

SỐ 46

PHẬT NÓI KINH BÁT NIỆM CHO
A-NA-LUẬT

Hán dịch: Đời Hậu Hán, Đại sư Chi Diệu, người Tây Vực.

Nghe như vậy:

Một thời Đức Phật ngụ bên cội cây Cầu sư, núi Thệ mục. Hiền giả A-na-luật ngồi thiền bên bờ đầm vắng, tư duy: “Đạo pháp là ít ham muốn. Nhiều ham muốn không phải là đạo pháp. Đạo pháp là biết đủ. Không biết đủ, không phải là đạo pháp. Đạo pháp là sống ẩn dật thanh tịnh, ưa thích sự đông đảo không phải là đạo pháp. Tinh tấn là đạo pháp, biếng trễ không phải là đạo pháp. Điều phục tâm là đạo pháp, phóng túng buông lung không phải là đạo pháp. Tâm ý an định là đạo pháp, nghĩ ngợi nhiều không phải là đạo pháp. Trí tuệ là đạo pháp, ngu tối không phải là đạo pháp”.

Đức Phật dùng tâm của bậc Thánh biết rõ ý của Tôn giả A-na-luật. Ví như lực sĩ co duỗi cánh tay chỉ trong khoảnh khắc liền hiện đến trước chỗ Tôn giả khen ngợi:

–Lành thay! Lành thay! Nay A-na-luật, những điều mà Tôn giả suy niệm chính là điều mà bậc Đại sĩ suy niệm. Hãy lắng nghe Ta nói về tám điều suy niệm của bậc Đại sĩ, hãy khéo suy nghĩ mà thực hành. Hãy nên học Tứ thiền, kiểm soát tâm ý, quán sát, không bỏ nửa chừng, chắc chắn đạt được lợi ích lớn, không mất chí nguyện. Sao gọi là Tứ thiền? Đó là xả bỏ pháp dục ác, bất thiện, ý được hoan hỷ là Nhất thiền hạnh. Nhờ xả niệm ác, chuyên tâm vào một cảnh, không cầu hoan hỷ là Nhị thiền hạnh. Hoan hỷ đã chấm dứt, chỉ như pháp quán, thấy rõ khổ vui là Tam thiền hạnh. Đã bỏ khổ vui, lo mừng đều

đoạn, an trụ nơi thanh tịnh là Tứ thiên hạnh. Đã học như vậy rồi, sau đó thực hành tám điều suy niệm của bậc Đại nhân. Tứ thiên là phương pháp kiểm soát tâm ý, vui thích thấy chỗ thực hành đạt được lợi nguyện nhanh, không bỏ cuộc nửa chừng. Hơn nữa, người ít ham muốn ví như vua có cận thần, trông coi các ruộng hòm chứa đầy y phục đẹp, nhưng vua lại thích mặc đồ cũ, thiếu dục, biết đủ, ở ẩn, tinh tấn, điều tâm, định ý, trí tuệ, lìa bỏ gia đình, không vui đùa, khinh mạn, không mắc sai lầm, chắc chắn đó là người an ổn, đi đến cửa Nê-hoàn tịch diệt. Đó là tám điều suy nghĩ của bậc đại nhân.

Duy chỉ có Tứ thiên là phương pháp quán niệm để kiểm soát tâm ý, nghĩa của nó ví như nhà vua có vị cận thần trông coi việc nấu nướng, chế biến năm vị, nhưng vua lại ưa thích việc đi khát thực, mục đích đủ để nuôi thân, không mong hưởng thụ. Ý nghĩa ấy ví như nhà vua có lầu gác cao rộng để trông xem, nhưng tự vui thích nơi núi đầm rừng cây, chỗ yên tĩnh, tinh tấn không còn ham muốn đối với thế gian. Ý nghĩa đó ví như nhà vua có vị quan thân cận trông coi biết rõ các thứ thuốc hay cùng các đồ ăn như lạc, tô, đề hồ, thạch mật, nhưng vua tự vui thích khi có bệnh chỉ thuốc bình thường để được trừ bỏ khổ não. Nhờ thực hành tám điều suy niệm, tư duy về Tứ thiên, tinh tấn không thiếu sót, tâm không sai lầm nên chắc chắn tự mình đạt được an ổn, đi tới cửa Nê-hoàn.

Đức Phật giảng nói như vậy xong, liền trở về Thệ mục, bảo các đệ tử:

–Đạo thì phải ít ham muốn, không được có nhiều ham muốn. Đạo thì phải biết đủ, không được tích chứa cho nhiều. Đạo thì phải ở chỗ yên tịnh, không nên ưa thích chốn đông đảo. Đạo thì phải tinh tấn, không được biếng trễ. Đạo thì phải điều phục tâm, không được buông lung phóng túng. Đạo thì phải định ý, không được loạn niệm. Đạo thì phải có trí tuệ, không được ngu ám. Tỳ-kheo phải lấy sự ít ham muốn làm vui thích. Đó là thân tự ít ham muốn, nhưng không khoe khoang với mọi người là mình thiếu dục. Ý nghĩa như vậy mới đúng.

