Nhật tụng Kālāma – Kinh tạng trích diễm

Kinh Lạc Khổ 1 – 03/08/2025

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép.

Thưa bà con,

Trưa nay chúng ta học bài kinh Khổ Lạc.

Đây là bài kinh tôi cho rằng người tu Phật, tin Phật, thờ Phật, noi theo dấu chân Phật cầu giải thoát không thể không biết bài kinh này.

Từ xưa tới giờ, hễ nói Phật pháp, bắt buộc nói 2 chuyện:

Chuyện thứ nhất - Đạo này chỉ dành cho người chán sợ sanh tử, không muốn tiếp tục hiện hữu nữa. Lý do là vì Mọi hiện hữu là Khổ. **Đạo Phật là dành cho người chán sợ cái Khổ**.

Có vấn đề lớn ở đây: Tuyệt đại đa số (>99%) cứ nói tới Khổ là nghĩ máu lệ, cái gì đổ máu, rơi lệ, đau đớn, quằn quại của thân, tâm/ hồn, xác mới gọi là Khổ. Thật ra cái khổ trong đạo Phật sâu hơn như vậy - không chỉ riêng gì đắng cay đau đớn là Khổ mà ngọt ngào cũng là khổ. Vì sao? Bởi vì, nó có nhiều lý do, nhiều định nghĩa:

- Muốn không được là khổ.
- Được rồi phải giữ là Khổ.
- Giữ không được là khổ.
- Hạnh phúc là mặt trái của đau khổ. Đau khổ và hạnh phúc không rời nhau. Thật ra, đau khổ chính là sự vắng mặt của Hạnh phúc. Hạnh phúc là sự vắng mặt của đau khổ. Đói - được ăn là hạnh phúc, Khát- được uống là hạnh phúc, Lạnh - được ấm là hạnh phúc, Bệnh- Chữa lành là hạnh phúc, tiếc nuối được bù đắp là hạnh phúc, nhớ thương được gặp gỡ, gặp mặt là hạnh phúc, ... Như vậy tất cả những cái gọi là Hạnh phúc chỉ là giải pháp cho Đau khổ.

Thử tưởng tượng nếu ở cõi thiên đường nào đó, ở đó không có sanh ly tử biệt, đời đời sánh cùng nhật nguyệt, không có mất mát, đổ vỡ, chia xa, ngăn cách, không có người xa người, không có gần kẻ ghét xa người thương thì thử tưởng tượng nếu mình ở cảnh giới như vậy thì: Có gì là hạnh phúc? Tất cả Hạnh phúc của chúng ta đều là giải pháp cho đau khổ. Mỗi lần một cái đau khổ được giải quyết mình gọi là Hạnh phúc. Khẳng định như vậy.

Có nhiều thứ ở cuộc đời tôi có tôi không vui nên khi mất tôi không khổ. Khi đời sống không có gì vui không có gì khổ thì làm gì có nhựa sống, sinh lực để sống nữa. Phải có cái tôi ước ao, phải có giây phút tôi được toại nguyện, phải có cái muốn mà không được,...Phải có tất cả đắng cay đó: Muốn mà không được – cuối cùng có được, tránh mà không được – cuối cùng tránh được. Cái đó mới hạnh phúc. Như vậy, suy cho cùng: Mọi hiện hữu là khổ vì Đắng cũng khổ mà Ngọt cũng khổ.

Tất cả cái khổ ở đâu ra? Nói theo trong đây, ngài Xá Lợi Phất dùng từ : Abhinibbatti - tái sinh = có thân này là khổ.

