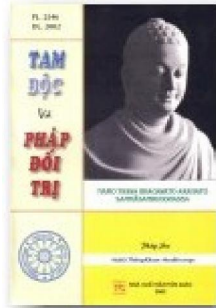


Theravada
Phật Giáo Nguyên Thủy

TAM ĐỘC VÀ PHÁP ĐỐI TRỊ



MAHA THONGKHAM MEDHIVONGS

Chùa Kỳ Viên tái bản
PL. 2546 - DL. 2002

---o0o---

Nguồn

<http://www.buddhanet.net>

Chuyển sang ebook 26-5-2009

Người thực hiện : Nam Thiên – namthien@gmail.com

Link Audio Tại Website <http://www.phatphaponline.org>

Mục Lục

LỜI TỰA

DẪN NHẬP

KILESA: NGUYÊN NHÂN PHIỀN NÃO

BA ĐIỀU PHIỀN NÃO

TAM ĐỘC

[01] - GIẢI VỀ THAM

QUẢ CỦA LÒNG THAM LAM

PHÁP ĐỐI TRỊ VỚI THAM

PHƯƠNG PHÁP TRỪ THAM

[02] - GIẢI VỀ SÂN HẬN

ARATI: BẤT MÃN

PATIGHA: BỰC TỨC

KODHA: SÂN

DIỆT SÂN
DẬP TẮT SÂN HẬN
OÁN THÙ
[03] - GIẢI VỀ SI MÊ
TRẠNG THÁI CỦA SI MÊ
MOHA: SI MÊ, LÀ GÌ?
TAI HẠI CỦA SI MÊ
MAKKHA: BỘI ƠN
PALÀSA: ĐEM MÌNH SÁNH VỚI BỰC CAO NHƠN
ISSÀ: GANH TỶ
MACCHÀRIYA: BÓN SẼN
MÀYÀ: XẢO TRÁ
SÀTHEYYA: KHOE KHOANG
THAMBLA: CỨNG ĐẦU
SÀRAMBHA: TRANH ĐUA
MÀNÀ: NGÃ MẠN
ATIMÀNÀ: KHINH NGƯỜI
MADA: SAY
PAMÀDA: DỄ DUÔI

-ooOoo-

LỜI TỰA

Phần đông người đời chỉ biết lo vấn đề sanh sống, ít người nghĩ đến việc sửa đổi tâm tính và tìm sự an vui cho tinh thần về ngày vị lai. Vì thế đời sống của con người chìm đắm trong uất hận đau khổ và nóng nảy. Con người bị một chứng bệnh nan y, là phiền não khuấy nhiễu. Một khi con người biết đó là một tâm bệnh, thì nên mau tìm phương pháp chữa trị. Phương pháp chữa trị hay nhất là lời Phật dạy. Khi người ta thực hành theo lời Phật dạy thì mặc dầu đang sống trong biển phiền não nhưng cũng được thung dung tự tại.

Nói đến an vui hay là hạnh phúc, thì ai ai cũng ưa thích và mong muốn. Nhưng hạnh phúc của các tuổi thanh niên, trung niên và lão niên có khác nhau. Vậy khi trải qua ba giai đoạn ấy, ta làm thế nào tạo cho ta ít lắm cũng được hạnh phúc trong một thời kỳ.

Đây là một vấn đề mà người muốn tìm hạnh phúc cho bản thân mình nên xét cho kỹ, học cho rõ để tự tìm lấy cho mình. Phần nhiều người muốn tìm lấy

hạnh phúc hiện tại và cho thể xác mà thôi. Vì người ta không cần nghĩ tới hạnh phúc của vị lai và của tinh thần. Đức Thế Tôn biết rõ tâm lý của chúng sanh chỉ thích hiện tại và thể xác, nên Ngài không nài cực nhọc cố gắng mở đạo dạy đời; dạy người tìm hạnh phúc cho hiện tại cũng như tương lai, và cả cho thể xác lẫn tinh thần. Vậy hiện nay chúng ta có nhiều duyên lành được sanh lại làm người có đầy đủ trí khôn và được gặp Phật-Pháp, chúng ta hãy thừa cơ hội rất tốt, là lo học tiểu Phật-Pháp để hành theo hầu tiêu diệt phiền não và giải thoát. Nếu ta không có diệt trừ phiền não và không giải thoát khỏi phiền não, thì không bao giờ ta gặp được hạnh phúc thật sự, nghĩa là hạnh phúc không còn lẫn với phiền não và không còn luân hồi trong bể khổ nữa.

Đức Thế Tôn dạy rất rành về các phương pháp ngăn đón và diệt trừ phiền não, nhưng tiếc vì chúng ta không học chu đáo và thực hành theo dạy bảo của Ngài. Đức Thế Tôn không dạy riêng cho một hạng tuổi nào hay một giai cấp nào trong đời này, mà Ngài dạy chung cho tất cả chúng sanh. Phần đông người đời thâm nghĩ rằng: Phật-Pháp cao siêu, mầu nhiệm, dạy cho những bậc Xuất gia hành đạo trong rừng sâu thẳm, những bậc đã chán đời, hay dạy cho những cụ già không còn phận sự đối với gia đình và xã hội. Quan niệm ấy sai với lẽ đạo: phạm người còn làm việc là người còn làm những sự sai lầm; Đức Phật dạy cho người biết những sự sai lầm để tránh và tiêu diệt nó luôn. Nguyên nhân làm cho chúng ta sai lầm hay là tội lỗi, ấy là do nơi phiền não; mà Đức Thế Tôn là đáng hiểu rõ phiền não và phương pháp diệt trừ, nên Ngài dạy ta cách ngăn đón và diệt trừ. Khi người ta vâng giữ và thực hành theo đúng lời giáo hóa của Ngài, thì không luận tuổi nào ta cũng tạo hạnh phúc cho chính bản thân ta trong kiếp này và đời vị lai.

Người sanh ra bất luận là trong hạng tuổi nào, hay sinh sống bằng nghề gì, cũng cần nên học và hành theo lời Phật dạy để diệt trừ phiền não, cũng như người cần phải chứa nước để phòng khi hỏa hoạn. Nếu người không lo hành theo lời giảng dạy của Ngài thì người ấy hằng sống trong sự bực bội tức giận và phập phồng lo sợ, vì những điều làm sai lầm của mình.

Sự thật chúng ta sanh lại làm người không phải để làm nô lệ của phiền não, mà chúng ta sanh lại để diệt trừ phiền não và làm chủ phiền não.

Chúng ta hằng bị một Hung thần đến hỏi ta rằng: "Người sanh ra để làm gì?" Khi ta không đáp được câu hỏi của nó thì nó lại giết ta mà ăn, ví như người không hiểu rõ phiền não hằng bị phiền não làm cho trầm luân mãi trong biển Luân hồi.

Nếu như Hung thần ấy hỏi ta, ta trả lời một cách không chính xác, thì nó sẽ bắt ta làm nô lệ cho nó. Ví như khi ta không biết thật rõ phiền não, ta hành một cách lầm lạc, thì ta bị làm nô lệ cho phiền não. Nhược bằng ta biết cách trả lời chính xác thì vị Hung thần ấy tự tử trước mặt ta nghĩa là ta hiểu rõ lời Phật dạy và ta hành theo, thì phiền não ấy bị ta diệt trừ tức khắc.

Quyển tiểu luận này nguyện giúp Quý vị thấy rằng chỉ có Pháp-Bảo mới trả lời được câu hỏi của Hung thần phiền não.

Chính Đức Phật cũng nhờ Pháp-Bảo mới trả lời được câu hỏi của Hung thần dưới cội bồ đề. Vậy chúng ta cũng nên ráng học và thực hành theo lời Phật dạy để tự giải thoát cho bản thân mình vì không có một con đường nào khác có thể đưa ta tới chỗ giải thoát, ngoài ra con đường của Đức Thế Tôn đã tìm ra; con đường ấy Hung thần không bao giờ dám đến gần. Người đi trên con đường ấy thật là thung dung tự tại... Con đường ấy là Pháp Phật.

Vậy nên tôi không nệ tài hèn trí kém cố soạn ra quyển Tam độc và Pháp đối trị này, cốt ý là chỉ rõ nguyên nhân sanh phiền não để làm tài liệu tham khảo riêng cho các bậc tại gia không có giờ rảnh theo học Phật-Pháp như chư Đại đức.

Maha Thongkham Medhivongs

-ooOoo-

DẪN NHẬP

DHAMMA hay là DHARMA

Tiếng Phạn DHAMMA hay là DHARMA diễn nghĩa là gìn giữ, bảo vệ, hộ trì, dịch ra âm Hán là Đà-la-ni hay là Tổng-trì và dịch ra tiếng Việt là Pháp.

Pháp là tiếng riêng thông dụng trong Phật giáo, nghĩa là lời giảng dạy của Đức Thế Tôn, mà toàn thể hiệp lại gọi là Pháp bảo, tức là một trong ba ngôi tam bảo Phật Pháp Tăng.

Pháp (Dhamma) có hai chi là:

1. Dhamma: Pháp hay là Thiện pháp.
2. Adhamma: Ác pháp.

Trước hết tôi xin giải về tiếng Dhamma (Pháp) nghĩa là gìn giữ, hộ trì, hay bảo trợ, hay Tổng trì.

Tại sao Dhamma = Pháp, nghĩa là gìn giữ, hộ trì, hay bảo trợ?

Nguyên thiện pháp là đối lập với ác pháp. Thiện pháp là pháp gìn giữ không cho thân khẩu ý của người hành theo pháp làm những điều tội lỗi xấu xa. Phạm một Phật tử chân chánh bao giờ cũng có hai thiện pháp, là Hiri (hỗ thẹn tội lỗi) và Ottappa (ghê sợ tội lỗi). Khi người có hai pháp này trong tâm không bao giờ dám làm điều tội lỗi, mặc dầu một đôi khi phiền não phát sanh mãnh liệt trong tâm. Vì hai thiện pháp ấy giữ gìn không cho ta làm ác, nên thiện pháp có nghĩa là giữ gìn tâm người tu hành chơn chánh, không cho sa vào vòng tội lỗi, hay không cho làm điều hung ác.

Trái lại ác pháp thì giữ người làm ác, không cho làm điều thiện, mặc dầu là muốn, nhưng nó vẫn ngăn cản không cho làm theo ý muốn.

Nói rõ nghĩa hơn, Thiện Pháp gìn giữ tâm người tu hành chơn chánh không cho làm điều hung ác và không cho tâm xao động vì thế gian pháp. Thiện pháp là phương thuốc để chữa các bệnh tội lỗi, còn ác pháp là pháp đầu độc tâm con người không cho thấy rõ con đường đi tới nơi giải thoát. Vì vậy người tu Phật cần phải học hỏi để biết rõ trạng thái và nguyên nhân phát sinh của phiền não đặng dễ diệt trừ.

---o0o---

KILESA: NGUYÊN NHÂN PHIÊN NÃO

Phiền não là gì?

Phiền não là nguyên nhân làm cho tâm ta như đục, bực tức, buồn rầu, thất vọng, đau khổ, v.v...

Trước khi tìm hiểu phiền não, chúng ta nên tìm hiểu CÁI TA hay con người trước đã. Con người chia ra làm hai phần là thể xác và tinh thần, mà Phật giáo gọi là Tâm, nói cách khác thì con người do hai nguyên nhân cấu tạo, là THÂN và TÂM.

Thân và Tâm đều có nguyên nhân làm cho trưởng thành mạnh mẽ, vui vẻ, mà cũng có nguyên nhân làm cho tiêu tụy ốm đau.

Thân được trưởng thành mạnh mẽ, vui tươi, bởi có đầy đủ vật thực. Còn thân bị ốm o gầy yếu tiêu tụy là bởi thiếu vật thực và bệnh hoạn.

Tâm được vui vẻ trong sạch là bởi do nơi thiện pháp giúp vào ngăn chặn không cho làm những điều tội lỗi, nên Tâm không phập phồng lo sợ gì. Còn Tâm bị tiêu tụy hay nói là buồn rầu đau khổ là do nơi phiền não hoành hành. Tâm làm điều hung ác xấu xa nên buồn rầu lo sợ.

Như vậy chúng ta thấy rõ nguyên nhân làm cho thân tâm trưởng thành và tiêu tụy cũng do nơi phiền não và không cho phiền não sanh lên. Nói cho rõ là Tâm bệnh bởi phiền não. Phiền não làm cho Tâm tối tăm mờ ám khổ cực.

Vậy chúng ta buồn rầu thất vọng than van đau khổ đều do nơi Tâm cả.

Vậy xin hỏi: "Phiền não sanh lên được do nơi một nguyên nhân nào? Sanh lên rồi tồn tại hay ở nơi nào? Có liên quan gì với Tâm?"

Đức Thế Tôn trong bộ kinh Khuttakanikàya, đoạn Mahàvagga, đã có câu kệ ngôn ấy giải về nguyên nhân phiền não như vậy:

LOBHO CA DOSO CA MOHOCA
PURISAM PÀPACETASAM.
HIMSANTI ATTASAMBHÙTA
TACASARAM VA SAMPHALAM

Nghĩa: Tham, Sân, Si sanh lên trong thân ta. Phiền não ấy thường làm hại người ta yếu kém, cũng ví như mục mãng sanh lên làm hại cây tre.

Ý Phật dạy rằng: phiền não không phải ở hư không hay một nơi nào ngoài tâm ta, mà phiền não lại sanh ra ngay trong thân ta một khi tâm ta thu nhận một điều nào từ ngoài trần cảnh vào.

Phiền não sanh trong thân ta thế nào và ở chỗ nào? Ngoài da, trong thịt, hay trong gân xương v.v...?

Như đã giải ở phần trước, thân ta chia ra làm hai phần là thể xác và tâm. Thể xác chỉ là dụng cụ của tâm, thể xác này có mắt, tai, mũi, lưỡi và thân, để cho tâm ngắm xem sắc đẹp, nghe tiếng hay, ngửi mùi thơm, ăn vị ngon, cảm xúc với sự êm ấm mềm dịu. Phàm đã là dụng cụ dầu cho thể xác ấy làm bằng kim khí quý giá như vàng bạc ngọc ngà, trụ trung cũng là một vật dụng thôi, không có giá trị bằng con người dùng vật ấy.

Khi mắt trông thấy sắc đẹp, sự ưa thích vừa lòng hay ghét bỏ lại do nơi tâm, chứ mắt không có xúc giác chi. Sự thấu nhận hay bỏ đi là phận sự là phản ứng của tâm. Do đó chúng ta mới thấy rằng: tâm là nơi sanh Phiền não, chứ không phải con mắt. Vì vậy nên Đức Thế Tôn dạy rằng ATTASAMBHUTA sanh lên do nơi ta hay trong thân ta, tiếng ta đây ngụ ý chỉ tâm là vậy.

Khi Đức Thế Tôn còn tại thế, Ngài phủ nhận sự rửa tội của Bà-la-môn và sự khổ hạnh, để cầu xin một đấng linh thiêng nào ân xá tội lỗi cho. Vì theo chân lý của Đức Thế Tôn giác ngộ dưới cội Bồ-đề, thì phiền não không ở nơi da thịt gân xương v.v... của ta, mà nó ở trong tâm ta, nên không có thứ nước thiêng nào rửa cho sạch, mà cũng không có một đấng cứu thế nào có đủ quyền uy thế lực giảm bớt tội lỗi cho con người được.

Tuy nhiên, có hai trường hợp bất thường. Một là: khi người có thân hình cường tráng, thì người ấy cảm thấy tình dục phát sanh, mặc dầu mắt không thấy sắc đẹp. Hai là: khi đang ốm đau thân hình tiều tụy dầu cho sắc đẹp trước mắt cũng không cảm động. Hai trường hợp ấy khiến ta có thể hỏi: thân này cũng là nguyên nhân sanh phiền não có được không?

Câu hỏi này thì cũng có ý ngầm một phần phiền não, vì lẽ khi người chủ mà có được một dụng cụ đẹp chắc vừa tay, thì người chủ ấy thấy thỏa thích, rồi phải săn sóc nó. Nếu dụng cụ ấy không thích vì không vừa tay thì nó làm cho người chủ chán nản. Nhưng theo sự hiểu biết riêng tôi thì thân này chỉ làm cho tâm thay đổi một đôi phần nhỏ nhặt, hay có thể nói nó chỉ làm cho một hai điều phiền não nhỏ phát sanh.

Nếu người thông hiểu Phật-Pháp và đang thực hành theo lời giáo huấn của Đức Phật, thì mặc dầu có một thân hình cường tráng đi chăng nữa cũng không xúc động vì dục tình; sở dĩ phiền não không thể phát sanh trong tâm của các vị ấy, vì các vị ấy có thiện pháp hộ trì, không cho ác pháp phát sanh hay lẫn lút xâm nhập vào tâm được.

Theo đây tôi xin dẫn một ví dụ, khi chúng ta thấy cây cỏ tốt tươi, chúng ta biết rằng thời tiết mát mẻ có thể giúp cho cây trái tốt tươi, chứ chúng ta không thể tưởng rằng cây cỏ mọc lên trong thời tiết, bởi cây cỏ mọc ngay trên đất. Sự kiện thực tế quả là như vậy. Đất đai là nền móng để cho cây cỏ mọc lên, còn thời tiết chẳng qua là trợ duyên ở ngoại cảnh. Vậy cái tâm là nền móng, phiền não là chặm rễ trong tâm như cây cỏ chặm rễ dưới đất; cây cỏ gặp thời tiết tốt thì phát lên mạnh cũng như phiền não gặp thể xác tốt thì dấy nên nhiều.

Có một vấn đề mà tôi đã thắc mắc rất lâu, có hơn 30 năm, nghĩa là từ khi tôi bắt đầu học Phạn ngữ lớp tiểu học. Đó là vấn đề trong bộ kinh Pháp Cú. Đức Phật dạy rằng: "Tâm con người ban sơ có phẩm chất trong sạch, sau bị phiền não làm cho nhơ đục". Đức Phật có dạy thêm rằng: "Về sau, chúng sanh nào trì chí đến mức độ cùng tột làm cho tâm ấy trở nên trong sạch hết phiền não, thì chừng ấy mới giải thoát".

Lời Phật dạy làm cho tôi thắc mắc tự hỏi: "Nếu tâm ban sơ trong sạch, vậy trong sạch-sạch tới mức độ nào? Trạng thái của tâm trong sạch lúc ban sơ với trạng thái của tâm các vị đã đắc được quả Chánh đẳng chánh giác hay Độc giác, Thinh văn giác, khác nhau thế nào? Khi tâm đã trong sạch lúc ban sơ rồi, vậy làm sao phiền não sanh trong tâm được? Hơn nữa, những phiền não ấy không phải là nhỏ nhặt, mà rất là vĩ đại, ý tôi muốn nói là phiền não ấy làm cho con người phải luân hồi vào 4 đường ác đạo. Ngoài ra, trong Phật giáo nhận định thuyết luân hồi theo đó có nhiều kiếp con người bị sanh vào địa ngục hàng tỷ tỷ năm. Vậy khi từ địa ngục sanh lên, tâm con người ấy ra thế nào?"

Lẽ ra tôi không nên đem ý kiến của riêng cá nhân tôi bày tỏ ra đây. Nhưng tôi muốn cùng người chung một chí hướng chung sức giảng lời hay lẽ phải để làm cho rõ chân lý của Đức Thế Tôn hầu phá sự nghi ngờ của đại chúng.

