thì bây giờ thân thể đói khát mà rồi lại đưa đến bệnh hoạn ốm đau rồi phải chết vì thân của mình làm bằng đất, bằng nước cho nên bây giờ không đổ đất đổ nước vào thì nó phải chết. Nó không có chất liệu để nó sống thì nó phải chết. Cho nên ăn để đỡ đói khát, để bảo tồn tánh mạng. Thế thì chúng ta có nên ăn thật nhiều, chọn những đồ thật ngon, thật bổ để ăn, để bảo tồn tánh mạng sống thật lâu, có thể sống vài ba trăm năm? Thật ra, ăn nhiều thì vỡ bụng, vì bao tử của mình chỉ có thể chứa dung lượng vừa đủ. Thân của mình không phải đắp bồi một lúc, ăn một hơi mà nó là một sự tiếp nối từ từ mỗi ngày, cho nên ngày nào cũng phải ăn, phải uống và phải thở. Chúng ta cần thở nhiều hơn, lúc nào cũng thở suốt ngày, suốt đêm, nhưng ăn thì mỗi ngày chỉ ăn vài bữa, uống thì khi nào khát mới uống. Chúng ta cần ở những nơi thoáng để thở không khí tốt lành vì hơi thở rất cần thiết, cho nên Đức Phật dạy chúng ta quán sổ tức, điều hòa hơi thở. Chúng ta trở về an định tinh thần theo hơi thở. Mỗi buổi sáng phải ra tập thể dục quán pháp từ bi, chúng ta vừa vận chuyển làm các động tác và vừa luyện hơi thở cho nó dài. Buổi sáng không khí trong sạch thì nó đem chất bổ vào thân để bảo vệ sức khỏe cho chúng ta. Tránh những chỗ ngồi lâu nơi tụ hội, không có lợi. Cần

phải ở chỗ mát khoẻ nên cần phải mở tung các cửa mà không nên đóng người, chỉ nên vừa phải để lấy không khí vì nó là chất bổ cần yếu. Chúng ta thở suốt ngày, không khí không mất tiền mua, nên mỗi người tự lo tìm không khí trong sạch cho chính mình.

Chúng ta không thể ăn thật nhiều để kéo dài mạng sống đến vài ba trăm tuổi, bởi vì ăn uống phải điều hòa mỗi ngày một ít để bồi bổ vào những chỗ thiếu thốn của thân, chứ không có dồn vào thật nhiều được bởi lẽ “Hễ tham thì thâm, ông Bụt bảo rằng thì chớ có tham.” Ăn vừa phải, điều hòa, không những vừa đủ về phần lượng mà còn về phần phẩm chất. Không được chọn món ngon mình ăn, còn món dở thì đẩy cho người khác. Vì chúng ta biết chọn món ngon cho mình thì người khác cũng biết ưa thích cái ngon; chúng ta ghét món dở thì người khác cũng không ưa cái dở. Nếu bao nhiêu món dở chúng ta đẩy cho người khác thì đó là tướng mạo ích kỷ, vô lễ, không lịch sự, không biết lẽ phải. Phần của chúng ta thì chúng ta phải ăn, trong phần đó có ngon và dở. Nhiều khi món dở lại có đủ chất bổ, dù vị của nó không ngon, không hợp với lưỡi của mình. Cơ thể là một tạp hợp nhiều chất, nên thức ăn mỗi thứ có một chất bổ riêng của chất sắt, chất thiếc, chất đồng, chất vôi, để cung ứng vào sự thiếu thốn của cơ thể. Cho nên chúng ta ăn mỗi thứ một ít cho nó đủ các chất, không nên chọn thứ này, bỏ thứ kia, thành ra cơ thể chúng ta không đủ chất bổ. Đừng kén các thứ vừa ý mà bỏ cái thứ khác, như vậy tưởng mình khôn mà hóa ra là dại.

Bài kinh này là Thanh tịnh mà đây Đức Phật dạy chúng ta là ăn đừng cầu ngon, mặc đừng cầu đẹp, ở đừng cầu sang, miễn sao cho đỡ đói khát, đỡ nóng lạnh, che nắng mưa là được, bởi vì tâm chúng ta tuy không hình không tướng, nhưng sự thanh tịnh hay không thanh tịnh vẫn hiện hình tướng ở lời nói, hành vi, cử chỉ, cách ăn uống, đi đứng, nằm ngồi và nếp sống hàng ngày của chúng ta. Ăn uống là nguồn gốc của sự sống, nên người nào đã giác tỉnh biết thân mình bằng đất, biết thân này giả tạm, không hệ lụy, không nô lệ thân thì người ấy ăn chỉ đủ để khỏi đói. Tâm thanh tịnh xa lìa ba độc tham sân si, ăn uống đạm bạc, không quá nô lệ miếng ăn, không hệ lụy y phục quý giá, không ở chỗ cao sang, không đòi hỏi thuốc men loại tốt đắt tiền, miễn trị được bệnh là được. Đời sống an tịnh là đời sống đơn giản, không cầu những cái vui bên ngoài. Đừng tìm vui ở tiếng khen, đừng tìm ở danh giá, đừng tìm ở tiền bạc, đừng tìm ở ăn uống. Những cái hào huyền bên ngoài không phải là cái vui thật. Chúng ta nên tìm cái vui ở ngay mình, bằng cách lìa bỏ tất cả không tham, không giận, không yêu, không ghét, không bận lòng cái gì cả, trở về nhất tâm. Trở về tâm của mình để ngày mai mình được tâm an lạc giải thoát. Đó là niềm vui thật sự là cái gốc để thành chứng A-la-hán và quả Phật trong tương lai.

Điểm cuối cùng của bài kinh Thanh Tịnh là tìm cái vui hàng ngày ở tâm, đừng tìm cầu cái vui ở bên ngoài. Đức Phật dạy chúng ta tìm cái vui ở ngay nơi mình nghĩa là

buông ra đừng cầu tìm một cái gì bên ngoài cả. Bỏ hết mà quay về mình quán Tứ niệm xứ sẽ từ từ chứng Tứ thiền. Sơ thiền là người mới nhập thiền thì bắt đầu lìa sáu trần bên ngoài, lìa thị phi nói chuyện, không ăn, không uống, không chơi, không múa không hát mà an tĩnh, chiếu soi hơi thở của mình. Khi buông hết những thứ bên ngoài thì tự nhiên tâm bình an. Buông hết, không tham, không giận, không đòi, không muốn gì cả thì một sự yên ổn hiện lên, sẽ thấy một sự vui vi diệu. Tất cả ai thực tập sẽ thấy lời Phật dạy không sai. Đức Phật cho chúng ta hưởng sự vui của sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền này và niềm vui này không hệ lụy đến ai cả mà lại khiến mình thanh tịnh buông sạch hết các thứ trần lao. Chúng ta bỏ sạch, ngồi an định, trở về với mình. Sáng suốt thấy được mình bởi vì bản chất của chúng ta vốn là sự an vui của các thiền duyệt vi thực này.

Thiền duyệt nghĩa là sự an vui do thiền định sanh ra. Từ vô thủy đến giờ, chúng ta cứ đại vơ những cái bên ngoài vào để mà buồn vui. Chúng ta vui ở miếng ăn, ở đồng tiền, tiếng khen, y phục, bạn bè, tiệc tùng, nghĩa là cứ phải hệ lụy bên ngoài, hệ lụy người này, hệ lụy người kia, cho nên đấng Phật khuyên chúng ta không cầu những cái vui ấy mà nên quay về mình tìm cái vui ở ngay mình. Chúng ta cứ buông sạch niềm vui giả tạm, trở về với mình thì chúng ta sẽ hưởng sự vui lâu dài ở tâm an tịnh của mình. Niềm vui an định bên trong này chẳng hệ lụy tới ai mà là cái gốc để ngày mai chúng ta tiến lên ngôi hiền, ngôi

thánh, thoát luân hồi, đó là niềm vui chân thật giải thoát. Việc này Đức Phật đã nói cách đây hai ngàn sáu trăm năm và liệt vị tổ sư đã truyền lại cho đến hôm nay chúng ta được nghe. Bây giờ ở nhiều nơi trên thế giới, các Phật tử đang tu tập theo lời Phật dạy là cũng đang bắt chước để hưởng thú vui chân thật giải thoát này.

“Đức Phật chỉ giảng những gì đem lại lợi ích thiết thực”: Có ngoại đạo chê Sa môn Cồ Đàm không biết gì về thế giới cả. Thật ra, Đức Phật có nhất thiết trí biết hết tất cả những gì trên thế gian này, nhưng Đức Phật không trả lời những câu hỏi trừu tượng không thiết thực về thế giới vũ trụ bao la xung quanh mà ngài chỉ giảng về những gì thiết yếu và đem lại kết quả hiện tại và vị lai. Đức Phật chỉ giảng những pháp môn giải thoát, đem lại hạnh phúc, thoát khổ. Đây gọi là kiên thật, đúng nghĩa chứ không học bừa bãi. Kiên là kiên cố, thật là chân thật, học để nhận được sự chân thật bền vững của tâm giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Học những phương pháp để trở về nắm được những kết quả chân thật mà lâu bền, còn nếu học làm phước thì mai được làm ông vua hay có phước, có tiền nhiều, nhưng làm vua rồi mai chết cũng hết chuyện. Có tiền tiêu hết thì nó cũng hết hay được người ta quý trọng thì cũng thích nhưng những cái đó không bền lâu. Đức Phật không dạy chúng ta tìm cầu những quả báu ấy mà nên học phương pháp tu tập để sau này nhận lấy tâm an vui giải thoát của mình, cái ấy bền chắc, vĩnh viễn an vui, chứ không cầu phúc đức ngắn ngủi tạm thời. Học thì trạch pháp lựa những cái hư vọng

bỏ đi, lấy những điều thiết thực đưa mình về cảnh giới chân thật yên vui để mình có khả năng thực sự, có khả năng cứu độ cho cha mẹ ông bà quyến thuộc quá vãng trong nhiều đời, có khả năng đạt được tâm an lạc giải thoát thanh tịnh khiến mình và người đều lợi lạc.

### **39. THẤT GIÁC CHI THAY CHO KHỔ HẠNH**

Kinh A-ma-trú (Trường A Hàm, số 20), Kinh Đa Giới (Trung A Hàm, Phẩm 14, số 181), Kinh Câu-Lâu-Sầu (Trung A Hàm, Phẩm 13, số 169), Kinh Ưu-đàm-bà-la (Trung A Hàm, Phẩm 9, số 104), Đức Phật khuyên các ngoại đạo Vô-nhuế, A-ma-trú thay vì tu tập khổ hạnh thì nên tập hành trì Thất giác chi là bảy cảnh giác tỉnh để lựa cho con đường tu tập chân chánh mang lợi ích thân tâm trong hiện tại và tương lai. Bảy cảnh bồ đề gồm có trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, niệm, định và xả.

1) Trạch pháp: là có trí tuệ biết phân biệt thiện hay ác, phải hay trái. Đừng có nhắm mắt làm bừa theo các nhà khổ hạnh khác như đứng một chân, ngày ăn một giọt súp, quỳ chân chống lên trời, nhịn đói khiến thân thể ốm mòn chỉ còn xương bọc da, khiến thân thể gầy mòn không có lợi ích gì và cứ khư khư cho khổ hạnh là tốt, sẽ được sanh lên cõi trời Phạm thiên, rồi cứ đày đọa xác thân; hoặc cứ sát sanh, cứ trộm cắp, cứ nói dối và nói như vậy là chuyện nhỏ, không ăn thua gì. Cho nên đây trước hết phải có trí tuệ phân biệt, phải trái, chánh tà, thật giả. Nếu ai chủ trương những pháp không lành, những đen tối, ô uế, ác hại thì chúng ta

phải vứt bỏ những cái này đi, rồi lựa các pháp lành vi diệu của thánh hiền để tu tập. Phải có trí tuệ phân biệt minh bạch ác và thiện rõ ràng như thế thì là gọi trạch pháp.

2) Tinh tấn: Sau khi minh bạch xấu tốt rồi thì buông những ác xấu đi và theo đường lành chân thật. Tinh tấn loại bỏ khổ hạnh bởi vì nó chỉ khiến thân hiện tại mệt nhọc và không phải là chánh nhân để đưa về cõi an lạc. Thân đau đớn thì tâm không an được, nên một lòng bỏ tà và theo chánh nhân thật sự như Tứ niệm xứ để đưa đến an lạc hiện tại và tương lai.

3) Hỷ: niềm vui mừng hiện lên. Do an định vào điều thiện, hoàn toàn sống với điều thiện buông hết ác nên mừng với việc làm của mình được thành công, mừng vì làm chủ được tâm của mình.

4) Khinh an: giữ sạch được những tà bậy thì toàn thân nhẹ nhàng yên ổn, tiến tu để đến an vui. An định vào những đường thiện mà xả tất cả những xấu ác đi. Nếu tu đúng đường như vậy thì sẽ thấy dấu vết của đạo, sẽ thấy được đường đi; còn bây giờ cứ lo khổ hạnh loã thể hành xác để chịu rét, chịu nóng lạnh, hành hạ cái thân như thế mà cứ đi nói dối, sát sanh, tà hạnh thì giới hạnh thật khiếm khuyết. Tri kiến tức trí tuệ hiểu biết của ngoại đạo bị mờ mịt đi, bởi vì để cái thân hành hạ khốn khổ thì làm sao tỉnh táo. Như vậy, liệu các nhà ngoại đạo có đi về sự khinh an được không?



5) Niệm: Đức Phật vạch đường cho các nhà ngoại đạo thấy như thế và khuyên các ông đừng có bận lòng chuyện Đức Phật chê hay khen. Bây giờ ngoại đạo cứ minh định phải thấy cho rõ đường lối của các ông đi. Nếu thấy đường lối sánh tươi tốt đẹp thì ông cứ niệm tức nhớ đi, nhớ giữ, không được quên. Chứ giờ cứ lo hành hạ cái thân thì cái tâm sẽ bị khốn khổ mờ mịt. Nếu tâm mờ mịt thì trí tuệ không khai. Ngoại đạo cứ đường mê đường tà đi mãi, liệu có bao giờ các ông thoát khổ được không? Nên niệm nhớ như vậy mà theo đường chân chánh của Tứ niệm xứ, Thất giác chi, Ba mươi bảy Phẩm trợ đạo, vv...

6) Định: Vị tu bảy giác chi này nương vào chỉ (dùng), tức (tắt đi), dùng lại không có làm ác nữa. Không tìm sự an định ở hành hạ thân xác, ở các cách thức làm thân thể đau đớn, không dựa vào các trần bên ngoài mà định an trú vào nội lực bên trong.

7) Xả: là buông xả không nuôi tiếc những hạnh vô dụng không đưa đến an lạc thật sự. Giác tỉnh thì ai cũng có, chỉ cần quay nhìn lại thì sẽ tỉnh, tuy nhiên hạnh buông xả sáu trần hay pháp khổ hạnh của ngoại đạo thì tùy công phu từng người, có buông xả, không thêm khát nắm giữ các tà kiến, tà hạnh thì mới mong đi đúng, không uổng phí công phu tu tập.

## **40. THẾ GIAN GIẢI**

Ngoại đạo nói sa môn Thích Tử có nhiều việc chưa biết. Thế thì tại sao lại gọi là Phật? Nếu là Phật thì phải thông minh sáng suốt mà có nhiều việc không biết thì làm sao lại gọi là Đức Phật được. Đức Phật bảo: “Những việc quá khứ, hiện tại, vị lai nếu không chân chánh, hoặc không đem lại an vui thiết thực thì dĩ nhiên là Như Lai không có đề cập đến, mặc dù ngài là bậc Thế Gian Giải, nghĩa là biết hết tất cả trên thế gian. Từ khi chúng đạo cho đến chúng Niết bàn, Như Lai chỉ nói khi nào phải thời. Như lai chỉ nói những việc chân thật, đúng nghĩa, đúng pháp, lợi ích, không có nói phù phiếm vô dụng và nhất là đã nói cái gì thì làm đúng như lời mình nói. Như vậy, Đức Phật không khuyên chúng ta học những gì trừu tượng mênh mênh về thế giới vũ trụ bao la mà chỉ học những gì thiết thực lợi ích cho sự giải thoát khổ của con người.

## **41. THOÁT LUÂN HỒI SANH TỬ**

Lúc nào chúng ta cũng phải sáng suốt để ý hộ sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý), đề phòng sáu trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp), ngũ ấm (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) đang lôi cuốn chúng ta. Ngay từ ‘xúc’ giữa căn trần là chúng ta phải để ý rồi, chứ nhiều khi đến ‘hành’ chúng ta vẫn chưa nhận được mình. Cả ngũ ấm, năm cái này đi nhanh lắm mà chúng ta cứ nhận là mình từ vô thủy đến giờ cho nên ngũ ấm là mình, mình là ngũ ấm. Tỉnh được ra

không phải dễ, vì vậy Đức Phật phải trùng tuyên nói lại hoài trong 2.086 bài pháp thoại A-hàm.

Người học Phật mỗi khi gặp cảnh thuận nghịch, bất luận là vui hay buồn, thay vì đem tâm ra ngoài để ý đến âm thanh việc làm của người khác thì quay tâm trở lại ngó mình. ‘Sắc, thọ, tưởng, hành, thức’ đang nổi lên, chúng ta phải nhận rõ ràng, thấy nó và đừng nhận nó là mình. Như vậy, năm ấm sẽ không có chỗ đứng. Năm ấm là cái không hề có chỉ là tập khí vô minh của chúng ta theo nhân theo duyên hiển lên và tắt ngay. Chúng ta từ lâu không biết để cho năm ấm sai sử, chi phối và khiến cho chúng ta phải đọa địa ngục, làm loài súc sanh, con chó, trâu, gà, vịt hết kiếp này sang kiếp khác, không tỉnh được ra sự nguy hiểm đến trình độ ấy.

Bây giờ chúng ta chịu tỉnh, chịu nghe lời Phật để thoát ly sanh tử, đừng mắc vào bụng mẹ nữa. Chúng ta vừa từ bụng mẹ đi ra đây thì bây giờ đừng ái nhiễm, tham sân si để mắc vào bụng mẹ nữa. Đức Phật muốn giúp là giúp cho chúng ta hoàn toàn an vui, chứ không phải chỉ có giúp vui tạm thời. Chúng ta giúp cho chúng sanh ăn cơm, uống nước hôm nay thì hôm nay nó đỡ đói, đỡ khát thôi; rồi nó đi đường nó, nó cũng sẽ đói khát ngay mai nữa vì nghiệp lực đói khát của nó. Nó rét, nó bệnh chúng ta cho nó cái áo, cho nó thuốc men nhưng rồi nghiệp lực của nó sẽ lạnh rét và bệnh hoạn nữa. Nghiệp phận của chúng sanh là phải đói kém, bệnh hoạn. Chúng sanh thiếu thốn áo, thiếu ăn trầm trọng, vì nó phải trả cái nghiệp rét và nghiệp đói của

nó. Những sự giúp đỡ trên chỉ là những trợ giúp tạm thời mà ý Đức Phật muốn cho chúng sanh khỏi khổ vĩnh viễn, thoát khỏi bệnh đói, bệnh rét, thân bệnh vĩnh viễn. Vì thế, chúng ta phải làm cách nào đó để cho chúng sanh biết đường đi, thoát khỏi nghiệp khổ của nó.

Làm thế nào để thoát khỏi khổ vĩnh viễn? Muốn chúng sanh khỏi đói thì làm thế nào giúp cho chúng sanh khỏi nghiệp đói. Muốn chúng sanh khỏi bệnh thì làm thế nào giúp cho chúng sanh khỏi nghiệp bệnh. Hễ còn thân này thì chúng sanh còn chịu sự chi phối của nghiệp đói, nghiệp bệnh không bao giờ khỏi. Muốn cho chúng sanh vĩnh viễn không đói, không già, không bệnh, không chết thì phải giác tỉnh, học Phật pháp để chúng sanh tỉnh được, ra khỏi được luân hồi. Không còn sanh tử nữa thì nó mới hết khổ. Đây là chỗ trọng yếu của Đức Phật dạy khi giúp đỡ chúng sanh.

Từng lời trong A-hàm đã nói lên dụng ý và lòng từ bi của Đức Phật. Chúng sanh thích ăn ngon, mặc đẹp, thích cãi nhau, thích những cái để nó đi vào đường luân hồi. Chúng sanh thích chống đối, xoay sở, mưu mô, hại nhau cũng là những đường đi vào luân hồi. A-hàm chỉ cho chúng ta chuyển tâm niệm đau khổ đấu tranh luân hồi đó thành giải thoát an lạc.

Trong Tứ Thánh Đế dạy muốn thoát khỏi luân hồi thì phải biết nguyên nhân của khổ. Ta phải chữa bệnh từ cái gốc thì mới hết được. Thiện lành đưa về sanh tử gọi là hữu lậu. Đây là những thiện lành phàm phu, có phước mà

không có tuệ. Quả báo chỉ tạm thời, sanh lên cõi trời đỡ khổ đói kém lạnh rét, hưởng phước, hưởng tuổi thọ lâu hơn cõi người nhưng cõi trời vẫn còn bị sống chết nên là hữu lậu. Phước tuệ đưa ra ngoài thế gian, vượt thế gian, không còn bị sanh tử luân hồi nữa thì gọi là vô lậu nghiệp. Chúng ta muốn hoằng pháp phải học và hiểu Phật pháp phải thật hành cho đúng từ thấp đến cao. Trước hết phải chán cái khổ sanh tử, nếu cứ nắm chặt không chịu rời bỏ chỗ cũ thì làm sao tu tiên, nếu cứ quyến luyến thân và cảnh thế gian thì làm sao mà giải thoát? Phải chán khổ sanh tử để cầu phước tuệ hiền thánh. Thân này già, bệnh, chết bao nhiêu thứ khổ, cho nên chúng ta phải tu tập giới định tuệ, đạt tứ thiên, chứng tam minh và giải thoát. Đó là nấc thang để lên lầu A-hàm. Phải biết chán thân này không có bền, không có thật, cho nên hết lòng sớm bước lên nấc thang hiền thánh.

## **42. TINH TẤN TU TẬP ĐẾN ON TÍN THÍ**

Bất cứ pháp tu nào cũng cần phải tinh cần, không biếng nhác mới thành công. Quán Tứ niệm xứ cũng phải tinh cần không biếng nhác, phải ghi nhớ không lãng quên để diệt trừ các tham ưu. Quán thọ thì khổ để diệt trừ những tham ưu trong đời. Thọ là chúng ta nhận một cái gì bên ngoài vào mình như mắt thấy hình sắc, tai nghe âm thanh, lưỡi nhận vị trần, tay lãnh thọ quà cáp hay tịnh tài, như thế là thọ. Chúng ta cho thọ là vui, nên thích thọ, thọ càng nhiều càng tốt, nhưng Phật bảo thọ là khổ. Làm sao Phật tử cúng tiền, gia

đình cho thức ăn, bạn bè tặng kinh sách, chúng ta vui lắm, nhưng Đức Phật lại bảo là khổ. Tiền Phật tử cúng cho chúng ta là chúng ta lãnh thọ tịnh tài. Chúng ta sống trong chùa, Phật tử vác gạo và các thứ đến cúng chùa. Hàng ngày chúng ta ăn cơm, chúng ta thấy thế thì mừng, nhưng Đức Phật bảo thọ như thế là khổ. Thập phương đem vải đến cho chúng ta. Áo mình đang mặc đây là của thập phương tín thí. Cơm và thức ăn là của thập phương tín thí, thế chúng ta là người đi vay nợ. Phàm có nợ thì có sung sướng không? Không sớm thì muộn chúng ta phải trả nợ thôi. Người không nợ thì thanh thoi, còn người mắc nợ thì phải lo mà trả nợ. Đức Phật đưa chúng ta vào một thế khó.

Đức Phật muốn chúng ta phải sống bằng của thập phương tín thí mà đã nhận của thập phương tín thí thì phải mắc nợ thập phương tín thí. Hiện tại chúng ta là những người đang mang nợ những chén cơm mình đang ăn hàng ngày. Nên chúng ta phải tận tiện trong việc sử dụng tất cả các vật mà thập phương người ta cúng như nước, điện, món ăn, y phục đều là những thứ mình đang vay cả. Nếu chúng ta chưa giải thoát, chưa giác tỉnh, chưa bảo đảm làm hiền làm thánh thì chúng ta còn ở trong đường nguy hiểm. Nếu chưa thoát khỏi đường luân hồi sanh tử thì trở lại làm con trâu kéo cày để trả nợ. Trở lại làm con chó, con gà, con vịt để cho người ta bán lấy tiền để trừ nợ của đàn na tín thí. Ăn của thập phương đó là nợ cơm gạo của tín thí, cho nên chúng ta là những người mắc nợ.

Chư Tô dạy mỗi một hạt gạo nặng như núi Thái sơn. Núi là nặng lắm mà còn như núi Thái Sơn thì nặng vô cùng bởi vì núi Thái Sơn là quả núi lớn nhất nước Trung hoa tức nhắc cho chúng ta nhớ món nợ này khó trả. Chỉ có một cách trả duy nhất là làm hiền làm thánh, làm A-la-hán, làm Phật thì chúng ta mới có đủ phước đức mà trả cho đàn na tín thí. Còn kiếp sau trở lại làm người thì người mắc nợ này cũng trả nhiều gánh lắm, nợ đông nợ tây nay chuyện này, mai chuyện khác xảy ra cũng khó trả. Nếu không giải thoát thì thường làm các con vật để bán thân trả nợ cho nên nguy hiểm lắm.

Đức Phật dạy chúng ta phải thiếu dục tri túc để bớt mang nợ như xài điện, chúng ta đừng có thặng tay cứ bật tràn lan ra, hưởng ánh sáng của đàn na tín thí mà không biết đây là mắc nợ mà mình phải trả. Bây giờ chúng ta chưa là hiền, chưa là thánh, chưa giải thoát, chưa bảo đảm thì mỗi món nợ là mỗi nỗi nguy hiểm. Sẽ có kiểu phải trả mà trả bằng những cách nặng nề, rồi làm thân những loài vật ấy để trả thì bao giờ lại tỉnh cho ra, để mà còn được học A-hàm để mà nói chuyện giải thoát. Ngay bây giờ được học, được tu đây mà chưa giải thoát thì còn đợi đến bao giờ. Thế cho nên mỗi một chút thọ là mỗi một mắc nợ, nên Đức Phật dạy mặc áo chỉ nên những thứ nào vừa ấm, không cần gì những cao sang, những thừa thãi, không nên chứa những cái dư, bởi vì đây là của mắc nợ nguy hiểm lắm. Ăn uống cũng thế, sử dụng các vật hàng ngày cũng thế. Đừng thấy của người ta mang lên chùa cho chúng ta,

thế là tha hồ xài bừa bãi. Đâu có biết chính là chúng ta đang xài sự phúc đức của chúng ta. Chúng ta đang uống phí sự giải thoát của mình, cho nên Đức Phật bảo thọ là khổ. Mỗi khi dùng của thập phương, phải hết sức dè dặt. Bởi vì chúng ta phải thế nào làm hiền làm thánh ngay.

Bậc thánh là các ngài đã tu tập theo những gì Đức Phật dạy ở A-hàm và đã giải thoát khỏi luân hồi sanh tử. Còn hiền là các đệ tử của Phật đang tập tu biết gỡ bỏ những kiết sử thói xấu tham sân si, thương yêu, mừng giận, thương lo buồn tủi yêu ghét. Chúng ta chưa là hiền, chưa là thánh, chúng ta chưa đủ phúc đức mà trả nợ thập phương tín thí. Cho nên Phật bảo thọ là khổ, chúng ta phải tập nằm lòng và nhớ những ý này. Thói quen của loài vật là khi thấy cái gì, vớ được cái gì là mừng. Nên loài vật được ăn là mừng, được cái gì vào là mừng, bởi vì loài vật không có trí tuệ để biết rằng có vay thì có trả. Còn chúng ta có trí tuệ học A-hàm, chúng ta hiểu ý Đức Phật dạy, chúng ta tập quan sát thọ thì khổ và nếu biết thọ là khổ thì chúng ta không nên khởi lòng tham khi thọ nhận.

Tập được thói quen không tham thì chúng ta đỡ được biết bao nhiêu chuyện ưu phiền. Tham thì cái gì cũng vơ vào mình mà đã vơ vào thì mở ra đủ thứ khổ nạn. Càng vay càng khổ, càng nợ càng khổ chỉ như người không nợ mới khỏe, mới thanh thoi. Vì thế, chúng ta hàng ngày phải quán thân bất tịnh, quán nội thân, quán ngoại thân, quán nội ngoại thân. Rồi quán thọ thì khổ, quán tâm vô thường, quán pháp vô ngã. Tứ Niệm xứ là pháp được Đức Phật nhắc đi



nhắc lại rất nhiều trong A-hàm. Tu Tứ Niệm Xứ là chúng ta đang học để trả nợ bởi vì chúng ta đã giải được những tham ưu, yêu ghét trong đời. Chúng ta giải được những vướng mắc ở thế gian, đó là chúng ta có phước, có tuệ.

Chúng ta quán thành tựu được Tứ Niệm Xứ, chúng Tứ thiên, thoát khỏi sanh tử. Hễ tỉnh được ra bốn chỗ quán về thân, thọ, tâm, pháp này thì chúng ta sẽ đỡ khổ. Do chúng ta có phước, có tuệ thì chúng ta có khả năng trả nợ, những ai cúng dường cũng sẽ hưởng được phước báu. Cho nên chúng ta không thể rời bốn pháp quán của Tứ niệm xứ này được. Tỉnh cần không biếng nhác để quán chiếu, hôm nay quán, mai cũng quán, chứ không có lười nhác. Quán rồi thì ghi nhớ không có lãng quên để diệt trừ các tham ưu khổ não trên đời và đền ơn đản na tín thí.

### **43. TRÍ TUỆ LÀ KẾT QUẢ CỦA NHỮNG NGƯỜI CHUYÊN TU**

Trong kinh Sa Môn Quả (Trường A Hàm, số 27) kể rằng, một hôm vua A-xà-thế thấy đêm trăng rằm sáng tỏ, vua khởi tâm mong mình sẽ phát trí tuệ sáng tỏ như trăng rằm vậy. Nên vua hỏi các quần thần nên đi tìm vị thầy nào để có thể khai ngộ trí tuệ, Thọ mạng đồng tử mới giới thiệu hiện có Đức Phật cùng 1250 vị đệ tử của Phật đang ngụ ở vườn Am-ba của Thọ Mạng đồng tử, nếu nhà vua được thắng duyên nghe Đức Phật giảng thì thế nào cũng được khai ngộ trí tuệ. Vua A-xà-thế cùng với năm trăm phu nhân liền tự mình cỡi voi báu, hướng đến chỗ Phật.

Khi đến nơi vua rất ngạc nhiên vì không nghe động tĩnh gì cả, Đức Phật và số đông 1250 vị Tỳ kheo hiện diện thì phải ồn náo rộn rịp, người qua kẻ lại. Vua rất ngạc nhiên và nghĩ rằng chắc Thọ Mạng gạt mình, muốn hãm hại và giao mạng mình cho kẻ thù, nhưng khi tiến vào trong thì thấy Đức Phật và các tỳ kheo uy nghi như pho tượng, im lặng tĩnh tọa, vua khởi lòng khát ngưỡng và kính trọng vô cùng. Vua A-xà-thế cảm nhận được sự im lặng thánh thiện này và vô cùng xúc cảm. Như thế, chúng ta biết thiện căn của vua A-xà-thế đối với Phật pháp rất lớn.

Phong cách của một vị vua thì thường hay nói đồng đạt, như ra mệnh lệnh để tỏ ra uy hùng oai vệ, dũng tướng của một vị nguyên thủ quốc gia, nhưng đàng này vua A-xà-thế thấy chư tăng ngồi an tĩnh thì chính vua tự dè dặt, vội vàng nhẹ bước nói nhỏ. Đó là vua bày tỏ lòng kính trọng sự an tĩnh của chư tăng. Từ đáy lòng vua tin tưởng sự im lặng này là tướng mạo của thánh hiền. Người vua A-xà-thế yêu thương nhất trên đời là thái tử Ưu-đà-di, người con trai cưng nối dõi của vua đang ở triều. Đời của vua là ở trong sự náo nhiệt ồn ào và đông người hầu hạ bảo vệ của chốn cung đình. Bây giờ tự nhiên vua cảm thấy hạnh phúc vô cùng trước sự im lặng này, nên vua khởi lòng hướng đến đưa con trai mà vua yêu thương nhất, mong cho thái tử cũng tập học được sự an tĩnh vi diệu này của chư tăng, vua cầu nguyện: ‘Mong sao Thái tử Ưu-đà-di của tôi cũng chỉ quán thành tựu, như thế này không khác’. Đây rõ ràng là tướng mạo thiện căn của vua A-xà-thế rất

hiếm có. Khó có một vị vua nào như thế mà sẵn lòng cho con trai mình hưởng niềm vui vô vi này, trừ các vị vua có tâm đi xuất gia. Vua A-xà-thế biết muốn vào đạo thì cần sự tĩnh lặng của tâm. Tâm và cảnh là hai việc, cảnh an tĩnh là tốt lắm rồi, nhưng điều kiện chính yếu là tâm của mình. Nếu tâm tĩnh lặng thì tự nhiên khai phát nhiều đức hạnh tốt đẹp và cũng phát minh được nhiều thứ khác nữa.

Sau khi đảnh lễ Đức Phật rồi, vua cung kính hỏi Phật: “Nhu người cỡi voi, ngựa xe, luyện tập binh pháp, cho đến, các loại mưu sinh khác nhau, đều có quả báo hiện tại. Nay đây Sa-môn hiện tại tu đạo, hiện tại có được quả báo không?” Đức Phật trả lời phước báo hiện tại của bậc xuất gia là được mọi người cung kính vì vị ấy tinh cần, chuyên niệm không quên, ưa sống một mình nơi thanh vắng, không buông lung, tu học trong pháp của Như Lai chứng tam minh, diệt trừ các tối tăm, phát sanh ánh sáng đại trí, gọi là lậu tận trí chứng. Đó là quả báo hiện tại của Sa-môn.

