

Kinh Bàhiya Sutta

Trong cái thấy sẽ chỉ là cái thấy

*Bài kinh TT Giác Đăng giảng trong lớp Phật Pháp
Buddhadhamma 27-3-2018*

Minh Hạnh chuyển biên

TT Giác Đăng: kinh Bàhiya Sutta là một bài kinh quen thuộc trong Phật Pháp chúng ta rất cần đọc kỹ. Ở trong bài kinh này kể câu chuyện một vị thương buôn đi biển, thương thuyền bị chìm và ông trôi dạt vào một nơi xa làng, lúc bơi thì y phục không còn khi đến bờ trong tình trạng loả thê, vị này lấy vỏ cây quấn tạm quanh người. Những người dân làng đi đón củi gặp vị này mặc vỏ cây họ nghĩ vị này là một đạo sĩ mặc vỏ cây họ sùng bái, cũng giống trường hợp bên Việt Nam thấy người nào ăn ớt nhiều hay ăn dừa nhiều ăn chuối nhiều thì họ gọi là đạo ớt, đạo dừa, đạo chuối vì thấy đặc biệt.



Ban đầu ông nhân sự từng sự, tức là ông lấy vỏ cây che thân tạm thời khi gặp người dân trong làng nhưng khi ông thấy dân làng trọng vọng không cải chính mà lại chấp nhận sự cúng dường của những người đó, thì từ sự chấp nhận đó sanh cho

ông ảo giác ông nghĩ có lẽ trong những vị Thánh Alahán ở đời thì mình là một ở trong những vị Alahán đó. Cái ảo giác này tương tự như ban đầu mình gạt người khác sau này mình tin điều đó luôn. Khi ông đến mức độ nghĩ mình là Alahán, ông lại có một phước duyên là một vị Chư Thiên bà con kiếp trước của ông mách với ông rằng thật ra ông không phải là vị Alahán và ở tại thành Xá Vệ Xa (Sàvatthi), ở hướng bắc có đấng Thế Tôn Ngài là vị Alahán giảng pháp đưa người ta trên con đường dẫn đến đạo quả Thánh nhân.

Bàhiya mặc dầu đã có ảo giác mình là Alahán nhưng được cảnh tỉnh như vậy ông tỉnh ngộ và không còn tiếp tục sống đời sống như vậy, ông làm một cuộc hành trình từ Suppàraka nơi ông ở đi về hướng Bắc tới thành Xá Vệ (Sàvatthi). Khi ông đến chùa, Chư Tỳ Kheo nói Đức Thế Tôn đang đi khát thực, trong đầu ông có sự chiêu cảm là mạng sống của ông sắp hết nên ông nôn nóng rất muốn gặp Đức Phật và ông đi ra ngoài hỏi thăm người ta chỉ ông đến gặp Đức Phật, đúng lúc Đức Thế Tôn đang đi khát thực, ông quì xuống xin Đức Phật dạy đạo cho ông.

Đức Phật Ngài dạy rằng:

- Đây không phải là thời để thuyết pháp tại vì Như Lai đang đi khát thực.

Và do ông biết nghiệp ông không sống lâu do đó ông khẩn thiết năn nỉ Đức Phật thuyết pháp:

- Bạch Đức Thế Tôn, nó có thể là chương ngại mạng sống của Đức Thế Tôn, nó có thể là chương ngại mạng sống của con, xin Đức Thế Tôn thuyết pháp cho con.

Chưa có người nào khẩn thiết như vậy, Đức Phật ngay khi đó dạy Bàhiya một câu mà câu này chúng ta rất cần học và suy ngẫm cho kỹ.

- Vậy này Bàhiya, Ông cần phải học tập như sau: "Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri, sẽ chỉ là các thức tri ". Như vậy, này Bàhiya, Ông cần phải học tập. Vì rằng, này Bàhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bàhiya, ông không là chỗ ấy. Vì rằng, này Bàhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau.

"Do vậy ông không là chỗ ấy" tức là chuyện nào ra chuyện đó, sắc thọ tưởng hành thức chỉ là sắc thọ tưởng hình thức thôi, tinh khí vị xúc pháp chỉ là tinh khí vị xúc pháp thôi, ông không phải là chỗ ấy, tức là đó không phải là ta, không phải là của ta, không phải tự ngã của ta

"Vì rằng, này Bàhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau."