Vật mà Đức Thế Tôn gọi là Tâm là một pháp vô hình, Phật còn gọi là Vô sắc (Arupadhamma). Lẽ cố nhiên khi vật gì đã có thì phải có nguyên nhân sơ khởi. Nguyên nhân sơ khởi của nó ban sơ là mềm dịu, nhỏ nhít, rồi từ từ lớn lên và cứng-cáp mạnh mẽ.

Sở dĩ mà tôi suy luận như vậy vì có những lý do dưới đây:

1. Có nhiều nơi trong Tam Tạng có dạy rằng: Canh chót Đức Thế Tôn hằng dùng tuệ-nhãn xem coi chúng sanh nào có đào tạo duyên lành để dành trong nhiều kiếp, có thể đắc đạo quả trong ngày ấy, thì mặc dầu đường xá xa xôi hay nhiều trở ngại, Ngài cũng chẳng màng. Ngài cố độ cho được chúng sanh đó, chẳng hạn như Ngài tế độ Đức Angulimāla (Vô Nã).

Do nguyên nhân vừa trình bày đây, chúng ta thấy rằng tâm người phải trải qua vô số kiếp giới mài, lừa-lọc, và dứt trừ phiền não, đến khi duyên lành đầy đủ, gặp Đức Phật tế độ, mới được giải thoát.

2. Người Phật tử thì ai ai cũng hiểu rằng: sở dĩ Đức Phật đắc được quả vô thượng Chánh đẳng Chánh giác là nhờ Ngài thực hành 30 pháp Ba-la-mật nhiều A-tăng-kỳ và nhiều trăm ngàn kiếp.

3. Hiện nay chúng ta có thể nhận định tất cả những hạng người trong xã hội để ta thấy rõ rằng: Mỗi người đều có một trình độ khác nhau; kẻ thông minh, người u ám, kẻ giỏi môn này, người hay nghề kia. Đó là do nơi duyên lành của chúng ta đã đào tạo nhiều hay ít trong nhiều kiếp quá khứ, cho nên trình độ khác nhau. Nói cho rõ hơn, thì khi đắc quả A-la-hán mà mỗi vị cũng có trình độ khác nhau. Có vị đắc Tam-minh, có vị đắc Ngũ-thông, còn có vị đắc quả La-hán, nhưng không biết thuyết một câu Pháp nào, Hán gọi là Độ căn La-hán hay gọi là Sắc-biên-lạc A-la-hán.

Còn sự trong sạch trong câu Phật ngôn: "Tâm ban sơ trong sạch, về sau bị nhơ đục vì phiền não", thì nên hiểu rằng sự trong sạch của tâm trong một trình độ nhất định nào, nhất là trong lúc ấy tâm không đủ năng lực phát tác vì thân này còn bé nhỏ; không làm gì được. Ta hãy coi những em nhỏ tuy bé nhưng nó vẫn biết giận, biết ham món này vật nọ, thì ta thấy rõ rằng cái trong sạch mà Đức Thế Tôn dạy ấy, là cái trong sạch còn trong mức độ nào, chứ không phải cái trong sạch của sự giải thoát, hay cái trong sạch của một bậc Thánh-nhơn.

---o0o---

BA ĐIỀU PHIÊN NÃO

Người đời khi có buồn rầu lo khổ, muốn dập tắt nỗi khổ ấy không biết làm sao, lại đi tìm thú vui như cờ bạc, rượu trà, đàn điếm. Người biết suy nghĩ hơn, thì đi xem hát giải khuây. Nhưng những phương pháp ấy có thể làm cho con người giải khuây chút ít, song tựu trung có hại, vì tốn kém tiền bạc và hại sức khỏe, ấy là giải khuây bằng cờ bạc hay đàn điếm, hay á phiện, rượu chè v.v...

Trên vũ trụ này chỉ có một vĩ nhân biết cách tiêu trừ sự buồn rầu ấy và đã đem ra giảng giải cho chúng ta hiểu. Vĩ nhân ấy hằng được Chư Thiên, Phạm Thiên và các bậc Trí thức tán dương công đức và cúng dường, vĩ nhân ấy là đấng Từ Phụ Thích Ca Mâu Ni, Ngài đã đắc quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác và đem giáo pháp của Ngài đắc được ra giảng giải cho chúng ta học để hành theo sẽ được giải thoát khỏi những điều khổ sở trong lòng ta.

Đức Phật dạy: Lửa phát cháy nơi nào, ta nên dập tắt nơi ấy, cũng như phiền não phát sanh nơi nào ta phải lập tức dập tắt nó ngay nơi ấy. Đức Phật có ví người biết diệt trừ phiền não như một vị lương y đại tài biết rõ căn bệnh phát sanh nơi đâu, rồi cho thuốc trừ nó. Người học Phật phải học cho biết rõ trạng thái, tánh cách và nơi phát sanh của Phiền não để diệt trừ nó, trong khi mới phơi phai, thì ta đâu còn bị nó hành hạ đau khổ từng giờ từng phút.

Sự thật nếu tất cả chúng sanh trên vũ trụ này ai ai cũng lo kiếm chế diệt trừ Phiền não của mình trong khi nó vừa phát sanh, hay không cho nó sanh lên được, thì thế gian này chắc chắn không có đau khổ vì oan trái oán thù...

Đức Phật biết rõ rằng đã là chúng sanh thì ai ai cũng muốn được hạnh phúc an vui và sợ khổ. Nên Ngài mới dạy phương pháp diệt khổ, do nơi Phiền não đưa đến cho ta.

Đức Phật là đấng siêu thoát, Ngài tìm được con đường đi ra khỏi luân hồi khổ, nhưng Ngài không thể ẵm hay bồng, hay chở chúng bằng xe ra khỏi luân hồi được, mà phần chúng ta phải học và hành theo lời Ngài, để tự giải thoát mình.

Trong kinh Phiền não có nhiều tên khác nhau, như là AKUSALAMULA Nguyên nhân của Ác Pháp là TAM ĐỘC, SAMYOJANA Thúc phược Phiền não, có mười điều, UPKELASA 16 Thụy miên Phiền não, ANUSAYA là Ô nhiễm.

Kể ra thì phiền não có nhiều như thế, nhưng chung qui chỉ có 3 điều là AKUSALAMULA, tức là nguyên nhân của Ác pháp và tức là Tam-độc.

TAM ĐỘC có 3 điều là:

- 1.- LOBHA: Tham.
- 2.- DOSA: Sân.
- 3.- MOHA : Si.

Ba điều phiền não này khác nhau ở tánh cách, nhưng giống nhau ở một điểm, là khi sanh trong tâm ta thì làm cho tâm ta đau khổ uất ức v.v...

Khi phiền não là Tham sanh trong tâm ta, thì nó làm cho tâm ta thèm khát, muốn được tài sản của người khác, bòn sẻn không hề đem ra của bố thí cho ai, mặc dầu là quyến thuộc, chỉ biết có một điều là thâu thêm vô càng nhiều càng hay.

Còn phiền não là Sân sanh trong tâm ta, thì làm cho tâm ta nóng nảy bức tức muốn giết hại kẻ khác, hoặc phá hủy những gì làm cho trái ý nghịch lòng.

Còn phiền não là Si thì làm cho tâm ta phóng túng, nghĩ vơ-vẩn những không có một chủ định nào cho chắc chắn. Si mê này làm cho lòng người mờ tối càng mờ tối thêm.

TAM ĐỘC

Phàm là đệ tử Phật trước hết nên học cho biết rõ phiền não từ trạng thái của phiền não, nơi sanh ra phiền não đến nguyên sanh ra phiền não. Ta phải học cho biết rõ phiền não để ta tránh nó trước khi nó phát sanh và diệt trừ nó khi nó phát sanh. Nếu ta chỉ biết phiền não làm cho ta khổ, nhưng ta không biết trạng thái nó ra sao, phát sanh nơi nào và do đâu nó phát sanh lên được và nhất là không biết phương pháp để diệt trừ phiền não, thì ta không thể tránh được tai hại. Như ta đã nói ở đoạn trước, người không biết cách diệt trừ phiền não, khi bị phiền não làm khổ, lại đi cờ bạc rượu chè, thì khác nào làm cho phiền não càng cháy mạnh thêm lên, càng đốt ta nhiều hơn chẳng khác nào trẻ em biết tuy lửa cháy dùng nước để tắt, mà thấy lửa cháy, nó tưởng dầu xăng là nước nó đem đổ xăng vào thì lửa càng cháy nhiều thêm lên. Vì vậy người học Phật và muốn giải thoát, thì phải học cho kỹ về phiền não để dễ bề tiêu diệt nó. Mặc dầu chúng ta không thể thắng được phiền não nhất thời nhưng ta biết cách ngăn ngừa hay diệt trừ nó, thì ta cũng được an vui hơn là người không biết gì hết, chỉ đợi chết với phiền não thôi.

-ooOoo-

[01] - GIẢI VỀ THAM

LOBHA: Tham, là gì?

Tham là muốn được của người khác về cho mình bằng cách bất hợp pháp như trộm cắp, cướp bóc, sang đoạt, gian lận, cưỡng bách v.v...

Nếu chúng ta muốn hiểu rõ THAM là gì, thì chúng ta nên tìm biết bước đầu của lòng tham là gì. Bước đầu của lòng tham là RATIUA.

Tôi tin chắc rằng mỗi người của chúng ta hiểu tiếng Tham khác nhau. Có vị hiểu rằng: muốn giàu sang phú quý là Tham, vì lẽ đông người ta nghĩ vậy, nên chỉ khi Chư Đại đức thuyết pháp dạy người dứt bỏ lòng tham, người thường không thích nghe và có người phản đối rằng: Chư Đại-dec dạy người

lười biếng không lo làm ăn, đó là nguyên nhân làm cho quê hương càng ngày càng đi đến chỗ thoái hóa và diệt vong.

Quan niệm về lòng tham như vậy là sai lầm.

Theo Phật dạy sự bắt đầu của lòng tham là ưa, thích. Sự ưa, thích này không làm hại cho bản thân người ưa thích và người ở gần bên. Vì người ưa thích làm lụng để lấy tiền, chứ không làm gì đến kẻ khác để lấy tiền làm giàu cho bản thân mình. Như vậy chưa gọi là Tham được.

Nếu đem lòng tham ví với các trạng thái của trái xoài chín và nếu phân tách trạng thái của trái xoài chín, thì người ta thấy có 7 giai đoạn:

1. Hươm hươm
2. Vừa chín
3. Chín đều
4. Chín mùi.
5. Chín thâm kim
6. Chín úng
7. Chín rục có dòi.

Người ăn xoài có thể ăn bốn thứ xoài từ hươm hươm cho tới xoài chín mùi thì thật là vô hại, bằng ăn ba thứ sau sẽ có hại cho sức khỏe.

Lòng tham cũng có tuần tự tiến triển như chín mùi của trái xoài. Có thứ lòng tham cũng không hại, nhưng ta không biết ngăn đón nó, thì nó lại đem đến sự tai hại cho ta. Như tôi đã nói bắt đầu của của lòng tham là sự ưa thích, nếu ta không biết ngăn nó, nó sẽ đi lần tới ham muốn và ham muốn tội lỗi, rồi tới tham.

Chư đại-đức thường dạy không nên tham lam và nên ngăn ngừa chúng tham lam. Ý chư Đại đức dạy rằng nên trông coi tâm ta, đừng để nó đi quá cái mức ưa thích tới nơi tham lam thái quá, rồi gây ra tội lỗi. Vì khi mà tâm người đi tới giai đoạn tham thì nó lại tìm mưu này kế kia để thỏa mãn, bất luận là phải làm một điều gì, dầu có trái với pháp luật chăng nữa cũng vẫn cứ làm.

Đây tôi xin phân ra từng giai đoạn của lòng tham và xin tuần tự giải thích:

1. RATI: Ưa.
2. ICCHÀ: Ưa Thích.

3. MAHICCHÀ: Ham.
4. PÀPICCHÀ: Ham muốn tội lỗi.
5. LOBHA: Tham.
6. ABHIJÀ: Tham lam.
7. ABHIJÀVISAMALOBHA: Tham lam thái quá.

1.- RATI: ưa. Khi mình trông thấy một vật gì hay nghe một tiếng gì vừa lòng, thì mình thấy ưa vật ấy hay tiếng ấy. Sự ưa ấy Phạm ngữ gọi là RATI. Rati này có ở trong lòng của mọi người, từ giàu sang đến nghèo khó. Nhưng sự ưa ấy không gọi là tham, không gọi là ác.

2.- ICCHÀ: thích. Thích nghĩa là muốn được vật gì mà mình đã ưa, mình cầu cho được mình mong mỏi. Lòng mong cầu này không có gì ác bằng chiếm đoạt sái với lẽ đạo, hay luật đời, vì khi tâm còn trong vòng tốt đẹp, như muốn học giỏi làm việc nhiều để được tiền, siêng năng làm cho ra tiền bằng cách chánh mạng và chánh nghiệp. Hạng ICCHÀ này không gọi là tham được. Vì nếu không thành công thì đó chẳng qua là sự hiểu lầm thôi, chưa gây ra tội lỗi.

3.- MAHICCHÀ: Ham muốn. Giai đoạn này là giai đoạn bắt đầu đi vào tội lỗi, nếu ta không dùng trí tuệ kèm hãm hay trừ nó ngay lúc phát sanh. Nhưng đây cũng chưa hẳn là đi đến nơi phá giới hay là phạm pháp. Nó chỉ làm giảm mất phẩm hạnh thanh cao của mình thôi, vì khi người ta ham muốn, thường làm những chuyện chướng mắt, không lịch sự. Ta có thể thấy người ham muốn ấy trong nhiều trường hợp như trong bữa ăn, khi người ham muốn thấy món ăn nào ngon và hợp miệng mình, thì không còn nghĩ đến người quanh mình, ăn lấy ăn để, như thế làm giảm mất giá trị của mình. Chúng ta còn thường thấy nơi chen chúc mua đồ bằng "Bông" hay là khi gặp tuồng hát hay, kẻ đến sau mà chen lấn vào trước, không nghĩ đến người đã đứng đợi từ trước. Hạng người ham muốn này chỉ biết thủ lợi cho mình thôi, không nghĩ đến ai hết, nhưng họ cũng không làm hại ai. Đây là sơ khởi của lòng tham, nếu người ấy không biết giữ mình hay sửa chữa mình, thì họ sẽ đi đến chỗ tham không còn là bao xa. Người mà có lòng ham muốn này, ví như người thổi bong bóng, khi họ thổi bong bóng càng lúc càng lớn, thì cái bong bóng lại từ từ che tất cả các sự vật trước mặt họ: họ chỉ thấy cái bong bóng ấy thôi. Người ham muốn cũng vậy, cứ để tâm theo đà ấy mà đi mãi mãi, thì lại đi tới tham.

Nếu có người hỏi: "Vậy người muốn làm giàu và ham nhiều, hai người này có giống nhau không?" Không giống nhau được. Vì người muốn làm giàu

chỉ lo chăm chỉ làm việc có lợi nhiều cho giàu, không gian lận để làm giàu, thì cái giàu ấy không thể gọi là ham nhiều được. Còn ham nhiều có nghĩa là có gian lận. Làm giàu do nơi cần cù và chánh nghiệp ấy do nơi RATI (ura) chứ không phải do nơi ham muốn. Còn ham muốn là sự làm lòng người bên chôn nóng nảy muốn được của về cho mình, mặc dầu là không phạm luật sai pháp, nhưng không hoàn toàn trong sạch, vì bày tỏ ra bên ngoài cho người trông thấy: đó là con đường bắt đầu đi sâu vào tội lỗi là lòng tham.

Ví dụ như hai người đi bộ cùng đi đến một nơi chỉ định là từ Sài Gòn đi Vũng Tàu.

Một người thì đi không hối hả hấp tấp, đi vừa phải với sức mình. Còn một người thì đi hấp tấp cho mau, vậy mà vẫn còn thấy chậm, rồi chạy lúp xúp, nhưng cũng chẳng vừa lòng, cố chạy cho mau để tới chỗ. Cách đi của người này không đem lại kết quả tốt đẹp mà trái lại làm cho mệt và đôi khi phải bệnh, vì sự làm quá sức. Người này cũng như người ham nhiều, còn người kia là người muốn làm giàu, khác với nhau cũng như RATI (thích) và MAHICCHÀ khác nhau vậy.

4.- PÀPICCHÀ: ham muốn tội lỗi, hay ham muốn một cách sâu xa đê tiện. Không biết tội lỗi và trái với luật pháp.

Một khi tâm người đi tới chỗ ham muốn sâu xa đê tiện thì không còn nghĩ tới sự khen chê khinh bỉ của thế nhơn. Người có tâm ấy chỉ biết làm theo khát vọng của mình thôi, không còn lo sợ gì hết. Mặc dầu chuyện làm ấy đối với pháp luật là vô tội, nhưng không khỏi miệng đời phê phán và người đời khinh bỉ, chẳng hạn như chuyện làm của nhiều người nịnh bợ bề trên để được che chở làm việc ít mà hưởng lợi nhiều.

Chúng ta đừng nghĩ rằng: việc làm quấy, ý tưởng xấu mà ta giấu che không ai biết: tất cả những sự suy nghĩ và sự hành động mà mình cho là thật kín, cũng có ngày lộ ra, vì đó là việc làm hay là sự suy nghĩ cũng có ảnh hưởng đến đời ta, không sớm thì muộn đều lộ liễu cho người thấy.

Tâm chúng ta xấu xa đê tiện hằng tìm kiếm những điều xấu xa tội lỗi. Tâm chúng ta có thể ví như con lằng xanh. Con lằng xanh thích những cái gì mà người đời nhòm góm. Tâm ta cũng có khuynh hướng thích những điều nhòm góm như vậy, nên bực tri thức nhận thấy rõ nó, như ta thấy rõ con lằng xanh.

5.- LOBHA: tham, là ham muốn mãnh liệt trong lòng mình và muốn chiếm của kẻ khác, hoặc cưỡng bách để đem về cho mình hay trộm cắp v.v... Tóm

lại là dùng phương tiện nào cũng được miễn đem vật mình đã thích về cho mình. Hạng người ham muốn này không màng tội lỗi đối với pháp luật và cũng không sợ quả của luân hồi.

Lòng tham không đo lường, hoặc hình dung ra thế này thế nọ được. Muốn dễ nhận thức, tôi xin ví dụ như thế này:

Có người muốn được một trăm ngàn đồng để làm một công nghiệp gì. Người cố hết sức làm lụng vất vả để có đủ số tiền cần dùng vào việc ấy. Người này không gọi là tham mà gọi là ưa-thích.

Còn một người khác chỉ cần một ngàn đồng thôi, mà lại đi lường gạt hay làm một chuyện gì bất chánh để có số tiền thì người ấy gọi là người tham. Vậy ham muốn một cách bất hợp pháp, bất chánh, mặc dầu một xu nhỏ cũng gọi là tham.

Tham là một Ác-pháp, một phiền não, là nguồn gốc làm cho tâm ta như đục, tội lỗi; và cũng vì nó mà luân hồi.

Lòng tham đến giai đoạn này là hiện thân của tội ác.

6.- ABHIJHÀ: tham lam, tham quá sức; lòng tham quá sức này có thể khiến người ta làm tội ác được.

