

***Giảng Ký A Tỳ Đạt Ma Câu Xá Luận (A Tỳ Đàm - Vi Diệu Pháp - Duy Thức Pháp Tướng) - Tọa Luận: Tôn giả Thế Thân - Dịch và Chú Thích: Tam tạng Pháp sư Huyền Trang - Bài 16: Phẩm 1 - Phân Biệt Giới - Buổi 16.***

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 30.10.2024

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

[https://www.youtube.com/watch?v=KengKJ\\_1k5I](https://www.youtube.com/watch?v=KengKJ_1k5I)

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 nên chúng ta học chuyên đề A Tỳ Đạt Ma Câu Xá Luận, tức là Luận Câu Xá. Tuy mang tiếng là Luận Câu Xá, nhưng Thiện Trang cũng cố gắng đưa vào đây những nội dung của kinh tạng, và nội dung của A Tỳ Đàm (giáo lý của Nam truyền) để chúng ta có thể học được cả ba vấn đề. Nói chung mục tiêu của Thiện Trang là cung cấp cho quý vị, quý vị học được một bộ nào đó thì quý vị cũng có pháp hành, cũng có tổng quan chung chung về Phật pháp. Chứ chúng ta chỉ học chuyên về bộ đó thì nhiều khi thiếu sót. Cho nên đó là mục tiêu mà Thiện Trang mong muốn, thì mọi người đều hiểu được. Tại vì môn này là môn Duy Thức bên Đại thừa hay là môn A Tỳ Đàm (Vi Diệu Pháp) bên Nam truyền.

Học để làm gì? Học để chúng ta hiểu, chúng ta hành, thì mới tới nơi tới chốn. Ví dụ chúng ta hay nói là tu, mọi người hình như tu giống nhau. Quý vị thấy có những người tu rất tinh tấn, nhìn thời khóa kín hết, lúc nào sáng cũng đầy đủ, trưa cũng đầy đủ, chiều tối cũng đầy đủ, nhập thất, rồi tu rất nhiều. Nhìn thế thôi, nhưng không biết tại sao mặt mày của họ tối thui và hay sân si, hung dữ. Có thể là như vậy. Còn những người nhìn dường như không có tu gì mấy, không có thời

khóa, do cuộc sống của họ bận rộn, họ có rất nhiều vấn đề trong đời sống cần giải quyết. Cho nên họ rất bận rộn, họ không có thời gian nhiều để lên thời khóa, để tu, v.v... Nhưng mặt mày thì vui vẻ, hoan hỷ, và cũng rất sáng láng.

Đó là tại sao? Bởi vì [họ] tu ở tâm, Phật pháp là tu ở tâm. Bên ngoài hình tướng, thì mình tưởng có thể lừa được tất cả. Nhưng không! Trong tâm chúng ta nghĩ gì, hay chính xác nói theo A Tỳ Đàm ở đây, chính là trong tâm chúng ta sử dụng Tâm sở gì, thì khiến ra như vậy.

Hôm bữa chúng ta học, chúng ta thấy rất rõ đúng không quý vị? Tâm là [được] tạo ra bởi các Tâm sở, Tâm sở nào đi với điều nào. Giống như cùng là gạo thối, gạo thì ai cũng biết nấu cơm hết. Nhưng dọn ra bữa ăn thì mỗi món ăn khác nhau, tại vì mình có thêm gia vị vô. Thêm một chút mắm thì ra cơm mặn, không ăn được. Món ăn chay thì phải có xì dầu (nước tương), đậu hũ. Còn nếu chúng ta thêm thịt, cá vô thì thành ra món mặn. Vấn đề là tâm thì ai cũng biết rồi, hình tướng tu hành là như vậy rồi. Nhưng chúng ta dùng Tâm sở nào trong quá trình tác ý tạo nghiệp của thân, khẩu, ý. Do như vậy mà dẫn đến quả khác nhau. Quả đầu tiên thấy rõ ràng nhất là trên thân của chúng ta, trên thân của mỗi người.

Vì vậy nếu không học bộ môn này, thì mình cứ thấy người ta lên thời khóa sáng, thời khóa trưa, thời khóa chiều, thời khóa tối, lúc nào cũng có thời khóa đầy đủ, thậm chí nhập thất, nghe pháp cả ngày v.v... Nhưng tu một thời gian thì mặt mày của họ tối thui, họ hay sân si, ngã mạn, hoài nghi vẫn còn nhiều, thậm chí còn tăng nữa. Tại vì [họ] không biết dụng tâm, mà cụ thể là dụng Tâm sở.

Cho nên nếu chúng ta không học bộ môn này [thì] không biết đâu. Cứ tưởng tu như vậy, như vậy. Tâm là tâm thế nào? Có tới 52 món Tâm sở, 52 món đó kết hợp qua lại như thế nào, để tạo ra những tâm thế nào là Tâm thiện, tâm thế nào là Tâm bất thiện, thế nào là Tâm của bậc Thánh, thế nào là Tâm thiên. Giống như Tâm của bậc Thánh có đến 40 tâm bậc Thánh. Quý vị làm sao tu để có được một trong 40 Tâm của bậc Thánh đó, thì mình mới đắc Thánh quả.

Như vậy mình phải tu như thế nào? Có 121 loại tâm như vậy, mình phải nghiên cứu, học để mình hiểu, để mình quan sát tâm mình. Không phải quan sát người, mà quan sát mình. Đó là nội dung chúng ta cần phải học. Do nhiều người không học nên không biết điều đó, họ cứ nghĩ dụng công trên hình tướng. Ví dụ như khi dụng công, chỉ cần họ có tham trong đó, chỉ cần có chút Tâm sở Tham đi kèm thôi, thì tự nhiên là [việc] dụng công của họ rớt sạch, trở thành mặt mày tối thui. Hoặc họ có tâm ngã mạn ở trong đó thôi thì cũng không được rồi. Họ mong là tôi tu để tôi được điều gì đó, được hơn thiên hạ hay gì đó, chỉ cần một chút Tâm sở chen vào là bao nhiêu thứ kia trở thành khác xa hết.

Giống như món cơm, đang là cơm chay mà quý vị đem mắm mặn, thịt cá bỏ vô, thì món chay đó trở thành món mặn ngay. Cho nên người học giáo lý này, thì mới nhận định được, mới quan sát được tâm mình, từ đó mình mới hành trì. Và sự hành trì đó mới đem lại lợi ích.

Ở trong Kinh Trung Bộ hay Kinh Tạp A Hàm, cũng có một vấn đề đưa lên, có một vị đó hỏi: *“Bạch đức Thế Tôn, con rất thắc mắc là tại sao hai người bà con của con: một người thì tu giữ Phạm hạnh, một người thì chỉ tu bình thường thôi. Mà sao đức Thế Tôn lại nói cả hai người đều chứng quả Tư-đà-hàm và sanh về trời Đâu Suất hết vậy? Tại sao lại như vậy? Hai người tu nhìn khác nhau mà”*. Một người tu giữ Phạm hạnh (tức là không dâm dục), một người tu thì còn gia đình v.v... thấy tu đâu có gì đâu. Còn một người thì tu dữ lắm mà. Sao cuối cùng [cả hai] đều chứng quả Tư-đà-hàm và đều sanh về trời Đâu Suất hết vậy? Sao kỳ lạ vậy?

Đức Thế Tôn nói: *“Này ông phải biết là do tâm hai người khác nhau. Họ tu tuy hạnh lớn nhưng có khi quả nhỏ, tu có khi hạnh nhỏ nhưng quả lớn”*. Trong Kinh Trung Bộ đức Phật nói: Sự nghiệp lớn, nhưng nếu mình làm với tâm sai, thì thành ra sai lớn. Sự nghiệp nhỏ, nhưng mình làm với tâm tốt, tâm đúng, thì thành tựu lớn. Cho nên cuối cùng vẫn là phải dụng tâm. Chúng ta học môn này là để chúng ta dụng tâm cho đúng. Hy vọng quý vị học để biết, [để] chúng ta dụng tâm cho đúng.

Hôm nay phần đầu tiên Thiện Trang xin cung cấp một số kiến thức về các bậc A-la-hán và các quả vị A-la-hán. Vấn đề này Thiện Trang đã nói lược qua, hôm nay sẽ nói rõ hơn cho quý vị. Ở đây Thiện Trang chia ra năm bậc A-la-hán. Thông thường chúng ta nghe có một bậc A-la-hán thôi, nhưng ở đây là năm bậc.

## 5 Bậc A-La-Hán

**Tứ Thánh Quả A-la-hán: Là vị đã chấm dứt tất cả Phiền não, không còn gì phải làm thêm trong đạo nghiệp giải thoát nên cũng gọi là bậc Thánh Vô học. Trên phương diện chấm dứt Phiền não và chứng ngộ Niết-Bàn là giống nhau. Nhưng do phước duyên khác nhau nên vẫn có những điểm dị biệt:**

Vì thế có năm loại, Thiện Trang chia ra, điều này là theo A Tỳ Đàm. Quý vị có thể tìm thấy rất nhiều sách A Tỳ Đàm đều nói điều này.

**1. A-la-hán Tuệ giải thoát: Là những vị A-la-hán không từng tu qua thiền Chỉ nên bên cạnh việc hết sạch Phiền não thì không có thêm khả năng gì đặc biệt (không có đắc các tầng Thiền, không có Thần thông).**

Ở đây quý vị nghe cho kỹ nha. Như vậy hạng đầu tiên của A-la-hán là A-la-hán có Tuệ giải thoát [không] thôi. Tức là [đoạn] được hết Phiền não, gọi là đoạn hết Kiến Tư hoặc. Tức là đoạn hết mười Kiết sử: năm Hạ phần Kiết sử và năm Thượng phần Kiết sử. Nhưng người đó chưa từng tu qua Thiền chỉ, cho nên chỉ hết Phiền não thôi, và không có khả năng đặc biệt gì hết. Tức là không đắc các tầng Thiền, cũng không có Thần thông, do không có duyên.

Ở đây cũng xin nói là, vị đó hết Phiền não rồi, nếu có duyên [được] ai dạy tu Thiền chỉ thì cũng dễ đắc thôi, không khó! Nhưng vị này có thể trước kia chưa từng tu, và sau đó cũng không có duyên, nên cũng không đắc.

Ở trong Luận Tỳ Bà Sa cũng có nói điều này. Vị chỉ có Tuệ giải thoát này, trong Luận Tỳ Bà Sa nói có thể thoái chuyển về Sơ quả Tu-đà-hoàn là thoái chuyển

thấp nhất. Quý vị cũng đã từng nghe Thiện Trang kể câu chuyện trong Kinh A Hàm hoặc Kinh Nikaya cũng có, có vị đó đã chứng đến sáu lần A-la-hán Tuệ giải thoát này rồi, và cứ thoái chuyển lại, thoái chuyển lại. Nên lần thứ bảy vị đó chứng xong, thì vị đó tự sát luôn, để khỏi phải thoái chuyển nữa, để nhập Niết-Bàn.

Xưa nay có rất nhiều đồng tu do không học kỹ kinh tạng, không học về A Tỳ Đàm, học mấy bộ luận này, cứ tưởng A-la-hán có đầy đủ Thần thông, Ngũ thông v.v... Không phải! Có vị A-la-hán không có điều đó. Bởi vì chưa từng tu qua Thiền chỉ nên không có Thiền gì hết, không có Thần thông. Điều này làm sao mình biết được đúng không? Nên cẩn thận nha! Đừng nghĩ là A-la-hán [có đầy đủ Thần thông]. Không học giáo lý thì cứ mơ mơ màng màng, là khổ lắm.

## **2. A-la-hán Câu phần Giải thoát: Là những vị A-la-hán chứng đắc các tầng thiền *trước hoặc sau* khi chứng quả A-la-hán.**

Nghĩa là vị này tốt hơn, có thể là trước đó [đã] tu Thiền chỉ rồi, sau đó có thể tu Thiền quán nữa. Đắc Thiền chỉ rồi, ví dụ Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, rồi sau đó đắc được Thiền quán (tức là tu đắc được Thiền quán), gọi là Câu phần Giải thoát. Hoặc có thể đắc Thiền quán trước, do nền tảng đắc Thiền quán, [nên] bây giờ tu Thiền chỉ cũng dễ thôi. Tại vì hết Phiền não rồi thì dễ lắm, có ai dạy cho cách tu Thiền chỉ nữa là được thôi.

Thật ra Thiền chỉ này Thiện Trang có nghiên cứu kỹ, thì hiện nay hình như mọi người cũng không biết tu. Cứ vô ngồi ngồi vậy thôi, chứ dụng tâm không đúng. Tại vì Thiện Trang coi kỹ trong A Tỳ Đàm, hay coi kỹ cách tu Thiền chỉ, thì hình như mọi người dụng công cũng không đúng lắm, cho nên không vào Thiền chỉ là đúng. Thứ nhất là thời gian quá ít, tại vì mình không có miệt mài tu. Ở trong A Tỳ Đàm nói là có khi dụng công phải [một] năm, hai năm gì đó, mà miệt mài luôn chứ không phải dụng [công] kiểu như chúng ta. Không phải là chúng ta không đạt được, mà do thứ nhất là chúng ta dụng công chưa đúng cách, thứ hai là không có thời gian, cho nên không đắc được Thiền.

Như vậy A-la-hán này ngon hơn. A-la-hán này là chứng đắc các tầng Thiền trước hoặc sau khi chứng A-la-hán. Tức là chứng A-la-hán rồi chứng tầng Thiền cũng được, thì cũng xếp vào đây. Tức là mới đầu là A-la-hán Tuệ giải thoát, là thấp hơn, rồi tu thêm thì thành bậc A-la-hán Câu phần Giải thoát. Hoặc có thể bậc A-la-hán Câu phần Giải thoát là tu đắc các tầng Thiền trước [như] Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền v.v...

**3. A-la-hán Tam minh: Là những vị A-la-hán tu trọn cả thiền Chỉ và thiền Quán và có thêm 2 khả năng Túc mạng minh và Sanh tử minh.**

A-la-hán này cao hơn nữa, tức là A-la-hán này ngon nha. Túc mạng minh là biết rõ về đời quá khứ của mình. Còn Sanh tử minh là trong đường sanh tử, biết ai chết đâu sanh đâu, v.v... A-la-hán này ngon hơn nên mới gọi là A-la-hán Tam minh, vị này có trí tuệ tốt hơn nữa. Mà tu là trọn cả Thiền chỉ lẫn Thiền quán, chứ không phải tu một thứ.

**4. A-la-hán Lục thông: Là những vị A-la-hán có thể sử dụng cả Ngũ thông (Ngũ thần thông).**

Tức là ngoài đoạn Phiền não ra, vị này phải chứng đến Tứ thiền, ít nhất là Tứ thiền Sắc giới. Tứ thiền Sắc giới này cũng phải dạng cao thủ chứ không phải bình thường đâu, mới dụng các Thần thông được cỡ đó, đủ năm loại Thần thông. Năm loại Thần thông thì chúng ta biết rồi. Thứ nhất là Tha tâm thông, là biết tâm của người khác nghĩ gì. Thiên nhãn thông là có mắt của người trời, có thể thấy được chúng sanh chết đây sanh kia, ở đâu đó, thấy các đường trong Lục đạo Luân hồi như Địa ngục v.v... Thiên nhĩ thông thì có thể nghe những âm thanh ở xa, nghe âm thanh của cõi Người, cõi Trời. Ở trong kinh thì chỉ nói là nghe được âm thanh của cõi Người, cõi Trời. Còn những vị mà có thể nghe được [tiếng] của những loài Súc sanh thì đặc biệt khác. Còn nếu định nghĩa Thiên nhĩ thông, ở trong Kinh Nikaya, hình như Kinh Trung Bộ thì phải, nói rằng: với Thiên nhĩ thông thì có thể nghe được âm thanh của loài người và loài trời không có chướng ngại. Tức là quý vị người Việt Nam nhưng có thể nghe người nước khác được, có thể nghe hiểu

được. Còn các loài động vật thì [nghe] chưa được, [điều] đó còn cao nữa. Cho nên Phật Bồ-tát có năng lực cao hơn nữa.