Chúng ta thấy vua A-xà-thế thiết thực hỏi quý thầy cô xuất gia đang tu tập hiện nay có lợi ích gì không? Vì phần đông mọi người thích hỏi về việc tu để kiếp sau hưởng quả báo tốt, giàu sang, quyền vị, được về cõi lành, được về cõi trời. Nay vua thấy các thầy tỳ kheo ngồi thiền yên tĩnh rất đẹp, rõ ràng các ngài là các bậc hiền thánh, tương lai các ngài chắc chắn sung sướng nhưng hiện tại thì các ngài được lợi ích gì? Đức Phật trả lời phước báo hiện tại là được sự tôn kính của thế gian. Chúng ta phải có hiền một cái gì đó thiện lành, phải có cái gì đó cao quý thì Phật tử

mới tôn kính, chứ không phải khi không Phật tử tôn kính. Phật tử tôn kính là tại vì nơi mình hiển lên một công đức lành, một sự tốt đẹp thì tự nhiên không bắt buộc mà tự trong lòng người ta khởi lên sự cung kính và khiến ngay cả một vị vua thống lãnh cả đất nước cũng phải tôn trọng cung kính đảnh lễ. Như thế để thấy các thầy tỳ kheo đang đi trên con đường thẳng thiện tốt đẹp, diệt hết si ám phát sanh đại minh tức trí tuệ lớn, chứng lậu tận trí. Tận là hết, lậu là rơi, khiến cho chúng ta phải rơi xuống, đọa xuống, tức nhờ trí tuệ khiến chúng ta đoạn hết những chủng tử đọa lạc, cho nên gọi là lậu tận trí. Vậy quả báo hiện tại của sa môn là đạt được đại minh. Minh thì có ba minh là thiên nhãn minh, túc mệnh minh, lậu tận minh, nhưng ở đây đặc biệt nói đến một thứ minh là lậu tận minh.

Trí minh này là tận sạch những lậu. Chúng ta phải sáng suốt lắm mới soi được tâm của mình, biết những tâm sân giận, tham đắm là những cái khiến cho chúng ta phải đọa lạc. Phải là người có trí tuệ mới soi thấy được trong tâm thức của chúng ta, còn những người ngu si kiêu mạn vênh váo tự cao cho là mình hay lắm, tài giỏi lắm, chứ đâu có thấu đáo và thấy được những cái đọa lạc đâu, cho nên đây phải là bậc trí tuệ mới tận được hết những cái lậu, biết đào thải những sai lầm trong tâm mình để tránh những đọa lạc. Trong các thứ minh của bậc thánh, đây chỉ nêu có một cái thôi là lậu tận minh, sự sáng suốt thấy được những cái đọa lạc, tự chừa tự bỏ đi, chứ còn nuôi những sân giận, dối láo

mà lại cứ cho là mình phải, mình hay thì như vậy không phải là người có trí tuệ.

Người thật tu là có bao nhiêu cái hay, tốt của mình thì mình ẩn giấu, còn bao nhiêu lỗi lầm sai trái thì bày tỏ để chúng ta sám hối. Người không hiểu đạo thì cho rằng điều ngoa xảo trá là không sao, miễn chúng ta nói sao để người ta nghe tin mình và mình thu lợi là được rồi, cho nên cứ ẩn bừa nói láo, tha hồ ăn trộm; còn các thầy tỳ kheo là các bậc xuất gia thì thật thanh tịnh giải thoát với bao nhiêu thứ sáng suốt, biết được kiếp trước, có trí tuệ thấy được cả cõi trời và địa ngục. Như vậy, quả báo hiện tại của các bậc sa môn là do có an định mà các ngài được khai mở trí tuệ sáng suốt. Trí tuệ này không phải là loại trí tuệ mà chúng ta có thể hiểu được đâu. Khi trí tuệ phát được thì các ngài có thiên nhãn sẽ thấy được từ trên trời cho đến xuống địa ngục. Các ngài có thể thấy những ác nghiệp hay thiện hạnh của từng người đang làm sao và mai đây sẽ sanh về nơi nào. Các ngài thấy thật sự rõ ràng chứ không phải như chúng ta chỉ đọc trong sách, chỉ nói bằng lời nói mà không có lực định. Đó là trí tuệ và đó là quả báo hiện tại của các vị tỳ kheo chuyên tu.

Sau khi, vua A-xà-thế nghe Đức Phật giảng xong bài kinh Sa-môn Quả, vua liền bạch Phật: “Con nay quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng. Xin chấp nhận con là ưu-bà-tắc trong Chánh pháp. Từ nay về sau, suốt đời không giết, không trộm, không dâm, không dối, không uống rượu. Cúi mong Thế Tôn cùng đại chúng sáng ngày mai

nhận lời thỉnh của con.” và vua A-xà-thế tán thán công đức của Thọ Mạng Đồng tử rằng: “Lành thay, lành thay! Người nay làm được nhiều điều lợi ích cho ta. Người trước đã tán thán Như Lai, chỉ dẫn, khơi mở, sau đó đưa ta đến gặp Thế Tôn, nhờ thế ta được khai ngộ. Ta rất cảm ơn người, trọn không bao giờ quên.” Vì nhờ có Thọ Mạng đồng tử giới thiệu mà vua được đánh lễ Phật, nghe pháp, quy y Tam bảo trở thành một vị vua ủng hộ Phật pháp và mang nhiều lợi ích cho mọi người.

#### **44. TRỤ TÂM NƠI THIỆN, THÍCH HỢP VỚI XẢ**

Chúng tăng là một đoàn thể đệ tử của Đức Phật sống hòa hợp với nhau, là người đi theo con đường của Phật, học pháp để thành Phật, thực hiện sống với pháp và sẽ giác ngộ thành Phật, nên gọi là chúng tăng. Chúng ta đang sống với Phật, pháp, tăng, chúng ta muốn có lòng từ như Phật thì phải xả những tâm oán hờn, phiền nhiệt của chúng ta xuống. Nếu có người cầm dao bén cắt thân, nếu mình trụ nơi thiện thì mình phải xả những cái ác đi, tức mình muốn tu lòng thiện thì phải bỏ hết những oán hờn, sân phiền đối với người hại mình, thay vì ngồi thù oán tức giận thì nên tập cười hoan hỷ và khi chúng ta cười đó thì những oán hờn, trách phạt tan đi, thế gọi là trụ tâm nơi thiện, thích hợp với xả. Còn nếu được phước ở trong Phật pháp tăng mà không trụ tâm nơi thiện, thích hợp với xả thì phải biết hổ thẹn vì những hành động xấu của mình vẫn còn.

Nếu không được gặp Phật, không được học kinh sách, mê muội tối tăm thì về sau đi về làm loài súc sanh, làm chó mèo, gà vịt rồi đời sống cứ thế ngàn vạn năm ở trong tối tăm, ở cái xấu độc ác, như thế đáng sợ biết ngần nào. Thế cho nên chúng ta ở chỗ Phật pháp tăng, ở chỗ rất lợi, không có lợi nào khác tốt hơn ngôi Tam bảo. Ấy vậy mà chúng ta không chịu hưởng phúc lợi của mình, cho nên thật là đáng tui, nên Đức Phật nói ở chỗ công đức mà không công đức. Hàng ngày ở trong chùa, trong đoàn thể đạo tràng cầm chuyện sát sanh, ăn cắp, nói dối, tà hạnh. Hễ chúng ta hơi buông lung phạm giới là liền có người nhắc nhở và liền bị phạt tức đại chúng giữ gìn cho chúng ta được thanh tịnh. Còn đời sống ngoài xã hội, có nhiều người xem việc sát sanh là việc bình thường, không có cần thận giữ gìn. Họ đi thấy kiến là giẫm lên vì vội vàng đi làm, không có thời gian né tránh. Thấy con bướm thì bắt con bướm, ngắt cánh, ngắt đầu để chơi. Muốn ăn cháo vị, cháo gà, làm giỗ thì cắt cổ, giết heo, giết gà vịt. Còn người học đạo, biết luật nhân quả thì cẩn trọng, cẩn thận đời sống của muôn loài. Cho nên không có gây oán, không muốn tạo nghiệp để đời này sang đời khác chịu khổ và có lòng từ bi thương tất cả chúng sanh.

Trong kinh dạy chúng ta khởi một niệm giữ giới không sát sanh với bất cứ loài vật nào dù trên trời bao nhiêu loài chim đang bay, dưới nước bao nhiêu loài cá đang lặn, trên mặt đất bao nhiêu loài thú vật lớn nhỏ mình cũng không được giết. Chúng ta nguyện hứa một lời trước bàn Phật

như thế, tựa hồ như lời nguyện bình thường lắm nhưng thật ra công đức thì mông mênh bát ngát. Khắp các loài trên trời, dưới nước, trên mặt đất, tất cả loài ấy đều ở trong nguyện của chúng ta là không có làm hại chúng sanh: ‘Tôi nguyện suốt đời không có giết hại chúng sanh’.

Công đức nguyện không sát sanh không thể nghĩ bàn mênh mông bát ngát như vậy, chẳng những trong hiện tại mà suốt đời vị lai của chúng ta, chỉ có những người giữ giới, có giới hạnh, mới có những công đức ấy. Ngoài xã hội thì nhiều người nghĩ là sát hại, sân giận, nói láo, uống rượu là sự thương, buông lung rong rã là bình thường, một chút có bao nhiêu, không ai để ý đến hậu quả của nó. Còn những người có đạo thì chỉ bảo nhau, nhắc nhở nhau, từng niệm quay về ngó lại tâm của mình để đuổi những niệm sát sanh, giết hại, rắn rết ác độc thù hận ra khỏi tâm mình. Thế cho nên người biết đạo, ở trong Phật pháp tăng, từng niệm vun trồng những giới phẩm này thì công đức mông mênh vô cùng.

Nếu những bậc xuất gia ở trong chúng mà không tròn tiết hạnh, không giữ giới phẩm thì hổ với người ngoài và thẹn với mình. Chúng ta nghĩ lại lương tâm của mình cũng thấy thẹn. Thập phương Phật tử vất vả bao nhiêu mới được hạt gạo. Nắng mưa giải dầu mồ hôi cay đắng để mang lên cung kính tha thiết cúng dường. Chẳng những Phật tử biểu cho không mà còn xin lễ lạy để mình nhận cho người ta nữa. Còn mình ngồi mát sớm chiều không có nhỏ một giọt mồ hôi mà mình hưởng các vất vả nhọc nhằn của Phật tử.



Chúng ta ngồi không mà Phật tử mang đến người ta cho mình là bởi Phật tử tin là chúng ta tu thánh pháp. Tâm chúng ta không tham, không giận, không si, Phật tử tin như thế cho nên người ta mới cúng dường. Dù chúng ta không nói gì cả nhưng chúng ta nhận của cúng dường của thập phương, đó là mình hứa rồi. Chúng ta là người tu, nhận mình là người tu mà bây giờ lại không tu, thế là mình dối trá. Cho nên tự mình biết sự dối trá của mình, tự thẹn cho lương tâm của mình tự thấy mình sai quấy mà sửa đổi và quay ra xấu hổ với mọi người. Chị em bạn đạo cùng sống, cùng học với mình, ai nấy một lòng, làm thánh, làm hiền mà chúng ta cứ nuôi rắn nuôi rết trong lòng, mong làm rắn, làm rết thì như thế thật xấu hổ. Cho nên đây Đức Phật dạy nếu không trụ tâm nơi thiện, thích hợp với xả thì phải biết hổ thẹn.

Bây giờ chúng ta xả hết những hờn giận, oán hiềm, vướng mắc, đọa lạc đi thì gọi là thích hợp với xả. Không nuôi những con vật ấy trong tâm mình. Hiềm hận thì không những làm loài rắn, bò cạp, mà còn có khi vào địa ngục, làm quỷ nữa. Nếu bây giờ chúng ta để tâm hiềm hận làm chủ thì hiện tại tuy tướng làm người nhưng hình ảnh của con rắn lại hiện lên trong tâm; nếu chúng ta không chữa liền để thành thói quen thì lúc lâm chung chợt gặp một cái gì trái ý, chúng ta nổi giận lên thì chúng ta dễ bị làm rắn lắm. Hiềm hận là gốc đi xuống nặng nề cho nên chúng ta không nên giữ các loài ấy trong tâm mà bây giờ quyết định trụ vào làm hiền, làm thánh, nuôi tâm từ bi hi

xả và trụ tâm ở từ bi hỉ xả. Bỏ tất cả những hờn hận, nhưng tham sân, những kiêu mạn, tất cả những gì là xấu, những cái gì là loài vật chúng ta bỏ đi hết gọi là thích hợp với xả.

## 45. TỪ BI QUÁN

Từ bi quán là để đối trị lòng sân giận. Từ là bố thí an vui, tha thứ lỗi lầm cho kẻ khác, bi là cứu khổ. Bản chất của lòng từ là khoan dung, mong mỗi sự tốt đẹp cho mọi người. Bản chất của bi là trí tuệ thấu được sự khổ đau của người khác mà phát tâm cứu vớt. Đức Phật dạy chúng ta phải quán sát những nỗi khổ mà loài người phải đối diện như sanh, già, bệnh, chết; quan sát những nỗi khổ vật chất và tinh thần thì tự nhiên chúng ta sẽ khởi lên tình thương đối với mọi người. Từ bi quán không phải chỉ có tác dụng đem an vui cho người mà chính mình cũng được tiêu tai giải nạn. Bất cứ một hành động hay một lời nói phát xuất từ tâm từ bi, muốn tháo gỡ sự đau khổ cho người hay vật, đều đem an vui hiện tại và vị lai cho mình. Có chất liệu từ bi trong tâm thì lời nói, nét mặt, cái nhìn đều có phép lạ khiến những trái tim khô héo khôi phục lại lòng tin mà vui sống.

Lòng từ bi vẫn kiên cố, không thay đổi ngay cả có người xúc phạm thân ta bằng những lời mắng chưởi hay bằng gậy dao. Họ rầy la mình, đánh mình, chém mình, mình đã không ghét, không giận mà còn thương họ nữa, tội nghiệp cho người ấy. Thương là bởi vì họ ngu, họ

không biết thân họ bằng đất, thân chi là một nhúm đất mà còn già bịnh và chết sắp đến nơi rồi. Nếu chúng ta vẫn còn tham sân si thì kiếp sau nó sẽ đưa mình đi đâu? Thân bằng đất, bàn tay bằng đất và lại dùng thân bằng đất này, để nó sai xử xâm hại người khác khiến phải đọa lạc vào địa ngục. Tất cả chúng ta đều không nhớ đến những điều này, cho nên Đức Phật từ bi khuyên chúng ta là không quên, không si, đừng hợp, nhất tâm chánh niệm. Người đánh đập và hành hung chúng ta rất đáng tội nghiệp bởi vì họ quên, họ si cho nên ngu mê như vậy. Vì thế, chánh niệm cố tâm cùng với lòng từ ở chung nghĩa là chúng ta phải đuổi sân giận ra khỏi tâm của chúng ta đi, đổi sân giận thay bằng lòng từ thương xót, tha thứ và mong sự an vui cho người đánh mình. Chúng ta quán để tỉnh ra, biết kẻ làm hại mình chính là sân giận ảo tưởng thì tự nhiên chúng ta sẽ mát mẻ trở lại, chúng ta có thể truyền sự mát mẻ này cho người kia mà cùng nhau hòa giải tranh đấu. Đức Phật kiếp xưa kia làm bồ tát tu hạnh nhẫn nhục và trí tuệ. Ngài biết âm thanh, sắc tướng đều hư vọng nên dù bị người khác chặt cả tay chân mà vẫn tươi tỉnh, không khởi sân giận oán hờn. Thân ta, thân người chỉ là đất nước gió lửa giả hiện nên chẳng có nhục nào mà phải nhẫn.

Tại sao Đức Phật lại dạy chúng ta cố tâm cùng với lòng từ ở chung? Bởi vì Đức Phật cũng biết vào hoàn cảnh mà người ta đánh mình, chém mình thì nhất định chúng ta sẽ oán thù người ấy lắm, nên Đức Phật khuyên chính lúc ấy là lúc chúng ta cố gắng đuổi tâm oán thù đi, thay vào đó

lòng từ bi. Phải cố tâm đừng có nhận ngũ âm (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) là mình để đừng có oán những người đã xúc phạm vào cái thân bằng đất này. Bước thêm một bước nữa là sau khi đã khởi được tâm từ rồi thì chúng ta phải cố tâm cùng với lòng từ ở chung lâu dài với nhau. Tại sao thế? Bởi vì ngay tâm oán là độc, là ác thú rồi, ngay lúc tâm thù hận hiện lên là ác thú rồi thì bây giờ thân của chúng ta là người tâm ác thú, khi mà đã có tâm ác thú thì còn chưa được làm con người trở lại hướng chi lại muốn làm bậc thánh nhân làm sao được? Cho nên nếu chúng ta muốn làm hiền, làm thánh, làm bồ tát thì chúng ta phải có tâm hiền, tâm thánh, tâm Phật.

Muốn làm đệ tử Phật phải có lòng từ, cho nên đây khuyên chúng ta với bất cứ giá nào cũng phải đuổi cho bằng được tâm oán hờn đi thì chúng ta mới thoát được ác thú. Vì muốn làm bậc hiền, bậc thánh mà không có tâm hiền, tâm thánh thì không thể được. Chúng ta chẳng những không giận những người ở phương đông mà ở phương bắc, phương nam, ai đánh mình, chém mình, mình cũng không giận. Đối với phương đông chúng ta hiền rồi, tốt rồi, rồi chúng ta tập đến phương nam, rồi tập đến phương tây, rồi đến phương bắc, phương trên, phương dưới, khắp mười phương, tập từ bi với tất cả người và vật, chỉ có một lòng từ, không bao giờ tôi hờn ai, không bao giờ tôi oán ai cả. Chúng ta muốn thì chúng ta sẽ làm được, chỉ cần phát tâm muốn làm thì sẽ vượt qua tất cả để trưởng dưỡng lòng thánh thiện của mình. Tâm mà vâng lời Phật thì chắc chắn

là được. Đây là quyền của chúng ta không có ai bắt và cấm chúng ta không được từ bi. Đây là quyền của mình. Vậy sao chúng ta không muốn làm hiền, làm thánh mà cứ muốn làm con heo, con rắn, con gà? Tại sao chúng ta lại cứ thích làm beo, làm cạp, làm rắn, làm rết mà không chịu làm hiền làm thánh? Ai cũng trông mong chúng ta sẽ sớm làm hiền, làm thánh. Không ai mong muốn chúng ta làm heo, làm cạp làm gà. Nhưng nếu chúng ta còn nuôi hờn, nuôi giận, nuôi tham, nuôi si trong lòng thì đó là còn nuôi rắn, nuôi rết, nuôi bò cạp thì mai sau chúng ta sẽ làm rắn rết, bò cạp. Nhớ như vậy, chính chúng ta có cái quyền chuyển đổi, chúng ta muốn làm hiền, làm thánh thì mình sẽ làm hiền, làm thánh. Còn cứ nuôi cạp nuôi beo, nuôi rắn, nuôi bò cạp trong tâm thì dĩ nhiên không có cách nào thay đổi cả. Đây Đức Phật quả quyết rằng ai ai cũng có khả năng chuyển đổi địa vị của mình. Đừng làm cạp, làm beo mà làm hiền, làm thánh. Quyết định làm hiền làm thánh. Chúng ta đã quyết định và bắt đầu khởi công tập đi bởi vì

Niệm tâm từ để diệt trừ tâm ác.

Niệm tâm bi để diệt trừ tàn nhẫn.

Niệm tâm hỷ để diệt trừ phiền hận.

Niệm tâm xả để diệt trừ thù oán.

## 46. TỰ CHE DẤU CÔNG ĐỨC VÀ TỰ BÀY TỎ LỖI LẪM

Trong bài kinh Kiên Cố (Trường A-hàm, số 24), Trưởng giả Kiên Cố xin Phật cho các tỳ kheo có thần thông, hiện tài thần thông kỳ lạ để cho dân chúng thấy phát tâm cúng dường. Thần thông là những kỹ năng đặc biệt hơn loài người như lướt trên mặt sông không cần đò, đi trên nước như đi trên đất, bay xuyên qua tường, bay qua mặt trời, qua mặt trăng, có mắt thấy xuyên suốt, có tai nghe rõ ràng khắp các cõi trời, bay trên trời rồi đi trên mặt nước hoặc làm những hình dáng kỳ lạ để dân chúng kính phục, nhưng Đức Phật từ chối không cho các tỳ kheo hiển lộ thần thông như vậy. Vì sao các ngài có thần thông mà không hiện để dân chúng nể và phát tâm kính tin theo Phật pháp? Đức Phật không đồng ý vì ngài dạy chúng ta tu tập nhưng không phải tu để khoe tài với thiên hạ, để phô trương những điều hay, điều tài giỏi mà tu đây là để giải thoát sự khổ. Trong nhà chúng ta nuôi đầy rắn độc, hãy lo giải thoát những con rắn độc để cho yên thân trước, chứ không phải mục đích tu là để đi khoe khoang tài với thiên hạ. Đây chỉ là vỏ bên ngoài trong khi ruột thì đầy tham sân si. Nên Đức Phật dạy các đệ tử của ngài phải ở thanh vắng tức ngài không muốn cho chúng ta khoe khoang những tài năng, những cái hay, cái giỏi của mình. Phải ở nơi thanh vắng, tức là chỗ ít người biết đến mình. Người có áo đẹp thì thích đi chơi ngoài phố để khoe áo đẹp, còn chúng ta tu tập quay về bên trong, nên ở chỗ vắng để ít người biết đến

mình bởi vì nhiều người ta biết thì chúng ta bị quấy rầy, cứ đón khách, tiếp khách thì loạn, không có thời gian an tĩnh tâm để tu. Cho nên, các chùa trú ở trên núi hay thôn quê để đỡ những giao tiếp với người thế gian, đỡ những tánh xì xào nói chuyện và như thế sẽ dễ tiến tu.

Ở chỗ thanh vắng, thừa thót yên lặng và an tĩnh, ngòi yên như thế thì ta mới có tinh thần để trầm tư về đạo lý tức là phải tu Tứ niệm xứ, tu các pháp quán mà A-hàm đã dạy cho chúng ta. Quán tu như thế gọi là tư duy đạo lý, đây là việc làm của chúng ta. Phong cách và nếp sống của người tu tập thì có hai cái khác hẳn với người không tu tập: Tự che dấu công đức và tự bày tỏ lỗi lầm, chăm lo sám hối. Chúng ta lặng lẽ giúp đỡ nhưng không có om sòm, khoe khoang. Đó là che dấu công đức. Chúng ta đâu có ăn trộm hay ăn cắp đâu mà phải che dấu. Chúng ta làm được một tí công đức gì thì khoe om sòm, còn hề có lỗi lầm thì chúng ta dấu thật kín không cho ai biết, có hỏi nhiều lần cũng không nói ra. Nhưng trong A-hàm thì Đức Phật dạy ngược lại, hề chúng ta có công đức thì im lặng, đừng tự cho là mình hay, đừng có tự hào, tự đắc, tự khoe. Nhưng có tội thì phải vội vàng đi sám hối, bày ra cho đại chúng, không có che dấu. Tại sao lại vội vàng bày tỏ cho mọi người biết? Ví dụ chúng ta có một con rắn trong túi, chúng ta có giấu đừng cho ai biết không? Khi thấy có rắn thì vội vàng la toáng lên: ‘Rắn! Rắn!’ để mọi người tới gỡ hộ ra cho mình, còn không thì nó cắn chết. Chúng ta phải thấy lòng tham, tật xấu của mình như những con rắn độc. Cho nên,

có những cái xấu thì phải tỏ bày ra ngay để chính mình thấy rõ cái sai mà mình sửa. Sau nữa là mọi người thấy giúp cho mình sửa được. Bằng cách đó, chúng ta sẽ không dám tái phạm nuôi rắn trong lòng nữa. Như vậy, nấc thang thánh hiền sẽ đến nhanh với chúng ta.

Chúng ta tu tập là tu cái tâm này nên chúng ta phải đem ánh sáng trí tuệ để soi tâm của mình. Chùi cho nó sạch hết những rắn độc trong tâm. Vì vậy, chúng ta phải lo thấy được mình, biết được mình. Muốn như thế thì phải có sự yên tĩnh để quán Tứ niệm xứ, quán lý Tứ đế, suy ngẫm đạo lý. Tu được như thế thì chúng ta là người tu hành đắc đạo và bước lên nấc thang thánh hiền. Tâm cầu danh tức là có tâm xoay ra bên ngoài không lo sửa mình. Tâm đi ra bên ngoài là tâm phàm phu, là đi về đường mê rồi. Cho nên Phật khuyên chúng ta tu có chút công đức nào thì đừng tự hào mà biết rằng đây là điều kiêng nhất, còn nếu mình có cái sai lầm thì phải sửa liền.

Đức Phật dạy chúng ta cứ chân thành tu, đừng có mong cầu thần thông gì cả, chỉ mong cầu cho chúng ta tiêu những tham giận sân si đi. Tiêu được hai độc tham sân thì chúng ta hết si. Tham là mặt ngoài và sân là mặt trong của si, nếu không có bản chất si thì không có tham sân. Tham không được thì nổi sân. Muốn người ta khen mình, người ta đã không khen mà lại còn chê nên tức nổi sân giận, nổi sân là do tại ngu si. Vì không có quán Tứ niệm xứ, không quán bất tịnh, không biết thân mình là đồng thịt sẽ long rụng chết trả về cho đất, nên khởi tham sân si.



Ngu si không biết cho nên muốn người này, người kia quý trọng mình. Nếu người ta không quý trọng thì chúng ta lại giận. Người không ngu si thì thấy thân này là đồng thịt thối, là đất nước gió lửa, mai đây bỏ vào quan tài trả về cho đất, không phải là mình thật. Nếu tỉnh ra như thế thì không có tham ăn ngon, không có tham áo đẹp, cũng không cần ai khen thì như thế là hết cái tham. Hết hết tham thì đâu có giận ai, người ta khen cũng được, người ta chê cũng được là việc của người ta, còn chúng ta cứ lo tỉnh ra, đào thải vô minh, để khỏi bị khổ nạn. Trừ vô minh cho đến khi chứng được tam minh, nghĩa là sự sáng suốt hiển lộ. Nhưng chứng được tam minh có thần thông thì không phải đi khoe khoang mà chính bản chất của chúng ta là ánh sáng.

Chúng ta là người học A-hàm, chúng ta phải gạt cho sạch những vô minh thì lúc bấy giờ minh hiện lên. Khi minh hiện lên tức tâm thật của mình mới có công dụng thật. Lúc bấy giờ mới có tha tâm thông, thấy được tâm của mọi người chung quanh, sẽ biết được sự thật. Lúc bấy giờ mới có thần túc thông để muốn đi đâu cũng được. Lúc bấy giờ có thiên nhãn thông có thể thấy trên từ cõi trời xuống thấu đến cõi địa ngục. Muốn cái gì cũng được, làm cái gì cũng được vừa ý. Vị ấy có thể kéo mặt trời xuống được, che mặt trăng đi hay đi trên nước được. Những công dụng thần thông này là do các ngài do tu thiền định mà được.

## 47. TỨ ĐẾ

Đức Phật dạy chúng ta phải thường quán Tứ đế. Đây là Khổ thánh đế chúng ta phải biết. Đây là Tập thánh đế chúng ta phải diệt. Đây là Diệt thánh đế chúng ta sẽ đạt. Đây là Đạo thánh đế chúng ta phải thực hành.

### i. *Khổ thánh đế*

Khổ đế là trí tuệ biết chắc thân này là gốc khổ. Đòi người từ lúc trong bào thai, mới sanh, bé thơ, trưởng thành và chết là toàn một khối khổ uẩn. Thân của chúng ta là thai nhi sống 9 tháng 10 ngày mù mịt tối tăm ở trong đồng máu tanh. Lúc bây giờ chúng ta là những con tinh trùng bé tí tí lúc nhúc, chỉ biết đồng máu tanh mù mịt tối tăm ấy là chỗ ở của mình, ngoài ra không biết chỗ khác. Rõ ràng đây là một tướng mạo ngu si. Chín tháng mười ngày đó chúng ta cứ hút máu của mẹ, rồi hút nhiều máu quá thì căng lên thành giọt mũ. Lúc đó chưa thấy hình tướng một đứa bé mà chỉ thấy một giọt mũ, rồi về sau càng lớn lên thì thấy là một miếng thịt. Mắt người ngoài chỉ nhìn thấy là miếng thịt, nhưng trong miếng thịt ấy vẫn có một tinh thần đang biết đau, biết khổ, đang si mê mù mịt ở trong cục máu đó. Rồi miếng thịt đó theo thời gian thì kết thành chân, thành tay, thành da, thành hài nhi nằm co rúm trong túi máu tanh và nước nhót. Bởi vì lúc đầu lấy máu da thịt xương làm đời sống, sau đó thì biết thở bằng phổi, cho nên đến ngày khai hoa nở nhụy mà nếu không kịp chun ra khỏi tử cung của mẹ

thì sẽ chết ngạt. Ngay lúc ấy mà nếu chỉ chậm vài phút thôi thì sẽ mất mạng, đấy là quán sự khổ từ trong bào thai.

Nói về cái khổ lúc mới lọt lòng thì khi đưa bé chào đời khóc oa oa nức nở chứ không cười vui vẻ. Có thể là từ lúc bắt đầu có thần thức, có da có thịt có xương, nhận đó làm thân thể của mình. Ở trong cái túi ép chặt chân tay đầu mình co rút, nằm ép chặt trong túi ấy, lấy đó làm cảnh giới của mình. Bây giờ bắt chọt đi ra khỏi bụng mẹ thì bờ ngõ lạ lùng, lạc lõng cho nên hoảng hốt sợ hãi. Hai nhi gặp ánh sáng chói mắt vì bữa giờ bé chỉ nằm trong bóng tối, rồi lại gặp không khí lạnh bên ngoài như kim châm vào da vậy, nên hai nhi đã khóc thét lên rất đau khổ. Khi đưa bé ra khỏi bụng mẹ được tắm được rửa rồi thì tiêu tiểu tại đấy, có tay mà không biết làm gì cả. Cứ nằm đấy mà khóc mà la bởi vì khổ quá; đau bụng, đau chân có miệng mà không nói được, chỉ biết khổ thôi. Con mắt tuy thế mà có biết gì đâu, không làm gì được, có tai cũng thế, nghe cũng không hiểu gì. Như thế sống không sử dụng được những chân tay mắt tai mũi lưỡi của mình, cho nên bắt đầu đời sống thật là khổ sở, đây Đức Phật dạy chúng ta phải ngẫm nghĩ những cái khổ ấy để thấy bắt đầu cuộc sống đã là khổ.

Chúng ta không biết lại cho đời sống này là vui nên đi tìm những sự vui thích mà đã cho là vui thì cứ đâm đầu hết bào thai này đến bào thai nọ có bao giờ mà tỉnh ra, cho nên Đức Phật dạy chúng ta phải quan sát sự khổ, có thấy khổ thì mới biết tìm cách đi ra khỏi sự khổ. Còn bây giờ chúng ta ngông nghênh giận người này, phiền người kia, không

hài lòng điều này điều kia, đó là vì chúng ta chưa biết khổ. Chưa biết sự si mê ở trong bụng mẹ, từ tử cung mẹ đi ra chúng ta đã quên hết quá khứ rồi. Cứ tưởng chúng ta là hay thông minh, giỏi lắm, lo tranh giành hơn thua bởi vì không có trí tuệ nên càng vênh váo, tự mãn.

Khi đứa bé trưởng thành thì càng đối diện nhiều sự khổ khác nữa. Ở trong xã hội, mỗi người một nghề nghiệp để tìm kiếm miếng ăn, làm việc lao lực như những nông dân làm ruộng bao nhiêu khổ nhọc mới được hạt gạo, những người vào hầm than để kiếm than cho mọi người đốt, những người lên rừng đốt củi để làm than, rồi những người đi kiếm củi đun cũng là cả một sự cực nhọc. Bậc cha mẹ nuôi con hay những người lớn trưởng thành lẫn ra ngoài xã hội thì trải qua nhiều kinh nghiệm thăng trầm này rất nhiều. Nghề nghiệp nào cũng là lao nhọc, nhiều công sức mà còn bao nhiêu những khó khăn khác xảy tới nữa, cho nên kiếm miếng ăn để nuôi thân là cả một sự cực nhọc, vất vả, rất khổ. Còn những người giàu sang, có tiền bạc sẵn thì cũng đối diện với những sự khổ sở khác. Cha mẹ kiếm được đồng tiền hẳn cũng phải vất vả, nhưng đã có tiền sẵn trong nhà rồi thì lại sợ trộm cướp, sợ người lường gạt, con cái phá, cháy nhà, sóng thần, sợ cả 100 thứ khiến của cải tiêu hao mất đi. Có của sẵn thì cũng có cái vất vả nhọc nhằn để bo bo giữ gìn, còn nếu không có của, thiếu thốn nghèo nàn thì cũng gặp cái khổ của sự thiếu thốn, cho nên đời sống con người là đủ các thứ khổ sở lo lắng.

Theo quy luật sanh trụ di diệt thì sau khi trưởng thành, lớn rồi thì sẽ bước vào giai đoạn hoại và diệt tức thân này chuyển biến thành già nua sanh nhiều bệnh tật rồi chết. Chúng ta phải quán thấy cái khổ của từng người già, người bệnh và người chết khi sáu căn không còn thọ sáu trần. Thân người lại phải chịu cảnh già yếu lụm cùm, các thứ bệnh hoạn, rồi lại nặng nề nhất là đối diện cái chết. Chúng ta đứng ngoài tưởng người ta thở ra, lấy hơi lên để thọ chung, thế là xong việc. Nhưng không biết rằng người ấy đang bị ngộp không thở được. Chúng ta bị bịt mũi vài phút là thấy khó chịu rồi mà người ấy vĩnh viễn không thở được thì bấy giờ người hấp hối đó bị ngộp, cảm thấy đau khổ và sợ hãi đến trình độ nào. Cho nên mọi người sợ chết lắm bởi lẽ chết là lúc khổ nặng nề nhất. Lúc mà rời xác thân này là lúc khổ lắm. Đây là sự khổ bị ngộp, sự khổ khi hơi lạnh bị tàn, không còn hơi nóng, cái lạnh như dao cứa, như kim châm vào từng thớ thịt, từng mạch máu, từng tế bào, nó châm trong xương, trong tế bào, không có chỗ nào mà không rét mà không bị như dao cứa. Sự khổ ấy cộng với sự khổ mà trong kinh gọi là như dao xẻ thịt, xẻ xương. Hai cái khổ ấy cộng với nhau khiến cho người hấp hối đó đau khổ vô cùng. Cho nên con người là từ lúc sanh cho đến lúc chết là một tập hợp khổ.