7.- ABHIJHÀVISAMALOBHA: Tham lam thái quá, nghĩa là lòng tham đã đi tới tột độ, không còn chỗ nào cao hơn. Lòng tham này làm cho lòng người mờ tối, không còn nhận thấy phải trái, dám giết người cướp của miễn đoạt cho được mới nghe. Lòng tham của con người tới mức độ này, thì không còn phương pháp nào chặn đứng được.

Trên đây bảy giai đoạn của lòng tham đã được lý giải riêng rẽ, dưới đây xin thuyết minh những điểm dị biệt giữa các giai đoạn:

1.- LOBHA: Tham. Người tham của hạng này là người muốn được của người khác bằng mọi cách, nhưng ngoại trừ cướp và giết người. Lòng tham này lại còn phân biệt được của quyến thuộc cha mẹ, và người có ơn; nghĩa là dẫu tham nhưng không lấy của những hạng kể trên.

2.- ABHIJHÀ: Tham lam. Lòng tham lam này sanh lên không còn phân biệt là của ai, và trên phương diện nào hoặc là cướp bóc v.v... nhưng còn chưa dám lấy của cha mẹ.

3.- ABHIJHÀVISAMALOBHA: Tham lam thái quá. Lòng tham này không còn nghĩ đến là của ai cả, mặc dầu của ấy là của cha mẹ cũng chẳng từ, miễn sao về cho mình là được.

*

Đức Phật dạy chúng ta nên học cho biết rõ nguyên nhân sanh lên lòng tham, cốt để chúng ta thấy rõ hình dáng và nơi phát sanh để để cho chúng ta dập tắt được, hay chúng ta ngăn ngừa không cho nó sanh lên.

Đức Thế Tôn biết chúng ta có căn cơ tu hành khác nhau, nên Ngài không dạy chúng sanh nào cũng phải xuất gia. Ngài có dạy cả hai phương pháp là cho hai hạng người. Hạng căn cơ cao dày thì xuất gia bỏ cả tài, tình, danh, lợi, hầu giải thoát khỏi biên luân hồi. Còn mạng căn cơ thấp kém thì lo tu tại gia. Đức Phật dạy cho người tu tại gia nên tu theo các pháp là:

- 1.- Siêng năng lo làm việc cho có tiền của. Việc làm không phải bắt buộc là làm nghề này nghề nọ, nhưng phải là nghề chân chánh.
- 2.- Biết giữ lấy của mình đã có và xài không phung phí.
- 3.- Có bạn lành (xin xem *38 Pháp An lành*).
- 4.- Đối với vợ con phải thành thật nghĩa là không ngoại tình. Đối với con một lòng thương yêu và trông nom săn sóc (xin xem *38 Pháp An lành*).
- 5.- Xa những người lười biếng, giải đãi hay bỏ phé công việc làm ăn.
- 6.- Không nên để đến nỗi thiếu thốn đi vay nợ.

Phải có Tam qui và Ngũ giới.

Đây là sơ lược của người tại gia cư sĩ phải thực hành theo. Theo lời giải trên đây thì chúng ta thấy rằng Đức Phật không cấm người tại gia cư sĩ làm giàu, nhưng Ngài cấm người tại gia cư sĩ làm giàu trên xương máu kẻ khác, như đầu cơ, chợ đen v.v... Nếu đệ tử Phật không lo làm ăn, toàn là nghèo khổ hết, thì Phật giáo không thể trường tồn được, trái lại nếu giàu có thì dễ bỏ thí giúp đỡ chư Tăng. Nếu tất cả Phật tử đều giàu có thì chúng sanh bớt khổ, vì tất cả đệ tử Phật đều học rành hai tiếng Bồ Thí, Từ Bi.

Đức Phật biết rõ đã là chúng sanh lòng còn phiền não, thì không sao chạy khỏi sự ưa thích, vì đó là một phiền não nằm sâu trong tâm chúng sanh, Phật gọi là thụy miên phiền não. Vì vậy nên Ngài dạy cho chúng ta biết rõ phiền não ấy và dạy cách chặn đứng. Ngài hiểu rằng lòng tham là tai hại không nhỏ, nên Ngài dạy phương pháp ngăn ngừa.

---o0o---

QUẢ CỦA LÒNG THAM LAM

Người tham thì bạn bè xa lánh, đến nơi nào cũng không ai thích làm bạn, không ai muốn giúp đỡ, làm ăn thường bị thất bại vì thiếu tín nhiệm hay bạn bè không ai chỉ cho chỗ lợi hại. Người đời không ai là không ghét người THAM.

Con người đã gọi là tham lam thì chắc chắn bị nhiều người thù ghét, nếu có thể người khác cũng dám ám sát để trả thù vì cướp bóc hay lường gạt hoặc cưỡng bách người ta. Hạng người này sau khi chết chắc chắn bị sanh vào Địa ngục hay Ngạ quỷ, hoặc súc sanh.

---o0o---

PHÁP ĐỐI TRỊ VỚI THAM

Trong đoạn trước chúng ta đã thấy lòng tham lam phát sanh lên tuần tự theo bảy giai đoạn. Dưới đây là pháp đối trị để ngăn chặn và diệt trừ.

1.- RATI: Ưa. Pháp đối trị của ưa là SANTOSA: Tri-túc. Khi thấy trong tâm mình muốn một vật gì mà ta đã có, mặc dầu ta không cố ý chiếm đoạt của ấy, nhưng ta nên biết rằng đây là bước đầu tiên để đi tới tham. Vậy ta phải biết tri-túc, nghĩa là tự mình mãn nguyện với những gì mà mình đã có, đừng thêm muốn. Đây là pháp ngăn không cho "ưa" đi thêm một bước nữa.

2.- ICCHÀ: Thích. Pháp đối trị của thích là HIRI: Hổ-thẹn, tội lỗi. Tại sao hổ thẹn, tội lỗi lại trị được cái thích?

Đức Phật thường dạy: con người luân hồi tử như người còn đang đi lạc trong rừng đầy nguy hiểm và khổ sở; mà sự ưa thích là nhân làm cho con người phải luân hồi khổ. Người nào thấy mình còn ưa thích món này vật nọ, mà thấy thẹn với lòng mình bởi còn ham trầm luân trong biển khổ mới là Đệ tử của đấng tối cao và hoàn toàn giác ngộ, ráng noi theo gương giải thoát của

Ngài, dứt hết mọi ham mê theo trầm luân. Người ấy dứt bỏ được sự ưa thích bằng sự hổ thẹn tội lỗi.

3.- MAHICCHÀ: Ham muốn. Pháp đối trị của ham muốn là CÀGA: dứt bỏ, ý nói dứt bỏ sự tham muốn bằng cách bố thí. Thí "dứt bỏ" có hai ý nghĩa khác nhau là:

a.- Khi người có trí tuệ nhìn lại tâm mình, thấy mình ham muốn một vật chi, liền suy nghĩ đến vô thường khổ não và vô ngã. Người có trí tuệ hằng nghĩ rằng: người càng có của nhiều, càng ham mê và muốn được thêm mãi, vì lòng ham của con người không có biên giới, mặc dầu hiện giờ được món ấy không phạm vào điều cấm của Phật, không sai với pháp luật với chánh quyền, nhưng của đó là một nhân làm cho lòng mình nặng lo. Khi càng có của nhiều càng sợ mất hay sợ tai hại càng nhiều cho của đó, ví như ta có một cái nhà ta lo cho một cái nhà này thôi, nếu có hai cái thì lo hai cái, tức nhiên phải nặng hơn nhiều.

Đức Phật ví chúng ta còn sanh trong luân hồi không khác nào người đi trên chiếc xuồng nhỏ và trong đêm tối giữa bể khơi thay vì lo chèo chống lái vào bờ cho mau trái lại còn lo vớt những đồ đạc bỏ lên thuyền mình cho nhiều. Người đi trên chiếc xuồng ấy là bản thân ta; còn biển đó là biển luân hồi; đêm tối chính là Vô-minh; còn những của mà ta vớt như tài, tình, danh, lợi, là đồ của chư thánh nhơn đã vớt bỏ vì thấy đáng ghê sợ.

Khi người đã giác ngộ về Ngũ trần thì không dám ham muốn tài sản chi nữa, mới dứt bỏ được phiền não.

b.- "Dứt bỏ" có ý nói là khi mà ta đã có nhiều của cải, thấy rằng ta chết không đem vật gì theo ta được, có chăng chỉ tội và phước, ta liền đem của tiền mình có ra bố thí cho người nghèo, hoặc giúp vào việc từ thiện, hay giúp đỡ người tu. Người dứt bỏ như vậy là người đánh ngay vào lòng ham muốn và lòng ham muốn chắc chắn sẽ bị đánh bại.

4.- PÀPICCHÀ: Ham muốn đến độ mù quáng. Sự ham muốn này đi đến chỗ gọi là Ác pháp, vì khi sự ham muốn đi đến nơi đây tức nhiên con người dám trộm cắp, hay lường gạt. Vì vậy nên đức Phật dạy pháp trừ ngay Ác pháp này là Chánh-mạng, nghĩa là nuôi mạng chân chánh, không hại người, đem lợi ích cho mình.

Pháp thứ 5, 6 và 7 là tham, tham lam, và tham lam thái quá, chỉ có sự Bồ thí mới dứt trừ nó được.

---o0o---

PHƯƠNG PHÁP TRỪ THAM

Muốn trừ tham Đức Phật dạy Bồ thí. Bồ thí có nghĩa là đem của mình đã có cho kẻ khác, như cho người nghèo khó, hay giúp vào việc phước thiện, hay giúp cho người bị tai nạn như lụt bão, hay hỏa hoạn. Bồ thí có một ý nghĩa tổng quát là: Giúp đỡ kẻ khác với tấm lòng từ bi và không nghĩ tới sự trả ơn của người thọ lãnh của Bồ thí ấy. Sự đem ra cho, là pháp đối trị của tham. Vì tham muốn thâm vào, còn Bồ thí lại phát ra.

Tham lam là lòng muốn thêm mãi mãi không biết đến những độ nào cho đủ. Vì tham lam nên lòng người hay thay đổi, lo sợ mất của, dám sang đoạt của cải của bạn lành hay của quyền thuộc cha mẹ. Sở dĩ con người tham lam, vì con người từ khi sanh ra cho đến lớn lên chỉ học lấy một tiếng Thâu thôi, không học tiếng Xuất, vì vậy lòng tham ấy đã quen rồi, thật khó mà bỏ được. Đức Thế Tôn biết rõ lòng chúng sanh là vậy, nên người tu Phật tiếng học đầu tiên là Bồ thí hay xuất của mình ra cho, tùy tiện theo của mình đã có. Nếu có nhiều, cho nhiều, có ít cho ít. Ban sơ không thể đem ra cho ai được, nên Đức Phật dạy về phước và sự an vui ở thiên đàng, chúng sanh có bồ thí có phước sanh được về thiên đàng an vui như thế này thế nọ. Sau Ngài lại dạy lòng từ bi, thương hại chúng sanh, đem của ra cho tất cả ai chẳng hạn, không còn có giai cấp biên giới, nghĩa là Bồ thí không phải chọn chur Tăng hay người tu mà tất cả những người cần ta giúp đỡ. Sự Bồ thí này là phương pháp trừ được tham lam.

Phật dạy phải DẠY TÂM mình. Ý nói rằng: Ta nên suy nghĩ để tìm thấy cái hại của sự tham lam và đặc ân của sự không tham lam. Những pháp làm cho tâm ta xa được sự tham lam là Tri túc, Tụ túc, Bồ thí. Đức Phật dạy chúng ta nên quán tưởng cho thấy các bậc vua chúa giàu sang tột độ, nhưng khi chết không đem gì theo được. Của cải mà ta đã có chỉ cho ta vui sống trong kiếp này thôi; nếu nói đến vị lai thì của này là của thừa, không dùng vào đâu được nếu ta không biết phương pháp mang theo, thì chẳng ích chi cho đời ta cả. Chỉ có cách Bồ thí mới đem về của vị lai được.

Tóm lại phương pháp duy nhất của sự diệt tham lam là Bồ thí. Vì vậy nên trong 30 pháp Ba-la-mật của chur Phật, Bồ thí là hạnh đầu tiên, mà chur Bồ

tát thường hành. Vậy chúng ta là đệ tử Phật muốn giải thoát, nên cố hành theo hạnh này trước nhất.

-ooOoo-

[02] - GIẢI VỀ SÂN HẬN

DOSA nghĩa là sân hận. Nhưng theo đúng Phạn ngữ ta có thể diễn dịch là GIẬN DỮ và LÀM HẠI NGƯỜI. Sân hận là một trong Tam Độc.

Hỏi: Quả của sân hận như thế nào?

Đáp: Rất dễ hiểu: Người sân hận thường hay có nhiều oan trái oán thù, hằng tâm nóng nảy không an tịnh thanh thoi.

Hỏi: Do đâu mà tâm trở nên sân hận?

Đáp: Sự sân hận sanh lên do một nguyên nhân rất nhỏ, như sự tham lam, chẳng khác nào một đám rừng cháy dữ dội chỉ do nơi một đốm lửa nhỏ. Vì vậy nên Đức Phật có dạy người ta không nên để-duôi cho đốm lửa nhỏ không hại gì.

Hỏi: Vậy sự sân hận sanh lên do nơi một điểm nhỏ là điểm gì?

Đáp: Do nơi ARATI sự bất mãn. Đây tôi xin nêu ra nguyên nhân sanh sân hận:

1. ARATI: Bất mãn.
2. PATIGHA: Bực tức.
3. KODHA: Sân.
4. DOSA: Sân hận.
5. BYÀPÀDA: Cột oán thù.

Khi quý vị trông thấy sự trình bày trên thì quý vị đã nhận thấy sự đi tuần tự của tâm sân hận. Đây tôi xin giải từng chi tiết để quý vị dễ nhận xét.

---o0o---

ARATI: BẤT MÃN

Nguyên nhân sanh ra sân hận (giận dữ) trước hết nó do nơi sự không ưa, tức là sự bất mãn, cũng như lòng tham lam sanh lên do nơi sự ưa thích vậy.

Hỏi: Vậy sự bất mãn do nơi đâu sanh ra?

Đáp: Sự bất mãn này sanh lên do nơi lòng ham muốn cho vừa ý mình; khi không vừa ý mình, hay không toại nguyện, thì sanh ra sự bất mãn. Khi sự bất mãn sanh trong tâm ta cũng chưa gọi là một tai hại, nó chỉ làm cho tâm ta không thỏa mãn thôi. Nếu ta không diệt trừ nó từ bây giờ, thì nó sẽ đi lần đến PATIGHA: Bực tức.

Hỏi: Nếu ta muốn diệt trừ sự bất mãn thì phải làm sao?

Đáp: Phải dùng ngay YONISOMANASIKÀRA nghĩa là dùng trí nhớ có trí tuệ kèm theo quan sát tâm từng sát-na. Ý tôi muốn nói có trí nhớ như có ông quan canh cửa thành, vị này biết rõ người nào nên cho vào thành, người không nên cho vào, và người nên bắt giữ lại. Nếu để những kẻ bất lương xâm nhập vào thành, thì nó sẽ quấy rối nhân dân trong thành không làm ăn gì được. Và cũng có thể hại cho nhà vua, hại cho cả quốc gia.

Quốc gia đây ví như thân người, có thành trì chắc và có sáu cửa ra vào là nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân và ý. Còn tâm thì ví như nhà vua. Khi người có trí nhớ canh nơi các cổng thành, không cho các đề mục bên ngoài xâm nhập vào làm cho tâm như đục, hay là trí nhớ biết rằng đề mục này nếu đem vào tâm, thì làm cho tâm trở nên như đục. Như đục đây có ý nói là bất mãn, bực tức, sân, sân hận và oán thù.

Hỏi: Vậy cái gì nhận biết đề mục? Cái gì nhận biết là đề mục xấu làm cho tâm nổi phiền não, nếu không phải là tâm?

Đáp: Sự nhận biết ở sáu cửa không phải là tâm, mà gọi là thức. Khi thức có trí nhớ và trí tuệ giúp vào thì thức ấy biết rằng đề mục nào làm cho tâm bất mãn, rồi đi lần đến sân hận, oán thù. Trí nhớ và trí tuệ sẽ làm cho tâm và thức nhận biết cái hại của sân hận oán thù.

Hỏi: Nhược bằng trí nhớ không thể ngăn đón đề mục ấy tâm đã bất mãn rồi nó sẽ ra sao?

PATIGHA: BỰC TỨC

Đáp: Tâm sẽ đi đến chỗ bực tức. Khi sự bực tức đã sanh lên, thì tâm không còn sáng suốt nữa, khi ấy tâm chỉ thiên về một bên là nghĩ rằng ta phải. Tâm bực tức làm cho con người khó chịu, đây là nguyên nhân nổi lửa sân. Người

muốn diệt trừ ngay sự bực tức trong lúc này phải có sự DAMA nghĩa là dạy tâm.

Hỏi: Phải dạy bằng cách nào?

Đáp: Có nhiều cách dạy tâm, nhưng rất khó làm cho nó vắng lặng liền được, là vì nó đang nóng nảy, ta phải cố xa lánh chỗ nào đang làm ta bực tức, để ta xa lánh hoàn cảnh bên ta, rồi hãy nhớ niệm một trong 40 đề mục tham thiền. Khi tâm trở lại bình tĩnh, thì người lại nhận thấy ngay cái hại của sự bực tức, là sẽ đem lại nhiều sự bận lòng, oán thù, oan trái v.v...

Riêng tôi thì tôi lại đi tìm một nơi nào mát mẻ, hay đi uống nước mát từ hộp một cho tâm tôi lần trở nên yên tĩnh, chừng ấy mới nghĩ tới cái hại của lòng sân hận, và quả báo của sự không sân hận.

Hỏi: Nếu ta không thể dẫn được sự bực tức, tâm sân lại phát sanh, ta phải làm cách nào trừ sân? Hiện tượng của sân ra sao?

---o0o---

KODHA: SÂN

Đáp: Sân tức là giận, nó làm cho tâm rất nóng nảy, mất hẳn sự bình tĩnh, mặt biến sắc, tay chân run, khi nói tiếng đôi giọng.

Sân gây hại rất nhiều, vì khi sân đã sanh lên, thì tâm chỉ biết làm hung dữ, sân đem lại đủ các tác hại cho mình. Đức Thế Tôn có dạy sân là một vật rất như bản, hôi thúi, một khi tâm đã sân rồi, thì không còn phân biệt phải quấy, tâm trở nên đen tối và có thể gây ba điều hại:

- 1.- Sân làm cho tâm đen tối.
- 2.- Sân làm cho tâm làm việc không hay, nhất là làm mất phẩm hạnh.
- 3.- Sân thường làm cho việc làm hư hỏng.

Nếu ta muốn nhận định được ta thì ta nên xét từ bên trong ta (tức là tâm ta) như thế nào rồi xét đến hạnh kiểm, cuối cùng xét đến việc làm của ta. Còn muốn nhận định cho biết rõ người ngoài ta, thì ta phải xét ngược lại, nghĩa là nên xét việc làm, rồi xét hạnh kiểm, cuối cùng mới xét đến tâm.