Tỳ-kheo biết đủ đó là các thứ bình bát, y phục, giường chõng, thuốc men chữa bệnh, chỉ cần đủ dùng, đừng nên chứa nhóm cho dư. Ý nghĩa như vậy mới đúng. Tỳ-kheo ở ẩn, đó là tránh người thế gian, không vào chốn đông đúc, ở những chốn xa như núi đầm, hang đá, gốc

cây. Như có tứ chúng, nếu các hàng vua, đại thần đến để hỏi đạo thì hãy nói pháp thanh tịnh cho họ nghe, xong rồi đi liền. Thí như kẻ nghèo mắc nợ người giàu có, bị chủ nợ lôi kéo, kẻ ấy muốn xa lánh, không thích nên ở ẩn, xa lìa mọi người. Như vậy mới đúng nghĩa. Tỳ-kheo tinh tấn là đoạn trừ điều phi pháp, siêng năng thực hành kinh đạo, chưa hề biếng trễ. Đầu đêm, nửa đêm, cuối đêm đi kinh hành, ngồi hay nằm, tâm ý luôn tỉnh giác, nhớ nghĩ điều thanh tịnh để trừ năm thứ phiền não che lấp. Như vậy mới đúng nghĩa. Tỳ-kheo điều phục tâm là bỏ dục, pháp ác, ngỗ nhập định, tư duy, quán tưởng để đoạn trừ khổ, mong đạt được tứ thiền hạnh. Như vậy là đúng nghĩa. Tỳ-kheo định ý là thường nhất tâm quán thân, quán ý, quán pháp không bị ngoại cảnh chi phối, thân giữ niệm theo đạo, bỏ tướng ngu si khổ não. Như vậy là đúng nghĩa. Tỳ-kheo có trí tuệ, đó là biết rõ Tứ đế: Khổ, Tập, Tận (Diệt), Đạo.

Sao gọi là Khổ đế? Đó là sanh khổ, già khổ, bệnh khổ, chết khổ, ưu bi não khổ, yêu thương mà xa lìa là khổ, oán ghét mà gặp nhau là khổ, ham muốn mà không đạt được là khổ. Tóm lại, năm ấm dấy khởi mạnh là khổ. “Sanh khổ” là con người tùy theo nghiệp tạo tác dẫn dắt, thọ nhập vào thai sanh ra, có hình thể, hiện căn thân, có nhập, có thọ mà lớn lên. “Già khổ” là các căn nơi con người đã chín mùi, hình thể thay đổi, tóc bạc, răng long, gân mõi, da nhăn, lưng còng phải chống gậy mà đi. “Bệnh khổ” là con người bị đủ các thứ bệnh tật hành hạ, gây thống khổ cho thân tâm. “Chết khổ” là con người mạng chung, thân hình hư nát, hơi ấm không còn, tắt thở, thần thức đã lìa. Những thứ ấy đều là khổ.

Sao gọi là Tập đế? Đó là tâm vui thích dâm dục sanh ra ân ái, tâm ý ở nơi tham dục nên có các lậu (phiền não, sanh tử). Các hành dấy khởi mạnh, do tham đắm nên tự trói buộc. Những gì được gọi là Ái, chính là mắt tham ái sắc, tai tham ái âm thanh, mũi tham ái mùi hương, lưỡi tham ái vị, thân tham ái sự tiếp xúc, tâm tham ái các dục, chỉ thấy phần vui thích luôn có, ở nơi mong muốn an ổn, cho là lợi lạc, gọi đó là Ngã hữu, do tham chấp mà tự trói buộc. Theo đấy nên năm ấm là sắc, thống (thọ), tưởng, hành, thức cùng dấy khởi mạnh, mọi nhận thức luôn hướng về ham muốn, ưa thích. Đó gọi là Ngã hữu do tham chấp nên tự trói buộc. Gọi là sắc tức là đối tượng lãnh thọ của

tinh thần, do khí chất của Tứ đại là địa, thủy, hỏa, phong biến hóa thành hình tướng. Gọi là sự đắm nhiễm của ái, tức là sáu căn: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý nhận thức và vương chấp nơi Sáu trần là sắc, thanh, hương, vị, tế hoạt (*xúc*), pháp. Tất cả gọi là Tập đế.

Sao gọi là Tận đế (*Diệt đế*)? Đó là không thọ, không nhập, ái nhiễm đã dứt hết sạch, mọi sự trói buộc tham chấp đã được cởi bỏ. Như người có tuệ kiến là do đã dứt bỏ tất cả mọi đắm nhiễm ấy. Người thế gian không thấy được sự trói buộc của năm ấm. Còn người tu tập thì dứt trừ hết mọi vương chấp, đã mở hết các dây ái trói buộc, do trí tuệ nên thấy rõ các pháp là phi thường (*vô thường*), khổ, không, phi thân (*vô ngã*) nhờ đấy mà đoạn trừ. Đó là Tập đế.

