

Giảng Ký A Tỳ Đạt Ma Câu Xá Luận (A Tỳ Đàm - Vi Diệu Pháp - Duy Thức Pháp Tướng) - Tạo Luận: Tôn giả Thế Thân - Dịch và Chú Thích: Tam tạng Pháp sư Huyền Trang - Bài 13: Phẩm 1 - Phân Biệt Giới - Buổi 13.

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 02.10.2024

Phật trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

<https://www.youtube.com/watch?v=h4CG9NtELUY&t=52s>

mạng xã hội Facebook, Fanpage Thích Thiện Trang:

<https://www.facebook.com/suthaythichthientrang>

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Nam Mô A Mi Đà Phật!

Kính chào toàn thể quý vị đồng tu! Hôm nay là thứ Tư, chúng ta đang học chuyên đề về Duy Thức. Bộ Luận chúng ta đang học là A Tỳ Đạt Ma Câu Xá Luận, hay còn có tên là Luận Câu Xá. Tạng Duy thức của Nam truyền thì gọi là Vi Diệu Pháp hay là A Tỳ Đàm, còn bên Bắc truyền thì gọi là Duy Thức, nhưng nếu bên Tiểu thừa Bắc truyền thì gọi là A Tỳ Đạt Ma. Quý vị sẽ thấy có rất nhiều bộ luận có chữ là A Tỳ Đạt Ma. Bộ nào có chữ A Tỳ Đạt Ma, thì quý vị biết nội dung là Vi Diệu Pháp, và quý vị có thể coi rất rõ ràng những nội dung đó.

Bây giờ mời quý vị vào phần nội dung mà Thiện Trang hứa tuần trước:

Thế Nào Là Yêu Thương Chính Mình?

Nếu người nào thân hành ác hạnh, khẩu hành ác hạnh, ý hành ác hạnh, nên biết những người này không tự thương yêu. Dầu cho họ tự nói, tự thương yêu, nhưng thật ra không phải tự thương yêu. Vì sao? Vì không có điều xấu ác nào mà người bạn xấu ác làm cho không phải là điều không là thân thương đối với người mà nó không thân thương, không phải là điều được yêu mến đối với người mà nó không yêu mến. Cho nên những người này không phải tự yêu thương mình.

(Trích Từ Kinh 1032. Tự Niệm – Kinh Tạp A Hàm)

Ở đây đức Phật đưa ra thế nào là yêu thương chính mình? Người nào mà thân hành ác hạnh, tức là thân làm (#hành tức là làm) những việc ác. Rồi miệng (#khẩu tức là miệng) làm những điều ác, rồi ý làm những điều ác. Thì những người này không biết tự yêu thương mình, tức là không có tự yêu thương chính mình. Dù cho họ nói họ tự yêu thương, nhưng thật ra không phải yêu thương. Vì sao thì đoạn sau đức Phật đưa ra: giống như nói với một người xấu ác nào đó, mà người bạn xấu ác làm cho, thì không phải là điều thân thương đối với người đó.

Tóm lại là mình không có yêu thương. Mình yêu thương ai thì mình phải giúp đỡ, phải lo lắng, phải chăm sóc cho tốt. Còn đây nếu mình yêu thương chính mình, mà mình không có lo cho mình. Không lo ở đây thể hiện là mình làm các việc ác: thân làm việc ác, miệng nói lời ác, rồi ý làm các điều ác. Như vậy làm ra những việc ác đó là hại chính mình. Vì là hại chính mình, cho nên cuối cùng là không phải yêu thương mình. Vì làm những điều đó sẽ đọa vào Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, hoặc là chiêu cảm những quả báo hiện đời, hoa báo hiện đời không tốt. Đức Phật nói để yêu thương chính mình thì phải làm những điều tốt.

Ở đây đằng sau đức Phật nói tiếp:

“Lại nữa, Đại vương (Đại vương ở đây là một vị vua, hình như trong Kinh này là vua Ba Tư Nặc), người nào thân hành thiện hạnh, khẩu hành thiện hạnh, ý hành thiện hạnh, nên biết những người này tự thương yêu mình. Dầu cho những người này tự nói không tự thương tiếc thân mình, nhưng thực ra những người này tự thương yêu mình. Vì sao? Vì không có điều tốt nào mà người bạn tốt làm không phải là đáng thân đối với người mà nó thân, không phải là đáng yêu đối với người mà nó yêu. Cho nên những người này là người tự thương yêu mình”.

Có nghĩa là đối với [chính] mình, quý vị làm việc tốt trên ba nghiệp thân, khẩu, ý: Thân thì làm việc tốt, miệng nói lời tốt, ý nghĩ việc tốt. Như vậy cho dù quý vị không nói là quý vị yêu thương chính mình, nhưng quý vị cũng là thật sự yêu thương chính mình. Vì sao? Vì làm những việc đó thì tự nhiên tốt cho mình.

Giống như một người bạn tốt, tất nhiên khi họ làm điều gì cho người bạn của mình, thì đều là làm việc tốt cả, không bao giờ làm [việc] xấu. Còn ở trên là làm việc xấu, thì không bao giờ là người bạn tốt đúng không quý vị? Đây là điều yêu thương chính mình.

Cho nên ai không làm việc tốt, thì đó là tự hại mình thôi. Đây là đức Phật nói, là không tự yêu thương chính mình. Cho nên việc tu hành là [tự] thương mình, tu hành ít nhất trên ba nghiệp: thân, khẩu, ý là thương yêu chính mình, chứ không phải thương ai khác đâu. Đầu tiên là thương chính mình. Còn nếu mình không làm những việc tốt, tức là làm việc xấu, nghĩ việc xấu, nói lời xấu thì đó là mình không yêu thương chính mình. Quý vị thấy phải định nghĩa rõ ràng như vậy thì mình tu dễ dàng. [Chứ] toàn cứ nghĩ tu đâu đâu không, [hãy nghĩ] tu cho mình là dễ nhất. Đây là [lời] đức Phật nói, trích từ Kinh [Tạp A Hàm].

Chúng ta đến một đoạn thứ hai. Thiện Trang xin giới thiệu một đoạn kinh để nhắc nhở vô thường, đó là **“Âm hưởng tử vong”** cũng trong Kinh A Hàm. Kinh này rất dài, nên Thiện Trang chỉ trích một đoạn thôi.

Âm Hưởng Tử Vong

“Tỳ-kheo, nên biết, con người trong Diêm Phù Địa cũng có khi thọ mạng dài đến vô lượng.

Tức là thọ mạng ở cõi Diêm Phù Địa, quý vị hay nghe tên là Diêm Phù Đề. Diêm Phù Địa cũng là cõi của chúng ta, [và] có khi thọ mạng dài đến vô lượng. Nhớ nha! Không phải thọ mạng có 84.000 tuổi đâu, mà dài đến vô lượng. Đây là lời đức Phật nói trong Kinh A Hàm. Cho nên có những kiến thức mà xưa nay mình chỉ nghe, là tuổi thọ loài người cao nhất là 84.000 tuổi. Đó là một kiến thức chưa chuẩn xác hoàn toàn, chúng ta bổ sung vào trong đây.

Trong thời quá khứ lâu xa, có vị vua tên gọi là Liệu Chúng Bệnh, thọ mạng rất dài, nhan sắc xinh đẹp, hưởng thọ khoái lạc vô lượng. Thời bấy giờ không có các tai họa về tật bệnh, tuổi già và chết.

Quý vị thấy hay không? Khi tuổi thọ loài người cao, thì không có một tai nạn nào về tật bệnh, tuổi già và chết. Còn bây giờ thì chúng ta đủ thứ bệnh tật: ung thư, sida, v.v... Rồi tai nạn đủ hết, và già chết nữa. Còn ở thời đó thì không có. Cũng ở Trái đất chúng ta thôi, ở Diêm Phù Đề (Diêm Phù Địa) chúng ta thôi, mà như vậy.

Khi ấy có cặp vợ chồng sinh một người con. Đứa con liền mạng chung. (Đứa nhỏ này bị bắt thường). Cha mẹ nó ẵm cho ngồi, lại mang đồ ăn đến cho. Nhưng đứa con ấy không ăn, không uống, không ngồi. Vì sao? Nó đã chết. Cha mẹ nó bấy giờ mới nghĩ như vầy: ‘Sao con ta hôm nay giận hờn gì mà không chịu ăn uống, cũng không nói năng gì?’ Sở dĩ như vậy, con người thời đó chưa nghe đến âm hưởng tử vong nên mới như vậy.

Quý vị biết là vào thời đó, người ta chưa thấy có chết bao giờ, người ta sống lâu quá, không bao giờ có sự chết bất ngờ như vậy. Cho nên người ta không biết đến sự chết luôn. Đứa bé chết mà cha mẹ cũng không biết.

Rồi cha mẹ ấy lại nghĩ: “Đã bảy ngày rồi con ta không ăn, không uống; và cũng không biết vì sao nó im lặng. Nay ta hãy đem nhân duyên này tâu cho vua Liễu Chứng Bệnh biết’.

Người cha mẹ ấy liền đi đến vua, đem nhân duyên ấy tâu lên vua đầy đủ. Khi ấy Đại vương liền nghĩ: ‘Ngày nay đã nghe đến âm hưởng tử vong rồi.’ Và bảo: ‘Các người hãy mang đứa nhỏ ấy đến ta.’ Cha mẹ liền ẵm đứa nhỏ đến chỗ quốc vương. Vua thấy nó, bèn nói với người cha mẹ ấy: ‘Đứa nhỏ này chết rồi.’ Cha mẹ nó hỏi: ‘Chết nghĩa là sao?’. (Quý vị thấy người ta không biết chết là sao luôn. Còn bây giờ mình thấy chết nhan nhản, nên mình cũng biết rồi). Vua nói: ‘Đứa nhỏ này không còn đi, đứng, nói năng, ăn uống, nô đùa; mình mấy cứng đơ, không còn làm gì được nữa. Ấy gọi là chết’. (Vị vua này định nghĩa rất thông minh, định nghĩa đơn giản). Người cha mẹ ấy hỏi: ‘Sự biến đổi này trải qua bao lâu?’ Vua nói: ‘Chẳng bao lâu nữa thân thể đứa nhỏ này tan rữa, sinh trương, hôi thối không chịu được’.

“Cha mẹ nó khi ấy chưa tin lời vua. Họ lại ẵm con trở về nhà”. Quý vị thấy điều này rõ ràng là người ta không quen, nên [khi] nghe như vậy thì cũng không tin luôn. Giống như bây giờ mình nghe Tây Phương Cự Lạc, mình không tin. Mình nghe có cõi Trời, mình cũng chẳng tin. Nói nghe tuổi thọ loài người dài đến vô lượng cũng không tin luôn. Vì sao? Là vì những điều lạ lẫm. Hồi đó điều lạ lẫm là điều này. Còn bây giờ điều lạ lẫm [với] mình là điều ngược lại đúng không? Trái ngược hoàn toàn, cũng tại Trái đất chúng ta, tại Diêm Phù Đề mà, tại nơi chúng ta.

Không bao lâu, thân thể nó rữa, hôi thối cực kỳ. Bảy giờ cha mẹ này mới tin lời vua nói rằng: ‘Thân thể đứa nhỏ này không lâu sẽ sinh trượng, tan rữa. Bảy giờ cặp vợ chồng này lại mang đứa nhỏ sinh trượng ấy đến chỗ quốc vương, tâu vua rằng: ‘Tâu Đại vương, nay chúng tôi mang đứa nhỏ này cống hiến cho Đại vương.’ Khi ấy cha mẹ này cũng không than khóc. Sở dĩ như vậy, vì chưa nghe đến tiếng chết.

Có nghĩa là [sự việc] này bất ngờ và chưa bao giờ xảy ra, [nên] người ta cũng không than khóc, không gì hết. Việc gì đó người ta biết rõ ràng, thì người ta mới than khóc, chứ đằng này [người ta chưa biết]. Mình nghe đoạn Kinh này giống như nghe [chuyện] thần thoại. Tại vì những điều bây giờ không có. Nhưng Thiện Trang muốn giới thiệu đoạn này là có ý nghĩa, quý vị từ từ đợi chút.

Sau đó, Đại vương lột da nó làm trống, lại sắc lệnh dựng ngôi lầu bảy tầng, mang cái trống lớn này đặt vào đó, rồi sai bảo một người: ‘Nhà ngươi phải biết, hãy giữ gìn cái trống này. Cứ 100 năm, đánh một tiếng, không được sai thời’. Người ấy vâng lệnh vua, đúng 100 năm thì đánh một tiếng. Nhân dân nghe tiếng trống ấy, quái lạ chưa từng có. Mọi người hỏi nhau: ‘Âm hưởng gì vậy? Đó là tiếng của ai mà thấu đến đây?’ Vua bảo: ‘Đó là tiếng của da người chết.’ Chúng sanh nghe điều này, bèn nghĩ: ‘Lạ thay, tiếng trống nghe được này!’.

100 năm mới đánh tiếng trống một lần, có nghĩa là tuổi thọ loài người quá lâu, quá lâu. Vô lượng mà quý vị! Nên 100 năm đánh một tiếng như vậy, cho mọi

người nghe một chút cho vui vậy thôi. Giống như lâu lâu nghe tiếng chuông cho tỉnh giấc vậy đó, chứ không có tác dụng gì đúng không quý vị? Chúng ta thấy đây cũng là tại cõi Diêm Phù Đề này (tại [cõi] chúng ta), mà lại có thời gian lâu xa nhường ấy.

“Tỳ-kheo, quốc vương bấy giờ há là ai khác chẳng? Chớ nghĩ như vậy. Vì sao? Quốc vương thời bấy giờ chính là thân Ta vậy. Do đây mà biết, **thuở xưa thọ mạng của người Diêm Phù Địa cực kỳ dài. Còn nay, thọ mạng của người Diêm Phù Địa cực ngắn; số giảm thiểu khó giới hạn. Vì sao vậy? Do sát hại quá nhiều, khiến cho tuổi thọ cực ngắn, sắc da cũng mất đẹp. Do nhân duyên này dẫn đến biến đổi quái lạ.**

Đoạn này Thiện Trang tô đở lên, quý vị hiểu đó là vào thuở xưa, thọ mạng của người [tại] Diêm Phù Đề thật sự cực kỳ dài. Còn bây giờ thì thọ mạng ngược lại, cực kỳ ngắn. Và số giảm thiểu khó giới hạn, tức là giảm một cách khủng khiếp.

Ở trong Kinh A Hàm có những đoạn khác, đức Phật nói: **“Khi sát sanh nổi lên, là tuổi thọ giảm đi phân nửa. Trộm cướp nổi lên, là tuổi thọ giảm đi phân nửa”**. Ví dụ như người cha 500 tuổi thì con còn có 250 tuổi thôi. Cứ giảm giảm, giảm cực kỳ nhanh như vậy. Nguyên nhân là gì? Đức Phật nói ra nguyên nhân, quý vị nghe cho kỹ: “Do sát hại quá nhiều, khiến cho tuổi thọ cực ngắn”. Mình sát sanh quá nhiều, bây giờ toàn ăn thịt, toàn giết con này, giết con kia. Rồi “sắc da cũng mất đẹp”. Bây giờ nhan sắc cũng xấu xí, mà cứ tưởng mình [là] hoa hậu. “Do nhân duyên này dẫn đến biến đổi quái lạ”. Biến đổi quái lạ, đó là thiên tai, đó là nạn lũ lụt, đủ các nạn.

Thiện Trang muốn nhắc lại một điều, đó là hiện tại thế giới này biến đổi dữ lắm rồi, chúng ta hãy cố gắng tu hành. Bây giờ ở Trung Đông, gần như chiến tranh bùng nổ rồi đúng không quý vị? Ở khu vực Trung Đông, nhiều nước đã tham chiến, dần dần đã tăng nhiều lên. Ở Châu Phi vẫn còn chiến tranh, lâu nay rồi, chúng ta không quan tâm nữa. Ở Myanmar thì cũng còn chiến tranh. Và dự đoán tiếp theo, là [chiến tranh] có thể dần dần lan ra nữa. Ở Châu Âu thì vẫn chưa hết chiến tranh, ở Ukraine, và ở nhiều nước [khác] v.v...

Và không cần nói chiến tranh, ở Việt Nam chúng ta cũng [có] những thiên tai chưa từng thấy. Quý vị thấy hồi xưa, người ở đồng bằng thì sợ bị lụt, bây giờ ở miền núi cũng lụt. Ở dưới đồng bằng không yên tâm, chạy lên chỗ cao, [giờ] ở trên cao cũng không thoát nổi. Ở trên cao thì núi lở, đất sụp. Cho nên bây giờ không biết trốn đi đâu hết, hết cách. Vậy trốn ở đâu? Phải trốn trong nghiệp của chính mình thôi. Hãy tu thiện, hãy tích đức, hãy giữ giới, hãy làm tất cả việc thiện. Trong đó hãy tu tập Thiền định, tu tập tất cả mọi thứ, để gây công đức lành cho mình, để trong cộng nghiệp của chúng sanh thời nay, thì mình có biệt nghiệp. Có thể sắp tới đây sẽ là những trận khủng khiếp hơn nữa. Như vậy thì chúng ta hãy ráng tu tập khi còn khỏe mạnh, khi còn có cơ hội.