Nếu chúng ta có tu Tứ Niệm Xứ rất thấm thía câu này, một lời dạy rất đẹp, đoạn kinh này quý Phật tử liên tưởng đến đề tài bằng cách nào Tứ Niệm Xứ giúp cho chúng ta đối diện với 5 trần cảnh mà không bị dục chi phối, 5 dục đó không còn là dục trưởng dưỡng nữa mà cảnh chỉ là cảnh thôi.

Câu đó là trong cái thấy chỉ là cái thấy, trong cái nghe chỉ là nghe, trong cái thọ tưởng chỉ là thọ tưởng, trong cái thức tri chỉ là thức tri.

Trong kinh Vô Ngã Tướng, Đức Phật Ngài dạy một vị khi được nghe được thấy là sắc thọ tưởng hình thức không phải của ta, sắc thọ tưởng hành thức là vô thường vị đó sanh tâm nhầm chán đối với tất cả sắc thọ tưởng hành thức nào dù trong quá khứ hiện tại vị lai, bên trong bên ngoài thô thiện vi tế hạ liệt thù thắng, các sắc ấy chỉ là sắc thôi, thọ ấy chỉ là thọ thôi, tưởng ấy chỉ là tưởng thôi, thức ấy chỉ là thức thôi, tức là thấy nó như vậy thì biết nó như vậy đừng vẽ rắn thêm chân, đừng tô hồng chuốt lục. Cái vẽ rắn thêm chân là cái gì xảy ra mình nói đây là ta, đây là tự ngã của ta, đây là ta,

Ngài Xá Lợi Phất Ngài dạy chúng ta về pháp nhãn nại, khi nào người ta chửi mình thì mình nhớ lời chửi đó là âm thanh và tai mình nghe là nhĩ thức, đừng giải thích xa hơn là người đó ác với tôi, người đó hại tôi, người đó thế này thế kia. Sự giải thích của mình làm tình trạng tệ hại thêm và đa phần sự giải thích của chúng ta về trần cảnh là lợi bất cập hại.

Nên ở trong cách tu Tứ Niệm Xứ thấy biết là thấy, nghe biết là nghe. Ví Dụ như đang ngồi thiền với mọi người có người ngồi kế bên mình trong lúc thiền họ ngủ quên mà lại ngáy lớn, thì khi họ ngáy lớn mình bực mình nói rằng "*sao người này vô duyên đi tu thiền ngồi với người ta mà lại ngủ mà còn ngáy lớn làm chi phối người khác không tu được nếu như vậy thì ở nhà đi*". Chúng ta càng giải thích thì chúng ta càng bực, càng giải thích thì càng khó chịu. Nhân gian có câu: "*nhà cháy mình tức người hút gió*", tâm của mình cái cảnh của mình không đến nỗi nhưng cách chúng ta giải thích cảnh nó có vấn đề,

Ngài Ajahn Chan có một người đệ tử, vị này trên đường đi có tá túc ở một ngôi chùa một đêm, vị đó về nói với Ngài Ajahn Chan:

- *"Con rất bức chùa chiến gì mà từ sáng cho đến chiều mở bằng pháp âm các bài pháp rất ồn con không ngồi thiền được, chùa thì phải yên lặng."*

Ngài trả lời:

"Người ta mở bài pháp cho Phật tử nghe chứ không phải mở bài pháp để cho mình bức"

Tức là mình ở tá túc chùa người ta vốn là sinh hoạt như vậy mình vào mình ở mình cảm thấy ồn ào mình bức bội thì cái bức bội với âm thanh đó là do mình giải thích.

Bài học này quan trọng lắm

- *Vậy này Bàhiya, Ông cần phải học tập như sau: "Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri, sẽ chỉ là các thức tri ". Như vậy, này Bàhiya, Ông cần phải học tập. Vì rằng, này Bàhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bàhiva, ông không là chỗ ấy.*

Người Mỹ có câu rất hay *"Do not take it personal"* nghĩa là nghe chỉ là nghe thấy chỉ là thấy thì không có vấn đề gì nhưng

mình cho cái tôi cái ta liên hệ vào thì có vấn đề, chuyện này không phải là dễ.