Đức Phật dạy chúng ta cũng quán thêm chẳng những thân đã khổ rồi mà bên ngoài còn đổ vào thân bao nhiêu thứ khổ nữa như nạn nước, nạn lửa, nạn bão, phong tai lũ lụt, bao nhiêu các thứ tai nạn thiên tai. Lại còn bao nhiêu

sự khổ trong lúc sinh sống tiếp xúc như người oán, người ghét mình cứ phải gặp hoài; còn người mình thương quý thì cứ phải biệt ly xa cách. Người mình không thích thì nhìn bằng con mắt khó chịu, khiến cho đời sống mình gặp nhiều cái không may. Con mắt phải trông thấy những cảnh trái tai gai mắt, mũi phải ngửi những mùi mình khó chịu, lưỡi phải ăn những món ăn mình không thích. Đó là cái khổ của sáu căn tiếp xúc sáu trần của loài người.

Chúng ta phải nhìn cho rõ thấu đáo những người xung quanh chúng ta và phải quán cuộc sống của con người từ bào thai, ra thai cho đến lúc chui vào quan tài. Em bé có cái khổ của em bé, con nít lại có cái khổ của con nít, người lớn có cái khổ của người lớn, người tìm kế sanh nhai hàng ngày có cái khổ lao nhọc, lo làm ăn để kiếm miếng ăn vắt vả. Vắt vả thân khổ nhọc như thế mà họ còn chịu phải chịu tâm lý bị xa người thương, phải tới ngày cứ gặp người mà mình không thích khiến khổ tâm. Ngay cả người may mắn được làm vua quan, có danh phận trong xã hội, cũng sẽ gặp các khổ khác của cuộc sống. Giàu thì có khổ sự khổ của người giàu, nghèo thì có sự khổ của người nghèo. Rồi thân xác già nua bệnh hoạn hành hạ nên già có cái khổ của già, bệnh thì gặp vô vàn đau đớn và chết cũng vô vàn khổ.

Thế cho nên có thân này là khổ, chẳng những thân người mà mang thân bất cứ loài nào trong sáu đạo cũng đều đau khổ. Đọa lạc làm thân chó, mèo, gà, cua, cá có cái khổ của loài súc sanh. Chúng ta phải quan sát để thấy cho rõ cái khổ ở thế gian này cho đến các ông trời cũng đang

cả ngày sống trong mê muội tối tăm của thọ hưởng ngũ dục. Cõi trời không có cái khổ của thiên tai bệnh hoạn như cõi người nhưng cõi trời lại có sự khổ của si mê. Khổ đế là trí tuệ biết chắc những nỗi khổ của sáu đạo chúng sanh (trời, người, a-tu-la, địa ngục, ngạ quỷ, súc sanh). Cõi trời cũng có cái khổ si mê tham đắm hưởng thụ, rồi khi hết phước thì đọa lạc.

Có một thầy tỳ kheo thân đang đau nhức khổ sở lắm mà ngài thấy chư thiên đem âm nhạc, tràng phan bảo cái hoa hương đến đón ngài về cõi trời. Cõi trời là cõi cực vui mà thân người sắp chết là thân đang đau đớn vô cùng, nên nhiều người rất cầu về. Thầy tỳ kheo đang đau khổ vô cùng như vậy, rất mong thoát khỏi khổ, vậy mà ngài từ chối sự đón rước đưa về cõi trời. Ngài bảo rằng tôi cầu giải thoát luân hồi chứ không cầu về cõi trời, tức thầy đã có trí tuệ khổ đế biết rằng cõi người là khổ mà cõi trời cũng khổ. Những âm nhạc, tràng phan bảo cái, những chư thiên đưa rước uy nghi với hoa hương cờ lộng trang nghiêm ở cõi trời, ngài biết tất cả đều là khổ. Ngài không màng, không thiết, ngài đã chán sợ sự khổ ở sáu đạo như thế gọi là bậc có khổ đế, tức có trí tuệ khổ đế thấu đáo sự khổ của cả sáu đạo luân hồi. Nếu chúng được khổ đế như vậy thì gọi là bậc thánh, còn bây giờ chúng ta cũng biết, nhưng chỉ biết sơ sơ chút ít. Chúng ta thì chỉ hiểu qua ý thức mà thôi, chứ chưa chúng được vì chúng ta vẫn thấy thọ là vui mà không biết đó chính là khổ. Chúng ta phải

thấy rõ chắc chắn sự khổ từ địa ngục lên đến cõi trời rồi thì chúng ta mới tìm cách thoát khỏi những sự khổ này.

## ii. *Tập thánh đế*

Muốn thoát khổ thì phải trừ nguyên nhân của khổ. Chúng ta là những kẻ mờ mịt đầu óc thấy đường, phải nhờ ánh sáng trí tuệ của Phật cho nên phải học trong kinh A-hàm. Đức Phật dạy phải tìm nguyên nhân của khổ tức phải học chữ ‘tập khổ’. Chúng ta quan sát vì sao chúng ta có sanh ra? Nguyên nhân của sự sanh là gì? Tại sao có già bệnh? Tại chúng ta ở bụng mẹ sanh ra. Có thân này thì mình mới có già có bệnh. Gốc của già bệnh chết là tại ở bụng mẹ sanh ra. Rồi lại tìm nguyên nhân vì sao chúng ta vào bụng mẹ mình sanh ra để mà có cái thân sanh già bệnh chết? Do các thứ tham sân si mạn nghi tà kiến, cống cao. Tất cả tám vạn bốn ngàn thứ phiền não, nhưng gộp lại gốc rễ của nó là tham sân. Gốc của tham sân là si, vì ngu si nên có tham sân, cho nên nói ba độc là tham sân si. Mục đích của chúng ta là tiêu trừ ba độc tham sân si, cho nên Đức Phật dạy trong đời sống hàng ngày chúng ta bắt đầu đừng có tham ăn, đừng có đòi mặc những áo đẹp, đừng có thích những chỗ ở tiện nghi mà nên sống giản dị, ít muốn biết đủ để giảm ba gốc độc tham sân si này. Nếu chúng ta tham ăn thì khi chết có những giao báo ở tham ăn hiện lên. Tội ở thân, khẩu, ý; tội ở mắt, tai, mũi, lưỡi, thân ý ra sao thì hiện tướng của các quả báo khổ đó là hiện ra các địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh ra. Tinh thần của người chết lúc ấy không những là khổ mà lại còn sợ hãi nữa bởi lẽ chúng ta nương tựa thế gian này



một đời đã quá quen đi rồi. Phút chốc bỏ hẳn cuộc đời của chúng ta mà đi vào một cảnh giới xa lạ, cho nên sợ hãi lắm. Tinh thần sợ hãi lúc chết này cũng là đại khổ, đây là nghiệp báo của chúng ta hiện tượng.

Tập đế là trí tuệ biết chắc do chúng ta có thói quen hư hỏng, huân tập tham sân si tật đố từ vô thủy là nguyên nhân tạo nên quả khổ của chúng ta hiện nay. Muốn khỏi khổ thì phải tìm nguyên nhân của khổ. Nếu chúng ta lại tiếp tục gieo nhân thì biết bao giờ mới hết khổ, cho nên phải đào bới gốc của các khổ ra để xoá sạch nguyên nhân của khổ thì chúng ta mới hết khổ được cho nên chữ tập là nói về nhân. Hôm nay tập tham một tí, mai tập sân một tí thành thói quen, thành cái nghiệp, nghiệp là gốc của khổ. Chúng ta quan sát thấy thân này thật là khổ, vậy bây giờ muốn hết khổ thì không phải là chúng ta nhảy xuống sông tự tử hay đổ thừa cho cha mẹ bạn bè mà chúng ta phải diệt trừ nguyên nhân tức phải diệt trừ tập khí xấu này đi, nghĩa là làm thế nào xoá sạch tham sân si mạn nghi tà kiến đi. Bao nhiêu những thói xấu chúng ta cứ tập quen từ vô thủy đến nay thì bây giờ chúng ta phải trừ diệt hết đi thì chúng ta sẽ hết khổ.

Đức Phật muốn chúng ta phải thấy khổ là cái đứng đầu phải giải quyết trước và tập là nguyên nhân của khổ. Chúng ta muốn hết khổ thì hãy diệt hết nguyên nhân này đi, biết được thân sanh già bệnh chết này là khổ, cho nên bây giờ đừng có vào bào thai nữa, vào bào thai loài người chúng ta còn từ chối hưởng chi là vào bào thai con gà, con

vị khổ lắm, biết khổ rồi thì nhất định không có vào bào thai nữa. Vừa rồi chúng ta vừa từ bụng mẹ đi ra, nên cứ vào bào thai là có khổ, phải làm thế nào mà mai đây rời thân này bỏ rồi đừng có vào bào thai mẹ nữa, không vào bào thai của sanh già bệnh chết này nữa để bớt khổ. Hễ trừ được tập đế và phát sanh thói quen ngồi thiền tu tập thì chúng ta sẽ đến an lạc, giải thoát, niết-bàn.

Nếu chúng ta có trí tuệ quyết chắc rằng nguyên nhân của khổ là tham sân si thì chúng ta không tham và cũng không bao giờ sân bởi vì chúng ta biết tham sân là gốc khổ. Cũng như chúng ta biết rắn là nguy hiểm thì chúng ta không bao giờ bỏ rắn vào túi hay nuôi rắn trong nhà cả. Chúng ta không sợ sân và cho nó là mình vì không biết nó là rắn, nó là rắn độc thật đấy mà chúng ta không biết. Các bậc thánh không có nuôi rắn độc ở trong tâm, cho nên tham sân là cái các ngài tuyệt đối bỏ hẳn vì các ngài biết rõ nó là độc. Còn chúng ta thì chỉ hiểu độc sách thì thấy Phật nói như thế, chứ chưa thấy là nó độc tham cho nên hàng ngày vẫn tham, vẫn sân mà cứ cho là chuyện nhỏ, không sao đâu, là bởi vì chúng ta chưa có trí tuệ tập đế.

Nhìn lại cuộc đời, chúng ta thấy từ lúc bắt đầu có thân thức, trong bào thai, sanh ra, trưởng thành, già nua, bệnh hoạn rồi chết. Mỗi giai đoạn đều mang những nỗi khổ, sống cũng khổ và chết cũng khổ. Những nỗi khổ trong hiện tại và tương lai này đều là do mình huân tập ngu si từ vô thủy đến giờ, cho nên vô minh cứ để hoàn cảnh và tham sân si lôi kéo đưa vào bào thai, cứ thế mà chịu. Nay

trong A-hàm, Đức Phật dạy chúng ta tập quan sát như thế để tìm cách diệt nhân khổ đi.

### iii. *Diệt thánh đế*

Diệt đế là trạng thái đã sạch các gốc tham sân si, kiêu mạn, cống cao. Do tập những tham sân si, thâm kết những như bản, thói xấu tật hư, bây giờ đến diệt đế là chúng ta phải cởi ra. Chúng ta tu tập gỡ đến đâu thì không tham, không sân, không si và sự thanh tịnh sẽ đến đây, chứ không phải càng tu thì mình càng kết thêm, nặng nề thêm. Sự tu tập này là tu tâm của mình để lọc bỏ hết những gì Đức Phật gọi là tập, diệt cho sạch những cái tập ở tâm mình. Gốc đã diệt thì bao nhiêu cảnh lá cũng diệt luôn, nghĩa là bao nhiêu thói xấu tật hư chúng ta diệt sạch tức Diệt đế, tức là Niết bàn ngay tâm an lạc của mình. Bây giờ lo tu tâm mình thì sẽ cảm quả báo hiện lên cảnh Niết bàn mà mình được hưởng, chứ không phải đi sang nước Niết bàn nào.

Tiếng Trung Hoa gọi là diệt đế nhưng Ấn Độ thì gọi là Niết bàn. Diệt đế là Niết bàn, là trí tuệ biết chắc là cảnh an vui do chúng ta đã diệt sạch ba độc tham sân si, Hễ tâm mình diệt sạch tham sân si thì sẽ cảm quả báo thanh tịnh Niết bàn. Còn nếu tâm mình gai góc đầy những hòn giận tật đổ thì không thể có Niết bàn được. Tham sân si là nhân khổ mà nhân khổ hết thì quả khổ cũng phải hết. Như vậy một khi tâm chúng ta đã diệt sạch những vô minh, những phiền muộn tối tăm, diệt sạch đi thì tâm của chúng ta

chính là sự an vui nhất, là tịch diệt, chứ không phải có bông hoa, đàn sáo, bánh chưng, bánh mứt, tiền bạc thì chúng mới vui, đây chỉ là những niềm vui bên ngoài. Người có trí tuệ diệt đế là người tin cảnh tịch diệt ở ngay tâm chúng ta. Niết bàn chính là tâm chúng ta, cảnh tịch diệt chính là cảnh giới cứu cánh, là đệ nhất an vui bên trong, cho nên vị ấy không cầu sự an vui ở bên ngoài nữa. Vị ấy quay về tâm đệ tu, một lòng tìm an vui hạnh phúc tại tâm mình. Muốn có diệt đế này thì chúng ta phải phương pháp. Phương pháp đó là Đạo đế tức tu tập tám con đường chân chánh.

#### iv. *Đạo thánh đế*

Đạo đế là trí tuệ biết rằng tám phương pháp mà Đức Phật đặt ra để cho chúng ta diệt những tham sân si thì đây chính là con đường dẫn chúng ta đến cảnh giới yên vui. Chúng ta phải có phương pháp tu hành thì mới diệt được khổ để đừng có cái thân này nữa. Tám phương pháp là chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mệnh, chánh tinh tiến, chánh niệm và chánh định. Tu được tám thánh đạo này thì gọi là tu đạo, đắc đạo, được ý của đạo. Như vậy, được con đường tức là phương pháp tu tập của chúng ta đã hoàn mãn đi đến kết quả.

Hai chữ diệt và đạo là diệt tận gốc nhân khổ thì đồng thời cũng diệt hết quả khổ, không có nhân thì cũng không có quả khổ, tức là chúng được Niết bàn. Con đường Niết bàn này chính là tâm mình, hễ tâm chúng ta thanh tịnh thì

gọi là niết bàn, còn nếu tâm chúng ta đầy những sát đạo, dâm vọng, những ô nhiễm, những độc ác thì chúng ta sẽ ở cảnh giới xấu xa địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh, đủ các thứ tai nạn. Muốn trừ tập đế và hưởng Niết bàn thì phải có đạo đế tức là tám phương pháp tu hành này để diệt hết cái khổ. Chúng ta phải có trí tuệ để thấy hễ còn có thân, còn vào bụng mẹ là còn khổ. Biết có thân này là khổ, muốn hết khổ phải biết tập đế, biết nguyên nhân của cái khổ, hễ mình trừ được nguyên nhân hết khổ thì mình chứng diệt. Người có đạo đế là người có trí tuệ tin chắc các pháp của Đức Phật là giải thoát, thấy chắc chắn được điều này, thấy được đạo, thấy được những phương pháp của Phật là đúng, là chân chánh thực sự, cho nên vị ấy một lòng thực hiện những lời Phật dạy mong được giải thoát. Vị này không mất thời gian học nhiều thứ, một lòng học Phật pháp, một lòng thực hiện pháp của Phật. Đó là tướng mạo của người đã tin vào đạo đế.

Vậy chúng ta cần phải biết rõ Bốn thánh đế là khổ tập diệt đạo. Chúng ta không biết Tứ đế này thì xem như đường tu chúng ta mập mờ, dễ hỏng. Chúng ta phải có phương pháp áp dụng đúng những lời Phật dạy để đừng có làm những sai quấy khiến đọa lạc, bởi vì chúng ta mù mịt tối tăm, chẳng biết gì cả, cho nên mở miệng động chân cất bước đều là sai quấy. Đức Phật vì lòng từ bi chỉ dạy cho chúng ta pháp Tứ đế này. Hễ chúng ta cẩn thận giữ gìn, vâng lời làm đúng thì mới không có những sơ hở, không có lạc về những loài bàng sanh, ma quỷ; mới giải thoát

được những sự đọa lạc. Còn buông lung thả lỏng một tí là nguy hiểm liền tới bởi vì chúng ta cũng như kẻ mù lòa đứng trên bờ vực thẳm. Đã mù loà không thấy đường mà lại đứng cheo leo bên bờ vực thẳm nữa, nên hễ hơi sơ hở là ngã luôn, rơi vào địa ngục. Nói ví dụ vực thẳm là nhẹ đấy, vì rơi vào vực thẳm chỉ khổ có một thân thôi, chứ còn rơi vào địa ngục thì còn mê si trăm ngàn vạn kiếp, không góc được đầu ra. Cái khổ và nguy hiểm đến thế cho nên chúng ta phải A-hàm là việc thiết yếu để bảo tồn thân con người đã.

Tứ đế phối hợp với tứ hoằng thế nguyện là:

Vì có khổ đế ấy nên chúng ta mới phát nguyện chúng sanh vô biên thế nguyện độ.

Vì có tập đế nên phiền não vô tận thế nguyện đoạn.

Vì có đạo đế nên pháp môn vô lượng thế nguyện học.

Vì có diệt đế nên Phật đạo vô thượng thế nguyện thành.

## **48. TỰ LỰC**

Hãy tự mình là hải đảo của chính mình, tự mình cầu giải thoát và tư duy, không nên rong ruổi tìm kiếm bên ngoài như người có trí tuệ dùng sức mạnh của mình để né tránh rắn độc và giặc hại, lại tự mình tạo chiếc bè để vượt qua khỏi dòng nước xoáy, để đến bờ bên kia an ổn khoái lạc.

Chuyện kể rằng có một thầy Tỳ kheo bị bệnh đau mắt, nghe lời khuyên của thầy thuốc nên ngồi bên hồ nước ngửi hương thơm của một loài hoa để trị bệnh, bị chủ nhân của hồ nước là thần giữ hồ nước xem thầy như là người ăn trộm. Thần nói với thầy tỳ kheo đó rằng, giống như người có chiếc áo tinh khiết, chỉ cần dính một ít nhiễm ô cũng khiến người khác chú ý, cũng vậy, nay thầy giữ giới nghiêm mật, nhưng sao lại bị đánh lừa, bị quyến rũ bởi hương thơm của hoa. Thầy cần phải nhiếp tâm thanh tịnh, chánh niệm tĩnh giác hơn.

#### **49. TỰ MÃN TAI HẠI**

Bình thường sau cơn mưa thì đất bụi ở ngã tư đường biến thành vũng nước ướt sũng và người ta tưởng đây là đường bùn lầy mà không biết khi không mưa thì bùn sẽ khô và khi gặp gió thì sẽ tung bụi mù lên. Cũng thế, ở trong đoàn thể, chúng ta thấy tựa hồ như mình tu được, mình tốt, cậy mình là người chăm tu, rồi không để ý giữ gìn oai nghi phẩm hạnh. Chợt xảy ra việc gì trái ý thì hiện tướng đáo đẽ, lúc bấy giờ trở thành người lui sụt, không có trầm tĩnh, sáng suốt. Cho nên khi xúc sự, mới thấy rõ được khả năng của mình và là người thật tu thì lúc nào cũng dè dặt, cẩn thận, chứ không có tỏ vẻ cho mình là người tu hay, tự mãn. Tự là tự mình, mãn là đầy đủ, nghĩa là tự thấy mình hay, đầy đủ và đúng pháp.

Do không cẩn thận giữ oai nghi, hộ sáu căn thì chúng ta là người buông lung. Buông lung rồi thì sẽ đi đến phóng

dật, từ phóng dật sẽ đi đến bừa bãi không giữ giới luật. Hôm nay buông lung không giữ oai nghi tế hạnh thì ngày mai sẽ buông trôi không giữ giới luật, cho nên tự mãn cứ thấy mình đủ rồi, hay rồi thì rất nguy hiểm. Người có trí tuệ lúc nào cũng phải dè dặt, cũng phải khiêm tốn, cũng thấy mình còn thiếu sót. Do còn thiếu sót nhiều, cho nên chúng ta cần phải cẩn thận đề phòng, phải giữ gìn sáu căn, oai nghi tế hạnh. Tại sao tu tâm đúng pháp là đủ rồi mà đây Phật còn khuyên chúng ta nên giữ các oai nghi giới luật? Bởi vì chúng ta từ tử cung mẹ đi ra, ở trong bụng mẹ chín tháng mười ngày, hút những loại máu tanh của mẹ, kết làm da, làm thịt, làm xương. Từ bụng mẹ đi ra làm một đứa trẻ ngây ngô ngu muội, rồi nhận da thịt xương máu này làm thân thể của mình. Đức Phật dạy cái ngu này là ngu hơn cả. Thế cho nên chỉ một việc từ bào thai đi ra là tướng mạo rõ ràng chúng ta ngu lắm. Chúng ta học đôi chút hiểu được những lời giảng dạy của Đức Phật. Có học, có tu đôi chút thì chẳng qua là sự giác tỉnh của Phật. Chúng ta mượn giác tỉnh của Phật để làm sự hiểu biết của mình chứ thật ra sửa chữa sự ngu si từ lịch kiếp, chứ không phải chỉ học vài bài kinh A-hàm là xong. Chúng sơ thiên, nhị thiên mà đã chắc chữa được cái ngu này đâu vì vẫn còn vi tế vô minh, chứng A-la-hán thì mới được.

Chúng ta phải cẩn thận dè dặt, nói được chút Phật pháp rồi tự mãn, phải luôn luôn thấy mình còn thiếu sót. Sự mê của chúng ta nằm sâu ở trong tạng thức, nó đen xì và tối xịt. Đức Phật dạy chúng ta phải giữ cả thân và tâm đúng pháp chân chánh. Thân chính là tướng mạo của tâm. Thân



buông lung là chính tâm không dè dặt, không cẩn thận, kỹ lưỡng. Một khi mình đã không dè dặt cẩn thận như người buổi tối mở tung cửa ra thì kẻ trộm sẽ lẻn vào, trong nhà sẽ bị cướp bóc tan hoang. Chúng ta cũng thế, bừa bãi không để ý, không nghiêm chỉnh thân tâm thì cảnh bên ngoài sẽ kéo chính tâm của mình đi. Tâm chúng ta đã mê, không biết, nên vọng cảnh dễ lôi kéo lắm. Nếu để cảnh bên ngoài chuyển tâm vào đường mê, đường ác, đường xấu thì dễ lắm vì chúng ta đã đi đường đó từ vô thủy đến giờ. Chúng ta đã từng mê đến nỗi vào tử cung mẹ hút những máu như đó và thiết tha nhận những máu thịt ấy làm thân thể của mình. Rồi bây giờ hàng ngày ăn cơm uống nước thì cơm nước là đất nước gió lửa, vậy nên thân này bằng đất, bằng nước rõ ràng mà cứ nói là thân tôi. Sự mê của chúng ta về thân nặng nề lắm, cho nên Đức Phật dùng thân của chúng ta để chỉnh lại tâm của chúng ta. Thân hiện tượng vô minh thô xấu ra ngoài, nhờ đó đại chúng cùng sống trông thấy, giúp cho chúng ta chỉnh đốn lại cái thân.

Hễ thân mà chân chính vững vàng oai nghi, đứng đắn thì biết tâm nghiêm chỉnh, dè dặt. Còn thân bừa bãi làm các việc phóng túng, đi chơi ồn ào, tán gẫu thì biết tâm buông lung. Nếu không chịu thúc liễm thân tâm mà cứ thích chạy ra bên ngoài để đua tài tranh giải, khéo khôn để cầu danh, cầu lợi thì khó kéo trở lại, khó quay về hàng phục tâm của mình, khó quay về nhìn lại mình mà sửa những thói hư tật xấu, từ đó sẽ dễ đưa chúng ta đến những sự đọa lạc của địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh. Nếu không

tỉnh ra để sửa lỗi của mình lại còn cho là mình hay giỏi nữa thì thành ra tự mãn tai hại.

Bình thường chúng ta thấy bình an, cho là tâm của mình phẳng lặng yên ổn không còn phiền não nữa. Thế nhưng đến khi gặp chuyện xảy ra, lúc bấy giờ vô minh của chúng ta mới hiện tướng. Khi tham sân si mạn bật ra thì chúng ta có kịp giữ lại không? Cho nên biết phiền não nằm sẵn nơi đó rồi đợi lúc chúng ta sơ hở là nhảy ra. Vì thế đừng tự mãn, nghĩ rằng chúng ta bình an như mặt nước hồ thu là phiền não diệt hết rồi. Đức Phật khuyên chúng ta lúc nào cũng phải nhớ là chúng mình đang ở trong đường mê, sự hiểu biết và tu hành của chúng ta chưa thấm thía vào đâu cả. Lúc nào cũng khiêm tốn tự thấy chúng ta còn thiếu sót, dè dặt giữ gìn, nhất là những oai nghi bên ngoài bởi lẽ nó chính là tướng mạo của tâm mình đấy. Chúng ta đừng nghĩ rằng chúng ta chỉ cần tu tâm nên không cần oai nghi bên ngoài. Chính tướng mạo hiển tâm của mình, chúng ta phải đề phòng, giữ gìn cẩn thận, chỉnh lại tâm mình cho vững vàng.

Đừng nghĩ chúng ta được chút thiền lạc thì cho là mình đã an định lắm rồi, không cần giữ gìn nữa. Đây Phật cảnh giác phải cẩn thận, đừng cho chúng ta đã đắc đạo rồi, chắc sự tu đã vững rồi giống như vũng nước khi có mưa. Nhưng thật tin có vũng nước hoài không? Tin như thế là tin một phía vì lúc không mưa thì chỗ vũng nước nó sẽ khô và khi gặp gió nó sẽ tung bụi mù. Cũng thế, chúng ta tưởng mình đắc đạo rồi, an nhẫn lắm nhưng khi xúc sự thì

chúng ta vẫn tung những bụi của tham sân si mạn ra. Vì thế nên tự biết đạo hạnh, đạo lực của chúng ta còn kém lắm, chưa có tí gì cả.

Các thầy tỳ kheo được thiên sắc giới (Sơ thiên, Nhị thiên, Tam thiên và Tứ thiên) rồi thì tiến lên lại được thiên Vô sắc giới (Không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tướng phi phi tướng xứ, Thức vô biên xứ) nữa, nghĩa là lên cõi trời cao tột đỉnh rồi. Sự tu chứng của ngài vững lắm rồi, thế nhưng càng tu cao thì lại càng dễ tự mãn. Tự mãn nghĩa là tự cho là mình hay lắm rồi. Càng tự mãn, càng dễ buông lung thì thân này rơi xuống đất càng nhanh. Cho nên đây Phật nhắc chúng ta đừng tự mãn, giống như khi có nhiều tiếng kèn trống đánh um sùm thì chúng ta không nghe thấy tiếng dế, tiếng ếch kêu. Nhưng ngày mai vua quan đi rồi, trống kèn rỗng phượng cũng đi theo thì chúng ta lại nghe tiếng dế, tiếng ếch kêu như thường. Giống như tạm thời trong chùa, trong một tập thể có nội quy kỷ luật, chúng ta thấy bình an không có buông lung nhưng khi đi ra ngoài không có nội quy, kỷ luật kèm thúc thì những tập khí phiền não lại trở dậy. Những tiếng dế, tiếng ếch này tiêu biểu cho tập khí tham sân si của chúng ta vẫn còn đó và vẫn hiện ra khi xúc sự.

Mục đích tu tập của chúng ta là để cầu giải thoát mà giải thoát nghĩa là không có bị đầu thai vào sáu cõi, không có cái thân sanh già bệnh chết nữa. Muốn cầu hết khổ thì phải trừ ba độc tham sân si bởi vì chính ba cái độc ấy sẽ đưa chúng ta đi đầu thai, mới vào tử cung của các bà mẹ.

Chúng ta phải tập để tâm mình giải khỏi ba nghiệp tham sân si. Có giải được thì mới thoát được luân hồi, không vào bào thai nữa thì chúng ta mới không có cái khổ sanh già bệnh chết. Người có trí tuệ thấy mục đích của mình là việc ấy. Mục đích là để tiêu ba độc tham sân si, để thoát cái khổ luân hồi sanh tử, thế nhưng bây giờ hễ hơi xúc sự có cái gì trái ý thì nổi sân nổi giận lên tức là quên mục đích tu tập của mình.

## **50. TỨ NIỆM XỨ**

Trong kinh Niệm Xứ (Trung A Hàm, số 98) và kinh Nhất Nhập Đạo Phẩm (Tăng Nhất A Hàm, số 12), Đức Phật giảng về Tứ niệm xứ như sau:

“Có một con đường tịnh hóa chúng sanh, vượt qua lo sợ, diệt trừ khổ não, chấm dứt kêu khóc, chứng đắc chánh pháp là Tứ niệm xứ. Tứ niệm xứ là quán thân như thân, quán thọ như thọ, quán tâm như tâm và quán pháp như pháp. Này A-nan! Sau khi Ta diệt độ, người nào tu hành đúng như thế thì sẽ là đệ tử chân chánh của ta.”

Tứ niệm xứ tức là bốn chỗ chúng ta phải thường chánh niệm, luôn nhớ chớ không có quên. Đức Phật dạy chúng ta chịu quán bốn điểm này và thấy cho rõ thì như thế người ấy mới là đệ tử của Phật. Vậy bốn chỗ để nhớ là quán thân, thọ, tâm và pháp. Chúng ta phải chánh niệm đoạn thân quán sát và theo dõi giống như ngọn đèn soi tỏ những gì xảy ra nơi thân, thọ, tâm và pháp. Người giác tỉnh đêm

ngày thận trọng trọn vẹn hướng tâm về đạo pháp, bất luận trường hợp nào, đang làm gì, chánh niệm vẫn là thiết yếu.

Chánh niệm là chuyên nhất một việc, không nghĩ đến những điều khác. Ví dụ như nhiếp tâm khi đi ra, đi vào biết chân mình bước ra, bước vào. Tâm để ý vào bàn chân đang đi. Làm bất cứ cái gì thì tâm và thân cũng ở một chỗ. Thân đi thì tâm biết thân đang di chuyển đi. Tay co hay duỗi thì tâm sáng suốt biết rõ tay của mình đang co và đang duỗi, tức chúng ta an định nhìn thẳng vào việc mình đang làm, chứ không có nghĩ sang chuyện khác. Việc tuy đơn giản nhưng lại là một việc khó làm, đòi hỏi chúng ta phải kiên nhẫn và chịu khó. Nếu chúng ta tập được quán Tứ niệm xứ này thì chúng ta bước vào con đường thánh hiền rồi. Bởi vì tâm của chúng ta từ lâu cứ lông bông, nghĩ hết chuyện này rồi nghĩ sang chuyện khác, nên chúng ta không làm chủ được mình bừa bãi bạ đâu nói đó, bạ đâu làm đấy, mất oai nghi chánh niệm, cho nên Đức Phật dạy pháp quán Tứ niệm xứ, đặc biệt quán thân trên thân với tiểu oai nghi để cột tâm chúng ta lại. Chúng ta chánh niệm thực hành bốn chỗ thân thọ tâm pháp đáng nhớ. Điều đáng nhớ thứ nhất là:

1) Quán thân trên thân là quán tư thế của thân, động tác của thân, các bộ phận của thân, những yếu tố tạo nên thân và sự tan hoại của thân.

*a. Quán tư thế của thân, động tác của thân.*

“Tỳ-kheo khi đi thì biết mình đi, đứng thì biết mình đứng, ngồi thì biết mình ngồi, nằm thì biết mình nằm, ngủ thì biết mình ngủ, thức thì biết mình thức, ngủ say thì biết mình ngủ say. Tỳ-kheo như vậy, quán nội thân như thân; quán ngoại thân như thân; lập niệm tại thân, có tri, có kiến, có minh, có đạt. Như vậy gọi là Tỳ-kheo quán thân như thân.

Lại nữa, Tỳ-kheo quán thân như thân; Tỳ-kheo biết rõ chính xác khi vào lúc ra, khi co lúc duỗi, khi cúi lúc ngẩng, nghi dung chững chạc, khéo khoác tăng-già-lê và cầm bát; đi, đứng, ngồi, nằm, ngủ, thức, nói năng, im lặng đều biết rõ chính xác. Tỳ-kheo như vậy, quán nội thân như thân; quán ngoại thân như thân; lập niệm tại thân, có tri, có kiến, có minh, có đạt. Như vậy gọi là Tỳ-kheo quán thân như thân.”

Đức Phật dạy để chúng ta nhất tâm, chánh niệm trú vào những oai nghi, cử chỉ lật vạt thông thường như ra vào, nhìn ngó, co duỗi là tiểu oai nghi hàng ngày. Vì tâm chúng ta loạn động, làm mà không để ý đến việc mình làm. Hàng ngày hầu hết chúng ta đều như thế đấy mà ít có người để ý việc này, cho nên Đức Phật phải chỉ ra để chúng ta để ý lại chỗ đó. Tuy chân bước đi thế này nhưng tâm lại nhớ đến chiều nay đi mua sắm (shopping) để mua hàng đang đại hạ giá (on sale) hoặc nhớ đến ba má ở đang ở Việt nam. Chân đang đi trong sân chùa ở đây mà tâm

vượt trùng dương nghĩ những chuyện ở nước khác. Thân ở một nơi mà tâm một nẻo, tay ngồi khâu áo nhưng đầu nghĩ lông bông đến trăm nơi trên thế giới. Chính lúc mặc áo, cài khuy, đi tới đi lui lại, ngó nhìn mây bay gió thổi, những cử chỉ lật vạt hàng ngày thì chúng ta đã để cho tâm của mình lang thang vọng tưởng, chứ không chú ý vào tiểu uy nghi của mình. Suốt ngày, thân của chúng ta làm một việc mà tâm lại nghĩ việc khác.

Để cho tâm trú vào hiện tại, không có đi lông bông vào quá khứ hay vị lai thì chúng ta phải tập chánh niệm trong hiện tại. Hiện tại đang cài khuy áo, đang ăn cơm, biết là tay mình đang cài khuy áo, đang ăn cơm. Có người cho đây là việc con nít không đáng làm, vì nghĩ rằng có nhiều việc cần làm hơn, nhưng không dè Đức Phật lại chú tâm vào những tiểu oai nghi này. Đây gọi là bắt đầu của sự nhất tâm tu tập Tứ niệm xứ. Đi ra thấy đi ra, đi vô thấy đi vô, gấp thức ăn biết mình đang gấp thức ăn, tâm sáng suốt nhìn việc hiện tại, phải tập đem tâm trở về với hiện tại. Đây không phải là việc khó làm, chúng ta chịu khó tỉ mỉ là làm được. Nếu cố gắng thực hành thì việc này không phải là việc mình không làm được. Nhiều người khó tu được pháp môn quán tư thế của thân, động tác của thân này nhưng pháp môn minh sát tuệ này hiệu quả rất cao và phổ biết trong các nước Phật giáo Nguyên Thủy. Nhiều thiền đường trên thế giới đặc biệt tổ chức cho thiền minh sát tuệ về tiểu oai nghi này mà thôi. Chúng ta đọc thấy tựa hồ như trò trẻ con nhưng các thánh nhân lại thấy pháp môn này là

quan trọng, giúp cho hành giả đoạn trừ những vọng tưởng  
buông lung, để trở về nhất tâm hiện tại nên gọi là tu thiền  
mình sát.