“Tỳ kheo, nên biết, 50 năm ở Diêm Phù Địa bằng một ngày một đêm trên cõi Tứ Thiên Vương. Tính theo số ngày đêm ở đó, 30 ngày làm một tháng. 12 tháng làm một năm. (Có nghĩa là một năm chỉ có 360 ngày thôi, không phải 365 ngày). Thọ mạng trời Tứ thiên vương là 500 năm, cũng có kẻ yếu nửa chừng. (Nhớ nha! [Ở] trời Tứ Thiên Vương, [có người] yếu nửa chừng tức là chết trước khi 500 năm tuổi).

“Tính theo số năm theo loài người, 18 ức năm (của trời Tứ Thiên Vương) là một ngày một đêm trong Địa ngục Hoàn Hoạt. Địa ngục này còn có tên là Địa ngục Đẳng Hoạt. Quý vị đã nghe Thiện Trang giảng nhiều rồi, nên biết Địa ngục này. Tức là quý vị thấy thời gian lâu như vậy, mà chỉ bằng một ngày một đêm ở Địa ngục này thôi. Địa ngục này đáng sợ nữa.

Tính theo số một ngày một đêm ở đó, 30 ngày là một tháng; 12 tháng là một năm. Tuổi thọ cực dài trong Địa ngục Hoàn Hoạt là 1.000 năm, cũng có kẻ yếu nửa chừng. (May quá! Chết sớm thì ra khỏi, chứ không thì phải ở lâu). Tính theo số năm theo loài người là 36 vạn năm. (Quý vị thấy [tuổi thọ ở đó] đổi ra là thời gian 36 vạn năm [tính theo số năm loài người]).

“100 năm loài người bằng một ngày một đêm trên trời Tam Thập Tam (trời Đao Lợi). Tính theo số năm tháng ở đó, tuổi thọ trời Tam Thập Tam là

1.000 năm; cũng có vị nửa chừng yếu (tức là chết nửa chừng). **Tính số năm theo loài người là 36 ức năm, bằng một ngày một đêm trong Địa ngục A Tỳ.**

Có nghĩa là 36 ức năm mà bằng có một ngày một đêm trong Địa ngục A Tỳ thôi quý vị. Mình tính số ức theo bây giờ đi, con số ức hầu như trong kinh xài. Thôi mình lấy một ức là 100 triệu, vậy 36 ức tức là 3600 triệu, tức là 3,6 tỷ năm, là một ngày một đêm trong Địa ngục A Tỳ, nếu như Thiện Trang tính đúng. Quá sợ!

Tính theo số ngày đêm ở đó, 30 ngày là một tháng; 12 tháng là một năm. Theo số ngày đêm ở đây, tuổi thọ là hai vạn năm. Tính theo tuổi thọ loài người, đây thọ một câu-lợi (câu-lợi có khi là một ức, có khi là câu-chi, thì tùy vào con số này).

“Như vậy, Tỳ kheo, tính theo số tuổi như vậy càng lúc càng tăng, trừ trời Vô Tướng. Trời Vô Tướng thọ tám vạn bốn nghìn kiếp. (Thời gian này quá dài, tức là 84.000 lần Trái đất này sanh ra diệt đi) **Trừ trời Tịnh cư không sinh trở lại đời này.**

“Cho nên, Tỳ kheo, chớ để tâm buông lung, ở ngay nơi hiện thân mà chứng đắc lậu tận. Tỳ kheo, hãy học điều này như vậy.”

Các Tỳ kheo nghe những điều Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.

(Trích Từ Kinh Số 10 - Phẩm Thiện Ác Thứ 47 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Ở đây chúng ta thấy tại sao lại giới thiệu đoạn này? Để chúng ta thấy, thứ nhất đời là bể khổ, nhiều nỗi khổ. Rồi các cảnh giới trong luân hồi cũng khổ nữa. Ngay cả trời Đao Lợi, trời Tứ Thiên Vương cũng có yếu mạng, lên đó không phải yên thân, lên đó hết phước [cũng] rớt sớm. Và cũng không đáng gì, nếu chúng ta đi vào Địa ngục như Địa ngục Hoàn Hoạt (Đẳng Hoạt), Địa ngục A Tỳ thì thời gian quá lâu, quá xa. Quý vị có thể tự tính ra thời gian, để biết một ngày một đêm ở đó lâu chừng nào. Nên vào đó rồi không biết bao giờ ra, chúng ta phải biết quý trọng.

Quý vị coi trong Kinh Trung Bộ, có một đoạn kinh nói về câu chuyện rùa mù trên biển, trong tạng Nikaya chứ không phải trong tạng A Hàm. Trong Kinh Nikaya có Kinh Hiền Ngu (Kinh Hiền Ngu của Nikaya khác Kinh Hiền Ngu của Bắc

truyền) nói: Có con rùa mù, 100 năm nổi trên biển một lần. Và có một bọng cây, lúc thì gió thổi đưa bọng cây đi về hướng Đông, lúc thì đưa bọng cây đi về hướng Tây, [trên bọng cây] có một cái lỗ. Con rùa thì lâu lâu mới ngoi lên đớp hơi nước, một trăm năm nổi lên một lần. Lâu lắm mới lên, mà khi nào gặp được bọng cây đó, chui vào đúng cái lỗ đó, thì đức Phật nói đó là còn dễ. Còn khi [lỡ] sa đọa vào các loài Súc sanh, Ngạ quỷ, Địa ngục, thì ở trong đó toàn là ác nghiệp thôi, và cơ hội trở lại làm người nữa cũng cực kỳ khó. Dầu có trở lại làm người, thì cũng thường sanh ở vùng biên địa. Tức là không gặp được Phật pháp, cũng không được đầy đủ nền giáo dục tốt, hoặc là có nhiều tai nạn, thiên tai.

Giống như bây giờ mình ở những vùng không biết Phật pháp gì hết, dù Sư Minh Tuệ đi ngang qua thì cũng không biết sư Minh Tuệ là ai, cũng không biết cúng dường một bữa. Và sống như vậy đến ngày nào đó, đất sụp đất lở rồi chết. Rất là tội! Rất là đáng thương! Cứ sống một cuộc đời như vậy. Cho nên mình biết Phật pháp rồi, thì phải ráng tu, bởi vì “nhân thân nan đắc, Phật pháp nan văn”. Mà tu không ra hồn gì, thì uổng phí một đời mình gặp Phật pháp.

Gặp Phật pháp rồi phải có nhiều điều kiện, bên nhà Phật chúng ta gọi là thiện căn, phước đức, nhân duyên. Thiện căn là có thể tin, có thể hiểu. Phước đức là có thể tu. Nhân duyên là phải gặp được pháp tốt, thầy tốt, bạn tốt. Nếu mình không có đủ ba điều kiện đó, thì thật sự [tu] rất khó khăn. Dù quý vị có thiện căn sâu dày mà gặp pháp tà, thì [được] dạy một hồi rồi chạy đi đâu, tu không tới nơi tới chốn.

Tu pháp nào cũng vậy, giống như nhiều người cứ nghĩ, vào tu Thiền là ngồi xếp bằng, lên ngồi xếp bằng là tu Thiền. Thật ra đó chỉ là Thiền chỉ mà thôi. Thiền quán mới ra khỏi sanh tử. Nên nhiều người cứ tưởng ngồi thiền, thấy trên hình người ta ngồi, mình cũng bắt chước mình ngồi, ngồi miết mà cũng không [vô]. Rồi có người tu niệm Phật, niệm Phật hoài mà sao vọng tưởng phiền não nhiều. Vì cốt lõi mình không biết.

Cho nên tuy là Phật pháp đó, nhưng nhiều khi mình không có duyên. Còn đa số đời nay chỉ dạy cho bố thí, cúng dường, từ thiện thôi. Như vậy một đời mình cũng quy y, cũng có bằng gọi là Chứng điệp Quy y Phật pháp, cũng nổi tiếng mấy

chục năm đi chùa. Thậm chí treo bằng công đức đầy nhà, bằng tuyên dương công đức của người này người kia, của thầy này thầy kia, chùa này chùa kia, v.v.... Và mình hài lòng với điều đó, cuối cùng biết đâu mai một đi xuống Diêm Vương không xài được gì hết. Nói đi xuống Diêm Vương là nói cho vui vậy, còn nói thật là [do] nghiệp lực của mình [dẫn dắt], không thể [kháng lại]. Bởi vì mình không có thời gian, không hiểu được Phật pháp dạy cho chúng ta điều gì.

Quý vị coi trong những bộ kinh của đức Phật, kinh Đại thừa, kinh Tiểu thừa, coi kỹ đức Phật dạy cho [chúng ta] điều gì? Đức Phật dạy: sanh tử là khổ đau, hãy nhận diện ra nó, hãy tu hành để thoát ra khỏi. Như Kinh Đại thừa Diệu Pháp Liên Hoa còn nói: **“Tam giới vô an, do như hỏa trạch”**. Có nghĩa là ba cõi không an, giống như nhà lửa. Kinh Đại thừa còn nói được vậy mà, huống hồ những kinh như Kinh A Hàm, Kinh Nikaya, thì luôn luôn nói rằng hãy lánh xa cõi đời này, bằng cách là tìm con đường ra khỏi sanh tử. Vì ở trong này khổ nhiều, vui ít, những niềm vui mình đã thoáng qua, giống như ném mật trên đầu dao mà thôi, còn đau khổ thì kéo dài.

Cho nên nếu mình là một người hiểu được điều đó thì hãy ráng tu. Và tu thì phải có căn cứ, phải coi kinh, chứ còn bây giờ [người] giảng nhiều quá, không biết đường nào. Rồi cũng đâu có nói được tới đâu, cho nên là hãy tu. Mà tu làm sao? Ở đây Thiện Trang trích thêm một đoạn nữa, đoạn này thật ra Thiện Trang đã nói rồi, nhưng bữa nay xin phép nói lại. Đoạn này trích tiếp trong Kinh Tăng Chi Bộ.

Tâm Đặt Đúng Hướng Thì Có Thể Chứng Đạt Niết-Bàn

Này các Tỷ-kheo, ví như các sợi râu của lúa mì, hay sợi râu của lúa mạch được đặt đúng hướng, khi tay hay chân đè vào, có thể đâm thủng tay hay chân, hay có thể làm cho đổ máu; sự tình này có xảy ra. Vì có sao? Này các Tỷ-kheo, vì sợi râu được đặt đúng hướng.

Đoạn này ngài Minh Châu dịch là sợi râu của lúa mì, râu của lúa mạch là những vật nhọn, có chỗ khác thì nói là vật nhọn. Đại ý là những vật nhọn mà đặt đúng hướng, thì tự nhiên sẽ đâm thủng những vật khác. Lấy ví dụ này để hiểu

hơn nữa, là mấy hạt lúa có sợi râu nhọn nhọn, mà quý vị đặt đúng hướng, khi đưa tay chân vô là đâm chảy máu đó.

Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo với tâm được đặt đúng hướng, có thể đâm thủng Vô minh, làm minh sanh khởi, có thể chứng đạt Niết-Bàn; sự tình này có thể xảy ra. Vì cơ sao? Này các Tỷ-kheo, vì tâm được đặt đúng hướng.

(Kinh Tăng Chi Bộ - Chương Một Pháp - Phẩm Đặt Hướng Và Trong Sáng)

Ở đây Thiện Trang giới thiệu cho quý vị, quan trọng là tâm phải đặt đúng hướng, đúng hướng là phải tu. Chứ còn chúng ta đang lo việc này việc kia, là không đặt [tâm] đúng hướng. Đúng hướng là mình phải học giáo pháp. Tu để hiểu thì phải tu, phải học. Nhiều người nói: *“Thế không phải ngồi thiền, đấng Thiền là chứng [quả] à?”*

Quý vị coi trong kinh điển, tất cả các pháp hội, hầu như có thấy ai ngồi rồi chứng đâu, mà toàn là nghe xong một bài pháp, nghe một đoạn pháp của đức Phật thuyết, của một vị Tôn giả nào thuyết, vị này thuyết hay ai thuyết, [thì] người đó chứng được Sơ quả Tu-đà-hoàn, Nhị quả Tư-đà-hàm hoặc Tam quả A-na-hàm, Tứ quả A-la-hán. Hoặc là có nhiều người chứng nữa. Rõ ràng là [như vậy].

Điều đó chứng minh là gì? Không phải ngồi xếp bằng tĩnh tọa mà chứng đấng, mà nhờ nghe pháp [nên] tư duy của mình chạy theo đó, gọi là Thiền quán. Và chúng ta biết là như vậy [rồi], thì nhiều người lo tu Thiền quán không, bỏ tu Thiền chỉ. Không [nên]! Đức Phật dạy nên tu cả Thiền chỉ, phải có thời gian ngồi xếp bằng để tu.

Và nhập định được là mới đầu mình phải ngồi mà nhập. Đó là tư thế dễ, sau này quý vị tu khá rồi, thì đi, đứng, nằm, ngồi đều nhập định được. Đó là 4 tư thế. Nằm cũng nhập định được. Mình thì tu chưa tới đó, cho nên đầu tiên mình tu phải chấp hình tướng, nhưng ngồi là một phần. Có nhiều người thì lo ngồi quá nhiều. Thiện Trang xin chia sẻ về cách ngồi tĩnh tọa, quý vị nên như thế này:

Đức Phật nói nên lúc nào cần tu Thiền chỉ thì tu Thiền chỉ, lúc nào tu Thiền quán thì tu Thiền quán. Quý vị đừng cố gắng chịu đựng. Có nghĩa là sức của quý vị ngồi, giả sử quý vị ngồi tĩnh tọa được 45 phút là đau quá rồi, thì không nên cố gắng, mà nên đổi tư thế. Có thể đi đứng gì đó, [hoặc] mình ngồi thế khác [cũng] được, miễn [là] tư duy niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, [thì] tùy. Hoặc là tư duy một đề mục nào đó, thì đó là tu, chứ không phải [chỉ] ngồi [đó không thôi].

Bởi vì sao? Vì ngồi với sự đau đớn và chịu đựng, thì đó là quý vị đang hành xác quý vị, gọi là Sáu căn đối với cảnh giới Sáu trần mà thọ khổ, thì đời sau chiêu cảm quả bất như ý. Cho nên người học pháp không có đại mà làm việc đó. Mình ngồi được bao lâu thì ngồi, đến lúc nào đó tự nhiên vô [thì] ngồi được lâu. Tất nhiên ngồi càng lâu càng tốt, nhưng ngồi trong tâm như thế nào? Tâm phải đặt đúng hướng. [Muốn] đặt đúng hướng là phải học pháp, thì mới đặt đúng hướng được.

Cho nên ở đây muốn chứng đắc Niết-Bàn, thì tâm phải đặt đúng hướng, đặt đúng hướng trong tu tập. [Muốn được như vậy] thì phải học Thiền chỉ, Thiền quán, quán điều này, quán điều kia. Thật ra học pháp là quán. Quý vị thấy nhắc lại những câu chuyện vừa rồi, những người đắc quả họ đâu có tu Thiền chỉ đâu. Họ vừa mới tới nghe một bài pháp, quý vị thấy mấy người Cư sĩ trong kinh đó, có rất nhiều câu chuyện, toàn là [họ] nghe xong thì chứng [quả]. Họ đâu có tu, toàn là giáo phái ngoại đạo, thậm chí có người là nông dân, người chăn bò, ông bà già, người đi ăn xin v.v... Mà tại sao nghe một thời pháp của đức Phật, hoặc của một vị Tôn giả, hoặc một người Cư sĩ khác giảng mà họ đắc quả? Họ có tu tập Thiền chỉ đâu?

Cho nên điều gì quan trọng? Thiền quán quan trọng, nghe pháp [quan trọng]. Nghe pháp dần dần [khi] sự nghe của mình đủ, thì tập trung lại thành Thiền quán. Tức là quán được, tư duy được trong đó, đó là Thiền quán. Chứ quý vị cứ nghĩ nghe pháp thì không phải là tu. Không phải! Nghe pháp cũng là tu. Nhưng nếu nghe không [thôi], thì cũng không được, mà phải có thực hành. Mình phải sống trong đời sống, đi, đứng, nằm, ngồi thường nghĩ nhớ Vô thường, nghĩ đời là giả tạm v.v...

Khi nào quý vị bệnh xuống, thì quý vị thấy dễ chán cuộc đời này lắm, biết đâu [quý vị] đặc quả lúc đó. Tại sao? Vì lúc đó mình thấy cuộc đời chẳng có ý nghĩa gì cả. Còn bây giờ khỏe mạnh, tung tăng, vui vẻ, cười tươi, ăn uống, ham cái này, ham cái kia v.v... Nhưng rồi cũng có ngày mình bệnh, bệnh rồi thì mình thấy cơm cũng ăn không nổi đúng không quý vị? Rồi không muốn làm gì nữa, thấy cuộc đời chán. Lúc đó biết đâu nhờ tư duy đó mà quý vị đặc quả. Đó là mình tu dạng không tốt lắm. Còn người tu tốt hơn, thì thấy ngay hoàn cảnh thuận lợi cũng đặc quả được. Cho nên là phải học, phải hiểu nha.