Sao gọi là Đạo đế? Đó là Tám trực đạo (*Bát chánh đạo*): Chánh kiến, chánh tư, chánh ngôn, chánh hành, chánh tri, chánh mạng, chánh chí và chánh định. Sao gọi là Chánh kiến? Chánh kiến có hai loại: có tục (*thế gian*) và đạo. Biết có nhân nghĩa, biết có cha mẹ, biết có Sa môn, Phạm chí, biết có bậc Chân nhân đắc đạo, biết có đời này đời sau, biết có thiện ác tội phước. Từ đây đến bên kia nhờ thực hành mà chứng đạo. Đó là chánh kiến của thế gian. Nhờ hiểu Tứ đế: Khổ, Tập, Tận (*Diệt*), Đạo, đã được tuệ kiến về không, tịnh, phi thân (*vô ngã*). Đó là Chánh kiến của đạo.

Chánh tư (*Chánh tư duy*) cũng có hai: Suy tư về học vấn, suy tư về hòa kính, suy tư về răn dạy, thận trọng, suy tư về vô hại. Đó là Chánh tư của thế gian. Suy tư về nơi giải thoát, suy tư về nhẫn nhục, suy tư về sự diệt sạch hết mọi tham đắm của ái. Đó là Chánh tư của đạo.

Chánh ngôn (*Chánh ngữ*) cũng có hai: Không nói hai lưỡi, không nói lời thô ác, mắng chửi, không nói dối, không nói lời thêu dệt. Đó là Chánh ngôn của thế gian. Là bốn lỗi của miệng, đọc tụng giảng giải lời đạo, tâm không tạo tác, sạch hết không còn tàn dư. Đó là Chánh ngôn của đạo.

Chánh hành (*Chánh nghiệp*) cũng có hai: Thân làm điều thiện, miệng nói điều thiện, tâm nghĩ điều thiện. Đó là Chánh hành của thế gian. Thân, miệng tinh tấn, tâm nhớ nghĩ về không tịnh, diệt trừ buông lung, chấp trước. Đó là Chánh hành của đạo.

Chánh tri cũng có hai: Không sát sanh, không trộm cắp,

không dâm dục, không khinh mạn tự cho mình hơn người, tu đức, tự gìn giữ. Đó là Chánh tri của thế gian. Là bỏ ba điều ác của thân, đoạn trừ mọi nguyên nhân của khổ, diệt ái cầu giải thoát. Đó là Chánh tri của đạo.

Chánh mạng cũng có hai: Cầu tiền tài theo đạo nghĩa, không tham lam của cải một cách bừa bãi, không dùng tâm dối trá đối với người. Đó là Chánh mạng của thế gian. Đã xa lìa nghiệp tà, dứt bỏ các việc làm về bói toán, đoán quẻ nơi thế gian, không phạm giới cấm của đạo. Đó là Chánh mạng của đạo.

Chánh chí (*Chánh niệm*) cũng có hai: Không ganh ghét, không giận dữ, không thờ kính điều tà vạy. Đó là Chánh chí của thế gian. Là ba điều ác nơi tâm, thực hành bốn ý đoan (*tức Chánh căn*), thanh tịnh vô vi (tịch diệt). Đó là Chánh chí của đạo.

Chánh định cũng có hai: Thể tánh thuần thực, điều hòa, an lập điều thiện kiên cố, tâm không quanh co, tà vạy. Đó là Chánh định của thế gian. Được bốn ý chí, tư duy về không, vô tướng (*vô tướng*), bất nguyện (*vô nguyện*), thấy rõ nguồn gốc của Nê-hoàn. Đó là Chánh định của đạo.

Đó là Đạo đế. Tỳ-kheo lìa bỏ nhà cửa, dứt trừ ân ái, suy tư về đạo một cách an tịnh, không còn mọi lưu luyến về thế tục, tâm ý không chạy theo dục, thanh tịnh, không chướng ngại. Đó là nghĩa của đạo pháp, phải tuân theo như vậy.

Hiền giả A-na-luật nghe Đức Phật giảng nói kinh, tâm ý được khai mở, thọ trì thực hành trong ba tháng thì các lậu được dứt sạch, ý giải thoát, đạt được Tam tri (*Tam niệm trụ*). Đã chứng đạo, tự biết mình được quả vị A-la-hán, Hiền giả liền nói bài kệ:

*Không nhàm chán dục lạc
Vì dục, tâm buông lung
Do đó phải chịu khổ
Tạo ác, nhiều trói buộc.
Ít dục, biết đạo hạnh
Biết then, không tham đắm
Là pháp đạt thanh tịnh,
Xa ác, vượt thế gian.
Tâm luôn trụ trong đạo*

*Không tham luyến sanh tử
Ta dùng Định Nhứt không
Các khổ được diệt trừ.
Theo lời Đức Phật dạy
Giữ hạnh bỏ dục ác
Bỏ lỗi lầm nơi thân
Được lợi lạc tịch diệt.
Từ đó được Tam trị
Đã nhớ gốc ân ái
Ngay nơi xóm Duy-sa
Vườn Trúc, Bát-nê-hoàn.*



LINH SƠN PHÁP BẢO ĐẠI TẶNG KINH

www.daitangkinh.org