

Giảng Ký Câu Xá Luận Và Tinh Hoa Kinh Luận

Bài 47

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 26/06/2025

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

<https://www.youtube.com/watch?v=aqWdTNseViY>

mạng xã hội Facebook, Fanpage Thích Thiện Trang:

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

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Nam Mô A Mi Đà Phật!

Kính chào toàn thể quý vị đồng tu! Hôm nay [là] thứ Tư, chúng ta gặp nhau trong loạt bài chia sẻ về Câu Xá Luận và Tinh Hoa Kinh Luận, bài 47. Chúng ta học nội dung này có rất nhiều kiến thức, mở đầu hôm nay Thiện Trang xin giới thiệu một câu chuyện:

Câu Chuyện Về Tầm Quan Trọng của Thức Ăn Để Hỗ Trợ Cho Chứng Quả

(Trích từ Tích Truyện Pháp Cú)

Đức Phật dạy câu này khi ở Xá-vệ, liên quan đến một Tỳ-kheo.

Trong xứ của vua Ba Tư Nặc, dưới chân một ngọn núi, có một ngôi làng an cư lạc nghiệp tên Mátika. Sau khi nhận đề tài thiền quán từ Phật, một hôm 60 Tỳ-kheo đến làng khát thực. Mẹ của thôn trưởng Mátika trông thấy liền mời các Tỳ-kheo ngồi, dâng cúng cháo đặc nấu thật ngon với gia vị chọn lọc, và hỏi thăm. Biết các Tỳ-kheo tìm một chỗ thích hợp để an cư trong mùa mưa, bà gieo mình xuống chân họ thưa thỉnh:

– Xin chư Tỳ-kheo ở đây an cư trong ba tháng hạ, tôi sẽ tuân giữ Tam quy và Ngũ giới, và sẽ làm tròn bốn phận ngày chay.

Ở đây kể đến câu chuyện thời đức Phật. Lúc này có 60 vị Tỳ-kheo đang muốn tìm một chỗ để an cư mùa mưa. Lúc đó có một bà, là mẹ của Thôn trưởng (không thấy nói tên của bà, chỉ nói là mẹ của Trưởng thôn Mátika) dâng cúng đồ ăn và thỉnh các vị Tỳ-kheo trong vòng 3 tháng hạ an cư ở đó. Bà hứa là sẽ giữ Tam quy, Ngũ giới và làm tròn các bốn phận cúng dường để ủng hộ. Nội dung tiếp theo như sau:

Các Tỳ-kheo chấp nhận. Với sự giúp đỡ của bà họ sẽ khỏi lo lắng về ăn uống, và có thể tu chứng giải thoát sanh tử.

Mẹ của Mátika xây cất tinh xá xong, rước các Tỳ-kheo đến ở. Họ nhắc nhở lẫn nhau:

- Chư huynh đệ! Chúng ta không nên sống phóng dật, vì trước mặt chúng ta là tám cửa Địa ngục sừng sững luôn rộng mở như cửa nhà chúng ta. (Ở đây nói đến tám cửa Địa ngục, là tám Địa ngục lớn). Chúng ta đã nhận đề tài Thiền quán từ Thế Tôn và đã đến đây. Ân huệ của chư Phật không thể đến với người dối trá (Quý vị nhớ nha! Ân huệ của chư Phật không thể đến với người dối trá), dù hấn có bước theo dấu chân của các Ngài. (Cho nên phải tu chân thật). Chỉ khi nào hành theo ý chư Phật dạy mới được ân huệ của các Ngài. Vì vậy chúng ta phải chú tâm tỉnh giác. Hai Tỳ-kheo không được đứng hay ngồi chung một chỗ. Chúng ta chỉ phải gặp nhau vào buổi chiều để hầu hạ Trưởng lão và sáng sớm trước khi đi khất thực. Những lúc khác, chúng ta không được tụ tập hai người. Nếu có Tỳ-kheo mắc bệnh, hãy đưa ông ta đến trước sân tinh xá và đánh chuông, lúc đó chúng ta sẽ tụ đến lo chữa trị.

Đoạn này là nói về cách hành trì. Quý vị thấy đó, thời xưa các ngài hành trì là không có ai đi chung với nhau. Tức là không có ngồi chung một chỗ, mỗi người ở mỗi thất riêng, mỗi người ở mỗi chỗ riêng để tu. Quý vị thấy rõ ràng nội dung kiến thức này là như vậy. Khi nào buổi chiều cần việc thì mới gặp thôi, hoặc khi có người bị bệnh thì đem đến sân Tịnh xá để đánh chuông và lúc đó mới tụ họp lại để chữa trị. Quý vị thấy là tu như vậy. Chứ không phải [như] bây giờ, mình tu một hồi, mình cứ tụ tập cho đông lại, đông thì tu không có hiệu quả, cho nên thế nào thì cũng phải tu một mình.

Tất cả đều đồng ý.

Một buổi chiều, bà mẹ của Mátika mang bơ, mật mía và những thức ăn khác cùng đám người hầu đến tinh xá. Không thấy bóng dáng các Tỳ-kheo, bà ngạc nhiên hỏi thăm và được biết các Tỳ-kheo đã quy định với nhau như thế, và bà đã được khuyên hãy đánh chuông nếu muốn gặp họ. Khi tiếng chuông vang lên, tưởng rằng có người bị bệnh. Các Tỳ-kheo từ chỗ riêng của mình đến họp trước sân tinh xá, không có hai Tỳ-kheo đến cùng một đường. Bà cư sĩ thấy vậy lại đoán họ cãi nhau, nên đánh lễ Tăng chúng xong bà liền hỏi thăm:

- Các ngài đã cãi nhau phải không, chư Tôn giả?

- Không đâu, Cư sĩ.

- Thế tại sao khi đến nhà chúng tôi, các ngài đi chung mà bây giờ mỗi người từ chỗ riêng của mình đến từng người một?