Những người tu đặc quả kiểu đó, là họ đặc theo kiểu gì quý vị biết không? Đó là họ có Sát-na định. Tức là trong một phút chốc đó thôi, nhờ nghe pháp mà họ có định. Định của họ là Sát-na định, tức là định lúc đó tương đương với [định] của Sơ thiền bên Thiền chỉ, cộng với pháp họ nghe được, nên họ đặc Thiền quán. Pháp Thiền quán đó chính là quả giải thoát, Sơ quả [Tu-đà-hoàn] đến Tứ quả A-la-hán. Như vậy quý vị hiểu chưa? Chứ không - nhiều khi mình học, cứ tưởng ngồi mới là tu, rồi niệm Phật quá trời thì mới là tu.

Quý vị nên nhớ, Thiền quán là quan trọng số một. Thiền chỉ phụ [trợ] cho Thiền quán. Vẫn phải tu Chỉ, Quán song vận, nhưng dùng Thiền quán quan trọng. Bởi vì có những người chỉ cần tu Thiền quán thôi, [là] ra khỏi sanh tử, nên nhớ như vậy!

Có những người tu Thiền chỉ không [thôi], thì có ra khỏi sanh tử không? Có! Nhưng người đó là đời quá khứ họ tu Thiền quán khá tốt rồi. Nếu đời quá khứ họ tu không đủ, [bây giờ] tu giỏi lắm [thì chỉ] lên [tới trời] Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ thôi, giống như ông Uất Đầu Lam Phất hay ông tiên A Tư Đà đó. Họ tu cỡ đó, đến cuối cùng lên đó rồi cũng vẫn [luân hồi]. Ông Uất Đầu Lam Phất mai một hết tuổi thọ ở trời Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ, rồi cũng làm loài chồn bay, ăn mấy loài [như] chim cá cho đã, [hình như] rồi về sau cũng vô Địa ngục. Còn ông Ka La Ma, một trong hai vị thầy của đức Phật cũng vậy, lên trời Vô Sở Hữu Xứ cho đã, rồi xuống làm vua một nước cũng không lớn lắm. Nhưng sau đó sát hại biết bao nhiêu người, rồi cuối cùng cũng vô Địa ngục.

Cho nên dù tu Thiên chỉ giỏi lắm, lên [các tầng trời] rồi thì cũng rớt xuống lại thế gian. Từ từ, thêm đời thứ ba nữa mới vô Địa ngục. Cho nên đây là thật đáng tiếc!

Hôm nay Thiện Trang xin giới thiệu tiếp cho quý vị về 24 Duyên hệ. Duyên cuối cùng là Quyền duyên. Quyền duyên là khi đối tượng này giúp cho đối tượng kia, ngôn ngữ gọi là Năng duyên, [còn] đối tượng được giúp thì gọi là Sở duyên, bằng một trong 22 quyền. Có chỗ nói là 20 quyền thôi, còn 2 quyền không có giúp. Chúng ta học tạm 22 quyền rồi phân định sau.

Quyền là gì? Chữ quyền trong “quyền uy”, giống như nắm chính quyền. Quyền là những yếu tố, 22 yếu tố đó là những thành tố căn bản tạo ra chúng sanh và vũ trụ. Việc mà 22 yếu tố này giúp cho các đối tượng khác, cho các pháp khác, thì gọi là Quyền duyên. Định nghĩa Quyền duyên là như vậy. Chữ quyền có nghĩa là kiểm soát, cai quản, điều hành v.v... Giống như Bộ trưởng Bộ Giáo dục, thì có quyền điều hành Bộ Giáo dục. Như vậy có 22 quyền, hay có sách nói là 20 quyền, [cho nên] đừng có cãi nhau. Có người học Sư Toại Khanh thì nói là 22 quyền đó đều là Quyền duyên hết. Nhưng có người lại học theo vị Sư khác, thì nói là có 20 quyền thôi, bỏ ra 2 quyền. Quý vị đừng có tranh cãi ở đây, bao giờ học sâu rồi quý vị hiểu. Thiện Trang chỉ giới thiệu sơ khởi. Thiện Trang xin giới thiệu bảng Quyền duyên.

	Quyền Duyên			
	22 Quyền			
I. Sắc quyền (1-8)		<i>1. Nhãn quyền</i>	<i>2. Nhĩ quyền</i>	<i>3. Tỷ quyền</i>
		<i>4. Thiệt quyền</i>	<i>5. Thân quyền</i>	<i>6. Nữ quyền</i>

		7. Nam quyền	8. Sắc Mạng quyền	
II. Danh mạng quyền (9-14)		9. Ý quyền		
	Thọ	10. Lạc quyền	11. Khổ quyền	12. Hỷ quyền
		13. Ưu quyền	14. Xả quyền	
III. Quyền đưa Đến giác ngộ (15-19)		15. Tín quyền	16. Tấn quyền	17. Niệm quyền
		18. Định quyền	19. Tuệ quyền	
IV. Siêu thế quyền (20-22)		20. Vị tri quyền	21. Dĩ tri quyền	22. Cụ tri quyền

22 quyền này thật ra cũng không có gì [khó]. Có nhiều cách chia, ở đây Thiện Trang chia thành thế này:

I. Chia theo Sắc quyền (1-8): thì có [8 quyền], gồm: 1. Nhãn [quyền], 2. Nhĩ [quyền], 3. Tỷ [quyền], 4. Thiệt [quyền], 5. Thân [quyền], 6. Nữ quyền, 7. Nam quyền, và 8. Sắc mạng quyền.

Nhãn quyền, Nhĩ quyền, Tỷ quyền, Thiệt quyền, Thân quyền, thì [đây là] 5 căn. Thêm Nam quyền, Nữ quyền cũng liên quan đến Sắc, và Sắc mạng căn, cho

nên đưa vào Sắc quyền. Có người kéo thứ quyền thứ 8 [Sắc mạng quyền] này đi xuống dưới. Thiện Trang giới thiệu từ từ cho quý vị đỡ choáng.

1. Nhãn quyền: #Nhãn là con mắt. Khả năng của mắt là kiểm soát, quản lý, điều tiết để thực hiện chức năng thấy. Có nghĩa là chúng ta thấy, ví dụ như bây giờ quý vị vào nhìn màn hình, thì quý vị thấy Thiện Trang hay thấy hình Phật? Đứng trước có hình Phật, hoặc đứng sau có hình Phật. Thì khả năng lọc dữ liệu, [tức] là điều khiển con mắt của mình để tập trung vào đối tượng nào đó, để gom dữ liệu v.v... Đó gọi là quyền.

Quyền có nghĩa là cai quản, điều hành, kiểm soát v.v... Đây là mới nói quyền thô, chưa nói Quyền duyên. Quyền này ảnh hưởng đến một đối tượng nào đó. Ví dụ cùng nghe pháp với nhau, nhưng người thì lo nhìn thầy Thiện Trang thôi, người thì lo nhìn Phật: *“Đứng trước thầy có tượng Phật trắng đẹp quá!”*. Có người thì nói: *“Bức tranh đứng sau Thầy đẹp quá!”* Lo nhìn Bồ-tát gì đó, nhìn hình ở trên, v.v... nhìn một hồi quên mất, không để ý đến pháp, thì đó là Quyền duyên.

Có nghĩa là sự thấy của mình, mình thấy điều gì, tập trung vào điều gì, thì cũng tác động ảnh hưởng đến một yếu tố nào đó. Yếu tố là quý vị nghe pháp có tốt hay không. Vì chúng ta thấy không đúng đối tượng, cho nên mình nghe pháp dở, trật lất. Nghe pháp, không lo tập trung nghe, mà lo nhìn đâu đâu. Đó là Quyền duyên của mình kiểm soát không chính xác, cho nên nghe pháp không nắm được nội dung, quý vị hiểu không? Đó là Nhãn quyền.

2. Nhĩ quyền: #Nhĩ là tai. Quyền [của tai] là điều hành, kiểm soát âm thanh, những gì nghe được, có chức năng nghe được. Có khi mình ở giữa đám đông, [ví dụ] bây giờ có nhà hàng xóm thì hát karaoke, nhà kia thì đang cãi nhau chí chóc, ở ngoài đường tiếng xe chạy âm âm, nhưng quý vị vẫn nghe được tiếng pháp của Thiện Trang đang giảng. Bởi vì sao? Vì quý vị có Nhĩ quyền. Có nghĩa là nó sẽ tự động lọc lại dữ liệu, tự động chỉnh lại, bỏ mấy cái này đi, bỏ mấy cái kia đi. Và khả năng ai chỉnh được tốt hơn, lọc được tốt hơn, gọi là bộ lọc của Nhĩ thức tốt hơn, thì quý vị nghe pháp hiệu quả hơn. Còn người kia thì nổi sùng lên, một hồi toàn lạc vô bài hát gì đó của hàng xóm v.v... Đây cũng là tác động đến, tức là đối tượng

này tác động đến đối tượng kia, bằng cách kiểm soát được tốt hay không, [tức là] giúp cho nghe pháp thành tựu hay không. Pháp này giúp pháp kia như vậy, đó gọi là Nhĩ quyền.

3. Tỷ quyền: #Tỷ là mũi. Cũng vậy, Tỷ quyền là khả năng kiểm soát, chắt lọc, điều tiết được những mùi mà mình [ngửi] được. Tỷ quyền này cũng có chức năng tương tự. [Ví dụ] đang nghe pháp, mà mình nghe có mùi gì ở ngoài bếp ngon quá, hình như đang ăn sầu riêng (người miền Nam hay ăn sầu riêng), thơm quá. Ngửi một hồi thì quên mất nãy giờ thầy Thiện Trang giảng đến gì rồi. Hoặc là ở nhà đang có món bánh xèo hay món gì đó, nghe thơm phức. Hoặc là đang nghe pháp mà có mùi nước hoa bay phảng phất ngang qua, nghe khó chịu quá.

Như vậy những điều đó [đều] tác động đến. Nếu như mình biết điều tiết tốt, mình loại bỏ ra, thì như vậy sẽ thành yếu tố giúp cho việc nghe pháp của mình tốt. Ngược lại thì sẽ thành tựu cho mình một [việc] gì đó.

Có những người vì mê mùi nước hoa, mà cuộc đời người ta bị thay đổi. Ví dụ đi ngang qua [ai đó], mà nghe một mùi nước hoa thơm quá, thích quá, rồi từ đó nhớ cái mùi đó. Từ đó không biết trong nhóm mấy người đi ngang qua là người nào, [làm cho] đêm về say mộng uyên ương. Rồi ngày nào đó rước người ta về. Rước người ta về, rồi từ đó đời anh thay đổi, từ đó cuộc đời anh khổ miết luôn, đúng không?

Đấy tức là vì không kiểm soát được một vấn đề gì đó hay một yếu tố nào đó. Ý Thiện Trang nói vậy cho quý vị dễ hiểu. Tức là [vì] cái mùi đó, nhờ sự không kiểm soát của mũi (Tỷ thức), mà khiến cho dẫn đến một ngày nào đó người ta cưới một cô nàng nào đó, đúng chưa? Cho nên tuy là một đối tượng nhỏ, nhưng [có] quyền. Nó nắm quyền là vậy đó quý vị. Quyền đó ghê lắm! Nó có quyền mà, dẫn mình đi đâu luôn.

Cho nên người tu hành tại sao phải tu Tứ niệm xứ là vậy, [để] kiểm soát các căn. [Còn] người thế gian thì họ chạy theo [các căn]. Mình cũng xài các quyền này,

vì các quyền này [là] thành tố tạo ra vũ trụ. Chúng sanh với vũ trụ là do mấy điều này mà ra thôi. Nếu như chúng ta kiểm soát tốt, thì chúng ta sẽ đi vào Thánh đạo.

Người tu hành là gì? Là mình biết mùi đó. Thu nhiếp các căn là không phải không biết. Ta biết mùi này, mùi này là mùi nước hoa, mùi này là mùi bánh xèo, mùi này là mùi bắp nướng v.v... Mùi nào cũng được, nhưng ta không quan tâm đến, tức là mình không chạy theo nó. Đó gọi là tu hành, mà bình thường gọi là tu Tứ niệm xứ.

Còn người không biết thì chạy theo: “Ôi thơm quá!” Người ăn chay lâu năm rồi, ra ngoài hàng quán bữa đó họ nướng món gì nghe thơm phức, ngửi ngửi. Ngửi một hồi là mê luôn. Còn có người thì chịu không nổi: “Khó chịu quá! Khó chịu quá!” Vì tanh quá. Đấy cũng là quyền, là Tỷ quyền.

4. Thiệt quyền: #Thiệt là lưỡi. [Thiệt quyền] là khả năng kiểm soát về cảnh vị, tức là mùi vị. Lưỡi mình nếm mùi vị. Người tu hành nên cực kỳ kiểm soát điều này. Mình ăn uống cũng là một trong những điều kiện để sống được ở thế gian.

Và nếu người ăn khoa học thì họ biết cách ăn. Tuổi trẻ thì khác, trẻ thì có sức khỏe, ý mạnh nên ăn cái gì cũng được, ăn kiểu gì cũng được. Nhưng lớn lên rồi thì bắt đầu người ta có xu hướng ăn rau nhiều, tự nhiên lớn lên là ăn rau nhiều thôi. Tại vì sao? Vì tuổi trẻ thì cần nhiều mỡ, nhiều dầu, để cho cơ thể mập, lớn cho nhanh, nên ăn mấy thứ đó. Còn khi người lớn tuổi rồi, thì cơ thể đâu có lớn nổi nữa, cho nên chỉ thường ăn rau thôi, bổ sung các chất đó. Đó là lý do tại sao khẩu vị của người trẻ, với khẩu vị của người lớn tuổi khác nhau. Mình cũng phải kiểm soát được các mùi vị v.v... Mình kiểm soát được, mình nắm được, đó gọi là Thiệt quyền.

5. Thân quyền: #Thân là thân thể này. Cảnh của thân thể là cảnh xúc. Cảnh xúc tức là những gì mà cơ thể mình tiếp xúc. Ví dụ mình đặt tay vào cái gì đó, thì mình cảm thấy êm ái [chẳng hạn]. Có người thì thích êm ái, có người thì thích mềm mại, có người thì không thích. Nhưng Thiệu Trang nghĩ đa số đều thích mềm mại, chẳng có ai lại không thích. Rồi trơn láng, kiểu gì đó, thì đó [là] xúc chạm.

Những xúc chạm đó đôi khi cũng làm cho người ta dẫn khởi lên những chánh niệm và tà niệm. Người tu hành thì biết rõ từng thứ, từng thứ như vậy, mình kiểm soát được. Đó gọi là Thân quyền. Tương tự như vậy! Quý vị hiểu năm quyền này, đầu tiên là Nhân quyền, Nhĩ quyền, Tỷ quyền, Thiệt quyền và Thân quyền.

6. Nữ quyền: Nữ quyền không phải là quyền của người nữ. Nữ quyền này nói cũng vui lắm, hay lắm! Nữ quyền là gì? Có nhiều định nghĩa, ở đây chúng ta có thể định nghĩa là trạng thái của người nữ, tức là người nữ thì có những đặc tính người nữ. Ví dụ như khi sanh ra, tự nhiên lớn lên thì người ta có khả năng ẻo lả, cười rồi chống tay, chống cằm, tạo duyên, tạo dáng đủ các kiểu... Dịu dàng, mềm mại, cười rồi làm duyên, làm dáng, thì đó gọi là Nữ quyền.

Có người nói những điều này là do hormone. Thực ra người ta nghiên cứu thì cũng có một phần [do] hormone, [và cũng] có những yếu tố nào đó. Điều đó rất kỳ lạ! Và quý vị làm thân nữ thì thường [có yếu tố] này. Ở đây các cô nhiều nên các cô biết.

Thiện Trang sẵn nói trong Kinh Tăng Chi, đức Phật có đưa ra mục số tám, tám pháp (tám hình tướng) mà nữ nhân trói buộc người nam, gồm:

1. Nay các Tỷ-kheo, nữ nhân trói buộc nam nhân với sắc. (Sắc là dáng hình của người ta đẹp).

2. Nữ nhân trói buộc nam nhân với tiếng cười. (Người ta cười thôi là nam nhân cũng tiêu rồi, bị trói buộc rồi đó).

3. Nữ nhân trói buộc nam nhân với lời nói.

4. Nữ nhân trói buộc nam nhân với lời ca.

5. Nữ nhân trói buộc nam nhân với nước mắt. (Người nữ có sức mạnh kinh khủng là sức mạnh của nước mắt).

6. Nữ nhân trói buộc nam nhân với quần áo. (Người nữ mặc đồ diện cho đẹp vô. Bây giờ người ta mặc mấy đồ khêu gợi đó, khiến cho trói buộc bao nhiêu ông).