1.- Khi tâm không sân thì trong sạch vui vẻ thanh thoi, suy nghĩ điều gì không thông suốt, trí tuệ được minh mẫn và rất thanh tịnh. Trái lại khi nó

sân thì xấu không sao nói hết. Nói về sự suy nghĩ của tâm, khi nó đã sân thì không bao giờ suy nghĩ việc lành điều thiện. Khi đã sân lên thì mặc dầu người có học thức tới tột độ trong thế gian này, cũng trở nên tối mê, khi ấy không khác nào người điên.

2.- Đức Thế Tôn dạy rằng khi sân thì con người mất phẩm hạnh. Khi người chưa sân thì từ cử chỉ nhỏ nhất đến lời nói việc làm đều nhã nhặn, khả ái, nhưng khi sân hận thì mọi việc đều thay đổi hẳn, người ta trở nên vũ phu tàn bạo, vì lẽ tâm không còn yên tịnh mát mẻ. Khi tâm sân thì sự hành động khác hẳn và mặt mày cũng không còn đẹp đẽ ra vẻ thiện lương nữa.

3.- Khi sân thì không khi nào người ta làm việc được hoàn mỹ, vì tâm không còn yêu thích việc đang làm nữa.

Người có tánh sân vốn ít có bạn, vì ít người dám giao tiếp. Khi người ấy làm lớn, thì càng tai hại nhiều, vì những người dưới quyền ít muốn gần và cũng không khi nào dám nói gì đâu cho khi họ biết rằng ông chủ làm việc sai lầm.

---o0o---

DIỆT SÂN

Như chúng ta đã biết, sân là một thói xấu, không ai ưa và muốn gần. Khi tôi viết đến đoạn này tôi không muốn giải nhiều, vì tôi biết rằng nói về sân cho quý vị nghe, không khác nào nói chuyện nhức rãnh cho các cụ nghe, các cụ đã biết qua nhức rãnh là thế nào rồi. Nhưng điều mà tôi muốn nói là phương pháp DIỆT TRỪ SÂN.

Có ba phương pháp diệt sân:

- 1.- Làm thế nào chặn đứng sân.
- 2.- Khi đã sân rồi thì làm thế nào dập tắt được.
- 3.- Làm thế nào dứt được sân cho không còn sân nữa.

Trước hết tôi xin nhắc lại: bệnh tinh thần là tham lam sân hận và si mê, thường làm cho chúng ta đau khổ, thất vọng, buồn rầu và cũng là nhân đem lại luân hồi, chỉ có vị lương y đại tài là Đức Phật tìm ra phương pháp trừ bệnh ấy. Vậy nên tôi giải đây là phương pháp là do nơi những phương pháp và các phương thuốc để trị bệnh của vị Bác sĩ đại tài ấy.

1.- Phương pháp ngăn ngừa Sân

Bước đầu tiên ta nên ngăn đừnɡ cho sự bất bình phát sanh, vì lẽ ngừa bệnh hơn chữa bệnh.

Ví dụ như ta bị người mắnɡ chửi, thì tất nhiên ta bất bình đến bực tức, tới sân, kể là sân hận và sau cùng là oán thù. Bất bình và bực tức chỉ là hai bước đầu tiên chưa thật là một tai hại, nhưng đến bước thứ ba sân mới đáng kể là quan trọng. Tâm thường tuần tự như vậy, nhưng vì ta không thường chăm nom hay nói cho dễ nghe là không có tu theo tập phương pháp chánh tịnh hoặc Tứ niệm xứ của Đức Thế Tôn dạy, nên chỉ khi tâm sanh lên quá mau không đủ trí nhớ quan sát nó nên nó tự phát ra. Vì chúng ta thiếu trí nhớ để kiểm soát tâm, nên ta cảm thấy như lòng sân phát sanh lên liền, trong khi ta thường gặp trường hợp không vừa lòng, chớ thật sự thì phải đi tuần tự như đã kể trên.

Muốn chặn đứnɡ sân có nhiều vị Đại đức dạy rằng khi biết mình sân, thì lập tức niệm về số tức quan, tức là đếm hơi thở. Theo tôi khi đến sân rồi, ít người còn sáng suốt để niệm gì được hết, bởi thiếu trí nhớ, nên để đề-mục xấu xâm nhập vào tâm, không còn sáng suốt ngay lúc ban sơ, thì làm sao có đủ sáng suốt để niệm khi sân đã phát sanh trong tâm rồi. Theo tôi người cần phải có trí nhớ để ngăn đứnɡ đứnɡ cho sự bất mãn phát sanh. Nếu khi ta biết sự bất mãn đã sanh lên, nên niệm một trong 40 đề mục tham thiền. Sở dĩ mà người có thể chặn được sự bất mãn nơi đây là vì sự bất mãn chưa có thể làm cho tâm rung động mạnh, trí nhớ còn có thể kiểm chế tâm được. Khi ta đã niệm một đề mục nào chính là ta cố đem tâm ta ra ngoài hoàn cảnh ta đang ở, ý tôi muốn nói đem tâm ra khỏi đề mục làm cho ta bất mãn. Sự bất mãn ví như lửa của diêm quẹt, ta có thể thổi tắt được, không phải gọi đến hàng xóm đến phụ dập tắt.

Người muốn thắng được sân, nên hành theo pháp nhẫn nại.

2.- Phương pháp dập tắt Sân

Khi sân sanh lên, ta dập tắt liền. Để cho dễ hiểu tôi xin ví dụ. Bất mãn ví như lửa của diêm quẹt, ta có thể thổi tắt được; nếu không dập tắt khi lửa còn ở trạng thái diêm quẹt, mà để đến giai đoạn bực tức thì lửa bắt đầu cháy bùng; lửa cháy bùng vẫn còn chữa được; nhưng đến đây, nếu ta không chữa kịp thời, thì lửa cháy tới vách; lửa cháy vách đây ví như sân, nếu không cố chữa cho được, thì nó sẽ cháy đến nóc nhà ví như lửa sân hận. Khi tới nóc mà không gọi xe chữa lửa đến thì lửa sẽ cháy hết nhà, lửa cháy mãnh liệt như thế, khó mà dập tắt được; đến đây lửa đó ví như là sự oán thù vậy.

Như đã nói ở trên, khi người nổi sân, thì không còn đủ sáng suốt để phán đoán việc gì cả. Người ấy thiếu hai pháp là trí nhớ và biết mình, nên để cho những đề-mục ác xâm nhập vào tâm. Sự thật tâm của chúng ta hành động rất là nhanh chóng, không có gì sánh bằng, mà ta lại thiếu trí nhớ và không biết mình, thì càng nguy hiểm. Khi tâm ta đang sân, đang gây gổ với người khác, trong lúc ấy có một khoảng nào rất ngắn trong tâm ta trở nên bình tĩnh, nhận định thấy mọi việc, nghĩa là sáng suốt, nếu ta có đủ trí nhớ và biết mình, nhân cơ hội ấy đàn áp được lòng hận nghĩa là ta tránh đi nơi khác, nhất là niệm một đề-mục thiền định, hoặc dùng trí tuệ quan sát thấy tội của sân; và nghĩ đến vô thường, khổ não, vô ngã, khi thấy tâm ta sẽ an-tĩnh.

Sự thật trong thế gian này, ai ai cũng có dịp nổi sân, nhưng ít có ai có thể tiếp tục sân trong 30 phút liên tiếp. Nếu có chẳng thì sau khi ấy chắc chắn là không khỏi mệt nhiều. Và trong khi sân như thế cũng có một thời gian ngắn tâm vắng lặng.

Nếu quý vị muốn tránh sân thì xin quý vị nên cố quan sát tâm để dập tắt, khi mới bắt mẫn, hay khi đã sân ta nên chụp ngay cơ hội nào để trốn nó, nếu ta không thể thắng nổi nó.

Tóm lại, nếu ta muốn chặn đứng sân, thì nên có trí nhớ và nên biết mình, để ngăn ngừa nó không cho sanh lên trong tâm ta.

3.- Phương pháp dứt bỏ Sân

Phương pháp này là phương pháp dạy tâm cho trở nên bình tĩnh trong các trường hợp và nên làm cho tâm mát mẻ. Khi ta dạy tâm ta được an tĩnh mát mẻ và điềm tĩnh trong các trường hợp làm cho mình sân, thì chẳng những bản thân ta được hạnh phúc an vui, mà vợ con ta, quyến thuộc, bạn bè, và người cộng sự với ta cũng an vui lây.

Ngoài ba phương pháp kể trên, để đối trị với sân, tôi xin giải thêm ba phương pháp nữa là:

a)- Xem mọi trường hợp là chuyện không không. Ý tôi muốn nói dùng trí tuệ suy nghĩ thấy rằng: mọi việc đến cho ta đều là chuyện không đáng quan tâm. Ví như có người kia mắng chửi ta, ta nên nghĩ: Không biết họ nói gì ta? Nghe chưa kịp, xin họ nói lại một lần nữa. Ví bằng không hỏi lại vì đã nghe rõ, ta nên tìm coi tại sao mà người ấy mắng ta? Điều quan trọng hơn hết, là nên tự nhận điều ấy do nơi mình ra. Hơn thế nữa, nên nghĩ rằng: người ấy đang bị lửa sân thiêu đốt, nên không dẫn được mà mắng nhiếc ta; ta nên

nhấn nhin đi, hơi đâu mà gây gổ với người mất trí, hơn nữa ta Đệ Tử Phật, Ngài có dạy sân là nguồn tội lỗi luân hồi, Ngài thường dạy chúng sanh nên dứt bỏ, mà ta là Đệ-Tử của Ngài nên hành theo lời Ngài để đáp đền công ơn muôn một, ta không nên để các bực trí thức chỉ trích chê khinh, và người đời ghê tởm. Khi người suy nghĩ được như thế, thì lòng không còn bận tới thể sự, hơn thua tranh giành danh lợi với người khác, thì tức nhiên sự mắng nhiếc không thành vấn đề.

b)- Rải tâm từ. Khi tâm ta bị trường hợp làm cho sân lên, thì lập tức phải rải lòng thương hại nhân vật làm cho ta sân; lòng thương hại ấy chính là tâm từ trong Phật-giáo. Ta nên nghĩ: lòng sân hận làm cho người mất bình tĩnh và làm những điều không hay, mất cả đức tánh tốt. Người vì lòng sân nên bị khổ sở, không nhin chịu được, nên bộc lộ ra ngoài những cái mà bực trí thức chỉ trích. Vậy ta không vì vậy mà giận hờn, trái lại nên thương hại người ấy hơn. Nếu ta không mau tránh, thì ta cũng vào vòng sân như thế, và sẽ làm trò cười cho thế gian. Và đó là nguồn làm cho ta phải luân hồi.

Xin nhắc quý vị rằng: đột nhiên ta không thể nào rải lòng từ, khi ta gặp chuyện làm cho ta sân được. Tại sao? Vì nếu muốn rải lòng từ, thì ít nhất ta phải tập tâm ta có lòng từ, trước khi gặp hoàn cảnh làm cho ta sân, nếu ta để đến nơi mà mới rải tâm từ thì bằng thừa thôi. Phải từ trước có hành tâm từ, mới được; người không bao giờ niệm tâm từ, mà rải tâm từ, thì chắc chắn không có kết quả, ví như người muốn chữa lửa, mà không có dự trữ sẵn nước, hay như người đến khát nước mới đào giếng vậy.

c)- Tham thiền. Nếu vị nào có tham thiền, thì mới biết tham thiền là một phương pháp làm cho tâm người từ vọng động trở nên bình tĩnh. Như tôi đã nói ở trên, tâm của chúng ta sở dĩ mà vọng động, là vì bị hoàn cảnh bên ngoài kích thích, nên mất bình tĩnh làm cho tâm sân.

Đức Phật dạy tâm người không khi nào chịu vắng lặng ví như cá với nước hay khỉ trong rừng. Phàm khỉ không bao giờ ngồi yên một chỗ. Tâm ta cũng vậy, không bao giờ chịu ở yên một nơi nào, nó vẫn phóng túng theo các cảnh trần, vì phóng túng theo cảnh trần nên tâm không bình tĩnh. Vậy nên chỉ có một phương pháp duy nhất là phải làm cho tâm bình tĩnh, cũng như muốn cho khỉ đừng chuyền nhảy từ cây này qua cây nọ thì chỉ có một phương pháp là cột nó lại một nơi nào. Vậy hành giả muốn tâm mình trụ lại một chỗ, thì chỉ có một phương pháp là tham thiền, nghĩa là phải niệm 1 trong 40 đề-mục của Đức Thế Tôn đã dạy.

Tôi xin ví dụ: tâm ta như con khi, cây cột để cột khi ví như đề mục để niệm, còn trí nhớ không khác nào như sợi dây cột khi, trí tuệ không khác nào người cột khi luôn luôn coi khi còn chỗ nào phải cột thêm, trí tuệ hằng quan sát coi tâm còn vọng động bởi một nhân gì và tìm thế để diệt trừ nhân ấy. Khi tâm tập được thuần phục rồi, ít khi bị hoàn cảnh bên ngoài chi phối, nếu có bị chướng nữa cũng thức tỉnh lấy mình được, vì nó đã quen ở với khuôn khổ.

Nếu nói sân mà mà không nói đến UPANĀHA thì chưa gọi là hoàn toàn. Nên đây tôi xin giải thêm cho quý vị dễ nhận thức.

Phiền não UPANĀHA nghĩa là cố chấp sân. Phiền não này là chi nhánh của sân, ít khi bộc lộ ra ngoài như sân vì nó thuộc về hạng phụ thuộc. Nhưng kỳ trung nó đem tai hại đến cho ta không ít.

Tóm lại 3 điều quan trọng thuộc về tâm sân là:

1.- KODHA: Sân.

2.- DOSA: Sân hận, có nghĩa là giận dữ làm hại người bằng tất cả các phương tiện khả dĩ làm được. Đây thuộc về phần chánh trong Tam độc là tham lam, sân hận, và si mê.

3.- BHYĀPĀDA: Cột oán thù, ý nói khi sân hận nhưng chưa làm gì được người ta: cố dành để trong tâm, chờ có dịp nào thuận tiện thì sẽ làm, bất luận là thời gian bao nhiêu năm.

Ba phiền não kể trên có liên quan với nhau rất là khăng khít, trong khi đó không có UPANĀHA. Nhưng khi tâm sân sanh lên, ngưng lại nơi ấy, không đi tới sân hận, mà nó cũng không bị dập tắt và còn chấp giữ lấy trong tâm. Vì vậy nên phiền não này không phải là vai chính trong sân hận. Hơn nữa có người đã sân, rồi hết, không bao giờ chấp chứa giận hờn, nên ít thấy nói đến UPANĀHA: Cố chấp sự giận hờn trong tâm.

Nếu có người hỏi: *Vốn có của sự cố chấp giận nghĩa là có giận, tại sao lại còn có tên là UPANĀHA cố chấp giận là gì?*

Đáp: Cố chấp sân (giận) là một phần riêng của KODHA: sân (giận) tạo ra. Ta có thể ví dụ rằng: Ông chủ là KODHA (sân), còn UPANĀHA cố chấp sân là thư ký. Vậy thì quý vị thấy rõ ràng cố chấp là giữ lấy những gì của lòng sân giao cho. Khi sân thấu nhận và giao cho UPANĀHA chứa giữ

nhiều chuyện thì sẽ đi đến DOSA: sân hận (sân hận sẽ giải sau). Nếu người không thể chặn đứng sân, thì sân hận sẽ theo sau liền. Thiết tưởng chúng ta cần nhận định sự cố chấp sân và cột oán thù khác nhau thế nào. Người cố chấp sân là người không bao giờ nghĩ đến sự đánh đập người mà họ đã giận, nhưng không bao giờ họ chịu làm lành với người ấy. Hoặc giả có nói chuyện với người ấy chẳng nữa cũng chỉ vì xã giao, chớ chắc chắn không bao giờ giúp đỡ, khi người kia cần phải được giúp đỡ.

Còn sự cột oán thù thì trên sự cố chấp sân một bậc nghĩa là đã không giao tiếp với người mà họ đã sân hận mà còn cố làm hại cho kì được, bất kì trong trường hợp nào, nếu có dịp đưa đến.

Tai hại của sự cố chấp sân (giận) ấy là:

1.- *Làm cho tâm không yên tịnh*, làm nhân cho tâm vọng động, nhớ đến người làm cho nó sân, vì vậy tâm mất bình tĩnh. Người để cho sự cố chấp trong tâm không khác nào người biết rằng mình đang ở chung với thú dữ, biết nó sẽ ăn hại ta trong trường hợp nào thuận tiện cho nó, nên tâm hằng lo lắng luôn.

2.- *Tâm bị tàn phá*, như trường hợp người nào đã cố chấp giận người khác, khi gặp người ấy nơi vắng vẻ, hay nơi công cộng đều cảm thấy trong lòng hồi hộp khó thở, muốn lánh mặt người ấy. Người còn cố chấp sân trong lòng ví như người mang chứng bệnh ung thư, càng ngày càng ăn lớn ra, vì tâm càng ngày càng bị sân ám ảnh, càng mất sáng suốt và khả năng làm việc.

3.- *Hại cho đời sống*. Người nào hay cố chấp sự giận hờn hay có nhiều người oán thù và gây nhiều nghiệp chướng. Ít nhất là ai cũng tránh xa, mặc dầu quyến thuộc họ hàng cũng không ưa mến người ấy. Người hay sân và cố chấp sân ví như quả bom nổ chậm, không biết nổ giờ phút nào, thì hỏi có ai dám đến gần. Vì thế nên đời sống của người ấy bị lẻ loi cô đơn, không bạn bè, khi có chuyện cần không ai giúp đỡ.

4.- *Hại cho việc làm*. Việc làm của người sân và cố chấp sân ấy thường hay bị trở ngại, vì không người giúp đỡ và cũng bởi tại sân nên làm việc không được khéo léo.

Sân và sự cố chấp sân là thường tình thiên hạ, ai ai cũng biết khỏi phải học. Nhưng phương pháp diệt trừ sân và sự cố chấp sân thì phải học và càng phải cố công hành cho tinh tấn vì đây là phương pháp giải thoát

Hỏi: Người muốn ngừa, dập tắt lửa sân thì phải làm sao?

Đáp: Nơi đây tôi giải một phương pháp giản tiện và công hiệu nhất, nếu quý vị có thể hành được thì kết quả sẽ quá sự mong muốn.

Phàm người chữa lửa thì chữa ngay chỗ lửa đang cháy, cũng như người muốn trừ sân hay dập tắt sân thì trước nhất phải dập tắt nơi phát sanh của nó. Vậy trước hết ta nên tự hỏi: Tại sao ta sân? thì ta thấy rằng: Vì ta chấp đây là ta. Danh vọng ta. Ta là người có quyền chức, giàu sang, có tên tuổi trong xã hội v.v... Vì ta chấp ta như vậy nên ai động tới cái ta là ta giận và cố chấp sự giận hờn ấy.

Ta tự nghĩ rằng: Ta bị xúc phạm. Nếu ta không trả lại thì người đời chê ta là nhát, nhu nhược, khiếp sợ.

Vì sợ mất thể diện. Vì bà luận điệu này mà người ta sân và cố chấp sân. Vậy người muốn trừ sân và không cố chấp sân thì phải diệt trừ nguồn gốc của sân trong lòng ta trước, nghĩa là phải diệt trừ cái ta.

Trước hết ta nên biết ta là gì?