- Cư sĩ! Chúng tôi đang hành thiền ở thất riêng.

Quý vị thấy không? Cách tu hành rất rõ ràng, đó là mỗi người hành thiền ở một thất riêng, cho nên khi đi tụ họp thì mỗi người đi [một] đường riêng, vì vậy bà tưởng cãi nhau, nhưng không phải như vậy. Sau này [nếu] quý vị có cơ hội thiết lập nơi tu, [thì thiết lập] kiểu tu như vậy. Thiện Trang cũng vậy, cũng mong thiết lập một nơi tu mà làm sao mỗi người hành thiền hay tu môn gì, thì mỗi người tu ở thất riêng của mình. Còn khi nào cần học Pháp hay cần gì thì mới tập trung lại, điều đó là tốt. Có thể ăn chung v.v... nhưng tu [Thiền định] thì phải tu riêng mới tốt.

Ở đây là Thiền quán, thì cũng vậy đó quý vị. Tất nhiên chúng ta có thể tu Thiền quán trong đời sống, tuy nhiên tốt hơn vẫn là tu như thế này.

- Hành thiền là sao, chư Tôn giả? (Tức là bà không biết hành thiền như thế nào, nên hỏi).

- Chúng tôi tu tập ba mươi hai yếu tố của thân, từ đó nhận thức rõ ràng sự hoại diệt nằm trong thân. (Tức là pháp tu này là pháp tu quán 32 yếu tố về thân. Đề tài này thì trong Thiền chỉ cũng có, mà Thiền quán cũng có. Quý vị thấy

đây là tu Thiền quán, quán về thân).

– Chư Tôn giả, chỉ có các ngài mới được phép tu tập, còn chúng tôi có được phép không?

– Pháp tu này không cấm cản ai, Cư sĩ ạ!

– Vậy xin chư Tôn giả giảng dạy cho tôi.

– Tốt lắm!

Có nghĩa là bà ấy không biết tu, bà ấy thấy nên hỏi quý thầy là: “Quý thầy tu, còn chúng con có được tập tu hay không?” Các thầy nói là được, ai cũng tu được, không có cấm cản ai. Đức Phật dạy không có cấm cản ai, người xuất gia hay tại gia, ai cũng tu được. Và lúc này thì các vị Tôn giả giảng dạy cho bà và bà thực hành.

Học xong bà bắt đầu ngay (bắt đầu liền) tu tập về ba mươi hai yếu tố của thân. Kết quả là, trước cả các Tỳ-kheo, bà chứng quả A-na-hàm đạt Tứ thông và những Thần thông khác cao hơn.

Quý vị thấy, đề mục này là đề mục ‘Không’. Ở đây có nhiều người thắc mắc là: Bà tu tập chứng được quả A-na-hàm, Tam quả A-na-hàm là hết được Năm Hạ phần Kiết sử: Thân kiến, Giới cấm thủ, Nghi, [Tham và Sân]. Đề mục Thiền quán thì đưa đến điều đó. Nhưng ở đây không thấy bà tu tập Thiền chỉ, nhưng tại sao bà đạt đến Tứ thông và những Thần thông khác? Tức là có những Thần thông khác cao hơn, bà đạt cả những Thần thông đó luôn. Như vậy là tại sao?

Trong câu chuyện này, các nhà Chú giải có giải thích lý do là bà này có căn lành từ trước. Giống như đời trước bà ấy tu Thiền rồi (tu Thiền chỉ đó quý vị), nên sau khi đắc đạo thì tự nhiên khôi phục, có [Thần thông] luôn, khởi tu. Đó là một lý do, chứ đời này thì bà không có tu. Cho nên có những người mặc dù tu một đề tài Thiền quán gì đó, nhưng chứng được quả, thì sau đó không biết Thần thông ở đâu xuất hiện. Bởi vì khi đó nó khôi phục, do nhiều đời mình tu hoặc là đời trước mình tu Thiền chỉ. Còn nếu không thì sẽ không có Thần thông. Ở đây bà có Thần thông là do khôi phục được, đó là các bộ Chú Giải nói như vậy.

Từ niềm an lạc của đạo quả, vì muốn biết lúc nào những đứa con trai

của mình (bà quý trọng các Tỳ-kheo và xem họ như con) **chứng đạo**.

Bà này tuyệt vời không quý vị? Bà hơn các vị Tỳ-kheo luôn, các vị Tỳ-kheo tu bao lâu mà không chứng, [còn] bà ấy được người bình thường dạy thôi (vì các ngài chưa chứng mà), mà bà ấy tu, bả lại chứng trước. Từ đó quý vị đừng có bi quan, vì sao? Vì quý vị nghĩ cần có người ghê gớm lắm dạy quý vị chứng quả. Không! Ở đây, quý vị thấy những vị Tỳ-kheo này chưa chứng quả, nhưng dạy cho bà, bà chứng Tam quả A-na-hàm luôn. Quý vị thấy hay không? Phật pháp hay vậy đó!

Bất cứ ai thực hành theo pháp của Phật, thực hành theo những gì Phật dạy, thực hành đúng thì có kết quả. Pháp của Phật mà! Thiết thực trong hiện tại; Đến để mà thấy; Được người trí tự mình giác hiểu; Có khả năng hướng thượng. Chúng ta thấy rõ ràng. Và bây giờ bà quý các vị Tỳ-kheo, xem như những đứa con trai của mình. Khi đó bà muốn quán sát xem thử bao giờ các vị ấy chứng đạo. Quý vị thấy, bà này có Thần thông nha. Mà [muốn có] Thần thông thì quý vị biết là phải có Thiền định, nhưng không biết thế nào mà bà này đắc được Thiền. Giờ coi bà như thế nào?