7. Nữ nhân trói buộc nam nhân với vật tặng. (Vật tặng tức là tặng quà).

8. Nữ nhân trói buộc nam nhân bằng xúc chạm.

Tám điều đó cũng là tám điều mà nam nhân trói buộc nữ nhân, chứ không phải mỗi nữ nhân trói buộc nam nhân không, ngược lại như vậy. Đây là trong kinh đức Phật nói.

Như vậy Nam quyền với Nữ quyền cũng tương tự nhau thôi, tức là người nữ thì có những tính ẻo lả, mềm mại, nói chuyện cứ ẻo ẻo, không biết thế nào, nhưng tự nhiên như vậy. Nếu quý vị là thân nam thì quý vị không có kiểu đó.

7. Nam quyền: Tính của người nam thì sao? Nam quyền tức là những điều này giúp cho thực hiện được [tính cách] của người nam. Người nam thì mạnh mẽ, hùng dũng, mạnh bạo, xông pha không sợ gì cả.

Đó là Nam quyền và Nữ quyền. Những yếu tố này hay lắm, nó tự nhiên như vậy, và giúp cho những điều khác thành tựu.

[Về] Nữ quyền, ví dụ như nhờ quý vị có thân nữ, nên quý vị rất dễ tin. Nhờ dễ tin, chịu khó, chịu khổ nên quý vị tu được. Người nữ thì siêng năng, làm công quả không biết ngại ngần, thường là vậy. Còn mấy ông thì lười, mấy ông thích làm mấy việc lớn thôi, mấy việc nhỏ nhỏ như bắt vô chà rửa nhà vệ sinh, hay làm gì đó, thì mấy ông ngại lắm. Mấy ông thích khiêng cây, hay khiêng gì thì làm được. Đây là Nữ quyền và Nam quyền. Tức là do yếu tố đó tác động đến sự tu tập của mình, tác động đến những yếu tố khác trong đời.

Cho nên nam thì có điều hay của nam, nữ thì có điều hay của nữ. Tất nhiên trong kinh đức Phật nói người nữ nghiệp nặng hơn, có nhiều điều xấu hơn. Đây không phải là chúng ta nói xấu, mà thực tế là vậy. Ví dụ người nữ [chịu] nhiều thiệt thòi hơn, sức khỏe người nữ thông thường yếu hơn người nam về sức lực.

Bây giờ cho ra vắc bao gạo 50 ký, thì người nam vắc nổi, còn người nữ vắc không nổi, 20 ký nhiều khi đã không vắc nổi rồi, đó là Nữ quyền.

Nên điều này cũng khiến tác động đến một số vấn đề. Ví dụ như tu tập, người nữ không thể hành hạnh Đầu đà được, không thể ở trong rừng vắng được, không thể ở trong nghĩa địa hoang sơ, hoang vu một mình được. Tỳ-kheo-ni phải có đôi, đi đâu cũng phải có người, cho nên hai cô đi chung với nhau thôi, thậm chí phải ở nơi có Tỳ-kheo tăng. Tại vì sao? Không có Tỳ-kheo tăng, lỡ đông người tới cướp, nguy hiểm. Cho nên phải ở gần. Đây cũng là Nữ quyền. Vì [là người] nữ, tính nữ v.v... yếu đuối thế này thế kia, mà ảnh hưởng đến sự tu hành, khiến không tu được hạnh Đầu đà.

Còn người nam thì xông pha trận mạc, không sợ gió sương, cho nên tu tập cũng tốt hơn. Lên trên rừng cất chòi, cất cái am hay thất gì đó. Hoặc là khởi cát, ở trên cây luôn cũng được, làm như Ô Sào Thiên sư cũng được. Đó là về tính cách, về mọi phương diện, cũng ảnh hưởng đến rất nhiều yếu tố khác. Cho nên đó là thành tố quan trọng xây dựng nên vũ trụ. Và yếu tố này ảnh hưởng đến những pháp khác, để thành tựu các pháp. Nên gọi là Nữ quyền hay là Nam quyền.

8. Sắc mạng quyền: Sắc mạng quyền có người chia ra [2 phần] Danh và Sắc. #Sắc là hình sắc; #Sắc mạng nói đơn giản là thọ mạng của mình. Sắc mạng quyền này duy trì tuổi thọ. [Quyền] này [duy trì] tuổi thọ, thì mấy yếu tố trên Nữ quyền, Nam quyền, Nhân quyền, Nhĩ quyền mới duy trì được. Nếu không có tuổi thọ này, thì mấy điều kia cũng tiêu luôn.

Điều này quý vị nên để ý, điều này quan trọng! Nếu Sắc mạng quyền không còn, thì mấy [quyền] trên không còn. Nhưng ngược lại, mấy quyền trên không còn, thì Sắc mạng quyền có còn không? Bây giờ hỏi ngược lại, mấy [quyền] trên như Nhân quyền, Nhĩ quyền, Tỷ quyền, Thiệt quyền, Thân quyền, Nữ quyền, Nam quyền không còn, thì Sắc mạng quyền có còn không? Tức là thọ mạng của mình còn không? Vẫn có thể còn! Có nghĩa là thọ mạng của mình còn, Nhĩ quyền không còn nữa thì chẳng qua là bị điếc tai thôi, không nghe được thôi, không sao! Hoặc là mất đi Nữ quyền, tức là đi phẫu thuật chuyển đổi giới tính v.v... thì vẫn được.

Còn Sắc mạng quyền là duy trì tuổi thọ, và điều này cũng mạnh mẽ lắm. Ví dụ như tu hành cũng vậy, mình cũng cần Sắc mạng quyền, vì sao? [Vì] Sắc mạng này, thân mạng này, tuổi thọ này còn [thì mình mới tu được], chứ mình không có tuổi thọ, chết mất rồi [thì] làm gì được. Và những [yếu tố] trên cũng là quyền, bởi vì nếu mình không có tai thì cũng không nghe pháp được, mắt mình không thấy thì đọc chữ cũng không được. Rồi người ta tả nhiều thứ nào là mùi vị, hương... mà mình bị bệnh nào đó thì mình cũng không ngửi được.

[Những điều này] ảnh hưởng đến rất nhiều yếu tố, nên mới gọi là quyền. Quyền là 22 yếu tố này, 22 thành tố này ảnh hưởng quá lớn đối với vũ trụ và chúng sanh, nên nói là quyền. Quyền là lớn giống như vua hay Bộ trưởng gì đó nắm quyền, gọi là nắm quyền cả thế giới, nắm quyền cả vũ trụ, cả chúng sanh, là 22 yếu tố này. Đó là Sắc mạng quyền, Sắc mạng quyền này có khi chia ra khác nhau.

II. Danh mạng quyền (9-14): gồm có:

9. Ý quyền: Ý quyền cũng dễ thôi, là dẫn dắt các Tâm sở. Tâm sở là cảm giác của mình, hay cảm thọ của mình, nào nóng giận, tức tối, hay gì đó... thì điều này thuộc về Ý quyền. Tại vì sao? [Vì] nó dẫn dắt, ví dụ có nhiều yếu tố, có người [gặp] chuyện này [thì] họ chịu đựng được. Cũng chuyện đó, nhưng người khác thì không chịu đựng được.

Ví dụ như Thiện Trang đi lên độ cao tầng bốn, tầng năm, khi nhìn xuống thì Thiện Trang thấy cảm giác hơi sợ sợ. Đó là Thiện Trang chịu không được. Nhưng có người khác lên tầng bốn, tầng năm, thậm chí lên tầng tám, tầng mười, thì họ vẫn ra lầu đứng vui vẻ, tung tăng, [hay] đu trên dây điện vô tư. Đó là họ không sợ độ cao. Như vậy đây là thuộc về Ý quyền. Có nghĩa là tuy cùng một cảnh, mình thấy cảnh độ cao, tức là mắt mình thấy, đưa vào, nhưng ý của mình xử lý khác nhau, là do ba yếu tố: Một là yếu tố Tiền nghiệp, hai là khuynh hướng tâm lý, và ba là môi trường sống, do ba yếu tố này thôi.

1. Tiền nghiệp là nghiệp đời trước. Do đời trước tôi té cây chết, nên tôi sợ, có ấn tượng trong A-lại-da thức như vậy. Còn người đó đời trước làm khổ quen

rồi, trèo cây nhảy nhót quen rồi. Khỉ, vượn quen đu trên cây cho nên không sợ. Đó là Tiền nghiệp.

2. Khuynh hướng tâm lý là tại tôi thích sống dưới đất quen rồi, tôi không thích sinh sống trên cao. Còn người kia thì quen sống trên cao rồi. Đó là do sở thích nhiều đời, đời này đời kia thích như vậy. Họ thích sống trên núi cao, quen rồi.

3. Ba là môi trường sống. Ví dụ Thiện Trang toàn sống ở dưới đất hoài nên quen. Còn người đó ở nhà chung cư, suốt ngày ở trên tầng cao, nên dần dần quen.

Ba yếu tố đó tác động, dẫn đến Ý quyền của mình khác nhau. Quý vị hiểu đại ý như vậy. [Ý quyền] là cai quản, khởi tâm với nhau. [Như] Thiện Trang thì khởi Tâm sợ, còn người ta lên thì [thấy] đẹp quá. Đó là Tâm sợ hoan hỉ khởi lên, sự dẫn dắt đó là Ý quyền. Nhưng nếu mình tu tập thì mình chuyển [được] một phần. Tức là chuyển một phần thôi, chứ không chuyển được nhiều. Bao giờ phải thành Thánh nhân, A-la-hán thì mới hết sợ hãi. Còn mình phàm phu thì mình cũng hơi sợ sợ chút. Thậm chí bậc Hữu học cũng còn chưa hết được. Đến đây thì chúng ta hiểu được Ý quyền.

Tiếp theo từ 10 đến 14 là thuộc về Thọ; #Thọ là thọ lạc, [thọ khổ]. Thọ này gồm năm quyền trong đó:

10. Lạc quyền: là điều khiển để có niềm vui. Giống như Thiện Trang nói, cũng độ cao đó mà người kia thì vui vẻ, hoan hỉ, cười ha hả, còn mình thì sợ. Đây là do Lạc quyền điều khiển mình, ảnh hưởng tới mình. [Hoặc là] cùng bài pháp Thiện Trang đang giảng, có người nghe thì thấy sao hoan hỉ, an lạc, *“bữa nay thầy Thiện Trang giảng hay”*. [Còn] có người thì nói: *“Bữa nay ông nói xấu mình không à”*. Đó là do cảm nhận của mỗi người.

Và tại sao quý vị lại nghe ra là ông thầy nói xấu mình? Thiện Trang xin phân tích thể này, có hai yếu tố: Thứ nhất là do mình có nhiều tật xấu quá, cho nên thầy nói gì cũng [có mình] trong đó. [Thật tế] là họ không có nói mình, nhưng mình thì nghe ra toàn là nói mình không à. Tức là mình có nhiều tật xấu quá. Và [thứ hai]

xui cho mình nữa, là mình ở gần thầy, nên mình nghĩ là thầy biết mình. Hoặc là mình có tiếp xúc với thầy, nên nghĩ thầy biết mình, ổng nói mình.

Cho nên phúc thay cho những người nghe pháp, thấy thầy nói mình không, [nhưng nghĩ]: “*May quá! Thầy không ở gần mình, chắc ổng nói người khác vô tình trúng mình thôi*”. Thì điều đó mình tiếp nhận được đúng không? Mình tự sửa được. Còn xui cho những người ở bên cạnh, ở gần, nghe thì thấy thầy toàn nói xấu mình, toàn nhắm vào mình không à. Mặc dù người ta giảng không có ý đó, nhưng do mình không ok, tức có mình nhiều vấn đề quá, cho nên mình thấy như vậy. Đó là cũng tạm tạm chút. Còn quý vị tốt hơn, nghe ra thì tốt rồi, [thì] mình sửa thôi. [Dù thầy] nói cố tình hay vô ý gì, mình nghe qua thì mình sửa. Còn như [trên] thì không được, nghe rồi thì phải sửa, chứ nghe mà tức tối lên là tiêu rồi.

Đa số đồng tu trên mạng đâu biết Thiện Trang, Thiện Trang nói thì nói vậy thôi, chuyện đó vô tình lỡ trúng quý vị thì quý vị ráng chịu thôi. Giống như bắn mũi tên lên trên hư không, nó rớt xuống đâu mình đâu biết, tên bay đạn lạc đúng không? Cũng vậy, mình nghe mà thấy [lỗi] của mình thì mình lo sửa, đó là tu hành. Còn người nghe, nghe xong mà thấy không liên quan gì đến mình hết, toàn nói ai, v.v... rồi cười ha hả, toàn nghĩ [lỗi] người ta, thì đấy cũng là một vấn đề, gọi là mình thiếu quán sát vào bên trong.

Tu hành thật ra là phải quán sát bên trong mình, gọi là Tứ niệm xứ, quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp. Quý vị để ý, trong Tứ niệm xứ, thì Thân, Thọ, Tâm thì ba điều là của mình rồi, chỉ có Pháp là bên ngoài thôi. Thân là của mình, Tâm của mình, Thọ cũng của mình, chỉ có Pháp là ở bên ngoài thôi. Cho nên tu là phải xoay vào bên trong. Mình tu mà mình cứ toàn hướng ra bên ngoài, thì thời gian sau [không ổn].

Có câu chuyện, hình như trong [cuốn sách] 30 Năm Chiếc Áo Cũ: Có ông thầy cho Đệ tử xuống núi, kêu: “Cho con cái kính chiếu yêu, con đi đến đâu, muốn biết người ta [có phải] là yêu tinh, yêu quái hay không, tà hay chánh, thì con cứ cầm cái gương (cái kính) này soi lên gương mặt người ta, thì biết người ta là tà hay chánh”. [Người này] đi đâu cũng soi soi, mới đầu thấy người này là chánh này,

người này là tà này, một hồi sau soi thấy sao mà nhiều tà quá. Một ngày nọ, soi một hồi quay qua soi mình, sao cũng thấy tà luôn, thấy hiện con ma trong đó luôn.

Tóm lại là do tâm, thời gian đầu thì mình chánh, nhưng mình lo đi soi người ta riết rồi cuối cùng mình thành tà. Quý vị có thời gian thì tìm cuốn sách 30 Năm Chiếc Áo Cũ. Thiện Trang nghe đại ý thôi, Thiện Trang cũng có file của quyển sách này, nhưng chưa có thời gian coi. Câu chuyện đại ý là như vậy.

Quý vị có thể thấy là, nếu như mình tu mà mình cứ hướng tâm ra bên ngoài tìm lỗi người, nhìn một hồi thì ngày nào đó tâm mình cũng chất chứa toàn là rác. Tức là lượm rác [từ] nhà người ta bỏ vô nhà mình. Nên ngày nào đó nhà mình cũng là toàn rác thôi.

Ý quyền này toàn là Lạc quyền, Thọ quyền, Khổ quyền thì [quý vị] cẩn thận nha! #Lạc là niềm vui, niềm vui cũng làm ảnh hưởng đến sự tu tập rất lớn, ảnh hưởng đến tất cả các yếu tố của chúng sanh. Ví dụ hai người vui với nhau, thì họ mới đến với nhau được. Tu mà có niềm vui thì mới tu được. Nên mình là người tu hành, yếu tố này cũng tác động tới [mình]. Vì vậy hãy cố gắng làm sao nghe pháp bằng tâm hoan hỉ, bằng tâm vui vẻ, đừng có để Khổ quyền.

11. Khổ quyền: là nỗi khổ cũng làm chủ cả thế giới. Chúng ta thấy nhiều khi khổ là tốt mà. Ví dụ nhờ sanh ra trong gia đình khổ quá, từ nhỏ quá khổ nên một đứa nhỏ rất nỗ lực phấn đấu, học hành rất ngoan hiền, và lớn lên nó tu hành rất tốt, [vì] có nền tảng đó. Còn người giàu sang quá [nên] khó tu. Làm công tử, công chúa ở nhà quen rồi, vô chùa tu không nổi. Cho nên khổ cũng là [tốt]. [Tuy nhiên] nhiều khi [sự] khổ cũng đẩy người ta đi vào con đường không tốt. Cho nên nỗi khổ cũng nắm một quyền rất lớn trong đời sống của chúng sanh, trong vũ trụ này.

Chính vì nỗi khổ mà người ta có thể đứng lên, lật đổ một đất nước. Và cũng chính vì nỗi khổ mà người ta sẵn sàng làm việc xấu. Cũng vì nỗi khổ mà người ta làm việc tốt, cũng vì khổ mà người ta tu hành. Sự khổ này cũng nắm một quyền rất quan trọng, cho nên gọi là Khổ quyền.

Thiện Trang chia sẻ như vậy thì quý vị dễ hiểu hơn đúng không? Chứ đi vô phân tích đủ thứ [thì khó hiểu]. Tóm lại là cảm nhận về khổ của mình, giúp mình được bao nhiêu, mình tuyển chọn. Người biết tu hành thì biến khổ đau thành niềm an vui, hãy chuyển lại thì đó là biết tu. Hãy cố gắng như vậy! Đó là Khổ quyền.