Minh là sáng, sát là quan sát, nghĩa là do quan sát thấy  
từng cử chỉ mà khai phát ra trí tuệ sáng suốt. Tuệ minh sát  
này có thể đưa đến an định, niết bàn tịnh tĩnh. Đây là pháp  
môn chính của Phật giáo Nguyên Thủy. Riêng Phật giáo  
Đại thừa các tổ có đặt ra một số bài kệ trong Tỳ Ni Hương  
Nhũ cho mỗi tiểu oai nghi cũng là một dạng của thiền  
minh sát, tức mỗi khi bước chân xuống giường thì đọc một  
bài kệ xuống đơn, khi bước đi thì đọc bài kệ về việc mình  
đi, khi cài nút áo thì đọc bài kệ cho việc cài nút áo, đi tiểu,  
đi tắm... mỗi mỗi đều có bài kệ. Các vị sa-di, sa-di-ni mới  
vào chùa là phải học thuộc các bài tỳ ni hương nhũ này.  
Học thuộc để mỗi khi chúng ta bước chân đi, hay ngồi,  
hay sắp sửa đi ngủ, hay ngủ dậy, mỗi mỗi tiểu oai nghi đều  
có sẵn một bài kệ. Đến bữa cơm khi thấy bát không, phải  
đọc một bài kệ. Khi ngồi thiền, có tọa cụ phải đọc bài kệ,  
nghĩa là các tổ muốn chúng ta phải chánh niệm trú tâm  
trong tiểu oai nghi của chúng ta. Đi ra phải giác tỉnh, đi  
vào phải giác tỉnh, phải buông xả chăm chú chỉ thấy chúng  
ta trong hiện tại thôi. Nếu tâm bận rộn nhiều việc thì khó  
mà tu Thiền minh sát hay Tỳ ni hương nhũ này được.

Cả hai pháp môn này cũng cùng một công hiệu, cũng  
để cho được nhất tâm, có định lực, không có lông bông  
vọng tưởng. Từ định này mà trí của chúng ta sáng suốt  
trong hiện tại, không bị những vọng tưởng che mờ. Đây là



phương pháp để luyện định và tuệ. Nhưng pháp môn này hơi khó phải ở hoàn cảnh là buông hết mọi việc, chuyên chú lo một chuyện quán sát này thôi, như các vị chuyên tu, chỉ một việc này thôi. Chuyên tu thì mới chuyên được việc quán này, còn lâu lâu tập 15 phút hoặc nửa giờ hay vài giờ thì khi xả pháp quán, ra ngoài, cũng có ảnh hưởng định lực đôi chút, nhưng khó có kết quả trọn vẹn. Cho nên các tổ Đại thừa thông minh đổi cách thiền quán, thay vì chăm chú minh sát này thì các ngài cho chúng ta đọc mỗi bài kệ ở mỗi tiểu oai nghi. Khi đi ra phải đọc bài kệ và nhớ rằng mình đi ra phải làm gì. Khi đi vào trông thấy dòng sông phải đọc bài kệ, trông thấy vườn hoa đọc bài kệ.

Có những bài kệ giúp cho chúng ta vừa tỉnh thức mà lại vừa an định cái thân lại để nhớ lại công việc hiện tại của mình. Nhất là các bài kệ ấy tổ lại khai phát, nuôi dưỡng, bồi đắp cho chúng ta những tư tưởng cao thượng, triết lý thâm sâu mà đơn giản của đạo Phật, cho nên pháp môn đại thừa vẫn có công năng của pháp môn tiểu thừa này mà nó lại có chỗ đưa tinh thần chúng ta đi lên, mở ra những tư tưởng giải thoát, cho nên pháp môn của Tỳ ni hương nữ hay Thiền minh sát rất là quý, rất quan trọng.

*b. Quán những yếu tố tạo nên thân và sự tan hoại của thân.*

“Tỳ-kheo như vậy, quán nội thân như thân, quán ngoại thân như thân; lập niệm tại thân, có tri, có kiến, có minh, có

đạt... Nếu không quán nội thân, không quán ngoại thân, không quán nội ngoại thân thì chúng ta là bọn tà kiến.”

Tà kiến sai lầm nhất là chúng ta cứ nhận thân đất nước gió lửa này là mình. Từ sai lầm này mà mở ra không biết bao nhiêu thứ tệ hại khiến cho chúng ta cứ luân hồi sanh tử, rồi cứ tự thu hút đất nước gió lửa gom lại này, nhận đây là thể chất của mình. Cứ như thế mê muội hết đời này sang đời khác, không tỉnh ra, cho nên là tà kiến. Để chữa bệnh tà kiến ấy, Đức Phật dạy chúng ta “Quán nội ngoại thân tinh cần không có biếng nhác, ghi nhớ không có lãng quên để diệt trừ tham và ưu ở đời.” Nội thân là thân của mình, ngoại thân là thân người khác. Quán cả thân mình và thân người. Chúng ta nhớ không có lãng quên, thân của chúng ta hay thân của người đều là đất, sẽ trả về cho đất, là nước sẽ trả về cho nước, nó không phải mình, đã không phải là thân thật của chúng ta thì không tham, không vương vít các thứ lỗi về mình nữa. Vì không tham nên thân này còn hay mất cũng chẳng quan ngại. Quán nhớ như vậy thì chúng ta sẽ không lo lắng và ưu sầu ở đời. Người mà không tà kiến là biết thân này không phải mình, chỉ là nghiệp báo hiển một thời gian rồi sẽ tan như đồ dùng lâu ngày sẽ cũ mục và tan mất, cũng vậy chúng ta dùng thân này một thời gian rồi nó sẽ tan đi, cho nên không phải lo lắng ưu sầu gì cả. Ở đây, Đức Phật nhắc khi quán nội thân của mình hay quán ngoại thân người khác cũng phải tinh cần, để diệt trừ tham ưu ở đời.

Vì sao quán thân người khác thì chúng ta cũng sẽ diệt trừ được tham ưu lo sầu? Chúng ta có một người bạn thân thiết tử tế và chúng ta tin cậy là huynh đệ sẽ giúp đỡ nhau tu tập cho đến ngày giải thoát, bỗng nhiên chị ấy lờm nguýt ghét mình và nói xấu mình khiến chúng ta ngạc nhiên và trong lòng không yên. Cho nên, Đức Phật mới dạy phương pháp quán thân người khác. Quán chị ấy là đất nước gió lửa, chung quy ngày mai cũng là một thân chết rửa nát bỏ ngoài nghĩa địa. Dù chị ấy có tử tế cũng là đất nước gió lửa, dù chị ấy có trở mặt cũng sẽ là thân chết, cho nên không bận lòng giận phiền nhúm đất nước gió lửa ấy. Trước kia chúng ta quý người có giá trị là người bạn để chúng ta nương tựa được. Bởi vì thấy có giá trị nên kính quý trông cậy chị ấy, mới phiền giận, mới tiếc nuối tình bạn, còn bây giờ đây chúng ta quán thấy rõ rồi chung quy trước sau chỉ là thân chết mà thôi nên chúng ta không trông cậy nữa, như vậy tâm chúng ta thanh thoi. Quán ngoại thân rất có ích lợi để chúng ta đừng bám víu nương tựa vào ai dù là người thân nhất của mình. Như có nhiều bà mẹ điên cuồng muốn chết khi chứng kiến đứa con yêu quý của mình qua đời, chỉ bởi vì quá yên quý đứa con cho nó là con cưng thật của mình. Cho nên khi nó chết thì người mẹ chịu không nổi đến kêu gào phát điên: ‘Con của tôi đâu? Con trai yêu quý của tôi đâu?’ Bà chạy khắp nơi, gặp ai cũng tìm cách hỏi phương pháp cứu con và cuối cùng bà đến đánh lễ xin Đức Phật cứu giúp. Đức Phật bảo bà: ‘Hãy đi tìm một hạt cải nơi nhà nào mà chưa có thân

quyền qua đời, đem về đây Đức Phật sẽ cứu.’ Bà vội chạy vào làng hỏi và khám phá rằng nhà nào cũng có người chết cả. Phật liền cảnh tỉnh bà, đó là luật vô thường cho bất cứ ai là con người cũng phải bị. Cũng thế, chính thân chúng ta hay bạn bè và người khác chung quanh đều bị chung số phận bị luật già chết chi phối này.

Pháp quán Tứ niệm xứ giúp chúng ta tỉnh ra thân người bất quá cũng chỉ là dư nghiệp của một thời gian, cũng chỉ là đất nước gió lửa giả hợp tạm thành hình trong một thời gian. Nó đã hợp được rồi thì nó phải tan đi, đủ duyên thì hợp lại, hết duyên thì tan rã. Tỉnh được ra như thế, biết đúng sự thật như thế thì người mẹ đỡ khổ và chúng ta đỡ vướng chấp vào người khác. Sinh sống giao tiếp trong xã hội, chúng ta sẽ gặp rất nhiều thứ va chạm, vâng lời Phật, tu tập pháp quán này sẽ giúp chúng ta được thanh thoi tâm. Không có pháp môn Phật dạy mới thật là khổ, vì nó sẽ đưa đẩy chúng ta đi đến sai lầm. Cứ nắm lấy những hư vọng không đâu, những cái không thể gỡ được mà cứ cố chấp, như đứa bé phải chết vì đất nước gió lửa không hòa, không thể nào sống lại được một khi đất nước gió lửa đã tan rã. Người mẹ phải thấy quy luật vô thường này và nắm phương pháp Phật để tỉnh ra, học Phật pháp thì chúng ta sẽ đỡ khổ. Quán thân ta thân người để giúp chúng ta tỉnh thêm ra, không để nổi thống khổ mất người thân làm cùng quẫn rồi trí không có cách nào mà gỡ, để rồi từ mê vào mê.

c. Quán bất tịnh và 32 thể trước ở thân mình (nội thân).

Quán bất tịnh là quán sự nhơ nhớp, không sạch sẽ. Thân có ba thời bất tịnh là quá khứ, hiện tại và vị lai. Trong quá khứ tức còn trong bào thai máu mủ, nước nhớt thì là sao mà sạch. Hiện tại thân có 32 phần (tóc, lông, móng, răng, da; thịt, gân, xương, tủy, thận; tim, gan, bầy nhầy, bao tử, lá lách, phổi; ruột già, ruột non, phân, óc, mật; đờm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ đặc, mỡ lỏng; nước mắt, nước mũi, nước miếng, nước nhớp, nước tiểu) và chín lỗ (hai lỗ mắt, hai tai, hai mũi, miệng, lỗ đít và hậu môn) để chảy những bất tịnh thì làm sao mà bảo nó sạch. Tương lai thân này sẽ thành một thân chết hôi thối, phải đem chôn và cơ thể sẽ tan rã theo chín giai đoạn như:

1) Trương tướng (sau khi tắt hơi rồi, không còn thức thứ tám trì giữ mạng căn nên thi thể bắt đầu phồng lên)

2) Thanh tướng (rồi xanh tái đen)

3) Hoại tướng (da thịt bắt đầu bỏ toét như bánh mì nhúng nước nứt nở và mềm búng ra)

4) Huyết đồ tướng (các thứ nước, máu mủ trong thân chảy ra)

5) Nông lãng tướng (thi thể nát bét rồi, nên mùi hôi thối xông ra)

6) Hám tướng (da thịt rục rã)

7) Tán tướng (thịt tan, còn xương)

8) Cốt tường (xương cũng mòn dần)

9) Thiêu tường (tro bụi của xương cũng tan theo hư không và không còn để lại dấu vết gì)

Thân hiện tại của chúng ta bị bịt chặt kín mít, chỉ có chín lỗ hở là thông bên ngoài thôi. Hàng ngày theo chín lỗ hở đó mà bài tiết ra những phân, nước tiểu và những chất bất tịnh. Một chai dầu thơm khi mở nút hương thơm bay ra ngào ngạt ai cũng thích ngửi. Một hũ cá mà mở nắp bay mùi tanh ra khiến ai cũng khó chịu. Thân thể của chúng ta cũng bài tiết những chất rất như bản mà mọi người thấy phải né tránh, thế thì biết trong thân này chứa những thứ không có hôi thối giá trị. Ngoài chín lỗ thông hơi, thân căn còn có vô số hàng ngàn những lỗ chân lông hàng ngày rỉ rỉ bốc những thứ hôi bên trong tiết ra nên gọi là mồ hôi, chứ không gọi là mồ thơm. Rồi cấu đất bản ngoài da là những thứ chán ghét, nên gọi là cấu ghét và mỗi ngày chúng ta phải tắm rửa kỳ cọ thì mới có sạch sẽ, nhưng chỉ sạch trong thời gian ngắn thôi, sau đó bên trong tiết ra lại dơ lại nên phải tắm rửa thường xuyên suốt đời như vậy. Cho nên rõ ràng thân chúng ta chứa toàn những thứ tanh như hôi hám.

Miệng chúng ta thông xuống cổ họng rồi vào dạ dày, trong dạ dày chứa đựng những thức ăn. Những thức ăn ấy bắt đầu mục nát, cho nên mùi thối bắt đầu từ dạ dày này mà có, rồi nó đi đến ruột thì thức ăn thành ra là phân. Tâm thức của chúng ta khôn ngoan lắm, nó tự tạo một lớp đờm để phủ trên thức ăn. Chúng ta ăn thì thức ăn rơi lọt xuống dưới, do đờm phủ lên trên để ngăn chặn bớt mùi hôi, nếu

không có lớp đờm thì thức ăn thối nát bốc mùi không ai chịu được. Thức ăn phân hủy, tự lọc chất bỏ thấm vào da thịt, thành máu nuôi cơ thể, chất nước thành nước tiểu, còn chất bã thì xuống thành ruột già, cách một đêm thì thành phân, để vớt ra ngoài. Đó là hệ tiêu hóa tuần hoàn trong cơ thể của chúng ta. Thân như bản thể mà nhiều người tưởng thơm tho quý giá nên trang điểm cho đẹp và mua những thứ đắt tiền cho nó mặc nữa. Đức Phật thì thấy được thân căn chỉ là những đay da di động, đựng đầy những thứ hôi thối. Đó là như bản của báo thân hiện tại.

Báo thân tương lai cũng như bản là khi bệnh hoạn, già yếu, rồi đến lúc cuối cùng sắp tan rã thì nó lại càng ghê gớm nữa. Thi thể xanh lè, tím đen, phình nát, rồi chảy mủ, chảy máu; mùi hôi bốc lên, vừa hôi hám sợ hãi mà độc nữa. Hiện giờ thân còn sống tức còn mạng căn chấp trì giữ gìn, nên mọi thứ trong thân ổn định, điều hòa. Những chất nước, máu, mỡ và các thành phần khác của thân cũng nhờ mạng căn mà được cất giữ yên ổn nơi định vị của chúng, nhưng đến lúc lâm chung hơi ấm đã hết, mạng căn đã đứt, thần thức không hiện hành nữa, không có sức chấp trì giữ gìn cái thân này nữa thì các chất và các phần trong cơ thể sẽ nổ tung và bật bẻ ra. Thân chết sẽ phình lên toàn là nước; khi phồng quá lớn thì sẽ bị bẻ, nứt da ra (như bánh mì ngâm nước) do đó các chất lỏng máu, mủ, nước tiểu trong thân sẽ chảy rỉ ra ngoài. Lúc bấy giờ thì không có sạch sẽ thơm tho, ai cũng sợ ngửi hơi hôi này vào bị bệnh, nên mọi người đều phải né tránh sợ hãi. Người ta phải

tránh, chẳng những vì nhớ bản, vì mùi hôi nồng nực khó chịu mà còn vì hơi độc nữa, nó sẽ gây bệnh ô nhiễm. Vì thế, dù con cháu có hiếu thảo đến đâu, thương người thân bao nhiêu thì cũng vội bỏ thân chết vào quan tài, đóng thật kỹ, dán thật kỹ, chôn hay đi thiêu ngay để tránh những hôi nhớ bản ảnh hưởng những người chung quanh, người ta phải góm ghê, chứ không có dám để ở trong nhà, phải mang thật xa, tìm những cánh đồng xa xôi. Đào huyết thì đào thật sâu vì sợ con chó, hay con gì nó không biết nó đập phá quan tài ra thì lại bản thiu nên phải đào hố cả mấy thước, rồi lại lấp chặt. Như vậy, thân hiện tại 32 thể trước nhớ bản đáng chán và mai đây cuối cùng thành tử thi cũng là cái rất đáng ghê sợ mà thiên hạ rất sợ hãi.

Báo thân quá khứ cũng nhớ bản vì tinh thần của chúng ta mê muội, theo nghiệp lực ân oán mắc vào tử cung của mẹ, ở trong bào thai đầy máu mủ nhớ nhớp đó chín tháng mười ngày. Cung là túi, chỗ ở, tử là đứa con, tử cung là chỗ ở của đứa bé con, là cái túi bằng da, chứa toàn thứ máu tanh. Mỗi tháng người nữ có một số máu nhớ chảy ra ngoài để vớt đi gọi là kinh nguyệt, nhưng khi có một tinh thần theo nghiệp lực mắc vào tử cung người mẹ thì cứ hút những loại máu bất tịnh đó để làm thức ăn. Lúc bấy giờ, người mẹ khoe với hàng xóm rằng tôi tắt máu hai tháng hay ba tháng nghĩa là cái máu đó không ra nữa bởi vì đã có một tinh thần ngu muội ở trong đó hút cái đó làm thức ăn để tự nuôi sống mình. Tinh thần ấy quyện chặt lấy máu đó làm thức ăn, kết làm da làm thịt làm xương để thành



bào thai. Không phải chỉ có chính một mình chúng ta ngu, chúng ta mới hút máu đó đâu mà cả thế gian này cũng đều hút máu như vậy. Chúng ta đã ngu si mắc vào một cái túi toàn máu và xem túi máu đó vừa là thức ăn, vừa là chỗ ở của mình. Chúng ta lấy làm mãn nguyện sung sướng vì chỗ ấy thức ăn nhiều lắm, không có thiếu. Như vậy, chúng ta phải biết giá trị thật của chúng ta xuất xứ từ chỗ như bản như vậy, chín tháng mười ngày dần dần lớn lên để mà có da có thịt thành bào thai và đã đi ra theo với máu mủ và các nước nhớt. Cho nên vừa ra đời là phải tắm, lau cho đứa bé, vì ở chỗ dơ mà ra. Khi chào đời, đứa bé phải chun ra ngay lập tức cho kịp, nếu chậm một chút thì ngạt hơi thở vì khi thành hình thì thai nhi phải ở trong một cái túi kín mít, nhưng đến khi phổi bắt đầu biết thở thì lập tức hài nhi phải chun ra ngoài nhanh để có không khí để thở. Nếu chậm trễ thì đứa bé sẽ bị ngạt mà chết, mạng sống của đứa trẻ rất mong manh yếu ớt như vậy. Cho nên, thân quá khứ của tất cả chúng ta khi là hài nhi mỏng manh dễ vứt đi lắm và rất bất tịnh vì từ đông máu như mà đi ra.

Đức Phật không phải kể xấu thân chúng ta mà vì lòng từ bi ngài đã chỉ ra sự thật và khuyên chúng ta nên sống bằng sự thật, phải thấy giá trị thật của mình. Chúng ta đeo một túi như bản như vậy mà cứ che đậy bên ngoài bằng những thứ cao sang và còn cứ tự cao, vinh vảo, còn hờn giận, tham si đủ thứ chuyện nữa thì đó là chúng ta không biết lẽ phải, bởi vì không thấy đúng sự thật, cho nên mới không biết lẽ phải và sống sai lầm. Còn bây giờ hãy nhìn

sự thật, trước khi biết sự thật mênh mông của vũ trụ vạn vật, thế giới bao la của các sao hỏa, mặt trời, mặt trăng thì hãy biết chính thân tâm mình, biết đúng tầm cỡ giá trị của thân mình chỉ là bất tịnh thì chúng ta sẽ sống đúng với lẽ phải, sẽ biết khiêm tốn, nhún nhường hơn. Đó là tướng mạo của người trí tuệ đã sống với sự thật, đã biết sự thật, đó cũng là nắm được chân ý của Tứ niệm xứ.

Đó là quán bất tịnh và quán 32 thể trước ở nội thân.

*d. Quán bất tịnh và quán 32 thể trước ở ngoại thân (thân người)*

Theo như thường lệ khi quán thân của người khác, chúng ta phải chọn ba người: người thương, ghét và không thương không ghét. Cũng quán quá khứ từ lúc trong bào thai đến hiện tại và mai đây đến khi chết phình thối giống như thân của chúng ta không khác. Chúng ta phải quán tỉ mỉ, nếu quán lướt thì cái mê của mình không tỉnh. Mê tự lịch kiếp tới giờ, người khác cũng như mình cứ lấy đất nước gió lửa ấy làm thân, cho nên phải quán làm sao cho tỉnh ra chứ không phải phớt một tí này mà tỉnh ra được.

*i. Người ghét*

Chúng ta chọn người hay ganh ghét, xoay sở, bêu xấu rêu rao mình để quán. Quán thật sự chứ không ngần ngại, nếu không dám quán kỹ thì chúng ta sẽ không thấy tận cùng sự thật. Cô A cũng cùng với chúng ta đang ngu si mê muội, sống trong nhơ nhớp mà không tỉnh ra. Bản thân cô A cũng là túi đựng toàn thối, máu tanh, thức ăn thiu thối;

cô ấy cũng có một bộ ruột dài mấy thước chứa toàn phân, rồi một túi đựng toàn nước tiểu thật là khai. Túi ấy lại có bao nhiêu những nước nhớt thật là khắm. Thân ta là một túi chứa những thứ thối, khắm, khai, tanh và khi chết, các thứ như nhớt ấy bễ tung ra càng bất tịnh hơn và xương da thịt thì lại long rụng mủn tàn trả về cho đất. Cô A quá khú, hiện tại và tương lai không có gì khác với chúng ta, đồng nghiệp người với chúng ta, vẫn cùng với chúng ta đang ngu si mê muội. Sống trong như nhớt không tỉnh ra, không tự biết mà còn cả ngày lo đi tạo tội, lo đi xoay sở, gây rối người này người kia tạo nghiệp luân hồi. Khi biết như vậy thì chúng ta không khởi lòng thù ghét mà trái lại, khởi lòng thương tưởng đến cô ấy, thương hại cái nghiệp mê muội tối tăm không biết ấy.

Vì thế, Đức Phật mới dạy chúng ta phải quán bất tịnh để giải lòng hờn hận, thù oán, giải thất tình (mừng, giận, thương, ghét, buồn, vui, muôn), lục dục (sắc dục, thanh dục, hương dục, vị dục, xúc dục, pháp dục) đều tan đi hết, bởi vì biết rằng thân này không thật, hư vọng, là cái đáng chán. Trước kia, tưởng thân có giá trị cần gìn giữ thì mới y vào giá trị này mà tranh đấu, cãi nhau chuyện nọ chuyện kia, còn bây giờ biết bất tịnh như thế rồi thì buông xuống. Cho nên đối với cô A, người mình ghét nhất tự nhiên mình không hờn, không phiền nữa mà thấy tội nghiệp. Cô A càng chọc, càng xoay sở mình thì mình càng thấy thương hại, bởi vì thân khổ như thế, ở trong đường mê như thế mà lại còn tạo thêm tội để ngày mai vào địa ngục, làm loài súc

sanh, làm con chó, con mèo lúc bấy giờ ai có thể gỡ cứu cho ra.

Bây giờ là lúc được làm người còn tỉnh, còn tu được mà nếu cô A không biết tu để đi lên, lại cứ tự mua lấy những việc để đi xuống địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh. Chúng ta phải thấy rõ như vậy cho nên xót thương. Đó là mẫu người thứ nhất mình quán trong ba mẫu người mà Phật kêu để giải những phiền oán của mình. Chúng ta thấy cô A là người mà chúng ta ghét, thật ra cô A với chúng ta là như nhau, là bạn đồng nghiệp trên đường vô minh đọa lạc.

## ii. *Người thương*

Chúng ta chọn người chúng ta thương nhất, yêu nhất như ba mẹ, anh chị em. Quán tỉ mỉ thịt gân xương tủy thận, từng thứ từng thứ trong thân bất tịnh để chúng ta nhận định trong hiện tại thân cha mẹ là như bản. Theo chữ nghĩa thì chúng ta chỉ nói xuông thì không có ích cho sự giác tỉnh, muốn giác tỉnh thì tự chúng ta hàng ngày phải quán sát thật và phải có đầu óc thích phiêu lưu đi tìm sự thật, mới mượn những phương pháp của Phật để tự mình khám phá, tự mình phát minh sự thật, mình mới có sự tỉnh thức thật sự. Chứ nói theo đuôi mọi người như con vẹt thì là một việc mất thời gian vô ích.

Chúng ta cứ thương ba mẹ mà không biết rõ sự thật mẹ là ai, mẹ thế nào mà cứ ôm lấy da thịt xương ấy mà thương rồi đến ngày mai da thịt ấy phải tan rã ra; thân của mẹ theo thời gian sẽ thay đổi thì lại ngồi khóc lóc đau khổ rằng

‘Mẹ tôi chết, bỏ tôi rồi’. Chúng ta đang khóc với những thân xác hảo huyền sanh diệt bên ngoài thì chúng ta cũng sẽ di chuyển thăng trầm vui buồn lên xuống theo sáu đạo. Đối với mẹ, người mình yêu nhất, thiết tha gắn bó nhất thì thấy rõ tỉ mỉ trong quá khứ, mẹ cũng là một tinh thần hút máu bất tịnh làm thức ăn như thế, rồi biến chuyển thành da thành thịt gọi là mẹ. Hiện tại mẹ là một đẫy da đựng các thứ bất tịnh, toàn máu tanh, rồi trong ruột toàn là đồ dơ, một bao nước tiểu. Ở trong thân cũng tanh như, ra ngoài lỗ chân lông cũng hôi, cũng dơ, chúng ta phải nhận ra sự thật này. Đến một ngày mai mẹ sẽ là một thân chết như chúng ta. Quán như thế thì thấy lòng yêu thương mẹ không giảm sút mà còn thêm một tình cảm là xót thương cho mẹ và làm thế nào để cho mẹ cũng được tỉnh ra. Lúc bấy giờ thấy rõ bốn phận là làm thế nào để cho mẹ đừng nhận thân này là mình, mà nhận ra thân là đáng chán, khổ não, là cái để vứt đi, sẽ thôi nát và tan đi. Nếu thật quán sát bất tịnh hữu hiệu thì sẽ thấy càng quán, càng thương quý mẹ hơn nữa. Tội nghiệp mẹ cũng như mình đã mê muội nhận cái xác hư vọng này làm thân. Tự thấy bốn phận bức bách là phải giúp mẹ tỉnh ra và lúc này không thấy thân mẹ mình khác với người khác, người thương cũng như người ghét hoà đồng, tâm trở thành một tấm lòng từ bi xót thương lân mẫn đối với cả ân cả oán. Đây là kết quả quyết định vì hệ chúng ta có thực hiện thì chúng ta sẽ tự thấy. Tu một ngày thì một ngày thấy; tu ba ngày thì ba ngày thấy; tu năm ngày thì năm ngày thấy. Kết quả quyết định như thế, nghĩa

là do quán bất tịnh thấy sự khổ của chúng sanh bao gồm cả người thương, người ghét giúp chúng ta giải tham, giải sân mà phát ra tâm từ bi thương xót. Do tâm từ bi thương xót ấy cho nên không có bỏ một chúng sanh nào, giúp chúng sanh đừng mê muội nữa mà nên nhìn thấy sự thật ngay trước mắt để tỉnh ra. Một việc ai cũng có thể thấy mà cứ nhắm mắt lại không chịu thấy, không dám thấy, cho nên chúng ta có bốn phận phải khai mở sự giác tỉnh cho những người chưa biết. Thân chúng ta hay thân người chỉ là đất nước gió lửa không có thật. Tập học quán như thế để tiêu trừ ba độc tham sân si. Trước hết chúng ta phải tỉnh cho ra để hết sự ngu đi đã, hết sự ngu mê thì tự nhiên tham sân sẽ bớt. Còn ngu muội thì tham sân cứ nổi lên, bởi vì tham sân là tướng của sự ngu si. Chúng ta may mắn học Phật pháp để cho đỡ sự ngu si đi.

Quán nội thân, ngoại thân là thuộc quán thân trên thân, nhưng đây là phương pháp để tu tâm. Quán tỉ mỉ thấy thân thể ta là vô số tế bào bất tịnh đang chuyển biến như dòng sông trôi chảy, không có chủ quyền mà chúng ta chấp thân là thật, nên khi tâm của chúng ta khởi yêu thì thành hệ lụy ràng buộc; khi khởi ghét thì nổi hận thù tạo thành nghiệp chướng, bởi vì theo chỗ hiểu biết sai lầm cho là thật, cho nên tâm của chúng ta biến chuyển sai. Muốn chuyển tâm mình thì phải tập quán thấy đúng sự thật đi. Người mà chúng ta yêu quá cũng chỉ là báo thân mai đây sẽ long rụn mủn tàn trả về cho đất. Người mà ghét lắm cũng chỉ là một đồng thối mủn tàn trả về cho đất. Chúng ta phải

quán từ đầu đến cuối, từ lúc bắt đầu là tinh cha huyết mẹ đến lúc cuối cùng là thân chết như bản đáng sợ cho nên Đức Phật nói thân này chỉ là một túi da đựng toàn đồ bất tịnh hôi thối. Tinh được những điều này ra thì tự nhiên tâm chúng ta có sự trở về. Tâm thấy đúng sự thật thì tâm sẽ trở về an ổn, tiêu được những tham sân thủ chấp. Vì những thủ chấp này mà tạo nghiệp mà rồi ngày mai lại đọa lạc, cho nên bây giờ phải để nó tỉnh ra. Nếu chúng ta tỉnh ra thì sẽ không có những ‘hoặc nghiệp khổ’ xoay vần nữa. Ba vòng ‘hoặc nghiệp khổ’ cứ quay tròn mãi, bây giờ cần quán bất tịnh để tỉnh ra. Khi tỉnh ra thì xóa được vòng ‘hoặc’, khi vòng ‘hoặc’ đã phá thì tự nhiên sẽ hết hai vòng ‘nghiệp và khổ’.

## 2) Quán thọ trên thọ

### i. Quán ba thọ là khổ và vô ngã

Ba thọ là cảm giác lạc, khổ và không lạc không khổ. Cả ba thọ này chỉ là khổ thôi nên Đức Phật nói tổng quát là hễ cứ có thọ là có khổ. Muốn quán thọ thì chúng ta đi ngược với xúc là vô ngã. Như con mắt thấy hoa hồng, thấy món quà tặng là xúc, tai nghe âm nhạc là xúc. Đức Phật dạy chúng ta phải hộ sáu căn ngay từ lúc xúc chạm này, cho nên phải quán ngay xúc này là vô ngã. Nhân là có con mắt không hư, duyên là có hoa hồng, có ánh sáng mặt trời phản chiếu bóng ảnh của hoa hồng vào trong con ngươi không hư; thân kinh nhãn căn của chúng ta liền báo là có hình ảnh và nhãn thức liền phân biệt đây là hoa hồng.

Chúng ta tưởng là thấy có một hoa hồng thật ở bên ngoài cảnh mà không biết hoa chỉ là một bóng ảnh trong mắt chúng ta. Sự xúc chạm giữa hoa và mắt là cái không hề có. Không hề có hoa hồng nhảy vào mắt chúng ta và mắt chúng ta cũng không hề nhảy vào đóa hoa hồng kia. Sự thật, chúng ta đâu có chạm vào cái hoa, cho nên xúc là vô ngã, tức là cái không có thật, chỉ có ánh sáng mặt trời chiếu vào cái hoa, rồi ánh sáng mặt trời ấy hiện vào con ngươi để hiển lên một cái bóng ảnh vậy thôi. Chúng ta phải học để biết sự thật này, chúng ta bị vô minh của mình đánh lừa. Sống bừa bãi chứ không có tâm để xét điều phải điều trái.

Bây giờ chúng ta học để chúng ta chọn lọc, học sự thật, thấy rằng xúc là vô ngã. Hễ có xúc là liền có thọ, thấy hoa hồng là lòng liền thọ vui. Nhưng nếu xúc đã vô ngã thì đưa đến thọ cũng vô ngã. Chúng ta thử tìm xem niềm vui thấy hoa hồng hiện lên và đứng ở đâu mà chúng ta suốt ngày cứ nhận là tôi vui. Chúng ta có tập khí hễ cái gì vừa ý thì vui, cho là tôi vui và nhắm mắt để cho cái vui này sai xử, chứ không soi lại xem vui này ở đâu và sao lại nhận nó làm mình? Cho nên đây Đức Phật dạy chúng ta mỗi khi thấy vui hay khổ hiện lên, quay lại nhìn thẳng vào nó và xem nó là cái gì? chứ đừng nhận nó làm mình bởi lẽ những khổ vui chỉ là cảm giác. Chúng ta từ vô thủy đến giờ có thói quen cứ nhận thân này là mình, nhận đất nước gió lửa này làm thân, nên cái gì có lợi là vội thân về cho mình. Những thói quen này cứ huân tập lâu ngày trong



tạng thức và khi xúc sự thì cứ tự động vắn lên như cái lò xo, cứ thế tâm bật lên những vui, những khổ chứ chính chúng ta không có chủ quyền. Chúng ta là nô lệ cho những loại khổ vui này bởi lẽ chúng ta cứ thấy khổ thì sợ hãi, thấy vui là mừng quýnh mà không biết rằng đây là những sự mê muội từ vô thủy. Bây giờ tập học Phật để quay lại làm chủ khổ vui, nhìn thẳng vào nó. Đáng thì chúng ta dùng, còn không đáng thì bỏ đi, chứ không để cho khổ vui sai xử chi phối chúng ta. Những cảm giác này đã sai sử chúng ta suốt đời hay nói đúng hơn là từ lịch kiếp tới giờ.