Lão Tử nói: Ngô sở dĩ hữu đại hoạn dã vị ngô hữu thân, cập ngô vô thân, ngô hữu hà hoạn giả? = Ta sở dĩ có khổ đau, tai nạn là do có thân này; Nếu ta không có thân này làm gì ta có khổ. Cách đây hơn 2000 năm, Lão Tử là một triết gia của Trung Quốc đã thấy điều đó. Và ngay cả ông Stalin – một lãnh tụ cộng sản cũng nói một câu gần giống, với ý của ông, nhưng trên nguyên tắc câu đó đúng, ông nói 3 chữ thôi: Chết là hết. Dưới tay ông có lực lượng KGB hùng mạnh, trung tâm tình báo phản gián của Liên Xô cũ, mỗi lần có chuyện cần thanh lý nội bộ, những nhân vật lớn bằng trời có dấu hiệu phản động ông chỉ nói câu đó cho KGB – chết là hết, hễ còn sống là có vấn đề - nói với KGB về ý nghĩa kỹ thuật, hình sự, thế tục. Nhưng vô hình trung trong đạo Phật câu đó đúng – Chết là hết, hễ còn hiện hữu, còn sống là còn có vấn đề.

Hình sự học Trung Quốc cũng có câu: Người chết không biết nói. Hễ nó còn sống là có trăm ngàn cách rò rỉ.

Đạo Phật nói: Hễ còn hiện hữu là có vấn đề.

Khổ như trái sung, thân xác như nhánh sung, hễ có nhánh sung là có trái sung. Nó có vấn đề.

Bài kinh sâu chỗ này: Xưa giờ mình nói khổ toàn nói chuyện thấy ghê không – già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ.

Ngài Xá Lợi Phất nói mấy cái đó khổ đã đành, mà ngay cả chuyện có thân này phải tắm rửa ăn uống, gặp gỡ, tiếp xúc,... tất cả đều là Khổ.

Những người không tin Phật, không sống với tinh thần thực nghiệm Tuệ Quán Tứ niệm xứ thì không tin cái này lắm. Chỉ kẻ nào sau những va vấp, thử thách nghiệt ngã của đời sống, sinh ly tử biệt, mất mát đổ vỡ, bệnh hoạn, tình cảm, tài sản, ... bị mấy cái đó bước đầu mới tìm đến đạo Phật, rồi khi học giáo lý mới biết thêm: Dầu những chuyện đau lòng đó không xảy ra, ngay bản thân chuyện mình có mặt ở đời đã là khổ rồi.

Hành giả sống chánh niệm liên tục mới có cơ hội thấy chuyện xỉa răng, rửa mặt, đánh răng, gội đầu, nấu nướng,... tất cả đều là Phiền. Người sống miên mật trong chánh niệm, ngoài giây phút tỉnh thức trong từng sinh hoạt lớn nhỏ, khi ngồi/ nằm yên họ quay về với hơi thở, thở ra- vào, dài-ngắn với tất cả sự tỉnh thức mới thấm thía: Vì đâu kinh dạy Mọi hiện hữu là khổ. Từng sinh hoạt lớn bé đều phiền, xui chỗ là không làm không được.

Mình tắm gội xong, mới xong bữa nay, ngày mai tiếp tục tắm gội, tiêu tiểu, bài tiết như cũ. Vòng quay đó lặp đi lặp lại bao nhiêu lần mà mình không chán. Vì Vô Minh. Lâu lâu có một vài vị ngọt chen vào: Một chút thành tựu trong tài chính, mtột chút vị ngọt trong tình cảm, trong quan hệ xã hội, một chút thú vui du lịch, mua sắm, thể thao, ăn uống,... nhờ vậy mình thấy nó đẹp. Mà ngẫm kỹ nó chỉ là giải pháp cho từng cơn đau. Khi còn trẻ, khỏe, ngon lành, đẹp, giàu không có cơ hội nhìn lại đó là khổ. Đến ngày thấp khớp, sỏi thận, tiểu đường, cao máu, tim mạch, ... bao nhiêu vấn đề ập xuống mới thấy: Giá không có của nợ mấy chục ký này tình hình không thê thảm như vậy. Giờ thì chưa thấy. Đã có thân phải có giai đoạn đó.

Giả định chúng ta về trời, với những vị trời là bậc hiền trí họ thấy chuyện ăn rồi bay vòng vòng giữa các thiên hà để đi về đâu?

