

NGŨ QUÁN

Phàm tới bữa ăn phải tưởng 5 phép quán:

1- Xét công nhiều ít, chõ người đem đến.

Mỗi một hạt cơm bao nhiêu vất vả! Trước hết phải lo ruộng mạ, cuốc cày, nhổ cỏ, tát nước, đắp bờ. Bao nhiêu thức khuya dậy sớm, mưa nắng dãi dầm. Lại còn ngâm giống, gieo mạ, nhổ mạ, cấy lúa, bón phân ba lần, bắt sâu nhiều buổi. Tới khi hạt lúa ngâm sữa thì cả tháng, ngày canh chim, đêm canh trộm. Lúa chín rồi, nào gặt, nào đập, nào phơi, nào xay, nào giã. Chỉ tính một công phu gánh đi gánh lại từ thôn quê lên thành thị, mỗi ngày

khuân vác, bao nhiêu mồ hôi. Có hạt gạo rồi còn phải bỏ củi, gánh nước, lượm thóc, rửa nồi, vo gạo, đun nấu. Đếm tất cả 72 công việc, vậy mà vừa đặt vào miệng đã thành đờm dãi, cách một đêm biến thành phân tiểu, ai cũng ghét không muốn thấy. Thế gian bao kẻ tạo ác chỉ vì tham ăn, đến nỗi đọa địa ngục, nuốt hòn sắt nóng, uống nước đồng sôi. Hết nghiệp lên làm súc sanh đền trả nợ người, trâu kéo cày, ngựa kéo xe, đói khát roi vọt. Mưa nắng dãi dầm, trăm cay ngàn đắng, sống thống khổ, chết đọa đày.

Xét chõ người đem đến là thế nào?

Thí chủ cầu phước, giảm miệng bụng mình, bớt phần vợ con, đem của tới chùa. Ta không tu hành, lấy gì đáp lại sự tin kính này. Cho nên có câu: “Hạt gạo nặng như trái núi là vậy”.

2- Xét đức hạnh mình tròn hay khuyết:

Nếu không giữ giới, ngồi thiền, tụng kinh, làm việc Tam-bảo, thời đức thiếu hạnh khuyết, không nên thọ người cúng dường. Nếu thọ thì vì đây mà đọa lạc. Đức hạnh dù có hoàn toàn cũng phải tu 5 phép quán mới tiêu của tín thí. Bởi vì không giác tỉnh, không có giải thoát, không giải thoát tức là đọa lạc, đã đọa lạc hẳn phải đền trả nợ xưa. Tổ Thiên Thai dạy: “Bất luận ăn của chúng Tăng hay đi khát thực, đều phải tưởng 5 phép quán. Nếu không nhập quán, ắt nhuận sanh tử. Học đạo không thông lý, thân sau đền tín thí”. Xưa kia ông trưởng giả cúng dường một vị Tỳ-kheo, tin kính một lòng. Chợt ông Tỳ-kheo mắc bệnh chết. Bỗng nhiên một hôm trong vườn trưởng giả thấy có mọc nấm. Thời gian

sau nấm không mọc nữa. Phật dạy: “Nấm ấy là ông Tỳ-kheo đền nợ vậy”. Kinh đã nói rành, đâu dám không tin.

3- Phòng tâm lìa lỗi:

Từ vô thủy bao nhiêu lầm lỗi, gốc đều từ tham sân si. Cho nên ngày ngày phải giác sát. Khi ăn gặp món ngon đừng khởi lòng tham, gặp món dở chớ khởi lòng sân, với món ăn bình thường chớ khởi lòng si. Đủ 5 phép quán mới nên thọ thực. Ngoài ra mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, thân giác xúc, ý thọ pháp trần, đều là gốc phát xuất ba độc, cần tuệ minh sát thanh lọc vọng tâm.

4- Món ăn đây chính là thuốc hay, chữa bệnh hình khô sắc héo:

Vì mượn tứ đại làm thân nên có nghiệp đói khát. Nếu không ăn uống thì hình gầy sắc ốm, không do đâu tiến tu đạo nghiệp. Cho nên ăn uống chính là thuốc hay trị bệnh. Nhưng nếu ta tham đắm thì trở thành thuốc độc.

Kinh A Dục Vương: Tổ Ưu Ba Cấp Đưa đĩa bát sữa cho một Tỳ-kheo, bảo rằng: “Ông hãy đợi nguội rồi từ từ uống”. Tỳ-kheo thổi lia thổi lia, uống một hơi cạn hết. Tổ nói: “Sữa tuy nguội nhưng tâm ông còn nóng, phải dùng phép quán bất tịnh để nguội tâm ông đi”. Tỳ-kheo vâng lời, lặng lẽ quán. Pháp quán đặc lực, ông ói ra đầy bát. Tổ bảo: “Người ăn lại đi”. Tỳ-kheo bạch: “Bất tịnh ăn làm sao được nữa”. Tổ dạy: “Người phải quán tưởng các pháp như hỷ mũi khạc đờm”.

Nhân đó Tỳ-kheo tinh tấn tư duy quán sát, được quả A-la-hán.

5- Vì thành đạo nghiệp mới thọ món ăn:

Ta vì cầu đạo nghiệp mới tới đây thọ lãnh cơm này. Người cũng vì mong ta thành đạo, mới đem cơm tới đây cúng thí. Vậy hãy tự hỏi: Đạo nghiệp là gì? Đã thành chưa? Dù chưa thành đạo nhưng cũng phải vì đạo. Nếu không thì một hạt gạo cũng khó tiêu. Cho nên phàm khi ăn, phải tưởng 5 phép quán, thường sanh lòng hổ thẹn, mỗi miếng thâm tưởng: “Nguyện dứt tất cả ác, tu tất cả lành, hằng thanh tịnh tự tâm, bao nhiêu công đức hồi hướng cho tất cả chúng sanh đồng thành Phật đạo”. Nếu quả được như vậy thì ngàn vàng cũng tiêu.