Bà dùng Thiên nhãn xem xét và thấy rằng họ vẫn còn bị trói buộc trong tham sân si, tuy có hành thiền nhưng vẫn chưa đạt Minh sát tuệ. (Tức là bà chứng A-na-hàm, rồi chứng Thần thông luôn nữa, cho nên bà dùng Thiên nhãn để xem xét và thấy họ vẫn còn bị trói buộc trong tham, sân, si, nghĩa là chưa chứng quả, tuy có hành thiền nhưng vẫn chưa đạt Minh sát tuệ).

Bà thắc mắc không biết họ có đủ khả năng chứng A-la-hán không và thấy rằng họ có. Chỗ ở có thích hợp hay không? Thích hợp. Bạn đồng tu có xứng đáng hay không? Có. Thức ăn có đủ hay không? Không đủ.

Chỗ này, quý vị thấy có bốn điều, bà với trí tuệ của một người chứng Tam quả A-na-hàm, bà biết tu làm sao để chứng. Cho nên bà quán sát bốn điều, quý vị nghe cho kỹ [phần] Thiện Trang tô đỏ. Đầu tiên là bà quán sát các quý thầy này có đủ khả năng chứng A-la-hán không? Chứ không đủ thì khỏi nói. Bà quán sát thấy là có. Như thế này có tuyệt vời không? Rồi chỗ ở có thích hợp không? Thích hợp! Như vậy là được hai điều kiện.

Cho nên đôi khi mình không biết là mình có chứng A-la-hán hay không, mình có chứng quả hay không, mình không biết. Ví dụ như trong Vi Diệu Pháp, chúng ta biết được là phải đầu thai bằng tâm Tam nhân thì mới chứng quả, chứng Thiền. Nếu không đầu thai bằng tâm Tam nhân thì không thể chứng quả, chứng Thiền. Chẳng hạn như điều đó, có thể bà quan sát, bà thấy là các ngài có.

Thứ hai là chỗ ở có thích hợp không? Thích hợp! Còn mình, nhiều khi mình quan sát, thấy mình có cơ hội đấy nhưng không có chỗ ở thích hợp, nên [tu] không chứng. Nhiều khi mình ở chỗ phức tạp quá thì làm sao mà tu được. Giờ bà quan sát thấy rõ ràng là [chỗ ở] thích hợp.

[Thứ ba] là bạn đồng tu có xứng đáng hay không? Có! Quý vị thấy không? Bạn đồng tu, Thiện tri thức cũng quan trọng. Ở gần người ác thì cũng khó mà chứng [quả]. Cho nên ở đây, quý vị thấy các ngài đủ ba điều kiện rồi.

Điều kiện thứ tư là thức ăn có đủ hay không? Bà thấy là không đủ. Cho nên ăn uống cũng [là] một vấn đề, ăn uống mà không đủ, không đúng thì cũng không chứng quả. Nhiều đồng tu học nhưng không biết, cứ tưởng là mình tu hành không cần ăn uống gì, hoặc là thế này thế kia, ăn uống kham khổ v.v... không thích hợp, thì coi chừng là không chứng quả. Ở đây câu chuyện này [rất] rõ ràng, trong Tích Truyện Pháp Cú.

Từ đó bà cung cấp cho những Tỳ-kheo nhiều loại cháo đặc với tất cả thức ăn cứng và mềm, nêm nếm bằng nhiều loại gia vị chọn lọc. Các Tỳ-kheo thọ nhận thức ăn tốt lành, tâm trở nên yên tĩnh, và do tinh tâm họ khai mở Minh sát tuệ, chứng A-la-hán cùng những Thần thông.

Quý vị thấy, về ăn uống thì có người lại chủ trương là đừng có ăn ngon, ăn ngon không chứng quả. Không phải! Ở đây nói là bà cung cấp nhiều loại cháo đặc với tất cả thức ăn cứng và mềm, nêm nếm bằng nhiều loại gia vị chọn lọc, thì các Tỳ-kheo mới thọ nhận thức ăn tốt lành, tâm trở nên yên tĩnh, và do tinh tâm nên họ khai mở Minh sát tuệ, mới chứng A-la-hán cùng những Thần thông.

Quý vị thấy quan trọng không ạ? Nhiều khi mình ăn uống kham khổ quá, sức khỏe yếu, [tu] không được. Ngoài ra, thức ăn trước đây của các vị Tỳ-kheo không tốt, các vị Tỳ-kheo thì không được đề nghị người ta cho mình ăn gì (trong

giới có quy định như vậy), trừ khi là người ta thỉnh. Câu chuyện này ở trong Chú Giải có nói rõ hơn, là lúc đó bà thỉnh các Tỳ-kheo, [hỏi] là muốn ăn món gì, ăn kiểu gì... thì bà mới nấu y chang như vậy. Đó là có một chỗ nói vậy. Còn có chỗ nói là do bà chứng Thần thông, bà có Tha tâm thông, trong kinh này, ở đoạn sau có nói rõ hơn, là bà có Tha tâm thông nên bà quán sát xem các vị Tỳ-kheo đó thích ăn món gì v.v... nên bà mới nấu đúng như vậy. Cho nên, các Tỳ-kheo được ăn được đúng thức ăn mình [cần] nên tâm được thoả mãn, yên tĩnh. Đó là lý do.

Cho nên, nhiều khi mình tu, mình tu ngược hết. Nhiều khi mình tránh không tham, [nhưng] không tham thì sân thôi, phàm phu mà. Ăn mà không thoả mãn thì tâm thọ ưu, thọ khổ xuất hiện, đó là tâm sân. Còn nếu ăn thoả mãn thì là tâm tham. Phàm phu mà, làm gì mà không tham được. Tam quả A-na-hàm mới hết tham.