Phim Twilight, nhân vật ma-cà-rồng hỏi người yêu: Giả định chúng ta sống hoài không chết thì chúng ta sẽ sống cho cái gì?

Phải có đắng, có ngọt nó mới có giá trị, có ý nghĩa. Cứ như vậy, đắng- ngọt- đắng- ngọt... Chình cái đắng là mẹ ruột cái ngọt.

Thằng bé 4 tuổi hỏi ông cố 90 tuổi, sáng nào cũng thấy ông thử máu, thử đường nó hỏi: Thử đường làm gì? đau quá, ghê quá, sợ quá mà ngày nào cũng thử đường. Nó 4 tuổi biết giải thích sao. Ông nói: Thử đường để sống lâu, sống hoài với cháu. Nó hỏi: Sống lâu để thử đường hả ông?

Câu chuyện nghe rất trẻ con nhưng với đạo Phật câu chuyện đó rất sâu.

Thằng bé thấy mẹ tập trong phòng gym trong nhà, sáng nào cũng tập: chạy bộ tại chỗ, treadmill, nâng tạ, ... nó thấy nó tò mò, bữa mẹ nó đùa, tập như mẹ cho khỏe, nó bắt chước nhún nhún, quơ quơ vài cái nó mệt, nó ngồi phịch xuống: Khỏe rồi. Mẹ nói: Tập vậy khỏe gì, tập như mẹ mới khỏe. Nó bảo: Không. Con khỏe vì con không phải tập. Con khỏe vì con ngưng tập rồi.

Khi không biết Phật pháp mình chỉ biết danh lợi, chỉ biết vun đắp, vun xới cho tình cảm, sức khỏe, nhan sắc, tiếng tăm, quyền lực,... đến một ngày mọi thứ - tuổi trẻ, sức khỏe, nhan sắc, tình cảm từng bước lìa bỏ mình thì mình mới có cơ hội tỉnh táo để nghiệm lại - Bao nhiêu năm cuộc đời chỉ phấn đấu cho cái hoàn toàn ảo tưởng. Xui chỗ là vì vô minh sâu dày mình không chịu thấy những nỗ lực đó là vô ích, kể cả người Phật tử vẫn viện cớ: Không đi làm lấy gì nuôi gia đình. Đó là trên nguyên tắc họ nói như vậy. Nhưng phải nhìn nhận họ liên tục thấm thía, gậm nhấm cái gọi là hạnh phúc. Đương nhiên cái đau, buồn, khổ lúc nào cũng nhiều hơn cái ngọt ngào hết. Tôi bảo đảm lúc nào cũng vậy.

Trong kinh kể câu chuyện: Khuya anh đó nằm trong nhà nghe tiếng cạy cửa, ảnh nhìn ra thấy 6 thanh niên xăm trổ, mặt mày hung tợn cầm hung khí đứng ngoài, ảnh biết nó vô là mình không có đường sống, ảnh tung cửa chạy, tụi nó bám sau lưng. Ảnh đi qua chỗ quẹo, thấy giếng hoang, nhảy xuống, giếng sâu, thấy có rễ cây thòng xuống anh chụp rễ cây đu tòng teng. Đám cướp đuổi tới tìm quanh không thấy ảnh. Ảnh nhìn xuống: dưới là 4 con rắn – xanh, vàng đỏ, trắng, nhìn là phát một là về trời- trên : cướp, rễ cây mà đứt là coi như xong, ảnh nhìn kỹ rễ cây đang bị 2 con chuột trắng, đen cạp, tối đa 15 phút ảnh rớt xuống dưới. Trong lúc thập tử nhất sinh, ảnh thấy có cái gì nhiễu trên đầu, ngước lên thấy tổ ong vỡ, nó nhỏ từng giọt, ảnh le lưỡi nếm – mật mà, nó ngọt. Ảnh thưởng thức, ngay lúc đó ảnh quên mất cướp, rắn, giếng sâu, chết chóc.