**5. A-la-hán Vô ngại giải: Là những vị A-la-hán có thêm được 4 trí phân tích về Văn, Từ, Nghĩa, Lý Phật ngôn** (về những lời Phật dạy: về Từ (từ ngữ) thì mình có thể hiểu được, về đoạn Văn, về Nghĩa và Lý) **và khả năng ứng đối** (chúng ta hay nói là Tứ vô Ngại biện) (**Từ vô Ngại giải, Nghĩa vô Ngại giải, Pháp vô Ngại giải, Biện vô Ngại giải**).

Người này có năng lực thuyết pháp. Nhiều người [đắc] A-la-hán rồi nhưng không có điều này, thì thuyết pháp cũng không tốt lắm. Cho nên sơ sơ ở đây chúng ta thấy, là tuy cùng A-la-hán nhưng cũng khác nhau nhiều lắm. Sự khác nhau này là do nhiều đời, nhiều kiếp mình tu thế nào mà có những điều đó. Cho nên người có điều này, người có điều kia, chứ không phải A-la-hán là bình đẳng. Chưa [đâu]! Mới có bình đẳng [về] Tuệ giải thoát thôi, còn mấy điều khác thì chưa chắc.

Nhiều quý vị cứ kêu A-la-hán phải ghê gớm lắm, phải Thần thông diệu dụng này kia ghê gớm lắm. Đó là một sai lầm rất lớn. Cho nên học không tới, không chịu đọc Kinh A Hàm, không chịu đọc Kinh Nikaya, không đọc các bộ luận về A Tỳ Đàm, thì có những nhận định không chính xác. Những nhận định đó cũng khiến cho mình tu tập có vấn đề. Tại vì mình cứ nghĩ mình đắc quả rồi, sao mình không có Thần thông? Đó là một sự nghi đung không quý vị? Thực ra đắc quả A-la-hán cũng không có Thần thông mà. Quý vị thấy A-la-hán đầu tiên đâu có Thần thông gì đâu, không có gì đặc biệt, [đắc] các tầng Thiền cũng không có nữa, không ai dạy tu Thiền [nên] không có đắc Thiền luôn. Cho nên cẩn thận nha! Đây là kiến thức chúng ta phải kiểm tra cho kỹ, quý vị để ý giùm. Đây là một sai lầm lớn. Nhiều người nói ví dụ như Sơ quả Tu-đà-hoàn có Thần thông, thậm chí không có.

Nên nhớ A-la-hán cũng có thể không có Thần thông, A-la-hán Tuệ giải thoát nhập Niết-Bàn được, nhưng có thể không có điều gì hết. Cho nên phải cẩn thận, mình học giáo lý ba mớ là chết. Rồi sau này mình tưởng tượng là mình [không đắc]. Cho nên [những điều] này khó, người nào chứng đắc thì người ta biết thôi,

mình làm sao biết, mình căn cứ vào đâu được.

Phần này rải rác, quý vị có thể tra trong các kinh tạng, Thiện Trang lược lại khó quá, Thiện Trang lược trong bộ A Tỳ Đàm. Trong A Tỳ Đàm, quý vị tìm bất cứ bộ nào cũng có nói điều này, thậm chí nói rộng hơn nữa, có các kiểu khác nữa. Nhưng chúng ta chỉ lấy năm kiểu này cho dễ.

Tiếp theo Thiện Trang giới thiệu luôn các quả vị trong Tứ quả. Phần này Thiện Trang xin trích dẫn từ Kinh A Hàm. Để bữa nào Thiện Trang sẽ rút gọn lại thành cái bảng, bữa nay tạm thời giới thiệu kinh để quý vị có niềm tin, chứ không biết này giờ Thiện Trang nói từ đâu. Ví dụ như Kinh 787, tựa đề là Học (4), trong Kinh Tạng A Hàm. Thiện Trang xin đọc đoạn đầu.

### **Các quả vị trong Tứ Quả**

#### **KINH 787. HỌC (4)**

**Tôi nghe như vậy: Một thời, Phật ở trong vườn Cấp Cô Độc, rừng cây Kỳ Đà, nước Xá-vệ. Bấy giờ đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: “Hơn hai trăm năm mươi giới, (đối với Tỳ-kheo thì bên Bắc truyền có 250 giới, bên Nam truyền chỉ có 227 giới thôi) cứ mỗi nửa tháng, lại thuyết Ba-la-đề-mộc-xoa (tức là lại thuyết Giới). Để cho kia tự mình cầu học mà học, nói ba học có thể tổng nhiếp các giới. Những gì là ba? Đó là Tăng thượng Giới học, Tăng thượng Tâm học, và Tăng thượng Tuệ học”.**

**Phật nói kinh này xong. Các Tỳ-kheo sau khi nghe những gì Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.**

Ở đây là ba khái niệm, một là Tăng thượng Giới học, hai là Tăng thượng Tâm học và ba là Tăng thượng Tuệ học. Kinh này ngắn như vậy [nhưng] là nền tảng cho ở dưới này. Ở dưới Thiện Trang xin phép đọc lướt thôi, kinh tiếp theo:

#### **KINH 788. HỌC (5)**



**Tôi nghe như vậy: Một thời, Phật ở trong vườn Cấp Cô Độc, rừng cây Kỳ-đà, nước Xá-vệ. Bấy giờ đức Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo: Nói như trên, nhưng có một vài sai biệt:**

**“Thế nào là Tăng thượng Giới học? Tỳ-kheo thiên trọng nơi Giới, Giới tăng thượng; Không thiên trọng nơi Định, Định không tăng thượng; không thiên trọng nơi Tuệ, Tuệ không tăng thượng. Đối với từng phần từng phần giới vi tế, nếu phạm thì theo đó mà sám hối. Vì sao? Ta không nói là kia không có khả năng, nếu giới kia tùy thuận Phạm hạnh, làm lợi ích cho Phạm hạnh, làm tồn tại lâu dài Phạm hạnh; Tỳ-kheo như vậy giới vững chắc, giới sư luôn tồn tại, giới thường tùy thuận mà sinh, thọ trì mà học. Biết như vậy, thấy như vậy, sẽ đoạn trừ ba kiết là Thân kiến, Giới thủ, và Nghi. Ba kiết này đã đoạn trừ, đặc Tu-đà-hoàn, không còn đọa vào các đường dữ, nhất định sẽ hướng đến Vô thượng Chánh giác, chỉ còn qua lại bảy lần trời người, cứu cánh thoát khổ. Đó gọi là Tăng thượng Giới học.**

Đoạn này tuy dài nhưng Thiện Trang rút gọn lại như sau, ở đây ý nói người chỉ lo giữ giới, tu chú trọng về Giới thôi, còn phần Định thì không siêng năng tu, phần Huệ cũng không siêng năng tu. Và nếu phạm những giới nhỏ vi tế thì cứ theo đó sám hối, không có sao, miễn giới trọng không phạm. Và [tu] đúng pháp như vậy thì người đó giữ được Giới vững chắc. Do làm được như vậy, nên họ đoạn được ba Hạ phần Kiết sử đầu tiên: là Thân kiến, Giới cấm thủ và Nghi. Và chắc chắn là đắc được Tu-đà-hoàn.

Ở đây Phật nói tắt, là người đó tất nhiên không đọa vào các đường dữ và chắc chắn chỉ còn tối đa bảy lần ở cõi Trời, cõi Người, cho nên gọi là Tăng thượng Giới học. Cho nên ráng giữ giới, giữ giới được mà tốt như vậy đó, là đắc Tu-đà-hoàn. Đặc Tu-đà-hoàn nhờ giữ giới, không cần gì ghê gớm lắm, Định cũng không cần học, Huệ (tuệ) cũng không cần học [nhiều] lắm, nhưng cũng có thể đạt được Tu-đà-hoàn. Đó là Tăng thượng Giới học.

**“Thế nào là Tăng thượng Tâm học? Tỳ-kheo thiên trọng Giới, Giới**

**tăng thượng** (cũng phải có Giới nha); **thiên trọng Định, Định tăng thượng; không thiên trọng Tuệ, Tuệ không tăng thượng**. Giống như trên, tức là cũng trọng về Giới, nhưng còn thiên trọng tu Định nữa, nhưng về trí tuệ thì không lo. Tương tự, cũng giữ giới như vậy. **Đối với từng phần từng phần giới vi tế... cho đến thọ trì học giới. Biết như vậy, thấy như vậy, đoạn trừ Năm hạ Phần kiết, là Thân kiến, Giới thủ, Nghi, Tham dục, Sân nhuế** (tức là Tham và Sân). Năm hạ Phần kiết này đã đoạn trừ, đắc Sanh Bát-niết-bàn A-na-hàm, không còn trở lại đời này. Đó gọi là **Tăng thượng Tâm học**. (Tức là chú ý tu Định nữa thì được tới Tăng thượng Tâm học).

**“Thế nào là Tăng thượng Tuệ học? Tỳ-kheo thiên trọng Giới, Giới tăng thượng; (tất nhiên cũng phải có Giới) thiên trọng Định, Định tăng thượng; (tức là tăng Định lên) thiên trọng Tuệ, Tuệ tăng thượng** (tức là siêng năng học pháp, quán pháp). **Tỳ-kheo biết như vậy, thấy như vậy, tâm giải thoát dục hữu lậu, tâm giải thoát hữu hữu lậu, tâm giải thoát vô minh hữu lậu; giải thoát tri kiến, tự biết rằng: ‘Ta, sự sanh đã chấm dứt, Phạm hạnh đã lập, những việc cần làm đã làm xong, tự biết không còn tái sinh đời sau nữa.’ Đó gọi là Tăng thượng Tuệ học”**.

**Phật nói kinh này xong. Các Tỳ-kheo sau khi nghe những gì Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.**

Cho nên phải làm hết rớt ráo ba [điều] này, thì mới đắc quả cuối cùng là A-la-hán. Còn nếu làm như kia thì chỉ được hai quả trước thôi. Thiện Trang xin nói thêm chỗ này một số điều nữa, đức Phật có chia ra, thật ra phải nhập mấy bộ kinh này lại thì mới nói ví dụ như đây:

**Tỳ-kheo biết như vậy, thấy như vậy, đoạn trừ ba kiết (Thân kiến, Giới thủ, Nghi) và Tham, Nhuế (Sân), Si đã mỏng, thành tựu Nhất chủng đạo**. Nhất chủng đạo là địa vị mà ngài Tuệ Sỹ có chú giải cho chúng ta, là địa vị thuộc Tư-đà-hàm. Tại vì ở đây có thêm chữ Nghi và Si nữa, Si đã mỏng, thì làm cho mấy điều này nhẹ bớt.

**Ở vào địa vị này chưa phải là đẳng giác, nên gọi là Tư-đà-hàm, hay gọi là Gia gia, gọi là Thất hữu, gọi là Tùy pháp hành, gọi là Tùy tín hành. Đó gọi là Tăng thượng Giới học.**

Cho nên mấy địa vị này, thật ra chúng được mấy điều này thì được quả vị thứ hai. Quả vị thứ hai có mấy quả [như] Gia-gia. Còn nếu chưa phải là đẳng giác thì thấp hơn nữa, cho nên là Gia-gia, Thất hữu, Tùy pháp hành, Tùy tín hành. Có thể xếp vào địa vị Sơ quả hoặc là hơn Sơ quả, nói chung nằm trong tầm Sơ quả đến Nhị quả. Có khi người này thì kéo về Sơ quả, người kia thì kéo về Nhị quả, tùy mức độ. Vì thật ra những địa vị như Gia gia, Thất hữu, Tùy pháp hành, Tùy tín hành v.v... cũng nằm trong đó. Dưới này nói thêm:

**Nếu đoạn trừ được Năm hạ phần này (Thân kiến, Giới cấm thủ, Nghi...) có thể được Trung bát-niết-bàn. Ở địa vị này nếu chưa được đẳng giác, được Sanh bát-niết-bàn; ở địa vị này nếu chưa được đẳng giác, được Vô hành Bát-niết-bàn; ở địa vị này nếu chưa được đẳng giác, được Hữu hành Bát-niết-bàn; ở địa vị này nếu chưa được đẳng giác, được Thượng lưu Bát-niết-bàn.**

Thiện Trang giới thiệu mấy quả vị vậy thôi, còn mấy quả vị này thế nào thì chúng ta hãy đợi bữa khác. [Thiện Trang] giới thiệu cho biết tên vậy thôi, chứ giới thiệu nhiều quá thì quý vị sẽ rối. Ví dụ như ở đây nói: Đoạn trừ được ba kiết là Thân kiến, Giới thủ, và Nghi, thì đắc Tu-đà-hoàn. Điều này thì chúng ta quá quen rồi. Còn Sanh bát-niết-bàn v.v... một loạt các quả vị.

Thiện Trang chỉ muốn giới thiệu cho quý vị biết thôi. Biết để quý vị thấy biển học mênh mông, và trong đó có rất nhiều đồng tu Tịnh Độ nghĩ rằng mình rất giỏi, thì quý vị hãy xem lại. Vì những gì mình học xưa nay, mình thấy so với mấy giáo pháp Tứ đế này, đây là thuộc giáo pháp Tứ đế đó quý vị, giáo pháp Tứ đế mình còn chưa nắm được. Và nên nhớ, khi một vị A-la-hán chứng được A-la-

hán, [thì] không có vị A-la-hán nào mà không nắm được giáo pháp Tứ đế, không có vị Bích-chi-phật (Độc giác Phật) nào mà không nắm được giáo pháp Tứ đế và 12 nhân duyên. Cho nên sau khi chứng A-la-hán, thì A-la-hán thông được Tứ đế, thông được 12 nhân duyên. Bích-chi-phật cũng vậy.

Nếu mình tu lâu rồi, mình nói mình đắc A-la-hán, mình nói mình là Bồ-tát tái lai v.v... mà quý vị không biết mấy điều này, thì quý vị là Bồ-tát đất, A-la-hán đất, A-la-hán giả, chưa phải là A-la-hán thật. Nên nhớ như vậy! Đấy cũng là một cách để kiểm chứng. Chứ không thời nay mình cứ nghe người ta nói vị này là Bồ-tát tái lai, vị kia là Bồ-tát tái lai, thầy đó đắc A-la-hán v.v... Vậy bây giờ [những vị đó] nắm được những điều đó không? Những vị đó không nắm được mấy điều đó thì giáo pháp Tứ đế chưa thông, thì chưa thể nào là những người tái lai được.

Bồ-tát tái lai theo Đại thừa là phải cao hơn A-la-hán, phải là Sơ trụ Viên giáo Hoa Nghiêm mà. Sơ trụ là hơn Thập tín vị Bồ-tát mà. Quý vị nên nhớ, theo Đại thừa chia ra, A-la-hán là mới bậc thứ bảy, bậc thứ tám mới tới Bích-chi-phật, bậc thứ chín là Bồ-tát trong Quyền giáo (Bồ-tát trong Thập pháp giới), Phật trong Thập pháp giới là thứ mười, rồi mới tới Sơ trụ Viên giáo Hoa Nghiêm. [Tới] đó thì mới [có] năng lực độ sanh. Mà Sơ trụ Viên giáo Hoa Nghiêm là Sơ địa của Biệt giáo bên Đại thừa, [tới] đó thì quý vị mới đi độ sanh.

Những người tôn vinh nào [là] ai đó tái lai, thầy đó tái lai, cô đó tái lai, v.v... mà không biết mấy điều này, thì có phải người ta là tái lai hay không? Quý vị nên nhớ nha! Đã thông đạt Tứ đế rồi thì mới tới đó. Cho nên đây là một biện pháp, chúng ta học để chúng ta hiểu, để chúng ta không bị lạc đường trong dòng đời tăm tối hiện nay. Hiện nay chúng sanh mê muội quá, nên đôi khi [họ] tôn vinh những vị thầy của [họ], nào là người này tái lai, người này là A-la-hán v.v... Rồi cuối cùng mình chạy theo ầm ầm, vì mình không biết.

Thực tế khi mình học kinh điển, kinh chính là chìa khóa để vào kho tàng của Phật pháp. Vào biển của Phật pháp là kinh, nên không học thì nhiều khi mình bị lạc mà mình không biết. Đó là Thiện Trang mong quý vị hiểu được. Hôm nay

chúng ta học pháp hành, học để hành là học điều này.

