

# KINH THỦY DỤ

## Hòa Thượng Thích Nhất Hạnh

Thầy Xá Lợi Phát - anh cả trong giáo đoàn - có dạy một kinh gọi là Kinh Thủy Dụ mà chúng ta có thể học hôm nay. Kinh này giúp chúng ta quán chiếu để đối trị hữu hiệu cái giận. Kinh Thủy Dụ là một kinh trong bộ Trung A Hàm. Thủy là nước. Khi khát ta cần nước để uống, khi nóng bức ta cần nước để tắm gội. Những lúc khát khô cổ, những lúc nóng bức mà không có nước thì chúng ta khổ. Hồi đó Bụt đang ở tại tu viện Cấp Cô Độc, nước Xá Vệ. Thầy Xá Lợi Phát gọi các huynh đệ tới và nói: "Này các huynh đệ, có năm phương pháp này có thể giúp ta vượt thắng phiền giận, nếu các vị huynh đệ

muốn nghe thì tôi sẽ nói." Các thầy khác nói: "Xin sư huynh nói." Thầy Xá Lợi Phát mới nói như sau:

*Trường hợp thứ nhất là trường hợp của một người hành động rất dễ ghét nhưng lời nói không đến nỗi dễ ghét.*

Có người mà khi mới nhìn thấy, ta đã thấy không chịu nổi rồi. Cách người đó đi, đứng, hành động và đối xử đã có thể làm ta giận, nhưng khi người đó nói năng thì không đến nỗi nào, đôi khi lại nói những câu nghe rất được. Vậy nếu là người có trí, (tức là không phải người ngu!), ta phải quán chiếu để đừng giận người đó. Tại vì ta biết rằng tuy thân hành của người đó không thanh tịnh nhưng khẩu hành của người đó còn thanh tịnh. Và thầy dạy đối với những người như thế, ta nên tác ý tới

khẩu hành của họ mà đừng tác ý về thân hành của họ. Nếu ta chỉ nghĩ tới thân hành của người ấy thì cơn giận của ta sẽ nổi lên. Nhưng nếu ta ngồi đó mà tác ý tới khẩu hành của người ấy thì ta sẽ không còn giận người ấy. Ta tiếp xúc được với khía cạnh tích cực của người kia.

Đây là ví dụ mà thầy Xá Lợi Phát sử dụng: có một vị khất sĩ ưa mặc áo bá nạp (y phần tảo - y được chấp nối bằng những mảnh giẻ rách lượm được trong các đồng rác), đi ngang qua một đồng rác có phân và nước tiểu, thấy một miếng vải có vẻ lạnh lặn vớt ở đó. Vị khất sĩ ấy cúi xuống lượm miếng vải lên bằng tay trái và với tay phải căng miếng vải ra để nhận xét. Nếu thấy miếng vải còn tốt, không đến nỗi nào,

không rách, không sờn và không dính chất dơ, vị khát sĩ đó biết rằng có thể gấp nó lại, đem về giặt để may y phẩn tảo. Ta cũng quán chiếu như vậy. Người kia tuy rằng thân hành không được dễ thương nhưng khẩu hành còn dễ thương, nên chúng ta vẫn có thể chơi được với người đó, vẫn có thể chấp nhận được người đó. Tấm vải này tuy đã được vứt vào đồng rác gần bãi phân, nhưng nếu được giặt giũ nó vẫn còn có thể dùng được, thành ra ta nhặt nó đem về.

*Trường hợp thứ hai là trường hợp người khẩu hành không thanh tịnh nhưng thân hành thanh tịnh.* Miệng người ấy nói ra những lời như rắn độc nhưng người ấy lại có những hành động cũng khá dễ thương; nếu ta là

người có trí thì ta có thể tác ý tới những hành động dễ thương của người ấy mà quên đi những lời nói của người ấy để ta có thể thương, chấp nhận và sống chung với người ấy.

Thầy đưa ra một ví dụ: "Này các bạn, như ngoài thôn xóm chúng ta, không xa, có một hồ nước rất sâu nhưng bị rơm, cỏ, lá, bèo và củi mục che lấp hết. Nếu có người đang bị nóng bức mà không có nơi tắm thì người đó cũng có thể sử dụng cái hồ kia. Người đó cởi áo ra đặt trên bờ hồ, bước xuống hồ dùng hai cánh tay khoát những lá khô, những cây bèo, những cọng rêu và những cành củi mục đang che lấp thì nước trong sẽ hiện ra và người đó có thể bắt đầu tắm rửa và bơi lội thỏa thích." Vì

một ít rêu, bèo, cỏ và củi mục trên mặt nước mà bỏ mất hồ thì rất uổng.

*Trường hợp thứ ba là trường hợp một người thân hành không thanh tịnh mà khẩu hành cũng không thanh tịnh.* Hành động của người ấy không dễ thương chút nào mà lời nói của ông ta cũng rất là dễ ghét, trong trường hợp đó ta phải làm như thế nào? Thầy Xá Lợi Phất nói: ta phải nhìn thật kỹ vì đôi khi trong tâm của người đó còn có những điểm tích cực mà ta chưa thấy. Trong tâm người nào mà lại không có những điểm tích cực? Trong trường hợp này, sự thực tập tuy khó nhưng chúng ta vẫn có thể làm được.