Theo Phật dạy, ta là tứ đại hợp thành. Người vì chấp cái ta ấy nên mới tạo ra nghiệp thiện hay ác và nghiệp ấy làm cho luân hồi. Chúng sanh vì cái ta này nên phải khổ, không sao kể xiết. Cái làm ta chấp là ta ấy, vốn không phải ta, vì nó thường thay đổi, đem lại khổ sở cho ta. Khi ta chết thì ta không đem cái ta ấy theo được. Khi người nhận thấy rõ được như thế, thì người không vì cái ta mà làm điều tội lỗi và không vì việc đời làm cho tâm sân tạo nên tội lỗi.

Nếu người muốn dứt sân và sự cố chấp sân thì nên hành theo hai pháp:

1.- Dứt sân. Điều thứ nhất, muốn dứt sân nên diệt ngay tâm ta, vì tâm ta sân như người chữa lửa chữa ngay chỗ gốc lửa cháy chớ không thể dập tắt nơi đầu ngọn lửa. Vì vậy ta nên tập cho nhẫn nại, từ bi trước và luôn luôn có tâm trong ta.

Người đời sống vì đời nhiều hơn sống vì bản thân mình. Nên khi có nhân vật nào chạm vào ta, làm cho ta bất mãn liền, lắm khi có người cũng muốn không giận, nhưng lại nghĩ rằng nếu mình nhịn thì người đời cho rằng mình ngu, mình sợ v.v.... Vì vậy nên người ấy lại chống lại rồi gây ra oan trái oán thù, chung qui cũng chỉ sống vì thế gian thôi. Nếu người ta nhẫn nhịn thì

mọi việc đều yên. Nhưng người đời có biết đâu, khi mình chống lại với hoàn cảnh bên ngoài để thắng nó thì chính ta cũng phiền não bên trong, là sân rồi. Chúng ta có thua hoàn cảnh bên ngoài thì chỉ có khó chịu đôi chút thôi, nếu ta thua phiền não bên trong là sân thì ta khổ mãi mãi không biết đời nào mới hết, nghĩa là khi ta thắng nhân vật mà làm cho sân ấy, thì chính ta cũng gây ra mối oán thù oan trái và tội lỗi về ngày vị lai vậy. Đức Phật có dạy rằng ATTANAM JITAM SEYYO: thắng được bản thân mình mới cao thượng. Bản thân đây Đức Phật chỉ tâm.

Vậy ta là Phật tử nên cố gắng thắng tâm ta mới gọi là thắng tuyệt đối, vì khi thắng tâm được rồi, không có oán trái oán thù, không lo sợ người trả thù, tâm được thư thái, an tịnh và đến nơi giải thoát.

2.- Làm lành với nhân vật mà mình đã sân (giận). Ý tôi muốn nói rằng khi mà ta không sân, hay là đã sân rồi, nhưng không chấp oán thù, trở lại làm lành và giúp đỡ nhân vật mà ta đã sân (giận). Nếu ta muốn đừng giận, có một phương pháp giản tiện nhất là mọi việc gì ta cũng chịu nhận rằng: phần lỗi ấy là do nơi ta, sở dĩ ta bất bình uất ức vì ta còn phiền não, nên mới còn luân hồi, nên mới có sự sân hận, buồn ghét v.v... Nếu ta không còn phiền não thì không còn sanh lẫn lộn trong thế gian này, thì đâu có khổ vì vậy ta nên cố tu hành để mau chạy khỏi bể luân hồi này.

Tiếp theo KODHA và UPANÀHA cố chấp sân (giận hờn) là DOSA: sân hận. DOSA theo tiếng Phạn có nghĩa là làm hại người. Ý tôi muốn nói là giết hại người hay làm cho người tiêu tan tài sản như đốt nhà, hay phao vu cho người bị tù tội v.v... tóm lại là làm cho người bị đau khổ, thất lợi, hổ thẹn.

Xin quý vị hiểu rằng: Không phải người sân hận làm hại kẻ khác thôi. Trái lại trước hết người ấy làm hại bản thân mình mà người sân hận ấy không biết. Tại sao vậy? Vì người sân hận là người bị lửa phiền não thiêu đốt nóng này trong Tâm, nên không thể nhận chịu được mới dùng lời nói hay việc làm để giảm bớt sự bức bối trong tâm, như thế người sân là người bị khổ trước hơn người bị làm hại. Lại có lắm lúc làm hại người ta không được mình càng thấy khổ và uất hận hơn. Người thường hay sân giận thì mau già, như thế ta thấy người ấy bị giảm thọ rồi, và người ấy dầu đẹp đến đâu cũng trở nên xấu. Vì vậy ta nên thương hại người sân hận hơn là giận lại họ, và ta cũng nên cố tránh lòng sân hận. Đã nói là độc thì sân hận không bao giờ đem sự an vui hạnh phúc đến cho mình.

Đễ dễ thấy và dễ hiểu tôi xin lấy ví dụ, một chiếc ô tô có tốc độ 120 hoặc 200 cây số một giờ. Người tài xế tốt không bao giờ chạy hết tốc lực của nó, anh ta chỉ chạy 8 hay 9 chục cây số một giờ. Nếu chạy hết tốc độ của nó thì chiếc xe ấy chắc chắn không thể chịu nổi đến một tháng, vì xe không hư thì chắc chắn người lái cũng không còn.

Xe ấy cũng ví như con người. Vì mỗi một người đều có một sức lực tiềm tàng đến một mức độ nào đó. Nếu ta xài hết mức độ của sức lực nhiều lần thì thể nào cũng sanh bệnh. Đây tôi muốn nói rằng khi người chưa sân hận thì các bộ phận trong cơ thể của người làm việc bình thường, nhưng khi sân lên, thì các bộ phận trong các cơ thể làm việc tăng gia với một tốc độ nhanh hơn. Vì vậy nên người sân hận có thêm nhiều sức mạnh, có thể làm những việc nặng mà khi chưa sân không thể làm nổi. Nhưng sau khi ấy thì cảm thấy mỗi mệt nhiều. Vì vậy nên sự sân hận làm hại sức khỏe của người ta rất nhiều.

Sân hận đã có khả năng gây tai hại cho sức khỏe thân xác như vậy, huống gì đức tánh hạnh kiểm của con người, như hiếu thảo, nhẫn nại, từ bi v.v...khi người sân hận thì những đức tánh mà các bậc tri thức thường ngợi khen cũng bị tiêu hoại mất.

Cái tai hại của lòng tham lam ví như nước lụt. Nếu lụt xảy đến tất nhiên có gây hư hại, nhưng dù sao cũng còn sót ít đồ vật. Còn cái hại của sân hận cũng như cháy nhà; khi nhà bị cháy thì khó mà còn vật gì lại, có còn chăng là chỉ còn một đống than.

Sân hận ấy là một thứ lửa nóng hơn các thứ lửa, mặc dầu là chất nóng của nguyên tử át cũng không bằng. Lửa bên ngoài chỉ thiêu đốt thân ta nóng nảy thôi, chớ lửa phiền não thiêu đốt lòng ta và còn làm cho ta phải sanh vào 4 đường Ác đạo.

---o0o---

DẬP TẮT SÂN HẬN

Chư vị Phật tử chắc ai ai cũng nghe và học qua rằng bố thí trừ tham lam, trì giới diệt sân hận, trí tuệ diệt vô minh hay si mê.

Theo tôi nghiên cứu thì trì giới chỉ là một bức tường chặn đứng sân hận, cũng như sợ lửa cháy nhà xây tường bằng gạch để ngăn ngừa lửa bên ngoài, hay cũng như đóng một cái chuồng để tạm nhốt sư tử. Nhưng sự thật lửa cũng vẫn còn là lửa, mà sư tử cũng vẫn còn là sư tử bất di bất diệt; nhưng

lửa ấy chưa cháy được nhà vì nhờ bức tường và sư tử chưa ăn người vì bị nhốt thối: Khi tường bị hư ngã, chuồng bị phá vỡ, thì lửa vẫn cháy nhà, sư tử vẫn ăn người. Như vậy sân hận chỉ bị ngăn ngừa hay bị kiềm chế thối, chớ, chưa tắt hẳn và cũng chưa chết thật. Vậy thì trì giới cũng chưa gọi là dập tắt sân hận hoàn toàn.

Chỉ có hai pháp: Từ và Bi, mới là phương pháp dập tắt lửa sân hận được. Vì Từ là muốn cho chúng sanh được an vui. Bi là thương hại chúng sanh và hằng nghĩ đến sự giúp đỡ chúng sanh khỏi khổ được vui.

Tâm từ có trạng thái là hành động hầu đem lại lợi ích cho chúng sanh; có phận sự là đem lợi ích lại cho chúng sanh; có quả cao quý nhất là diệt bỏ sự giận ghét oán thù chúng sanh; và có nơi sanh, là thấy rõ rằng chúng sanh ai ai cũng thương mình như mình thương mình. Vì vậy người có tâm từ không bao giờ làm khổ kẻ khác.

Tâm bi có trạng thái là giúp người đang bị khổ, nghĩa là giúp tắt khổ cho người khác; có phận sự là không thể chịu nổi khi thấy người bị khổ mà không cứu; có quả là không khi nào làm khổ kẻ khác mặc dầu người ấy đã làm cho bản thân mình bị khổ; và có nơi sanh là trông thấy chúng sanh bị khổ trong luân hồi như người đang bị lửa cháy quanh mình không con đường nào thoát được, không có một ai thương hại để giải cứu. Vì vậy người có tâm bi hằng lo giúp đỡ kẻ bị tai nạn, khổ sở.

Từ và bi là phương pháp dạy tâm nóng nảy, sân hận trở nên mát mẻ. Ta có thể nói giới là chuồng nhốt sư tử, và từ bi là phương pháp dạy cho sư tử trở nên hiền lành.

Về phần thực hành, người không thể dùng lòng từ bi dập tắt ngay tâm đang sân hận. Đừng nói là dùng lòng từ bi trong lúc ấy, chính trong lúc người sân hận không hề nhớ đến tiếng từ bi, thì làm sao dập tắt sân hận được. Khi sân hận lắng xuống thì mới nhớ tới từ bi.

Nói đó, không phải tôi chỉ trích lời của phật dạy, vì chính tôi đã thử áp dụng phương pháp nói trên là cố dùng từ bi trong khi sân, thật tôi không thể đè nén sân được dễ dàng, vì tâm từ bi thường thường đến sau tâm sân hận, ví như xe chữa lửa bao giờ cũng đến sau lửa cháy, khi xe đến đàn áp được ngọn lửa, thì thiệt hại cũng ít nhiều rồi.

Vậy trong kinh dạy từ bi là pháp trừ sân hận đã sai rồi chăng?

Đáp: Không! Nhưng tôi nói đây theo một phương diện khác. Tôi nói người muốn diệt trừ được lòng sân hận thì ít nhất phải tập cho tâm có sẵn lòng từ bi trước. Như người ấy phải học tham thiền về đề mục từ bi cho được thuần thục, làm cho tâm mát mẻ đầy đủ khi gặp sân hận mà không sân hận, mới gọi là người có tâm từ bi và mới dập tắt lòng sân hận được. Người có tâm từ bi như người sợ lửa cháy nhà nên họ xây tường cao, làm nhà bằng gạch lợp ngói; không cho có vật dẫn hỏa trong nhà, trái lại trong nhà còn có một bình cứu hỏa. Giới ví như tường rào. Trí nhớ ví như nhà, từ bi ví như bình cứu hỏa.

Người muốn ngăn sân hận thì trước hết nên ngăn và dập tắt ARATI: bất bình. Diệt bất bình thì không có gì khó. Khi người biết rằng ta đã bất bình, thì liền bỏ đi nơi khác là êm chuyện. Nó tự động ngưng ngay lại.

Sự bất bình ví như lửa diêm quẹt, ta có thể thổi tắt được dễ dàng, nhưng rất tiếc là người ta không chịu dập tắt ngay từ khi ấy. Nếu ta để nó đi tới bực tức, thì không khác nào ta để lửa diêm quẹt cháy mừng. Khi lửa ấy cháy tới vách là lửa sân, nếu ta không tắt kịp thì tới nóc nhà ví như lửa sân hận thật khó mà cứu chữa.

Vì vậy ta nên cẩn thận mặc dầu lửa diêm quẹt cũng chẳng nên để duôi, phải dập tắt liền khi thấy có.

---o0o---

OÁN THÙ

Sau sân hận là oán thù. Phạn ngữ gọi là BYÀPÀDA có nghĩa là sân hận và làm hại người có ý nói cột sự sân hận để có dịp hại người.

Quả của sự cột oán thù

Có nhiều người cho rằng cột oán thù là một chuyện tốt. Vì người làm hại thân nhân mình, thì mình phải trả thù là phận sự. Vì vậy người ấy cố tìm thế hại người thù cho đã giận.

Không nói ra nhưng ai ai cũng biết ý nghĩa của tiếng cột nên miễn giải. BYÀPÀDA có nghĩa là cột oán thù, ý nói cột dính người mà mình đã sân hận vào tâm cố ý làm cho người ấy bị khổ bất kỳ một trường hợp nào, hoàn cảnh nào.

Khi người đã cột oán thù rồi thì tâm luôn luôn phóng túng, và lo tìm cách để làm cho kẻ thù ấy bị khổ.

Theo Phạm ngữ chữ BYÀ có nghĩa là làm hại. PÀDA là sự hành động nghĩa là sự hành động làm cho người bị tai hại.

Người đời vì sự si mê che án nên hằng nghĩ rằng ta làm hại người, người ấy sẽ bị đau đớn khổ sở, thật là đáng. Người ấy thỏa thích với sự hành động của mình. Nhưng trái lại đó là một sự hiểu rất sai lầm. Vì người mà khổ sở đau đớn trước nhất, chính là người làm khổ cho người khác, chớ không phải người bị mình làm khổ. Khi mà người nào cột oán thù với người khác chính là người ấy đã đem tai hại vào lòng mình trước rồi. Vậy người cột oán thù ấy có những điều gì hại?

Đáp: Người cột oán thù thường hay mất bình tĩnh, tâm trạng thay đổi không ngừng, khi niệm Phật cũng không thể làm cho tâm an tịnh được, tâm hằng như đục. Nếu người có trí tuệ khi thấy tâm mình như đục, sự an vui bị giảm nhiều, nhất là những thiện pháp trong tâm mình cũng từ từ tiêu diệt, nhất giới đức và thiền định càng lúc càng suy giảm, khi các pháp như nhẫn nại, từ bi, trí nhớ, biết mình và giới hạnh tiêu mất hết, thì chừng đó người ấy mới có thể làm hại người khác được, vì trong tâm không còn có chút thiện pháp nào cả. Như đã giải ở trên, thì chúng ta chắc hẳn nhận thấy cái hại ở trong tâm mình trước, vì tất cả những điều tốt đẹp của mình bị tiêu tan hết, ví như một quả bom. Khi quả bom nổ, đành rằng người khác có hại hay không chưa biết trước được, hay cái hại ấy tới một mức độ nào cũng chưa lường được, mà cái tai hại ghê nhất là chính trái bom ấy không còn hình dạng nữa. Người cột oán thù và làm hại người không biết hại người được tới đâu nhưng chính mình bị thiệt thòi nhiều hơn hết, y như trái bom ấy vậy.

Người mà cột oán thù với ai rồi, thì chính người ấy đóng cửa nhà mình lại không cho lợi ích an vui vào nhà mình. Ý tôi muốn nói rằng khi người cột oán thù với ai rồi, thì không khi nào muốn gặp người ấy và lòng mình bực tức thấy rõ là lợi ích của mình bị ngăn đứng lại. Vì vậy nên đức Phật dạy trong năm pháp gọi là chương ngại có một pháp là cột oán thù.

Người mà đã cột oán thù rồi thì càng ngày càng ít có bạn lành và các bạn trước kia cũng lánh xa.

Người càng làm lớn nên xét và nhận thấy cái hại của sự sân hận và cố chấp oán thù; vì đó là một tai hại lớn nhất do phiền não sanh ra. Khi đã làm lớn mà có tánh này thì các bực trí thức đều xa lánh, tất nhiên sẽ không làm nên

việc gì khác hơn là thất bại. Người nhiều sân hận oán thù không khác nào con tằm nhả tơ rồi quấn mình lại, kết cuộc chết vì tơ của mình. Người nhiều sân hận oán thù bị thất bại trong mọi hoàn cảnh cũng chỉ vì tính ấy thôi.

Nếu trên thế gian này không oán thù nhau, thì thật là một thế giới có nhiều an vui. Đức Thế Tôn có dạy: Là ABHÀPA JJHAM SAKKAM LOKE. Có nghĩa là: Sự không làm hại nhau, không oán thù, là sự an vui trong thế gian này.

Sự cột oán thù ấy có thể chia ra làm ba hạng là:

- 1.- Cột oán thù cô làm hại người, vì người ấy đã làm hại ta.
- 2.- Cột oán thù cố làm hại người, vì người ấy đã làm hại quyền thuộc ta.
- 3.- Cột oán thù cô làm hại người, vì người ấy giúp đỡ người mà ta thù ghét.

Sự phát sanh lên oán thù do nơi ba điều khác nữa là:

- 1.- *Hạng nặng*: Làm hại người vì người xúc phạm đến ta.
- 2.- *Hạng trung*: Làm hại người vì người làm cho người ta thân yêu bị rắc rối.
- 3.- *Hạng nhẹ*: Làm hại người vì người ấy theo phe với người ta ghét.

Người có trí tuệ khi nhận thấy cái tai hại của lòng sân hận oán thù như đã giải trên, xin hãy cố gắng tu những pháp:

- 1.- Trí nhớ.
- 2.- Biết mình.
- 3.- Nhẫn nại.
- 4.- Từ bi.
- 5.- Trì giới.
- 6.- Tham thiền.

Đây là những pháp đối trị SÂN HẬN.

-ooOoo-

[03] - GIẢI VỀ SI MÊ

MOHA nghĩa vắn tắt là Si mê. Si mê là tiếng thông dụng nhất trong Phật giáo, vì vậy nên tiếng này có nhiều ý nghĩa, không như những tiếng thông thường. Si mê có nghĩa là ngu dại, tối tăm, không hiểu và không phân biệt phải quấy, không nhận thức được sự thật (là Vô thường, Khổ não và Vô ngã), không có trí tuệ, mờ tối, không sáng suốt, hiểu lầm.

---o0o---

TRẠNG THÁI CỦA SI MÊ

Si mê thật là khó giải hơn tham lam và sân hận. Vì si mê thuộc về sự không thông hiểu. Ta có thể phân biệt được sự thông minh hơn là si mê dốt nát. Vì ta có thể chia sự thông hiểu ra từng ngành chuyên môn, từng hạng, như hiện giờ có hạng tú tài, cử nhân v.v... Nhưng về sự dốt nát ta không thấy có hạng dốt thứ này, hạng nọ, mà cũng không thấy có ai đứng ra cấp bằng, hay chứng nhận rằng người này ngu dại dốt nát hơn người kia.

Sự thể ấy ví cũng như ánh sáng có thể chia ra từng hạng, như hạng 10 ánh nến, hạng 20 ánh nến v.v... nhưng không thấy có chia ra ngu dốt hạng A, hạng B v.v... Ta có thể dùng tiếng tối đen, tối mịt v.v... nhưng không chia hạng tối ấy ra sao.