Chúng ta trở lại với chuyên đề về Tâm sở trong A Tỳ Đàm. Có 52 món Tâm sở, gồm có: 13 Tâm sở Tợ tha, 14 Tâm sở Bất thiện và 25 Tâm sở Tịnh hảo. Thật ra [còn] chia riêng trong mỗi loại nữa, nhưng đầu tiên quý vị nhớ giùm cái nút này. Cách chia sẻ của Thiện Trang là thay vì đem cho quý vị ném một mớ thứ, thì quý vị sẽ [bị] rối. Thiện Trang chỉ cắt một khúc thôi, học từng khúc vậy đó. Giống như để làm bánh, thay vì dạy quý vị nguyên công đoạn làm bánh từ đầu đến cuối, nào phải mua bao nhiêu bột, bao nhiêu đường, bao nhiêu gì, làm một hồi quý vị rối.

Thiện Trang chỉ dạy, bữa nay vô đây, giai đoạn thứ nhất thầy đã mua hết sẵn sàng rồi, bột bao nhiêu, đường bao nhiêu, muối bao nhiêu, dầu bao nhiêu, v.v... chuẩn bị hết rồi. Bây giờ làm giùm giai đoạn này, giai đoạn nướng bánh. Đi nướng xong rồi, ăn được ngon đúng không? Rồi bữa sau lên đây, dạy nhuần nhuyển nướng bánh rồi, bắt đầu dạy thêm công đoạn nữa là trang trí bánh, bữa sau dạy công đoạn tiếp là pha bột. Cứ từng bữa, từng bữa, dạy từng công đoạn. Và cứ dạy đến một bữa nào đó ráp lại là thành ra công đoạn làm bánh, một cái bánh ngọt rất hoàn chỉnh.

Cách dạy như vậy thì quý vị thấy dễ học hơn, chứ mới [vào] mà tung hỏa mù nhiều quá, [trong khi] Phật pháp thì rộng lớn bao la. Nhiều người dạy A Tỳ Đàm, nhưng vô giới thiệu có một buổi thôi là hết bảng A Tỳ Đàm luôn (bảng Vi Diệu Pháp đó). Quý vị thấy 121 tâm, rồi bao nhiêu cái bảng, từng nút, từng nút, nút đỏ, nút xanh, nút vàng, đủ các nút hết, nói một loạt. Học như vậy thì cũng được, nhưng là tri thức thôi. Chứ còn nếu học để hành, thì mình học điều nào cố gắng nắm vững điều đó. Mình học mình nắm vững rồi, ráp lại là thành thôi. Cách như vậy gọi là phương pháp chia để trị, phương pháp chia nhỏ để nắm.

Thiện Trang xin giới thiệu trở lại. Hôm bữa chúng ta đã học về 13 Tâm sở Tợ tha. Tợ tha là như thế nào? Chữ Tâm sở này có một số giáo trình, một số sách ghi là Sở hữu tâm. Ví dụ như Sư bà Tâm Tâm dạy là dùng chữ Sở hữu tâm. Thiện

Trang thích dùng chữ Tâm sở, ngắn gọn và dễ hiểu. Rồi có người dịch là Trang thái tâm v.v... mỗi bộ sách [ghi] khác nhau.

Ai học Nam truyền mới thấy nỗi khổ của người học Nam truyền. Nam truyền do ngôn ngữ Pali với ngôn ngữ tiếng Việt mình xa quá, không có dòng họ với nhau. Cho nên các sách dịch, mỗi sách dịch mỗi kiểu. Cùng một từ đó mà bên này dịch thành chữ này, bên kia dịch thành chữ kia, rồi mình không biết đường nào lần hết. Máy người mới vô học, coi là thua. Tại vì cùng một thuật ngữ mà bên này dùng chữ khác, bên kia dùng chữ khác. Mỗi người dịch mỗi kiểu, cho nên coi vô không giống nhau gì hết.

Bên Bắc truyền đỡ hơn, bởi dù sao cũng dịch từ chữ Hán ra chữ Việt. Chữ Hán và chữ Việt thì có dòng họ với nhau, cho nên chữ đó không thể đọc khác được, cũng âm đó thôi, hầu như ít khi [đọc] âm khác được lắm. Ví dụ như chúng ta có chữ Khinh tiểu nghiệp và Khinh thiếu nghiệp đó quý vị. Chữ 'tiểu' với 'thiếu' là một chữ Hán thôi mà hai âm, âm tiểu và âm thiếu. Máy người dịch đúng, ai biết chính xác, ai rành chữ Hán thì sẽ dịch là Khinh tiểu nghiệp. Tức là hai tính từ: #khinh là nhẹ, #tiểu là nhỏ; còn #thiếu thì đâu phải là tính từ. #Thiếu là động từ, là thiếu, nghiệp thiếu thì đâu được, đặt vô chỗ đó không đúng. Nhưng người không biết ngữ pháp Hán cổ, thì họ dịch thành Khinh thiếu nghiệp. Đó là do họ không biết thôi. Nhưng thực ra chữ đó đáng lẽ chỉ có thể dịch là Khinh tiểu nghiệp, tức là nghiệp nhỏ nhẹ.

Quý vị nhớ mấy nghiệp đó không ạ? Có những nghiệp như: Cận tử nghiệp, Khinh tiểu nghiệp, Thường nghiệp, Trọng nghiệp. Những nghiệp đấy chúng ta học [rồi]. Và Thiện Trang thấy Hán truyền dễ học hơn là ở chỗ đó, tại vì ngôn ngữ từ bên Hán dịch qua tiếng Việt gần. Còn bên Pali mà dịch qua tiếng Việt là thôi, mỗi người dịch mỗi kiểu, tùy trình độ học vấn, tùy khả năng Phật pháp của mỗi người, cho nên ngôn ngữ loạn cào cào. Quý vị cứ coi đi, cùng một bản kinh, cùng một bản giáo lý A Tỳ Đàm đó, mà vị Sư này với vị Sư kia dịch đã khác nhau rồi, khác nhau một trời một vực luôn, coi vô là thấy chóng mặt. Nhưng đối với những người am

hiểu sâu thì người ta coi không sao, vì người ta biết bản chất là vậy thôi, từ ngữ dùng khác nhau thì kệ, không sao!

Cho nên ở đây Thiệu Trang dùng chữ Tâm sở. Quý vị coi tài liệu khác có thể là Trạng thái tâm hay là Sở hữu tâm thì cũng không sao. Tâm sở là dễ nhất, Thiệu Trang thấy chữ Tâm sở là hay nhất. 13 Tâm sở Tợ tha gồm có 7 Tâm sở Biến hành, hôm bữa chúng ta đã học rồi.

Thiệu Trang nhắc lại 7 Tâm sở Biến hành gồm có: 1. Xúc, 2. Thọ, 3. Tưởng, 4. Tư, 5. Nhất hành, 6. Mạng quyền, 7. Tác ý. Gọi là Biến hành là vì trong 121 loại tâm đó, thì luôn luôn có mặt 7 Tâm sở này. Tức là 7 Tâm sở này luôn luôn đi kèm, không có trường hợp nào mà không có 7 thành này. Tức là luôn luôn có, cho nên gọi là Biến hành. Trong 121 loại tâm thì đều có tất cả 7 Tâm sở này, cho nên [Tâm sở] này lúc nào cũng có mặt hết, nói chung là 7 Tâm sở này lúc nào cũng đi kèm.

Hôm nay chúng ta học tới 6 Tâm sở Biệt cảnh.

## I. Tâm sở Biệt cảnh gồm 6:

#Biệt là riêng biệt; #cảnh là hoàn cảnh. Ví dụ như cảnh sắc là hoàn cảnh về hình tướng, cảnh về âm thanh v.v... Ở đây chúng ta sẽ hiểu 6 Tâm sở Biệt cảnh là lúc có, lúc không, có thể tùy theo cảnh. Ở đây chúng ta học cũng dễ thôi.

[Tâm sở Biệt cảnh] gồm có Tâm sở: 1. Tầm, 2. Tứ, 3. Thắng giải, 4. Cần, 5. Hỷ, 6. Dục. Bên Duy Thức Đại thừa quý vị biết [có] năm Tâm sở Biệt cảnh thôi. Ở đây hơn bên Duy Thức Đại thừa một [Tâm sở], thì chúng ta cũng dễ dàng hiểu được, không có gì khó khăn. Thiệu Trang xin chia sẻ thứ nhất là về Tâm sở Tầm.

**1. Tâm sở Tầm:** Tâm sở Tầm thì chúng ta học rồi, nhưng Thiệu Trang nhắc lại. Tầm là tìm, ý nghĩa trực tiếp của chữ Hán Việt [là] tìm, là trạng thái tìm kiếm, áp sát ban đầu, hay nghĩ ngợi tư duy suy xét về pháp. Ví dụ chúng ta muốn nói là đưa cho cây bút bi, thì trong đầu bắt đầu phải tìm cây bút bi, nhớ ra, quan sát trong tâm coi cây bút bi hình ảnh như thế nào, mới gọi lên hình tượng cây bút bi

v.v... Rồi một hồi nghĩ nghĩ cây bút đặt ở đâu, rồi đi tìm. Đó là Tầm. Tầm là trạng thái tìm, áp sát, giám sát, đưa tâm và Tâm sở vào cảnh.

Tâm sở tức là những tâm như: Xúc là tiếp xúc; Thọ là cảm nhận về cây bút đó dễ chịu hay không dễ chịu; Tưởng là hồi ức nhớ lại. Thiện Trang đang phân tích 7 Tâm sở Biến hành này. Tức là nói về cây bút bi, thì quý vị phải có cảm xúc về cây bút bi, tiếp xúc với cây bút đó, cây bút dài hay ngắn, rồi quý vị thấy dễ chịu hay không v.v... cảm thấy là cây bút này hình dài như thế nào. Rồi Tư là mục đích cầm cây bút để làm gì? Để viết đúng không? Và tập trung vào cây bút thì mới cầm được chớ. Mạng quyền tức là ý nghĩ về cây bút đó phải đủ dài. Chứ nếu không [nghĩ về cây bút đủ] dài thì mình quên mất, quý vị cầm cây bút nhưng không nhớ [thì] cũng như không. Rồi Tác ý là việc cầm cây bút đó như thế nào. Như vậy 7 Tâm sở Biến hành này phải có về cây bút đó.

Rồi bây giờ mới vô Tâm sở Biệt cảnh. Bây giờ mình đang cầm cây bút đó để làm gì? Ví dụ như cây bút đó cầm để viết, thì như vậy việc tìm kiếm cây bút là Tâm sở Tầm.

Trong ví dụ, Tâm sở Tầm giống như là cận thần thân tín nhất [của] vua. Để đưa vua đi đến gặp bất cứ ai, thì luôn luôn có cận thần đi theo, gọi là cận vệ, là người đi theo vua liên tục. Cũng vậy, muốn biết cảnh như thế nào, thì Tâm sở Tầm này là Tâm sở để đưa tâm mình đến cảnh. Và không chỉ đưa tâm mình đến cảnh, mà những Tâm sở của mình như tâm tham, tâm hoài nghi hay tâm vui vẻ, tâm gì đó v.v... là cũng do [Tâm sở] Tầm này dẫn tới, chứ không phải ai khác, giống như là cận vệ đi theo mình.

Cho nên Tâm sở Tầm [trong] Tâm sở Biệt cảnh này, cần có trong một số cảnh. Tất nhiên là trong một số cảnh thôi, chứ không phải trong tất cả [cảnh] đều có. Có một số [trường hợp] thì không cần đâu, tại vì thật ra là không có, nhưng ở đây là chúng ta hiểu như vậy. Quý vị hiểu không ạ? Tâm sở Tầm là như vậy.

Để phân biệt Tâm sở Tầm, Tâm sở Tư và Tâm sở Tác ý, vì ba Tâm sở này dễ



lộn với nhau lắm. Tâm sở Tầm là gì? [Mình] vừa mới học, [Tầm] là tìm kiếm, hướng đến một đối tượng nào đó, gọi là Tầm. Giống như con ong hướng đến bông hoa, tìm đến bông hoa. Còn Tâm sở Tác ý là gì? Tác ý là mình phải điều khiển hành động đó, mình đưa ra hành động đó làm như thế nào. Giống như con ong muốn bay tới bông hoa, nó tác ý là phải bay tới. Bây giờ mình phải tập trung đóng cây đinh, thì mình mới [đưa] cái tay ra để hành động. Còn Tâm sở Tư là chủ đích, chủ định. Ví dụ như mình đóng cây đinh đó để làm gì, mình lấy cây bút đó để làm gì, đó là Tâm sở Tư.

Ba Tâm sở này, trong A Tỳ Đàm đưa ra một ví dụ rất hay, giống như đưa con tàu đến một đích nào đó. Tâm sở Tầm là giống như người chèo thuyền trên con tàu đó. Tâm sở Tác ý thì giống như bánh lái, tức là người điều khiển con tàu đi theo hướng nào, Tác ý là theo hướng nào. Còn Tâm sở Tư là [Thuyền] trưởng, chủ của thuyền, người ta không cần chèo, nhưng người ta hướng là đi đến đâu. Muốn hướng đến đâu [thì] phải điều khiển các nhóm kia đi đâu, con tàu hướng về hướng nào. Tâm sở đó là Tâm sở Tư. Hơi khó hiểu, [nhưng] quý vị hiểu sơ sơ như vậy là được rồi.

Chúng ta cũng biết Tâm sở Tầm là một trong Năm chi thiền. Chi thiền ở đây, phải nói chi thiền đầu tiên là Sơ thiền. Tâm sở [Tầm] giúp ngăn chặn sự Hôn trầm và Thụy miên. Hôn trầm là buồn ngủ, Thụy miên là người đờ đờ, buồn ngủ. Và khi Tâm sở Tầm này được phát triển đến lúc nào đó đủ mạnh, thì trở thành chi thiền đầu tiên. Và [Tâm sở Tầm] này phát triển mạnh hơn, ở bên Thiền quán, thì sẽ trở thành Chánh tư duy trong Bát chánh đạo.

Cho nên quý vị chú ý nha, ý này quan trọng. Đừng xem thường Tâm sở Tầm, bởi vì không có [Tâm sở] này thì không phát triển lên để đắc các tầng Thiền (Thiền chỉ), và cũng không thể giúp cho mình có Chánh tư duy trong Bát thánh đạo. Cho nên khi nào mình có sự mạnh mẽ lên thì là vậy thôi, mình hiểu đơn giản như vậy. Tâm sở đó là Tâm sở Tầm.

Cho nên người nào tu mà bị buồn ngủ, hôn trầm nhiều, thì người cứ man

man, miên miên, buồn ngủ thì mình biết: Một là do cơ thể mình thiếu ngủ, mệt mỏi quá, hay bị cảm v.v... Lúc đó là bất khả kháng rồi thì phải ngủ thôi. Nhưng nếu như cơ thể mình đã ngủ đủ mà vẫn buồn ngủ man man, miên miên, đầu óc cứ mờ mờ, mịt mịt, thì Tâm sở Tầm của mình yếu. Hãy cố dựng [Tâm sở] này lên. Bằng cách nào?

Có nhiều cách, hôm bữa có bài kinh là 11 bước để chống buồn ngủ, Thiện Trang đã giới thiệu ở bộ giảng trước rồi. Nhưng Thiện Trang xin nói cách nữa, sở dĩ mình hôn trầm là do tâm mình ít thay đổi trạng thái, cơ thể mình đứng yên. Quý vị chỉ cần thay đổi trạng thái thôi, ví dụ quý vị đang ngồi thì chịu khó đứng lên, đi qua đi lại, đi tới đi lui. Nói chung một người mà thường xuyên cử động, thay đổi trạng thái, tư thế, thì sẽ ít hôn trầm, buồn ngủ.

Quý vị có để ý không? Đang buồn ngủ ghê gớm mà cho quý vị làm gì, [như] cầm cái búa để đóng cây đinh, thì đổ quý vị buồn ngủ đó, khó lắm! Trừ khi quý vị buồn ngủ [do] thiếu ngủ quá, thì có nhiều người đóng cây đinh, đóng xong ngủ gục luôn. Có nhiều người lạy Phật đó quý vị, lạy Phật xong nằm ngủ luôn, im re, không biết gì hết luôn. Đó là buồn ngủ quá rồi, thì không chữa được nữa, mà phải đi ngủ thôi. Tùy mỗi người, khoa học nói cơ thể người bình thường mỗi ngày phải ngủ từ 8 đến 10 tiếng. Thiện Trang thấy ngủ gì mà dữ vậy, đối với người tu hành chúng ta thì ngủ chắc là 5 đến 7 tiếng là nhiều lắm rồi.