Như vậy, ở đây đáp ứng được điều đó, cho nên từ đó [các vị Tỳ-kheo] mới khai mở được Minh sát tuệ và chứng được A-la-hán. Cho nên [quý vị] ăn uống thì phải coi chừng, đặc biệt nhiều đồng tu Tịnh Độ bị chấp tướng lắm, rồi cuối cùng không đắc đạo. Lý do là làm ngược, tại vì mình không phải là bậc Bồ-tát, [mình còn là] phàm phu mà. Cho nên [quý vị] nhớ đoạn chữ đỏ này nha. Bà này lo cho đủ ăn mà, chút nữa sẽ nói rõ hơn.

Hết thời gian an cư, hành lễ Tự Tứ xong, các Tỳ-kheo từ giã bà Màtika về thăm Thế Tôn. Bà đưa tiễn một đoạn đường và thỉnh cầu họ mùa an cư năm sau trở lại. (Bà cũng thỉnh [các ngài] năm sau trở lại, bà [chứng] Tam quả rồi nha). Đến Xá-vệ, các Tỳ-kheo đánh lễ thế Tôn và kính cẩn ngồi một bên. Đức Phật hỏi thăm:

– Các Tỳ-kheo! Trông các ông có vẻ khỏe mạnh, được bồi dưỡng đầy đủ, không lo lắng về ăn uống.

Các Tỳ-kheo thưa:

– Chúng con được khỏe mạnh, bạch Thế Tôn, được bồi dưỡng đầy đủ và khỏi bận tâm về ăn uống là nhờ mẹ của Màtika biết được tâm ý của chúng con. Bà ta nấu đúng món ăn chúng con nghĩ đến.

Quý vị thấy không? Nhờ bà có Tha tâm thông nên bà nấu món ăn đúng cho

các vị Tỳ-kheo, nhờ đó tâm của các vị ấy mới thanh tịnh được. Quý vị nghĩ coi, thật ra mình là phàm phu mà. Quý vị là phàm phu, quý vị ăn món ăn đó không được, cuối cùng quý vị sân. Sân thì còn tệ hơn nữa, thà tâm tham thọ xả, [quý vị] hiểu không? Ăn hoài thì trơ trơ ra, [thì] đỡ hơn. Thọ xả đó! Chúng ta học tới Tâm tham thọ hỉ và [Tâm tham] thọ xả, thọ xả thì đỡ hơn, [chứ còn] sân thì mệt hơn nữa. Đức Phật chỉ yêu cầu là tâm tham thì biết tham, tâm sân thì biết sân v.v... Tu Minh sát tuệ là quý vị chứng. Đây là nhờ bả có Tha tâm thông, cho nên nhờ bậc Thánh nhân đó.

Quý vị học trong Vi Diệu Pháp, chúng ta biết là để có những Thần thông này thì quý vị phải chứng từ Nhị thiền trở lên, trừ Thần túc thông tức là bay rồi biến hóa là phải đến Tứ thiền. Đến Tứ thiền rồi thì phải tu tập cách để chuyển hóa thành Thần thông. Còn Nhị thiền trở lên là có thể sử dụng được Thiên nhãn thông, Thiên nhĩ thông. Còn Tam thiền thì dùng được Tha tâm thông. Thiện Trang nhớ đại ý hình như là vậy, thì bắt đầu sử dụng được [Thần thông], nhưng quý vị phải biết cách dùng. Thậm chí Sơ thiền cũng có thể dùng được, nhưng dùng không đủ mạnh. Chắc ăn hơn [là] phải Nhị thiền, Tam thiền, tùy loại Thần thông.

Những điều này thì bữa nào Thiện Trang sẽ chia sẻ cho một buổi riêng, ở trong một phần nào đó, chúng ta sẽ học lại về các loại Thần thông. Chứ còn nếu không chứng Thiền thì không có Thần thông, trừ những người đặc đạo, đặc quả, thì sau đó họ khôi phục được Thần thông, vì do đời trước họ tu tập thôi.

Một Tỳ-kheo nghe huynh đệ mình ca ngợi những đặc tính của bà Cư sĩ thí chủ, muốn đến nơi đó. Ông nhận đề tài Thiền quán từ Thế Tôn và xin đi.

Quý vị thấy 60 vị Tỳ-kheo kia có thành tựu như vậy, bây giờ nghe kể như vậy nên vị Tỳ-kheo (một huynh đệ khác) cũng muốn tới nơi đó, được thí chủ cung cấp như vậy rất tuyệt vời. Cho nên đến đó để tu, may ra có bà Cư sĩ hộ trì cỡ đó thì dễ đặc đạo lắm. [Điều này] quan trọng nha!

Rời Kỳ Viên, ông đến làng Mátika. Bước vào tinh xá, ông khởi nghĩ bà Cư sĩ này biết được tâm người khác chắc sẽ hiểu rằng ta đi đường mệt mỗi không thể quét dọn được, và chắc chắn bà sẽ cho người tạp dịch. Quả nhiên bà cho người đến. Và cứ thế Tỳ-kheo này nghĩ đến nước uống thì có nước

uống, nghĩ đến cháo đặc với nhiều bơ cùng thức ăn ngon liền có ngay, muốn có thức ăn cứng cũng có, thậm chí muốn gặp bà Cư sĩ cùng thức ăn mềm nêm nếm với gia vị chọn lọc thì bà đích thân mang tới ngay.

Quý vị thấy không? Có người Cư sĩ hộ trì ghê gớm. Quý vị thấy khác với cách của các vị Cư sĩ bên Tịnh Độ đúng không? Như bà Hàn Quán Trưởng thì toàn là ép. Không phải! Quý vị thấy Thánh nhân, các ngài hộ trì khác. Cho nên chỉ có bậc Thánh mới thực sự hộ trì, còn người phàm phu thì tâm họ bất thường, và họ không hiểu giáo pháp nữa. Không hiểu giáo pháp cho nên nhiều khi họ hộ trì không đúng. Thay vì tạo sự thoải mái cho các vị tu hành thì họ gây ngược lại, cho nên kết quả không tốt.