---o0o---

MOHA: SI MÊ, LÀ GÌ?

Có người hiểu rằng: Si mê là không thông hiểu. Hiểu như thế là sai lầm. Nếu nói si mê là không thông hiểu thì trên vũ trụ này không có một người nào thông hiểu, vì không có vị trí thức nào thông hiểu tất cả các ngành, các nghề được. Vị nào thật thông minh, thì cũng chỉ chuyên môn về năm ba ngành là cùng.

Nếu muốn biết người si mê hay không, ta nên xem ở nơi hành động của người ấy, chớ không thể dựa vào cấp bằng chuyên môn mà cho rằng người này thông minh, người kia ngu dốt.

Si mê đây không phải là sự không thông hiểu, mà cũng không phải là sự thông hiểu. Người có cấp bằng cao thông thái hay là người ngu dốt nát cũng không gọi là si mê được. Si mê hay không, là do nơi người biết áp dụng sự hiểu biết của mình đúng chỗ đúng lúc. Sự thật người có học thông Tam tạng chẳng nữa mà làm tội lỗi cũng gọi là si mê.

Ta hãy xem lại thân thể ta có tay để làm việc, chân để đi, tai để nghe, mắt để xem, miệng để nói v.v... Mỗi cơ thể có khả năng riêng của nó, ít hay nhiều. Tâm ta có khả năng là biết điều khiển cơ thể bên ngoài, làm việc đúng theo khả năng của nó. Ví như khi lái xe, tay ôm lái xe, hai chân giữ lấy thắng và phanh v.v... Ta không thể đang lái xe mà đánh đàn được, hay nghĩ xao lãng chuyện gì khác được. Tâm phải dùng cơ thể này đúng chỗ mới đem lợi ích cho ta. Nếu tâm điều khiển thân này sai lạc, thì tức nhiên sẽ bị tai hại. Khi làm sai phận sự như vậy gọi là si mê.

Theo Phật giáo, thì tâm là vật biết thiện, ác, tội phước. Khi tâm bỏ thiện làm ác, hay là làm tội lỗi, là vì trong khi ấy tâm bị si mê che ám làm cho tâm tối tăm, không phân biệt được thiện ác. Khi tâm đã làm điều ác, mặc dầu người ấy là bậc có tiếng gọi là thông thái, người có tâm ấy gọi là người si mê.

Hỏi: Tại sao Phật giáo phê phán gắt gao sự thông hiểu và không thông hiểu là si mê, là một phiền não rất vĩ đại, là cội căn của các phiền não khác?

Đáp: Vì nguyên nhân làm cho người thiện trở nên ác do nơi sự hành động không hợp pháp, không đúng theo lẽ phải. Người không thông về các ngành chuyên môn khác hơn sở năng của mình, không gọi là si mê, vì người ấy không làm chuyện sai với phận sự mình, ý tôi muốn nói làm ác. Ví dụ, trong thế gian này biết bao nhiêu người không thông hiểu luật, mà đâu có phạm lỗi hết, vì mặc dầu không hiểu luật mà không làm sai luật, nên không gọi người thế ấy là người si mê. Nếu một ông trạng sư mà làm sai luật mới gọi là si mê.

Ba pháp mới xem qua thì gần giống nhau là:

- 1.- AVIIJĀ: Vô minh.
- 2.- MOSA: Si mê.
- 3.- MICCHĀDITTHI: Tà kiến.

Nhưng xét kỹ thì ba pháp ấy vẫn khác rất xa.

1.- AVIIJĀ: Vô minh, nghĩa là sự không hiểu biết, ý nói không hiểu biết pháp Tứ Đế, là nguyên nhân làm cho chúng sanh luân hồi. Người vô minh ví như người ở trong rừng, không biết và không tìm được con đường đi khỏi ra rừng, cuối cùng chịu chết trong rừng. Sự không hiểu rõ đây là nền tảng của tâm. Tất cả chúng sanh đều có Vô minh. Khi đắc quả A-la-hán, hay Độc giác Phật hoặc Chánh đẳng Chánh giác thì vô minh mới tận diệt.

2.- MOHA: Si mê, ý nói đến sự phân biệt được tội và phước, thiện và ác. Si mê này không phải là nền tảng của tâm mà chỉ là sự lầm lạc của tâm, bởi không dùng trí tuệ làm nền tảng để quán xét cho chu đáo rồi mới thực hành.

3.- MICCHÀDITTHI: Tà kiến. Sự hiểu biết sai lầm, như nghĩ làm tội phước, không có quả, chế` tội lỗi rồi mất không sanh, rồi thật hành theo ý niệm của mình.

Người gọi là vô minh hay si mê, có thể ngồi nghe những lời giảng dạy của các bậc tri thức để vâng giữ hành theo, hay ít nữa cũng có thể phục thiện được. Còn người tà kiến đã không nghe, mà còn tự phụ là mình nghĩ đúng và hành đúng, chấp chắc vào một chuyện mà mình đã nghĩ trước.

Người không hiểu và người hiểu sai lầm vốn khác nhau. Vì người không hiểu có lúc sẽ hiểu, còn người hiểu sai lầm thì khó mà sửa sai được.

Vô minh và si mê là phiền não thật sự, vì đó mà tâm ta như đục, nhưng chưa có hành động, nên chưa gọi là nghiệp. Tà kiến mới thật là tâm nghiệp.

Tóm lại, thì Vô minh là nền tảng của tâm; vì tâm bị vô minh làm nền tảng, nên si mê; vì tâm si mê, nên có tà kiến. Khi tâm tà kiến mới hành động theo sự hiểu biết của nó, đó là tạo nghiệp.

Ba trạng thái ấy liên quan với nhau, có thể ví dụ như người kia mắt làng, nhắm đêm ba mươi trời rất tối, mà họ vẫn không chịu ở yên một chỗ, cứ đi nơi này nơi nọ bị cây đụng vào mắt, càng làm cho mắt đau nhức. Người làng mắt đó ví như tâm có vô minh làm nền tảng. Si mê ví như đêm ba mươi, càng làm cho người ấy mờ thêm, nhưng đây chỉ mờ thêm theo trường hợp, nếu ban ngày thì còn thấy mờ mờ. Còn tà kiến ví như sự di chuyển của người mờ trong đêm 30 vậy, tà kiến là nghiệp, tức là sự hành động.

---o0o---

TAI HẠI CỦA SI MÊ

Trong tam độc, si mê là phiền não quan trọng hơn hết, vì tham lam và sân hận sanh lên đều do nơi si mê làm chủ, khiến tham lam hay sân hận hành động mãnh liệt. Khi không có si mê phụ vào, thì không đến nỗi đi tới chỗ cực kỳ hung ác. Còn riêng về si mê, nó tự phát sanh lên một mình, không cần có tham lam, hay sân hận phụ vào. Như khi đang ngồi lễ Phật, tâm ta phóng túng hoặc trong khi tham thiền tâm ta xao lãng hay hôn trầm đều do

nơi si mê mà ra cả. Vì vậy nên chỉ có A LA HÁN quả mới hoàn toàn diệt tận được phiền não này.

Si mê có nhiều năng lực tác hại:

- 1.- Khi ta thương, si mê nhập vào làm cho ta mù quáng, quên mình có thể làm tội lỗi được.
- 2.- Khi giàu có, si mê xâm nhập vào, làm cho ta mê mết cố chấp lấy của, quên già đau chết, có nhiều càng tạo cho nhiều thêm lên, không hề biết đủ.
- 3.- Khi ta có quyền chức lớn, si mê xâm nhập vào làm cho càng mê theo quyền chức ấy khiến làm những việc không cao đẹp.
- 4.- Khi ta giận si mê nhập vào làm cho ta mù quáng có thể giết hại người.

Nếu ta đã chán mùi thế tục, muốn an tịnh tìm vào nơi tĩnh mịch để tham thiền niệm Phật, thì ta sẽ thấy tâm si mê phát sanh như: Phóng tâm, buồn ngủ, bần thần, lười biếng, giải đãi, lần lựa hẹn giờ này giờ kia v.v...

Trong 16 điều phiền não, lòng si mê chiếm hết 12 điều.

Dưới đây tôi xin giảng sơ lược những phiền não thuộc về si mê và các pháp đối trị.

---o0o---

MAKKHA: BỘI ƠN

MAKKHA có nghĩa là bội ơn. Ơn đây chỉ việc làm của người đã giúp đỡ ta trong trường hợp nào chẳng hạn, mặc dầu bằng một bát cơm, một chén nước. Người biết ơn không bao giờ dám nghĩ tới sự quên ơn và hằng tìm phương thế đền đáp, cho xứng đáng, mặc dầu ơn đức ấy có ít mà ta đã trả rồi cũng vẫn thấy rằng chưa đủ.

Đức Phật dạy, người khó kiếm được nhất trong tam giới này là người biết ơn. Người dễ kiếm nhất là người bội ơn. Trong đời này, người bội ơn quả thật nhiều, không sao kể xiết. Hơn nữa Phật còn dạy cho ta thấy con người vốn có rất nhiều si mê hơn các pháp ác khác.

Người biết ơn có thể chia ra làm ba hạng.

- 1.- *Hạng cao thượng*, biết cúng dường người có công ơn như cha, mẹ, thầy, các bậc cao quý như chư Phật và chư Thánh nhơn.
- 2.- *Hạng trung*, là đền đáp công ơn người đã giúp mình.
- 3.- *Hạng thấp* là nhớ công ơn người đã giúp mình, nhưng không nghĩ tới chỗ đền đáp.

Người bội ơn chia ra làm ba hạng:

- 1.- *Hạng đê hèn nhất*, không nghĩ đến cúng dường công ơn như cha mẹ, thầy tổ, Phật, chư Thánh nhơn, mà còn khinh khi hay làm hại, Phạm ngữ gọi là MAKKHA: bội ơn.
- 2.- *Bực trung*, không biết ơn, mặc dầu có cho hay giúp đến mực độ nào người ấy cũng không cần biết, Phạm ngữ gọi là AKATTANNU: không biết ơn.
- 3.- *Hạng đê tiện*, không trả ơn, không bao giờ nghĩ đến sự trả ơn ai hết, Phạm ngữ gọi là AKATAVEDÌ: không đáp ơn.

Người thuộc về hạng bội ơn này ví như là một tảng đá, ta không thể nào trồng một thứ giống ngũ cốc nào lên đó được. Tâm người ấy xấu không sao nói cho hết được.

Phương pháp diệt Bội ơn

Nếu ta muốn diệt phiền não, thì ta nên tìm tận nguồn gốc của nó. Nguồn gốc của bội ơn là si mê thì ta nên dùng trí tuệ để diệt si mê. Vì người có trí tuệ không bao giờ quên ơn người, hằng suy nghĩ thấy cái hại của sự bội ơn, là đi vào bốn đường ác đạo. Theo sau trí tuệ là hằng biết ơn và cố trả ơn KATTANNU KATAVEDÌ.

---o0o---

PALÀSA: ĐEM MÌNH SÁNH VỚI BỰC CAO NHƠN

Đây cũng là một phiền não tai hại, hôi hám, ai ai cũng chán ghét, nhưng trong thâm tâm của chúng sanh, ai cũng có dẫu ít hay nhiều. Tại sao? Vì nó thuộc vào tâm si mê mà tâm si mê là chúa tể của các tâm khác.

Sở dĩ người ta đem mình sánh với các bậc cao hơn là vì tưởng rằng mình cũng như người cao hơn, giá trị của mình cao bằng người cao hơn, nguyên nhân của tâm trạng ấy là: Biết rằng ta không bằng người ấy.

Nhưng cố khoe khoang hay làm ra người có tài bằng người mình muốn sánh, hoặc nói bằng lời.

Tai hại của sự "Đem mình sánh với các bậc cao hơn"

Là các bậc trí thức không gần, bạn lành cũng xa lánh, không học thêm được những gì hết nút là phương pháp diệt phiền não. Vì người này nặng si mê, khó giác ngộ được pháp giải thoát. Nói tóm lại là người thường đem mình sánh với các bậc cao hơn thì thường hay bị MẤT:

- Mất những pháp lành.
- Mất bạn lành.

Phương pháp diệt "Đem mình sánh với các bậc cao hơn"

Đem mình sánh với bậc cao hơn là một phiền não làm cho tâm người mờ tối, không nhìn thấy trời cao đất rộng, cũng ví như chó chưa hề thấy cọp, tưởng cọp là thú bốn chơn không có gì đáng sợ.

Người bị phiền não này che ám làm cho tâm mờ tối, thì nên dùng trí tuệ mới có thể đối trị được. Sau trí tuệ nên có pháp là ATTANNŪTĀ, nghĩa là biết mình, ý nói người luôn luôn biết rõ bản thân mình, đừng nghĩ ai cũng bằng mình. Khi ta không biết chính bản thân của ta ra thế nào, thuộc hạng nào, nên mới đem mình sánh với bậc cao hơn.

---o0o---

ISSÀ: GANH TỶ

Ganh tỵ là một phiền não, khi thấy người ta được lợi hay được cấp trên khen ngợi, hoặc được thăng chức rồi tỏ ra ganh ghét. Đây là phiền não thuộc về hạng si mê, nó hằng làm cho tâm bực bội khó chịu.

Muốn hiểu rõ lòng ganh tỵ, tôi xin chia ra làm ba phần là: Trạng thái của ganh tỵ, tai hại của sự ganh tỵ và phương pháp diệt trừ ganh tỵ.

Trạng thái của Ganh tỵ

Người muốn xem cho rõ ganh ty hãy xem xét hai thành phần là người ganh ty và sự ganh ty. Như đã giải ở trên người thấy kẻ khác được việc tốt lành mà tỏ ra khó chịu, đó là người ganh ty. Còn sự ganh ty là sự hành động của người ấy, là khi thấy người được việc tốt lành, không thể nhịn chịu được sự bực tức nên nói ra miệng, như chỉ trích hay phê bình hoặc đem dĩ vãng của người ta nói xấu.

Người ganh ty ít thì thấy lòng mình khó chịu khi nghe thấy biết người khác được lợi lộc quyền chức. Người ganh ty hạng trung bình thì khi nghe thấy người lợi lộc quyền chức, không tỏ vẻ hoan nghinh mà tỏ vẻ khinh khi nhưng không nói ra. Người ganh ty tuyệt đối là người, khi nghe hoặc thấy người khác được lợi ích v.v...tỏ ra thái độ khinh thị mà còn chỉ trích đủ phương diện.

Tai hại của sự Ganh ty

a.- *Ganh ty làm hại sự an vui.* Phàm người có tánh ganh ty ít được an vui vì luôn luôn thấy hay nghe thấy người được lợi lộc quyền chức v.v... thì thấy lòng khó chịu, hay khổ lòng.

b.- *Ganh ty làm mất quyền chức và thanh danh.* Phàm người ganh ty ít có bạn lành hay người dưới quyền mình ca tụng khen ngợi, trái lại còn chỉ trích. Như thế thanh danh và quyền chức ngày càng tiêu tan hết. Nếu người ấy là người ở cùng một xóm chắc chắn ít ai dám gần và làm bạn.

Phương pháp diệt trừ Ganh ty

Muốn diệt trừ ganh ty chỉ có pháp HI. Vì thiện pháp hằng vui vẻ và hoan hỉ đến mọi người được an vui và hằng cầu xin cho người được an vui, hỉ là pháp đối trị rất có hiệu lực để trừ lòng ganh ty.

Hỉ có nhiều trạng thái sau đây:

- 1.- Hỉ có sự vui vẻ hay hoan hỉ với mọi người, ý nói hỉ thường hoan hỉ với người được an vui hạnh phúc và hằng cầu xin cho chúng sanh được may mắn.
- 2.- Hỉ có sự không ganh ty là phận sự, nghĩa là không bao giờ ganh ty khi thấy người được hạnh phúc.

3.- Hỉ có sự diệt trừ buồn bực trong lòng mình và cho kẻ khác, đó là quả.

4.- Hỉ có sự thấy của người khác như của mình là nhân sanh. Ý nói rằng người có tâm hỉ thấy của cải của người khác cũng như của cải của mình, nghĩa là, có tâm hỉ hằng trông nom săn sóc của cải của người khác như của cải của mình, không hề muốn làm hại của cải ai cả.

Người có tâm hỉ là người không bao giờ nghĩ tới ganh tỵ, tâm hỉ là tâm làm cho người an vui, không có oán thù, oán trái và có nhiều bạn lành, bực trí thức hằng ngợi khen. Khi người có pháp này trong tâm thì chư Thiên và nhân loại hằng kính nể. Đây là một trong Tứ Vô lượng tâm, hằng có trong tâm của chư Phật, chư Thánh nhơn và các đức Bồ tát.

---o0o---

MACCHÀRIYA: BỔN SẸN

Bổn sèn là một phiền não, Đức Thế Tôn thường nhắc nhở chúng sanh nên diệt trừ, tuy là một chi phụ thuộc của si mê nhưng cũng đem lại hậu quả không nhỏ. Trạng thái của bổn sèn là không bao giờ hi sinh vật gì của mình cho kẻ khác hoặc cho quần chúng, chẳng hạn như giúp cho đồng bào lúc bị tai nạn.

Xin quý vị nhận xét cho kỹ thế nào là bổn sèn theo hai điều dưới đây.

1.- *Tiết kiệm*. Người biết cách tiêu sài tiền của, chẳng hạn khi nhận thấy không nên bỏ vật này vì nó còn dùng được hay không nên sắm vật kia, vì chưa cần dùng đến. Người tiết kiệm khi cần giúp đỡ quyến thuộc hay quần chúng thì không hề tiếc tiền của. Như thế không phải là bổn sèn mà là tiết kiệm.

2.- *Phung phí*. Người xài tiền một cách vô ích, xài vì cho bản thân mình, dầu tốn kém nhiều cũng chẳng sao, nhưng không khi nào hy sinh đồng trình các bậc cho người nào ngoài mình ra, có khi chính quyến thuộc mình cũng chẳng cho. Cũng có hạng người cho chính mình cũng không dám xài, mặc dầu có thêm món nào cũng vẫn nhịn, để tiền coi thôi. Hai hạng người này thuộc về hạng bổn sèn, keo kiệt.

Tai hại của Bổn sèn

Bồn sên hằng làm cho người lạnh lạt đối với đời. Vì người bồn sên không bao giờ biết thương tiếc ai cả, mặc dầu là quyến thuộc. Tâm bồn sên khiến cho trong kiếp này con người phải cô độc, không thân thích họ hàng, vì không ai ưa mến, thậm chí khi có tai nạn cũng không ai giúp đỡ cho. Nếu nói về kiếp vị lai thì tội ít nhất là sanh làm ngựa quỉ (quỉ đỏi), nếu sanh làm người thì là người nghèo khó ăn xin, không họ hàng thân thuộc.

Pháp trừ Bồn sên

Như đã biết bồn sên là một nhánh của si mê, thì phương pháp để diệt trừ nó là trí tuệ. Người dùng trí tuệ quan sát thấy tai hại của bồn sên, và nghĩ thấy thương hại người bị tai nạn hay nghèo khó mà giúp đỡ ít nhiều tùy theo của mình đã có; lại cũng nên suy nghĩ cho thấy rõ là khi ta chết, ta không thể đem gì theo ta được mặc dầu là thân mình, thì của cải tài sản đối với ta có ích gì, có đem theo được chăng là tội và phước. Vì vậy nên người trí tuệ mới có thể dùng pháp CÀGA: Dứt bỏ, ý nói dứt bỏ bồn sên, đem của ra bố thí cho chúng sanh. Sự bố thí là một nét hạnh đáng khen, vì đó là con đường đi của các bậc thánh nhơn, nhất là Phật.