Thiện trang thông thường thấy ngủ 4 tiếng là hơi thiếu, mà lâu ngày thì buồn ngủ, mệt mỏi lắm. Nếu ngủ 5 tiếng được thì thấy bình thường. Còn bữa nào thiếu ngủ quá rồi thì [ngủ] hơn 5 tiếng. Tức là do mấy bữa trước thiếu ngủ, hoặc mệt quá, chứ còn thực tế thì chỉ [ngủ] vậy thôi. Và nếu ngày nào ngủ được 5 tiếng rồi đó, thì trưa không buồn ngủ, không mệt. Còn nếu mình thiếu ngủ là buổi trưa đờ đờ, buồn ngủ, đó là do thiếu ngủ.

Chứ còn thực tế người hoạt động đầu óc nhiều, và quý vị khéo thay đổi trạng thái [thì ít buồn ngủ]. Và đặc biệt chúng ta phải có các trạng thái để đối phó, đó là tâm của mình phải dán đến đối tượng, thay đổi đối tượng. Tại vì mình đang nhìn,

quý vị cứ nhìn một thứ thôi thì Tâm sở Tầm này không hoạt động, nó chuyển sang Tâm sở Tứ rồi. Còn nếu như quý vị muốn thay đổi đối tượng, quý vị làm việc gì đó, thì tâm mình liên tục áp vào đối tượng mới, tìm đối tượng mới, quan sát đối tượng mới, cho nên tâm này thay đổi liên tục để chuyển tâm mình. Tâm sở này chuyển tâm mình tới những Tâm sở khác, cho nên nó mạnh lên và hoạt động liên tục. Khi hoạt động liên tục thì sẽ dứt được Hôn trầm, Thụy miên.

Bí quyết là vậy đó! Cho nên ngồi tọa thiền niệm Phật mà buồn ngủ quá, thì quý vị cứ mạnh dạn đứng dậy đi lại. Còn khi quý vị vừa đứng vừa đi lại, mà vẫn còn buồn ngủ, gục gà gục gật, thì chỉ có thiếu ngủ thôi. Thiếu ngủ quá rồi thì biện pháp là nên nghỉ ngơi cho đủ giấc. Đừng có để thiếu ngủ lâu ngày thì đầu óc mình không sáng được, cứ mơ mơ, màng màng. Quý vị học pháp cũng không vô đâu, không có giải ngộ được đâu. Phải [có] một cơ thể bình thường, một trạng thái bình thường thì mới tu được. Cho nên mình phải để ý [điều] này nha.

Có nhiều người tinh tấn quá mức, có người giải đãi quá mức, ham ngủ. Ham ngủ là một ngày quý vị ngủ quá nhiều. Có ai ngủ quá nhiều không? Chắc là không! Đồng tu bây giờ chắc là đa số ngủ ít, đều thiếu ngủ cả, do thiếu ngủ lâu năm. Nhiều khi chưa có gì hết, vô ngồi [tọa thiền niệm Phật] một chút là ngủ rồi, đó là thiếu ngủ. Chứ còn nếu không thiếu ngủ, thì làm gì ngủ cỡ đó. Cho nên chúng ta phải luyện, luyện trên Tâm sở Tầm.

**2. Tâm sở Tứ:** Tứ định nghĩa là trạng thái duy trì, giữ gìn, chăm nom, kìm giữ liên tục, không có suy nghĩ lan man. Tức là khác với Tâm sở Tầm, là chỉ mới quay hướng đến bông hoa thôi. Bây giờ giống như con ong đã thấy bông hoa rồi, thì nó phải liên tục giữ gìn bông hoa, phải vờn quanh bông hoa để hút mật chứ, kiểu như vậy đó. Cho nên [Tâm sở Tứ] là phải kiểm tra, giữ gìn, kìm giữ liên tục.

Cũng vậy, nếu nói trong tâm của chúng ta, thì Tâm sở Tứ là quý vị tập trung liên tục, dán tâm vào đối tượng đó, áp sát liên tục vào đối tượng đó. Ví dụ chúng ta cầm cây [bút] viết, mà viết thì phải chú ý dòng chữ v.v... từng chút từng chút. Sự chú ý tập trung đó chính là Tâm sở Tứ. Còn [việc] đưa ra quyết định làm gì,

[như điều khiển] cây bút lên xuống, viết thế này thế kia, đó là Tác ý.

Chúng ta phải hiểu Tâm sở rõ ràng như vậy. Tâm sở Tứ này là một chi thiền, khi phát triển mạnh lên thì thành chi thiền trong Sơ thiền và Nhị thiền, có Tầm, có Tứ. Nhị thiền của bên A Tỳ Đàm, chứ không phải Nhị thiền của kinh tạng. Tâm sở Tứ này có chức năng đó, và là một chi thiền ngăn chặn được sự hoài nghi.

Tại sao Tâm sở Tứ ngăn chặn được sự hoài nghi? Bởi vì sở dĩ chúng ta nghi, là [do] chúng ta chưa biết rõ về đối tượng. Ở đây không nói nghi trong Phật pháp, ở đây chỉ nói nghi trong đối tượng đó thôi. Ví dụ mấy bữa trước nghe Thiện Trang nói về A-la-hán, thì có người hỏi: “Có phải A-la-hán có đủ Thần thông hay không?” Thế này thế kia.

Nhưng hôm nay học được đoạn đầu thì mình hết nghi, mình biết A-la-hán có năm loại, có loại không có Thần thông, có loại có Ngũ thông, thậm chí có loại có Túc mạng minh (Tam minh đó), rồi có A-la-hán có Tứ vô Ngại biện nữa. Mình hiểu như vậy, do mình tiếp xúc được rõ ràng thì mình sẽ không còn nghi nữa, dứt hoài nghi. Tức là xác định được rõ ràng vấn đề đó rồi, thì hết được hoài nghi về điều đó. Hết hoài nghi về vấn đề đó thì mới là chi thiền, chi thiền là như vậy. Chứ còn nói hoài nghi trong Phiền não thì chưa phải, đó là cao hơn nữa, hoài nghi đó là hoài nghi cao. Tâm sở Tứ này thì rõ ràng như vậy.

Ở đây người ta ví dụ Tâm sở Tầm và Tứ để phân biệt như thế này, tại vì Tầm Tứ khó phân biệt, cứ mơ mơ màng màng. Một cái là quan sát đối tượng, hướng tới đối tượng, [còn một cái] là quan sát tập trung vào đối tượng, thì người ta đưa ra ví dụ như thế này:

Tâm sở Tầm là điều báo trước của Tâm sở Tứ, báo trước cụ thể như sau: Ví dụ như con chim vỗ cánh sắp bay, là Tâm sở Tầm. [Còn] Tâm sở Tứ là ví như con chim đang lượn bay trên bầu trời. Như vậy bay trên bầu trời là Tâm sở Tứ rồi. Còn con chim khi chưa bay, mới vỗ cánh cạch cạch thôi, là mình biết nó báo trước cho điều kia. Sự báo trước đó là Tâm sở Tầm, là biết trước con chim sắp bay rồi.

Còn con chim bay lên là chuyển sang Tâm sở Tứ rồi.

Hoặc lấy ví dụ khác như tiếng trống, thôi lấy tiếng chuông vì chúng ta hay đánh chuông. Khi đánh tiếng chuông đầu tiên mình nghe cái boong (beng), thì đó chính là Tâm sở Tầm, mình nói đấy là Tâm sở Tầm. Còn âm thanh vang boong... rung động sau là Tứ. Quý vị hiểu như vậy.

Cho nên khi mình dán tâm vào một đối tượng nào đó, ví dụ như bây giờ Thiện Trang cầm viên pin này lên, thì quý vị quan sát, ngay đầu tiên quý vị nhìn vô thấy cái gì trắng trắng, chữ gì đó v.v... Quý thấy như vậy, thì đó mới là Tầm. Còn Tứ là đã xác định đây là viên pin, nhưng không biết là pin mấy A, 2A hay 3A. [Khi] quý vị xác định luôn đó là 2A, vì là pin to, là xong, đó là Tâm sở Tứ.

Tầm là mới quan sát đối tượng, mới nhìn vào thì biết đó là viên pin, nhưng vẫn còn hoài nghi, nghi là không biết viên pin này là pin nào, là pin tiểu đấy, nhưng không biết 2A hay 3A. Còn khi đã rõ ràng là 2A rồi, đó là Tâm sở Tứ, [thì sẽ] dứt hết hoài nghi.

Cho nên Tâm sở này vẫn có, có trong một số đối tượng thôi, chứ không phải lúc nào cũng có. Có khi không có, không rõ ràng, cảnh đó nhanh quá, xẹt qua. Ví dụ chiếc xe chạy nhanh cái vèo qua, mình thấy có người giống như người yêu của mình, mình thấy vợ mình, chồng mình ngồi trên đó. Mình thấy [người] ngồi, không biết vợ của mình đi với thằng nào mà chạy nhanh quá, thế thì mình đang có hoài nghi. Nhưng mình không thể dứt hoài nghi đó được, bởi vì chiếc xe chạy nhanh quá, cảnh chạy qua nhanh quá.

Tức là Tâm sở Tầm hướng đến đối tượng, nhưng Tâm sở Tứ không kịp hiện, cho nên mới gọi là Biệt cảnh, không dứt hoài nghi được. Lúc đó phải ráng lấy xe đuổi theo, đuổi không kịp, [nên] thôi. Rồi vẫn còn nghi ngờ trong tâm, thì đó rõ ràng chỉ có Tầm, chứ không có Tứ. Nhưng Tầm lúc đó đã đủ tỉnh táo chưa? Đang ngồi uống cafe buồn ngủ ghê gớm, thoáng qua thấy bà vợ mình, ông chồng mình đi với cô nào chạy ngang qua, nhanh quá, mình chạy ra mà không kịp. Nhìn biển

số, thấy xe giống giống mà nhìn không thấy được, không biết có phải ổng không chở cô nào không, v.v...

Lúc đó là hết buồn ngủ ngay, tại vì có Tâm sở Tầm, nhưng không có Tâm sở Tứ, vì không quán xét được. Còn nếu như mình ra kịp, nhìn thấy ổng dừng đèn đỏ rồi, hóa ra không phải, mình nhìn lộn. Biển số xe không phải là xe của chồng mình, ông đó cũng không phải là chồng mình v.v... thì dứt [được] hết hoài nghi. Đó là Tâm sở Tứ.

Cho nên một cảnh có cả hai, có Tầm có Tứ. Nhưng một số cảnh thì không có. Vì vậy mới gọi là Biệt cảnh, Biệt cảnh là như vậy. Tức là có cảnh có, có cảnh không, chứ không phải lúc nào cũng có, và điều đó rất hay. Thiệu Trang đưa ra ví dụ đó chắc mọi người đều hiểu, tại vì ở đời hầu như ai cũng là chúa ghen. Cho nên lấy ví dụ về ghen tuông là hầu như ai cũng hiểu hết, đây là một ví dụ rất rõ ràng.

**3. Tâm sở Thắng giải:** Thắng giải là trạng thái quyết đoán, quyết định hay là sự xác định. Tức là đối với cảnh đó mình đã nhận biết rất rõ ràng rồi, và không còn phân vân, do dự gì cả. Tức là [Tâm sở Tứ] thì vẫn còn hoài nghi, chưa rõ ràng 100%. Nhưng [Thắng giải] này là đưa ra quyết định như đinh đóng cột rồi đó, tôi xác định điều đó là như vậy.

Giống như lấy ví dụ vừa rồi, mình từ quán cafe đi ra, mình thấy [một người] giống giống ông chồng, nhưng không biết, vì nhìn cũng xa xa. Thấy biển số xe hơi giống giống, xe cũng dáng đó, người cũng giống dáng đó, không biết có phải như vậy [không]? Tức là Tâm sở Tứ của mình nhìn thấy cảnh rồi, đủ duyên với cảnh. Nhưng vẫn chưa xác định được 100%, nên vẫn còn nghi ngờ.

Còn mình ra mình thấy đúng y rồi đó, biển số xe đó rồi, ông đó rồi, hết chối với tôi nha. Đó là xác định rõ ràng, giống như vị quan tòa đã xác định được, quyết định được vụ án này, đã đưa ra phán quyết rồi, phán quyết chính xác rồi, đó gọi là Thắng giải.

Thắng giải là một quyết định đã đưa ra một cách kiên cố, kiên định, và hết

sự hoài nghi, chắc chắn đối lập hoàn toàn với sự hoài nghi, không hoài nghi nữa. Và thực ra trong đời sống chúng ta có rất nhiều điều này, ví dụ gặp một chuyện gì đó trong tu hành thì mình có nhiều điều nghi ngờ đúng không? Mình không biết rõ ràng thì phải gặp một vị Thiện tri thức nào đó giải cho mình, nói cho rõ ràng vấn đề đó để mình không còn nghi. Vì hết nghi nên giúp cho mình giải quyết được vấn đề, nên mới gọi là Thắng giải. #Giải nghĩa là giải quyết, giải quyết thù thắng rồi thì vững chắc lắm. Và khi mình đã xác định vững chắc rồi, mình không thay đổi, thì điều này quan trọng.

[Tuy nhiên] Tâm sở Thắng giải này cũng có điều hại. Quý vị biết điều đó là chính xác rồi, và cứ cho đó là như vậy, thì quý vị sẽ sanh ra một loại là Trạo cử hay là Điệu cử. Tại sao? Vì quý vị cứ nhận định điều đó là như vậy rồi, thì quý vị không tiếp thu được điều nào nữa, [đưa] điều nào vô nữa thì không được. Ví dụ như có nhiều đồng tu nghe pháp từ sáng đến tối, nghe suốt ngày, nhưng tâm của họ bị Trạo cử.

Quý vị biết Trạo cử không? Trạo cử là do Tâm sở Thắng giải này mà ra. Tại vì [tâm] lãng xãng nghĩ suốt ngày, niệm pháp, vì họ cho rằng đó là đúng. Họ cho là như vậy, và họ thường không nghe được điều khác. Cho nên người có Thắng giải nhiều thì khó tu định. Vì sao? Vì buông không được, người ta cứ cho điều đó như vậy, ông đó như vậy. Ví dụ bữa đó mình thấy nhưng chưa chắc đúng là ông chồng, nhưng mình tin chắc là đúng rồi. Cho nên khi ông chồng về, ông giải thích là bữa đó không phải là [tôi] đâu, thằng bạn mượn xe, thế này thế kia mình cũng không chịu. [Nên ông chồng nói]: “Đúng! Hôm đó là xe tôi đó, tôi cho thằng bạn mượn xe chở vợ nó đi, không phải là tôi”. Nhưng bà vợ [nói]: “Không! Tôi thấy rõ ràng cái xe đó rồi, ông chở chứ còn ai nữa” v.v... Đó là Thắng giải. Và Thắng giải này xác định như vậy nhưng chưa chắc đúng, nên chỉ là đưa ra phán quyết xác định. Và người nào có nhiều phán quyết xác định như vậy, mà là phàm phu, thì sanh ra Trạo cử rất nhiều. Những người này thường không có tiếp thu được những điều mới.

Cho nên trong tu hành nhiều người bị nạn này, và thường khi Trạo cử lên thì họ thích nói nhiều, thích thuyết pháp cho người ta chứ không thích nghe. Vì họ xác định như vậy rồi, xác định pháp là như vậy. Và những người này thường rớt vào trong Tam tướng nghe pháp của ngài Mã Minh, được nói trong Đại Thừa Khởi Tín Luận, là rớt vào tướng Tâm duyên. Cho nên tu là phải tu được mấy [Tâm sở] này. Đừng có tướng đơn giản, nhiều người có những Tâm sở [Thắng giải] này cho nên nguy hiểm.

Khi nào [Tâm sở] Thắng giải là tốt? Khi nó đi với thắng tốt thì là tốt, nhưng lỡ nó đi với sự giải sai lầm hoặc điều gì sai lầm khi khởi cùng với Tâm sở khác, [ví dụ] như Thắng giải mà rớt vào chấp gọi là đi với Tâm sở Ngã mạn, thì rớt vô điều sai. Cho nên mới gọi là Tâm sở Tợ tha. Tợ tha tức là nó kết nối cho mấy [Tâm sở] kia, [Tâm sở] nào xấu thì kết nối với điều xấu, [Tâm sở] nào tốt thì kết nối với điều tốt. Tợ tha là nương tựa, kết nối cho cái khác. Cho nên Tâm sở Tợ tha mà đi với [Tâm sở] thiện thì thành thiện, đi với [Tâm sở] xấu thì thành xấu.