Trong kinh nói đó là câu chuyện ẩn dụ nói về chúng ta:

- 6 tên cướp = 6 trần cảnh, những gì thấy nghe ngửi nếm đụng luôn luôn làm mình khổ.
- 4 con rắn = tứ đại của thân xác luôn luôn sẵn sàng trục trặc, bất trắc, thay đổi, biến tướng, thân này đất- nước – lửa – gió không đi theo trật tự hợp lý là bệnh, tứ đại bất trắc là đủ thứ bệnh.

- Sợi dây = Hơi thở, sự sống.
- 2 con chuột trắng, đen = Ngày (chuột trắng) & Đêm (chuột đen) trôi qua bào mòn cuộc sống trăm năm của mình, gặm nhấm hơi thở, sinh lực của mình.
- Giọt mật = Những vị ngọt của đời làm mình đắm đuối.

Trong kinh chỉ đưa ẩn dụ nhưng khổ thay ẩn dụ đó nó chính xác trăm phần trăm đối với thân phận của chúng ta: Dưới là 4 con rắn, trên là 2 con chuột đang gặm cọng dây hơi thở, cọng dây sinh lực, trong từng ngày mình không có cơ hội ngồi yên thấy chuyện đó.

Cách đây mấy hôm, nhân vật lớn của Kinh tế Việt Nam - Hoàng Nam Tiến, bằng tuổi chúng tôi, vào một buổi chiều ổng bị trụy tim ổng đi, người có tâm có tầm, đẹp, khỏe, tiền bạc, uy tín xã hội... cái gì ông cũng có ở top hết, mà tới hồi đi là đi thôi.

Nói theo thế gian bên đạo Chúa thì chết về thiên đàng, theo đạo ông bà thì tin có Âm phủ, có thế giới bên kia, chết về đoàn tụ với người xưa, những người từ thiên cổ, đó là cuộc trùng phùng của thiên thu. Đẹp lắm. Theo đạo Phật - Hễ còn phàm phu, chết rồi đi về đâu?

Biết bao nhiêu lần tôi thả bộ trên con đường núi Thụy Sỹ đẹp lắm, nhìn sang bên kia là dãy núi tuyết trắng, nhìn xuống chút là hồ, đẹp lắm, nhìn xuống dưới chân mấy con giun bò. Tôi mới nghĩ – trong tích tắc nào đó, có sự cố xảy đến, chuyện tôi đứng đây trong thân phận con người ngắm núi, ngắm hồ nhìn mây, nhìn rừng, trong thân phận đó, chỉ có tích tắc, nếu không đủ phước duyên quay lại làm trời làm người thì chuyện tôi quay lại làm con ốc sên, con giun đất là bình thường. Đất nước Thụy Sỹ có huy hoàng, tráng lệ cách mấy, thiên nhiên có đẹp ra sao lúc đó tôi không biết, tôi là con giun chỉ biết miếng đất xung quanh mình thôi. Dễ sợ chỗ đó.

Ngay thời gian này không biết sắp chết hay túc duyên tu hành, đêm đêm giật mình tôi nhớ hoài: Chết rồi đi về đâu? Nhớ hoài nhiêu đó.

Cho dù chúng ta có là ông hoàng bà chúa, tắt thở rồi - mù mịt lắm.

Giả định quý vị không tin Phật, không tin chuyện siêu- đọa ít nhất có câu hỏi:

- Không lẽ chết rồi mất sạch sao?
- Nếu chết rồi còn nữa thì chết rồi sẽ đi về đâu? Với tất cả tình cảm, tài sản, danh vọng, chức tước, quyền lực, tiếng tăm ... mình có sẽ đi vào bóng đêm như chưa từng có.