---o0o---

MÀYÀ: XẢO TRÁ

Phạn ngữ Màya có nhiều nghĩa khác nhau:

- 1.- Màya có nghĩa là duyên
- 2.- Màya có nghĩa là ra dấu làm cho người biết điều mà mình muốn nói ra.
- 3.- Màya có nghĩa xảo trá hay thủ đoạn bất chánh.

Nghĩa thứ nhất ngụ ý chỉ người có duyên, như nói có duyên, cười có duyên v.v...

Nghĩa thứ nhì tỏ ra bằng cử chỉ, để người khác biết ý của mình muốn nói gì, như liếc mắt, bậm môi, v.v...

Nghĩa thứ ba ngụ ý nói về thủ đoạn xảo trá của con người, đây mới thật là phiền não. Xảo trá hay thủ đoạn này thường phô bày, làm cho người khác quên mình, tin theo và bị lường gạt, của cải hoặc những gì khác nữa, lắm khi phải mất mạng vì thủ đoạn của người xảo trá ấy.

Nói cho rõ, thì xảo trá là một thủ đoạn của người muốn lường gạt, bày làm cho người kia tin chắc vào, rồi giao cho những gì mà người xảo trá đòi hỏi.

Vậy chúng ta nên thận trọng. Nhiều khi thấy người ta đối với mình thành thật, nhưng bên trong thật là sâu độc, như sự tích cò và cá sau đây:

Ở nơi bụng nọ có nhiều cá tôm cua còng. Có một con cò thường đến để bắt cá ăn, nhưng không được như ý, vì cá tôm nơi ấy đều biết cò là một sát tinh của chúng. Nhân dịp lâu ngày không mưa cò mới đứng cú rũ bên bụng tỏ vẻ buồn, cá đến gần cũng không cần bắt ăn, cá thấy thế mới làm lạ hỏi rằng: "Tại sao hôm nay ngươi không ăn cá? ."

Cò đáp: "Ta lấy làm buồn và thương hại chúng bây, cho chúng bây biết rằng, trời sắp hạn, nước trong bụng sẽ khô, chúng bây sẽ chết hết, ta không biết phương thế nào cứu vãn tình hình này."

Bây cá tôm nghe vậy lấy làm kinh khủng bu lại hỏi rằng: "Vậy chúng tôi phải làm sao? Đi ở đâu bây giờ?"

Cò làm bộ suy nghĩ hồi lâu nói rằng: "Ta đi kiếm ăn có gặp một cái hồ trên núi Hi Mã Lạp Sơn, nơi ấy có nước trong quanh năm, không bao giờ sợ khô cạn, chúng bây có thể đến ở yên không tai hại gì hết".

Bọn cá hỏi: "Vậy làm sao chúng tôi đến nơi ấy được?"

Cò đáp: "Đây mới là một vấn đề nan giải, nhưng ta có thể lần lượt tha chúng bây đến đó."

Khi ấy có một con cá nói: "Chúng tôi làm sao tin cò được?"

Cò nói: "Có gì khó, ta đem một con đi đến nơi đó, để coi cái hồ ấy, rồi đem con ấy về thông tin lại cho chúng bây biết."

Trong khi ấy có một con cá hy sinh đi. Cò cũng đem con cá ấy đi tới một cái hồ to lớn mát mẻ, rồi lại đem cá ấy trở về. Cá ấy mới thuật chuyện lại cho đàn cá nghe, tất cả cá đều tin như lời, nên tranh nhau xin cò đưa đi. Như vậy lần hồi bao nhiêu cá trong bụng ấy đều vào bụng cò.

Ngày chót chỉ còn một con cua. Cò ta cũng muốn ăn luôn, nên hỏi cua bằng lòng đi không? Cua bằng lòng đi với điều kiện là một càng kẹp cổ cò còn

một còng kẹp mỏ cò. Cò bằng lòng vì nó tính rằng khi đẻ cua xuống nó lại mổ ăn liền.

Khi cò ta bay tới một tảng đá, nó bèn đẻ cua xuống, cua không bằng lòng xuống mà còng kẹp chặt vào cổ và mỏ cò. Cò không biết phải làm sao nên đành đưa cua về chỗ cũ. Cua không tha chết cho cò, mà kẹp cổ cò chết luôn.

Tức sanh truyện này có luận rằng đây là một ngón xảo trá mà người đời hằng lầm tin theo, nên mắc phải.

Tích này cho ta thấy rõ rằng người xảo trá, dầu khôn ngoan đến đâu, cũng có ngày thất bại như cò vậy.

Tai hại của sự Xảo trá

Như ta đã thấy trong tích con cò, người xảo trá không sao tránh khỏi tai hại như cò. Người xảo trá hằng hay mất lợi, là vì ai ai cũng biết người ấy xảo trá thì không khi nào tin cậy và được giao phó công chuyện cho.

Phương phá trừ Xảo trá

Đức Phật dạy muốn trừ xảo trá thì cần phải tu pháp Chân-Thật, bắt đầu nên cố thọ trì giới nói dối cho trong sạch, rồi lần lần phát nguyện giữ lấy sự chân thật trong lòng mình nguyện là không bao giờ lừa dối ai. Khi đã hứa với lòng mình thì thực hành không màng trở ngại. Người cố hành pháp này thì sự lừa dối xảo trá từ từ mất dần và chừng ấy ta mới thắng nổi xảo trá trong thâm tâm ta.

---o0o---

SÀTHEYYA: KHOE KHOANG

SÀTHEYYA có nghĩa là khoe những gì mà mình không có, mà nói thành có, hay có ít mà muốn khoe cho có nhiều, với tác ý là muốn cho người đời kính nể mình. Ít nhất là làm cho người khác không dám coi thường mình.

Tai hại của Khoe khoang

Người đời thường hay khoe, nhưng họ không nhận thấy cái hại của sự khoe khoang ấy. Chúng ta hãy để ý coi, người khoe khoang chỉ lờ được người thường thôi, chớ không khi nào lừa được bậc trí thức vì các bậc trí thức

nhận thức thấy rõ rằng người khoe khoang không khác nào cái thùng rỗng lăn đi tiếng kêu to, nhưng kỳ thật là không có gì bên trong hết.

Người khoe khoang là người hay nói nhiều, nhưng những lời nói ấy không có bổ ích vào đâu hết, dầu là cho bản thân họ, ví như bột sà phòng, nghĩa là khi ta càng nhồi quần áo nhiều chừng nào thì bột nhiều chừng ấy, những bột ấy không có nước bên trong chỉ có không khí thôi, cũng như lời nói của người khoe khoang không có giá trị, chỉ làm tốn hơi mà thôi.

Tóm lại là người hay khoe khoang ở những nơi nào cũng thường đem tai hại đến nơi đó.

Phương pháp trừ Khoe khoang

Người khoe khoang là người không biết rõ bản thân mình là người thuộc hạng nào; khoe khoang như vậy hằng có tai hại. Cần phải có pháp ATTANNUTA nghĩa là biết mình, ý nói biết hạng người của mình, giai cấp của mình, học lực của mình v.v... khi biết như thế thì không hề dám khoe khoang.

---o0o---

THAMBLA: CỨNG ĐẦU

Phạn ngữ THAMBHA (cứng đầu) có nhiều nghĩa khác nhau. Nếu là danh từ thì Thambha nghĩa là cột nhà, nếu là động từ thì nghĩa là giúp đỡ, chống đỡ, xét về từ ngữ thì tiếng Thambha không thấy có gì quan trọng hay hư hại gì. Nhưng khi làm hình dung từ của tâm, thì Thambha có ý là cứng đầu, hay có nghĩa là làm cho tâm cứng, không chịu khé vào khuôn khổ của lời chỉ giáo của thầy tổ, cha mẹ. Vì vậy nơi đây tôi xin dịch Thambha là cứng đầu.

Tâm chúng ta có thể trở nên thiện ác tùy theo hoàn cảnh bên ngoài đưa đến. Hoàn cảnh bên ngoài cũng như phân bón cây cho tốt, hay chất độc làm hại cây. Phàm người cứng đầu hay chán với lời giảng dạy của các bậc trí thức, cha mẹ. Ta có thể dạy tâm ta trở thành lương thiện, do nhờ siêng năng và dễ dạy, cho các bậc trí thức thương mến dạy dỗ mau trở nên lương thiện hơn.

Tai hại của Cứng đầu

1.- Đưa sự tai hại đến cho bản thân mình. Người mà được tiến hóa về phần tinh thần là nhờ có các bậc trí thức chỉ giáo. Khi tâm chán nản và không

ham học lời giảng dạy của các bậc trí thức, thì tâm không được tiến hóa trong sự học vấn về đời cũng như phương diện tinh thần, đạo đức. Người cứng đầu thường lầm tưởng rằng chính mình họ là người thông hiểu hơn ai hết. Trái lại các bậc trí thức thấy rằng người tỏ ra cứng đầu chính là người biểu lộ sự ngu dốt của mình ra. Vì vậy nên các bậc trí thức thường khiêm nhượng và chịu khó nghe lời người khác nhắc nhở.

2.- Cái tai hại của cứng đầu là nếu người cứng đầu không chịu nghe lời chỉ dạy của các bậc trí thức mà có quyền chức chỉ huy một cơ sở nào thì sẽ làm hại đến người trong cơ sở ấy.

Phương pháp trừ Cứng đầu

Muốn trừ cứng đầu phải hành động như thế này:

1.- *Đối với người ngoài bản thân ta:*

- Hết lòng dạy bảo bằng lòng từ bi.

- Hành phạt.

- Hành phạt theo thể thức của Phạm Thiên, ý nói rằng khi không dạy được thì người đồng hội hay cùng một chí hướng hãy đồng lòng không giao thiệp với người ấy, nhưng không làm hại oán ghét. Người cứng đầu sẽ bị cô lập rồi sẽ trở nên người dễ dạy.

2.- *Đối với bản thân mình:* Phải nhận thấy cái hại của sự cứng đầu và quả của sự biết vâng lời, rồi lo lắng học hành siêng năng nghe lời giảng dạy của các bậc trí thức, cha mẹ, và làm cho mình trở nên người dễ dạy.

---o0o---

SÀRAMBHA: TRANH ĐUA

Tranh đua là một phiền não làm cho người bị nhiều sự phiền phức hay nhiều tai hại, như:

1.- Tranh đua thường làm cho *các phiền não khác tuần tự phát sanh theo sau*, vì óc tranh đua làm cho tâm vọng động, khiến con người quyết định phải thắng, và phải tìm đủ thủ đoạn làm cho không còn thiện tâm nữa. Do đó các phiền não khác thường theo sau phiền não tranh đua:

MAKKHA: Bội ơn.

PALÀSA: Đem mình sánh với các bực cao hơn.

ISSÀ: Ganh tỵ

MÀYÀ: Xảo trá.

SÀTHEYYA: Khoe khoang.

ATIMÀNA: Khinh khi các bực trí thức.

Những phiền não này hằng chờ cơ hội để xâm nhập vào tâm cho mau thỏa óc tranh đấu.

2.- *Tranh đua hằng làm cho tâm mờ tối.* Khi người bị phiền não là tranh đua nổi lên, rồi không còn nghĩ phải trái, tâm thường hay phóng túng, nghĩ sai lầm, chỉ nghĩ những phương thế nào đánh ngã kẻ mà mình đang tranh đua, mặc dầu người ấy đã đối với ta rất tốt. Phiền não là nhân tạo ra cảnh vật cho tâm, nên người càng nhiều phiền não chừng nào thì tâm càng không có an tịnh, mà dầu đã có cũng bị mất dần dần đi. Phàm tâm con người bị phiền não rồi, không khác nào con tằm bị tơ của mình quấn lấy không còn xây trở được; tâm bị phiền não bao vây, thì không còn nghĩ phải nữa.

3.- *Tranh đua làm cho người mất quyền thế.* Người tranh đua khi đang tranh với người khác, tất nhiên phải có những hành vi không được tốt đẹp nên người đời trông thấy vậy, đều tránh xa, như tội lỗi là các bực trí thức, hằng sợ sự tranh đua.

Tóm lại người tranh đua bị thua lỗ mọi phương diện: mất thanh danh, quyền thế bạn lành. Mặc dầu thắng người mà mình tranh đua ấy, nhưng bên trong ta lại thua phiền não của ta. Vì vậy nên Đức Thế Tôn dạy rằng: Tranh đua là một phiền não.

Phương pháp diệt trừ Tranh đua

Phương pháp diệt tranh đua cũng không có gì khó. Nên có trí nhớ và trí tuệ suy nghĩ thấy cái hại của tranh đua, cái lợi của không tranh đua. Và hằng thỏa thích với những gì mà mình đã có, gọi là tri túc.

---o0o---

MÀNA: NGÃ MẠN

Ai cũng biết ngã mạn là một tật xấu không ai ưa. Phiền não ngã mạn có thể chia ra làm ba bực:

- 1.- Hạng thô thiển (biểu lộ ra bên ngoài).
- 2.- Hạng trung bình (gọi là ANUSÀ: ô nhiễm).
- 3.- Hạng vị tế (gọi là UPAKILESA: thụy miên phiền não, phiền não này ngủ ngầm trong tâm cho đến khi đắc A-la-hán quả).

Tai hại của Ngã mạn

Tai hại của ngã mạn nói ra không hết nhưng có thể tóm lại có ba điều:

1.- *Hại cho bản thân mình.* Vì người ngã mạn thường ý mình là người cao thượng, quý phái, trí thức v.v... còn người khác đều ngu dốt, thấp hèn nên làm mất thân thiện với mọi người bên mình. Người càng ngã mạn, càng thâm hẹp trái đất, ý tôi muốn nói không ai ưa giao thiệp hay thân cận, nên mặc dầu trái đất to lớn, nhưng người ấy sống lẻ loi, hình như quả địa cầu này rất nhỏ bé. Người ấy, tìm không ra một người bạn lành, nếu có chăng thì những người lòn ra cúi đê nhờ vả thôi, nếu có chuyện quan trọng những người này cũng chạy bỏ.

2.- *Ngã mạn làm hại bạn.* Người nào còn giao thiệp với người ngã mạn, thì người ấy cũng bị các bực trí thức xa lánh và những người bạn lành khác chỉ trích và lánh xa.

3.- *Người ngã mạn thường hay khó chịu* trong khi gặp nơi hội họp đông người, vì họ nghĩ rằng ta cao thượng, ta không muốn giao thiệp với hạng người này. Trái lại những người ấy không muốn gần người ngã mạn. Như vậy người ngã mạn cảm thấy bị cô lập.

Phương pháp trừ Ngã mạn

Người muốn diệt trừ phiền não này nên có trí tuệ nhìn lại sự thật, xem kỹ coi ta là hạng người thế nào, có phải ta thuộc hàng vua chúa, hạng trí thức, hạng sang giàu và ta có đặc sắc gì hơn người không. Khi người can đảm nhận thấy mình không có những điều ấy thì nên mau mau dứt bỏ ngã mạn đừng để căn bệnh ấy nhiễm sâu vào thêm. Nhược bằng ta thật là thuộc những hạng kẻ trên, thì ta nên dùng trí tuệ quan sát rằng: ta và người chỉ khác nhau ở chỗ giàu nghèo, sang hèn, thông minh, dốt nát thôi, nhưng có chỗ giống nhau là ta vốn là chúng sanh còn đang trong vòng luân hồi khổ não, và sau khi chết rồi ta sẽ không đem được đặc ân gì theo được, mà chỉ đem tội và phước thôi. Vậy ta có gì cao thượng. Ta nên dứt bỏ tánh xấu ngã mạn ấy. Hơn nữa ta hãy suy nghĩ nhận thấy tai hại của ngã mạn, thì dứt bỏ không khó khăn gì.

---o0o---

ATIMÀNA: KHINH NGƯỜI

Theo Phạn ngữ, ATI có nghĩa là quá hay nhiều. MÀNA là ngã mạn. Ta có thể cắt nghĩa là ngã mạn thái quá. Nhưng ý nghĩa của ATIMÀNA là khinh người. Ngã mạn chỉ cho rằng mình hơn kẻ khác. Còn khinh người thì nói ra miệng, chê bai người khác rằng: Người kia không bằng ta. Trong ấy còn có tánh cách khinh khi bỉ mặt. Thì ra ATIMÀNA từ trong Mạn ra. Khi xét kỹ thì ATIMÀNA là khinh người với hai điều rõ rệt hơn Mạn ngã mạn. Hai điều ấy là ngã mạn chấp ta và khinh khi người. Vì vậy cái hại của ATIMÀNA (khinh người) cũng như là Mạn (ngã mạn).

Đây tôi xin nhắc lại cái hại về sự khinh người của dòng Thích ca.

Hai mươi sáu thế kỷ trước đây, dòng Thích ca là dòng có danh vọng cao quý nhất trong cõi Diêm phù đề, và rất giỏi về cai trị và chinh chiến. Như vậy có ai dám dè rằng dòng Thích Ca phải bị diệt tộc một cách chớp nhoáng, chỉ vì khinh người thôi. Nguyên buổi ban mai kia, Đức vua Ba Tư Nặc, trị vì tại xứ Sāvathī, Ngài đứng trên lầu cao trông thấy chư Tăng đi khát thực, Ngài lấy làm lạ sao chư Tăng vào thành thật sớm, chia ra từng nhóm nhiều ít khác nhau. Ngài mới nghĩ rằng chư Tăng đi thọ thực nơi nào có ai thỉnh các Ngài đó, nên Ngài mới hỏi quan hầu rằng:

- Này hiền khanh, có ai thỉnh chư Tăng thọ thực chăng?
- Tâu Đại Vương, có nhiều nhà thỉnh chư Tăng đến thọ thực.

Đức vua phán hỏi:

- Vậy mỗi gia đình thỉnh mấy vị?
- Tâu Đại Vương, có chỗ thỉnh nhiều, có nơi thỉnh ít. Tùy theo sức của mỗi gia đình.
- Vậy người mời chư Tăng nhiều hơn hết là mấy vị?
- Tâu Đại vương, theo thần biết thì có ông Trưởng giả Cấp Cô Độc thỉnh 2.000 vị, ông Culaanàthapandika thỉnh 500 vị, bà Visàkhà thỉnh 500 vị, bà Supavàsa thỉnh 500 vị.

- Nếu vậy ta thỉnh chư Tăng đến thọ thực trong cung nội thì hay biết chừng nào!

- Tâu Đại vương, thật là hạnh phúc.

Chiều hôm ấy, Đức vua Ba Tư Nặc đến chùa Kỳ Viên bạch Đức Thế Tôn rằng:

- Bạch Đức Thế Tôn, đệ tử muốn xin cúng dường đến chư Tăng hằng ngày.

- Lành thay! Đức Thế Tôn phán.

- Nếu vậy đệ tử xin Đức Thế Tôn cho đệ tử thỉnh trai tăng mỗi ngày một ngàn vị.

- Lành thay!

- Riêng về phần Đức Thế Tôn, đệ tử xin thỉnh Ngài thọ thực hằng ngày trong hoàng cung, còn chư Đại đức khác tùy theo sở định của tăng chúng.