Cho nên những người nào tu mà nghe pháp thì cẩn thận nha. [Tâm sở] Thắng giải này cũng nguy hiểm, nếu như mình nghe sai. Nếu đúng thì không sao, tốt lắm! Tuyệt vời! [Tâm sở Thắng giải] này vào giúp làm duyên để mai một làm cho tâm mình quyết đoán, quyết định được. Nhưng [Tâm sở] Thắng giải này mà sai rồi, [thì] mai một sẽ là nhân [sanh] ra: thứ nhất là Trạo cử, thứ hai là tâm Sân.

Sân là khi mà có một kiến thức, tri kiến khác đối nghịch với Thắng giải của mình. Tức là mình đã phán quyết đó là A rồi, mà bây giờ có người đưa ra là B, thì mình chịu không được, mình tức. Thấy chưa! Học Tâm sở đó, ghê không! Phải cẩn thận! Ví dụ như quý vị xác định người đó là vị Bồ-tát tái lai rồi, nhưng bữa nay nghe thầy Thiện Trang nói [không phải Bồ-tát] tái lai, [thì mình nghĩ] ông thầy Thiện Trang nói xấu, dám nói Sư phụ của mình không phải Bồ-tát tái lai, thế này thế kia v.v.... [Mình cho] người đó là A-la-hán rồi, mà ổng dám nói không phải là A-la-hán. Ổng lấy kiến thức nào, ở đâu ra, mà ổng bác bỏ, v.v... [xong] rồi mình tức. Tại vì sao? [Vi] mình đã xác định như vậy rồi, mình đã thắng giải như vậy rồi



mà. Đó là Thắng giải. Và khi đó mình không tiếp thu điều mới, nên tức lên. Cho nên Sân thường là [như] vậy.

Có nhiều yếu tố tạo nên tâm Sân, nhưng Sân cũng là do Thắng giải của mình, mình đã xác định là A rồi mà bây giờ không phải là A, thì mình tức lên đúng không quý vị? Rõ ràng tôi thấy ông chồng chở cô đó rồi, mà giờ ông chối, nói cho thẳng bạn mượn xe. [Thế] là mình tức lên, đúng chưa? Cho nên tu là tu từ Tâm sở này, và mình biết nó từ đâu. Tâm sở này cũng nguy hiểm.

Cho nên học, mình biết Tâm sở này là Biệt cảnh. Nói chung 13 Tâm sở Tợ tha này, nếu mình biết thì mình điều nó đi theo những [Tâm sở] tốt. Sau này mình học Tâm sở tốt thì mình điều nó đi kèm với mấy [Tâm sở] tốt giùm, thì sẽ chuyển thành tốt hết. Còn mình không biết, mình để cho nó đi tự do, thì thông thường nó đi với mấy [Tâm sở] xấu. Tại vì chúng sanh đa phần ở trong cảnh xấu, bản chất chúng sanh trong luân hồi là xấu, chứ không nói bản chất chúng sanh là xấu. Nói theo Đại thừa thì Tự Tánh của chúng sanh vốn là giống Như Lai, nhưng bây giờ mình đang là xấu. Nói như trong Kinh Địa Tạng là chúng sanh quen theo tánh ác. Cho nên những Tâm sở này cứ chạy theo xấu thôi.

Bây giờ đổ quý vị làm sao để tu được Tâm sở tốt? [Đó] là quý vị kéo giùm Tâm sở Tư này, trong mấy Tâm sở Biến hành gồm Xúc, Tác ý, Thọ, Tưởng, Tư, Nhất hành, Mạng quyền, thì quý vị kéo giùm Tâm sở Tư là chủ đích của mình, mình ráng có chủ đích tốt. Việc gì cố gắng nghĩ theo chiều hướng tốt, làm những việc tốt, tốt, tốt. Và Tâm sở Tư này muốn tốt, thì ngoài không tham, không sân, không si, cũng phải không có ngã mạn, không có hoài nghi, đủ thứ các kiểu. Và mỗi kiểu đó đưa ra [quả] khác nhau. Mai một chúng ta học sâu hơn Tâm sở này thì chúng ta sẽ hiểu rõ.

[Ví dụ] cùng một việc ăn trộm, nhưng Tâm sở nào hiện hình lên đi cùng thì tạo ra [quả] khác nhau. Ví dụ, một người tới thấy cái điện thoại để đó, người ta nói: “Điện thoại này không có chủ, thôi mình cứ lấy đi, đằng nào họ cũng bỏ quên rồi, thôi mình cứ lấy”. Với Tâm sở như vậy, thì tội nhẹ hơn so với một người đến

kêu: “Không cần biết điện thoại này là của ai, ta cứ lấy”. Còn trong đầu người kia thì biết lấy là có chịu nhân quả đấy, nhưng [nghĩ]: “Thôi kệ, mình cứ lấy, mình thích cái điện thoại này quá rồi, mình lấy đi”. Như vậy Tâm sở đó có Tâm sở Hợp trí trong đó. Tuy họ lấy là sai, tham thì mới lấy, nhưng có Tâm sở Hợp trí trong đó, có trí tuệ trong đó. Họ vẫn tin sâu nhân quả, nhưng bây giờ tin chưa tới nơi thôi, vì tham mạnh quá cho nên họ lấy. Còn người kia cũng tới lấy điện thoại, [nói]: “Của ai tao không biết, tao cứ lấy. Chẳng có nhân quả nghiệp báo gì đâu, tao sợ gì mấy ông thầy chùa hù tao, thế này thế kia, không sợ!”. Đây là Tâm sở xấu hơn nữa, tệ hơn nữa.

Cho nên cùng một đối tượng đó [nhưng Tâm sở khác nhau], thì quả khác nhau nha quý vị. Có một người khác đến, chưa muốn lấy, nhưng có một người nói: ‘Cứ lấy đi, không sao đâu’. Có người thúc giục cho lấy thì quả báo khác nữa. Quý vị thấy không? Mỗi Tâm sở thúc giục vô, thêm một yếu tố khác [vào] là ra [quả] khác. Giống như chúng ta làm bánh, mà quý vị thêm một gia vị khác vào là [vị] bánh khác. Bữa nay món này bỏ thêm chút hành vô là có người ăn không được, bỏ thêm chút ớt là cay quá, ăn không nổi. Có người bỏ thêm chút tiêu hay pha chế chút gì đó, cái bánh đang ngọt mà bỏ gì đó vô là ăn không được. Tức là chỉ cần thêm một Tâm sở nào xuất hiện, trong 52 món Tâm sở này, chỉ cần có món Tâm sở nào chạy vô thêm là quả khác rồi. Vì vậy mới sanh ra 121 tâm chứ quý vị. Vì vậy mới khác biệt một trời một vực.

Cho nên chúng sanh muôn hình vạn trạng. Cùng sanh ra trong thời đại này, cùng ở cõi Nam Thiệm Bộ Châu (Nam Diêm Phù Đề), cùng lứa tuổi, sanh ra cùng ngày, cùng tháng, cùng năm, cùng địa phương đấy, nhưng nghiệp không giống nhau. Vì sao? Vì những Tâm sở này không giống nhau. Khi tác nghiệp, tác ý, nghĩ trong đầu làm gì v.v... tức là ba nghiệp thân, khẩu, ý, do những món Tâm sở này không giống nhau, có người dùng nhóm Tâm sở này, có người dùng nhóm Tâm sở kia. Tuy 7 Tâm sở Biến hành đều giống nhau, nhưng [Tâm sở] Biệt cảnh khác nhau. Rồi sau này mấy Tâm sở sau khác nhau, nó kéo một dây lên thành quân đoàn khác nhau, và ra quả khác nhau. Vì vậy sau này thọ báo khác nhau.

Cho nên có người rất khỏe mạnh, xinh đẹp, giàu có, đầy đủ, tại vì họ toàn là Tâm sở tốt. Có người thì cũng giàu có, xinh đẹp, nhưng yếu xìu, bệnh lên bệnh xuống. Có người thì có Tâm sở khác, cũng giàu có, cũng xinh đẹp, yếu thì không yếu lắm, nhưng dốt, không thông minh. Kiểu vậy đó! Do Tâm sở nào mà chúng ta phải [thọ báo khác nhau].

Cho nên nếu không học bộ này, mình tu mình cứ [nghĩ] tu dễ lắm, nhưng tu điều gì thì không biết. Lên tụng kinh, niệm Phật, thì chưa hẳn là tu. Nếu theo Đạo gia bên Trung Hoa nói, là đọc sách ngàn lần thì tự hiểu nghĩa kia. Đó là bên Đạo gia. Nhưng nói theo Phật giáo Tiểu thừa, nếu quý vị không hiểu, quý vị đọc nhiều như vậy, thì thực tế mà nói là không phát huy được trí tuệ của quý vị. Khi không có Tâm sở đi đến trí tuệ, thì sau này quý vị đầu thai có khả năng không phải là đầu thai với tâm Tam nhân, không có tạo ra tâm đầu thai Tam nhân. Quý vị đọc bộ kinh đó phải hiểu biết một chút, tức là phải tin vào trong đó. [Còn] đọc như đọc thần chú thì không được. Đọc thần chú mà muốn có tâm trí tuệ, là khi đọc mình phải tin vào sự linh ứng màu nhiệm, phải tin Phật thì mới linh. Còn nếu mà cứ đọc **“Như thị ngã văn, nhất thời Phật tại Vương xá thành”** v.v... đọc hoài như vậy, đọc mà không có một suy nghĩ gì hết thì không khởi lên những Tâm sở kia, [thì] không được [kết quả lớn].

Cho nên Thiện Trang học, Thiện Trang nghĩ đúng là một bên dạy kiểu này, một bên dạy kiểu kia, cũng hay. Nói chung là mỗi cách [đều] có thể thành tựu. Khi quý vị đủ vốn rồi, đủ Ba-la-mật rồi, thì quý vị tu kiểu gì cũng thành tựu hết. Còn người chưa đủ vốn, thì những điều này cũng phải rèn luyện qua lại. Cho nên có người đọc sách ngàn lần thì họ tự hiểu nghĩa, nhưng có người đọc hoài cũng không hiểu, là do vốn của mình không có.

Nên những bộ Tiểu thừa như A Tỳ Đàm này, dạy cho những hàng căn cơ bình thường. Hạng bình thường thì học những điều bình thường, thì sẽ đi đến những thành tựu từ từ. Còn mình muốn đua đòi, bay lên trên để học, [nhưng] mình không phải chủng tánh đó, thì đời này học chỉ là kết duyên thôi. Tất nhiên

theo Duy Thức Luận (Luận Duy Thức) thì chúng ta yên tâm, điều gì đọc qua thì đều lưu trữ trong tàng thức (A-lại-da-thức) hết. Cho nên không có uổng đâu. Nhưng hiệu quả trước mắt (nhất thời) thì không có.

Cho nên Tâm sở Thắng giải này cũng cần phải coi cho kỹ. Thứ nhất Thắng giải cũng sanh ra Điều cử (hay là Trạo cử), và cũng sanh ra dễ sân nữa. Ai học thì cẩn thận nha! Cho nên điều gì mình đã quyết định đúng rồi, thì quý vị xem lại giùm một chút. Tức là đức Phật nói trong Kinh Tứ Thập Nhị Chương là: **“Ông chớ tin ý ông. Vì ông chưa đắc A-la-hán thì chưa tin được”**. Bao giờ đắc A-la-hán thì mới tin được ý mình đúng, [quý vị] nhớ như vậy.

Khi [Tâm sở] Thắng giải này phát triển lên [mà kèm với sai] thì nguy hiểm, nó trở thành Sở tri chướng. Thắng giải nào cũng như thế hết, có thể trở thành Sở tri chướng nếu như Thắng giải đó sai lầm, mà mình khư khư ôm miết. Cho nên nguy hiểm là từ những điều này. Và Tâm sở nếu mình không học thì mình không biết. Nên cẩn thận nha!

**4. Tâm sở Cần:** Cần thì chúng ta biết rồi, Cần là trạng thái siêng năng, tinh tấn, cố gắng, nỗ lực. Điều này thì dễ rồi.

Cần là siêng năng, tinh tấn, nỗ lực, thì ai cũng có. Mà điều này thì quý vị nghĩ tốt hay xấu? Thiện Trang tin tất cả mọi người đều nói Tâm sở Cần này là Tâm sở tốt, đúng không quý vị? Nếu quý vị nói vậy thì quý vị sai rồi. Tại vì sao? Vì nó nằm ở trong 13 Tâm sở Tợ tha thì làm sao là tốt được. Tợ tha tức là nó đi với thằng tốt thì nó tốt, đi với thằng xấu thì nó xấu. Mọi người nói: “Siêng năng là tốt chứ thầy!” Đúng! Siêng năng theo hình thức tốt là tốt. Nhưng có khi siêng năng, người đời nói là siêng năng mà cộng với ngu dốt thì thành phá hoại.

Bây giờ siêng năng, nhưng siêng năng đi ăn trộm thì đâu có tốt đâu, không tốt! Siêng năng, nhưng siêng năng mắng nào? Siêng năng là cần, là cố gắng v.v... ráng thêm, bền bỉ, nghị lực, nỗ lực, tính mạnh mẽ, kiên cường. Nhưng tu trật lất, thì càng tu càng đi xa chánh đạo bấy nhiêu, đó là đi vô đường tà rồi. Ví dụ như

qua đất nước [người ta] xúi đi khủng bố, khủng bố cho nhiều vô thì được lên thiên đàng gì đó... có đất nước xúi bậy vậy đó. Mà họ lại siêng năng, tin vào điều đó [nên] làm. Càng làm hung thì càng tạo nghiệp nặng chứ được gì.

Còn trong tu tập chúng ta nói đơn giản, là mình đã không có Chánh kiến, [mà] có Tà kiến, Tà tư duy rồi, mà mình dụng công cho nhiều thì càng xa với đạo thôi. Cho nên Tâm sở Cần này là [Tâm sở] Biệt cảnh, trong 13 Tâm sở Tợ tha, tại vì nó đi với thăng nào thì chịu [cùng] với thăng đó. Và Cần này thì tốt đúng không quý vị? Tốt, nếu như nó đi với điều tốt. Cho nên cần là siêng năng, bền bỉ, trạng thái chịu đựng được, điều này thì người tu cũng phải cần. Nên phải biết nha! Nhiều người không biết đâu.

Trong này có một ví dụ, giống như ngôi nhà cũ bị nghiêng, chống đỡ bằng những cây cột, không thể bị ngã. Cũng vậy, Tâm sở này sẽ giúp cho những Tâm sở khác trụ lại vững vàng, không thoái thất. Ví dụ như quý vị có tâm hỷ, thì tâm Cần này sẽ giữ cho hỷ của mình vui vẻ. Cho nên Cần là một điều quan trọng.

Quý vị biết [Tâm sở Cần] này cũng liên quan đến Ba-la-mật, trong Ngũ căn Ngũ lực, và Cần như Ý túc cũng có. Nên ở trong bộ Pháp Tụ nói: Cần là căn nguyên của tất cả sự thành tựu. Cần là mình phải siêng năng, nếu mình không có siêng năng thì không thành tựu được. Quý vị nhớ bài hôm trước Thiện Trang có nói, sau này khi [Cần] mạnh lên, duy trì được tốt, thì biến thành Chánh tinh tấn. Có nghĩa là mình tinh tấn đúng cách, và đúng với Chánh đạo thì thành Chánh tinh tấn (là một trong Bát chánh đạo). Cho nên Tâm sở Cần này cực kỳ quan trọng, không phải là bình thường đâu. Chứ không, mình mơ mơ màng màng thì thôi, mình không [thành công] được.

Mọi sự thành công phải có sự bền bỉ, siêng năng. Ở trên đời không có gì lười biếng mà thành công hết. Người ta hay có câu nói là: “Trên con đường thành công, không có dấu chân của người lười biếng”, đúng không quý vị? Tu hành đạo quả, [nếu] không có Cần (là siêng năng) thì cũng không được, nhưng mình phải siêng năng đúng cách. Cho nên mới gọi là Chánh tinh tấn.