Quý vị thấy ở đây ông này tới, ông biết là mệt mỏi nên không thể quét dọn được, thì bả cho người tạp dịch. [Ông] nghĩ nước uống thì có nước uống, nghĩ cháo đặc với nhiều bơ cùng thức ăn ngon thì có ngay. Muốn ăn thức ăn cứng cũng có, thậm chí muốn gặp bà Cư sĩ cùng thức ăn mềm, nêm nếm với gia vị chọn lọc, thì bà đích thân mang tới ngay. Vì sao? Vì bà có Tha tâm thông. Cho nên tu hành mà có Tha tâm thông thì tuyệt vời. Vừa có Tam quả A-na-hàm rồi, còn có Tha tâm thông nữa, tuyệt vời không? Quý vị thấy vị này còn tuyệt vời hơn nữa, được hộ trì đã đời.

Khi ăn xong, Tỳ-kheo hỏi bà:

– Cư sĩ, bà là mẹ Mátika?

– Phải con ạ. (Bà trả lời: Phải, là con ạ).

– Bà biết được tâm ý người khác phải không? (Quý vị thấy vị Tỳ-kheo này là phàm phu mà, [nên] hỏi luôn).

– Tại sao con hỏi ta như thế? (Tức là bà giống như người mẹ, thật ra phải là “Tại sao thầy hỏi con như thế?” Là do bản dịch thôi).

– Vì bà đã mang đến cho tôi mọi thứ tôi mong muốn.

– Có nhiều Tỳ-kheo biết được tâm ý người khác con ạ.

– Tôi không hỏi người khác, tôi hỏi bà.

Quý vị thấy đây là cách trả lời, tức là người ta có Thần thông nhưng người ta không trả lời trực tiếp. Khi có người hỏi rằng có Thần thông đó không, thì bà mới trả lời vòng qua, [nói là]: ‘Tại sao hỏi như thế’. ‘Vì bà mang đến thức ăn [mà tôi] mong muốn, mang đến điều mong muốn’. Bà lại nói qua là: ‘Có nhiều Tỳ-kheo biết được tâm ý người khác’. Có nghĩa là người ta sẽ nói vòng qua. Đây là cách mà mình học được trong kinh điển. Nếu sau này quý vị chứng Thần thông, chứng quả rồi, ví dụ như hỏi quý vị chứng quả Tu-đà-hoàn chưa. [Nếu] quý vị tu chứng thật rồi, tất nhiên quý vị cũng không [nên] nói là tôi chứng Tu-đà-hoàn, trừ lúc cuối đời ra đi thì mình mới nói thôi, còn không, bình thường [sẽ] nói vòng qua. ‘Người chứng Tu-đà-hoàn trên thế giới này nhiều’, chẳng hạn nói như vậy. ‘Nếu mà tu tập đúng theo giáo pháp đức Thế Tôn thì sẽ chứng Tu-đà-hoàn’. Đó! Nói vòng qua như vậy, người hiểu đạo thì người ta [sẽ] hiểu, như vậy là đã chứng Tu-đà-hoàn rồi. Trong Giới luật có điều đó. Trừ khi người ta vạy quá, ở đây ông này hỏi vạy quá: ‘Tôi không hỏi người khác, tôi hỏi bà’.

Bà Mátika tránh không xác nhận là mình đọc được tư tưởng người khác, thay vào đó bà bảo:

– *Những ai không biết tư tưởng người khác mới làm vậy, con ạ.* (Bà vẫn không trả lời trực tiếp vào câu hỏi, nhưng người ta hiểu).

Vị Tỳ-kheo cảm thấy bối rối. (Tức là ý [bà] nói là ổng không biết tư tưởng người khác nên ổng mới hỏi vậy thôi).

Ông nghĩ: “Người chưa chứng quả đều có những ý tưởng thầm kín có thể cao quý hoặc ti tiện. Nếu ta khởi nghĩ một tư tưởng tội lỗi nào, chắc chắn bà ta như đi guốc trong bụng ta, sẽ nắm chớp ta ngay, tóm gọn cả bao lần bị như chớp bắt một tên trộm, ôi thôi tai hại! Ba mươi sáu kể chỉ có chuồn đi là tốt nhất”.

Tức là ông này sợ quá, mặc dù bà đó hộ trì rất tốt, nhưng biết bà này có Thần thông như vậy, có Tha tâm thông như vậy, thì vị Tỳ-kheo này nghĩ rằng: Bây giờ mình nghĩ gì xấu xa thì bà biết hết. Thôi sợ quá, cho nên ‘ba mươi sáu kể, chuồn là thượng sách’. Chạy thôi!

Ông liền từ giã bà Cư sĩ trở về Thế Tôn, và kể lại tự sự (tức là kể lại việc

của mình). **Thế Tôn** khuyên:

– *Tỳ-kheo, chỉ nơi ấy là nơi ông cần phải ở lại.* (Đức Phật rất tuyệt vời! Đức Phật khuyên: Tuy là như vậy nhưng hãy quay trở lại đó, ở đó tu mới tốt được).

– *Con không thể, bạch Thế Tôn! Con không muốn ở lại đó nữa.*

– *Vậy Tỳ-kheo! Ông có canh chừng được một việc duy nhất hay không?*

– *Nghĩa là gì, bạch Thế Tôn?*

– *Chỉ canh chừng tâm của ông. Tâm ý rất khó kiểm soát. Đừng nghĩ thêm việc gì khác, hãy chế ngự tâm mình vì tâm thường chao động.*

Và Ngài nói Pháp Cú:

(35) Khó nắm giữ, khinh động,

Theo các dục quay cuồng,

Lành thay, điều phục tâm,

Tâm điều, an lạc đến.