Đức Thế Tôn phán: "Tâu Đại vương, lẽ cố nhiên, một vị Chánh đẳng Chánh giác không bao giờ thọ thực một nhà mãi mãi, vì tất cả nhân loại đều mong muốn được cúng dường cho Đức Phật, cho nên Như Lai phải vì nhân loại."

Đức vua bạch: "Bạch Đức Thế Tôn, nếu chư Tăng hằng đổi phiên nhau đi thọ thực trong hoàng cung, thì khó cho quý Ngài không quen, vậy xin Đức Thế Tôn cho một vị đến thường trực, vì như vậy thì vị ấy thông thạo sự đi lại và nơi thọ thực."

Đức Thế Tôn đáp: "Như thế ấy là Như Lai nhậm lời!"

Sáng ngày, có một ngàn đệ tử Phật đến thọ thực. Đây là lần đầu tiên đức vua trai tăng, nên ngài chưa thông đạo và sự bố thí có tánh cách là quảng cáo cho dân chúng biết. Vì vậy chính Đức vua ngự ra dâng cúng đến chư Tăng. Ngài làm như thế được 7 ngày, Ngài lại giao phận sự ấy cho các quan lo, còn Ngài thì lo việc khác, vì vậy nên sự cúng dường càng ngày càng giảm sự cung kính và vật thực cũng không đủ và các quan làm phận sự không tròn. Khi ấy chư Tăng càng ngày càng giảm, không đến thọ thực trong hoàng cung nữa, chỉ còn có một mình Đức Ananda ráng trì chí nhẫn nại đến thôi.

Đức vua Ba Tư Nặc thấy chư Tăng vào thọ thực trong hoàng cung càng ngày càng ít như thế, Ngài ngờ rằng vì các quan phụ trách việc ấy không làm tròn phận sự hay là vì Ngài không phải là quyền thuộc của Phật, nên chư Tăng không thích đến. Rồi Ngài thâm nghĩ rằng: "Vậy ta phải làm sao cho trở nên quyền thuộc của Phật. Ta phải cưới cho được người dòng Thích Ca về làm hoàng hậu, chừng đó thì chư Tăng và Đức Phật sẽ ngự đến thọ thực."

Đoạn Ngài mới cho sứ thần đến thành CA BÌ LA VỆ xin làm lễ cưới con gái dòng Thích Ca.

Khi dòng Thích Ca tiếp được lời yêu cầu của Đức vua Ba Tư Nặc, liền hội nhau lại bàn việc gả cho con vua Ba Tư Nặc. Sự thật thì dòng Thích Ca không bao giờ muốn gả con cho dòng khác, nhưng nếu không gả thì sợ Đức vua Ba Tư Nặc cử binh đến vấn nạn. Vì vậy họ mới gả con của người thị nữ tên Vāsabhakhattiyā. Sứ thần và đức vua Ba Tư Nặc đều không biết chuyện ấy.

Mười sáu năm sau, thái-tử Vidùdabha tưởng rằng mẹ mình là dòng Thích Ca cao quý, nên xin mẹ cho phép về thăm quê ngoại. Hoàng hậu thấy con quyết về thăm quê ngoại như vậy không biết phải nói sao, nên cho người về báo dòng Thích Ca hay trước và yêu cầu tiếp đón nồng hậu.

Khi hoàng tử Vidùdabha ngự về thành Ca Bì La Vệ với quan hầu thật trang nghiêm, thì dòng Thích ca đã cho các công nữ, và hoàng tử đi chơi xa, vì dòng Thích ca không bao giờ chịu làm lễ ai mặc dầu bằng một cái chấp tay xá.

Khi đến sân châu thái tử Vidùdabha được một vị đại thần đưa đi giới thiệu cho từ vị trưởng thượng dòng thích Ca. Thái tử Vidùdabha làm lễ các vị xong, mới hỏi vậy các hoàng huynh đệ đi đâu hết, không thấy có mặt vị nào. Vị đại thần đáp rằng:

Những vị ấy mắc đi học xa, có vị đi săn bắn chưa về. Thái tử Vidùdabha tin bằng lời.

Đến ngày thứ tư thái tử Vidùdabha cáo từ ra về. Những thị nữ trong hoàng cung rất bực mình, vốn muốn cho thái tử về mau, nên khi thái tử vừa ra đi, thì bọn thị nữ lấy sữa tươi rửa chỗ ngồi của thái tử và nói rằng: "Thứ đồ con của đây tở mà cũng làm cho chúng mình nhọc công!"

Ngay khi ấy, có một vị quan hầu của thái tử trở lại lấy cây gươm của thái tử bỏ quên nghe được lời ấy, bèn tâu lại cho thái tử nghe. Thái tử Vidùdabha lấy làm căm tức nói rằng: "Ngày nào đây ta sẽ lấy máu cổ của dòng Thích ca để rửa mặt đất!"

Thời gian qua, đến khi thái tử Vidùdabha được trị vì xứ Sàvatthi là xứ hùng cường nhất trong thời kỳ ấy, điều mà Ngài nhớ trước hết là lời khinh khi của những người tỳ nữ của dòng Thích Ca nên Ngài truyền ra quân và chính Ngài thân chinh.

Đức Thế Tôn biết trước rằng dòng Thích Ca sẽ bị tiêu diệt do tay của vua Vidùdabha. Ngài nghĩ thương hại cho cả hai bên thắng cũng như bại đều bị tiêu diệt nên Ngài mới ngự đến nơi biên giới của hai nước Sàvatthi và Ca Bi La Vệ.

Khi trông thấy Đức Thế Tôn, đức vua Vidùdabha mới đến gần lễ bái xong rồi hỏi rằng: "Bạch Đức Thế Tôn, tại sao Ngài ngự dưới cột cây nhánh lá thưa thớt trong buổi trưa nóng nực như thế này? Xin thỉnh Ngài đến ngự dưới cột cây kia mát hơn".

Trong thâm tâm, vua Vidùdabha muốn thỉnh Đức Thế Tôn ngự qua cây khác là muốn cho trông đường đặt quân Ngài đi qua. Ngài sợ khi quan quân trông thấy Đức Thế Tôn sẽ ngã lòng, vì tất cả quan quân ai ai cũng kính trọng và rất trong sạch với Đức Thế Tôn, thì sẽ không chịu đi giết hại dòng Thích Ca.

Đức Thế Tôn đáp lời rằng: "Tâu đại vương, bóng cây kia thật là mát, nhưng bóng mát của quyền thuộc còn mát hơn bóng cây ấy".

Đức vua nghe qua liền hiểu rằng Đức Thế Tôn ngự đến nơi đây là để ngăn Ngài không cho giết hại dòng Thích Ca. Vì lòng kính nể và thương mến Đức Thế Tôn, và nghĩ rằng Ngài là cậu mình, nên đức vua lễ bái xong lui ra và truyền rút quân về thành.

Nhưng đức vua Vidùdabha chỉ dẫn lòng được ngay lúc đó thôi; lúc sau Ngài lại cử binh đi nữa. Như thế đến ba lần mà lần nào cũng gặp Đức Thế Tôn, đức vua đều trở về đủ ba lần.

Đức Thế Tôn đón đức vua Vidùdabha cả ba lần nhưng biết không thể cản được, nên Ngài không đến cản lần thứ tư. Ngài biết rằng nếu là nghiệp và oan trái thì không thể nào giải được, mặc dầu Ngài là Phật.

Vì vậy đến lần thứ tư, Đức vua Vidùdabha xua quân vào tận diệt dòng Thích Ca. Vì dòng Thích Ca là dòng tu hành thọ ngũ giới rất trong sạch nên không kháng chiến, để quân Đức vua Vidùdabha vào thành tàn sát dễ dàng.

Tai hại của dòng Thích Ca phải gánh chịu đó là do nơi sự khinh khi kẻ khác mà ra.

Người khinh khi kẻ khác có thể chia ra làm hai hạng, một hạng khinh khi kẻ khác bằng lời nói và hạnh thứ nhì thì khinh khi người ngấm trong tâm mình. Hạng người thứ nhì không khinh khi người vì nghèo hay ít học hoặc dốt nát hay gia đình hạ lưu mà khinh khi vì đủ mọi việc mà không phô bày ra bên ngoài cho người ta biết. Bệnh này thật là khó chữa không khác nào ung thư bên trong. Phiền não này thật là tai hại cho tâm.

Muốn trừ phiền não ấy, ta nên nhận thấy quả của khinh người như dòng Thích Ca, ta phải làm cho tâm biết kính trọng người trưởng thượng mặc dầu hạng người ấy thuộc giai cấp nào, đừng quên rằng dầu sao họ cũng là người như ta, khi chết cũng thú như nhau. Chúng ta hãy xem coi chúng ta có gì quý hơn người, khi chúng ta nhỏ nước miếng vào một cái ly hỏi chúng ta có thể liếm nước miếng ấy lại được không? Tất nhiên là không. Ta cao quý và trong sạch ơn người khác ở chỗ nào, chính bản thân và đồ vật trong người của ta ra mà ta cũng vẫn gớm như thường. Tóm lại muốn diệt sự khinh khi người ta, phải có pháp ATTANNÛTÀ nghĩa là luôn luôn có sự nhận thức biết ta là hạng nào.

---o0o---

MADA: SAY

Phiền não này có nghĩa là say, nhưng say của tâm chớ không phải say của thân. Cái say của thân là say rượu, say trà, say thuốc, say nắng v.v... Những cái say này có thể hết được không cần chữa. Nhưng cái say của tâm thì thuốc chữa cũng chẳng lành mà nằm nghỉ cũng chẳng hết.

Người đời khi có tiệc hay bạn bè rủ uống rượu chơi, lỡ say, đây thuộc về thân say. Còn người nào không có rượu là chịu không được, phải có rượu uống mới được, không vậy thì buồn bực quạo v.v... Đây thuộc về tâm say. Tóm lại khi ta thấy người say ngã tới ngã lui, ấy ta chưa chắc người ấy say thân hay say tâm. Phải đợi coi hành vi của họ, vì cái say có rất nhiều hình thức, phải xem kỹ sự hành động mới có thể định được.

Tai hại của sự Say

Phàm người đã say, dầu say một vật nào, vật ấy cũng là nguyên nhân đem tai hại đến cho ta ít hay nhiều tùy trường hợp. Vật nào làm say người cũng thường làm cho mất thanh danh, mất tín nhiệm, các bậc trí thức chỉ trích, bạn bè lánh xa; công việc làm ăn bị đình trệ; cái hại nhỏ nhất là trong gia đình bị xáo trộn, như vợ không kính nể, con không vâng lời, kẻ giúp việc trong nhà cũng chẳng kiêng nể.

Phương pháp trừ Say

Phàm người có trí nên nhìn thấy cái hại của mình, gia đình mình và con mình, nên lánh xa những gì làm cho ta say như rượu, á phiện, cờ bạc, đàng điếm. Theo lời Phật dạy, các đệ tử không nên mê theo ngũ trần dục lạc, vì đó là nguyên nhân luân hồi. Đức Thế Tôn thường dạy nên suy tưởng đến cái hại của ngũ trần để mà xa lánh. Ngài ví ngũ trần như ngọn đuốc cháy mạnh, người mê theo ngũ trần không khác nào là người cầm ngọn đuốc ấy chạy ngược gió, hoặc ngũ trần không khác nào con dao bén có thoa mật, còn chúng ta như những trẻ con không biết đó là con dao bén, mà đưa lên liếm. Ngũ trần ví như mật có chất độc, chúng ta là người ít trí tuệ ham uống chất ngọt, nên nhiễm độc. Đức Phật thường dạy ngũ trần là sắc đẹp, tiếng hay, mùi ngon, vị thơm, sự cảm xúc mềm mại mà chúng sanh thường ưa thích, là nhân đem lại cho chúng sanh khổ nhiều vui ít. Nếu có vui chẳng thì chỉ vui chốc lát mà khổ nhiều năm. Chúng ta ví như người ngồi giữa đồng lửa đốt chung quanh nóng nảy khó chịu không sao kể xiết được, nhưng khi có trận gió thổi qua ta cảm thấy mát, nên quên cả sự nóng bao nhiêu lâu. Lửa ấy là cái hại của ngũ trần, còn ngọn gió thoảng qua là sự vui của ngũ trần.

Người mà muốn trừ được sự say mê nên có trí nhớ và trí tuệ để nhận thấy cái khổ của ta vì say mê tài, sắc, danh, lợi, mà khổ không ngày giải thoát được .

---o0o---

PAMÀDA: DỄ DUÔI

Dễ duôi có nghĩa là làm việc không có trí nhớ, hay có thể nói làm việc không cẩn thận. Khi người làm việc thiếu trí nhớ và không cẩn thận thì việc làm thường hay hư hỏng nhưng đó chỉ là tiểu tiết, có thể trông thấy trong hành động của người dễ duôi. Còn những chi tiết quan trọng hơn mà ta không nhìn thấy được, vì không biểu lộ ra bên ngoài mới thật là chân tướng

của dễ duôi. Nói đến sự dễ duôi này, Đức Thế Tôn ám chỉ người thiếu trí nhớ và trí tuệ, không bao giờ nghĩ đến rằng mình đã già, mình đang đi đến nơi tiêu diệt, tức là đến chỗ chết nó chờ mình. Người đời không bao giờ thấy cái chết thật gần bên ta, ta có thể chết vì đủ mọi phương diện hoặc vì xe đụng hay vì những tai nạn nào khác không kể xiết được. Nhưng người đời vì dễ duôi, nên nghĩ không bao giờ mình bị những chuyện ấy. Đức Phật dạy: Mỗi phút qua, chính là chúng ta đi đến gần cái chết. Những người chết rồi không đem gì theo được, mặc dầu giàu có sang trọng, tiền nhiều của dư. Người chỉ miệt mài theo tài, sắc, lợi, danh quên mình như thế, gọi là người thiếu trí nhớ, thiếu trí tuệ, là người dễ duôi.

Đức Phật có dạy rằng: PAMÀDOMACCUNOPADAM nghĩa là sự dễ duôi là con đường đi đến chỗ chết.

YE PAMADA YATHÀMATA: Người dễ duôi ví như người đã chết. Câu này có ý nói là người mặc dầu còn sống nhưng không làm gì lợi ích cho mình kiếp này và đời vị lai thì không khác nào người đã chết.

Phương pháp diệt trừ Dễ duôi

Phương pháp diệt trừ dễ duôi bên ngoài là cố tập cho có trí nhớ. Trí nhớ là pháp quan trọng nhất nên đức Phật dạy pháp tứ niệm xứ là: niệm thân, niệm thọ, niệm tâm và niệm pháp.

Niệm thân có hai phương diện khác nhau: a) bên ngoài, và b) bên trong.

a.- Người niệm thân là người hằng nhớ đến thân mình, biết rằng ta đang đi, đứng, hay nằm ngồi, hoặc làm gì, luôn vẫn có trí nhớ quan sát, vì ta không có trí nhớ quan sát, nên khi làm gì xong rồi ta lại quên đi, hay khi ta đang làm, nhưng ta thiếu trí nhớ làm cho chuyện ấy không được hoàn toàn chu đáo. Trong tứ niệm xứ, nói niệm thân là nói khi đi ta giở chân lên cũng biết ta đang giở chân lên, khi để xuống biết ta để xuống, mà để gót xuống trước hay bàn xuống trước. Trí nhớ kỹ càng như vậy trong mọi công chuyện thì không khi nào ta bị thất bại. Quý vị cố tập theo lời này, chắc chắn sẽ thấy trí nhớ tăng trưởng; người không tập thì trí càng ngày càng xa mình dần, thành ra ta nói ta hay quên là vì vậy. Đó là đức Phật dạy sơ cho ta tập trí nhớ bên ngoài.

b.- Phạm ngữ KÀYA nghĩa là (thân) hội họp. Hội họp những gì? Hội họp 32 thể trước như tóc, lông, móng, răng, da v.v... và 32 thể ấy do nơi tứ đại là đất, nước, gió, lửa tạo thành.

KÀYA cũng có nghĩa là chỗ sanh ra những vật bản thủ, đây có ý nói thân này là vật cấu tạo do nơi những vật không sạch của mẹ cha, và chính nó hằng tiết ra những mùi hôi thúi. Hơn ấy nữa, thân này lại sanh ra những vật nhơ nhớp hơn tất cả các vật nhơ nhớp, là sự HUNG ÁC của con người.

Chữ KÀYA do chữ KU và ÀYA, KU có nghĩa là bản thủ; ÀYA có nghĩa là hội họp.

Khi đức Phật dạy niệm thân bên trong thân, Ngài cố ý dạy hãy suy nghĩ thấy mỗi phần nhỏ riêng biệt nhau ở trong một khối lớn, chia thân này ra từng phần như tóc, lông, móng, răng, da, thịt v.v... chúng ta nhận thấy mỗi phần có tên riêng của nó thì cái gì là của ta, là ta, là người; vật mà ta vẫn chấp thân này là của ta.

Khi chúng ta chia ra từng phần khác nhau như vậy, chúng ta lại thấy rằng các thành phần ấy đều dưới quyền sở hữu của 4 pháp:

- 1.- ANICCATO: Thân này là vô thường (không bền vững).
- 2.- DUKKHATO: Thân này khổ não.
- 3.- ANTTATO: Thân này vô ngã (không phải ta, không phải của ta).
- 4.- ASUBHATO: Thân này rất là nhơ bẩn.

Đức Thế Tôn có dạy: Hành giả nên quan sát thân này như vậy: "Về phần trên từ tóc xuống đến da bàn chân, về phần dưới lên từ da bàn chân đến tóc, thân ta bao bọc bằng một lớp da và thân này có 32 thể tạo thành. Nay các thầy Tỳ khưu nên quán tưởng thấy thân ta như thế".

Khi người thấy trí nhớ thô siêng là nhớ đến mọi sự hành động của mình bên ngoài để diệt trừ sự dễ duôi, không làm sai lầm trong công việc. Đó là niệm bên ngoài. Còn suy nghĩ thấy thân như niệm bên trong đã dạy trên kia để làm cho người không dễ duôi ham mê theo tài, sắc, lợi, danh, thì mới là phần quan trọng, là con đường đi ra ngoài biển Luân hồi. Khi tâm người không dễ duôi, thì không chạy theo trần dục, tâm ấy sẽ được thanh thoi, không nóng nảy vì lòng tham ái, sân hận và si mê. Đây là pháp không dễ duôi và diệt trừ sự dễ duôi.

* * *

Như trên đây quý vị đã thấy Si mê là nguồn gốc của mọi phiền não khác. Tham lam hay sân hận chỉ có đôi ba chi liên hệ với phiền não chánh thời, riêng si mê có cả 12 chi mà mỗi chi đều rất quan trọng. Nếu quý vị thấu hiểu

những phiền não đã kể trên và cố tâm quan sát coi nó phát sanh lên do nơi đâu, trong trường hợp nào, xong quý vị lại diệt trừ nó theo pháp đối trị thích ứng thì chắc chắn quý vị sẽ đặng an vui trong kiếp này và đời vị lai.

Rất mong rằng quyển sách này đem đến cho quý vị nhiều lợi ích. Cầu xin phước báo tôi cố viết quyển này hộ trì vị nào đã xem qua, được mau giải thoát khỏi Tam độc.

Maha Thongkham Medhivongs

Hết

-ooOoo-