Tất cả những nhân vật như ông Hoàng Xuân Hãn, Trần Văn Khê, Phạm Duy, Trịnh Công Sơn,... hay tất cả nhân vật lớn của xã hội như Đức Giáo hoàng, các đời Tổng thống Mỹ, Tổng thư ký Liên hiệp quốc, Tổng bí Thư Trung Quốc, Việt Nam... xuôi tay rồi về đâu?

Một - Không lẽ chết rồi hết sạch? Đó là đoạn cuối của hiện hữu. Nếu còn đi nữa, thì những người năm xưa bây giờ đi về đâu? Những thân phận đó một thời chói rực, ho một phát đủ thay đổi góc trời. Chỉ một lắc đầu, gật đầu, chữ ký thay đổi một góc trời, rồi thì sao? Tắt thở là xong.

Cách đây 3, 4 hôm tôi tình cờ thấy clip những ngày tháng cuối của Mao Trạch Đông, ông đau đớn lắm trước khi ông mất. Lúc đó ông là người đứng đầu Trung Quốc, lúc đó khoảng 1 tỷ dân.

Ông mất năm 76. Chu Ân Lai mất trước ông 9, 10 tháng. Hai nhân vật lớn nhất Trung Quốc một thời. Đương nhiên khi họ tắt thở tất cả đi vào bóng đêm. Rồi Hoa Quốc Phong lên, rồi ông Đặng Tiểu Bình lên, Trung Quốc chuyển mình đi vào vận hội mới. Ngay cả ông Trần Nghị của Thượng Hải, hôm nay chúng ta về Phố Đông Thượng Hải thấy có một tượng đồng- ông đứng, một thời là người hùng của Thượng Hải, giờ chỉ còn bức tượng đồng, không còn gì hết, hết sạch rồi.

Mọi hiện hữu là khổ vì nhiều lý do: Tất cả mọi sướng khổ thích ghét đều là những thứ rất ước lệ, không có thật. Do mình ảo tưởng. Tất cả chỉ chớp tắt thôi. Nói máy móc, đời sống tâm thức chúng sanh có 2 thứ: Thiện & Ác. Mỗi lần tâm lành xuất hiện tạo báo ứng là Vui và sướng/ Hỷ & Lạc. Mỗi lần tâm ác xuất hiện thì tạo Khổ & Ưu. Tùy hạnh nghiệp mà mình tái sinh cảnh giới nào, thân phận nào, trong thân phận đó thích cái gì ghét cái gì. Không phải thân phận nào cũng giống thân phận nào. Không có.

Mình làm con giun - Con giun cái thích không giống con chim, con chim không giống con rắn, mình là người đàn ông cái thích ghét không giống đàn bà. Mình là người đàn ông Trung Quốc thích ghét không giống của người Nhật, của người Angeria, của người Pakistan, của người Do Thái... Mình làm đàn bà thì một người đàn bà Campuchia, một người đàn bà Mỹ, một người đàn bà Hòa Lan, một người đàn bà Thụy Điển sở thích cũng khác nhau. Sở thích khác nhau nên cái ghét cũng khác nhau. Do thích, ghét khác nhau nên hạnh phúc & Đau khổ khác nhau.

Vì sao? Vì bắt người Nhật ăn đồ ăn Việt Nam là Khổ. Bắt người Việt Nam ăn đồ Nhật là khổ. Bắt người đàn bà miền Tây Việt Nam vận vào bộ Kimono Nhật nó kỳ, khó chịu lắm. Ngược lại, bắt người Triều Tiên mặc vào áo bà ba Việt Nam cũng hơi khó, mặc chơi thì được, chứ còn mặc thiệt thì khó lắm. Rồi kiến trúc, trang trí nội thất, ... sở thích người Nhật không giống người Việt Nam. Thí dụ người Việt Tết kiếm mấy tranh màu hình ảnh nghệ sĩ, tấm cám, thánh gióng,.. dán trên vách là vui nhưng với người Nhật dầu nghèo cách mấy kêu họ dán mấy tranh màu sặc sỡ họ chịu không nổi. Vậy mình thấy: Tùy thân phận của mình, thân phận do tiền nghiệp quá khứ tạo ra, từ đó mới dẫn đến thích ghét khác nhau, từ đó dẫn đến sướng khổ khác nhau.