Các dục [của] mình quay cuồng, khó nắm giữ lắm, nên những ai mà điều phục được tâm thì tuyệt vời. Tâm được điều phục rồi thì an lạc đến.

Rồi Thế Tôn dạy Tỳ-kheo hãy tiếp tục trở lại chỗ cũ, và không nên lo nghĩ gì khác ngoài việc canh chừng tâm ý của mình. (Tu quán tâm là được rồi đúng không quý vị?) Bà cư sĩ biết trước Tỳ-kheo sắp trở lại, nên chuẩn bị sẵn thức ăn ngon dâng cúng, và chỉ trong vài ngày ông chứng quả A-la-hán. (Quý vị thấy đã không? Vài ngày là chứng quả A-la-hán rồi). Nếm được pháp lạc của đạo quả và một lòng biết ơn bà Cư sĩ, ông muốn biết xem trong quá khứ bà có từng giúp đỡ mình hay không. Ông nhớ lại được 99 kiếp trước và thấy bà đã từng là vợ ông, nhưng lại dành tình cảm cho người đàn ông khác, và bà đã khiến ông mất mạng. Thật độc ác làm sao!

Quý vị thấy đó, ông này cũng tuyệt vời [lắm]. Ông sợ như vậy, nhưng [khi] trở lại, [thì] với điều kiện rất tốt, bà hộ trì rất tốt, và vị này tu quán tâm, cho nên

chỉ trong vài ngày là chứng A-la-hán rồi. Cho nên pháp tu quán tâm quan trọng. Và [ổng] biết ơn. Khi mình chứng A-la-hán thì vui như lậu tận Tỳ-kheo mà, rất là tuyệt vời.

Bây giờ ổng có Thần thông (Túc mạng thông), ổng quán lại được 99 kiếp trước, thấy bà từng là vợ ổng, cho nên nguyên nhân là như vậy. Là vợ cho nên mới giúp được người chồng như vậy. Nhưng đó là đời quá khứ, vấn đề đó là một chuyện xấu, chứ không phải chuyện tốt, chuyện xấu là bà đó dành tình cảm cho người đàn ông khác và khiến ông mất mạng. ‘Thật độc ác làm sao!’ Quý vị thấy nếu mà biết trước như vậy thì chắc ổng cũng không tới đúng không? Nhưng đức Phật biết tới là được. Cho nên là có duyên độ [ổng], khi nào thành tựu rồi thì mới biết được. Chúng ta coi tiếp theo, câu chuyện này thế nào, cũng hấp dẫn đúng không quý vị?

Bà Cư sĩ ngồi tại nhà quan sát thấy Tỳ-kheo đã đạt đến cứu cánh đạo quả, và cũng biết là ông đã nhớ lại chín mươi chín kiếp trước và đã biết tâm độc ác của bà trong quá khứ. Bà bèn nhớ lại tới kiếp thứ một trăm bà cũng là vợ ông, và trong hoàn cảnh phải giết chồng, bà đã tha mạng ông. (Không biết hai người này nghiệp thế nào, toàn chém giết không [thôi]. Hoàn cảnh ở kiếp thứ 100, là bà cũng suýt giết chồng luôn, nhưng bà tha mạng). Bà liền bảo vị Tỳ-kheo hãy nhớ đến tiền kiếp xa hơn và quan sát sự việc. Nhờ Thiên nhĩ thông, vị Tỳ-kheo nghe được lời bà và làm theo. (Tức là nhờ Thiên nhĩ thông). Ông nhận ra quả bà cư sĩ đã giúp đỡ ông nhiều. Ông giải đáp cho bà cư sĩ những vấn đề liên quan đến A-la-hán quả. Sau đó, ông nhập Vô dư y Niết-Bàn.

(Trích từ Phẩm Tâm – Tích Truyện Pháp Cú).

Quý vị thấy câu chuyện này hay đúng không? Cho nên là không có tự nhiên gặp nhau đâu, điều gì đó cũng có nhân duyên. Cho nên hai người này tu như vậy đều thành công. Và qua câu chuyện này Thiện Trang thấy rất hay. Chúng ta thấy một người bình thường, những vị Tỳ-kheo bình thường cũng có thể hướng dẫn cho những người khác chứng đến Tam quả A-na-hàm. Sau khi [chứng quả] thì mới giúp đỡ được người khác. Vị Tỳ-kheo kia cũng được độ thoát, thậm chí chứng quả cao hơn bà đó. Bà mới chứng tới Tam quả A-na-hàm, còn ông Tỳ-kheo

này chứng tới Tứ quả A-la-hán. Cho nên, người xuất gia chứng Tứ quả dễ, còn Cư sĩ thì chứng tới Tam quả cũng được.

Quý vị thấy thời xưa là tu như vậy đó, còn giáo pháp mình tu bây giờ không đúng với giáo pháp của đức Thế Tôn, nên mình tu không đúng theo con đường đó, và mình cũng không được người hướng dẫn v.v... cho nên mình tu sai. Ví dụ như thức ăn cũng sai, chỗ ở cũng sai v.v... những điều kiện không đủ, cho nên khó. Cho nên là phải biết nha! Hôm nay học qua bài này thì mình biết rất nhiều pháp tu, biết rất nhiều cách, rất là tuyệt vời.

Chúng ta trở lại với đề mục tiếp theo. Hôm nay Thiện Trang xin giới thiệu:

7 Phương Pháp Đoạn Trừ Phiền Não

(Theo Kinh Trung Bộ)

7 phương pháp này lúc đầu Thiện Trang có nói rồi, nhưng chỉ nói tên. Hôm nay chúng ta vào trực tiếp bộ kinh để học phương pháp.