12. Hỷ quyền: #Hỷ là niềm vui, mà niềm vui này sâu hơn niềm vui của Lạc. Đôi khi có người thì nói ngược lại. Nói chung chúng ta cứ hiểu một điều là Lạc quyền, một điều là Hỷ quyền. Chữ Hỷ này có thể giải thích theo kiểu khác nữa; #Hỷ là hoan hỷ, tùy hỷ. Tức là mình thấy những niềm vui của người ta thì mình vui theo. Niềm vui đó cũng có thể giải thích kiểu vậy. Hoặc #Hỷ là niềm vui sâu trong nội tâm. Có khi người ta giải thích ngược lại. Tóm lại chúng ta cứ hiểu rằng: Hỷ là có thể mình tùy [hỷ] với niềm vui của người ta, hoặc là niềm vui sâu hơn ở trong tâm.

Những điều này thì cũng nắm quyền rất lớn trong đời sống tu tập, trong đời sống hằng ngày, quyết định hạnh phúc hay an vui v.v.... [Những quyền này] có quyền lớn như vậy, [có thể] điều hành, điều khiển những điều đó. Cho nên chúng ta nhận được an lạc hay khổ đau v.v... là do mấy [quyền] này. Mấy [quyền] này có quyền ghê gớm lắm, tu hành mà mặt mày nhăn quá là biết mình khổ rồi, là Ưu quyền đó. Có nghĩa là mình bị những điều đó làm chủ. Mình hiểu được như vậy.

13. Ưu quyền: #Ưu là lo lắng, ở đây có nhiều người quá lo lắng. Vì quá lo lắng cho nên ngày nào đó ngã bệnh, vô bệnh viện tâm thần, đó là Ưu quyền. Lo càng nhiều thì khổ càng nhiều, và trí tuệ càng giảm, bệnh càng nhiều. Cho nên người biết tu hành thì không có lo. Mình nói không lo thì không phải là mình không lo, [mà] mình lo tu tập, mình không lo lắng theo kiểu sợ điều này sợ điều kia, lo như vậy cũng không giải quyết được gì, mà mình hãy làm đi.

Ví dụ Việt Nam mình bây giờ, đang ở thời buổi kinh tế khó khăn, thì mình cứ làm, làm được bao nhiêu thì làm, tiền thiếu thì cũng phải chịu thôi, có cách nào làm thì cứ làm. Chứ ngồi đó tính, lo ngày mai tiền này tiền kia, tiền học cho con. Bây giờ kinh tế khó khăn quá thì bớt đi. Thiện Trang khuyên đừng cho đi học

thêm nữa, cho con ở nhà học, học được bao nhiêu thì học. Nó học được bao nhiêu, mai một nó có phước bao nhiêu thì làm bấy nhiêu. Đó là mình bớt lo.

Ai bảo đua đòi cho hung, lo cho nhiều, tiền bạc không có thì khổ nhiều. Tiết kiệm lại một chút thì mình sống vẫn vô tư. Gia đình ăn chay thì đâu tốn bao nhiêu tiền đúng không quý vị? Đó là những tiết kiệm trong thời nay mình có thể làm được, mình bớt lo, bớt ưu. Chuyện chưa tới thì mình đừng có lo quá, lo làm gì. Chuyện có tới cũng đâu có giống như ý của mình đâu, mà mình suy nghĩ, mình lo tính. Cho nên những người lo [lãng], toan tính nhiều, thì đấy [là Ưu quyền]. Cho nên [Ưu quyền] này cũng nắm quyền quan trọng trong đời sống. Và khi đã căng thẳng lên rồi thì khổ.

Hồi xưa người ta nói: *“Một mái nhà tranh, hai trái tim vàng”* nghe đã lắm, nhưng khi không có tiền là bắt đầu khổ rồi. Lúc đó một mái nhà tranh, hai trái tim vàng không sống được đâu. Hồi xưa Thiện Trang nhớ năm đó lớp 12, Thiện Trang nghe câu hơi lạ một chút, [là] cô giáo dạy Lịch sử nói: *“Hai đứa mà cỡ như mấy đứa (cỡ học lớp 12), tụi nó lấy nhau về thì chỉ có cạp đất mà ăn thôi”*, ngôn ngữ như vậy. Tức là không thể nào sống trong mơ mộng được, phải thực tế. Đấy gọi là Ưu quyền, [là] lo lãng. [Phải] sống thực tế, chứ đừng có sống ảo tưởng. Mình không có việc làm thì mình làm qua ngày, mình sống qua ngày.

Như Việt Nam mình những năm gần đây, thì đa số là xuất khẩu lao động đi nước ngoài rất đông. Người Việt mình liên tục đi, và dòng người ra đi vẫn chưa dứt, ngôn ngữ nói như vậy. Đó là vì kinh tế khó khăn thì người ta phải đi, người ta phải lo lãng đời sống, và đi một cách thoải mái. Đôi khi có những người chuyển khổ đau thành an vui. Tức là nhờ đi như vậy mà gia đình đổi khác, giàu có lên. Tất nhiên không phải ai đi cũng thành công. Cuộc đời mà, có số mạng trong đó, có phước báo trong đó. Mình nghĩ đơn giản, cuộc đời [như vậy] thì mình cứ sống, [và] điều tiết làm sao cho phù hợp. Quý vị đừng lo lãng, đừng nghĩ nhiều. Cho nên Ưu quyền này, tức là sự lo lãng cũng chiếm một phần quyền lớn để tạo ra vũ trụ, tạo ra chúng sanh khổ đau hay vui vẻ.

14. Xả quyền: #Xả là thọ xả, tức là mình phải bỏ đi những điều gì, gọi là mình thân nhiên đón nhận với tất cả mọi thứ. Ở đời thì mình phải có điều này. Thứ nhất xả đối với nội tâm, đối với mình. Có nghĩa mình nhẫn được những gì người khác không nhẫn được. Ví dụ nóng quá, lạnh quá, v.v... mình cũng chịu trận được một chút khá khá. Rồi khi bị người ta chửi, người ta làm khó, làm gì... [thì] mình phải xả. Quý vị phải có nhẫn.

Và nhẫn này thì mình cố gắng học nhẫn trong tâm, đừng có nhẫn bên ngoài. Có nhiều người chỉ nhẫn bên ngoài thôi. Tức là người ta chửi, người ta mắng, người ta nhiếc thì không nói lại, nhưng trong tâm thì hờn giận người ta, tức lắm, chẳng qua không nói lại thôi, nhưng tức. Đó là chưa xả được. Tu hành phải có khả năng này. Nên việc xả này cũng nắm một quyền quan trọng trong hạnh phúc.

Một gia đình hạnh phúc, là khi hai vợ chồng có khả năng xả đi những điều không nên mang trong tâm. Có những điều đôi khi quý vị thấy không đúng, không tốt, nhưng nhiều khi phải ngó lơ. Đơn giản khi quý vị về nhà, thấy ông chồng bày bừa đủ các đồ đạc, mà quý vị hét lên, thì đôi khi ổng bực, ổng quát (đánh) hoặc chửi lại, rồi cuối cùng gia đình tan tác. Trong khi đó nếu mình xả được thì thôi, tính ổng như vậy thì thôi kệ đi, mình sống với ổng bao nhiêu năm mình biết rồi, thôi mình bỏ qua, thì được. Tức là mình phải có khả năng xả (nhẫn), buông nhẹ ra. Cho nên xả nắm một quyền rất lớn, nên mới là Quyền duyên chứ.

Tu hành cũng vậy, nhiều khi vô Đạo tràng, mới tu mấy hôm mà gặp người đồng tu nói khích bác gì đó, chịu không nổi, chạy luôn. Hoặc bữa đó gặp thầy giảng, nói khó quá chịu không nổi, nghe không được, hay nói đụng chạm mình nghe không được, không êm tai, nên chạy luôn. Đó cũng là Xả quyền, và [như vậy thì] chạy cả đời.

Quý vị thấy những người tu hành được là người ta trụ được. Còn không thì chạy vòng vòng, vòng vòng. Lúc nào làm khách thì cũng sướng, nhưng tới khi quen quen thời gian rồi thì [khó khăn]. Đặc biệt có nhiều người có tính kì lắm, đối với người lạ thì rất tốt, đối với khách thì rất tốt. Nhưng khi quen rồi thì đối tộ lắm, bắt đầu chửi rửa tùm lum hết. Đây là mình sống không được. [Nên] phải làm sao

đó, đối với người thân thì quý vị phải nghĩ là: người sống với nhau càng thân, mình [phải] quý hơn người xa lạ chứ. Quý vị ham thích đồ mới không à, quên mất rằng đồ cũ trong nhà, đồ càng để lâu thành đồ cổ thì mới quý, còn đồ mới xài vài bữa là hư mất rồi.

Cho nên mình phải trân trọng mối quan hệ với đồng tu cũ, với người cũ. Đặc biệt mình sống càng lâu, mình càng hiểu người ta hơn. Còn nếu mình chỉ thích những cái mới, cái mới thì nhìn dáng đẹp, nhưng bên trong chưa chắc đã tốt. Thiện Trang không nói xấu hết, nhưng chưa chắc! Mình phải cần thời gian tìm hiểu, cần này kia.

Đấy là một điều đại mà Thiện Trang thấy đa số, không phải tất cả, nhưng có nhiều người đại như vậy. Tức là toàn thích tìm mới, đồng tu mới thì mới tốt, thầy mới thì mới tốt, cái này mới thì mới tốt. Nhưng quên mất rằng mình có những cái cũ mà mình vẫn xài được. Cho nên mình phải hiểu. Đấy là các quyền thuộc về Danh mạng quyền.

III. Quyền đưa Đến giác ngộ (15-19), gồm có: 15. Tín quyền, 16. Tấn quyền, 17. Niệm quyền, 18. Định quyền, 19. Huệ quyền (Tuệ quyền). Tín, Tấn, Niệm, Định, Huệ, đây là năm mục quan trọng trong việc tu tập, và đưa đến giác ngộ.

15. [Tín quyền]: #Tín là niềm tin. Niềm tin này nói đơn giản là sự tin tưởng. Tại vì điều này đưa đến giác ngộ, cho nên không nói đi đâu hết, tin ở đâu? Tin vào Tam Bảo. Tâm sở đó là Tâm sở Tín. Vậy niềm tin này có được khi nào?

Hôm thứ hai vừa rồi, trong lớp học cũng có người hỏi: *“Làm sao để có được niềm tin?”* Câu hỏi cũng rất hay. Thiện Trang trả lời trong đó rồi, nhưng Thiện Trang vẫn chia sẻ lại cho quý vị, tại vì có nhiều người vẫn chưa được nghe. Quý vị xây dựng niềm tin đối với Tam Bảo qua ba điều, đó là ba loại trí: trí của Văn, trí của Tư, và trí của Tu. Chúng ta có Tam học (Văn, Tư, Tu) và Tam vô lậu học (Giới, Định, Huệ).

Văn là nghe, quý vị có niềm tin qua nghe. Ví dụ Thiện Trang giảng pháp, giảng kinh v.v... thì quý vị có thể nghe. Văn này là không chỉ nghe qua tai, mà có

thể đọc nữa. Mình nghe qua một hồi mình thấy tin tưởng vị thầy đó, tin tưởng Thiện Trang, tin tưởng kinh Phật, tin tưởng Pháp môn mình tu, tin tưởng lời Phật dạy, tin tưởng Tam Bảo (tin Phật, tin Pháp, tin Tăng)... Niềm tin đó [có được là] qua việc nghe.

Do mình nghe một hồi nên [mình] tin, tại vì mình nghe hoài thì mình sẽ có niềm tin thôi, đó là điều đương nhiên, [và] niềm tin của mình sẽ củng cố. Niềm tin đó là tín qua Văn (tức là qua nghe). Niềm tin này mới là bước một thôi. Vì niềm tin [qua] nghe thì bữa nay mình nghe điều này, bữa sau mình nghe điều ngược lại, thì mình hết tin.

Ví dụ mình nghe thầy đó tốt lắm, ca ngợi thầy đó tốt. Nhưng bữa nào nghe người ta nói xấu thì mình hết tin. Nghe thuận thì tốt, [nhưng] nghe ngược thì không tốt. Tin người này thì cũng dễ tin người kia, cũng nghe [người kia] thôi. Vậy thì niềm tin đó yếu lắm.

Nghe nhiều thì chỉ có một hướng thôi. Cho nên vô người ta bắt theo một vị thầy. Người ta sợ điều đó đó quý vị, tức là sợ [chúng sanh] nghe theo người khác, hết tin mình nữa. Đó là người ta nhất quý vị vì lý do đó. Tín đó thì yếu lắm quý vị. Thiện Trang nói đa số người tu bây giờ là nghe [như vậy] đó, nghe vị thầy nào là tin vị thầy đó, và [không] nghe thầy khác nữa. Bữa nào nghe thầy khác là bắt đầu chối nhau, là thôi không tin nữa. Tín đó thì kém, là bước một.

Tín thứ hai là tín qua Tư, Tư là nâng cấp lên một bậc. Tư là tư duy, suy nghĩ. Có nghĩa qua những dữ kiện mình nghe, nghe thầy này cũng được, nghe thầy kia, một hồi nghe nhiều thì tự nhiên mình tư duy logic lại. Ngày nào đó có người nói điều đó không đúng, [hoặc là nói] thầy đó nói vậy thôi chứ ổng không có tu đâu, thế này thế kia. Bắt đầu mình có tư duy, mình suy ra: Không phải đâu, vị thầy đó tu thiệt đấy chứ. Nếu ông tu giả thì làm sao được [như vậy]. Nếu tu giả thì ổng phải có đông đồ chúng, ổng phải xây chùa to Phật lớn, phải kêu gọi cúng dường cho nhiều chứ. Đẳng này đâu có thấy đâu, nói ổng tu giả là không hợp lý. Việc tư đó là mình đem dữ kiện từ văn (là từ nghe) mình đúc kết lại, mình rút ra được logic.

Ví dụ thầy Thiện Trang đâu có thấy đăng số tài khoản kêu gọi cúng dường đâu, không có! Thậm chí còn nói này nói kia nữa v.v... Nghe Phật nói hợp lý mà, [nên] mình tin luân hồi. Mình nghe một hồi thì mình thấy luân hồi là có thật, mặc dù mình chưa thấy quỷ ma gì hết, mình cũng không thấy Địa ngục. Nhưng với những gì mình nghe được, mình tư duy lại thì mình thấy hợp lý quá. Đức Phật không thể nào nói dụ dỗ người ta, bày ra được nhiều điều hợp lý đến mức độ cỡ đó. Tin đó là tin qua Tư, là quý vị vượt lên một bậc nữa. Ít nhất phải có hai niềm tin đó.

Hai niềm tin đó, nói thật với quý vị là xài được tương đối [thôi], là quý vị đứng được hơi cứng. Có nghĩa là đối với những ngọn gió người ta cung cấp thông tin ngược, thông tin xuôi về vấn đề nào đó, thì quý vị cũng có thể tư duy đem ra bác lại được, gạt ra được, biết đâu là chánh, đâu là tà được. Nhưng niềm tin đó chưa xài tốt được. Tại sao? Niềm tin đó không xài được khi nghiệp tới, nghiệp tới là quý vị có thể không tin người đó nữa, [nghiệp] cỡ nào đó khiến cho quý vị không tin người đó nữa, không tin Tam Bảo nữa, lôi một hồi quý vị đi theo đạo khác. Cho nên niềm tin đó chưa đủ, tuy khá rồi nhưng chưa đủ.

Niềm tin đủ là niềm tin thứ ba, là niềm tin của Tu, (Văn, Tư, Tu). Tu là gì? Bây giờ có hai điều tu: một là tu Chỉ, [hai] là tu Quán. Tu Chỉ là ngồi nhập định, một hồi ngồi vô được Nhị thiền, thì quý vị thấy rõ ràng ma quỷ là có thiệt, thấy Địa ngục kia, chư Thiên kia, thấy rõ ràng, các cảnh giới khác thấy hết. Cho nên tin lời Phật dạy, tin Tam Bảo. Thấy ông thầy đó tâm sáng ghê, hào quang sáng chói. Với Thần thông của một người tu đến Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền càng tốt, tu nhiều quá cho nên quý vị thấy các cảnh giới, vì vậy quý vị có niềm tin vững hơn. Đó là tin nhờ Thiền chỉ và niềm tin đó là nhất thời. Có nghĩa là khi nào có định thì quý vị tin được nhiều hơn, và niềm tin đó cứng hơn. Nhưng [niềm tin đó] chưa đủ! Quý vị phải có niềm tin của Thiền quán. Niềm tin của Thiền quán là tin kiểu gì? Có nghĩa là quý vị tu một hồi, không biết tu làm sao đó, mà tự nhiên thấy ra những điều mà mình không thấy. Mình hiểu ra được những điều mà [bình thường] mình không hiểu. Ví dụ như quý vị ngộ ra: Ô! Phật pháp hay quá! Tức là bình thường quý vị cố nghĩ, nhưng cũng không nghĩ ra. Lúc đó do định lực của

mình tu thế nào đó, tự nhiên sáng lên một ánh sáng, giống như mình tin, mình thấy Phật pháp rất [hay].