Thầy Xá Lợi Phất đưa ra một ví dụ: "Này các vị khát sĩ, một người bộ hành đi đường xa, khát đến cháy cổ và gặp

được một cái lỗ chân trâu trong đó còn có chút ít nước đọng lại. Người đang bị nóng bức đó nói rằng: nếu ta lấy một tờ lá cuộn lại để mức nước lên thì cũng có thể làm cho nước đó vẫn bùn. Tốt hơn hết là ta quỳ hai gối, chống hai tay và đưa miệng xuống trực tiếp uống nước trong lỗ chân trâu. Và sau khi người bộ hành gần chết khát ấy quỳ xuống chống tay và uống được ba bốn ngụm nước thì thấy trong người dễ chịu hơn rất nhiều. Người ấy sau đó có thể tiếp tục cuộc du hành."

Đối với một người có lời nói không dễ thương mà hành động cũng không dễ thương, ta phải quán chiếu để thấy rằng trong tâm họ cũng có những điểm tươi mát còn sót lại, và nếu ta thấy được những điểm ấy thì ta vẫn còn có thể

chấp nhận được người ấy và có thể sống với người ấy. Tuy trường hợp này khó hơn trường hợp thứ nhất và thứ hai nhưng ta vẫn có thể chấp nhận được người ấy, và do đó người trí có thể ngăn ngừa tâm mình phát khởi lên giận dữ.

*Trường hợp thứ tư là một người thân hành không thanh tịnh, khẩu hành không thanh tịnh và ý hành cũng không thanh tịnh.* Ta đã cố gắng hết sức mà cũng không thấy điểm tích cực nào trong tâm ý của người ấy, cũng như trong thân và khẩu của người ấy. Ta phải làm thế nào?

Thầy Xá Lợi Phất đã dùng ví dụ này: "Trên đường dài có một người lữ hành mắc bệnh rất nặng. Thôn xóm rất xa, người ấy khốn đốn, héo hắt, cô độc,



không có bạn đồng hành, không có hy vọng gì sống sót và ra khỏi tai nạn này. Tình cờ có một người đến gần người ấy, dừng lại một bên và thấy được tình trạng thảm thương của người bộ hành ấy. Người này có thể phát khởi lòng thương, biết rằng nếu không được ai giúp thì người bộ hành kia sẽ chết ngay tại chỗ. Thấy như vậy, hiểu như vậy, người này bắt đầu dìu người kia đi từng bước cho tới khi hai người tới được thôn xóm gần nhất. Tới được thôn xóm rồi, người thứ hai này mới tìm một nơi chữa trị cho người thứ nhất. Sau một thời gian ba hoặc bốn tuần lễ người bệnh kia vượt thoát cơn khổ bệnh và niềm vui sẽ thuộc về người thứ hai."

Khi ta thấy một người thân hành không dễ thương, khẩu hành không dễ thương và tâm hành cũng không dễ thương, ta biết rằng cuộc đời người này thế nào cũng đau khổ đến mức cùng cực. Nếu ta không thương, nếu ta không giúp thì ai có thể giúp người đó? Ở đây, thầy Xá Lợi Phát kêu gọi đến tâm Từ Bi của chúng ta. Nếu có lòng Từ Bi, chúng ta rất có thể sống được với người thân hành không dễ thương, khẩu hành không dễ thương và ý hành cũng không dễ thương. Chỉ có những người thiếu Từ Bi mới chạy trốn thôi, chứ người có tu tập một ít Từ Bi thì vẫn có thể sống chung và giúp đỡ được người mà cả ba nghiệp thân, khẩu và ý đều không thanh tịnh.

*Trường hợp thứ năm là trường hợp người thân hành thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh mà ý hành cũng rất thanh tịnh.* Chỉ trừ khi ta là một người ngu thì ta mới không ở với người ấy, mới muốn bỏ cái tạng thân của người ấy mà đi thôi. Khi người kia là một người có hành động nho nhã và đẹp đẽ, có lời nói dịu dàng và dễ thương, có tâm địa tốt lành mà ta lại lìa bỏ người đó để ra đi thì quả thật ta là một người ngu si. Chỉ có người ngu si mới làm như thế.

Thầy Xá Lợi Phất đưa ra một ví dụ: "Ở cạnh làng có một hồ nước, trong đó có những bông sen hồng và trắng nở rất thơm. Bờ hồ xanh mướt cỏ, xung quanh hồ có những hoa viên, những hàng cây rất tươi mát, có chim hót, có

bướm lượn, cảnh vật rất thần tiên. Nếu có một cái hồ như vậy mà ta không biết tới ngòi một bên, tới cởi áo xuống bơi lội trong hồ, tới vốc nước trong dưới hồ mà uống thì ta không đáng để được gọi là người biết sống có hạnh phúc."

Gặp một người thân hành, khẩu hành và ý hành dễ thương, ta phải quyết tâm ở lại bên người đó. Thực tập lời này của thầy Xá Lợi Phát, khi ta thấy một thiên sinh khách mà thân hành, khẩu hành và ý hành dễ thương ta nên thỉnh cầu người ấy ở lại để làm giàu cho tạng thân ta, và để tạng thân ta trở nên một hồ sen tươi mát và thơm tho, làm niềm vui và hạnh phúc cho ta và không biết cho bao nhiêu người khác nữa.

*(trích "Thương yêu theo phương pháp Bụt dạy",*

*Thích Nhất Hạnh, NXB Lá Bối, Hoa Kỳ  
1995)*