Như vậy tôi nghe. Một thời Thế Tôn ở Sāvattthī (Xá-vệ), tại Jetavana (Kỳ-đà Lâm), vườn ông Anāthapiṇḍika (Cấp Cô Độc). Tại chỗ ấy, Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo: "Này các Tỷ-kheo!" - "Bạch Thế Tôn", những Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau:

- Này các Tỷ-kheo, Ta sẽ giảng cho các người "Pháp môn phòng hộ tất cả Lậu hoặc" (chữ Lậu hoặc tức là Phiền não). Hãy nghe và khéo tác ý. Ta sẽ nói.

-Thưa vâng, bạch Thế Tôn, những Tỷ-kheo ấy vâng đáp Thế Tôn. Thế Tôn nói như sau:

(Tóm lược)

- Này các Tỷ-kheo, Ta giảng sự diệt tận các Lậu hoặc cho người biết, cho người thấy, không phải cho người không biết, cho người không thấy.

Quý vị thấy, đức Phật giảng [về] sự diệt tận các Lậu hoặc cho người biết, cho người thấy, chứ không phải cho người không biết, cho người không thấy. Tại sao? Tại vì phải có căn cơ. Cho nên mình phải học [để] có nền tảng đi, rồi người ta

[mới] giảng cho mình pháp giải thoát được. Còn suốt ngày mình không chịu học các pháp giải thoát, mà mình học gì đâu, thì làm sao dạy được.

Giống như quý vị thấy nhiều người tu Thiền chẳng hạn, qua Myanmar tu Thiền, hoặc là qua các trường Thiền, sau khi tu có trình thiền, [trình] pháp, mà hỏi thì mình cũng không trả lời được. Có thể là do cách biệt ngôn ngữ, hoặc là có thể mình không biết gì nhiều về giáo pháp, cho nên các ngài cũng chẳng chỉ dạy gì hết, mà nói ‘tiếp tục quan sát tâm đi, tiếp tục theo dõi nữa đi’ v.v... Thật ra nếu mà mình biết, mình trả lời. Qua đó, mình có một kiến thức sâu về các pháp, về các Tâm sở v.v... thì các ngài sẽ chỉ cho rõ hơn, chỉ cho kỹ hơn. Còn mình không biết gì hết thì người ta không chỉ được.

Cũng vậy đó, quý vị muốn hỏi pháp, muốn tu tập tốt thì phải học cho khá, rồi sau đó gặp người ta, gặp cao nhân mới chỉ điểm được. Còn bây giờ trình độ của mình tệ quá, thì ai chỉ được đúng không ạ? Cũng vậy, đức Phật giảng dạy sự diệt tận các lậu hoặc cho người biết, cho người thấy, không phải cho người không biết, cho người không thấy.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là sự diệt tận các Lậu hoặc cho người biết, cho người thấy: có như lý tác ý và không như lý tác ý. Này các Tỷ-kheo, do không như lý tác ý, các Lậu hoặc chưa sanh được sanh khởi, và các Lậu hoặc đã sanh được tăng trưởng. Này các Tỷ-kheo, do như lý tác ý, các Lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi, và các Lậu hoặc đã sanh được trừ diệt.

Như vậy đức Phật nói tóm tắt là: Đầu tiên, mình hãy như lý tác ý, có nghĩa là mình phải khéo tác ý đúng theo giáo pháp, đúng theo chân lý. Nếu mình làm được như vậy thì các Phiền não (các Lậu hoặc) chưa sanh thì sẽ không sanh, mà đã sanh rồi thì được diệt. Còn nếu mình không như lý tác ý thì [Phiền não] chưa sanh [sẽ] sanh, sanh rồi thì tăng thêm, các Phiền não tăng thêm.

Điều đó rõ ràng! Giống như trong đời sống thôi, khi mình gặp một chuyện gì đó, ví dụ như hằng ngày đi ra đường, mình nghe tiếng xe bóp còi ‘o, o’... Nhất thời, [nếu] không có công phu thiền định, mình nghe thì sẽ cảm thấy khó chịu, giật mình. Nhưng nếu quý vị có như lý tác ý, khác với không như lý tác ý. Người mà giật mình, giả sử mình giật mình xong, [nhưng] mình biết là tiếng còi xe thôi,

có gì đâu, mình bình tĩnh lại, điềm tĩnh lại bình thường. Đó là như lý tác ý, các pháp [là] như vậy. Còn người kia sợ hãi, chạy theo nó, tức là hoảng loạn, thì đó là không như lý tác ý. Rồi sân lên, chửi người ta đủ các kiểu, đó là không như lý tác ý, cho nên Phiền não tăng thêm. Rất nhiều việc như vậy. Chúng ta nghe tiếp.

Này các Tỷ-kheo, có những lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do tránh né được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ, có những lậu hoặc phải do tu tập được đoạn trừ.

Ở phần đầu của bộ giảng này, Thiện Trang đã giới thiệu có 7 cách để đoạn trừ lậu hoặc, [là] bảy cách này. Trong Kinh A Hàm hình như chỉ có 6 cách thôi, nhưng trong kinh này có 7 cách. Bảy cách này thì chúng ta đã giới thiệu, bây giờ đức Phật phân tích trực tiếp từng loại. Mời quý vị theo dõi lời đức Phật cho chắc.

1. Các lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ.

Tức là muốn đoạn trừ là phải dùng tri kiến. ‘Phải do’ là bắt buộc, không có cách nào khác. Có những Phiền não bắt buộc phải dùng tri kiến để đoạn trừ, không có cách nào khác, chứ không phải là tôi dùng cách khác [mà] đoạn trừ được. Ở đây nói như vậy.

Này các Tỷ-kheo, và thế nào là các lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ? Này các Tỷ-kheo, ở đây có kẻ phàm phu ít nghe (mình phải cố gắng đa văn, nghe nhiều), không được thấy các bậc Thánh, không thuần thục pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không được thấy các bậc Chơn Nhơn, không thuần thục pháp các bậc Chơn Nhơn, không tu tập pháp các bậc Chơn Nhơn, không tuệ tri các pháp cần phải tác ý, không tuệ tri các pháp không cần phải tác ý; vị này vì không tuệ tri các pháp cần phải tác ý, vì không tuệ tri các pháp không cần phải tác ý nên tác ý các pháp không cần phải tác ý và không tác ý các pháp cần phải tác ý.