Bài kinh này rất là ý nghĩa, Đức Phật khi Ngài nói xong câu đó do duyên lành từ kiếp trước Ngài Bàhiya trở thành vị Alahán ngay lập tức, và vị này khi chúng quả Alahán không thể sống đời sống nên xin xuất gia rồi đi nhặt vãi rách cũ người ta bỏ về làm y. Nhưng có vấn đề do nghiệp quá khứ Bafhiya bị một con bò húc chết, khi Đức Phật đi khất thực về Ngài nhìn xác chết của Bàhiya Ngài gọi các vị Tỳ kheo mang một cái cán đến chôn xác của Bàhiya về hỏa táng, "*đó là một vị đồng phạm hạnh với các con*". Chỉ nghe Đức Phật thuyết pháp một lúc mà Đức Phật gọi là vị đồng phạm hạnh với các con có nghĩa là Ngài xác chứng vị đó là vị Alahán.

Bài kinh đó rất đẹp, nhất là lời dạy của Đức Phật, lời dạy đó có ba phần:

1) Phần đầu tiên là thái độ của chúng ta khi đối với các trần cảnh. khi thấy biết là thấy. khi nghe biết là nghe. khi thọ tưởng biết là thọ tưởng. Thọ tưởng là cảm giác vui buồn khổ lạc bị hỉ xả thay vì làm lớn chuyện thì mình thấy đây là khổ, đây là lạc, đây là ưu, đây là hỷ, đây là xả, thấy như vậy gọi là thọ tưởng. Ví dụ, mình đang ngồi thiền ai đó mở nhạc mình nhủ rằng ai đó mở nhạc thì cảm giác thích hay không thích đó là thọ, nhưng biết đây là nhạc Trịnh Công Sơn, nhạc bolero hay là nhạc gì đó cái đó thuộc về thọ tưởng

2) Khi thọ tưởng khởi lên là trạng thứ hai, các cảnh đến mình thấy mình nghe, trạng thứ hai là thọ tưởng. Nhưng khi thọ tưởng mình vẫn còn có thì giờ để tu tập tức là biết nhìn thọ tưởng, thọ tưởng là thọ tưởng thôi, và trong thức chỉ là thức tri

là cái biết của các giác quan như là thị giác, thính giác, vị giác, xúc giác, cái biết của giác quan v.v.... và trạng thứ hai của người hành giả là "*do vậy này Bàhiya ông không là chỗ ấy*".

3) "*không là chỗ ấy*" - Ở đây có ba phương diện là ngã, ngã sở và mạn tùy miên. Ngã ở đây tức là đây là ta, ngã sở đây là của ta, mạn tùy miên đây là tự ngã của ta.

Vấn đề mình thấy ngã, ngã sở là ta, là của ta là tự ngã của ta chuyện đó là manh mối của nhiều vấn đề. Ví như là mình là người Việt Nam mà ai chê người Việt Nam mình nổi giận hay là ai đó họ khen họ chê mình cái mà mình nổi giận, cái mà mình bức bối, cái mà mình hận thù, thật sự nó đều xuất phát từ ba ý nghĩ đây là ta, đây là của ta, đây là tự ngã của ta.

- Đây là ta họ nói như vậy là đụng chạm đến mình.

- Đây là của ta họ đang đá động đến cha mình, mẹ mình, vợ mình, chồng mình.

- Đây là tự ngã của ta họ nói như vậy họ coi thường mình tức là họ hạ giá mình là họ biếm nhẽ mình.

Thì ba ý tưởng đây là ta, của ta, tự ngã của ta nó nổi theo cái đó nó làm cho mình phiền não, từ chỗ này mình thấy máu chột của tại sao chánh niệm cần trọng.

Trong kinh Vô Ngã Tướng: Do vậy này các Tỳ Kheo, sắc thọ tướng hình thức nào dù thuộc về quá khứ, hiện tại, vị lai, bên trong, bên ngoài, thô thiển, vi tế, hạ liệt, thù thắng, gần hoặc xa, sắc ấy các sắc chỉ là sắc uẩn thôi, các thọ chỉ là thọ thôi, các tướng chỉ là tướng thôi, các hành chỉ là hành thôi, thức chỉ là thức thôi.