[Trong tu hành] cũng vậy, giống như tu Thiền, bây giờ nhiều người nói: “Thưa thầy! Sao tu không có ai đắc Thiền hết?” Tại vì quý vị chưa có qua Thiền đường, quý vị chưa tu Thiền bao giờ, cho nên kêu không đắc Thiền. Rồi mình tưởng mình đầu thai với tâm Nhị nhân. Thực ra không phải! Quý vị có tu Thiền đâu. Nói thật, người ta tu Thiền là người ta phải dành thời gian một ngày 12 tiếng ngồi quán hơi thở, mà phải dạy đúng cách nữa. Còn bây giờ mình cũng không biết cách thiền.

Thiền là gì? Rất đơn giản, ví dụ như dùng một đề mục là quán hơi thở, quý vị chỉ cần ngồi xếp bằng đúng cách, rồi theo dõi hơi thở, quán hơi thở ra vô. Hoặc là quý vị coi Luận Thanh Tịnh Đạo, coi cách niệm đó, người ta niệm đề mục Đất. Trong 10 đề mục: Đất, Nước, Gió, Lửa, Hư không, ánh sáng, xanh, vàng, đỏ, trắng, thì chỉ cần niệm Đất. Bảo quý vị nặn một cục đất to to cỡ [nắm tay] để trước mặt, cứ quán đi, nhìn hoài, nhìn cục đất này miết, nhìn một tháng hay mấy tháng gì đó. Nhìn đến khi bỏ cục đất ra ngoài mà vẫn thấy cục đất, mà thấy luôn màu đất đó như vậy. Và thấy đằng trước mặt chỉ còn cục đất đó thôi, thấy mức độ sâu hơn nữa là cho dù đi, đứng, nằm, ngồi, hay làm gì cũng thấy [cục] đất đó thôi, thì quý vị mới đắc được vô Sơ thiền. Mình có tu như vậy đâu mà đắc.

Quý vị thấy không? Đó là mới đắc Sơ thiền, [rồi] lên Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Còn mình đâu có tu như vậy. Pháp quán đó y chang pháp Quán mặt trời trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ đó. Pháp quán đầu tiên là Quán mặt trời, quán mặt trời mà quán phải cỡ đó, tức là phải vậy.

Còn bây giờ mình tu gì đâu. Mình nói niệm Phật, mình niệm bao nhiêu? Niệm có chút [thì] chạy ra mất rồi, hay niệm gì đó cũng chút chút không à. Cho nên không phải là mình không đắc Thiền, mà do mình không biết tu Thiền. Người ta phải bỏ ngày này qua ngày nọ, tu cả tháng trời [cho đến] mấy tháng. Thậm chí ở trong A Tỳ Đàm nói luôn, là phải tu có khi hai, ba năm, mòn mỏi như vậy, mới biết mình đắc Thiền hay không. Còn mình chưa, mình mới tu sơ sơ, tu chơi chơi, lâu lâu vô ngồi chút xếp bằng cho an lạc, thì vô Vị đáo định là khá rồi. Chứng tỏ đó là

mình giỏi rồi đó. Chứ mình có tu xuyên suốt đâu, mình còn tạp tu mà, mình đâu có xuyên suốt. Cho nên là chưa, mình chưa thử sức thôi.

Rồi kêu: “[Sao con] tu không đắc Thiền vậy thầy?” [Có] tu đâu mà đắc. Tu Thiền chỉ cũng khó, thôi bây giờ mình lấy Thiền quán ra an ủi. Nghe nói tu Thiền quán đắc A-la-hán, bữa nay có luôn bài đó rồi, đắc A-la-hán kia. Cho nên tu Thiền quán thôi, quán pháp Vô thường, vô Ngã v.v... nghe pháp đã hơn. Đắc Thiền quán trước, rồi mai mới đắc Sơ quả Tu-đà-hoàn, [đắc] A-la-hán rồi bắt đầu vô tập tu nhập định, tu Thiền chỉ. Bây giờ chắc là tu như vậy cho khỏe. Thực ra tu Thiền chỉ cũng phải có thời gian.

Cho nên quý vị coi những vị mà tu [một] hồi ra, thì người ta phải có thời gian. Còn mình đời nay do thiếu phước báo, bận quá, tâm lúc nào cũng chạy. Quý vị nghĩ quán đề mục Đất mà quán cỡ đó, thì mới đắc Thiền chỉ. Giờ mình có thời gian đâu, một chút cái mình ra đi chợ, nấu cơm, tính toán điều này, tính toán điều kia. Cảnh đổi liên tục [thì] làm sao quán thành. Quý vị đem 16 phép quán của Kinh Quán Vô Lượng Thọ đó, quý vị quán được một cái thành thôi, là cũng được rồi. Quý vị [có] quán được đâu!

Cho nên thời nay là thời Mạt pháp là vậy đó. Là do mình không có thời gian. Mà để có thời gian thì phải bỏ hết công việc thì mới tu được, nên tại sao lại không đắc Thiền. Còn mấy người đắc Thiền, [thì] có được mấy ai? Có nhiều người niệm Phật, làm sao mà đi, đứng, nằm, ngồi, mình niệm làm sao mà đến mức độ lúc nào cũng có Phật. Bây giờ quý vị có [làm] được không? Niệm một chút thì quên mất.

Cho nên đâu phải đâu, [do] mình chưa tu, chưa có dụng công. Cho nên không biết ai đầu thai thế nào, nhưng Thiện Trang tin là quý vị học pháp quý vị cũng hiểu, giải ngộ được, thì những người đó đầu thai bằng tâm Tam nhân. Đây là mình tin thôi nha, không phải là ấn chứng đâu, không phải là mình phải khẳng định như vậy. Còn những người học thì cũng giỏi, nhớ dai v.v... nhưng không có sự giải ngộ, thì khả năng là họ không đầu thai bằng tâm Tam nhân. Tại vì họ không giải được, không có trí, không đầu thai bằng tâm Hợp trí đó. Cho nên họ nhớ ghê lắm, nhưng

không giải được. Đây là Thiện Trang nói thôi, không có chắc chắn, bao giờ mình chứng quả thì mới chắc. Còn không thì chúng ta cứ tu đi, hên xui. Đó là nói về Tâm sở Cần.

Như vậy ở đây Tâm sở Cần cũng rất mạnh mẽ, [quý vị] nhớ là mình thành tựu được là nhờ Tâm sở Cần. Nhưng tu làm sao để có [Tâm sở] Cần, để siêng năng? Ở trong A Tỳ Đàm có đưa ra, chúng ta hãy quán những pháp như thế này:

### **Quán về 8 nỗi thâm (8 nỗi khổ), để mình siêng năng:**

1. Thứ nhất là quán nỗi khổ của Sanh. Khi sanh ra là mình bị đau đớn, nhưng mình đâu có nhớ. Thôi quán sống ở đời khổ quá, suốt ngày đi làm, sáng ra ngủ chưa đủ giấc mà đã phải dậy đi làm sớm, rồi nấu cơm cho chồng, con... Đi làm về mệt mỏi, rã rời, chưa được nằm nghỉ thì phải rửa một đồng chén đưa con bú ở đó. Rồi phải đi giặt quần áo tới khuya, mệt gần chết. Mà cũng chưa yên thân, chưa được đi ngủ, phải chờ đến sáng rồi mới đi ngủ. Như vậy vẫn chưa đâu, sáng hôm sau lại tiếp tục, ngày nào cũng như ngày đó. Ăn rồi lại đi làm, làm để trả tiền nhà, trả tiền điện, trả tiền nước, rồi tiền sữa cho con, tiền đi học cho con, tiền gì đó v.v... Đó là quán nỗi khổ về sanh, sanh là đời sống của mình khổ.

2. [Thứ hai] là nỗi khổ của Già. Già thì bệnh, yếu, đi không vững, v.v... thế này thế kia. Già rồi thì đầu óc mơ màng. Đó là nỗi khổ của già.

3. [Thứ ba] là khổ về Bệnh. Bệnh thì trong đời ai cũng bị bệnh hết rồi, khi bệnh thì mệt mỏi, đau đớn v.v...

4. Thứ tư là nỗi khổ của Chết.

Nếu quý vị quán được bốn nỗi khổ: Sanh, Già, Bệnh, Chết, thì tự nhiên quý vị siêng năng tinh tấn tu hành. Tại vì mình muốn thoát khổ mà. Tu để trước mắt được có phước báo, cũng đỡ. Tu có phước thì cuộc sống cũng đỡ hơn, đi làm đỡ khổ hơn xưa. Hồi xưa đi làm bon chen gần chết, bây giờ đi làm đỡ hơn. Già cũng chậm tới hơn, vì có phước mà. Rồi cũng ít bệnh hơn, do mình tu hành tích lũy nên



cũng đỡ. Cuối cùng là tử (chết), khi chết thì cũng đỡ khổ hơn.

5. Thứ năm là nỗi khổ của Địa ngục. Vô Địa ngục khổ lắm, bị hành hình, giống như mỗi ngày bị 300 ngọn giáo đâm: buổi sáng 100, buổi chiều 100, buổi tối cũng như vậy. Thế thì khổ lắm! Chưa nói là bị quăng vô chảo dầu, khổ lắm!

6. [Thứ sáu] là nỗi khổ của Bàn sanh (là Súc sanh). Súc sanh cũng khổ. Có nhiều người nói [trong đường] súc sanh, có nhiều con đâu có khổ, chúng được người chăm sóc. Thật ra là chúng vẫn khổ, khổ vì ngu si, chúng đâu có thưởng thức được niềm vui của nhân gian, đúng không quý vị? Ở nhân gian, người ta có phước báo thì được đi chơi nơi này nơi kia, dạo cảnh v.v... Còn bây giờ quý vị dẫn mấy con thú đi dạo cảnh, thì chúng cũng đâu có biết dạo cảnh. Cho chúng coi tivi hay trò chơi truyền hình thì chúng cũng không hiểu. Rồi nỗi khổ của Bàn sanh là bị ép nhốt trong chuồng, bị ăn thịt v.v...

7. [Thứ bảy] là nỗi khổ của Nga quý. Nỗi khổ của Nga quý là bị đói khát v.v...

8. [Thứ tám] là nỗi khổ của A-tu-la là chiến tranh suốt ngày. Vậy thì mình [ráng] quán 8 nỗi khổ đó để tinh tấn.

**Ngoài ra, để tinh tấn thì mình có thể quán 8 [sự] đoạn cần.** #Đoan là đầu mối, đầu mối để mình siêng năng. Có bốn đôi:

1. Thứ nhất là nói về việc làm: thì có việc đã thành tựu và việc sắp làm. Tức là để mình tinh tấn, siêng năng, thì hãy nghĩ về những thành tựu của mình. Ví dụ học pháp với thầy Thiện Trang bao nhiêu năm nay, thì thấy mình cũng bớt Phiền não, tự tại hơn xưa, thấy mặt mày sáng hơn một chút. Tu bao nhiêu năm nay có phước báo thì mình cũng bớt bệnh rồi đó v.v... Tức là mình nghĩ về những thành tựu của mình. Do mình thấy có thành tựu rồi nên mình cố gắng tiến lên, mình tu tiếp, cho nên mình sẽ siêng năng. Đó là muốn tinh tấn thì mình [quán] như vậy.

Rồi mình quán những việc sắp làm, tức là mình tu thêm hai ba năm nữa, biết đâu mình được niệm Phật Tam-muội, biết đâu đắc Thiền định, đắc quả Tu-đà-

hoàn, rồi tu như vậy thì mai mốt có phước báo v.v... Quán như vậy thì tự nhiên mình siêng năng.

Tức là nghĩ về những điều đã thành tựu và những điều sắp thành tựu trong tương lai, thì mình sẽ tinh tấn. Quý vị thấy không? A Tỳ Đàm chỉ kỹ như vậy đó. Những điều này không học thì mình cũng biết đó, nhưng không có ai đúc kết lại cho mình.

2. Thứ hai là nghĩ về đường đi: tức là nghĩ về đường đã đi và đường sắp đi. Nói đơn giản thế này, có nghĩa là mình đi được đến bây giờ, thì mình có những khả năng gì đó, mình có trí tuệ... Hay là nhờ việc [tu hành] đó mà nhà mình có phước báo, nên mình được chuyển đến đây. Tức là mình chuyển được đến nơi này sống, rồi mình tu, thì tương lai mình được đi về cảnh giới nào đó v.v... Mình có thể nói là nghĩ đến cảnh giới do mình tu Thập thiện đời trước, nên mình được cảnh giới Người ở đời [này], rồi mình tu tiếp thì mình được lên cõi Trời ở đời sau v.v... Mình nghĩ những điều đó thì cũng là nghĩ về lối đi. Điều này cũng khiến cho mình tinh tấn.

Hoặc là mình nghĩ thế này: giống như một người đi đường từ Hà Nội vào Sài Gòn xa quá, nhưng đi đến Đà Nẵng rồi, nghĩ là mình đi được một đoạn rồi, hơn nửa đường rồi, nên ráng đi thêm chút nữa chắc là tới đó. Cũng vậy, nhiều khi mình đi cũng được một đoạn đường sắp tới đạo quả rồi đó, thầy Thiện Trang nói có đi thì sẽ có đến, thôi mình ráng thêm một thời gian nữa là đến đạo quả đó. Nghĩ như vậy là mình nghĩ về đường sắp đi và đường đã đi, thì mình sẽ tinh tấn thôi.

3. Thứ ba là nghĩ về bệnh hoạn. Ví dụ như vừa rồi mình bị bệnh, bị bệnh nên người mệt mỏi, ngán quá, bây giờ ráng tu thôi, chứ mai mốt lỡ bệnh nữa thì mệt lắm. Và nghĩ đến việc nhóm bệnh, trong người của mình còn nhiều bệnh tật đang chờ ở trong này, có thể phát ra bất cứ lúc nào, nên là tranh thủ tu trước khi bệnh phát. Nhờ [nghĩ] như vậy mà mình tinh tấn. Đó là những pháp quán để mình tinh tấn đó quý vị.

4. Thứ tư là nói về vật thực: tức là đủ ăn hay thiếu ăn. Nghĩa là trong quá khứ có lúc mình thiếu ăn, nghèo khổ lắm. Bây giờ nhờ mình tu mới có được như vậy, cho nên mình tranh thủ tu, lỡ mai một đời thì sao. Mình cứ nghĩ đến việc đủ ăn và thiếu ăn, trong quá khứ, hiện tại và tương lai, thì mình cũng sẽ cố gắng.

Đây là những cách [quán] để mình siêng năng. Quý vị thấy không? Một Tâm sở Cần này thôi, để huy động nó, thì mình phải dùng những cách quán, những tác ý, những suy nghĩ như vậy, thì mới kéo lên được. Cho nên A Tỳ Đàm dạy kỹ lắm, không có sai chút nào đâu. Dạy chút nào là dính chỗ đó, mình học chỗ đó.

**5. [Tâm sở] Hỷ:** Hỷ là trạng thái phấn khích hay thích thú. Tâm sở Hỷ là sự vui mừng, hớn hở, giống như trạng thái tâm của mình khi được ăn no, cảm giác giống như vậy. Nói chung là tâm của mình phấn khích, vui tươi, hạnh phúc với sự quan tâm và hăng hái. Đó là Tâm sở Hỷ.

Về Tâm sở Hỷ này, có rất nhiều người sẽ không hiểu rõ và dễ bị lộn với Thọ lạc và Thọ hỷ. Nhưng ở đây là Tâm sở, chứ không phải là [cảm] thọ. Tâm sở là trạng thái tâm. Còn Thọ lạc, Thọ hỷ thì khác.

Thọ lạc là giống như quý vị cầm vật gì đó êm êm thì mình cảm thấy dễ chịu, đó là Thọ lạc. Tức là mình phải có sự tiếp xúc với cảnh ở bên ngoài, thì mới mang đến cảm giác, cảm thọ. Còn Thọ hỷ là niềm vui vi tế hơn ở trong tâm, thấy êm êm rồi thấy dễ chịu. Còn Tâm sở thì chưa hẳn. Giống như quý vị nghĩ đến mai một được đắc quả Tu-đà-hoàn thì mình vui, đó là Tâm sở Hỷ rồi đó. Quý vị hiểu không? Thích thú rồi hỷ lên, là như vậy đấy. Chứ đầu cần cảnh đâu, Tâm sở mà, khác nhau. Rồi quý vị thích thú làm việc đó, ví dụ thích nghe pháp, bởi vì mình biết là nghe pháp trước sau gì cũng sẽ giúp đắc đạo A-la-hán, cho nên thích nghe. Mình thích thôi, mặc dù chưa làm.