Thế nên, Đức Phật dạy chúng ta phải tỉnh ra và không thọ nữa vì thọ dẫn tâm ưa thích triu mến hoa hồng khởi lên. Tưởng này chuyển động chúng ta rất mạnh và nhanh, hễ chúng ta ưa thích hoa hồng thì chúng ta liền nghĩ đến chuyện hành động, đi xin hoặc đi mua hoa hồng để chưng trong phòng mình, rồi nhận hoa hồng là của mình. Thế nên, Đức Phật dạy quán thế nào để thấy nó không phải là mình, đừng nhận hoa hồng, đừng nhận sự yêu thích tham đắm hoa hồng này là mình. Bản thân hoa hồng là cái không có, nó chỉ là bóng ảnh mỏng manh hiện lên trong con người rồi sẽ chóng biến mất để bóng ảnh khác hiện lên. Thân này cũng không thật chỉ là đất nước gió lửa, mai sẽ tan rã trả về cho đất. Người và hoa là cái không có, vậy sự yêu thích hoa này đứng chỗ nào? Làm sao chúng ta cứ nhận là mình thích hoa hồng, rồi sai xử chúng ta đi mua hoa hồng và lại nói tôi thích hoa lắm? Những cái này đều tên là vô minh, những nhân duyên giả hiện thành những

hư vọng. Nếu có ai hỏi vô minh đứng ở đâu thì chúng ta bảo đó là xúc, là ngũ ấm (sắc, thọ, tưởng, hành, thức). Nên nếu chúng ta cứ nhắm mắt bảo là mình thích hoa hồng thì đây là vô minh, là mê muội. Bây giờ vâng lời Đức Phật sáng suốt bình tĩnh, ngó lại chúng ta đừng để cho những cái này chi phối.

Nếu chúng ta cứ để cho những cảm thọ thích hoa hồng, thích xe hơi, quần áo đẹp, nhà lầu sang trọng, tiền bạc sai xử để đến nỗi nhắm mắt đi ăn trộm, nói láo tạo tội, khiến phải làm thân trâu bò kéo cày trả nợ, làm chó giữ nhà cho chủ, làm gà vịt trả nợ ăn thân mạng của chúng, khiến Đức Phật phải thương tiếc mà nói chúng sanh oan uổng mà chịu khổ vào lục đạo. Cứ nhắm mắt sống bừa bãi, cứ sống buông lung không chịu quay về suy xét, không chịu tỉnh ra, không có khai trí tuệ. Đó là nguồn gốc của cái khổ.

Vô minh là nguồn gốc đầu tiên của 12 nhân duyên (vô minh, hành, thức, danh sắc, lục nhập, xúc, thọ, ái, thủ, hữu, sanh, lão bệnh tử). Trong 12 vòng nhân duyên thì vô minh là khoen đầu tiên. Hễ chúng ta tỉnh ra, chỉ cần tỉnh ra thôi, đừng để cho vô minh sai mình thì vô minh sẽ tan, vì nó vốn là cái không có. Không để cho tham sân si vô minh sai sử, nhận ra được thì vô minh được phá vỡ thì 11 khoen còn lại kia cũng vỡ theo. Thế là chúng ta khôi phục được, không có để cho rắn vô minh sai sử. Xúc cũng không có, thọ cũng không có, tưởng cũng không có, hành cũng không có mà chúng ta suốt ngày cứ tôi thấy, tôi nghe, tôi khổ, tôi vui, tôi ưa, tôi ghét, rồi tôi làm thiện, làm ác. Cái

gì cũng nhận làm tôi, đến nỗi bị nô lệ để cho vô minh sai sử, đi về đường mê. Thức chính là tâm của chúng ta, nhưng chúng ta để cho sắc thọ tướng hành sai sử thành ra tâm của mình mất sự sáng suốt. Chúng ta mỗi ngày huân tập năm đường mê này mà không phải mỗi ngày, phải nói là mỗi giờ, mỗi phút, mỗi tích tắc, sát na huân tập đường mê này; bây giờ đừng nhận làm mình nữa thì thoát luân hồi. Vì để cho xúc, thọ, tướng, hành, lôi cuốn nên thức chuyển hóa theo đường mê, biến hóa theo đường mê. Cứ quán nhận ba thọ vô ngã thì tự nhiên sẽ thấy về vô thường và khổ, quán như vậy rồi tâm sẽ an định.

ii. Quán ba thọ là khổ và vô thường sanh trụ dị diệt

Các cảm thọ sanh diệt, diệt sanh không ngừng theo sự hoạt động của sáu giác quan. Cảm thọ vui đưa đến tham luyến, cảm thọ khổ đưa đến thì sanh lòng chán bỏ. Mỗi cảm thọ đều kích thích tham hoặc sân hoặc si khởi lên. Chánh niệm không nhận thọ là mình nữa, không nói tôi ưa thứ này, tôi chịu thứ kia, tôi vui, tôi khổ nữa, thấy được nguồn gốc của thọ là vô minh. Thọ vốn là hư vọng, không có bản chất, chỉ là những cảm giác sanh và diệt theo nhân duyên. Được khen ta vui; nghe chê ta buồn; không nghe khen chê thì cảm giác không vui, không buồn. Phải quán chiếu để khám phá ra căn bản thọ vui, thọ khổ vốn là từ ngã ái. Lạc thọ, khổ thọ này đưa vào ảo tưởng, có tính ra mới tránh được những tự hào hay tưởng tượng vô ích. Khi lạc thọ ảo hóa thật sự tan biến thì nhường chỗ cho sự vui lành mạnh có tác dụng nuôi dưỡng giác ngộ.

Các cảm thọ rõ ràng bất định, khổ vui tùy theo bản chất mỗi người. Đức Phật dạy chúng ta dùng hơi thở định tâm để quán chiếu sự có mặt của khổ vui rồi từ từ điều phục. Hơi thở nhẹ nhàng an tịnh dần dần. Thân tâm nhẹ nhàng an tịnh dần dần. Cứ như thế chúng ta an tịnh hóa cả ba thọ. Chánh kiến thấy rõ nguồn gốc, bản chất và hậu quả của những cảm thọ khổ vui nên giải thoát được sự thống chế của nó.

Những cảm thọ khổ vui vốn không tự có, chỉ nảy sinh mỗi khi căn trần tiếp xúc, nếu không có duyên thì không thể phát sanh. Chúng ta tự phụ là loài người thông minh hơn loài vật nhưng hành động của chúng ta vẫn bị sai lầm không biết sai trái như loài vật (vì miếng ăn loài vật có thể cắn xé tàn hại lẫn nhau), cũng thế cả đời chúng ta cũng bị những ảo hóa tham sân si này đánh lừa, vẫn giành giật nhau để thọ hưởng, tàn sát lẫn nhau vì miếng ăn, vì quyền lợi, vì tình cảm, tranh hơn, trừ rửa, xâu xé, hằn thù, chung quy cũng chỉ vì hai cặp khổ vui, yêu ghét (thọ và tưởng). Cho nên chúng ta kêu khổ, Đức Phật gọi là khổ khổ, vì thân sanh già bệnh chết đã khổ còn thọ thêm cảnh khổ bên ngoài. Chúng ta vui, Phật gọi là hoại khổ vì vạn pháp tánh chất vô thường, quá khứ đã qua, hiện tại đang mất. Thấy vui chỉ là những cảm giác do tưởng mà ra.

Chúng ta thọ sự không khổ không vui thì Đức Phật bảo là hành khổ, bởi vì si mê cho căn trần là thật, chấp thân ta là thật và các cảnh bên ngoài là cảnh giới của ta nên càng huân càng dày sự vô minh thì quyết định sẽ đưa chúng ta

đến khổ báo của địa ngục, nga quý, bàng sanh. Người đòi cầu vui, không biết rằng vui không chỗ đứng. Vị lai chưa đến, quá khứ đã qua, hiện tại không dừng, niệm niệm sanh diệt. Ăn uống để khỏi đói khát, do đỡ khổ nên tạm cho là vui. Từ khổ sanh rồi lại sanh quả khổ. Lừa dối người chốc lát lấy làm vui mà không biết quả báo nguy hiểm đang đợi mình nên Phật gọi vui thế gian là hoại khổ. Như độc dược của tà hạnh ái nhiễm người đòi gọi là vui nhưng đối với Đức Phật thì đó là hoại khổ, là nhân sanh tử đưa đến tái sanh trong sáu đạo, khiến đoạt giới thân, giết tuệ mạng. Cho nên, Đức Phật dạy càng lãnh thọ bao nhiêu thì càng khổ bấy nhiêu. Sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý đừng tham cầu, bởi vì càng thọ là càng khổ. Tập xả thọ để buông xả những cảm giác sanh diệt, tạm bợ, không thật thể.

### iii. Xả thọ

Khi ba thọ hay ngũ ấm (sắc thọ tướng hành thức) hiện lên thì bậc thánh trí biết những cái này là vô minh, hư vọng, không để cho tâm tán loạn, nô lệ chạy theo những hư vọng ấy, không nhận là ta hay của ta, do đó các ngài được an định dùng hợp nhất tâm. Các ngài được an định như thế, bởi vì các ngài luôn giữ chánh niệm không quên, không si, nên khi nghe khen, các ngài cũng bình tĩnh và nghe chê các ngài cũng thản nhiên, ấy gọi là xả thọ. Cho đến có người ra chươi bằng miệng, hoặc tay đấm, chân đạp liên tục, hoặc lấy gậy đánh đập thì càng đau nữa hoặc lấy dao chém chảy máu nguy hiểm đến tánh mạng tức họ xúc phạm đến thân của mình, khinh miệt như vậy, nhưng

các ngài vẫn thân nhiên, không khởi một niệm oán hờn sân giận. Đây là Đức Phật tử mỹ nói từng trình độ thấp cao của những sự xúc phạm từ việc chưởi bằng miệng, rồi đánh bằng gậy, rồi chém bằng dao, chúng sanh muốn làm gì thì các ngài vẫn không giận, không biến sắc, sắc mặt vẫn thanh nhiên bình thường, tươi vui.

Chúng ta thấy có những bà mẹ bé con mà đứa con tát hết thật lực của nó vào mặt mẹ hay cắn mẹ một cái thật mạnh đến nỗi chảy máu nhưng mà mẹ vẫn cứ cười. Vì sao mẹ không giận? Đứa trẻ, con nít, gây thơ xúc phạm thì không giận, vì là con của mình và thương con; còn người lớn và người ngoài mà xúc phạm thì mẹ sẽ giận điên lên vì biết người này xấu, có ác ý với mình, tức là chúng ta còn phân biệt người ngoài và con ruột nên còn có giận nhiều hay ít, còn các bậc thánh đối với thân sơ các ngài vẫn thương như con ruột, như người mẹ đối với con thơ. Các ngài vẫn cười được dù chúng sanh có đâm chém ngài đến chảy máu mất thân đi nữa thì các ngài vẫn thương hại cho những chúng sanh lầm mê đó tức các ngài đã xả thọ, không thọ cảnh bên ngoài nữa.

### 3) Quán tâm vô thường

Điều đáng nhớ thứ ba là quán tâm vô thường, là quán thấy tham sân si sanh khởi và đoạn diệt, tâm quảng đại hay hạn hẹp, tâm an định hay động loạn, tâm ràng buộc hay giải thoát. Mỗi mỗi trạng thái của tâm đều tự giác biết.

Bây giờ đang buồn, chợt nhận bảng điểm thi thấy điểm cao thì tâm vui hiện lên. Đang vui như vậy lại nghe có ai nói xấu mình thì tâm bực bội khởi lên. Tâm chúng ta chuyển biến đủ loại vọng tưởng, tâm ấy là tâm vô thường thay đổi, không thật. Chúng ta không nên nhận những tâm ấy cho là tâm mình, rồi chấp nhận cho là tôi có khổ, có vui. Thế cho nên, Đức Phật bảo chúng ta phải ở chỗ vắng lặng và bớt nói chuyện, an ổn cái thần để nhìn những khổ vui hư vọng hiện lên và biến mất. Chúng ta phải thấy rõ mỗi khi nó hiện lên, đừng nhận nó làm mình và đừng để nó sai sử chúng ta. Cái khổ vui, yêu ghét, nhất nhất đừng nhận nó làm mình, chúng ta phải làm chủ chúng ta, biết chúng ta thì chúng ta mới được bình an yên ổn.

Cả ngày chúng ta có cả trăm ngàn tâm niệm vô thường chợt hiện, chợt tan triền miên trong từng sát na. Chúng ta cứ để cho những thói quen tập khí của các kiết sử, tham sân si lôi cuốn như dòng sông vốn không có tự thể mà do vô số tế bào nước tụ lại lôi kéo di chuyển. Cũng thế, chúng ta mất quyền làm chủ, bị sai xử nô lệ không làm chủ được mình. Chúng ta muốn vui mà lại không vui, cứ thấy đau khổ điều đúng vì những âm thanh, sắc tướng bên ngoài. Vô số vọng tưởng đang chuyển biến mà chúng ta không làm chủ được bị các vọng tưởng đó cuốn phăng đi suốt ngày. Hãy quán để thấy rõ các tâm tư tưởng của mình, thiện và bất thiện, giận khổ mừng vui yêu ghét, thương lo, buồn tủi chỉ là những tiến trình biến đổi theo duyên trần bên ngoài, không có thật ngã, không có bền lâu. Phải tập

nhìn ra chúng và đừng nhận những tâm yêu ghét mừng giận đó là mình. Tập tách ra khỏi nó và đừng để cho nó chuyển động, sai sử chúng ta. Tập như thế để khôi phục lại quyền tự chủ của mình thì mới sáng suốt thì sẽ không bị nô lệ.

#### 4) Quán pháp vô ngã

Điều đáng nhớ thứ tư là quán pháp vô ngã, là chúng ta quán mười tám giới tức là sáu căn, sáu trần, sáu thức hay còn gọi là thân, tâm, cảnh giới chúng ta đang sống đây đều là vô ngã. Quán tất cả nhà cửa, cây cối, đám mây bay, rồng lượn, nước chảy, loài người, loài vật, cho đến các tâm của mình khởi niệm thì Phật gọi tất cả những cái đó là pháp và pháp đó vô ngã không thật. Từ vô thủy đến nay, chúng ta luôn bị những khái niệm sai lầm, những ảo tưởng vô căn cứ, những thành kiến si mê khiến lầm nhận vạn pháp làm thân tâm cảnh của mình.

Như vậy, tất cả các pháp hữu tình và vô tình, vật chất và tinh thần, có danh tánh hay không danh tánh, có tướng hay không tướng, mỗi mỗi đều gọi là một pháp cả, thế cho nên nghĩa chữ ‘pháp’ là rộng lắm. Ví dụ cái bàn là vô ngã. Vô ngã là không có thật thể, không một pháp nào chẳng căn cứ trên các pháp khác và tùy thuộc vào các pháp khác để sanh khởi, nên các pháp không có thật thể. Tháo tung cái bàn ra để riêng từng món thì thật ra tìm không có cái gì thật là cái bàn cả, chỉ có gỗ và đinh thôi. Dem gỗ với đinh ráp lại với nhau thì đặt tên là cái bàn. Cũng thế, chúng ta



phải tập quán ngôi chùa, căn nhà, xe hơi, quần áo, thực phẩm cho đến xác thân của chúng ta, lời nói, việc làm, mỗi mỗi cái gì cũng không thật cho nên Đức Phật gọi các pháp là vô ngã. Ngoài 18 giới, chúng ta còn phải quán ngũ cái (ái dục, sân giận, hôn trầm, trạo hối và nghi ngờ chánh pháp) là năm tâm sở nặng nề úp chụp tinh thần chúng ta như một màn đen bọc kín ngọn đèn. Khi có một trong ngũ cái phát khởi, liền tìm phương pháp trừ diệt không cho phát khởi. Chúng ta quán và nhận diện ngũ âm (sắc thọ tưởng hành thức) là vô ngã, đủ nhân duyên tạm tụ hợp trong chốc lát rồi đi giống như khách trọ đến nghỉ rồi sẽ đi. Rồi chúng ta cũng phải quán mười kết sử là ngũ độn sử (tham, sân, si, mạn, nghi là năm kết sử trầm trọng khó bỏ) và ngũ lợi sử (thân kiến, biên kiến, tà kiến, kiến thủ và giới cấm thủ là năm kết sử sai khiến rất nhanh nhưng dễ tỉnh). Kết là thất trí, sử là sai khiến chúng ta bị sai sử nô lệ cho tham sân si vì chúng ta lầm nhận tham sân si này là mình.

Nay Đức Phật từ bi phân tách bản chất chúng ta ra làm năm uẩn, sáu căn, sáu trần, sáu thức với mục đích giúp chúng ta tự tìm hiểu chính mình và cuộc đời xung quanh mình. Quan sát từng uẩn không thật thể, quán rõ đặc tánh chánh yếu của vạn pháp là vô ngã để tỉnh ra. Đức Phật đã cho năm ví dụ minh họa về bản chất của năm uẩn như sắc như khối bọt, thọ như bong bóng nước, tưởng như sương mù, hành như bè lũ bình và thức âm như nhà ảo thuật. Phật dạy quan sát sự hiểm nguy của năm triền cái, hư vọng của sáu căn, sáu trần. Dùng bảy giác chi để luyện tâm sống

độc lập an định tĩnh lặng và sáng suốt tự tại. Dần dần chúng ta sẽ cởi gỡ được những dây trói buộc trong sanh tử. Chúng ta bám níu vào sự vật. Dây trói buộc không phải ở giác quan hay ở cảnh trần mà chính là tâm. Phương thức trị liệu là Tứ Niệm Xứ. Nghệ thuật từ khước buông bỏ là một thành công đáng cho ta cố gắng liên tục kiên trì biết rõ sự thật. Nếu chúng ta sống hợp với lẽ phải nên thường được thanh thản vui vẻ.

Tóm lại, Đức Phật dạy chúng ta không cần học nhiều, chỉ cần học bốn pháp thân, thọ, tâm và pháp cho minh bạch, cho thật thuộc, thuần thục thì người này là người học đạo xuất sắc nhất, chứ không phải là phải học cho nhiều sách, biết thật nhiều việc rồi rồi tâm. Chúng ta chỉ cần thực hành bốn điểm này để tỉnh, để thành thạo thông suốt thì Đức Phật gọi là người xuất sắc nhất, trí tuệ nhất, chân chánh nhất của Đức Phật. Nếu không tỉnh được thân thọ tâm pháp này thì là người ngu si. Hãy quán thân bất tịnh để tiêu ba độc tham sân si. Quán thọ thì khổ để đừng vương mắc. Quán tâm vô thường để giải thoát ngã mạn tự ái. Quán pháp vô ngã để tự tại thản nhiên với các pháp. Đệ tử Phật chánh thân, chánh niệm, không quên, không si đối với thân thọ tâm pháp này. Chánh thân tức chúng ta quán thân trên thân để mà sống chân chánh. Chánh niệm là miệng phải nói thế nào và thân phải hiển lộ thế nào tương ứng với Tứ niệm xứ. Không quên, không si là chúng ta không buông lung và phải luôn nhớ bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp để sống đúng và sống được trong bốn pháp giác tỉnh này. Khi chúng ta chánh

niệm thì chúng ta không có quên. Lúc nào cũng tin chắc, thân bất tịnh, thọ thì khổ, tâm vô thường, pháp vô ngã, biết chắc như thế thì chúng ta không có làm người ngu si. Thế cho nên muốn được chánh niệm, không quên, không si tức chúng ta phải chịu khó quán bốn điểm này và thấy cho rõ bốn đặc tánh của vạn pháp là vô thường, vô ngã, khổ và không, để chúng ta có cái nhìn chân chánh về vạn pháp, lột bỏ mọi cái nhìn mê lầm về thân, tâm và cảnh cuộc đời của mình thì như thế người ấy mới là đệ tử của Phật. Trong hàng đệ tử thì có đệ tử không chân thật và đệ tử chân thật. Người nào có quán Tứ niệm xứ này thì mới là đệ tử chân thật của Phật. Còn nếu không thì là những người đi ngược với ý của Đức Phật.

Không phải ai cũng có khả năng chứng thánh quả ngay. Chúng ta cứ thành thật trong nỗ lực, trong sạch trong ý chí, cố gắng không lùi bước. Đức Phật và chư Tổ đã đạt được trạng thái tĩnh lặng thanh bình và an lạc. Thực hành đều đặn và kiên trì là bí quyết thành công. Để cho thú tánh điều khiển là thật đáng thương nhất. Tự chủ được mình là chiến thắng vinh quang nhất hơn các chiến thắng khác. Chìa khóa tự chủ là luyện tâm. Đào sâu hốc hẻm thâm kín nội tâm cần thiền tập.

Trong kinh Bát Đại Nhân Giác, Đức Phật dạy nếu vị nào biết quán thấy rõ tâm là nguồn ác, thân là rừng tội thì vị ấy ra khỏi đường luân hồi sanh tử. Còn chúng ta cứ vọng khởi đắc ý cho là mình khôn tài hơn mọi người nhưng không ngờ ngay tâm tự đắc ấy là nguồn ác. Cho nên

cần quán chiếu Tứ niệm xứ để thấy rõ sự thật này. Vì thế trong đạo Phật, học kinh là điều cần nhưng quan trọng hơn vẫn là sự thực hành. Tự quán, tự chiếu, tự phát minh chớ đừng nhắm mắt a dua. Không khai thác, trí tuệ không thể phát sáng. Không thật thấy thật hiểu, không có giải thoát.

Trong nhiều bài pháp thoại của A-hàm, Đức Phật đều nhắc đến Tứ niệm xứ như là một công hạnh đầu tiên để khai mở trí tuệ, thành thánh hiền giống như muốn trở thành kế toán thì chúng ta phải biết những phép cộng trừ nhân chia căn bản. Thiếu bốn pháp quán Tứ niệm xứ thì sẽ không có đạo Phật. Đây là lời của ngài Trí Giả Đại Sư đã minh bạch tuyên bố bởi lẽ có Tứ niệm xứ thì mới có thể hiển chánh phá tà, mê để đưa chúng ta thấy được sự thật, phá vô minh để minh hiển ra, nên các ngài đã minh bạch tuyên bố rằng không có Tứ niệm xứ thì không có đạo Phật.

Cho nên bài học đầu tiên của chúng ta là Tứ niệm xứ, là căn bản, là nấc thang để học và rồi về sau còn phải dùng mãi mãi. Không những một kiếp này mà còn bao nhiêu kiếp khác nữa nếu chúng ta còn mê. Nhờ đầu tiên là nền tảng Tứ niệm xứ, nền tảng của sự giác tỉnh mà rồi từ từ chúng biết nhiều được những điều rất hay, giải thoát rồi chứng quả. Nhờ Tứ niệm xứ nên không vướng bận vào bất cứ một cái gì, dần dần vô minh tan biến được thanh thoi an vui. Vì thường quán đất nước gió lửa, sanh già bệnh chết nên không sợ hãi, khai mở trí tuệ như thắp đèn lên thì bóng tối xung quanh tự tan chớ không phải mất công đuổi bóng tối đi đâu. Giống như ánh sáng của thức tỉnh đến thì

bóng tối của vô minh tham đắm, giận hờn, lo lắng, sợ hãi đều tiêu tan, không cần dụng công gì cả.

Tứ niệm xứ là cửa vào giác ngộ, đứng vị trí chính yếu căn bản trong Phật giáo. Từ thế hệ này sang thế hệ khác, Tứ Niệm Xứ được học hỏi, thực tập và truyền bá phổ biến. Tứ Niệm Xứ là đường đi chung của tất cả Thánh Hiền. Chúng ta nguyện sẽ noi theo cho tới ngày đạt quả vị thánh hiền.

Chúng ta muốn trở thành Đức Phật sáng suốt hay làm chúng sanh ngu mê là do những cái này. Chính những vô minh này đã vây bủa chúng ta, chính những sự mê này đã chuyển động chúng ta nên có sanh tử luân hồi. Cho nên, Đức Phật phải thiết tha giảng bốn bộ A-hàm với 2.086 bài pháp thoại nói sâu nói rộng, trùng tuyên nhiều lần để chúng ta nhớ. Chúng ta học A-hàm cốt yếu Đức Phật chỉ dạy chúng ta đừng nhận ngũ âm và các cảm thọ khổ vui này làm mình, chứ không có việc gì khác. Chúng ta được học Tứ niệm xứ rồi thì phải thực hành, để nhất định làm đệ tử của Phật.

Tứ niệm xứ giúp thành tựu tứ chánh cần bởi vì tứ niệm xứ khiến ác chưa sanh không sanh được, ác đã sanh khiến đoạn trừ, thiện chưa sanh sẽ sanh, thiện đã sanh khiến tăng trưởng. Tứ niệm xứ cũng giúp tăng trưởng năm căn, năm lực, bảy giác chi và bát chánh đạo. Từ đây, hàng phục kiến hoặc (chỗ thấy sai lầm) của tam giới (địa ngục, ngạ quỷ, bàng sanh), thứ đệ tiến nhập đỉnh vị, nhẫn vị, thế đệ nhất

vị, phát chân vô lậu, chứng quả Tu-đà-hoàn. Tiến đến đoạn hết tư-hoặc (suy nghĩ sai lầm) tam giới, thành A-la-hán. Tất cả thánh quả này đều y Tứ niệm xứ mà thành tựu.

## 51. TỨ THIỀN

Kinh Chúng Tập (Trường A-hàm, số 9), Đức Phật dạy trạng thái chứng tứ thiền như sau: “1. Tỳ-kheo trừ dục, ác bất thiện pháp, có giác có quán, hỷ lạc phát sanh do viễn ly, nhập sơ thiền; 2. Diệt giác và quán, nội tịnh nhất tâm, không giác không quán, có hỷ lạc do định sanh, nhập đệ nhị thiền; 3. Lìa hỷ tu xả, niệm tiến, tự giác thân lạc, có lạc và xả niệm, mà bậc Thánh tìm cầu, nhập đệ tam thiền; 4. Lìa các hạnh khổ và lạc, hỷ và ưu đã diệt từ trước không khổ không lạc xả niệm thanh tịnh, nhập đệ tứ thiền.”

### i. Sơ thiền

‘Tỳ-kheo trừ dục, ác bất thiện pháp, có giác có quán, hỷ lạc phát sanh do viễn ly, nhập sơ thiền’: ‘Bỏ ác bất thiện pháp’ nghĩa là bỏ năm dục. Hễ bỏ năm dục được thì chúng ta thoát được những ác bất thiện pháp. ‘Có giác’, ‘có quán’ tức là tâm chúng ta quán sát giác biết. Năm giác quan (mắt tai mũi lưỡi thân ý) của chúng ta còn tiếp xúc cảnh ngoài, mắt chúng ta còn chạy theo những hình sắc, tai mình còn chạy theo những âm thanh thì gọi là giác biết. Quán là quan sát, quán chiếu, xem kỹ, thấy cũng thấy kỹ hơn giác, cho nên chữ giác thì nhẹ hơn chữ quán. Bây giờ ngồi thiền sáu căn xoay lại, không cho rong ruổi nữa, dụng tâm để ý quan sát hơi thở, quán Tứ niệm xứ. Tuy năm căn

không có ham thích các việc bên ngoài, nhưng vẫn còn tò mò hễ có tiếng động thì tai vẫn lên để nghe. Hễ ai bắt chợt vào phòng thì cũng đưa mắt ngó, nghĩa là năm giác quan vẫn còn hoạt động.

Sơ thiền nghĩa là ban sơ mới bắt đầu thiền tức là tu thiền định. Vì chúng ta lìa dục, bỏ ác, có giác, có quán, an định cái thân, cho nên chúng ta vui. Đức Phật chẳng những chấp nhận mà còn khuyến khích chúng ta nên tập xa lìa những hư vọng bên ngoài để hưởng niềm vui bên trong. Bây giờ mới bước vào trình độ sơ mà chúng ta đã rời bỏ những dục trường dưỡng ham thích bên ngoài, an tu như thế để bắt đầu có những an vui của người mới tu nên gọi là trạng thái ly dục sinh hỷ của sơ thiền. Do xa lìa được sự úp chụp trói buộc của ngũ cái, năm giác quan không vướng mắc ham ngó bên ngoài, mắt không thích chạy theo hình sắc, tai không ham âm thanh mà xoay về nên lìa những pháp bất thiện, chánh niệm an trú vào hơi thở của mình. Chúng ta đã cùng với hơi thở cùng sống từ lúc mới sanh ra, cho nên không phải khó nhọc đi đâu xa để ý quán sát gì cả, vì hơi thở ngay nơi mũi mình rồi. Hơi thở và chúng ta như một, hoàn toàn an trú nơi hơi thở ra thở vào. An định suốt ngày trong hơi thở, bao nhiêu sáng suốt cứ theo toàn thân, toàn tâm. Theo dõi hơi thở với dụng ý định tâm, chứ theo hơi thở như tập thể dục bình thường ở các phòng tập thể dục và không dụng ý trú tâm thì sẽ không đạt được các sơ thiền này. Chúng ta theo dõi hơi thở để định thân lại, lìa dục, buông sắc thanh hương vị xúc thì

không những chúng ta thoát những vật chúng ta vướng mắc bên ngoài mà chính nội tâm của chúng ta cũng sẽ cởi được những tham sân si đi.

Chúng ta thường có hai tư tưởng tham sân. Ưa thích thì gọi là tham, ghét giận thì gọi là sân. Khi có tư tưởng thích chiếc áo đẹp liền phát sanh thành ra lòng tham muốn mình cũng có một chiếc như vậy. Do đâu có lòng tham? Nhân là do ái tẩm thân này và duyên là do thấy các cô bạn có áo đẹp liền khởi ngay tư tưởng làm sao để chúng ta cũng có áo như vậy. Do nhân duyên ấy nên chúng ta khởi tưởng tham chiếc áo. Hoặc nhân là chúng ta yêu thân mình và duyên là có người bạn chê mình học dở, do nhân duyên ấy mà khởi tư tưởng giận ghét bạn mình. Bây giờ đây học Phật tập thiền quán sở tức, theo dõi hơi thở ra vào thì tâm tham sân không có duyên để phát khởi nữa. Tư tưởng ngồi thiền khởi lên thì tư tưởng tham giận tan đi. Tham giận theo duyên hiện lên và theo duyên tan đi. Chúng ta thiền tọa, vui với việc thở vào, thở ra, an ổn, yên vui, thế gọi là tư tưởng hỉ lạc. Hỉ là mừng và lạc là vui. Tư tưởng mừng vui lại khởi lên.

Sơ là bắt đầu, là phải lìa dục, chuyên tu miên mật. Tại sao muốn vào sơ thiền thì phải lìa dục? Người đời có năm điều ham muốn rất mạnh cho nên gọi là ngũ dục: tài, sắc, danh, lợi, thực thù. Nếu tâm mình cứ chạy theo ngũ dục, theo những chuyện lung củng khen chê thì giờ phút ngồi quán hơi thở chúng ta không có chuyên tâm an tĩnh. Cho nên chúng ta phải lìa sáu trần, lìa ngũ dục. Chúng ta thở



thì thở cả ngày, không có phút nào mà chúng ta không thở, nhưng để an định tinh thần theo dõi hơi thở thì phải là người buông cả tài sắc danh lợi này. Hễ không còn ưa thích ngũ dục nữa thì chúng ta mới sáng suốt mà thấy hơi thở ra vào của mình. Âm thanh, sắc tướng là hư vọng nên tài sắc danh lợi thực thù là những hư vọng. Nếu chúng ta vì những sự hư vọng ấy mà bỏ trí tuệ giải thoát của mình thì phí, cho nên Phật khuyên chúng ta phải bỏ những niềm vui hư vọng mà trở về giác tỉnh để tập luyện cho trí tuệ giác tỉnh của mình được hiện tiền. Đừng bận rộn ăn uống, đừng ngủ nhiều quá thì mất thời giờ, đừng có vui với tiền bạc, đừng ham quần áo đẹp, đừng bận rộn chạy theo sáu trần, sáng suốt mà nhận ra hơi thở, an ổn để lo tu hành, an định cái thân soi vào hơi thở để vào được trạng thái sơ thiền, cho nên Phật khuyên chúng ta nên có cái vui liả dục.

Người thế gian không tu tập thì đều vương mắc vào năm thứ dục nặng nề này, còn những hành giả tu tập thì năm dục này tương đối nhẹ nghiệp nhưng cũng dễ vương vào năm trần tức là sắc thanh hương vị xúc. Liả ngũ dục, liả ngũ trần thì chúng ta được sơ thiền là điều Đức Phật khen ngợi. Hình hình sắc sắc bên ngoài (sắc trần) này khác với hình sắc ái luyện ngũ dục (sắc dục trần) đều từ con mắt mà thấy, nhưng có sự khác nhau là sắc trong ngũ dục là nặng nề khiến cho người ta đam mê, vương mắc, tơ vương, còn cảnh sắc bên ngoài đây là những hình hình sắc sắc nó hiện lên trong con mắt của mình nhưng mình không để tâm. Dù nặng hay nhẹ, cả hai sắc trần và sắc dục trần

đều đừng bận lòng những khi nó hiện ra ở trong mắt mình, con mắt phải an định.

Món ăn của con mắt là thích nhìn, thích ngó. Chúng ta bây giờ tập an định con mắt lại. Món ăn của lỗ tai là chạy theo âm thanh, thói quen ưa nghe tiếng khen, nghe những âm thanh bổng trầm vui tai. Những người tham cầu danh giá nên nhiều khi làm nhiều việc thất đức, tổn của, hao tài để cầu một tiếng khen của thiên hạ, đó là âm thanh trong ngũ dục. Còn thanh trần đây là thanh nhẹ, tức là những tiếng ca tiếng hát hay ưa nói chuyện rì rào xì xào, thoáng qua màng nhĩ của chúng ta. Nhưng chúng ta là những hành giả muốn vào được sơ thiên này thì chúng ta phải an định cái thần trước cả sáu trần và sáu dục tướng này. Làm thế nào để cho con mắt, cái tai và sáu căn của chúng ta bớt ưa thích thèm muốn một cái gì, bớt công việc thì nó mới an định cái tâm thì mới vào được trạng thái sơ thiên.