Ví dụ như quý vị ở trong nhà, ngày nào đó quý vị thấy: hóa ra ông chồng của mình đời trước là người nợ mình, nên đời này ổng tới, ổng đi làm rồi cho mình [tiền] vậy thôi. Mà mình tự nhiên thấy như vậy, chứ không phải là nghe nói. Rồi tự nhiên mình nghe pháp, mình thấy sao Phật pháp hay quá, có điều gì đó đặc biệt mà [khiến] mình tin một cách tuyệt đối. Và niềm tin tuyệt đối đó được xây dựng. Quý vị thấy những đồng tu vào nhập thất, tự nhiên thấy niềm tin lóe lên một chút thôi. Sự lóe lên một chút đó, là niềm tin tăng lên một chút. Và [niềm tin đó] mới vững quý vị à. Còn hai điều trên thì không vững.

Và người vào được trạng thái đó thường xuyên, mình gọi là Tiểu tiểu ngộ (một chút ngộ), thật ra là do mình hiểu pháp Tứ đế, bằng sự ngộ của mình. Thì sự ngộ đó [giúp] dứt nghi đối với Tam Bảo một cách rất ráo. Và khi mình đủ, gọi là mình chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn, thì niềm tin đối với Tam Bảo không có lay sụt.

Chứ còn bây giờ tu chưa tới đó thì không được. Điều đó thuộc về tu công phu Thiền quán. Thiền quán nghĩa là do mình tư duy nhiều, mình nghe nhiều, rồi mình nghĩ nhiều với pháp đó, mình duyên với pháp đó. Giống như là gặm nhấm, cứ nhai đi nhai lại hoài, một hồi đến lúc nào đó tự nhiên mình bùng sáng ra, lóe sáng ra. Những người tu nhập thất, nghe pháp nhiều v.v... tu tập một hồi tâm thanh tịnh, tự nhiên những [sự] ngộ bùng ra mà bình thường mình muốn cũng không được.

Nhiều khi đang ngồi vậy đó, [có] mặt trăng đi ngang qua, ánh sáng chiếu vào, tự nhiên mình thấy cả bầu trời đêm dường như sáng rực lên, và hình như thế gian này chả có gì là quý giá hết. Tất cả vạn vật là vô thường, đúng như lời Phật nói. Mặt trăng kia cũng chỉ là bóng trăng tạm thời đi qua bầu trời. Những đám mây kia giống như những chúng sanh, đang luân hồi chuyển động theo nghiệp của họ, và gió nghiệp đang thổi v.v... Mình nghĩ ra cả bầu trời đêm lung linh huyền ảo, đẹp một cách lạ lùng. Và thấy thế gian vô thường, không có gì lưu luyến cả.

Và Thiện Trang nói đến vấn đề mà người ta khó bỏ nhất, đó là sắc dục. Nhìn một người nam, người nữ, tự nhiên thấy thân thể của họ từ trên xuống dưới toàn là nghiệp. Tức là hồi xưa mình thấy thì mình thích lắm, nhưng tự nhiên bữa đó thấy [thân thể của] họ toàn là nghiệp. Họ có cái đó là do nghiệp, cái này cũng do nghiệp, cái kia cũng do nghiệp, tội cho họ quá! Họ mang thân đó khổ đau. Nếu như họ mang thân tốt hơn, thì họ đâu phải khổ như vậy. Thân thể người nữ có bao nhiêu nổi khổ, nổi khổ này, nổi khổ kia. Một tháng phải tốn tiền hơn người nam, nào sức dầu thơm v.v... đủ các loại phụ tùng, rất tốn kém!

Mình nghĩ như vậy, tự nhiên mình thấy có gì đâu, cũng tội cho họ, thương họ. Như vậy thì lòng từ của mình khởi lên. Và mình hiểu ra thêm [một điều], là nam nữ chỉ là do thân thể mà thôi. Chứ thật tế người ta cũng giống mình, đời trước có thể hai người giống nhau. Chỉ có một khoảnh khắc tích tắc đó, xóa tan đi nghiệp ái của quý vị ngay, và tự nhiên dứt hết. Nhiều lần như vậy thì quý vị vào công phu, và tự nhiên không có ái dục nữa.

Cho nên tu đến lúc nào đó, [quý vị biết] A-la-hán không nằm mơ. Còn nằm mơ thì chưa phải là A-la-hán. Quý vị coi trong kinh đi, không có vị A-la-hán nào nằm mơ hết. Ngài A Nan còn nằm mơ, vì ngài thị hiện ở địa vị Sơ quả Tu-đà-hoàn. Đức Phật cũng không có mơ. Những giấc mơ là những ông vua hay người nào đó mơ thôi. Vì sao? Vì A-la-hán hết Vô minh rồi, nên không có mơ. Mình học, mình hiểu ra những điều này.

Cho nên khi mình thông giáo lý Tứ đế được một phần, tức là Tu-đà-hoàn thông được [một] phần Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Mình thấy rất rõ sự thật về Khổ, nên mình biết nguyên nhân của Khổ một phần, và mình tu được một phần, mình chứng được một phần. Đó là Sơ quả Tu-đà-hoàn, hay còn gọi là Sơ tín vị Bồ-tát.

Mình cứ từ từ tu, niềm tin này phải từ tu mà có. Và ở đây niềm tin đối với Tam Bảo, là yếu tố quyết định để đưa đến giác ngộ. Cho nên ai chưa tin Tam Bảo, thì không thể đưa đến giác ngộ, vì đó là Tín quyền. Ví dụ quý vị đi qua cửa khẩu, quý vị muốn nhập cảnh vào quốc gia nào đó, tới đó đóng dấu thì quý vị mới vô được. Cũng vậy, Tín quyền nắm quyền rất quan trọng để đi đến giác ngộ. Khi mình

chưa có niềm tin đối với Tam Bảo, thì thật sự mình chưa thể đi đến giác ngộ. Đó là tín nắm quyền như vậy.

16. Thứ hai là **Tấn [quyền]**. Tấn là tinh tấn, nói tinh tấn thì thấy cao siêu, nói đơn giản thì tấn là sự cố gắng, sự nỗ lực. Còn nếu giải thích ra thì chữ tinh tấn là tinh chuyên, tiến tới. Ở đây mình nói đơn giản là phải có sự siêng năng. Sự siêng năng cũng nắm quyền quan trọng. Nếu không có sự siêng năng, không có sự cố gắng, không siêng cần, thì dù việc thế gian hay xuất thế gian cũng không thành tựu. Cho nên đây là một quyền.

Quý vị không thể nào ăn rồi nằm ngủ li bì, không học pháp v.v... chơi tà tà, mà quý vị đắc đạo. Điều đó là không có. Mình phải cố gắng. Nếu nằm đó mà đắc đạo, thì chắc do đời trước tu dữ lắm rồi, [chỉ còn] thêm một chút nữa thôi. Chứ nếu thật sự [muốn đắc đạo] thì phải có [sự tinh tấn]. Tấn quyền là sự tinh tấn, sự cố gắng, cũng giúp rất nhiều để các pháp thực hiện. Mà pháp này (Tấn quyền) chính là Tâm sở để đưa đến sự giác ngộ.

17. Thứ ba là **Niệm quyền** là sự ghi nhớ. Điều này cực kỳ quan trọng. Bởi vì nếu quý vị không có khả năng ghi nhớ, thì học Phật pháp không được. Mình không nhớ gì hết, thì làm sao mình dùng. Giữ giới mà không nhớ giới là gì, rồi học pháp cũng không nhớ pháp là gì, thì không thể nào tu được. Cho nên đây là Niệm quyền.

Niệm là khả năng ghi nhớ, khả năng chú ý. Mà chú ý, ghi nhớ điều gì? Mình phải nhớ Vô thường, vô Ngã v.v... Chứ còn quý vị nói con nhớ tốt lắm, nhưng quý vị toàn nhớ gia đình, nhớ người yêu, nhớ những điều gì đó không. Quý vị nhớ những điều đó thì cũng được, quý vị vô luân hồi nhanh. Còn ở đây để đưa đến giác ngộ, thì mình phải nhớ Phật, nhớ Pháp, nhớ Tăng. Đó là niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Giới, niệm Thí, niệm Thiên.

Niệm Thí, Thí là thí xả, tức là buông xả ra. Niệm Giới tức là Giới luật. Niệm Thiên không phải là niệm vị tên này tên kia, mà là nhớ công hạnh của chư Thiên. Chư Thiên là họ tu Tứ vô lượng tâm: Từ, Bi, Hỷ, Xả, rồi Thập thiện v.v... Họ tu những hạnh đó thì họ mới làm chư Thiên. Mình nhớ được như vậy, thì đó là niệm Thiên.

Cho nên khả năng ghi nhớ cũng là một yếu tố quan trọng. Và những người thông thường ghi nhớ về Tam Bảo tốt, thì tất nhiên là dễ tu đạo hơn. Còn không nhớ gì hết, thì chỉ có ông Châu Lợi Bàn Đà Già (Châu Lợi Bàn Đạc), ông có một bài kệ mà học hoài không thuộc, Giới luật cũng không thuộc nữa, chỉ có Phật độ ổng thôi. Quý vị kiếm được người như vậy chắc cũng khó lắm! Vào thời nay mình kiếm người như vậy mà có người độ, thì chắc là không có. Bởi vì sao? Bởi vì đơn giản là thời nay không có Phật, thời nay chỉ [đa số] toàn là phàm phu thôi.

Thời xưa, những người như vậy, thì thứ nhất có hàng Đệ tử là A-la-hán [độ họ], thứ hai là có Phật. Hàng Đệ tử A-la-hán thì giỏi rồi, nhưng vẫn chưa, Phật mới là số một. Cho nên đời này toàn là phàm phu với nhau không. Mà thời nay [người] giảng pháp đa số, không phải đa số mà chắc chắn gần như 100%, người giảng pháp là giảng những gì mình thích, giảng những điều gì mình tâm đắc, chứ không phải giảng theo nhu cầu của chúng sanh. Quý vị hiểu điều đó không?

Tức là chúng sanh có nhu cầu cần điều đó, nhưng mình đâu biết họ có nhu cầu về điều gì, mình chỉ giảng theo mình thôi. Và ai hên, đi cùng hướng với mình, cần cầu giống mình thì chụp vô, là ngon. Chứ còn giảng đúng theo chúng sanh thì không được. Bây giờ làm sao giảng đúng theo nhu cầu của chúng sanh? Mình đâu có biết, mình là phàm phu mà. A-la-hán nhập định thì còn biết được mấy đời, giảng may ra mò mò thì trúng. Nhưng cũng không trúng, chỉ có Phật thôi. Phật có đầy đủ trí Tam minh Lục thông, Ngài có thể soi được vô lượng kiếp của mình, vì vậy Ngài biết mình cần điều gì, thì Ngài mới bốc thuốc đó, tức là giảng pháp đó cho mình, nên mình đắc đạo nhanh.

Còn bây giờ là phàm phu, thì đâu có biết quý vị đời trước tu pháp nào, chỉ đoán mò. Cho nên phải dò, phải dạy đủ môn hết, nào Duy Thức, nào Hoa nghiêm, Pháp Hoa, Tứ Niệm Xứ, nào niệm Phật... đủ các kiểu. Dò dò thử coi quý vị giỏi môn nào, thì dạy cho môn đó sâu hơn. Đây là mình chỉ quán được như vậy thôi. Hên thì trúng, tất nhiên là theo cảm nhận của mình thôi.

Đó là còn may, gặp thầy cũng tốt đó. Còn thầy không tốt nữa, thì thôi các con vô đây, ta chỉ dạy cho mỗi [pháp] đi từ thiện, đi cúng dường thôi, không có dạy

pháp tu luôn. Như vậy thì thôi, thua luôn! Hoặc là thầy chỉ tu môn đó, nên chỉ dạy môn đó, bỏ hết đi con, đừng có học nữa. Thì kiểu đó là thua luôn!

Cho nên người thầy ngoài đem tâm đắc của mình ra, nội dung sở trường của mình ra, còn [phải] vì chúng sanh nữa. Lâu lâu cũng nghĩ cho chúng sanh, tội họ quá, thôi bảo họ niệm Phật cho rồi. Họ học không được, họ yếu môn đó, nên dạy cho họ môn đó. Cho nên cố gắng thường tu. Dạy pháp cũng phải có trí tuệ nữa. Đây là Niệm quyền, quý vị cố gắng ghi nhớ [những điều] nào tốt.

18. Định quyền: #Định là Thiên định (Thiên chỉ), Định này thì rõ ràng. Thời gian đầu phải tĩnh tâm, tĩnh thân, thì mới có định. Còn khi quý vị vô định rồi, như những vị A-la-hán, vị nào đó... những vị đó thì nằm cũng định được. Hoặc quý vị thấy trời Vô Tướng, họ tu đến Tứ thiền, họ nằm thì họ cũng nhập định được nữa. Họ đi kinh hành, họ cũng nhập định được. Còn mình mới đầu thì chịu khó ngồi.

Nhưng Thiện Trang nói rõ, mình ngồi phải tùy sức. Nhiều người ham ngồi quá, ngồi mệt mỏi, ngồi mà không biết gì hết, thì ngồi như vậy cũng không đúng. Tu hành là mình phải biết mình, làm sao trí tuệ sáng suốt, rõ biết, và không mộng tưởng điên đảo. Tức là không phải vô trong đó rồi mơ thấy điều này điều kia. Mơ mộng nhiều tức là Phiền não nhiều, Trạo cử đó. Và Hôn trầm là ngủ gục.

Ở đây sẵn nói ngủ gục cũng có nhiều yếu tố lắm, như thân thể không khỏe, rồi bị hàn trong người, thiếu ngủ, rồi bản chất là Phiền não nhiều... đủ các kiểu để ngủ. Và bây giờ đa số chúng ta là ngủ nhiều. Ngủ nhiều thì quý vị phải khắc phục lại, chống đỡ bằng cách nào đó, mỗi người có mỗi pháp, phải bớt đi. Còn không thì mình ngủ chút chút thôi, rồi tỉnh lại cũng được. Ví dụ như thời khóa tu lâu, quý vị thấy hồi xưa Thiện Trang cho ngồi rất là dài, rất lâu. Thì quý vị cũng tiến bộ được thời gian rồi, nhưng sau này Thiện Trang thấy tu mỗi giai đoạn mình [nên] điều chỉnh. Về giai đoạn luyện hồi xưa mọi người học pháp nhiều quá mà mọi người ít ngồi thì [Thiện Trang] kéo theo Thiên chỉ. Rồi khi mà Thiên chỉ mọi người đủ rồi thì Thiện Trang kéo lại Thiên quán. Vì Thiên quán quan trọng, hồi xưa thì không nói Chỉ Quán gì, nhưng tùy.

Cho nên mỗi giai đoạn mỗi khác, quý vị tu Thiện Trang quán sát đại chúng nữa. Sức chịu đựng của đại chúng dài, tốt thì Thiện Trang cho tu ngồi nhiều. Nếu sức của quý vị có bấy nhiêu đấy mà thấy người cử động hết trơn rồi, tức là mong chờ đổi tư thế thì Thiện Trang sẽ đổi nhanh cho quý vị. Đây là bí quyết người dẫn chúng, và ai vô được thì vô, ai không vô được thì thôi. Việc đây cũng là một duyên, và định này quý vị muốn nhập định làm sao đúng không?

Muốn nhập định thì bữa trước học rõ ràng Năm chi thiền đó, quý vị bỏ năm Triền cái đi. Trừ năm Triền cái trừ năm cái, thiền rồi không có ham muốn gì hết. Sơ thiền là gì? Là một trạng thái định do ly dục sanh, ly các pháp ác bất thiện, có Tầm có Tứ. Và tập trung tâm của mình vào một đề mục nào đó thì sẽ sinh ra định. Tập trung đó gọi là nhất tâm, và chuyên chú vào đó thì sẽ [có] thiền định, điều kiện là mình phải giữ được giới. Quý vị không giữ được giới quý vị làm lung tung, lang tang thì không định được đâu.

Định là nền tảng trên giới, có giới, có các chi thiền, và bỏ được năm Triền cái, quý vị có thể tìm ở những bài giảng khác, những buổi trước Thiện Trang đã chia sẻ rồi, bây giờ không có thời gian để nói lại, quý vị coi đó thì quý vị nhập định được thôi. Quý vị giữ được thì có thể nhập định được [nhưng] cũng tùy, nhiều người thời nay không có khả năng.

Ví dụ: quý vị đầu thai bằng tâm Vô nhân hoặc tâm Nhị nhân thì quý vị không nhập định được đâu. Đời này có tu cỡ nào tu, thì quý vị cũng không chứng Sơ thiền đâu. Có người hỏi: “Thưa thầy có phải con đầu thai với tâm đó không?” tâm Vô nhân chúng ta chỉ học [thôi], nhưng tâm Vô nhân là những người nghiệp chướng nặng, đọa làm súc sanh, v.v... hay là loài người nhưng nhiều nghiệp chướng lắm.