Chúng tôi nhớ hồi ở với Ngài HT Hộ Giác, trong chùa Chư Tăng có làm chuyện gì phiền lên nói với Ngài, thật sự chúng tôi rất biết ơn Ngài là khi bức mình thưa với Ngài thì thay vì Ngài nói vô Ngài nói ra Ngài bảo chữa thì Ngài không nói gì chỉ ngồi lắng nghe và lắng lắng pha trà, sau khi Ngài lắng nghe Ngài nói một câu "*Thấy vậy chứ không đến nỗi vậy đâu Giác Đăng*" câu đó là một phép màu rất tuyệt. Tại vì mình có bệnh thối phóng suy diễn phóng đại, có chuyện gì đó mình suy diễn thối phóng lên nhưng khi gặp vị thiện trí nhắc nhở cho mình thấy chuyện đó để yên không thối phóng lên thì nó không đến nỗi nào nghiêm trọng. Thì thật ra đa phần chúng ta là nạn nhân của sự mình suy diễn, có những người bị bệnh là chuyện bé xé to chuyện nhỏ hóa lớn cái gì mình cũng xé to ra, thật ra cái đó tại sự suy diễn của mình thôi, nếu mình không suy diễn chuyện đâu để nằm yên đó nó như vậy mình ghi nhận nó như vậy, ghi nhận xong để đó, mình suy diễn để làm gì, mình suy diễn chỉ làm mình khổ thôi, tại sao mình suy diễn mình khổ là tại thói quen tại tật của mình.

Một trong những bí quyết sống Đức Phật dạy đó là chánh niệm là khả năng ghi nhận. Ghi nhận ở đây đồng nghĩa với không có vẽ rắn thêm chân, không phóng đại, không tô hồng chuốc lụy. Cái biết không phóng đại là khó, cái biết của tất cả chúng ta thường là cái biết làm hại cho mình là mình nghĩ mình biết, mình nghĩ mình giỏi nhưng đa phần sự suy luận đó làm khổ mình, nhưng mình lại không thấy khổ.

Trong Kinh Tứ Niệm Xứ nói không phải mình làm khổ mình mười mà mình làm khổ mình gấp trăm lần. Đôi khi chúng tôi nghe một ai đó nhắc lại câu chuyện xảy ra cách đây năm ba

năm với sự căm thù tức tối, sự căm thù tức tối đó chỉ một lời nói nhưng lời nói đó đến giờ này vẫn còn hăm hực.

Trong Cổ Học Tinh Hoa có một câu chuyện rất thú vị. Một người ngủ chiêm bao thấy có người đẩy cửa đi vào nhà mình rồi nhổ nước bọt vào mặt mình và nói lời phỉ nhổ rồi đi ra, người này thức dậy ảm ức giận mấy ngày trời, không biết mình như vậy mà ai lại sỉ nhục mình. Giận một người trong chiêm bao giống như kiểu giết người trong mộng nhưng còn có một người nào để nghĩ để muốn giết trong mộng, đáng này người đó hoàn toàn không biết ai vậy mà giận mấy ngày trời và giận ghê gớm không biết ở trong chiêm bao ai đó lại nhổ nước bọt vào mặt mình và nói lời phỉ nhổ mình.

Thật ra quá khứ giống như chiêm bao dầu nó có thật nhưng bây giờ người đó không còn nữa sự việc đã đi qua rồi giờ mình đem chuyện đó mình nhào mình nhai lại thì tự mình làm khổ mình thôi, đôi khi mình làm khổ mình mà mình không biết mình không hay. Mình đi đến chân trời góc biển, sống chỗ này chỗ kia bây giờ ngồi nhớ lại chuyện thời còn đi học bạn bè có người tốt kẻ xấu đánh nhau gây gổ bây giờ ngồi nhớ lại chuyện thời đi học như vậy thì thấy chuyện đó vô duyên lắm, nhưng không phải chỉ thời đó chúng ta vô duyên mà bây giờ chúng ta vẫn còn vô duyên, chuyện không đáng mà mình cứ giận hoài.

Chúng ta nên đọc và thuộc lòng những lời kinh ngắn sẽ thấy thâm thúy:

- *Này Bàhiya, Ông cần phải học tập như sau: "Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri, sẽ chỉ là các thức tri ". Như vậy, này Bàhiya, Ông cần*

phải học tập. Vì rằng, này Bàhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bàhiya, ông không là chỗ ấy.

Câu này giải thích rõ hơn là những chuyện đó không phải là ta không phải của ta không phải tự ngã của ta.

- Vì rằng, này Bàhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau.

Tại sao chúng ta thấy quá khứ, hiện tại, vị lai, bên trong, bên ngoài, thô thiển, vi tế, hạ liệt, thù thắng không phải là ta, không phải của ta, không phải tự ngã của ta mà đoạn tận khổ đau?