Có một vị tăng ngồi thiền bên hồ thì gió thổi đưa hương thơm vào mũi. Thầy liền ngửi và chỉ để ý là có hương thơm hoa nhài thôi, thế mà bị quỷ thần chê là đạo hạnh có vết. Cho nên, chúng ta phải để ý thân miệng ý đừng bận lòng đến âm thanh, sắc tướng, cho đến mùi hương xung quanh. Nếu chúng ta bận lòng là quỷ thần quở chúng ta có vương mắc. Muốn cho đạo hạnh thanh tịnh thì phải quán biết rằng sắc thanh hương, tất cả cảnh trần là hư vọng. Phải tập quán để bình tĩnh thân nhiên với những cảnh ở bên ngoài thì như thế quỷ thần mới chấp nhận và ủng hộ. Quỷ thần cũng giống như tất cả bạn bè xung quanh, nếu chúng ta có sự sai

quấy thì các vị nhắc nhở. Chúng ta nên kính nể và mang ơn những sự nhắc nhở ấy, để cho đạo hạnh của chúng ta được thanh tịnh và hoàn mãn.

Chúng ta phải đề ý khi sáu căn tiếp xúc với cảnh bên ngoài, đừng để cho ba độc tham sân si khởi lên. Đừng để cho tham, là đừng ham vui. Đừng để cho sân, có chỗ nóng giận, dù chúng ta có chỗ không bằng lòng thì cũng không nên sân. Giữ đừng tham, điều này dễ hiểu. Giữ đừng sân, điều này cũng dễ hiểu, nhưng giữ đừng si nghĩa là hề chúng ta có si thì nó sẽ sanh ra sự tham và sân. Không si nghĩa là tỉnh giác. Thế cho nên chúng ta cần phải lìa dục, cần phải quán hơi thở, quán Tứ niệm xứ để tỉnh táo sáng suốt biết rằng thân này là đất nước gió lửa, mai đây thân sẽ thối nát trả về cho đất nước gió lửa. Cho nên mắt là hư vọng, con mắt đã là hư vọng thì cái thấy của mình không thật và những cảnh bên ngoài mà chúng ta thấy đây cũng không thật. Giác quán biết như vậy thì không bị nó sai sử. Bây giờ phải quay về, sáng suốt tu tập thì ngày mai mới ra khỏi được luân hồi sanh tử. Khi chúng ta dứt khoát lìa thì dây si mê này phải dứt cho nên các thứ tham sân si mạn phải chìm xuống, gọi là thoát những trói buộc, gỡ những nút kết. Tâm mình đã gỡ, đã cởi, coi như chúng ta cũng được thoát bình yên.

Như vậy, để đạt sơ thiên, việc trước hết là diệt sáu dục tưởng. Chúng ta bắt đầu ngồi thiền thì không có cho sáu căn rong ruổi đi tìm cầu sáu dục tưởng bên ngoài nữa tức trước là diệt dục tưởng thì hỉ lạc do tìm cầu niềm vui bên

trong sẽ sanh ra. Do an định tinh thần, chúng ta mới bắt đầu bước vào trạng thái an vui của sơ thiên là ly dục sinh hỷ. Ngồi an định theo dõi hơi thở thân khoẻ an ổn, tâm cũng an ổn sáng suốt như vậy là chúng ta thành công. Mừng là do nhân duyên buông được sáu trần và đạt được mọi sự như ý của mình muốn. Vui là do lìa được ngũ cái (tham, sân, hôn trầm, trạo hối, nghi ngờ) và các ham muốn ái dục thế gian cho nên niềm vui hiện lên. Đức Phật ví Sơ thiên thì chất sền sệt mê mại như nước xà bông thơm. Nếu vẫn giữ được trạng thái hỷ lạc này thì khi mệnh chung sẽ sinh vào cõi trời Sơ Thiên.

## ii. Nhị Thiên

‘Diệt giác và quán, nội tịnh nhất tâm, không giác không quán, có hỷ lạc do định sanh, nhập đệ nhị thiên’: đến đây thì không giác, không quán gì nữa, vị ấy ngồi an định như thế thì có hỷ sanh và nhập được nhị thiên. Như vậy, trạng thái sơ thiên diệt và trạng thái nhị thiên sanh tức là lên đến nấc thang thánh hiền thứ hai. Chúng ta nghĩ rằng được ai cúng dường tịnh tài và tịnh vật thì vui, được ăn bánh nhiều thì vui, người ta cho nhiều và mình nhận từ bên ngoài càng nhiều thì càng vui, nhưng Đức Phật dạy ở Tứ niệm xứ là thọ thì khổ. Thọ vui chúng ta bảo vui thì Phật bảo là hoại khổ. Chúng ta bảo khổ thân thì Phật bảo là khổ khổ, còn chúng ta bảo là không vui không buồn thì Phật bảo là hành khổ, nghĩa là hễ cứ có thọ là có khổ. Đức Phật muốn chúng ta buông những vui khổ bên ngoài mà quay về hưởng những niềm vui tịch diệt bên trong nơi các

bậc thiền này. Cho nên đến đây hành giả lìa giác, lìa quán, không để ý gì đến cảnh bên ngoài, tâm an định lại, vị ấy đã đạt một phần nào lực định này rồi. Những ai đã tập thì cũng đã từng nếm rồi. Quả tình có một niềm vui an ổn thật sự. Một niềm vui mà người thế gian ngay cả vị Tổng thống, nguyên thủ của một quốc gia nếu không ngồi thiền thì cũng không bao giờ được hưởng cả. Chỉ có ai chịu lìa dục, lìa giác, lìa quán, người đó mới nếm được loại vui tự tánh an lạc này của mình.

Lạc tức là niềm vui bản chất của chúng ta, chỉ vì chúng ta nặng nề những yêu thương, những ghen ghét, sầu lo buồn tủi, thế cho nên tâm chúng ta nặng chình chịch, hóa ra mình mất vui. Thế rồi chúng ta không biết, nên muốn tìm vui thì lại đi cầu ở tiếng khen, ở tiền bạc, tiệc tùng, món ăn, áo đẹp, khát khao chạy tìm cầu những cái bên ngoài. Cầu tiếng khen hão huyền mà không biết chính bản chất tâm mình vốn là cái vui. Nếu giác biết được như vậy thì chỉ có một việc là giải, là xả ba độc tham sân si. Đây ngài gọi là ‘lìa dục, lìa ác, lìa cả giác và quán’ nghĩa là buông ra, định thần lại để trở về với mình. Thật ra, chúng ta vẫn còn tham sân si ngằm trong tạng thức đáy, chứ chưa phải là đã hết đâu, bởi vì chốc nữa nếu có ai động đến ngã ái của mình là mình nổi cáu lên thì biết rằng tham sân si vẫn nằm ngủ trong tâm mình. Thế nhưng dù sao những tham sân si mạn nghi tà kiến, những cái độc ấy được tỉnh lặng, chưa khởi dậy lại trong lúc chúng ta an định theo dõi hơi thở. Lúc bấy giờ, tham sân si không có tiết chất độc ra,

cho nên chúng ta được bình an yên ổn mà đạt một niềm vui do định sanh. Một niềm vui vi diệu mà chỉ có người nào vâng lời Phật thực hiện theo thì sẽ thấy. Đức Phật không dạy riêng một người nào mà cho bất cứ ai vâng lời Phật buông cảnh hư vọng, giữ cho tâm yên ổn nghĩa là mình trở về mình thì được trạng thái hỷ lạc do định sanh của nhị thiên.

Ở sơ thiên thì chúng ta lìa được những bận rộn lằng nhằng của ái dục, ngũ cái cho nên vui, còn ở nhị thiên đây thì thật sự định đã thành, xả hỷ, chuyên định nhất tâm nên rất vui. Vui vì thành công và vui cũng vì an định. Hỷ lạc là chúng ta đã tỉnh táo sáng suốt rồi, những thứ tham sân si mạn nghi hư hỏng ấy, nếp phục nằm im lìm đầy tạng thức, không dám ngóc đầu lên quấy rầy. Khi nó nếp xuống thì tâm thật của mình là cái vui nó hiện lên, nên bản chất của mình là lạc là vui. Giống ao nước không những nhờ trời mưa mà đầy nước mà tự nó còn có mạch nguồn của nó chảy ra nên nước lúc nào cũng đầy tràn, nghĩa là chúng ta tu thế nào mà tự mình có mạch nguồn của mình để chảy ra sự an vui, toàn thân của chúng ta là sự an vui, ví như ao nước tự nó có mạch nguồn tuôn trào nước trong mát chảy ra bất tận. Tự chính chúng ta có mạch nguồn khiến cho tự mình yên ổn an vui.

Đức Phật diễn tả trạng thái nhị thiên như thân đã mềm hoàn toàn như nước nguyên chất, và lại có thêm cảm giác như lúc nào cũng tuôn tràn mãi mãi. Thật ra, bản chất của chúng ta vốn có sự an lạc, chỉ tại chúng ta huân tập các thứ

rối loạn thành ra mệt nhọc đến nỗi mình không biết bản chất của mình là vui. Tới đây là đuôi xong bọn giặc rồi, bậc thánh giả này sẽ thành tựu trí tuệ rất bén nhạy, kiến giải Phật pháp vô ngại, không ai có thể bẻ gãy được luận thuyết đưa ra của các ngài.

### iii. Tam Thiên

‘Lìa hỷ tu xả, niệm tiền, tự giác thân lạc, có lạc và xả niệm mà bậc Thánh tìm cầu, nhập đệ tam thiên’: hỷ là mừng, lạc là vui. Vậy mừng và vui khác nhau ở chỗ nào? Chúng ta chưa có quà bánh, chưa có tiền bây giờ mới có, mới được, thế thì mừng rơn. Cái mừng nó động và qua nhanh, còn cái vui thì nhẹ hơn, an ổn hơn, lâu bền hơn. Ví dụ được sống trong chùa với phong cảnh thiên vị thì rất an vui, so với người mừng vì nhảy múa hay trúng số thì khác. Hai cảm giác này khác nhau.

Nhị thiên thì không giác, không quán. Bên ngoài đang loạn mà bây giờ vào được định cho nên mừng ‘hỷ lạc do định’. Còn lên đến tầng thứ ba tam thiên này thì cái mừng trừng lặng lại, ‘lìa hỷ’ là hết mừng rồi. Vị ấy thấy tâm khoan khoái, thân nhẹ nhàng, thấy mình có một cái kết quả rõ ràng cho nên mừng. Bây giờ kết quả kéo dài lâu lâu một chút đã quen, hơi thở đã bình an, nên cái mừng dịu đi, chỉ còn lại niềm vui yên ổn thôi vì bỏ cái mừng nên tâm được định thêm lại. Đi sâu vào định, không có động nữa. Đến đây, không phải chúng ta bám môi, bám miệng để trừ cái động của sự mừng này mà đây chỉ có an định để cái động

của mừng nhẹ nhàng tự tan đi. Khi mà đã lìa giác, lìa quán và cái mừng đã lặng đi rồi thì bấy giờ chỉ còn có nhất tâm. Tâm chúng ta yên ổn không có cái gì tác động, ảnh hưởng cả thì lúc bấy giờ có một sự khinh an, êm ả hiện lên. Đức Phật diễn tả xả niệm lạc trú của tam thiên là trạng thái hân hoan vi diệu và đầy khắp cả không gian, giống như hoa sen ngập trong nước được tắm ướt tràn ngập. Niềm vui tự của mình sẽ chảy ra mạch vui mà rồi mình sẽ tràn ngập niềm vui từ đỉnh đầu đến chân, từ sáng đến tối, vui cả mùa đông sang xuân, vui khắp không gian. Mạch vui này vốn mình sẵn có, tại từ vô thủy đến giờ chúng ta cứ nuôi các thói xấu tham sân si, tán loạn, hôn trầm làm tắt các mạch an vui này lại, làm đứt nút góí chặt các niềm vui khiến chúng ta khốn khổ. Bấy giờ đuối được ngũ cái, lìa được các tâm bất thiện trở lại tâm an định thì tự nhiên mạch vui này chảy ra, nghĩa là tự mình thấm nhuần sự an ổn, yên vui. Tất cả vị nào đã nếm được trình độ tam thiên này đều nói là tâm được một sự vui vi diệu, cho nên các bậc thánh vẫn thường tán thán nói vui như đệ tam thiên là niềm vui sáng suốt vi diệu thanh tịnh này, không thể so sánh nó với bất cứ thứ vui nào trên trần gian.

#### iv. Tứ Thiên

‘Lìa các hạnh khổ và lạc, hỷ và ưu đã diệt từ trước không khổ không lạc xả niệm thanh tịnh, nhập đệ tứ thiên’: Đến đây thì vị ấy lìa được các khổ lạc, hỷ ưu cho nên nói trụ ở xả. Xả là buông hết, xả cả mừng vui, hưởng chi những nỗi khổ và nỗi lo mình cũng buông xuống hết.



Lúc đầu chúng ta vui, bây giờ giác biết vui cũng chỉ là một trạng thái của tâm chứ nó không phải là mình, bởi nếu cái vui là mình thì lúc khổ là ai khổ? Nếu nhận vui là mình thì cái khổ không là mình mà đấng này chúng ta vẫn thường trụ đứng đấy. Cái khổ hiện lên rồi tan đi, cái vui hiện lên rồi tan đi, theo nhân duyên mà khổ vui hiện lên thôi. Cho nên vị mà nhập vào tứ định này, ngài vẫn có niềm vui hiện lên, nhưng mà ngài biết đây chỉ là một trạng thái, cho nên ngài không đắm vào cái cảnh ấy, không nhận cái cảnh ấy là mình nên gọi là trú xả. Khổ cũng như vui chỉ là những trạng thái theo duyên hiện lên. Hễ duyên an định thì vui nó hiện lên, chốc nữa tán loạn tới thì vui biến mất, cái khổ lại hiện lên. Những trạng thái hiện lên rồi tắt đi, thuộc về sanh diệt, còn tâm của chúng ta như tâm gương sáng suốt đứng soi tất cả những thứ khổ vui sâu bi ưu não cho nên đến đây vị ấy trầm tĩnh trừng lặng, không thọ nữa. Tới đây, vị này được xem như là đến đỉnh cao của sự tu tập.

Các vị tu bốn bậc thiền này sau này sanh về cõi trời gọi là trời sắc giới. Còn chúng ta còn ham còn thích nhiều ở cõi này nên gọi là dục giới. Đây các ngài đã lìa dục, không mừng, không vui gì nữa, tuy vị ấy trông bên ngoài giống như chúng ta không khác, nhưng thật ra da thịt ruột gan của các ngài có khác với chúng mình, tức thuộc là da thịt của những cõi sắc giới, chứ không phải là da thịt của những người còn ham thích của dục giới. Các thánh nhân thấy tứ đại của chúng ta có sự chuyển biến, nhưng chúng ta không tự biết đấy thôi. Khi chúng ta xa lìa những hư

vọng của cõi dục này và giác tỉnh được thì máu của chúng ta khác với máu của những người bình thường ham dục. Các bậc chứng đạo thấy là biết có các tế bào khác. Chúng ta thì không ngờ, không biết sự tu tập có sự chuyển biến như thế, không phải đợi đến lúc lâm chung mới chuyển mà ngay bây giờ chuyển máu thịt, chuyển tế bào thành thân sắc giới. Tuy cũng da thịt của cõi người ấy nhưng mà nó đã đổi rồi, đây gọi là tứ vi tức sắc hương vị và xúc vi tế nhỏ nhiệm. Vị nào tu miên mật thì sẽ được đổi hẳn cái thân, tức lúc nào cũng hưởng được thân và cảnh sắc giới ấy. Vị ấy không phải là người của thế gian này nữa mà là người của cõi trời sắc giới, nhưng phải tu tới trình độ tứ thiên này mới được. Cho nên hễ ai tu thì được, còn không tu thì không được. Đức Phật khen ngợi sự vui vi diệu đưa đến quả giải thoát này và khuyến khích chúng ta muốn tìm những niềm vui vi diệu nên thực hiện những hạnh vui này, sống với những niềm vui này, chứ Phật không bảo chúng ta nên tu khổ hạnh hành xác thân như các nhà khổ hạnh lửa thề. Đức Phật mong cho chúng ta vui với niềm vui chân thật này. Còn cái vui ăn ngon, mặt đẹp, có tiền nhiều thì không phải là cái vui mà là những niềm vui hư vọng, hoại khổ, vì chúng ta làm không biết nên gọi là vui.

Tứ thiên là xả niệm, thanh tịnh, không lạc, không khổ. Chúng ta trở về sống với mình, hàng phục được những hư vọng ngoại lai như là thích đi chơi, thích nói chuyện, thích ngủ dục, tất cả đều buông xuống. Bây giờ tâm của mình, bản chất thật hiển lộ, cho nên đây là niềm vui của mình

không phải từ ngoài vào, không do duyên gì có, nên niềm vui này là niềm vui tịch tĩnh, niềm vui lắng lắng, trong kinh gọi là vi diệu. Niềm vui bản chất của mình cho nên nó là mình, mình là nó, toàn thân mình là niềm vui này. Niềm vui của mình mà tại sao đây nói Phật nói chúng ta phải ‘không khổ, không lạc’ xả cả mừng cả vui? Xả cái mừng đúng rồi vì nó theo duyên mà có mừng. Tu là vui nhưng phải xả, vì thích có cái vui rồi hưởng cái vui. Số đông tu đến đây thì ngồi im để hưởng sự an vui. Khi tham đắm vướng mắc vào sự an vui này thì không chịu tiến lên cao được nữa. Nên ở đây có nghĩa là xả, đừng bận lòng đến cái vui mà cần khai tuệ để tiêu những lậu hoặc, đến ngôi này thì tâm giữ thanh tịnh không vướng mắc, không vướng khổ và không bận lòng đến cái vui. Đạt được Tứ thiên thì vị ấy có thể dừng được hơi thở, dừng mọi sự sống, nhập định vài trăm năm rồi xuất định, sống bình thường trở lại.

## **52. VUA A DỤC THÀNH MÃNG XÀ VƯƠNG**

Hoàng đế A Dục là một vị vua cai trị Ấn Độ từ năm 269 đến 232 công nguyên. Ngài là một vị vua Phật tử rất thuần thành và có công hiến lớn trong việc truyền bá lời dạy của Đức Phật đến nhiều nơi trên thế giới. Công đức to lớn như vậy đáng lẽ vua phải được sanh lên cõi trời vậy mà lúc cận tử nghiệp nằm trên giường bệnh, chỉ vì một niệm sân hận nổi lên khiến vua tái sanh thành một con rắn mãng xà.

Trước khi mạng chung, vua A-dục bị bệnh nặng, cơ thể đau đớn lắm nên khó làm chủ được những bực bội khó chịu trong lòng. Người hầu quạt lúc ấy thức cả đêm mệt nên ngủ gật, lỡ buông lỏng tay cầm quạt khiến quạt rơi vào mặt vua. Là một ông vua và đang khó chịu vì bệnh tật hành hạ mà cái quạt còn rơi vào mặt nữa, thói quen cứ cậy mình là vua phải được trân trọng cung kính nên vua giận lắm. Bởi vì vua yếu lắm mà cơn sân giận lại động, cho nên máu ở tim của vua chuyển mạnh khiến vua tắt hơi ngay lúc ấy. Thế là tinh thần vua hóa thành con rắn mãng xà vương Ma-hầu-là-già tức là rắn thần mà ở các đền thần rắn Ấn độ hay thờ. Chúng ta gọi là thần rắn, tức là thần nhưng mang xác rắn và mắt bình thường chúng ta không thể thấy được. Ngài là một vị hoàng đế với bao nhiêu công lao phúc đức biết ngần nào, nhưng do tâm sân giận không chừa, người hầu lỡ tay rớt cây quạt vào mặt, cơn giận dữ nổi lên chi phối khiến ngài biến ngay thành con rắn thần. May mà A-dục là một vị hoàng đế Phật tử thuần thành rất tin Phật pháp, có con trai và con gái là hoàng tử Ma-hin-đa (Mahendra) và công chúa San-ga-mi-tra (Sanghamitra) đều đi xuất gia cả. Tỳ Kheo Ma-hin-đa chứng quả A-la-hán, biết Vua A-dục đọa làm rắn, mới nói pháp cho vua A-dục tỉnh ra, buông bỏ, thoát kiếp rắn sanh lên cõi trời.

Câu chuyện cho thấy nếu chúng ta không cẩn thận giữ tâm chánh niệm để chột vô thường trượt chân té, chột bệnh già, chột gió tử thần thổi mất thân quý giá này mà tâm lại cứ đeo những tập khí hờn oán và giận thù thì sẽ đọa lạc

loài thú, khó được thân người trở lại. Lúc lâm chung dễ nổi sân lắm vì lúc lâm chung cơ thể đau đớn khổ não như ngàn cây kim châm vào da thịt. Chúng ta muốn thân ấm mà nó lạnh, muốn không khí thở mà cứ ngộp lấy hơi lên, khổ lắm rồi mà còn có các sự bên ngoài động chạm vào thân thì chúng ta không chịu được nên nổi sân liền và hề nổi giận thì liền đọa làm rắn. Nếu không làm rắn thì cũng làm loài bò cạp, độc trùng. Nếu chúng ta biết hổ thẹn, biết tu tập, biết trụ tâm nơi thiện, thích hợp với buông xả, một lòng tha thứ thì một ngày, hai ngày, chúng ta sẽ có thói quen tốt là biết nhẫn chịu. Đến lúc lâm chung gặp nếu gặp sự gì trái ý thì chúng ta đã quen tu tập rồi, thích hợp với xả cho nên mình sẽ tha thứ, không có sân giận. Thế là chúng ta trụ tâm nơi thiện, sống với thiện. Tâm thiện là tâm ở cõi trời, cõi Phật là một cõi còn ở trên cao hơn nữa. Tu tâm từ bi ngay giữa thế gian này thì sẽ được về cõi trời.

Nghiệp của rắn là khi thấy người đi ngang, nghe động là vội trốn tránh trong những xó xỉnh bụi rậm, bụi cây tìm ẩn nấp vì sợ người ta trông thấy đánh chết mình. Cho nên, nghiệp rắn là phải chịu thân phận chui rút, rồi mổ ăn loài khác để sống, tạo nghiệp đọa lạc, không biết khi nào mới được thân người lại. Hiểu được điều này, cho nên chúng ta vâng lời Phật, biết hổ thẹn, chuyển đổi những tâm tham sân mà tu tập thành tâm hiền hậu, từ bi, hi xả thì hiện đời ai cũng kính nể, quý mến của chúng ta và chúng ta sẽ đổi ngay cảnh đọa lạc hiện tại thành cõi trời rực rỡ tung bừng, sung sướng an vui và được sống lâu cả ngàn vạn kiếp. Chỉ đổi một tâm niệm mà có thể đổi hẳn cả một cuộc đời, một

cảnh giới mà không phải một cuộc đời mà mãi mãi nhiều cuộc đời về sau nữa. Chúng ta thấy làm thân con rắn ấy biết đến bao giờ con rắn mới tỉnh, kiếp sau rắn đi đâu, rắn là còn mãi mãi ở đường khổ, đường thù oán, mê lầm, khổ não, nguy hiểm. Còn sanh lên cõi trời thì có sung sướng hơn cõi người, tuổi thọ lâu hơn cõi người, nhưng chúng ta dễ say mê trong hưởng thọ phước báo đó thì khi xài hết phước lại phải luân hồi đọa lạc trở lại. Để tránh đọa lạc đau khổ thì chúng ta phải cầu thoát ly sanh già bệnh chết.

Chúng ta có nhân duyên với Phật pháp thì chúng ta sẽ tìm đến Phật, sẽ học Phật, sẽ tu cho đến ngày giải thoát. Chỉ cần tập đổi tâm niệm một chút mà đổi hẳn cảnh giới cả ngàn vạn kiếp suốt, khiến từ phàm phu thành hiền thánh, từ tham sân thành từ bi hỉ xả. Như vậy, thật là vi diệu, thật là tịnh. Chỉ cần chúng ta xả tất cả hữu. Cõi hữu là từ cõi dục giới, từ trời Đệ Thiên Đệ Thích, tức đức Ngọc Hoàng Thượng Đế trở xuống sáu đạo gọi là dục giới, là chúng ta buông xả tất cả hữu xuống. Còn trên nữa là cõi sắc giới và trên nữa là vô sắc giới. Ba cõi dục giới, sắc giới và vô sắc giới là còn trong cảnh luân hồi lưu chuyển. Đỉnh của cõi dục giới là đức Đệ Thiên Đệ Thích. Phúc đức của các ngài lớn lắm, nhưng mà vẫn còn ở cõi dục. Tuy các ngài ở tột đỉnh trên cao, nhưng mà vẫn còn trong vòng sanh tử, cho nên gọi là hữu là còn lọt xuống. Bây giờ chúng ta chỉ cần nỗ lực để chuyển đổi tâm mình, đổi tâm hiểm hận, ưa muốn, ham thích, thành tâm từ bi hỉ xả bác ái. Thế gọi là chúng ta xả tất cả hữu, giải thoát tất cả dục

giới, sắc giới và vô sắc giới. Chẳng những là cảnh giới loài người, chẳng những là Đê Thiên Đê Thích mà cao hơn cõi này nữa, chúng ta cũng vượt qua được hết. Thế là lia ái, vô dục, diệt tất cả lậu, không còn rơi rớt trong sanh tử luân hồi nữa, hoàn toàn giải thoát, làm hiền làm thánh để cứu độ thân bằng quyến thuộc hiện đời hay quá vãng và để giúp ích muôn loài chúng sanh. Phúc đức biết nói sao cho cùng. Đức Phật ví như nước trăm sông chảy ra biển chúng ta không có thể đong lường được nước, cũng thế phước báo vô lượng không thể tính xuê cho người chuyển đổi tâm sân hận thành tâm từ bi hỉ xả bác ái để lợi ích hữu tình. Chúng ta cố gắng vun trồng và hưởng thọ phước báo, đừng đổ đi uổng phí một kiếp làm người.

### **53. XẼN PHÁP VÀ BỎ THÍ PHÁP**

Thế nào gọi là xẽn pháp? Chúng ta có cơm để chúng ta ăn, nếu lấy cho người khác rồi lấy gì mà ăn, đó là tâm bõn xẽn. Nếu có tâm bõn xẽn như vậy thì người kia chết đói thì mình có phước không? Nghĩa là không có phước mà còn tội nữa. Bõn xẽn về tài vật dù lớn hay nhỏ cũng đều có tội cả. Còn nghe pháp thoại cũng thế, nếu muốn một mình hay giỏi chứ không muốn giảng nói cho người khác nghe pháp rồi họ cũng hay giỏi như mình thì như thế là một tâm xấu sẽ chịu quả báo xấu. Nếu mọi người học Phật pháp thì mọi người sẽ được giải thoát mà bây giờ mình không cho người ta học thì người ta không được giải thoát. Người ấy không được giải thoát thì tội thuộc về ai? Nếu bõn xẽn

không mang pháp Phật để truyền bá cho người ta học thì chúng ta phải tội. Nếu truyền bá cho người thì người ta cũng được phước và mình cũng được phước.

Đã học hiểu cái gì hay quý thì nên san sẻ với người khác để họ cùng biết với mình. Phạm đã lập chí xuất thế thì nên san sẻ với mọi người để cho người ta cùng biết với mình. Đức Phật nói ích kỷ là điều không tốt. Có ai cần đến hỏi học Phật pháp thì chúng ta nên tận tình giúp, nhưng trước hết chính mình cũng lo học đến nơi đến chốn, hoàn thiện chỗ học hiểu của mình, chứ Đức Phật không phải bảo chúng ta vừa học xong câu nào thì vội vàng chạy khắp làng cùng xóm để giảng cho người này người khác nghe.

Nếu chúng ta lập chí chuyên tu thì chúng ta phải ở nơi vắng vẻ, nhất tâm chuyên giữ chánh niệm để được an định tinh thần. Ở nơi vắng vẻ học cho thành đạo của mình đi đã thì đây không bảo là ích kỷ, bỏn xẻn mà muốn cho mình nghiệm sâu việc học Phật của mình thì sau này sự công hiến của chúng ta sẽ sâu rộng hơn. Nhưng khi có người hỏi pháp, chúng ta phải có bổn phận giúp và nhắc nhở cho mọi người cùng biết, nghĩa là có tâm rộng rãi thương yêu san sẻ. Chứ mới học được chữ a thì vội vàng chạy ra khắp nơi, chạy hết người này đến người kia để biết chữ a thế thì như thế sự học của chúng ta sẽ bị dở dang, không đến nơi đến chốn được, chính chúng ta phải học cho tới nơi tới chốn.

Đức Phật nói rõ để chúng ta hiểu thâm ý của ngài. Chúng ta không nên bỏn xẻn pháp, nhưng chính chúng ta



phải cứu được mình ra khỏi luân hồi sanh tử đã, rồi chúng ta mới có thể cứu được người khác. Nếu chúng ta chưa biết bơi mà nghe thấy người kêu cứu, mình thương hại và nhảy ùm xuống để vớt họ lên thì như thế liệu chẳng những không cứu được họ mà mình cũng lại bị chết chìm cùng với người ta. Đã đành chúng ta phải có tâm từ bi cứu giúp, thấy ai kêu cứu thì chúng ta cũng nên giúp nhưng phải tùy sức, tùy lực. Nếu chúng ta có hạnh muốn cứu những người chết đuối thì chúng ta phải đi học bơi và học cho đến nơi đến chốn trước. Cũng thế, chúng ta muốn cứu mọi người ra khỏi luân hồi sanh tử, nghĩa là cứu cho khỏi nạn khổ của thế gian thì trước hết chính mình phải ra khỏi thế gian này. Chúng ta phải tu cho đến nơi đến chốn, học cho đến nơi đến chốn, tu cho thành công đắc quả, rồi lúc bấy giờ tha hồ đi giảng dạy hoằng pháp. Còn bây giờ việc học việc tu của chúng ta còn võ vè hai ba câu mà lại cứ vội đi giảng, đi dạy. Đây là điều răn cấm không nên. Chúng ta phải an ổn tinh thần và lo học cho đến nơi đến chốn đã rồi mới nghĩ đến chuyện xuống núi lợi tha.

Sự học của nhà chùa không phải là lăm chũ, nhiều bằng cấp mà học làm sao cho tiêu được tham sân si, mạn nghi tà kiến, những thói xấu tật hư, phải thanh lọc cho sạch để đừng đọa lạc nữa, hoàn toàn không để cho tham sân si lôi chúng ta vào đường sanh tử nữa. Làm thế nào cho tâm mình hoàn toàn thanh tịnh, không còn các tai nạn mê lầm nữa thì khi ấy chúng ta mới có khả năng bố thí pháp. Chứ bản thân chúng ta còn đọa lạc, chưa cứu được

mình thì còn lo dạy cho ai được. Cho nên đây Phật khuyên nên lo tu học trước, làm sao giải được những thói xấu tật hư ở tâm chúng ta đi đã trước khi dẫn thân vào giảng dạy hay làm từ thiện phước báo.

Nếu sự tu học của chúng ta chưa thông, chưa tỏ, chẳng qua là chúng ta nhớ được những lời dạy của Đức Phật trong kinh sách và đi nói lại cho người khác nghe, với tâm lành giúp đỡ như thế thì cũng quý, nhưng mà chúng ta lại bỏ việc tu học của mình vì sự học tu của chúng ta chưa xong. Tâm của chúng ta còn đầy những lỗi xấu, chúng ta chưa có thời giờ sáng suốt để lọc những thói xấu của mình đi. Sẵn trong kinh sách có mấy lời thì chúng ta cứ nói theo đuôi mà thôi. Đức Phật không cấm việc giảng kinh nói pháp, ngài còn khuyến khích nữa là khác, nhưng chúng ta phải để thời gian lo ở chỗ thanh vắng mà tu tâm của mình, lo tròn bổn phận của mình, soi lại tâm, sửa cho sạch những đọa lạc đi, tu cho thành đạo đi.

Đức Phật nói có ba bậc tỳ kheo. Bậc tỳ kheo thứ nhất là vị có khả năng chứng quả nhưng không lo giải thoát chứng quả mà cứ lãng xãng đem tâm đi giảng chỗ này chỗ kia cho đến nổi uổng phí khả năng. Bậc tỳ kheo thứ hai thì mới đạt được đôi chút, chưa có nhiều mà đã buông bỏ sự nghiệp chuyên tu của mình để đi làm phước. Cho nên Phật ngăn cấm không có được lãng xãng đi đâu này đâu kia mà phải lo an ổn tinh thần tu cho đến nơi đến chốn đã. Bậc tỳ kheo thứ ba là tu tập đã khá cao mà nửa chừng cũng bỏ sự nghiệp giải thoát của mình để lo đi làm phước và giảng

dạy cho mọi người. Chúng ta cày cấy cho người là việc tốt nhưng chúng ta phải cày cấy cho mình nữa thì mình mới có gạo mà ăn. Nếu mình không chịu cày cấy cho mình thì chính mình bị chết đói trước.

Đức Phật không cấm chuyện giúp đỡ mọi người nhưng Phật khuyến khích chúng ta phải hoàn thành việc tu hành của chính mình trước đã. Chứ nếu học được vài cuốn kinh đem giảng cho người này người kia mà chính tâm của mình còn đầy tham đầy giận, chưa có thời gian ở chỗ vắng để thanh lọc những sai quấy của mình, thế thì trước sau chúng ta phải theo tâm tham sân si ấy mà đọa lạc sáu cõi. Một khi đọa làm con chó, cạp, rắn rồi thì bao giờ mới tỉnh được ra, bao giờ mới được trở lại làm người để đi học Phật pháp. Khi đọa lạc thì những sự tu học cũ quên đi hết, một khi đọa lạc thì ngàn vạn kiếp trôi lăn, rồi đến bao giờ mới tỉnh cho ra. Đừng để đến nỗi đọa lạc về các loài ngạ quỷ, địa ngục, bàng sanh và những loài này đang ở ngay dưới gót chân của chúng ta, tức chúng ta dễ đọa lạc tam đồ lắm.

Đức Phật ân cần khuyên chúng mình phải ở nơi vắng vẻ, an tĩnh tinh thần để đủ sáng suốt mà thanh lọc tâm mình. Đây là việc cần kíp Đức Phật nhắc đi nhắc lại. Cần kíp sáng suốt soi tâm chúng ta mà thanh lọc những thói hư tật xấu của mình đi, đừng quản ngại các thứ khó khăn. Đây là điều thiết yếu Phật ân cần nhắc để chúng ta đừng đọa lạc nữa. Ra khỏi vòng sanh tử rồi thì khi ấy mới thành thoi, tha hồ làm gì cũng tốt, càng đi giảng dạy, càng làm phước từ thiện càng tốt. Thân người mỏng manh, chỉ một

trận gió độc, một bước đi vấp té là thân này tan nát, trả về cho đất nước gió lửa. Cho nên Đức Phật ân cần khuyên chúng ta phải nhanh chóng quay về tâm mình, thanh lọc những thứ tâm độc khiến dừng đọa lạc trước khi chúng ta bị cận tử nghiệp. Đó là điều cấp thiết cần làm trước khi chúng ta xuống núi thực hành hạnh lợi tha hay bố thí pháp.