Cho nên Hỷ và Lạc ở trong A Tỳ Đàm nói rất rõ, ví dụ một người đi đường đang khát nước mà thấy một ao nước, người ta chưa tới ao nước nhưng thấy ao nước trong veo [thì] mừng quá, đó là [Tâm sở] Hỷ. Còn Thọ lạc là tới đó mức nước

lên uống, mát mẻ quá, tắm rửa đã đời, đó là Lạc. Hỷ và Lạc trong A Tỳ Đàm đưa ra ví dụ như vậy, thì đó là Hỷ.

Còn Tâm sở này là tâm mình vui lên, đôi khi không cần cảnh, có thể hỷ là thích thú, phấn chấn lên thôi. Và trạng thái này là trạng thái trong tâm, còn kia là cảm thọ, cảm nhận. Cảm nhận là quý vị lấy nước tát vào mình, quý vị thấy mát mát và cảm thấy dễ chịu. Còn [Tâm sở] Hỷ là thích thú, hứng khởi. Ví dụ như mấy đứa trẻ mới yêu, nghĩ đến người yêu là vui rồi, nó đâu cần [cảnh] đâu.

Còn mình nghĩ mai một vãng sanh Tây Phương Cực Lạc là mình vui rồi, mai một mình đắc đạo A-la-hán, đắc sơ quả Tu-đà-hoàn là mình vui rồi. Có người nghĩ mai một mình đắc Thần thông bay lên không, rồi vui tự nhiên thấy vui, đó là Tâm sở Hỷ. [Hoặc] mình làm việc gì đó mà có Tâm sở Hỷ, thì cũng giúp cho mình tinh tấn.

Và pháp Hỷ này mạnh lên nhờ những pháp như: niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng. Vì những pháp niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng [là] những pháp về tu tập, thì sẽ giúp tâm của mình hỷ. Cho nên người tu tập thường hoan hỷ là vậy đó. Tại sao? Vì người ta tu tập có hỷ lạc trong đó, là do những pháp trợ [như] niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng v.v... Đó là rõ ràng. [Tâm sở Hỷ] này tạo niềm vui nên rất tuyệt vời.

Và [Tâm sở] Hỷ này là một chi thiện. Chúng ta biết là Năm chi thiện, Sáu chi thiện hay Bảy chi thiện thì tùy cách nói. Nói chung tầng Thiên đầu tiên thì cần năm chi thiện, và quý vị thấy chi thiện đầu tiên là Hỷ. [Tâm sở] Hỷ này tuyệt vời là không bao giờ xuất hiện trong tâm Sân. Tại sao? Vì sân thì không bao giờ hỷ được hết, chẳng có ai sân mà vui được hết. Nghĩa là nó không bao giờ xuất hiện trong tâm Sân.

Quý vị sân lên là bực mình, khó chịu rồi, thì làm sao có hỷ được. Cho nên yên tâm! [Tâm sở] Hỷ này giúp chặn được sân, chặn được sự ghét và chặn được sự ác cảm. Cho nên ai tu tập ráng kéo được Tâm sở Hỷ này lên, thì tự nhiên quý vị không

có sân. Quý vị thấy những người tu nhập thất ra là biết. Ai nhập thất đang vui mà mình có chửi mắng gì thì cũng như không, tại vì người ta đang vui nên chặn được. Còn tại sao mình sân? Vì mình [không] có hỷ.

Cho nên mấy người nào mà tu thường xuyên tinh tấn quá, tinh tấn vô cùng, nào là nhập thất, nào là thời khoá từ sáng tới tối nhưng [vẫn] sân. Tại sao sân? Vì họ không có hỷ. Vì sao không có hỷ thì quý vị kiểm tra lại ở trên, pháp Hỷ là nhờ có niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng v.v... Như vậy thì chứng tỏ niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng ở trên là giả. Có nghĩa là chỉ tu trên tướng, không tu được tâm. Trên hình tướng thì dụng công ghê lắm, nhưng không biết trong tâm họ nghĩ gì... Họ đang kéo lên toàn những Tâm sở xấu, cho nên họ đã tu sai. Mới có câu gọi là 'tu tâm sửa tánh'. Tu thì tu tâm, nhưng sửa thì sửa tánh thôi, chứ tâm đâu có sửa được. Mà mình phải tu tâm, sửa tánh. Tu tâm là mình sửa những Tâm sở của mình. Điều này rất quan trọng!

Ở trong A Tỳ Đàm chia ra năm mức độ Hỷ, Thiện Trang cũng xin giới thiệu đơn giản vậy thôi, quý vị cứ hiểu như vậy. Nên những điều này mình hiểu sâu [thì] dễ tu lắm, và mình sẽ biết mình như thế nào. Chứ còn quý vị tu, nhiều khi thấy mình tinh tấn, lúc nào cũng thời khóa đầy đủ v.v... nhưng tại sao mình sân? Vì mình không có pháp hỷ. [Tâm sở] Hỷ [thì] đối trị ngăn chặn được tâm Sân. Đó là chi thiện. Còn mình tu hoài mà không thấy vui, mà thấy mình buồn, mình sân, rồi thế này thế kia, thì quý vị hãy xem lại coi mình tu kiểu gì, mình phải hiểu.

Cho nên học môn này gọi là môn khoa học về tâm lý. Tâm lý của Phật giáo giúp chúng ta nhìn được tâm mình rõ hơn, và giúp mình nhìn được tâm của người khác rõ hơn. Ở đây Thiện Trang xin chia sẻ, [vì] có nhiều đồng tu không biết, học môn này thì phải học với người nào có sự thực hành, thực tu. Thiện Trang thử vào lớp học A Tỳ Đàm ở Việt Nam, coi thử người ta học như thế nào? Có những vị Cư sĩ nói vanh vách, đọc các bảng vèo vèo hết. Mình thấy cũng ngưỡng mộ thiệt vì thuộc lòng hết. Nhưng vào những pháp hành thì không nắm [được]. Nói chung giống như học tri thức thôi, chứ không có [pháp] hành. Hành là nằm ở phần khác,

mà học pháp hành không được. Thiện Trang cũng thông cảm, vì những người Cư sĩ không có thời gian để hành. Vì bình thường [thì lo] cơm áo gạo tiền v.v... thời gian rảnh rảnh chút thì lo đi hưởng Ngũ dục. Nào đi quán cafe, nào nghe nhạc, nào là yêu đương gì đó v.v... đủ thứ các kiểu, thì thời gian đâu để hành.

Thiện Trang thấy thỉnh thoảng có những vị Sư, vị Thầy, những người xuất gia, khi họ giảng thì có [pháp] hành ở trong đó. Nên môn này nhìn thì đơn giản, nhưng thật sự không đơn giản. Người nào phải có trải nghiệm sống với nó, thì mới thấy ra được nhiều điều. Quý vị muốn hành được là quý vị phải học nắm căn bản, rồi quý vị quán sát tâm, quán sát đời sống thường ngày, quán sát mọi thứ xung quanh. Nói chung [tâm mình] phải có sự rảnh rang và mình bớt dục đi thì trí sẽ sáng. Còn không thì học như con vẹt.

Môn này khác với những môn khác. Có nhiều đồng tu chỉ có nghe không thì quý vị không nắm được bao nhiêu đâu. Quý vị học xong rồi phải viết ra. Ví dụ như ở đây quý vị chịu khó bỏ thời gian vẽ sơ đồ ra. Thiện Trang đã chia sẻ tổng cộng 52 Tâm sở gồm có những gì thì mình vẽ ra, vẽ thành sơ đồ hết, thì nhìn vào đó mình nhớ.

13 Tâm sở Tợ tha: 6 Tâm sở Biệt cảnh, 7 Tâm sở Biến hành, bữa nay đã học được gần hết rồi. Mình nhìn vào đó, do mình đã nghe, mình biết Biến hành là gì, Biệt cảnh là gì. Rồi bữa sau mình mới vô Tâm sở khác là như thế nào. Từng nhóm từng nhóm, mình thuộc, mình nắm từng nhóm như vậy, thì khi tụng chuyện là ra: “À! Ta đang sử dụng Tâm sở nào?”. Như vậy thì mình mới tu, còn không thì học như con vẹt, cứ nghe nghe vậy thôi, nói vanh vách hết nhưng tụng chuyện thì không xài được.

Trong Phật pháp, xài được là mình phải nhìn vào được tâm của mình. Và khi đó nó phát ra những trí tuệ, và từ từ tự nhiên có những điều mà không ai nói cho mình hết. Điều đó gọi là ngộ, mà mai một sẽ giúp cho quý vị đắc đạo. Đắc đạo là nhờ những điều đó. Mình đâu có biết đâu, trong một sát-na tâm nào đó tự nhiên quý vị đắc đạo, là nhờ vào điều đó.

Mai một [Thiện Trang] giới thiệu cho quý vị lộ trình đặc đạo bằng mấy sát-na tâm như thế nào, để quý vị thấy. Tự nhiên tại sao nó kéo mình vô đặc đạo, là do mình có những yếu tố nào, chứ không phải tự nhiên đâu. Tất nhiên có thể vô tình nó tới, nhưng vô tình thì cũng phải có lộ trình của nó.

Đó là Tâm sở Hỷ, [quý vị] nắm được tâm sở Hỷ rồi. Bây giờ chúng ta đến Tâm sở cuối cùng trong 6 Tâm sở Biệt cảnh là Dục.

**6. [Tâm sở] Dục:** Dục là gì? Nghe nói dục là bắt đầu toàn nghĩ lung tung, lang tang. Dục chỉ đơn giản là trạng thái tâm mong muốn thôi. Quý vị mong muốn, ước muốn, nói chung là vậy. Chúng ta muốn những gì? Thật ra tất cả mọi thứ đều phải có sự muốn. Giống như quý vị muốn uống nước, thì quý vị mới lấy nước uống chứ, muốn tu thì quý vị mới lên chánh điện tu, quý vị muốn nghe pháp thì mới mở YouTube, Facebook ra nghe chứ. Tất cả đều là muốn. Cho nên Tâm sở Dục này xếp vào Tâm sở Tợ tha. [Tâm sở] Dục này không phải là dục xấu. Đã Tợ tha thì không phải là xấu, chứ mình cứ nghĩ dục là xấu. Không phải! Mong muốn thì có thể xấu, và mong muốn có thể tốt.

Ví dụ quý vị mong muốn đi ăn trộm, thì đó là một mong muốn xấu. Nhưng mong muốn được đặc đạo Thánh quả, mong muốn được giàu có để làm từ thiện, v.v.... Những mong muốn đó là mong muốn tốt. Cho nên đừng đê [Tâm sở] Dục cho là xấu. Giống như Tâm [sở] Hỷ ở trên, có nhiều người nói: “Hỷ là tốt chứ thầy, làm gì có Tâm sở Tợ tha?” [Hồi] nãy Thiện Trang không có giải thích chỗ đó, Tâm sở Hỷ tức là vui, thì làm sao xếp vào là Tâm sở Tợ tha? “Lúc nào mình vui thì tốt, chứ vui sao lại xấu thầy?”

Có ai thắc mắc không? Chắc chắn có người thông minh thì sẽ hiểu ra, là có những sự hỷ thì chưa chắc là tốt. Ví dụ mình thấy người ta bắt con chó đi làm thịt mà mình vui. Nếu như vậy thì Hỷ đó là xấu, đó là vui [trong] Vô minh chứ gì nữa. Nên nhớ vui mà Vô minh là vui xấu. Thấy người ta làm sai mà mình vui theo thì tạo nghiệp, khiến Hỷ đó không tốt. Nên mới gọi là Tợ tha, [vì] kết nối với thằng nào thì theo thằng đó.

Tại sao gọi là Biệt cảnh? Vì không phải lúc nào quý vị cũng có tâm Hỷ. Có nhiều việc quý vị đâu có hỷ, đâu có vui đâu. Có nhiều khi khổ, sân ghê gớm [thì] vui chỗ nào? Rồi có nhiều khi thờ ơ, Thọ xả mà, đâu có Hỷ đâu. Nên Tâm sở này gọi là Biệt cảnh, tức là tùy cảnh. Có cảnh thì có, có cảnh thì không.

Thiện Trang trở lại với Tâm sở Dục, [Tâm sở] này gọi là Biệt cảnh, vì lúc có lúc không. Có nhiều người nói: “Ủa Thầy, sao Dục là mong muốn làm việc, chứ có hay không?” Thật ra có nhiều việc mình làm [nhưng] cũng chẳng có mong muốn làm gì hết, cứ trơ trơ. Giống như đang nghe điện thoại, hoặc thỉnh thoảng uống nước v.v... chả thấy khát gì hết, nhưng cứ cầm uống vậy đó. Hoặc nói chuyện điện thoại, nhiều khi cũng không muốn nói, nói cho vui vậy thôi. Vì bên kia [người ta] đang phiền não, họ nói thì mình cứ nghe vậy thôi, thậm chí không muốn nữa, hoặc nhiều khi cứ trơ trơ vậy đó. Cho nên Tâm sở Dục này là Biệt cảnh là vì vậy, lúc có lúc không. Không phải việc nào đó, trạng thái tâm nào đó cũng có nó. Có thể có, cũng có thể không.

Giống như [Tâm sở] Thắng giải cũng vậy, không phải lúc nào có. Tầm, Tứ cũng vậy, tương tự. Tùy cái cho nên mới gọi là Biệt cảnh. Còn nhóm ở trên [Tâm sở Biến hành] thì lúc nào cũng có hết, hôm bữa Thiện Trang đã nói hết rồi. Và sau này khi mình học tới Tâm sở thiện, có một nhóm lúc nào cũng phải có, thì mới thành thiện được. Không có mặt mấy thằng đó thì không thể thành thiện. Cũng vậy, có một nhóm luôn đi với ác, mấy thằng đó xuất hiện mới thành ác được. Không có mấy Tâm sở đó thì không thể thành ác được.

Cho nên mình học tới Tâm sở Bất thiện (Tâm sở ác), là mình biết luôn rồi, thì mình tìm được tâm mình. Cho nên môn này cần học là vậy, còn nếu không thì mình học làm chi. Mình cứ nói:

“Con xưa đã tạo bao ác nghiệp,

Đều bởi vô trí Tham, Sân, Si

Từ thân, ngữ, ý mà sanh ra



## Hết thầy con nay xin sám hối”

Nhưng Tham, Sân, Si từ đâu? Tham, Sân, Si có một trời [Tâm sở], [có] 52 món Tâm sở này, [Tâm sở] nào kéo theo, thì chúng ta cứ thấy 7 Tâm sở Biến hành lúc nào cũng có, mình chỉ cần cố gắng thay đổi ở mấy chỗ Thọ, Tưởng, Tư là mình thay đổi được. [Tâm sở] Nhất hành thì mình cũng rảnh, [Tâm sở] Mạng quyền thì tự nhiên có rồi, [vì] Mạng quyền là duy trì Tâm sở đó thì có rồi. Mình tu thật ra mình chỉ quan tâm tới mấy [Tâm sở] này thôi, xuống dưới Tâm sở Biệt cảnh thì mình cũng chỉ quan tâm mấy [Tâm sở] thôi.

Cho nên nói thì nhiều, nhưng thật ra có 52 món [Tâm sở] thôi, mình chỉ cần quan sát bấy nhiêu món [Tâm sở] đó thôi, đâu có nhiều lắm đâu. Mai mốt [học] Tâm sở thiện, tối đa là nó đi kèm hết với 13 Tâm sở Tợ tha và 25 Tâm sở Tịnh hảo, để tạo ra 38 Tâm sở thiện, 13 với 25 là 38. Nhưng thực tế thì không đủ 38, tối đa là chỉ có 34 Tâm sở, mà tối thiểu là có 31 [Tâm sở] thôi.

Cho nên kể ra thì nhiều vậy, nhưng [Tâm sở] này có mặt thì [Tâm sở] kia không có mặt, và mình chỉ quan tâm mấy [Tâm sở] thôi, không quan tâm nhiều lắm. Mình tu là như vậy, tu là tu tâm ở chỗ đó. Chứ nhiều người tu tướng không à, giống như tu thì suốt ngày ở đâu cũng có mặt, Pháp hội nào cũng có mặt, bài nào thầy Thiện Trang giảng cũng bình luận ầm ầm v.v... Nhưng Phiền não thì vẫn Phiền não, không chuyển được. Đó là mình tu tướng, không tu tâm.