Đây là lý do ngài Xá Lợi Phất dạy, theo tinh thần Phật pháp rốt ráo: **Còn tái sinh là khổ, còn động đậy là khổ.** Ngài không nói cái khổ ghê gớm, ngài chỉ nói có thân, chuyện ăn uống, tiêu tiểu, đi lại,... là phiền. Có thân mới có cơ hội để chúng ta chịu bao nhiêu tai nạn, bất trắc, trong đó ngài có kể: Tên bay đạn lạc, binh biến, can qua, đá lở, thiên tai... do có thân này như Lão Tử nói: Ngô sở dĩ hữu đại hoạn giả vị ngô hữu thân, cập ngô vô thân ngô hữu hà hoạn? Ta có cái khổ vì ta có cái thân, nếu ta không có cái thân này cái khổ dựa vào đâu nó có. Lão Tử còn câu nữa: Phúc hề họa chi sở Phục, họa hề phúc chi sở tàng - Gọi là phúc là chỗ ẩn nấp của họa, cái họa là chỗ ẩn nấp của phúc.

Họa là chỗ ẩn nấp của phúc = Bị cay đắng đau khổ mà tìm được lối thoát thì sướng lắm.

Phúc là chỗ ẩn của họa = có vị ngọt mà giữ không được cũng là họa, đau lắm.

Phúc họa không rời nhau. Sướng khổ không rời nhau. Cả phúc và họa đều phải dựa vào cái thân.

Đây là lý do vì đâu ngài Xá Lợi Phất dạy: Theo tinh thần Phật pháp rốt ráo, hễ còn tái sinh là còn khổ.

Trong Nhật tụng Kālāma chúng ta có bài kinh ngắn đức Phật dạy: Này các tỳ-kheo, ta không khích lệ sự hiện hữu dầu chỉ là thời gian một tróc tay, như chút phân động vật dầu tí tí trên đầu que diêm. Phân là phân. Mọi hiện hữu trên đời là mầm Khổ, là mầm tai họa, là mầm của bất trắc.

Hành giả tu Tứ niệm xứ, đêm đêm ngồi/ nằm nhìn thây này nhớ - ngoài chuyện nó bất tịnh thì bao nhiêu bệnh hoạn, bất trắc sắp tới sẽ tìm đến mà mình không biết lúc nào. 1000%.

Thứ nhất là chết rồi không biết đi về đâu.

Chuyện thứ hai - Vì có mấy chục ký này nay mai không biết bao nhiêu thứ bệnh, tai nạn, bất trắc ập tới.

Vì mình quên mất hai chuyện đó: Chết rồi đi về đâu? Cái thân này là tấm bia cho bao nhiêu bất trắc sẵn sàng xảy tới không nay thì mai, không năm này thì năm tới, không thập niên này thì thập niên sau.

