

## **Đức Phật luôn luôn an vui, hạnh phúc**

Một lần Ngài đang nằm ngủ trên một chiếc giường lót bằng những lá cây khô từ một cây bên đường rụng xuống ở Alavī. Lúc bấy giờ một hoàng tử dòng ālavaka tên là Hatthaka đi dạo chơi đến đó. Nhìn thấy Đức Phật, anh ta liền hỏi, “*Bạch Ngài, Ngài ngủ có được an vui không?*”

Đức Phật trả lời, “*Có, này chàng trai, Ta ngủ rất ngon. Như Lai là một trong những người ngủ được an vui nhất thế gian này.*”

Nghe vậy Hatthaka nói, “*Đây là một đêm thu lạnh lẽo, trong mùa tuyết rơi. Những móng của trâu bò đã làm cho đất gồ ghề, không bằng phẳng. Chiếc giường lá lại mỏng manh. Chỉ một ít lá trên cây. Gió lạnh từ mọi hướng thổi tới mà Ngài chỉ có tấm y tơi tả trên mình thế kia. Làm thế nào Ngài có thể ngủ an lạc cho được?*”

Đức Phật trả lời, “*Một người gia chủ hay con một người gia chủ dù ngủ trên giường êm nệm ấm trong một căn nhà đàng hoàng. Tuy nhiên, lửa ái dục có thể thiêu đốt bên trong họ. Trong trường hợp đó, nung nấu bởi sức nóng của dục, họ ngủ trong sầu khổ. Như Lai đã dập tắt mọi tham ái — đoạn diệt nó, bứng gốc nó, chấm dứt nó vĩnh viễn, giống như thân cây thốt nốt đã bị cắt đứt, từ đó lá non không thể mọc lên. Tham ái không còn hiện hữu trong Như Lai. Nó không thể khởi lên trong Như Lai. Như Lai là một Bạc Alahán. Bạc Alahán luôn luôn ngủ một cách an vui.*”

Thêm một thí dụ nữa:

*Bhaddiya* xuất thân từ vương tộc *Sākyan* (Thích-ca). Ông được Đức Phật cho xuất gia. Ông luôn luôn thốt lên những lời “*Aho sukha, aho sukha!*” (Ôi an lạc, ôi thật là an lạc!) một cách tự nhiên dù khi ở dưới tàn cây hay trong bóng tối của căn phòng hành thiền của ông.

Một lần, Đức Phật đã gọi ông lại và hỏi, “*Này Bhaddiya, vì sao ông lại thốt lên những lời hoan hỷ đó?*”. *Bhaddiya* trả lời, “*Bạch đức Thế Tôn, trước đây con là một vị vua, lính bảo hoàng lúc nào cũng phải*

cận kề bên con — dù cho con ở trong phòng riêng hay ở bên ngoài; trong thành phố hay ngoại vi thành phố; trong thị trấn hay ra ngoài thị trấn. Bạch đức Thế Tôn, con sống núp sau những người lính canh này với nỗi sợ hãi và lo lắng thường xuyên trong tâm con. Ngược lại, giờ đây, hãy xem này! Con sống một mình giữa núi rừng, dưới gốc cây hay trong thiền phòng, luôn luôn thoát khỏi sợ hãi, thanh thản, không còn hoài nghi, không còn khát khao điều gì, bình yên và tin tưởng trong tâm, thỏa mãn với bất cứ đồ ăn khát thực nào. Bạch đức Thế Tôn, quán sát sự thay đổi này trong con, con thốt lên những lời hoan hỷ: “*Aho sukha, aho sukha!*” (“Ôi an lạc, Ôi thật là an lạc!”).

Một người đệ tử Phật luôn luôn sống an vui.

*Aḍahyamānena kāyena, aḍahyamānena cetasā;*

*Divā vā yadi vā rattim, sukhaṃ viharati tādiso.*

Vị ấy biết (kinh nghiệm) lửa tham dục không có trong thân cũng không có trong tâm. Như vậy, cả ngày lẫn đêm vị ấy sống một cách an vui.

Tỳ Kheo *Āṅgulimāla*, một bậc *Alahán*, sau khi đạt đến giải thoát đã tuyên bố:

*Sukhaṃ sayāmi tḥāyāmi, sukhaṃ kappemi jīvitam;*

*Ahatthapāso mārassa, aho satthānukampito.*

Ta ngủ an vui, thức an vui và sống cuộc đời ta trong sự an vui. Ta đã thoát khỏi sự ràng buộc của tử thần. A! chính nhờ lòng bi mẫn của Thế Tôn mà điều (kỳ diệu) này đã xảy ra!

Bao lâu còn ngọn lửa của tham ái hay sân hận, chừng đó chưa có an vui. Chỉ sau khi giải thoát khỏi tham và sân người ta mới được

sống một cuộc sống an vui. Bất kỳ ai phát sinh sân hận đều trở nên đau khổ. Song với việc thực hành thiền Minh Sát như đã được Đức Phật giảng dạy, cũng con người ấy —

*Kodham chetvā sukham seti, kodham chetvā na socati.*

Sau khi đã dập tắt sân hận, ngủ an vui; sau khi đã dập tắt sân hận, sống không sầu muộn.