Thì Đức Phật Ngài giải thích thêm rằng bậc Thánh Văn được nghe và thấy như thế rồi liền sanh tâm nhàm chán đối với pháp, do nhàm chán vị ấy ly tham, do ly tham tâm được giải thoát.

Đức Phật Ngài không dạy sự giải thoát một cách mơ hồ, và sự tu tập Tứ Niệm Xứ không phải là một điều mơ hồ, nhưng ở đó có một cái lợi lạc rất lớn cho chúng ta,

Bài kinh Đức Phật dạy cho Ngài Bàhiya rất ngắn chúng ta nên đọc và nhớ kỹ bài kinh đó rất lợi lạc, đọc kỹ bài sẽ thấy bài này giải thích cho chúng ta biết tại sao có một liên hệ giữa Tứ Niệm Xứ và sự từ bỏ các dục. Các dục không dễ từ bỏ, mình sống trong cảnh trần không dễ từ bỏ, mình phải có phương pháp và lời dạy của Đức Phật cho chúng ta phương pháp.

Đối với chúng ta, cho dù có tu thiền hay không tu thiền, có tu Tứ Niệm Xứ hay không thì chúng ta nên biết cái biết của chánh niệm rất có lợi lạc cho đời sống của mình.

Và chánh niệm là một cái biết chỉ là biết không phóng đại, không khuấy tán, không vẽ vời thêm. Nếu trong đời này có ai nói mình nhìn sự việc một cách trung thực thì cái trung thực nhất là chánh niệm và chánh niệm là sự trung thực nhất.

Chánh niệm là nhận diện, và mấu chốt của chánh niệm là sanh và diệt. Lấy ví dụ như người nào đó chê mình một câu và khi họ chê làm cho mình buồn thì thay vì mình giải thích, thay vì mình nói, thay vì mình bàn non tán rộng ra, thì mình biết mình đã nghe, và ghi nhận cảm giác buồn, ghi nhận cảm giác bức tức, và chỉ ghi nhận có mặt của sự bức tức, cái đầu mỗi mình cần phải ghi nhận đó là sanh và diệt, cái sanh và diệt lợi lắm.

Kinh Pháp Cú có câu:

*Người sống đến trăm năm,
Không thấy pháp sanh diệt,
Chẳng bằng sống một ngày,
Thấy được pháp sanh diệt*

1. Chúng ta thử tập thay vì mình chạy theo cảm giác, thay vì mình phóng đại cảm giác, mình đơn thuần chỉ lắng lắng ghi nhận cảm giác trong lòng mình sự bức bối sự khó chịu sự hân hoan đó lúc nào sanh lúc nào diệt, hai mấu chốt sanh và diệt.

2. Chúng ta biết được danh và sắc, Ngài Xá Lợi Phất dạy người ta chửi mình âm thanh đó là thuộc về vật chất trong kinh Phật gọi là sắc - rupa. Rupa cảnh của mắt là sắc mà còn có

nghĩa là vật chất và tâm giận là danh. Và danh và sắc không nhất thiết tương đồng nhau tại vì cũng âm thanh đó có khi mình nghe bình thường có khi âm thanh đó mình nghe mình bức bối, lấy một ví dụ là mình thấy một đứa nhỏ bày bừa thì con nít thường bày bừa mình không giận nó là con của mình muốn xả rác bao nhiêu cũng được, nhưng nếu có một đứa nhỏ nào ở đâu đến hay là một ai đó bày bừa thì mình bức tại vì mình lý sự người đó đáng lẽ phải giữ sạch sẽ.

Cái nhận diện của danh và sắc hay nhận diện của sanh và diệt là cái nhận diện đơn thuần của Tứ Niệm Xứ và nó giúp chúng ta đối phó với 5 cảnh trần. Và làm sao chúng ta từ bỏ 5 cảnh dục thì chúng ta cần tu Tứ Niệm Xứ.

Bài kinh Bàhiya tuy rất ngắn rất cô đọng nhưng lại là chìa khóa rất quan trọng về sự tu tập mong rằng chúng ta cảm nhận cái tinh túy đó và nó là một phần gia tài Đức Phật để lại cho chúng ta./.

<https://phathocvandao.blogspot.com/2018/05/trong-cai-thay-se-chi-la-cai-thay-kinh.html>