Tôi năm nay 56 rồi, còn 14 năm tôi là ông già 70, bụng to chân nhỏ. Mấy hôm nay - 10 ngày liên tục chóng mặt, ngước lên chóng mặt, cúi xuống chóng mặt, nằm nghiêng chóng mặt, lát nó quen nhưng mà thả người là chóng mặt trước. Tôi ngồi chồm hổm tôi đứng lên rất khó, bụng mình nó to nó đẩy 2 bắp đùi ra trước. Chân thì xương nhỏ, như xương gà, trời lạnh chịu không nổi. Thụy Sỹ tới lúc lạnh, nó -5, -10, -15, có lúc đi ngoài trời băng zero, là tuyết, mà âm là tuyết rơi không nổi, mặt đường đóng đá, nó trơn, mình nghĩ chỉ cần trượt cái là tay chống gãy tay, không chống, gài chân vô nắp cống là gãy chân, tuổi này xương sao mà lành. Đi đường cứ nhớ vậy. Xưa đâu như bây giờ. Hồi đó mình máu thấp. Do di truyền trong gia đình, huyết cầu nhỏ hơn người ta, nên khả năng chuyển tải dưỡng khí ít hơn người ta. Mình ngồi nhiều nên bụng to. Không phải kể để kêu gọi tình thương mà tôi phải lấy tôi ra cho bà con hết hồn. Có thời gian mấy chục năm, tôi tự tin tôi rất khỏe, chúng tôi không bị bệnh vặt, không biết táo bón, nhức đầu, ói mửa,.... tôi là dân nông thôn mà trên người không có thẹo, vết gì, cũng bị ghẻ chóc... nhưng đặc biệt thịt rất lành. Có thời gian dài mình nghĩ mình chắc cỡ Bành Tổ. Hồi nhỏ tôi len lén nghĩ: Ai cũng chết, chắc trừ mình, mình trường hợp đặc biệt. Không biết sao nghĩ ngu vậy.

Lớn lên, 20, 30 tuổi đến 50 tuổi nghe ai chết như không mắc mớ gì mình, một ông sư dịch kinh, dạy học, thuyết pháp mà nó u mê như vậy. Không sợ. Đi đám tang nhìn cái xác cũng ớn nhưng mà nghĩ tại ông này chắc ổng sao chứ mình không có. Nhưng đến tuổi này bắt buộc nghĩ lại. Giờ tôi có cường tráng sáu múi thì14 năm sau là 70 rồi. Giả định tôi sống 90 như hòa thượng Làng Mai hay ôn Trúc Lâm của Việt Nam, thì sau 70 mình đâu được như các vị. Hôm nay mình thấy ngài Pa Auk, ngài Sitagu, ngài Nandamala tròm trèm 90, còn khỏe, nhưng đó là các ngài, mình chắc gì được. Như hòa thượng Kim Triệu của mình gần 100 mà đi đứng tỉnh táo, hoan hỷ, an lạc như vậy, chuyện đó không dễ đâu. Khó lắm.

Cho nên ngài Xá Lợi Phất nói, nếu nói rốt ráo: Có thân này là khổ. Cái khổ không cần cái gì ghê gớm, chỉ cần ăn uống, tiểu tiện, tắm gội, đi đứng nằm ngồi...đã phiền rồi. Hành giả tứ niệm xứ thường trực sống với chánh niệm, trí tuệ - khi đi tắm thấy vừa dơ vừa phiền, ăn uống thấy vừa dơ

vừa phiền, cũng chừng đó thực phẩm mình bỏ thùng rác thấy gớm mà mình nhét vô miệng mình thì mình không thấy nó dơ. Cũng thực phẩm y chang ăn không hết dồn vô trong một tô hất vô thùng rác thì ngay lúc dồn vô là thấy ớn rồi. Khi nó vô thùng rác kêu mình bươi trở ra là không có gan. Thật ra nó vô thùng rác còn sạch hơn vô miệng mình.

Chúng ta đâu có biết: Cái bóp đầm mình xài còn dơ hơn bồn cầu, bàn phím computer mình xài còn dơ hơn bồn cầu. Mình tưởng bồn cầu dơ chứ bồn cầu thấy vậy một ngày mình tiếp xúc mấy lần? Trừ ông tiêu chảy một ngày tối đa ổng đi 10 lần, trong khi cái bàn phím mình một ngày dùng bao nhiêu tiếng đồng hồ? Bóp đầm xách tay của phụ nữ, rồi nắm cửa, tay vịn cầu thang, ... mấy cái đó dơ biết bao nhiêu mà mình không biết, mình sống quên mình, sống yêu đời.