Còn nếu tu tâm thì dù nghe một bài pháp, một câu kệ thôi cũng đã thay đổi cuộc đời. Đâu cần nghe nhiều đâu, chỉ cần nghe một bài thôi là: “À! Bữa nay phải tu rồi đó”. Không tu nhiều nhưng [cũng] tu được ít, cũng thay đổi được một chút, bớt tham, bớt sân, bớt si. Mà muốn bớt tham, bớt sân, bớt si thì phải coi những điều này.

Chúng ta trở lại Tâm sở thứ sáu là Tâm sở Dục. Dục là gì? Giống như bây giờ quý vị mong muốn làm gì đó, quý vị muốn lấy một vật thì tay đưa ra lấy, như vậy phải có mong muốn. Hoặc bây giờ quý vị thấy Thiện Trang đặt cái micro ở đây,

cảm thấy đặt ở đây vướng mắc quá, [phải] nhích qua một bên. Việc mình muốn nhích qua một bên cho khỏi vướng mắc đó, cũng là [Tâm sở] Dục; #dục là mong muốn. Hoặc mình thấy những bài trí trên bàn thờ rối mắt quá, mình muốn xếp lại cho gọn gàng, thì đó là dục, những dục đấy là tốt. Dục là như vậy, mình phải biết. Cho nên rất hay!

Và Dục này khác với tâm Tham. Nhiều người bây giờ không phân biệt được tâm Tham với Dục. Dục là mong muốn về việc nào đó, nhưng mong muốn này không có sự dính mắc, tức là thuận theo tự nhiên. Ví dụ bây giờ mình muốn cái bàn gọn gàng, mình đem đặt qua chỗ kia, mình thấy rối mắt thì người ta rối mắt, như vậy thì chỉ là mong muốn thôi. Còn tâm Tham là sự ham muốn và có sự khao khát, tức là muốn cho được và có dính mắc trong đó, đó là tâm Tham. Tâm Tham bữa sau mình học thì sẽ rõ hơn, nhưng đó là mình phân biệt được, cho nên mong muốn là khác. Ví dụ như từ nhỏ quý vị mong muốn làm Bác sĩ, như vậy có mong muốn đó thì quý vị phải cố gắng học, như học khối B, học môn này, môn kia v.v... để trở thành Bác sĩ. Đó là Tham hay Dục?

Chúng ta hay đọc là Tham, nhưng không phải, đó là Dục, là mong muốn mà. Còn Tham là khác, buổi sau [Thiện Trang] sẽ giảng về Tham. Tham là sự dính mắc, Tham là tham danh, tham lợi, tham gì đó v.v... mình dính vô đó. Còn mong muốn thì khác, cho nên [Tâm sở] Dục này mãnh liệt thì sẽ giúp cho sự quyết tâm. Mình phải có mong muốn chứ! Cho nên tu hành mà muốn thành đạo quả thì phải có dục chứ. Dục là mong muốn, “tu hành đạo quả, vô dục nan thành”. Nếu không có dục thì không thể thành được.

Cho nên phải có sự quyết chí, quyết tâm. Dục này mạnh thì sẽ trở thành sự quyết chí, quyết tâm. Và nó đạt đến một trong Tứ như Ý túc, đó là Dục như Ý túc trong 37 Phẩm trợ đạo, cho nên có hết đó. Mình cứ nghĩ Dục là xấu, nhưng không phải! Mình biết phát triển [Tâm sở] Dục này thì sẽ thành tốt. Còn mình không biết thì nó sẽ chuyển qua thành Tham, đó là xấu. Đơn giản là như vậy, quý vị chỉ cần nắm được thì đơn giản thôi.

Cho nên sau này mình học nền tảng của 12 Tâm bất thiện, là 7 Tâm sở Biến hành ở trên cộng với bốn [Tâm sở] Si, Vô tà, Vô quý, Phóng dật, đó là nền tảng. Tức là lúc nào cũng có 11 [Tâm sở] đó. Thiện Trang xin nhắc lại, 7 Tâm sở Biến hành thì tất cả 121 tâm đều phải có rồi, và cộng thêm bốn Tâm sở: Si, Vô tà, Vô quý, và Phóng dật, thì sẽ tạo nên nền tảng của 12 Tâm bất thiện. Cho nên có Si, Vô tà, Vô quý, Phóng dật là bất thiện. Còn bất thiện mức độ nào thì kèm theo một tròi thứ nữa.

Quý vị nên nhớ để mình sống không có cảm giác bất an thì quý vị cố gắng sống: Thứ nhất là sống thật với chính mình thì mình sẽ không bất an. Quý vị sống cảm thấy bất an là tại sao? Những người [sống] bất an là họ cố gắng tạo hình tượng nào ghê gớm lắm cho họ. Ví dụ tôi ở trước đại chúng là phải ngon lành, tôi là tu tốt, tôi là thế này thế kia, đó là tâm bất an. Tại vì họ luôn luôn có sự lo sợ rằng người ta thấy mình là không tốt, thấy mình xấu, thấy mình v.v... Cho nên Thiện Trang nói bí quyết để người tu được tự tại, an lạc là hãy sống thật với mình. Mình sao cứ như vậy, thiên hạ họ nhìn kệ họ, họ nhìn mình sao cũng được. Ông thầy đó tu dở, cô đó tu dở cũng được, như thế nào cũng được hết.

Quý vị cứ sống thật với mình thì không có tâm bất an, không bị bất an. Sự bất an đó từ đâu ra quý vị biết không? Bây giờ chúng ta đang học Tâm sở này, [vậy] bất an từ đâu ra? Là từ Tâm sở Ngã mạn mà ra. Tức là tại vì ta tự tôn mình lên, mình cho mình ghê gớm lắm, thế này thế kia, chấp vào ngã đó, cho nên mình mới sợ người ta nói ông thầy đó tu giải đãi, ông làm biếng, rồi sợ [người ta] nói ổng dốt, nói gì đó v.v... Tại vì ta có ngã của ta.

Nếu ta không có cái ngã đó thì người ta nói gì cũng kệ họ, họ nói sao cũng được. Cho nên là mình không có ngã thì mình không bất an. Bất an rồi dần dần [họ] sống kỳ lắm, và từ nguyên nhân đó mà thành ra có sự dối trá. Tại vì người sống không thật với mình thì dần dần mình che giấu, che điều này, che điều kia, đây điều này, đây điều kia. Vô thời khóa cộng tu thì buồn ngủ, ngủ gục cho nên bất an, sợ người ta thấy ngủ gục, nên lén lén tắt camera, quay chỗ khác, quay bên

này, quay bên kia, đó là mình sợ. Còn người không sợ thì họ kệ, ta ngủ gục thì ngủ gục, lên mạng thì lên mạng, kệ, không sao thì mình sẽ tự tại.

Cho nên đó là do Tâm sở Ngã mạn, sự ngã mạn của mình đi trong đó mà mình không biết. Nên mình không học A Tỳ Đàm này, mình không học môn tâm lý này, thì mình không biết từ đâu, nhưng thực ra mình tìm ra được cốt lõi hết.

Vấn đề mà Thiện Trang chia sẻ, toàn là pháp tu thôi đó quý vị. Cho nên mình muốn an lạc thì phải sống thật với mình. Và thứ hai là không mong đợi, mong chờ kết quả tương lai theo hướng nào đó, thì mình sẽ an lạc, tức là không tham. Mình mong là mong thành đạo quả, mong gì đó, nhưng sự mong đó là mong chính đáng. Chứ không mong là tôi phải đạt điều này, tôi phải đạt điều kia. Chính vì sự mong đợi tương lai đạt là tâm tham, thì không an lạc được. Cho nên hai điều cốt lõi của sự không an lạc là Ngã mạn và Tham.

Cho nên một người tu tại sao người ta tự tại? Bởi vì người ta đâu có sợ gì đâu. Quý vị thấy người ta ngủ gục, quý vị nói ngủ gục cũng được, không sao hết. Tôi ngủ gục, tôi sân cũng được, không sao hết, tôi dốt cũng được, nói sao cũng được. Còn khi quý vị tự xây dựng lên cho quý vị bao nhiêu thứ, tức là quý vị có ngã mạn, nào là tôi rất tốt, tôi tu rất giỏi, thế này thế kia. Cho nên [nghe] người ta nói: “Bữa đó chị ngủ gục đó chị”. [Thì mình] nói: “Không! Tao có ngủ gục đâu”. Hay [người ta] nói: “Bữa đó tôi thấy chị ngu quá, dốt quá, chị học không vô”. Mình lại kêu: “Không! Tôi học giỏi mà v.v...” Tức là mình tự ngã mạn lên, đấy là tâm bất an nổi lên.

Quý vị nhớ mai mốt mình học có nhiều điều hay lắm, tâm này tâm kia, bây giờ giảng nhiều thì quý vị không nhớ, để mỗi bữa giảng một chút thì quý vị sẽ nắm được, và quý vị sẽ hành theo đó. Cho nên bộ giảng này phải giảng như vậy, chứ còn lên đọc Tâm sở Tầm, Tứ, Thắng giải, Cần, Hỷ v.v... là gì, thì quý vị lên mạng coi sách cho rồi, đúng không? Trên mạng có đầy.

Cho nên Thiện Trang coi nhiều vị thấy tội, thương cho nhiều người học

vanh vách, đọc vè vè, coi bảng có mấy cái nút chỉ vè vè, một hồi vô thì không có hành gì hết. [Nhưng] thấy cũng mừng, có vài vị Thầy, Cô chắc học lâu, tu được, bắt đầu có pháp hành trong đó. Còn mình giảng tri thức thì Phật pháp trở thành môn thế gian. Giống như ở ngoài đời học mấy môn kia không được, nên vô đây học giải trí cho đã thôi.

Cho nên Phật pháp phải có sự chiêm nghiệm, sự tu. [Muốn có] sự chiêm nghiệm, sự tu này thì mình phải có nền tảng, nền tảng đó là nhìn về trong tâm mình. Nhìn trong tâm là nhìn vào đâu? Hãy nhìn vào Tâm sở này. Cho nên Thiện Trang nói, đầu tiên nhìn bên ngoài là nhìn 24 Duyên hệ giùm. Hôm bữa dạy Duyên hệ là [giúp quý vị] nhìn ra bên ngoài, giúp mình phá ngã, giúp mình thấy nhỏ hơn, sống có trách nhiệm hơn, đó là 24 Duyên hệ. Còn vào 52 Tâm sở là để nhìn mình vào bên trong mình. Sau khi mình chính được bên trong của mình tốt rồi, thì tự nhiên đi vô lộ trình Thánh đạo đúng, tự nhiên quý vị đi lên Tâm thiên, đắc các tầng Thiền hay đắc đạo là cũng từ sự chính này.

Cho nên Thiện Trang giảng bộ này khác người là vậy, quý vị thấy Thiện Trang giảng không giống người ta. Người ta vô giảng vòng vòng, đi vòng hết một lượt, học mãi cuối cùng người ta đề đầu ôm mấy Tâm Dục giới, Tâm thiện, v.v... cứ đề ở trong đó. Thật ra mình không cần, mình chỉ cần học những phần mình cần trước đã, điều nào quan trọng để tu đạo thì mình đem ra xài trước, học trước. Rồi từ từ mình ghép mấy điều kia lại, mấy điều về Thế gian, A-tu-la, cảnh, nghiệp nhân, nghiệp báo v.v.... những điều đó mình bổ sung sau, giúp dần dần sau này mình sẽ có những thành tựu.

Ví dụ như quý vị biết nghiệp báo, [thì giúp] quý vị biết được tại sao mình ngu dốt, tại sao mình bị điều này điều kia. Đó là mình học về chương Nghiệp Báo. Chương Nghiệp Báo giống như mình học tới 12 loại nghiệp chẳng hạn. Như hôm bữa mình học: Cực trọng nghiệp, Khinh tiểu nghiệp, Thường nghiệp và Cận tử nghiệp, có 4 loại nghiệp nhưng có 12 cách để chia ra nghiệp. Mình nắm được như vậy để giải thích được, giúp mình an lạc tâm, mình định tâm v.v... Những điều đó

là pháp trợ, cũng tốt, nhưng mình cần sau.

Thiện Trang cố gắng chia sẻ. Quý vị thấy hai bữa rồi Thiện Trang không giảng Luận Câu Xá mà giảng A Tỳ Đàm, bởi vì Tâm sở quan trọng, bữa sau có thể tranh thủ giảng Luận Câu Xá. Thực ra Luận Câu Xá một hồi cũng tới đây, nhưng Thiện Trang thấy cái nào học để hành trước thì học, và mình cứ đúc kết từng đoạn, từng đoạn vậy thôi. Mỗi bữa học một chút như vậy, và học một hồi là hết, bữa sau chạy qua Luận Câu Xá thì quý vị sẽ dễ dàng nắm được, cũng tương tự nhau. Quý vị học hết được bộ này thì quý vị bay lên Bách Pháp Minh Môn Luận của Đại thừa cũng học được luôn, tại vì cũng giống nhau vậy thôi. Ví dụ bên đó là 5 Tâm sở Biến hành, 5 Tâm sở Biệt cảnh, còn bên này là 7 Tâm sở Biến hành, 6 tâm sở Biệt cảnh, chỉ hơn thêm thôi, mình học dư mà, khi rút gọn lại thì dễ dàng. Cho nên quý vị học một bộ thông rồi, thì thông hết các bộ là vậy đó, quý vị học bộ khác đều được.

Hiện nay trường phái học Phật trở thành nghiên cứu nhiều quá. Thiện Trang mong là chúng ta học với tinh thần là học để tu. Có nghĩa là mình học để biết và để nhìn tâm, tu tâm. Chứ không phải mình học để nói cho hay, thật ra mấy người đó mình vô hỏi một cái thì họ không biết trả lời. Thiện Trang thấy người xuất gia vẫn tốt hơn các vị Cư sĩ ở chỗ: là quý thầy quý cô có thời gian, nên học rồi chiêm nghiệm trong đó, cũng làm thay đổi tâm của mình. Mình nói hoài thì ít nhiều gì cũng phải bị ảnh hưởng chứ quý vị ha, ngày ngày mình nghe, nói qua nói lại, đọc kinh đọc luận, riết rồi thâm nhập vào trong tâm mình, thấy ra được nhiều vấn đề. Khi mình thấy ra, mình sống với nó thì mình thấy rất tuyệt vời.

Hôm nay Thiện Trang chia sẻ đoạn này thôi. Hôm bữa Thiện Trang có đánh nhằm một chút ở chỗ: Công thức đặc đạo là khi quý vị đủ Bát chánh đạo: Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định. Thực tế thì cần 8 Tâm sở: Niệm, Tầm, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Nhất thành, Cần, Trí huệ, thì tạo thành một trong các loại Tâm siêu thế, thực ra là một trong 40 Tâm siêu thế này. 40 Tâm siêu thế này là

giúp cho mình đắc đạo, chứng Thánh quả, thực ra ở đây có Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm thì có mấy điều sắp xếp theo thứ tự. Niệm thì thành Chánh niệm, Tầm thì thành Chánh tư duy. Hôm trước Thiện Trang đánh lộn chỗ này, là Tầm thì thành Chánh kiến. Thật ra là Trí tuệ mới thành Chánh kiến. Bữa đó Thiện Trang đánh nhầm và đọc nhầm, do copy qua copy lại, nhờ quý vị điều chỉnh lại giùm. Thật ra mình chỉ cần tu được 8 Tâm sở [Niệm, Tầm, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Nhất thành, Cần, Trí huệ,] này thì thành công. Quý vị để ý giùm chỗ này.

Hôm nay thời gian cũng hết rồi, chúng ta tạm dừng ở đây, hẹn quý vị hôm khác. Thực ra nếu mình nắm được hết 52 món Tâm sở, rồi mình học thêm một số điều nữa, thì coi như mình học được cốt lõi của bộ Vi Diệu Pháp. Chúng ta đã bỏ đi được rất nhiều râu ria, học để thực hành hoặc để tu, [nên] rất tuyệt vời. Thiện Trang cảm thấy tuyệt vời, còn quý vị cảm thấy tuyệt vời hay không thì tùy.

A Mi Đà Phật! Hẹn quý vị bữa khác. Mời quý vị chúng ta hồi hương.

“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  
Hương về khắp tất cả  
Đệ tử cùng chúng sanh  
Đều trọn thành Phật đạo”

A Mi Đà Phật!