Đức Phật từ bi tỉ mỉ dặn chúng ta rằng chúng ta có phước báo được làm người và được học Phật pháp. Chúng ta nên nhận lòng từ bi và sức tập tành của Đức Phật giúp cho chúng ta thoát luân hồi sanh tử thì để báo đáp ơn đức cù lao đó, chúng ta phải thực hiện ngay những lời Phật dạy để chúng ta thực sự ra khỏi luân hồi để không bỏ công tu học, uổng phí một đời bởi vì trên địa cầu này có biết bao nhiêu tỷ ngàn sinh linh của sáu loài, mới có một số được làm người. Trong số được làm người đó, có được bao nhiêu người phát tâm quy y Tam bảo, thọ ngũ giới để trở thành Phật tử. Rồi trong số những Phật tử đó có bao nhiêu người được học A-hàm, được học Tứ Niệm Xứ. Rồi trong những người học kinh Tứ Niệm Xứ và A-hàm thì có mấy người tu giải thoát, số lượng này hiếm lắm. Cho nên chúng ta có phước được theo học Phật, chúng ta đỡ khổ vô cùng, hãy tận dụng sự may mắn này của mình. Còn nếu không được học Phật thì chúng ta sẽ khổ mà khổ vô ích, vô lý và phí thời gian làm kiếp người của mình.

\* \*

# KẾT LUẬN

Vì lòng từ bi thương chúng sanh đau khổ ở cõi ta bà, Đức Phật Thích Ca đã thuyết minh bốn bộ A-hàm như Trường A-hàm, Trung A-hàm, Tăng Nhất A-hàm và Tạp A-hàm gồm có 2.086 bài pháp thoại với một mục đích duy nhất là chỉ đường đi để cho chúng sanh chấm dứt đau khổ. Những giáo lý căn bản và những pháp số thường được đề cập trong bốn bộ A-hàm như Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ như ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác phần, Bát chánh đạo, Tam học, Bốn pháp ấn, Sáu cõi luân hồi, Mười hai nhân duyên, Nghiệp cảm luân hồi, Sanh tử, Niết bàn, Tứ thiên, Chín định, Tam minh, Ngũ ấm, Năm độn sử, Năm lợi sử vv... để chúng ta hiểu được đường lối của tội phước, chân nguy, chánh tà để chúng ta tỉnh ra, biết tránh đường mê mà đi đường lành, thoát khổ luân hồi.

Trong A-hàm, Đức Phật nhấn mạnh về lý Tứ đế và Tứ niệm xứ. Đây là Khổ đế chúng ta phải biết, là Tập đế chúng ta phải diệt, là Diệt đế chúng ta sẽ đạt, là Đạo đế chúng ta phải thực hành. Chúng ta phải quan sát những nỗi khổ của sáu đạo chúng sanh như nỗi khổ của kiếp người,

nổi khổ của loài súc sanh, địa ngục, ngạ quỷ, A-tu-la và cõi trời, để đừng tạo nghiệp sanh tử nữa và phát sanh trí tuệ về Tứ đế tức là trí tuệ của các bậc thánh biết nhân quả chắc chắn không sai chạy của thế gian và xuất thế gian.

Tứ niệm xứ đứng đầu trong 37 Phẩm trợ đạo, chúng ta học A-hàm và thật ra A-hàm không có ra ngoài Tứ niệm xứ. Đức Phật giảng 2.086 bài pháp thoại và bao nhiêu pháp số phong phú chung quy chỉ là giảng Tứ niệm xứ cho chúng ta thôi. Tu Tứ niệm xứ tức hàng ngày chúng ta phải chuyên chú đem hết tinh thần vào các pháp quán thân, thọ, tâm, pháp là khổ, vô thường, vô ngã để chúng ta an định tinh thần lại, không rông rã bên ngoài nữa. Tinh thần A-hàm là tinh thần Tứ niệm xứ, nếu chúng ta không thật quán Tứ niệm xứ thì dù tu tập có lâu, chúng ta vẫn sâu kết phiền não, gồng gánh trọn đời, rồi lại lễ bái, cầu khẩn chư Phật, Thánh hiền tăng thương xót nhưng các ngài không thể cứu giúp cho nghiệp lực của chúng ta được. Tự chúng ta quán Tứ niệm xứ khai mở trí tuệ, có cái nhìn chân chánh, suy nghĩ tương ứng với chân lý thì mới có thể giải thoát vô minh. Ngoài ánh sáng trí tuệ này, không một thần lực nào khác có thể phá được bóng tối.

Đức Phật trình bày 2086 bài pháp thoại trong nhiều cách này cách kia nhưng thật ra cả bốn bộ A-hàm không ra ngoài Tứ niệm xứ. Tứ niệm xứ là con đường thanh tịnh để diệt tham ưu trong đời cho nên chúng ta phải quán tỉ mỉ thân, thọ, tâm, pháp để nhận chân nghĩa thâm thúy này. Đức Phật khuyên không nên học nhiều sách mà điều chủ

yếu là chúng ta nên để tâm đi sâu nhận nghĩa thực sự của A-hàm, thực hành nơi mình thì chúng ta mới có bản kinh nơi tâm chúng ta, mới hưởng được tất cả các ý vị chân thật an vui từ kinh A-hàm.

Y theo căn bản mưa pháp A-hàm này thì mê nhiều kiếp liền tỉnh, tà chánh khó phân cũng được tỏ ngộ hiển nhiên như đêm ngày. Việc báo ứng tuy khó nhận nhưng chắc chắn sẽ xảy ra như vang theo tiếng, như bóng theo hình. Số kiếp tựa xa vời mà gần kề với chúng ta như tối liền đến sáng, sáng liền đến tối. Sáu cõi bao la hiện ra trước mắt mà A-hàm này là ánh sáng vĩ đại cho đêm dài sanh tử. Kinh này ban mắt tuệ cho chúng ta, những người lạc lối không biết đường đi.

Hễ chúng ta đượm nhuần được mưa pháp A-hàm thì chúng ta sẽ giác tỉnh và phân minh được thiện hạnh, tà hạnh, điều phải, điều trái, người hiền kẻ ngu, sáu đạo luân hồi và quả vị giải thoát rõ ràng như ban ngày là thấy sáng, ban đêm thì thấy tối. Cho nên, việc thiết yếu là chúng ta phải quay về soi mình, phải biết, phải thấy chúng ta có những chỗ sai chỗ phải, chỗ hay chỗ dở, rồi sửa trị mình, làm chủ được mình, ấy là gốc của sự bình an và gốc của các bậc hiền thánh quân tử. Các bậc hiền nhân quân tử đã làm những việc lành, giữ tâm mình trong sáng, không theo đường mê, sống nương tựa vào mình, không bận lòng đến cảnh bên ngoài, cho nên thành công trong sự nghiệp tu hành tốt đẹp của mình.

Vui khổ là động cơ sinh hoạt của loài người, chẳng những loài người mà tất cả muôn loài. Tất cả sáu đạo chúng sanh đều lấy khổ vui làm động cơ. Ai cũng lo tránh khổ, ai cũng mong cầu sự an vui. Vì vậy, trong A-hàm Đức Phật dạy chúng ta phải quán tỉ mỉ để làm chủ hai sự khổ vui này. Chúng ta đừng để cho khổ vui chi phối, làm chủ được tức là làm chủ được đời sống của mình; còn nếu chúng ta để cho hai sự khổ vui này chi phối thì chúng ta mất quyền tự chủ, chúng ta sẽ như người sống vật vờ để cho ngoại cảnh kiểm soát. Rất nhiều phương pháp tu trong A-hàm như Tứ niệm xứ, Thất giác chi, Bát chánh đạo, Tứ Chánh cần, Ba mươi bảy Phẩm trợ đạo, Tứ pháp ấn, Tam lậu học, vv... đều dạy chúng ta phải quay về mình, học ngay mình để làm thế nào cho chúng ta đỡ khổ và được an vui. Không những khổ, vui trong hiện tại mà còn tránh những nguy kịch trong tương lai và hưởng sự an vui vĩnh viễn. Người giác tỉnh thì đêm ngày thận trọng trọn vẹn hướng tâm về đạo pháp không để khổ vui chi phối, cho nên A-hàm chính là liều thuốc, là mưa pháp bớt khổ đem vui. Thế gian ai cũng đều mong cầu thoát khổ được vui, tất cả tôn giáo cũng hướng về việc ấy và Đức Phật cũng chỉ có một mục đích duy nhất là chỉ cho chúng ta cơn mưa pháp A-hàm thanh lương để rửa sạch những bụi trần đau khổ này đi. Kinh dạy:



Thân người khó được  
Phật pháp khó nghe  
Một phen mất thân người  
Muôn đời khó trở lại.  
Như rùa mù tìm bông cây trong bể cả  
Làm thân người sáu căn đầy đủ là khó  
Được gặp Tam bảo lại càng khó hơn.

Chúng ta có phước được theo học Phật nên chúng ta đỡ khổ vô cùng. Còn nếu không được học Phật thì chúng ta sẽ khổ mà khổ vô ích, vô lý và uổng phí thời gian một kiếp người. Đức Phật khuyên chúng ta để ý, đừng sống một cách bừa bãi, xô bồ hư vọng. Bây giờ chỉ cần dừng tâm lại, tỉnh ra một chút là nhận ngay, thấy những sự khổ, không, vô ngã, vô thường này để đỡ khổ một cách vô ích mà đỡ phí thời gian, luống sống một trăm năm đi qua mà rốt cuộc chẳng được giác tỉnh tí nào.

Đức Phật từ bi nhắc chúng ta cách đây đã 2.600 năm rồi và bây giờ vẫn còn nhắc nhở nữa tức chúng ta vẫn còn mê. Chúng ta khổ vì chúng ta không biết sự thật, không chịu để ý nhận ra sự thật vô ngã, vô thường, khổ, không ở cuộc đời này. Nếu không được gặp Phật, không được học kinh sách, mê muội tối tăm thì về sau đi về làm loài súc sanh như chó, mèo, gà, vịt rồi đời sống cứ thế ngàn vạn năm ở trong sự tối tăm, ở trong sự xấu xa độc ác, như thế đáng sợ biết ngần nào. Thế cho nên chúng ta được ở chỗ

Phật pháp tăng là chỗ rất tốt, rất lợi, không có lợi nào khác tốt hơn nữa.

Nhờ nhiều kiếp sâu trồng căn lành, nên đời nay chúng ta được dự trong hàng đệ tử Phật, được sống trong ngôi nhà chánh pháp, lại được thọ học kinh A-hàm và phương pháp thiền quán Tứ niệm xứ, soi hơi thở, giác tỉnh trở về mình để thoát sáu nẻo luân hồi mê mờ. Đây là những thắng duyên điểm phúc khó gặp mà dễ qua; hãy nắm lấy những cơ hội hiếm có này để giải thoát. Những lời Phật dạy trong bốn bộ A-hàm như những thánh ngôn, những kim chỉ nam giữa thế gian, như kho tàng pháp bảo vô giá khó tìm, còn chúng ta như những người đứng ngoài cổng bị những đau khổ nghèo đói của cuộc đời làm điêu đứng, bị tám khổ (sinh, già, bệnh, chết, ghét phải gặp, yêu phải xa, cầu không được như ý và ngũ âm xí thịnh) chi phối.

Chúng ta vẫn khổ vì sanh già bệnh chết và vì nghèo nàn phước báo, trí tuệ. Nghiệp thức mơ màng, ngoại cảnh khổ vui chi phối, vọng tình chưa hết, làm sao ra khỏi luân hồi. Những tập khí tham sân si mạn nghi tà kiến, những thói quen buông lung phóng túng của tám vạn bốn ngàn phiền não từ vô thủy đến bây giờ đang chi phối chúng ta rất mạnh. Đó là những đường luân hồi mà Đức Phật muốn chúng ta phải ra khỏi. Chúng sanh trong sáu đạo chỉ có cõi trời và cõi người là tạm đỡ khổ, có khả năng tu đạo xuất thế, cho nên Phật dạy giữ năm giới để bảo vệ, trở lại thân người thuộc nhân thừa; dạy thập thiện, bốn định, bốn vô lượng tâm để được lên cõi trời thuộc thiên thừa mà cũng là nấc thang xuất thế.

Bây giờ chúng ta phải quay về, sáng suốt tu tập thì ngày mai mới ra khỏi được luân hồi sanh tử. Khi chúng ta dứt khoát lìa thì sợi dây si mê này phải dứt, các thứ tham sân si mạn phải chìm xuống, cho nên gọi là mưa pháp A-hàm để rửa sạch những trói buộc, gỡ những nút kết thì chúng ta sẽ được thoát, được bình yên, trong sáng, sạch sẽ. Phải thực hành những gì đã học ở A-hàm, phải chí nguyện tha thiết, công hạnh chuyên cần thì sẽ đạt được kết quả như vậy.

Mục đích của 8 chương trong 2 tập sách ‘A-hàm: Mưa pháp chuyển hóa phiền não’ là tóm gọn lại hành trình đường đi từ phàm phu lên ngôi vị hiền thánh. Chúng ta niệm tâm từ để diệt trừ sự ác độc, niệm tâm bi để diệt trừ sự tàn nhẫn, niệm tâm hỷ để diệt trừ sự phiền hận và niệm tâm xả để diệt trừ sự thù oán. Chúng ta quán bất tịnh để tiêu ba độc tham sân si, quán vô thường để giải thoát ngã mạn tự ái, quán hơi thở để điều hòa cả thân và tâm. Chúng ta chuyển hóa những tham sân si mạn nghi mà tu tập tâm từ bi hỷ xả, vô lượng vị tha thì hiện đời ai cũng kính nể, quý mến chúng ta và chúng ta sẽ đổi ngay cảnh đọa lạc hiện tại thành cõi trời sắc giới rực rỡ tung bừng, sung sướng an vui, sống lâu cả ngàn vạn kiếp.

Chúng ta chỉ cần chuyển hóa những ngũ âm, ngũ uẩn, mùi kiết sử vi tế, triển cái trói buộc thành tứ thiền, chín định, tam minh thì chúng ta nhẹ nhàng ra khỏi sáu cõi trầm luân và ra khỏi cả cõi trời sắc giới và vô sắc giới, từ nay tự tại giải thoát du hóa muôn phương. Như vậy chỉ đổi tâm

niệm mà có thể đổi hẳn cả một cuộc đời, một cảnh giới mà không phải một cuộc đời mà mãi mãi nhiều cuộc đời về sau. Chỉ cần chuyển hóa tâm niệm của chúng ta một chút mà đổi hẳn cảnh giới cả ngàn vạn kiếp vị lai, như vậy, pháp A-hàm thật là thanh lương vi diệu, thật là tịnh tất cả lậu. Học A-hàm, thực hành chuyên cần, chuyển hóa phiền não như thế thì chúng ta sẽ có con đường giải thoát đi ra thì chúng ta sẽ liễu đạt được đại sự. Có sáng được việc lớn này thì chúng ta mới đáp ứng được bản hoài độ sanh của Phật tổ, mới xứng đáng là người con Phật. Có sáng được chân ý nghĩa của A-hàm thì đạo Phật sẽ trở thành vô vàn ý nghĩa giữa thế gian này.

Đức Phật Thích Ca là bậc thế gian giải, nghĩa là có trí tuệ biết tất cả các pháp của thế gian và ngài đã ra khỏi cảnh thế gian. Thế cho nên bây giờ ngài dạy chúng ta về việc thế gian thì nhất nhất ngài phải nói những lời chân thật, vậy chúng ta nên một lòng tin bất động với ngôi Tam bảo, Phật pháp tăng. Chúng ta theo gót Đức vô thượng sư tức là đức Thích Ca Mâu Ni Phật. Chúng ta cố gắng sống viễn ly tịch tĩnh, trong tự mình tỉnh ra và mượn ánh sáng giác tỉnh của ngài, của A-hàm mà tự soi sáng, tự tỉnh dậy, cùng nhau lên bờ kia giải thoát. Cứ như thế, chúng ta tinh tấn gặt cho sạch những vô minh thì lúc bấy giờ minh hiện lên. Khi minh hiện thì có trí tuệ và công năng thật của tâm chúng ta mới hiển lộ.

Đạo là con đường, Phật là sáng suốt. Nhờ Đức Phật nói những con đường tâm linh sáng suốt mà ngài đã chứng

nghiệm, rồi trong nhiều thế kỷ qua chư Tổ thực hành thấy hiệu nghiệm nên tiếp nối truyền lại, cho đến ngày nay chúng ta mới được tiếp nhận tu học theo. Thế là Đức Phật vạch một con đường cho chúng ta đi, con đường sáng suốt, con đường đi vào trí tuệ cho nên gọi là Đạo Phật. Chúng ta khổ vì không biết sự thật, chúng ta không chịu để ý nhận ra sự thật. Sự si mê của chúng ta che lấp trí tuệ khiến cho chúng ta không thấy được sự thật. Nhờ học A-hàm, chúng ta mới biết mình còn mê và mê ở chỗ nào để mà gỡ. Cho nên, A-hàm đã chỉ ra một con đường, con đường từ mê đến tỉnh, từ khổ đến an vui, từ phàm phu lên hiền thánh, rồi chúng ta mới một lòng đi con đường này để hiển lộ đạo. Vì thế, chúng ta phải phát tâm học và hành theo A-hàm. Đây là những gì Đức Phật thuyết giảng sau khi ngài giác ngộ dưới cội cây Bồ-đề, bên dòng sông Ni-liên, Ấn độ.

Mưa pháp A-hàm là những gì như Tổ Thiên Thai nói là Đức Phật thuyết giảng trong 12 năm đầu trong sự nghiệp thuyết pháp lợi sanh của ngài. Chính mưa pháp A-hàm tưới mát bình đẳng cho muôn loài vạn vật, không phân biệt chủng loại, tôn giáo, giới tính, hay già trẻ này mới đáp ứng được tất cả những nhu cầu tâm linh và những hướng dẫn tu tập căn bản để chúng ta rửa sạch để không còn một vết gì trong dòng sanh già bệnh chết, ra khỏi luân hồi, xa lìa phàm phu và cất bước đi lên nấc thang thánh vị. Phải khai thác trí tuệ của mình thì mới gọi là người theo đạo Phật. Còn cứ nhắm mắt ai nói sao chúng ta làm vậy thì không phải là đạo Phật. Lối học kiểu ấy không phải là học Phật. Phải theo những phương pháp trong A-

hàm để chúng ta làm hiền làm thánh. Chúng ta sống với vọng tưởng nên khổ nạn triền miên, nghiệp báo trói buộc chúng ta trong vạ nẻo luân hồi, tưởng như không có cách nào thoát khỏi. Nào ngờ mưa pháp A-hàm vừa ban xuống thì bụi mê muội vụt tan biến, không còn dấu vết.

Xưa kia chúng ta mỗi người, mỗi con đường lang thang trong sáu đạo như cây thiếu nước khiến khô héo và đang chết dần chết mòn. Nay nhờ mưa pháp A-hàm tưới nhuần thấm đẫm đến tận gốc rễ khiến các cây cối không cần cỗi nữa mà sum suê, tươi tốt vươn thẳng lên trời cao cùng mây xanh gió mát, đứng hùng dũng reo vui cùng với núi sông. Những chiếc lá vui sướng reo mừng chào đón pháp vũ A-hàm. Mưa càng nhiều thì càng tốt bởi lẽ nếu không có mưa pháp đan dệt tưới mát thì làm sao có cây xanh trái tốt đơm hoa kết nụ tỏa hương trang nghiêm lợi ích thế gian. Chúng ta từ mười phương, mười hướng nhưng chung một tấm lòng cùng nhau nắm vốc sát đất quỳ mọp dâng lễ tri ân Đức Phật đã thương tưởng ban bố mưa pháp A-hàm - cái phao giải thoát này - cho chúng ta. Lời không thể nói ra hết, chữ không thể viết xuống hết nỗi lòng biết ơn và tri ân của chúng ta đối với Tam bảo.

Cối cảnh tươi tốt vì đã thấm nhuần mưa pháp  
Thế chất thanh cao nhờ cậy mây từ che phủ  
Hương này lấy ở rừng thiên  
Trồng trong tuệ uyển thiên nhiên ngọt ngào.

Giáo giới góp thành núi cao  
Đốt lò tâm nguyện kính dâng cúng dường  
Hoa xanh nở màu tốt tươi  
Mùi thơm sực nức hoa trời kém xa.

Kính Phật con dâng đóa hoa  
Muôn thu gió nghiệp chẳng hề động lay.

Nam Mô Hương Cúng Dường Bồ Tát Ma Ha Tát tác  
đại chứng minh.

# MỤC LỤC CHI TIẾT

## Chương 1

### NHỮNG LỜI PHẬT DẠY TRONG TẬP A HÀM

1. A la hán	1
2. Ác khẩu	1
3. Ai bố thí nhiều nhất	2
4. Ái hỷ là sắc	2
5. Ái kết	3
6. Ái kết không dứt	3
7. Ái ví như ung nhọt	3
8. A-la-hán tỳ kheo	5
9. An trú không quên	5
10. An trụ tịch diệt	6
11. Ăn uống chừng mực	6
12. An vui là Niết bàn	7
13. A-na-hàm và a-la-hán	7
14. A-na-luật bệnh	8
15. Ánh sáng ban đầu	9
16. Ánh sáng của phật là hơn hết	9
17. Ba hạng người tự làm khổ chính mình	10
18. Ba hạng người thích hưởng dục lạc	11
19. Ba hương thơm	12
20. Ba kiến	13
21. Ba lậu	14
22. Ba loại đưng nước	15
23. Ba pháp an tâm đối với người bệnh	15
24. Ba pháp chưa đoạn	17



25. Ba pháp không yêu thích	18
26. Ba thời vô thường	18
27. Ba thứ sợ hãi của người con mất mẹ	18
28. Ba bậc tôn sư	20
29. Bàn tay sạch	21
30. Bất hại	21
31. Bất thiện như trăng cuối tháng	22
32. Bầy đũa con bị chết	22
33. Bầy thân	24
34. Bầy thọ	25
35. Bị sân giận thì chớ lấy sân giận đáp lại	26
36. Bị ma chi phối	27
37. Biên tế của hữu thân	28
38. Biên tế của khổ	28
39. Biên tế diệt tận hữu thân	28
40. Biên tế tập khởi của hữu thân	28
41. Biến tri	29
42. Biết đủ	29
43. Biết như thật về tướng	29
44. Biết về sắc	29
45. Bốn bất hoại tịnh	30
46. Bốn hạng người trong chánh pháp	30
47. Bốn loại thức ăn	32
48. Bốn loại thức ăn an lạc	33
49. Bốn lực của ngựa tốt	33
50. Bốn niệm xứ	34
51. Bốn pháp giúp người tại gia lợi ích hiện tại	35
52. Bốn pháp lợi ích đời sau	36
53. Bốn sên	37

54. Bốn thủ	37
55. Búi tóc	38
56. Buông bỏ sẽ được an vui lâu dài	38
57. Cái gì khó trong đạo hiền thánh	39
58. Cái gì số lượng nhiều	40
59. Cảm thọ tịch tĩnh	40
60. Căn định	40
61. Căn niệm	41
62. Căn tín	41
63. Căn tinh tấn	41
64. Căn tuệ	42
65. Cành nhánh lá vô thường	42
66. Cắt dòng	42
67. Cắt đứt dòng ma	43
68. Cây đàn	44
69. Cây ngả hướng nào	45
70. Cha mẹ nhiều như số thê tre	45
71. Chánh niệm	46
72. Chánh quán sát	46
73. Chánh tư duy	47
74. Chánh tuệ	47
75. Chấp pháp mất	48
76. Chết	49
77. Cho là ta thấy ta biết	49
78. Chỗ sai khác giữa phàm phu và người trí	50
79. Chớ sợ hãi	51
80. Chớ xem thường bốn thứ	51
81. Chư Phật nhiều như số cát sông Hằng	54
82. Chúng sanh	55

83. Chứng Tu-đà-hoàn	56
84. Chuyên cần tu tập	56
85. Chuyện rắn độc	57
86. Chuyên vận theo sắc	59
87. Có cái này mới có cái kia	60
88. Có sanh nên có trời buộc	61
89. Cõi trời sáu xúc nhập xứ	61
90. Con đường đưa đến diệt tận sắc	62
91. Con đường đưa đến diệt tận hành	62
92. Con đường đưa đến sự diệt tận của hữu thân	62
93. Con đường đưa đến sự diệt tận của thức	63
94. Công đức tăng trưởng	63
95. Cửa cải năm nhà	63
96. Cứu cánh giải thoát	64
97. Cứu cánh khổ biên	64
98. Cứu lửa cháy trên đầu	65
99. Đại hại	65
100. Đại thọ	66
101. Đại trọng phụ	66
102. Đắm nhiễm sắc sanh sắc vị lai	67
103. Đẳng chánh giác là nhất	67
104. Đẳng giác gọi là Phật	68
105. Dáng nằm sư tử	68
106. Đạo lộ dứt ba thọ	69
107. Đạt bát Niết bàn khi bị bò đá	69
108. Đất trên móng tay	71
109. Dấu chân voi	72
110. Đây da thịt của thân thể	72
111. Dây leo rừng rậm	72

112. Đệ nhất nghĩa không	73
113. Đệ tử của người đồ tể	73
114. Đêm dài không lo lắng	74
115. Đến bờ kia	75
116. Địa ngục sáu xúc nhập xứ	75
117. Diệt tận của hành	76
118. Diệt tận của thức	76
119. Diệt tận hữu thân	76
120. Diệt tận hữu thân và khổ	77
121. Điều phục Trọng phu	77
122. Do chấp thủ nên đắm trước	78
123. Do nhân duyên gì mà gọi là năm ấm	79
124. Do phong trệ mà không giải thoát	79
125. Đồ tể giết trâu	80
126. Đoạn hữu lậu	80
127. Đoạn tuyệt dâm dục	81
128. Độc nhất trụ	81
129. Độc trụ	82
130. Độn căn	82
131. Dục	82
132. Dục ái triền cái	83
133. Dục ái, sắc ái, vô sắc ái	83
134. Dục định	84
135. Dục đoạn, sắc đoạn	84
136. Dục nào hơn cả	85
137. Đức Phật	86
138. Đức Phật cày ruộng	86
139. Dục tham đoạn trừ	87
140. Dục tham kết buộc	88

141. Dục thiêu đốt	89
142. Dục tưởng	89
143. Được giàu sang	90
144. Được mười điều lợi ở cõi người và trời	90
145. Dưới cội bồ đề	91
146. Đường đi	91
147. Đường đi của phàm phu	92
148. Dứt các điều ác	92
149. Dứt kiêu mạn	93
150. Dứt mọi hồ nghi	93
151. Duyên tự tâm mà Giác ngộ	94
152. Gánh nặng	94
153. Già chết bức bách	95
154. Giã lúa	95
155. Giác tri	96
156. Giải thoát khỏi thủ	96
157. Giải thoát tịnh đoạn	97
158. Giới hương	97
159. Giới thanh tịnh	98
160. Giữ luật nghi của mắt	99
161. Hai chỗ đoạn nghiêm	99
162. Hai con đường	100
163. Hàng phục ma oán	101
164. Hành thọ ẩm	101
165. Hành vốn không chắc như bẹ chuối	101
166. Hảo tâm cúng dường	102
167. Hạt giống đắng	103
168. Hãy dứt ái dục	104
169. Hệ phược	104

170. Hiển hiện như thật	104
171. Hiện hữu của thức	105
172. Hiếu kính cha mẹ	105
173. Hộ nhân căn	106
174. Hộ nhĩ căn	106
175. Hộ thân căn	107
176. Hộ ty căn	107
177. Hoa sen không dính nước	108
178. Hơnon thua đều không yên	108
179. Huệ thí	108
180. Hướng đến diệt tận	109
181. Hữu học lậu tận	109
182. Hữu lưu và Hữu lưu diệt	110
183. Hỷ giác chi	111
184. Keo kiệt	111
185. Kết quả khi nghe pháp	112
186. Khai thị vô thường	113
187. Khấp thí	113
188. Khéo điều phục	113
189. Khéo thể nhập	114
190. Khéo thuyết pháp	114
191. Khó dò	115
192. Khổ-tập-tận-đạo	115
193. Khổ vì bệnh	116
194. Khổ vô lượng	116
195. Không ai không chết	117
196. Không buông lung	118
197. Không chấp hình tướng xấu	118
198. Không chấp thủ mong cầu	119

199. Không có gì chấp trước	120
200. Không còn đời khác	121
201. Không để thất niệm	122
202. Không khùng bỏ chúng sanh	122
203. Không ngã mạn	123
204. Không rời khỏi sắc	123
205. Không rơi vào đường ác	123
206. Không sanh nên không trói buộc	124
207. Không sanh nhiễm trước	124
208. Không tham lam	125
209. Không tham luyện ngũ dục	125
210. Không thủ thì không đắm	126
211. Không tri không kiến	126
212. Không ưa thích	127
213. Không, vô tướng, vô sở hữu	127
214. Kiếm bén	128
215. Kiên cố chịu đựng	128
216. Kiến tịnh đoạn	129
217. Kiếp hoại	129
218. Kiếp số nhiều như hạt cải	130
219. Kiếp trước của vua A-Dục	130
220. Kiết sử trói buộc	131
221. Kiêu mạn	132
222. Kinh sáu ái thân	132
223. Lậu tận	132
224. Lậu và Vô lậu	133
225. Lấy dù che đèn	134
226. Loại người từ sáng vào sáng	135
227. Loại người từ sáng vào tối	135

228. Loại người từ tối vào sáng	136
229. Loại người từ tối vào tối	136
230. Lời chân chánh	137
231. Lòng tín	137
232. Lừa bò khỏe qua dòng nước	138
233. Lừa bò yếu ở cuối dòng nước	138
234. Lừa ghé qua sông	139
235. Luận thuyết	139
236. Luật nghi và Bất luật nghi	140
237. Lược định	141
238. Lưới ái	142
239. Lru	143
240. Luyện vàng	143
241. Ly dục tham	144
242. Ly dục thì giải thoát	145
243. Ly hỉ tham	145
244. Ma nữ	145
245. Mặc tĩnh các căn	146
246. Mê ngủ	147
247. Minh	147
248. Minh khởi	147
249. Minh sư	148
250. Móc câu của ma	149
251. Mong manh dễ vỡ	149
252. Một ngày ở cõi trời Hóa-lạc và nhân gian	150
253. Mười một điều của người chăn bò	150
254. Mười sáu pháp thành tựu	153
255. Mười Tịnh nghiệp	154
256. Năm âm lấy gì làm gốc	154



257. Năm công năng của dục	155
258. Năm điều khiến chánh pháp không hoại	155
259. Năm dục quá khứ	156
260. Năm loại hạt giống	156
261. Năm pháp lợi ích	157
262. Năm thọ ẩm vô ngã, không có gì để đắm trước	158
263. Ngã chánh đoạn	159
264. Ngã mạn	159
265. Ngã ngã sở	160
266. Ngã tận	160
267. Ngày đêm đối đời	161
268. Ngày trai giới	161
269. Nghe pháp để giải thoát	162
270. Nghèo nhưng tín tâm đối với tam bảo	163
271. Nghi ngờ triền cái	164
272. Nghiệp đạo	164
273. Ngộ lạc Niết bàn	164
274. Ngoại đạo khâm phục Thế-tôn	165
275. Ngũ trược	166
276. Người có minh	167
277. Người đang gánh nặng	167
278. Nguyên nhân khiến tiền của được tích tụ	168
279. Nhàm chán ngũ uẩn	169
280. Nhàm chán xa lìa vô minh	169
281. Nhân duyên lẫn nhau	170
282. Nhanh nhẹn, đủ sắc và hình tướng	170
283. Nhất tâm	172
284. Nhất thừa đạo	172
285. Nhị thiên	173

286. Nhiếp tâm	173
287. Như-lai biết như thật	174
288. Niệm Giác phần	174
289. Niết-bàn	175
290. Niết-bàn trong hiện tại	175
291. Niết-bàn vắng lặng	176
292. Nơi an lạc	176
293. Nơi chứng quả	177
294. Nói dối	177
295. Nước sông	177
296. Nương tựa chính mình	178
297. Nương ướ tập dứt ướ tập	178
298. Phạm phu bị trói buộc	179
299. Pháp an lạc	180
300. Pháp cam lồ	181
301. Pháp chết	181
302. Pháp hoại và bất hoại	181
303. Pháp khổ não	182
304. Pháp không bị đốt cháy	183
305. Pháp không có chung cùng	183
306. Pháp sanh diệt	184
307. Pháp sư	185
308. Pháp thế gian ở trong thế gian	185
309. Pháp thoại chói sáng	186
310. Phật	186
311. Phong	187
312. Phước lợi từ sự nghe pháp thoại	188
313. Qua bờ kia	190
314. Qua dòng sâu	190

315. Quá khứ đương đoạn	191
316. Quá khứ và tương lai	191
317. Quả từ năm căn	192
318. Quán	192
319. Quan điểm về thế giới	193
320. Quán sát nữ nhân	193
321. Quy y Tam bảo	194
322. Quyển thuộc lẫn nhau	195
323. Rơi vào bẫy ma	195
324. Ruộng phước của thế gian	196
325. Ruộng phước nào lớn	196
326. Sắc bịnh, khổ sanh	197
327. Sắc hệ lụy	197
328. Sắc khởi, khổ khởi	197
329. Sắc là gai nhọn làm tổn thương	198
330. Sắc là khổ	198
331. Sắc là pháp biến dịch	200
332. Sắc là vọng tưởng	200
333. Sắc như giọt nước	201
334. Sắc thân Như-lai	201
335. Sắc thị ngã	203
336. Sắc thọ âm	204
337. Sắc, lực và nhanh nhẹn	204
338. Sám hối	205
339. Sân nhuế triển cái	205
340. Sanh cõi lành	206
341. Sanh cõi trời	206
342. Sanh hỷ	207
343. Sanh tử định lượng	207