Còn [đầu thai bằng] tâm Nhị nhân thì người ta không có trí tuệ, nghe pháp không có hiểu thế này, thế kia. Quý vị ở đây nghe pháp cũng hiểu mà đúng không? Thì chắc là hy vọng quý vị thuộc tâm Tam nhân, có thể là như thế.

Còn nhiều người nghe pháp không hiểu nhưng tự cho mình là hiểu luôn, thì điều đó thì không nói. Đó là tâm Vô nhân mà mình tưởng là tâm Tam nhân. Thì

thật ra điều đó mình cũng không biết được, nên là cứ tu đi để mà có hy vọng. Và quý vị nên nhớ, đừng nghĩ là mình dốt, mình tẻ ở đời này, đời sau mình dốt tiếp, điều đó không phải nha! Có nhiều người có quan niệm Thường kiến, đó gọi là Tà kiến, trong 62 Tà kiến đó. Thì đó là Thường kiến, có nghĩa là mình thấy đời này con dốt quá chắc là đời trước con dốt, đời sau con dốt tiếp, không phải!

Quý vị đầu thai bằng tâm nào, trong một loạt tâm đầu thai được tạo ra từ nghiệp đời này. Đời quá khứ xếp một hàng dọc vậy đó, và khi đi đầu thai bốc cái nào ra thì thẳng đó quyết định. Lỡ mình đầu thai bằng tâm Vô nhân, tâm Nhị nhân thì đời này không có khả năng chứng Thiền, chứng Đạo. Nhưng nếu như mình hên mình đến đời này bằng tâm Tam nhân (là Tâm hợp trí). Tức là gồm có không tham, không sân và có trí tuệ trong từng việc làm.

Cho nên người ta tu là cần phải có trí tuệ sáng suốt, quý vị cứ làm bất cứ việc gì mà không có tham, không có sân và có trí tuệ hiểu biết rõ việc này là tôi đang làm với mục đích gì, tôi đang làm với [điều] gì và tôi biết là tôi đang tu. Thì mỗi việc làm đó tạo ra trong mỗi sát-na, nó tạo ra một tâm đầu thai và tâm đầu thai đó là tâm đầu thai Tam nhân.

Nhờ tâm đó, nếu quý vị đi đầu thai bằng tâm đó khả năng chứng Thiền chứng Đạo được. Nên người tu phải sáng suốt, rõ biết. Thứ nhất là giữ đừng tham, ăn quý vị thấy ngon thì biết ngon, nhưng ăn ngon đừng sân với món này. Bữa nay ăn món sườn chiên nhưng thấy món sườn ông này làm hoặc ông chồng làm giùm cho nên mặn quá, thì sân là không được. Mà mình phải thấy là món sườn này là món mình yêu thích, nhưng món này bữa nay ông chồng làm giùm nên ông làm quá nhiều muối rồi [nghĩ]: ‘Xe chở muối lật vô nồi đó nên muối hơi nhiều’. Vậy thì ta cứ ăn nhưng ta nghĩ món này là món ta thích là được rồi, còn mặn chút thì cơm nhiều chút ráng ăn và không sân, ăn với tâm không sân, không tham. Và biết rằng mình tu nên mình phải ăn và ăn tỉnh giác thì đó là quý vị đã tạo nghiệp đầu thai Tam Nhân. Và tâm đầu thai Tam Nhân đó mai một kéo quý vị đời sau đi đầu thai.

Rồi đi vào nhà vệ sinh nghe mùi gì đó mình cũng bỏ qua, ông mới vô nên hồi rình “à không sao”, mình phải có tâm từ bi nên không sân, không sao, ông bị gì đó kệ ông, vui vẻ không sao. Không tham, không sân, không si mê tức là có trí tuệ, tu là phải nhẫn v.v.... Nhớ thầy Thiện Trang nói vô nhà vệ sinh cũng là vô lượng công đức nếu tâm mình tốt. Thôi mình ráng chút rồi mình dọn dẹp nhà vệ sinh sạch sẽ, thơm tho trở lại. Nếu quý vị luôn luôn chánh giác như vậy, gọi là tâm giác như vậy thì quý vị đi, đứng, nằm, ngồi đều là đang tu. Quý vị tu Tịnh Độ thì nhớ là mình về Tây Phương Cực Lạc, nhà vệ sinh trên Tây Phương Cực Lạc không có, nên ở đây vui vẻ, hoan hỉ, ta giống như ở khách sạn thôi.

Hoàn toàn mình tu được như vậy thì quý vị tu dày đặc tâm Tam nhân và nếu như lỡ đầu thai kiếp sau thì khả năng chứng Thiền, chứng Đạo rất lớn và duyên đến là chứng. Còn nếu như tu tốt hơn nữa thì đời này chứng luôn. Đó là nguyên tắc tu hành của Tứ niệm xứ, A Tỳ Đàm. Người tu Tịnh Độ cũng vậy, đời nghiệp vãng sanh, cứ nguyện vãng sanh là được. Nói chung là phải tu, đó gọi là trí tuệ và trí tuệ đó [phải] giữ được nhiều. Trí tuệ này sanh ra từ đâu? Nó sanh ra từ hai điều là khả năng ghi nhớ, [tức là] trí nhớ mình phải nhớ tốt. Thứ hai là Định, thật ra quý vị có định mới tập trung được như vậy, còn không thì một chút là quên. Có nhiều người hay quên là do không có năng lực này, không nhớ được hoặc không tập trung tâm được. Vô nhà vệ sinh là quên mất.

Nên mỗi phút mỗi giây đều là tu hành, bất cứ lúc nào quý vị nấu ăn cũng là tu hành, quý vị làm việc cũng là tu hành. Người ta tu là tu như vậy, chứ không phải lên ngồi xếp bằng rồi mới tu, ngồi đợi thời gian [lên ngồi xếp bằng] thì ngày tu được bao nhiêu đâu, không nhiều. Và những người đắc đạo, thông thường là đắc đạo trong đời sống đó quý vị, chứ không phải đắc đạo trong [khi] ngồi [xếp bằng]. Quý vị coi kinh, coi Luận đi! Chư tổ ngồi tu rách bao nhiêu chiếc bồ đoàn rồi có đắc đạo đâu. Nhưng tới khi ra ngoài gặp chuyện gì [mới] đắc.

Tức là [việc] ngồi đó vẫn có tu, nhiều người phá bỏ là không đúng. Vẫn ngồi, vẫn tu thế này, thế kia nhưng thời gian đó là để tu Chỉ. Bởi vì tu Chỉ thì không cách nào mà vừa làm vừa tu được, còn tu Quán vừa làm vừa tu được. Nên môn này tu dễ lắm, quán niệm Phật, là vẫn nhớ Phật, v.v.... Minh niệm A Di Đà Phật không nổi

thì mình nhớ Pháp Tạng Tỳ-kheo, ngày trước ngài Tỳ-kheo đó ngài tu như thế nào v.v..., tiền thân ngài trong Kinh Bi Hoa là vua Vô Tránh Niệm. Mình cứ nhớ những chuyện đấy, đấy là niệm Phật và nhớ công hạnh của Phật, vẫn cứ niệm Phật. Mình biết cách mình tu là thời gian nào cũng là thời gian để tu. Chứ không phải mình đợi đến giờ, đó là định mình phải dùng.

19. [Thứ năm] Tuệ quyền: #Tuệ quyền là sự hiểu biết đúng theo sự thật. Đồng thời mình hiểu biết các pháp đúng theo sự thật, tức là mình nói đây là Tâm Sở Trí. Có nghĩa là sự thật đây chính là Chân đế hay chúng ta nói là giáo lý Tứ đế, thấy sự thật đời là khổ, là Vô thường, Vô ngã v.v.... Rồi thế giới này không có gì bền chắc cả, ta đến thế gian này là giả tạm, gia đình là giả hợp v.v.... Quý vị có trí tuệ như vậy, thường xuyên nghĩ như vậy thì quý vị sớm thành tựu.

Nên trí tuệ này phải nghĩ và trong đời sống thường quán như vậy. Giống như quán hồi nãy Thiện Trang nói vô nhà vệ sinh biết ông chồng giả, nhà vệ sinh cũng giả, tất cả đều giả thì mình không có chấp. Còn mình thấy vô ông chồng thật là ông chồng, nhà vệ sinh hôi cũng thật là do ông chồng cho nên nổi sần. Vừa đi vệ sinh vừa sần kêu: “ta ráng mau mau hết, ra nhanh chửi cho ông một tảng”. Thế thì tâm vừa sần, vừa si mê, vừa tâm tham nữa. Tức là tham mùi thơm, vô đó thơm không được, nên sần. Vì vậy, tâm đầu thai, tâm tạo nghiệp lúc đó là [tâm] Vô nhân rồi, không có nhân [của tâm Tam nhân] là mai một nghiệp quả nặng nề.

Trí tuệ này cũng cai quản, quyết định cho đi đến giác ngộ. Trí tuệ này là trí tuệ xuất thế gian. Vì con đường đưa đến giác ngộ những Định, Tuệ đều thuộc Phật pháp. Đó là thứ 19.

IV. Siêu thế quyền: (từ 20 đến 22)

#Siêu thế là vượt khỏi thế gian rồi, là đắc đạo rồi. Ở trên [những nhóm] đầu tiên là chúng sanh, nhóm một, nhóm hai là chúng sanh chung. Rồi đến nhóm ba bắt đầu tu tập, năm điều Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ, Ngũ căn, Ngũ lực. Rồi sau khi đủ sức mạnh, Ngũ căn Ngũ lực đủ rồi thì chúng ta xuống nhóm thứ tư là Siêu thế quyền. Đây là quyền Siêu thế, tức là phải chứng đạo, Niết-Bàn.

20. Vị tri quyền: chữ quyền chúng ta giải thích nhiều rồi; chữ #Vị là chưa; #tri là biết. Trí tuệ mà biết được những gì chưa biết. Hay vậy đó, hồi nãy Thiện Trang nói quý vị có nhớ không? Có nghĩa là mình tu đến lúc nào đó mình có những thứ mình biết mà xưa nay mình chưa biết.

Ví dụ ngày nào đó tự nhiên quý vị “ồ ông chồng này đúng là mang nghiệp”, bình thường mình cứ nghe nói chồng giả, gia đình oan gia nghiệp báo, đòi nợ trả nợ, đền ơn báo ơn. Nhưng mình chỉ nghe nói thôi và mình cứ ừ, “ông chồng là giả nhưng mình thấy ông thật không à”. Nhưng ngày nào đó do trí mình tu được giáo pháp này [tự nhiên] hiểu ra, hiểu ra điều bình thường mà mình chưa hiểu. Đó là trí tuệ mà trước đây chưa từng có, gọi là mình biết được điều gì mà mình chưa biết. Và điều đó nắm quyền quan trọng trong con đường giải thoát. Đó là Vị tri quyền và tri (cái biết) này phải bậc Tu-đà-hoàn mới có. Vì Siêu thế vượt khỏi thế gian rồi mà, cho nên phải Tu-đà-hoàn mới có Vị tri quyền nha! Đây là tâm trí trong tâm Sơ đạo là Tu-đà-hoàn có. Cho nên Vị tri quyền này Tu-đà-hoàn có, còn mình lâu lâu có một chút, mình có một chút chưa đủ.

Nghĩa là nếu mình theo Vị tri quyền, lâu lâu mình có một chút nhưng mỗi lần có một chút chưa đủ. Giống như nước lâu lâu nhỏ vài giọt nhưng chưa đủ đầy ly, khi nào đầy ly thì mình chứng được Sơ quả Tu-đà-hoàn. Dù sao cũng có một chút, góp một chút, lâu lâu giác ngộ một chút. Quý vị lâu lâu có thấy giác ngộ được chút nào không? Học hoài mà, lâu lâu cũng phải có chút giác ngộ, nhìn thấy đời [vô thường]. Ví dụ như đợt vừa rồi, thấy các cảnh như cầu sập, hay là đất sụt, mình cảm thấy một sự thật thế gian vô thường, quốc độ này không yên ổn. Nếu mà mình thấy một cảm giác như thật, nỗi khổ Tứ đế, thì điều đấy là Vị tri [quyền]. Trí tuệ của mình biết được những điều mà bình thường mình không thấy. Cũng một cảnh đó thôi, người ta khóc, người ta la, còn mình bình thường và thấy cả pháp sanh diệt [ở] thế gian này. Cho nên [chúng] Sơ quả Tu-đà-hoàn các ngài có trí tuệ này.

21. Dĩ tri quyền: #quyền tức là cai quản, quản lý cái biết mà đã biết; #Dĩ tri là đã biết; #Dĩ là đã. Tại mình chưa học tới Tâm sở của bậc Thánh, nên điều này đơn giản là trong sáu tâm trí Siêu thế, là từ Sơ quả đến A-la-hán có điều này. Coi

như mình sẽ biết được nhiều điều, nó lặp lại mình biết rồi. Những sự biết này hình thành luôn khi mình biết được rồi là nó có luôn cho mình, tại vì không thoái chuyển nữa, vì mình chứng Sơ quả rồi.

Bây giờ hiện tại như chúng ta chưa chứng Sơ quả là tại sự biết, Vị tri (trí tuệ) của mình, nó biết những điều chưa biết, [và] nó chỉ biết một lát, một hồi nào đó thôi là hết. Có nghĩa là nó không hiện hữu được hoài. Còn khi nó hiện hữu luôn là [chứng] Sơ quả Tu-đà-hoàn, vì hiện hữu luôn nên nó có hoài. Cho nên cái mà nó có hoài từ trước rồi thì cái đó trở thành Dĩ tri, tức là điều đã biết rồi. Đó là bắt đầu vô từ Sơ quả Tu-đà-hoàn đến Nhị quả, Tam quả, Tứ quả và A-la-hán, thì có trí này. Trí này [là] có trí đã biết đó, tích lũy đã biết rồi, cho nên điều này cũng là cái nắm quyền quan trọng trong việc ra khỏi thế gian, nên gọi là quyền, và cái trí là trí biết.

22. Cụ tri quyền: là quyền cuối cùng; #cụ là đầy đủ, có nghĩa là sự biết một cách đầy đủ trọn vẹn về Tứ đế, Khổ đế, Tập đế, Diệt đế, Đạo đế, biết hết bốn sự thật về Khổ, Tập, Diệt, Đạo, thì biết đầy đủ hết. Điều này bậc A-la-hán mới có, cho nên cái này là Cụ tri quyền. Cụ tri quyền là người ta chứng vào trọn vẹn Niết-Bàn, A-la-hán, thì thông suốt giáo lý Tứ đế.

Còn nếu mới tới Vị tri quyền thì biết một phần thôi là Sơ quả Tu-đà-hoàn. Chúng ta thật ra cũng có, lâu lâu cũng biết một chút. Vì biết một chút nên không đủ. Và cái biết không đủ, cho nên niềm tin mình không mạnh. Tức là lúc tin, lúc không, giống như ngọn đèn trước gió thổi [là] tắt luôn, khi gặp một chút chướng ngại, khó khăn chịu không nổi. Còn khi người ta đã chứng quả rồi, thì cho dù có chết cũng không bao giờ người ta làm sai, không bao giờ phá giới.

Sơ quả Tu-đà-hoàn, có bắt họ nói dối họ cũng không nói dối, không chịu đau, người ta tu có niềm tin dữ lắm, người ta không có [bị] đọa ác đạo mà. Người ta giữ cứng lắm, chứ không phải như mình, mình cựa [cái là] thôi nói dối cho qua, thế này thế kia... Cho nên trí của các bậc Thánh đặc biệt lắm, mà mình muốn có nhân Thánh thì ráng tu. Nhiều người Thiện Trang khuyên, không dám nói thẳng, mà khuyên thôi. Ở Việt Nam chúng ta, Văn hóa người Việt Nam bây giờ tạo ra nền

tảng không tốt lắm cho mình học Phật. Ở những điểm là không chân thật. Để mà tu chứng quả quý vị phải chân thật.

Không chân thật ở chỗ nào? Thứ nhất là hay nói dối, nói [dối] đường này, nói [dối] đường kia, có nhiều điều kỳ lắm. Ví dụ như hai người đi chung với nhau, mình với người ta đi chung với nhau, gặp một người thứ ba ở nơi này, thì nói người kia như vậy, một hồi mình đi chung với người kia cũng đi với người đó nữa, tới người thứ tư thì lại nói ngược lại. Thì mình thấy kỳ quá, nói xấu, nói dối, nói trái vậy mà cũng không xấu hổ, và người ta hay nói móc, nói xấu gì đó, v.v... quen rồi, thì điều đấy là không tốt rồi. Điều đấy nên bỏ nha! Quý vị tu hành, chúng ta không muốn ở trong vòng luân hồi nữa, thì hãy bỏ.