Mình cứ nhai, nhả vô bịch nylon đeo trước ngực mình ngủ không nổi. Gớm. Mà nuốt vô miệng, đánh răng, uống trà thấy mình sạch, mình đẹp, mình trẻ, mình khỏe, mình ngon lành. Chứ nếu mình không ăn bằng miệng mà ăn bằng cái lỗ ở đầu gối, mỗi ngày lấy đồ ăn nhét vô lỗ đó, để nuôi thân này lúc đó mới thấy chuyện ăn uống dễ sợ. Nhờ cái miệng nó khuất mắt, có cái mũi mình ăn thấy có mùi này mùi kia mình thấy ăn nó là khoái lạc, hưởng thụ, thưởng thức chứ nếu chỉ nhét vô lỗ trống ở đầu gối, không có mũi không có lưỡi gì thì lúc đó mới thấy là cực hình. Do duyên nghiệp - Tham Ái, vô minh mà chúng ta có mặt ở đời để trả cho hết mớ nợ đời. Đó là tôi đang nói thân người – một hiện hữu cao cấp. Nếu về trời mãn thọ cũng phải rớt trở xuống.

Chỉ có thánh nhân đi luôn. Chứ còn phàm – kiếp này biết tu có về trời cảnh giới cao nhất, mãn thọ nó rớt trở xuống; mà khi nó rớt xuống cơ hội quay trở lại cảnh giới cao rất thấp, thấp vô cùng. Đi máy bay nhìn xuống thấy đất trống còn nhiều lắm, chưa kể đại dương đâu nha, chỗ người sống không bao nhiêu.

Mình là 8 tỷ người rồi đó, mà thấy chẳng là gì hết. Những loài vi sinh, những loài sống cống rãnh, hầm cầu, rác rến, cỏ mục, lá khô,... loài yếm quang, yếm khí- vô số. Chúng ta không tin.

- Chúng ta cho rằng chết là hết.
- Hai là nghĩ có chỗ về gặp lại thân quyến xưa.
- Chỉ có hạng 3 tin chết rồi là đi theo nghiệp, đi về góc tối hay vùng trời sáng nào đó.

Một ngày mình sống nhiều với tâm thiện hay bất thiện thì tự mình hiểu. Mình sẽ đi về chỗ đời sống tương ứng với tâm thức thường nhật của mình.

Ngay bây giờ tôi không nói để các vị bi quan, sợ mà nói để các vị giật mình. Hãy nhớ dùm 2 câu:

- Chết rồi đi về đâu?
- Tấm thân này là tấm bia để bao nhiêu bệnh hoạn, tai nạn, bất trắc sẵn sàng nhắm vào không bây giờ thì chiều nay, tối nay, ngày mai, tháng sau, vài năm nữa, chục năm nữa... không biết chuyện gì sẽ xảy ra. Có thân này mới có mất mát, đổ vỡ, ly tán, băng hoại, mới có sinh ly tử biệt, mới có sa đọa, mới có trầm luân. Đương nhiên, trên cuộc đi mịt mù đó, cái đắng nhiều hơn cái ngọt vì mình bất thiện nhiều hơn thiện. Chỉ đơn giản vậy thôi.

Đây là lý do vì đâu tôi cho bài kinh này là bài kinh rất quan trọng.

Ngài Xá Lợi Phất xác định: Chuyện ăn uống tiêu tiểu, đi đứng nằm ngồi cũng là khổ. Vì có cái thân này - Ngay cả gặp gỡ người mình thương thích cũng là khổ.

Người Ý có câu: Thương nhau cách mấy gần nhau 3 ngày là sình. Nó nảy sinh bao nhiêu vấn đề. Mình thương một người, đem họ về sống với mình, vị ngọt mình đem lại cho nhau chỉ là 1% vị đắng mình đem lại cho nhau. Mệt mỏi lắm. Chúng ta vốn không có thời gian cho mình thì thời gian đâu cho người khác, thế là sơ thất, làm khổ nhau, làm hiu hắt đời nhau thôi.

Hôm nay chúng ta không có vấn đáp, chúng ta chỉ có bài giảng thôi.

Chúc các vị một ngày vui, hẹn lại Chủ nhật kỳ sau./.