344. Sanh tử lưu chuyể	208
345. Sanh tử từ vô thủy	209
346. Sanh về đầu	209
347. Sát sanh	210
348. Sát sanh	210
349. Sáu căn không điều phục	211
350. Sáu căn mỏng mảnh như cây chuối	211
351. Sáu hỷ hành	212
352. Sáu loài chúng sanh	212
353. Sáu thắng nhập xứ	213
354. Sáu thứ che đậy	214
355. Sáu thứ luyện nhó	214
356. Sáu thường hành	214
357. Sáu xả hành	215
358. Số cát nhiều như cha mẹ của chúng ta	215
359. Sơ thiền	215
360. Sống cung kính	216
361. Sống đơn độc một mình	216
362. Sống ở đời nhờ bốn loại thức ăn	217
363. Sử	218
364. Sự khác biệt giữa Như-lai và A-la-hán	218
365. Sự nghỉ ngơi tối thượng	219
366. Sự tai hại của sắc	220
367. Sự tập khởi của sắc	220
368. Sự xuất ly của sắc	220
369. Tà hạnh	220
370. Ta là Phật	221
371. Tác giáo	222
372. Tai hại của hành	222

373. Tai hại của thức	223
374. Tài lợi	223
375. Tám đức của Bậc hiền sĩ	224
376. Tâm giải thoát	225
377. Tam giới	225
378. Tâm lừa điên đảo	226
379. Tám lỗi như con ngựa dữ	226
380. Tâm não nên chúng sanh não	228
381. Tâm như cùi hủi	228
382. Tầm quý	229
383. Tam thiên	229
384. Tâm thức chuyển dịch xe	230
385. Tâm tịnh đoạn	230
386. Tâm tĩnh lặng	231
387. Tâm ý như khi	231
388. Tận dục ái hỷ	232
389. Tán thán Như lai	232
390. Tạo nghiệp	233
391. Tập cận ái	233
392. Tập khởi của già chết	233
393. Tập khởi của hành	234
394. Tập khởi của hữu thân và khổ	234
395. Tập khởi của thức	235
396. Tất cả dục cần phải đoạn trừ	235
397. Tha-hóa-tự-tại thiên và cõi người	235
398. Thà hủy thân chứ không buông lung	236
399. Tham sân si	236
400. Tham ưu thế gian không lọt vào tâm	237
401. Thân bị bệnh khổ mà tâm không bị bệnh khổ	237

402. Thần lực	238
403. Thân quán trụ	238
404. Thắng xuất	239
405. Thanh lương	240
406. Thanh lương bậc thượng	240
407. Thánh pháp ẩn	241
408. Thành quách trên cát	241
409. Thành tựu một pháp	242
410. Thế gian là gì	242
411. Thế gian trống không	243
412. Thí cam lồ	243
413. Thị hiện giáo giới	244
414. Thị hiện tha tâm thông	244
415. Thị hiện thần túc thông	245
416. Thiên định tư duy	245
417. Thiện như trăng đầu tháng	246
418. Thiện tri thức	246
419. Thiên tư	247
420. Thiện và ác hạnh	247
421. Thọ như bong bóng	248
422. Thọ thọ ấm	249
423. Thoái chuyển và không thoái chuyển	249
424. Thoát biên tế của khổ	250
425. Thoát khỏi sợ hãi về sanh già bệnh chết	250
426. Thoát lưới ma	251
427. Thoát năm dục	251
428. Thời gian khác nhau giữa cõi Trời đầu suất và cõi người	252
429. Thủ	253

430. Thủ gánh nặng	253
431. Thú vui	253
432. Thức ăn của Năm triền cái	253
433. Thức ăn của Thất giác chi	254
434. Thức không chỗ trụ	255
435. Thức như ảo hóa	256
436. Thức thọ ấm	257
437. Thương yêu mình	257
438. Thù miên triền cái	258
439. Tiền tài	258
440. Tìm cầu đã qua rồi	259
441. Tín căn	259
442. Tín lực	259
443. Tín tâm tu tập	260
444. Tinh cần tư duy	261
445. Tịnh tín	261
446. Tộc bản	261
447. Tôn trọng giới hạnh	262
448. Tôn ty trật tự	262
449. Trái Am-la roi rụng	263
450. Trắng mới mọc	263
451. Trắng trong sáng	264
452. Trạo hồi triền cái	264
453. Trí	264
454. Trí giả	265
455. Trí quả	265
456. Trói buộc của sử	265
457. Trói buộc vào sắc	266
458. Trộm cắp	266

459. Trừ hạ phần kết sử	266
460. Tu chánh kiến	267
461. Tư duy ba tướng	267
462. Tử hậu đoạn hoại	268
463. Tử ma	269
464. Tu phạm hạnh	270
465. Tứ phẩm pháp	270
466. Tự phòng hộ	271
467. Từ tâm với chim xí điều	272
468. Tu tập có thể phá tan tất cả	273
469. Tứ thiền	273
470. Tưởng như sóng nắng	273
471. Tưởng thọ ấm	274
472. Tưởng vô thường, vô ngã	274
473. Tướng xấu	275
474. Tùy thuận quán vô thường	276
475. Vãng sanh	277
476. Vì mục đích Niết bàn	277
477. Vị ngọt của hành	278
478. Vị ngọt của sắc	278
479. Vị ngọt của sắc	280
480. Vị ngọt của thức	280
481. Vì tham mà chết	280
482. Vì vô thường nên có bệnh	281
483. Vô lực	281
484. Vô minh	282
485. Vô ngã, vô ngã sở	282
486. Vô nhân vô duyên	283
487. Vô sự	283



488. Vô thường nên không ái lạc	284
489. Vô tri	284
490. Voi và rễ cây	285
491. Vọng ngữ	286
492. Vượt các dòng	286
493. Vượt thế gian	287
494. Xả gánh nặng	287
495. Xả Giác chi	288
496. Xả ly tất cả hữu dư	288
497. Xả Năm thọ âm	289
498. Xuất gia để dứt khổ	290
499. Xuất ly của hành	291
500. Xuất ly của thức	291
501. Xuôi dòng chảy	291
502. Ý tưởng	292
503. Yểm ly	292
504. Yêu thích khổ	293

## Chương 2

### NHỮNG LỜI PHẬT DẠY TRONG TĂNG NHẤT A HÀM

1. Ác quả ác báo	294
2. Ác tri thức	297
3. An bang	298
4. Ăn uống tiết độ	298
5. Ánh sáng xuất hiện	299
6. A-tu-la, mặt trời và mặt trăng	299
7. Ba bệnh lớn	300
8. Ba chánh và tà tụ	301

9. Ba chỗ không di động	301
10. Ba hành vi ác	302
11. Ba kết do thân tà	303
12. Ba loại hương bay ngược gió	304
13. Ba nghiệp đạo thanh tịnh	304
14. Ba người xứng đáng được cúng dường	305
15. Ba nhân duyên thọ thai	307
16. Ba pháp không đáng mến yêu	308
17. Ba pháp không được thấy nghe	309
18. Ba pháp không nên gần gũi	309
19. Ba pháp không thể trông cậy	310
20. Ba pháp mến yêu	311
21. Ba phước nghiệp	311
22. Ba phương pháp giáo hóa của Thế tôn	312
23. Ba sự cần niệm tưởng	314
24. Ba sự hiện tiền	315
25. Ba tam muội	316
26. Ba thiện căn không thể cùng tận	316
27. Ba thiện và Bất thiện căn	317
28. Ba thứ không chắc thật	317
29. Ba trí	318
30. Ba tướng hữu vi của hữu vi	319
31. Bạc thánh xuất hiện	319
32. Bần tiện và phú quý	320
33. Báo đáp thâm ân	320
34. Bát quan trai giới	321
35. Bảy báu xuất hiện	323
36. Bảy hạng người đáng kính	324
37. Bảy pháp bảo vệ khỏi Ma ba-tuần	324

38. Bảy sự kiện tăng ích	325
39. Bảy sử trói buộc chúng sanh	326
40. Bảy thí dụ về nước và người	327
41. Bảy trụ xứ của thức	329
42. Bị người trí bỏ rơi	329
43. Bích-chi Phật và A-la-hán	330
44. Biết gốc của dục	330
45. Biết gốc ngọn của thủ uẩn	330
46. Bồ thí bình đẳng	331
47. Bồ thí đúng thời	332
48. Bồ thí pháp bình đẳng	332
49. Bồ thí pháp không mệt mỏi	332
50. Bồ thí sanh thiên	333
51. Bồ thí tối thượng	334
52. Bốn bậc sa môn	334
53. Bốn biện tài	336
54. Bốn bậc lưu	337
55. Bốn chỗ ngồi	338
56. Bốn chủng tánh	339
57. Bốn giới	340
58. Bốn hạng người đáng quý	341
59. Bốn hạng người đệ nhất	342
60. Bốn hành tích	343
61. Bốn khu vườn	345
62. Bốn loài chim	346
63. Bốn loài sinh	347
64. Bốn loại thức ăn nuôi lớn chúng sanh	348
65. Bốn loại trái cây	349
66. Bốn pháp bốn sớm thành Chánh giác	350

67. Bốn pháp đưa vào địa ngục	352
68. Bốn pháp đưa về cõi lành	352
69. Bốn pháp được sanh vào loài người	352
70. Bốn pháp được thế gian không ái kính	353
71. Bốn pháp dứt sanh tử	354
72. Bốn pháp mang lợi ích nhiều	354
73. Bốn pháp niệm xứ	354
74. Bốn pháp thiện tăng trưởng	355
75. Bốn sợ hãi lớn	356
76. Bốn sự che khuất	356
77. Bốn sự công đức	357
78. Bốn thủ	358
79. Bốn vị tăng hữu	358
80. Bốn vô sở úy	359
81. Buông gánh xuống	360
82. Buông lung như con lừa	361
83. Các căn tịch tịnh	362
84. Các nam Phật tử nổi bật vào thời Đức Phật	362
85. Các nữ Phật tử nổi bật vào thời Đức Phật	363
86. Cách xử thế của Như lai	364
87. Cai trị dân phi pháp bị đọa địa ngục	365
88. Căn cơ chúng sanh không đồng	366
89. Cẩn thận ba nghiệp thân khẩu ý	367
90. Chăn trâu	368
91. Che khuất thì tốt	368
92. Chỉ có tinh tấn là hạnh không đồng giữa các Như lai	369
93. Chi và quán	370
94. Chim và rỗng	370
95. Chín hạng người lia khô	371

96. Chín hạng người qua lại	372
97. Chín nơi ở của chúng sanh	373
98. Chín pháp ác	374
99. Chín pháp hoàn tất những điều cần làm	375
100. Chín vũ khí của người nữ trói buộc người nam	376
101. Chịu tội không kể xiết	377
102. Chớ bỏ nơi có thể tu phạm hạnh được	377
103. Chỗ hướng đến của Thiện trí thức như mặt trăng tròn đầy	378
104. Chớ tham đắm vào lợi dưỡng	379
105. Chồng đối với vợ có bốn việc	379
106. Chúng sanh bị xoay chuyển theo tám pháp	380
107. Chúng sanh, thế giới, rồng và Phật không thể nghĩ bàn	381
108. Chuyện học không thể nhớ của Châu-lợi-bàn-đặc	383
109. Chuyện người đục núi	385
110. Chuyên tinh niệm thân	387
111. Có hai người khó có được trên đời	388
112. Có sanh ắt có tử	388
113. Có thân có khổ	388
114. Con đường dẫn đến địa ngục	389
115. Con đường đưa đến nạ quý	390
116. Con đường đưa đến súc sanh	391
117. Con đường Tám nhánh và Pháp Bảy chi	391
118. Công cao	393
119. Công đức thọ Bát quan trai giới	393
120. Công đức Ca Diếp và A Nan	394
121. Công đức chánh pháp	395
122. Công đức của bố thí	395
123. Công đức của giới	396

124. Công đức của tịch tĩnh	397
125. Công đức Như lai	397
126. Cúng dường Đức Phật	398
127. Cung kính Như lai	399
128. Cùng một sắc da	400
129. Đại đệ tử của Thế tôn	400
130. Đại đệ tử ni của Thế tôn	401
131. Đại kiếp, tiểu kiếp	402
132. Đàn việt thí chủ	403
133. Đạo phẩm	403
134. Đây dứt kia dứt, đoạn sanh tử	404
135. Di Lạc hạ sanh	406
136. Địa ngục do chính mình tạo	406
137. Đích nghĩa của sa môn	407
138. Diệt tận	408
139. Diệt tham dục	408
140. Điều tai ương trong đời là do mình tạo	409
141. Đố kỵ	410
142. Đọa địa ngục	411
143. Đoạn năm hạ phần kiết sử	411
144. Dùng hoa điễm trang	412
145. Đuốc sáng	412
146. Già chết	413
147. Giàu sang là do Bồ thí	413
148. Gió lốc xoáy và người hoàn tục	414
149. Giới	414
150. Giữ giới thân, định thân, huệ thân	415
151. Góc của tất cả các pháp	415
152. Góc rẽ tạo ác	417

153. Gốc tham dục	417
154. Hai ân	417
155. Hai hạng nên được cúng dường	418
156. Hai hạng người dễ thuyết pháp cho nghe	418
157. Hai hạng người khó gặp	419
158. Hai hạng người không sợ điện chớp và sấm gầm	419
159. Hai hạng người phỉ báng Như lai	420
160. Hai kiến	420
161. Hai loại kiến hữu và vô	421
162. Hai lục	422
163. Hai mươi một kết	422
164. Hai nghiệp	423
165. Hai người không thể báo ân hết được	423
166. Hai nhân khởi chánh kiến	424
167. Hai Niết bàn	424
168. Hai pháp	425
169. Hai pháp không biết chán đủ: Dâm và Rượu	425
170. Hai pháp không mong đợi	430
171. Hai pháp: Tà và Chánh	430
172. Hai thí	431
173. Hai tướng để nhận	431
174. Hàng phục bốn pháp	432
175. Hạnh của tỳ kheo	432
176. Hành dâm dục như con heo	433
177. Hành nào nặng nhất	434
178. Hành tâm từ vô lượng	434
179. Hiện lộ thì tốt	435
180. Hộ trì một	436
181. Hóa độ voi dữ	436

182. Hoa Ưu đàm nở	438
183. Hương thí là đệ nhất	438
184. Hữu lậu được đoạn	439
185. Hữu lậu được đoạn bằng oai nghi	440
186. Hưu tức	440
187. Kham nhẫn đoạn trừ lậu	441
188. Khéo tu Phạm hạnh	441
189. Khổ đế	441
190. Khó kèm lòng trước sắc dục	442
191. Khổ vui	444
192. Khoảng khắc là sanh lên cõi trời	447
193. Không biết chán đủ mà mạng chung	447
194. Không đắc đạo vì mười một lý do	448
195. Không đủ giới hạnh	449
196. Không du hành có năm công đức	450
197. Không khởi ý đắm trước	450
198. Không luận bàn chính trị	451
199. Không mạn	452
200. Không nên gần gũi	452
201. Không nói dối	453
202. Không phá hoại thánh chúng	453
203. Không phóng dật	454
204. Không phóng dật và tu Bốn chánh đoạn	455
205. Không phóng dật nơi thiện pháp	455
206. Không tà dâm vợ người	456
207. Không Tam-muội	457
208. Không thoát thân chết dù có trốn ở đâu	458
209. Không tìm được lỗi cây	459
210. Không tranh luận chuyện thị phi	460



211. Không uống rượu	460
212. Khúc gỗ không vướng bờ	461
213. Kiến đoạn trừ hữu lậu	462
214. Kiếp số lâu dài	463
215. La-Hầu-La chứng A-la-hán	463
216. Lạc thọ là sứ giả của ái dục	465
217. Làm nga quỷ là do tà dâm	466
218. Làm sao sanh làm người trở lại	466
219. Làm sao sanh lên cõi trời	467
220. Lậu được đoạn bằng thân cận	468
221. Lậu được đoạn bằng tư duy	469
222. Lạy Phật được năm công đức	469
223. Lễ tháp Như lai có mười pháp	471
224. Lìa dục	471
225. Loài người và Chư thiên không ai sánh kịp	472
226. Lợi dưỡng	472
227. Lời Phật dạy căn bản	473
228. Lực và vô úy	473
229. Lười biếng là khổ	474
230. Lưới vây của nữ sắc	474
231. Ma trói buộc	475
232. Mất thân mạng chứ hộ sáu căn	475
233. Máu của sanh tử nhiều hơn nước sông hằng	476
234. Một thời tiết mà người phạm hạnh có thể tu tập	476
235. Mưa tham	477
236. Mười công đức	478
237. Mười điều đưa vào cõi dữ và lành	478
238. Mười một pháp quán tâm	479
239. Mười một phước báo của tâm giải thoát	481

240. Mười niệm đoạn tận sắc ái	482
241. Mười niệm đưa đến Niết bàn	483
242. Mười niệm được quả báo lớn	483
243. Mười nơi cư trú của thánh nhân	484
244. Mười pháp thiết yếu	485
245. Mười tướng diệt tận các lậu	485
246. Muốn thoát chết nên tư duy bốn pháp bổn	486
247. Năm căn đối năm trần	487
248. Năm căn là pháp tụ thiện	489
249. Năm công đức	489
250. Năm điều giúp cây đại thọ tăng trưởng	490
251. Năm điều phi pháp	491
252. Năm dục	491
253. Năm bậc trượng phu dũng kiện	493
254. Năm hạng người không thể chữa trị	496
255. Năm huệ thí	496
256. Năm loại thí	497
257. Năm lý do để đức Phật xuất hiện ở đời	497
258. Năm pháp khiến bệnh mau lành	498
259. Năm pháp hủy nhục	498
260. Năm sự cực kỳ không thể đạt được	499
261. Năm triền cái là tụ bất thiện	500
262. Năm trường hợp không nên lễ người	500
263. Năm tụ tà và chánh	501
264. Năm tướng báo dân trời sắp mạng chung	502
265. Năm tướng dục	502
266. Năm uẩn như huyễn	502
267. Nêm vị dục	503
268. Nếu Thế tôn xuất hiện thì vô minh liền trừ	503

269. Nghe pháp thoại có năm công đức	504
270. Nghèo túng là do trộm cắp	504
271. Ngu si	505
272. Người công cao không sợ như chó hung dữ	505
273. Người mang gánh nặng	506
274. Người nữ có năm điều bất thiện	507
275. Người tối ưu và thấp hèn	507
276. Nhàm chán sanh tử	508
277. Nhờ giới mà muốn sanh về cõi nào cũng được	508
278. Nhớ mười một điều trước khi lễ Tăng	509
279. Nhớ mười một điều trước khi lễ Tháp	510
280. Như lai biết đường đi của sanh tử	511
281. Như lai biết rõ các gốc đọa lạc	512
282. Như lai là đệ nhất ở cõi này	513
283. Như lai ra đời	513
284. Như lai thành tựu mười lục	513
285. Như lai tối thượng	514
286. Những ngày trai giới	515
287. Niệm Tam bảo tiêu sợ hãi	516
288. Niệm diệt gốc khổ	517
289. Niết bàn	517
290. Nước mắt sanh tử nhiều hơn nước sông Hằng	518
291. Nuốt sắt nóng chứ không nhận của tín thí	519
292. Phạm giới sẽ đọa địa ngục	520
293. Pháp	521
294. Pháp chân thật	522
295. Pháp còn bỏ huống chi phi pháp	522
296. Pháp như chiếc bè	524
297. Pháp tăng trưởng	525

298. Pháp thân Như lai vẫn tồn tại	526
299. Pháp thủ hộ thế gian	526
300. Phật	527
301. Phát nguyện hồi hướng	527
302. Phát nguyện trì Bát quan trai giới	528
303. Phước báo khó lường	529
304. Phước và tội vô lượng	529
305. Phương thuốc đối trị bảy sử	530
306. Quả báo xấu của mười điều	531
307. Quán bất tịnh đối trị nữ sắc	532
308. Quán nữ sắc	533
309. Quán sở tức	534
310. Quán sở tức và Từ bi	534
311. Quán mạng căn đoạn tuyệt	535
312. Quán tưởng về chết	536
313. Quét đất có năm việc thành tựu	536
314. Quét tháp thành tựu công đức	537
315. Quốc vương thành tựu mười pháp	537
316. Rời bỏ nơi không lợi ích	538
317. Ruộng phước thế gian	539
318. Sa môn tập hành	540
319. Sa môn thế nguyện	540
320. Sa môn, Bà-la-môn	540
321. Sắc đẹp của nữ nhân	541
322. Sám hối	543
323. Sân giận	544
324. Sáng, trưa, chiều có ba sự quán chặt tâm	545
325. Sanh thiên	546
326. Sanh tử và Niết bàn	546

327. Sát sanh liền đọa địa ngục	546
328. Sáu công đức của Như lai	547
329. Sáu loại sức mạnh	548
330. Sáu phước của vua Ba Tư Nặc	549
331. Sáu sự đưa đến công đức	550
332. Sáu trọng pháp	551
333. Sáu xứ là đường dữ	552
334. Sáu xúc tình	553
335. Sự chết	554
336. Sức mạnh của nữ giới	554
337. Sức nặng của tín thí	555
338. Suy niệm tu hành	556
339. Suy tầm	557
340. Tà hạnh giống như quạ ăn đồ bất tịnh	558
341. Tà kiến tiêu diệt	558
342. Tai họa của dục	559
343. Tái sanh trong tay ta	561
344. Tài thí	561
345. Tâm	562
346. Tám bậc thánh lưu chuyển mà không trụ sanh tử	562
347. Tám chúng	563
348. Tám địa ngục	564
349. Tám điều suy niệm của bậc đại nhân	566
350. Tám khổ	567
351. Tâm là gốc các pháp	568
352. Tám nạn không được tu tập	568
353. Tám nguyên nhân khiến trái đất chấn động	570
354. Tám nơi bố thí	571
355. Tám pháp hiếm có	572

356. Tam quy	574
357. Tâm ý như khi chuyền càn	575
358. Tán thán hạnh đầu đà	576
359. Tán thán tâm y	576
360. Tăng	577
361. Tất cả pháp do ăn mà tồn tại	577
362. Thà cắt lưỡi chứ không nói lời hung dữ	577
363. Thà lấy sắt nóng áp người chứ không nhận y phục	578
364. Thà nhảy vào lửa chứ không cùng người nữ giao du	578
365. Tham đắm lợi dưỡng	579
366. Thân cõi trời	579
367. Thân năm ấn	580
368. Thân tâm an vui	581
369. Thân vô thường	582
370. Thánh chúng	582
371. Thành hoại của kiếp sống hiện tại	583
372. Thành tựu chín pháp	583
373. Thành tựu đạo phẩm hiện thánh	584
374. Thành tựu sáu pháp	584
375. Thành tựu sở nguyện	585
376. Thánh vương cai trị	585
377. Thảo luận chánh pháp	586
378. Thấy pháp là thấy Như lai	586
379. Thế gian có bốn loại người như bốn loại mây và sấm	587
380. Thế giới thành hoại	588
381. Thế tôn xuất hiện với ba mươi bảy phẩm trợ đạo	589
382. Theo pháp cúng dường	589
383. Thí	590
384. Thí chủ có năm công đức	591

385.Thí có phước và thí không có phước	592
386.Thiên	592
387.Thiền hành	593
388.Thiên nhân sư	593
389.Thiện tri thức	594
390.Thiện tri thức là bậc phạm hạnh	594
391.Thiện và bất thiện	595
392.Thọ mạng ngắn ngủi, đau khổ	596
393.Thọ phước thí	598
394.Thọ, ái, thủ và hữu	599
395.Thừa tự pháp	599
396.Thực phẩm của từng loài	600
397.Thước hay của Bảy giác chi	600
398.Thượng nhân quán Bảy xứ thiện	601
399.Thuyết pháp khó đúng căn cơ	602
400.Tịch tĩnh là An lạc	603
401.Tiếng sư tử rống của Như lai	603
402.Tối tôn nhất	605
403.Trị dân đúng pháp	606
404.Trì giới đầy đủ	607
405.Trí tuệ	607
406.Trời buộc trong lao ngục	607
407.Trời người mắt bóng che	608
408.Tứ sự cúng dường	608
409.Tứ thần túc	609
410.Tụng bốn bộ A hàm	610
411.Tương ưng thiện ác	612
412.Tưởng vô thường đưa đến Niết bàn	612
413.Tùy thời nghe pháp có năm công đức	613

414. Tỳ kheo hiền thiện như chim Không tước	614
415. Tỳ kheo thành tựu Bảy pháp	615
416. Tỳ kheo thành tựu Mười thiện pháp	617
417. Ước mơ thành tựu do Bát quan trai giới	618
418. Vào địa ngục	619
419. Vị của thọ	620
420. Vị ngọt của dục	621
421. Vì sao ngu si	621
422. Vì sao sanh vào biên địa	621
423. Viễn ly đoạn trừ lậu hoặc	622
424. Vô lậu	622
425. Vượt nạn sanh tử	623
426. Xả bệnh ba đời	624
427. Xả ly lợi dưỡng	624
428. Xả ly thọ	625
429. Xả năm triền cái	626
430. Xan tham	626
431. Xét đức hạnh mình để nhận của cúng dường	627
432. Xin Quy y với Đức Phật	627
433. Xuất gia là tối thắng trong nhiều loại chúng sanh	628

### Chương 3

#### NHỮNG CHỦ ĐỀ CHUNG TRONG A-HÀM

1. Ba khô, ba thọ	630
2. Ba minh và chín định	633
3. Ba thừa: Nhân thừa, Thiên thừa và Thanh văn thừa	643
4. Bảy điểm quan yếu để ngôi Tam bảo được Hưng long	644
5. Bốn vô lượng tâm gỡ những lầm mê cho mọi người	664



6. Cây bồ đề hoàn mãn của Bảy giác chi	669
7. Chánh niệm quán tâm	681
8. Chúng sanh cõi trời	684
9. Có trí tuệ mới biết Sám hối, Quy y và Trì giới	687
10. Cúng dường bồ thí	693
11. Đại bi tâm	695
12. Đất nước gió lửa là vô ngã, vô thường, khổ	696
13. Giáo giới thông	711
14. Giới hạnh xuất gia hơn khổ hạnh nhiều	713
15. Giới hạnh và trí tuệ	715
16. Giới luật	719
17. Khen ngợi Tam bảo	720
18. Khổ hạnh không phải là điều an vui trong chánh pháp	729
19. Không Phóng dật và Tinh tấn	730
20. Luân hồi	731
21. Mười hai nhân duyên	733
22. Mười kiết sử và tám mươi bốn ngàn đọa lạc	734
23. Mười sáu lễ phỉ phàm và ba pháp tế tự	738
24. Năm triền cái	764
25. Ngũ ấm xí thịnh	775
26. Nhân duyên vì sao có thân người	783
27. Phạm hạnh của cõi Trời Phạm thiên và các tỳ kheo	784
28. Pháp vô ngã	787
29. Quán sắc thọ tưởng hành thức vô ngã	789
30. Sát hại, trộm cắp là thú vui bại hoại	799
31. Sáu căn đối với sáu trần	811
32. Sáu căn và sáu thức	813
33. Tám loại gió không lay chuyển	827
34. Tâm vô thường	828

35. Tập khởi, đoạn diệt, vị ngọt, nguy hiểm và xuất ly thọ	830
36. Tha tâm thông	849
37. Thái độ khi nghe ai chê bai hay khen ngợi Phật pháp	851
38. Thanh tịnh	855
39. Thất giác chi thay cho khổ hạnh	893
40. Thế gian giải	896
41. Thoát luân hồi sanh tử	896
42. Tinh tấn tu tập đến ơn tín thí	899
43. Trí tuệ là kết quả của những người chuyên tu	903
44. Trụ tâm nơi thiện, thích hợp với xả	908
45. Từ bi quán	912
46. Tự che dấu công đức và tự bày tỏ lỗi lầm	916
47. Tứ đế	920
48. Tự lực	932
49. Tự mãn tai hại	933
50. Tứ niệm xứ	938
51. Tứ thiền	972
52. Vua A dục thành Mãng xà vương	985
53. Xên pháp và bố thí pháp	989

# TỦ SÁCH BẢO ANH LẠC

1. *Bodhisattva and Sunyata in the Early and Developed Buddhist Traditions*, Bhikkhuni Gioi Huong, Delhi-7: Eastern Book Linkers, 1<sup>st</sup> print 2004, 2<sup>nd</sup> reprint 2005 & Vietnam Buddhist University: 3<sup>rd</sup> reprint.
2. *Bồ-tát và Tánh Không Trong Kinh Tạng Pali và Đại Thừa*, Thích Nữ Giới Hương, Delhi-7: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2005. Tái bản lần 2, NXB Tổng Hợp Tp HCM, 2008.
3. *Ban Mai Xứ Ấn* (3 tập), Thích Nữ Giới Hương, Delhi-7: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2005; và tái bản lần 2 năm 2006. Tái bản lần ba, Nhà Xuất Bản Văn Hoá Sài Gòn, 2008.
4. *Vườn Nai – Chiếc Nôi Phật Giáo*, Thích Nữ Giới Hương, Delhi-7: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2005. Tái bản lần 2, NXB Phương Đông, 2008.
5. *Xá Lợi Của Đức Phật*, Tham Weng Yew, Thích Nữ Giới Hương chuyển ngữ, Delhi-7: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2005 và tái bản lần 2 tại Delhi 2006. Tái bản lần 3, NXB Tổng Hợp Tp HCM, 2008.
6. *Quy Y Tam Bảo và Năm Giới*, Thích Nữ Giới Hương, Tủ Sách Bảo Anh Lạc, Wisconsin, USA, 2008. Tái bản lần 2, 2010 và lần 3 năm 2016
7. *Vòng Luân Hồi*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Phương Đông: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2008. Tái bản lần 2, 2010; lần thứ 3, 2014 và lần thứ 4, 2016.
8. *Hoa Tuyết Milwaukee*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Văn Hoá Sài Gòn: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2008.

9. *Luân Hồi trong Lãng Kính Lãng Nghiêm*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Văn Hoá Sài Gòn: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2008. Tái bản lần thứ 2, 2012; lần thứ 3, 2014 và lần thứ 4, 2016.
10. *Nghi Thức Hộ Niệm Cầu Siêu*, Thích Nữ Giới Hương biên soạn, Delhi-7: Eastern Book Linkers, 2008.
11. *Sen Nở Nơi Chón Tử Từ*, Nhiều tác giả, Thích Nữ Giới Hương chuyển ngữ, NXB Văn Hoá Sài Gòn: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2010.
12. *Nữ Tu và Tù Nhân Hoa Kỳ*, (2 tập), Thích Nữ Giới Hương, NXB Văn Hoá Sài Gòn: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2010; tái bản lần thứ 2 năm 2011; lần thứ 3, 2014 và lần thứ 4, 2016.
13. *Quan Âm Quảng Tràn*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Tổng Hợp: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, 2010; tái bản lần 2 năm 2012; lần thứ 3, 2014 và lần thứ 4, 2016.
14. *Nếp Sống Tỉnh Thức của Đức Đạt Lai Lạt Ma Thứ XIV*: (2 tập), Thích Nữ Giới Hương, NXB Hồng Đức: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, năm 2012. Tái bản lần thứ 2, 2014 và lần thứ 3, 2016.
15. *A-Hàm: Mưa pháp chuyển hóa phiền não*, (2 tập), Thích Nữ Giới Hương, NXB Hồng Đức: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, năm 2012. Tái bản lần thứ 2, 2014 và lần thứ 3, 2016.
16. *Góp Từng Hạt Nắng Perris*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Hồng Đức: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, năm 2014.
17. *Pháp Ngữ của Kinh Kim Cang*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Hồng Đức: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, năm 2014. Tái bản lần thứ 2, 2016.

18. *Tập Thơ Nhạc Nắng Lãng Nghiêm*, Thích Nữ Giới Hương, NXB Hồng Đức: Tủ Sách Bảo Anh Lạc, năm 2014.

19. *Chùa Việt Nam Hải Ngoại* (Overseas Vietnamese Buddhist Temples), Võ Văn Tường & Từ Hiếu Cồn, vol 2, Thích Nữ Giới Hương chuyển Anh ngữ. NXB: Hương Quê, 2016.

20. *Việt Nam Danh Lam Cổ Tự* (The Famous Ancient Buddhist Temples in Vietnam), Võ Văn Tường. Chuyển Anh ngữ: Thích Nữ Giới Hương. NXB: Phương Nam, 2016.

## ĐĨA CA NHẠC PHẬT GIÁO

### CHÙA HƯƠNG SEN

1. *Đào Xuân Lộng Ý Kinh*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Nam Hưng, volume 1, năm 2013.
2. *Niềm Tin Tam Bảo*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Hoàng Y Vũ & Hoàng Quang Huế, volume 2, năm 2013.
3. *Trăng Tròn Nghìn Năm Đón Chờ Ai*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Võ Tá Hân, Hoàng Y Vũ, Khánh Hải, Khánh Hoàng, Hoàng Kim Anh, Linh Phương và Nguyễn Tuấn, volume 3, năm 2013.
4. *Ánh Trăng Phật Pháp*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Uy Thi Ca & Giác An, volume 4, năm 2013.
5. *Bình Minh Tĩnh Thức (Piano Variations for Meditation)*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Độc Tấu Dương Cẩm và Hòa Tấu: Nữ Nhạc Sĩ Linh Phương, volume 5, năm 2013.
6. *Tiếng Hát Già Lam*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Nam Hưng, volume 6, năm 2015.
7. *Cảnh Đẹp Chùa Xưa*, Nhạc: Hoàng Quang Huế, Hoàng Y Vũ, Võ Tá Hân, & Khánh Hải, volume 7, năm 2015.
8. *Karaoke Hoa Ưu Đàm Đã Nở*, Thơ: Thích Nữ Giới Hương, Nhạc: Nam Hưng, volume 8, năm 2015.

# **A HÀM : MƯA PHÁP CHUYỂN HÓA PHIỀN NÃO**

## **Tập 2**

### **Thích nữ Giới Hương**

---

*Chịu trách nhiệm xuất bản:*

**BÙI VIỆT BẮC**

*Biên tập:* **Thế Vinh**

*Sửa bản in:* **Quỳnh Trang**

*Bìa & Trình bày:* **Thích Nữ Viên Quang**

**NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC**

A2 - 261 Thụy Khuê - Tây Hồ - Hà Nội

ĐT: 08044806 - Fax: 08043538

---

Tái bản lần thứ nhất 500 quyển, khổ 14x20 cm, tại Xí nghiệp In Fahasa, 177 Trường Chinh, Tân Bình, TP.HCM.

Giấy phép xuất bản số: 70-2012/CXB/146-01/HĐ, cấp ngày 13 tháng 02 năm 2012. In xong và nộp lưu chiểu tháng 05 năm 2014.