Thứ hai sự thật thì phải tôn trọng, phải bảo vệ, có nhiều người rất qua loa kêu: “Sao ông Thầy dám nói sự thật như vậy”, thế này thế kia v.v... Quý vị còn có tâm không dám [nói] với sự thật, quý vị sẵn sàng dễ vui với những sự dối trá là quý vị ủng hộ sự dối trá, thì xin thưa quý vị vẫn là phàm phu. Quý vị muốn chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn, là không có!

Cho nên những điều nào đúng, đặc biệt về giáo pháp, điều nào mà mình thấy lơ được thì lơ. Tức là mình thôi kệ, biết nó sai rồi nhưng mình không đụng tới được, thì mình bỏ qua. Nhưng đụng tới đúng giáo pháp, không phải mình bảo vệ nhưng mình phải nói để ủng hộ, tinh thần là như thế chứ không phải cứ theo như vậy.

Giống như bây giờ có nhiều điều sai lắm, mà mình nói ra đụng chạm chẳng hạn. Thiện Trang nói đơn giản, ví dụ như nhiều người không biết một vị Tỳ-kheo, một người xuất gia, nếu như đã phạm Giới trọng, một trong bốn [giới] Ba-la-di. Tỳ-kheo có bốn Giới là: Dâm dục, giết người phá thai và tợ thai, đại vọng ngữ và trộm cắp lớn. Tỳ-kheo-ni thêm bốn giới đằng sau nữa, mà thật ra bốn giới đằng sau, thì Hòa thượng Minh Thông nói đôi khi còn du di, vì bốn giới [trọng ở sau] của Tỳ-kheo-ni cũng hơi ép quá, nên có thể còn suy nghĩ. Nhưng bốn Giới đó mà phạm thì không còn là Tỳ-kheo nữa, không được làm người xuất gia nữa, phải đuổi ra. Trừ khi người ta vừa phạm mà người ta sám hối ngay, người ta xin phép

được ở lại Tăng đoàn, không để quá cách đêm, thì người ta được sám hối, và được giữ hình tướng đó, với không được làm 35 việc. Nói chung là không có Hoàng pháp lợi sanh, không làm gì được, thì được.

Phải như vậy, chứ bây giờ nhiều người không biết, rồi cứ thấy có một người họ phạm giới, rồi cứ vẫn để cho họ nhờn nha, vẫn tiếp tục làm, rồi Cư sĩ cũng thế cũng nhờn nha coi như không có chuyện gì. Như vậy mà mình vẫn ủng hộ, thì điều đó là không được. Điều đó là không được là mình phải nói rõ ràng chứ, không được! Mà người ta nói: “Thầy Thiện Trang nói đâu nặng như thế”. Không được! Phật pháp không có vì tình cảm, Phật pháp phải chân lý, cái nào đúng là đúng, cái nào không đúng [thì] thôi. Rồi giáo pháp v.v..., nếu như những điều gì Thiện Trang giảng, mặc dù trái với những gì quý vị nghe xưa nay nhưng đó là chân lý, đó là lời của Phật, lời trong kinh mình **“Y pháp bất y nhân”** thì mình phải nương theo pháp. Chứ không phải tôi thần tượng người đó quá, rồi tôi cố gắng, tôi ôm điều đó, còn Phật nói sao thì nói.

Như vậy mình không có đủ tiêu chuẩn để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn đâu, và thậm chí [mắc] tội phỉ báng Chánh pháp, tội đó là nặng, mai một năm trong tội đọa vào ba đường Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh, rồi mình không biết tại sao. Mình tu mình đòi đắc lực, mình đòi niệm Phật vãng sanh, mình đòi ra khỏi sanh tử thì không được. Phải cố gắng hiểu như vậy, mình tu là mình phải có trí tuệ, mình phải nói cho rõ ràng việc nào ra việc đấy, cố gắng nha! Mình sống ở đời ô nhiễm quý vị phải cẩn thận.

Trong 22 quyền này có người nói Nam quyền và Nữ quyền không thuộc Quyền duyên, tại vì sao? Vì theo định nghĩa của Năng duyên giúp cho Sở duyên là phải tạo ra, hỗ trợ và duy trì. Riêng Nam quyền và Nữ quyền không được như vậy. Ví dụ: khuôn bánh không tạo ra bánh cũng không hỗ trợ và duy trì cho cái bánh. Tại sao? Vì cái bánh khi được làm bằng khuôn lúc đầu nhờ khuôn thiết, nhưng sau khi ra thành bánh rồi thì khuôn đó không giúp gì cho cái bánh và không giúp duy trì cho cánh bánh đó nữa, cho nên đấy không thuộc về quyền.

Quý vị hiểu, quyền là phải năng duyên, tức là pháp này giúp cho pháp kia bằng ba cách là tạo ra, hỗ trợ và duy trì. Thì đây không tạo ra, cái khuôn bánh không tạo ra bánh. Bánh phải nhờ bột, nhờ người nấu, v.v... và nó chỉ hỗ trợ [cho] hình dáng lúc đầu, về sau nó không hỗ trợ và duy trì cái bánh nữa. Nam quyền và Nữ quyền cũng vậy, chỉ [hỗ trợ] lúc đầu thôi và sau đó cứ như vậy, cho nên có khi có người nói đó không thuộc về Quyền duyên, 22 trừ hai thì thành ra chỉ 20 Quyền duyên, còn 22 quyền nhưng nói về Quyền duyên có 20 thôi. Quý vị coi Thiện Trang giảng như vậy và có người thì giảng 22 quyền này thành 22 Quyền duyên luôn. Cho nên chúng ta cứ nghe và suy xét tại vì điều này bây giờ biết ai nói, Phật nói hay là người đời sau phân ra thế nào mà mỗi người nói theo một kiểu, chúng ta tự suy xét. Đó là Thiện Trang chia sẻ hết về điều này.

Tóm lại, 22 Quyền này chúng ta hiểu được và chúng ta đã học đủ 24 Duyên hệ. Phần Quyền duyên này có thể chia làm ba nữa, chia làm ba là có ba duyên: 1. Đồng sinh Quyền duyên; 2. Quyền sinh Tiền duyên; 3. Sắc mạng Quyền duyên. Có khi người ta chia ra ba thì quý vị chỉ cần nắm sơ sơ thế thôi.

Tu hành thực ra khi nào quý vị có Chánh niệm hiện tiền thì khổ đau sẽ bị đẩy lui. Khi nào quý vị cảm thấy đời mình khổ đau thì quý vị hiểu rằng mình không có Chánh niệm hiện tiền. Thì quý vị lục lại giùm cho Thiện Trang 24 duyên này, nhớ 24 duyên này mình kiểm lại thì mình thấy đỡ ngay, đó là một cách. Có nhiều cách, Thiện Trang chỉ cho nhiều cách lắm, quý vị nhớ mình ở trong cuộc đời này bị phụ thuộc quá nhiều duyên, điển hình là 24 duyên. Một thân thể này mình có những thứ biết, mình cùng nghe nhưng do chọn lọc của mắt mình, tai của mình nghe không giống nhau, nên điều mình biết với điều người kia biết, và sự nghe của mình với sự nghe của người kia cũng chưa chính xác 100%.

Và những nỗi khổ niềm đau là do ta chọn cái gì? Nó thuộc về chọn dữ liệu, nếu ta chọn điều tốt để đưa vào thì ta sẽ được những điều tốt đẹp, tâm ta hoan hỉ, ta vui vẻ. Nếu như mình chọn những điều xấu, cảnh xấu đưa vào thì mình sẽ khổ. Cho nên người tu đạo khi nào Chánh niệm hiện tiền, tức là nhớ Phật, nhớ Pháp, nhớ Tăng, rõ biết tất cả mọi việc, thấy đời là giả tạo, đời là vô thường, v.v... thì quý vị sẽ không đau khổ, cho dù hoàn cảnh khốc liệt thì chỉ là thân khổ chứ

tâm không khổ. Chỉ cần nhớ như vậy là được rồi và nếu như chúng ta tu với tâm thái như vậy thì quý vị tu rất nhanh, dụng công ít nhưng hiệu quả nhiều, tu không phải quá khổ, do người ta không hiểu cho nên người ta khổ, còn mình hiểu rõ thì mình không khổ. Tu tập bằng cách như vậy.

Người đặc đạo, nên nhớ đa phần trong khoảng khắc đau khổ người ta dễ đặc đạo hơn, tất nhiên có những người tu sướng cũng đặc đạo ví như Tôn giả Thi Bà La (bên Nam truyền gọi là Sivali) tu sướng lắm, ai muốn tu sướng ráng tu như ngài Sivali (ở bên Bắc truyền gọi là Thi Bà La). Ngài sướng lắm, từ khi sanh ra trong gia đình cho đến khi lớn lên, đi xuất gia cũng vật chất đầy đủ, được đức Phật cho nhận vàng, v.v... ai thích tu sướng thì tu theo hạnh ngài Sivali (Thi Bà La). Còn ai muốn tu khổ thì tu theo hạnh ngài Ma Ha Ca Diếp, Sư Minh Tuệ. Tu kiểu gì cũng được, đừng nghĩ mình tu khổ là mình đặc đạo mà đừng nghĩ tu sướng không đặc đạo và đừng nghĩ tu khổ không đặc đạo mà tu sướng đặc đạo, tùy mỗi người, tùy căn duyên, do phước [của mỗi người].

Trong Kinh Nikaya đức Phật có nói: Nếu mình tu phước bằng phước bố thí thì quý vị chỉ được sanh lên trời Tứ Thiên Vương, trời Đao Lợi. Tức là mình tu bố thí, và giữ thập thiện thì quý vị lên trời Tứ Thiên Vương với Đao Lợi. Còn nếu như quý vị giữ giới thì khá hơn, như tu Bát quan trai thì quý vị lên được trời Tu Diệm Ma (trời thứ ba), trời Đâu Suất, có thể trời Hoá Lạc, trời Tha Hoá Tự Tại. Còn nếu như quý vị tu tập thêm về Tuệ thì Thiên định quý vị lên được nữa, lên được [trời] Phạm Thiên, là Sơ thiên trở lên.

Cho nên nếu mình biết tu thì công đức vô lượng và thang điểm trong đó Phật cho 10 điểm, 10 điểm, 10 điểm thì nó tăng và cứ thêm 10 điểm là lên được tầng nữa. Bữa nào Thiện Trang sẽ trích dẫn, tại dài quá nên làm biếng trích dẫn, nói đại ý như vậy thôi. Quý vị có thể tìm ra, bữa nào Thiện Trang chỉ cho quý vị [một] chút trích đoạn cho quý vị dễ tìm. Và cách tu, mình tu rất dễ thôi, quý vị đừng khó quá, khổ quá, có nhiều đồng tu làm căng quá. Ví dụ như bây giờ mình giữ Bát quan Trai giới thì đúng rồi, ngày nào thọ Bát quan trai ráng giữ, nhưng ngày bình thường có nhiều người học sư Minh Tuệ ăn một bữa, nếu như quý vị là

người khoẻ khoắn, mạnh khỏe thì không sao nhưng nếu quý vị là người tại gia, quý vị đi làm thì không nhất thiết như vậy, nên nhớ Phật không ép quý vị điều đó.

Mình ăn uống làm sao cho bình thường để có sức khỏe để tu tập, tại vì cơ thể mình yếu rồi là [tu] khó lắm, khi [cơ thể] đang bình thường thì không sao nhưng [cơ thể] yếu rồi muốn trở lại như xưa khó. Và ăn cũng dễ rớt vào hai thái cực, dư rồi cũng khó, bệnh như tiểu đường, bị dư mỡ máu là chữa khó và chữa bệnh khó nên mình hãy lo phòng bệnh, cho nên ăn uống là một duyên (đó là Vật thực duyên), nên quý vị [ăn uống] phải khoa học.

Nhiều người ăn quá đơn sơ, ví như ăn [mình] chay mà lo cho [người] nhà ăn mặn, nên mình lo cho người ta ăn ngon, còn mình lo cho mình không được. Mới đầu thì không sao, quý vị tự hào là mình ăn rất đơn giản nhưng qua một năm, hai năm sau quý vị mới thấy sao. Đó là thấy rằng cơ thể tự nhiên mệt mỏi rũ rượi tu không nổi, hôn trầm, đủ các kiểu. Đây là tới lúc báo động, lúc đó chữa lại khó, quý vị muốn trở lại cũng phải một hai năm sau mới trở lại thậm chí phải nhiều năm sau.

Cho nên cần cẩn thận, đừng có cực đoan quá, mình phải biết chính mình, cơ thể chúng ta là một bộ máy hoạt động rất tốt, không thể nào khoa học bây giờ công nghệ cỡ nào cũng không chế tạo được một cơ thể như vậy. Ví dụ cơ thể của quý vị nhiễm độc sẽ báo cho quý vị ngay, ví dụ như tự nhiên quý vị suốt ngày bị chảy máu [chân] răng, đó là độc ở trong người mình nhiều quá sẽ thải ra bằng những chỗ nào có thể thải được, cho nên nhiều khi lợi mình chảy máu. Có nhiều cái đơn giản lắm, tự nhiên báo cái này báo cái kia thì mình phải biết, phải sống làm sao vừa phải, tại vì có nhiều người sống khổ hạnh quá, có nhiều người sống buông lỏng quá cũng không được.

Đức Phật nói là: Vừa ăn, mà mỗi lần ăn hãy cố gắng nghĩ là mình ăn để tu, ăn để còn sức khoẻ tu, không tham là được. Đây là cách tu hành, mình ăn uống làm sao [phải] cẩn thận, Thiện Trang thấy có nhiều đồng tu khổ hạnh quá sau này bệnh, mà bệnh rồi thì chữa lại khó lắm, cho nên đang khoẻ thì ráng giữ. Số người bị bệnh béo phì chắc đồng tu không bị nên Thiện trang ít nói, toàn mấy người thể

gian ăn nhiều đạm quá, ăn này kia nên bệnh Gout, bệnh này bệnh kia đủ các bệnh là do ăn uống quá nhiều. Còn hầu như đồng tu chúng ta chỉ bị thiếu thoi, ít có người bị dư lắm bởi vì đa số chúng ta đều hiểu, chúng ta giữ ăn ngày hai bữa là chỉ có hụt nên không dư được. Cho nên mình phải biết cách thay đổi, mình ăn uống bổ sung các chất đầy đủ thì cơ thể mình bình thường thì quý vị mới tu được. Đức Phật không cực đoan, đức Phật luôn luôn trung đạo.

[Khi] ăn, cố gắng ăn chậm. Điều này Thiện Trang nói nhưng làm không được, [Thiện Trang] ăn nhanh quen rồi tại vì vô chùa cũng luyện ăn nhanh riết rồi quen, ngày xưa tập ăn chậm được nhưng giờ khó quá. Ăn càng chậm bao nhiêu thì sức khỏe càng tốt bấy nhiêu. Cũng không nên ăn chậm quá nhưng ăn chậm, nhai chậm, nhai kỹ, nuốt từ từ, thì sức khỏe tốt hơn và ăn trong Chánh niệm rõ ràng tỉnh thức. Ai tu Tịnh Độ vừa ăn vừa nhớ Phật, niệm Phật, nhớ Tây Phương Cực Lạc không ăn cái này nhưng ở đây Ta Bà cho nên phải ăn. Đây là những pháp căn bản quý vị phải hành và mình áp dụng được. Quan trọng nhất là tâm thanh tịnh, đừng nổi sân, đừng khó chịu, đừng bứt rứt, đừng lo lắng, đừng buồn phiền, sống đời càng vui vẻ thì sức khỏe càng tốt hơn.

Đây là những yếu tố mà quý vị cần phải nắm bởi vì nhân cơ hội học hết 24 duyên rồi, Thiện Trang chia sẻ như vậy và quý vị tổng kết lại 24 duyên đó, quý vị coi những duyên này, Thiện Trang [chỉ] giảng lược thoi. Quý vị nhớ để đi đến một thành tựu nào đó thì cần có 24 yếu tố và 24 yếu tố này cực kỳ quan trọng nên không thể xem thường, mình học cho kỹ rồi nắm [chắc].

Lần sau Thiện Trang sẽ chia sẻ về các Tâm sở, hôm nay thời gian hết rồi Thiện Trang không chia sẻ vào Luận Câu Xá. Hôm nay hoàn toàn là phần A Tỳ Đàm. Cũng xin lỗi quý vị là Thiện Trang chỉ chia sẻ sơ lược chứ đào sâu cái này thì khó lắm, mà mình cũng chỉ cần yêu cầu ở mức đó, chỉ cần nắm được những đại ý rồi quý vị muốn coi sách, muốn nghe giảng thì từ từ quý vị vào sâu hơn. Lần thứ nhất mình nên học như vậy, chứ một lúc học nhiều quá [thì khó], chúng ta chỉ cần nắm được cơ bản, rồi từ từ học nâng cao lên dần.

Hôm nay thời gian hết rồi. Mời quý vị chúng ta cùng hồi hướng:

“Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ
Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn
Pháp môn vô lượng thệ nguyện học
Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành”.

“Nguyện đem công đức này
Hướng về khắp tất cả
Đệ tử cùng chúng sanh
Đều trọn thành Phật đạo
A Mi Đà Phật!”