Đoạn này hơi khó nghe, nhưng chúng ta thấy đơn giản thôi. Tức là do mình ít học pháp quá, đoạn này nói về tri kiến tức là ít học pháp. Khi chúng ta ít học

pháp quá thì có những tác ý, tức là những suy nghĩ không đúng. [Và] như vậy, điều đáng suy nghĩ thì mình không suy nghĩ, điều không đáng suy nghĩ thì mình lại suy nghĩ. Kiểu như vậy!

Bây giờ các pháp nào cần suy nghĩ? Đó là mình cần phải nghĩ: “Thế gian là Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã. Chỉ có con đường cứu cánh Niết-Bàn là [đáng] để ta tu theo”. Đó là điều nên suy nghĩ. Mình nên suy nghĩ như vậy, quán và tu tập như thế. Còn bây giờ mình nghĩ ngược lại, thế gian là thường, con mình là con v.v... Không biết bài:

“Con ta, tài sản ta,
Người ngu sanh ưu não,
Thân ta còn không có,
Con đâu, tài sản đâu”.

Nhưng mình không nghe, do mình ít nghe quá, mình ít học quá, cho nên mình không biết những điều đó. Và mình cứ nghĩ đây là con ta, đây là tài sản ta v.v... Vì như thế cho nên Phiền não sanh.

Này các Tỷ-kheo, và thế nào là các pháp không cần phải tác ý mà vị ấy tác ý? (Đức Phật nói luôn) Này các Tỷ-kheo, nghĩa là các pháp do vị ấy tác ý mà Dục lậu chưa sanh được sanh khởi, hay Dục lậu đã sanh được tăng trưởng; hay Hữu lậu chưa sanh được sanh khởi, hay hữu lậu đã sanh được tăng trưởng, hay Vô minh lậu chưa sanh được sanh khởi, hay Vô minh lậu đã sanh được tăng trưởng. Những pháp ấy là những pháp không cần phải tác ý mà vị ấy tác ý. (Giống như Thiện Trang cử ví dụ ở trên, những pháp đó không cần tác ý mà mình lại tác ý) Này các Tỷ-kheo, thế nào là các pháp cần phải tác ý mà vị ấy không tác ý? (Tức là ngược lại như vậy) Này các Tỷ-kheo, nghĩa là các pháp do vị ấy tác ý mà Dục lậu chưa sanh không sanh khởi, hay Dục lậu đã sanh được trừ diệt, hay Hữu lậu chưa sanh không sanh khởi, hay Hữu lậu đã sanh được trừ diệt, hay vô minh lậu chưa sanh không sanh khởi, hay vô minh lậu đã sanh được trừ diệt. Những pháp ấy là những pháp cần phải tác ý mà các vị ấy không tác ý. Do vị ấy tác ý các pháp không nên tác ý, do vị ấy không tác ý các pháp cần phải tác ý, nên các Lậu hoặc chưa

sanh được sanh khởi, (nói chung là lặp lại đoạn trên) và các Lưu hoặc đã sanh được tăng trưởng.

Cho nên ở đây, vấn đề là chúng ta phải học pháp nhiều thì chúng ta mới tương ưng được. Tri kiến mà, ở đây nói thứ nhất là do tri kiến nên Phiền não được đoạn trừ. Tri kiến là sự biết và sự thấy của mình. Muốn biết, thấy đúng với giáo pháp của Phật thì mình phải học kinh. Cho nên học giáo pháp là cần thiết, không thể nào không biết gì mà tu được, đúng không ạ? Không biết gì mà tu, thì những Lưu hoặc (Hữu lậu hoặc Vô minh lậu) sanh là bình thường. Cho nên là khó! Mình phải học.

Vị ấy không như lý tác ý như sau: "Ta có mặt trong thời quá khứ, hay ta không có mặt trong thời quá khứ? Ta có mặt trong thời quá khứ như thế nào? Ta có mặt trong thời quá khứ hình vóc như thế nào? Trước kia ta là gì và ta đã có mặt như thế nào trong thời quá khứ? Ta sẽ có mặt trong thời vị lai hay ta sẽ không có mặt trong thời vị lai? Ta sẽ có mặt trong thời vị lai như thế nào? Ta sẽ có mặt trong thời vị lai, hình vóc như thế nào? Trước kia ta là gì và ta sẽ có mặt như thế nào trong thời vị lai?"

Đầu tiên là nói về quá khứ. Mình phải nghĩ rằng: Quá khứ mình là ai, mình như thế nào? Hình dáng thế nào? Rồi trong tương lai mình có như vậy không? Có mặt hay không? Hay là ra sao, thế nào? Đó là mình quán niệm về luân hồi, mình phải tác ý như vậy. Nhưng không chịu tác ý. Đó là quá khứ, còn vị lai và hiện tại nữa.

Hay nay vị ấy có nghi ngờ về mình trong thời hiện tại: "Ta có mặt hay ta không có mặt? Ta có mặt như thế nào? Ta có mặt hình vóc như thế nào? Chúng sanh này từ đâu đến? Và rồi nó sẽ đi đâu?"

Quý vị có hay suy nghĩ như vậy không? Hay suy nghĩ như thế này là khéo tác ý. Tức là mình phải nghĩ về hiện tại, mình có thật sự có mặt ở trên đời này không? Tất nhiên quý vị nói con có mặt trên đời này chứ. Nhưng nếu nghĩ như vậy, quý vị sẽ thấy là mình không đúng lắm với giáo lý về Thân kiến. Mình vô ngã đó! Thực tế là Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã, [nên] không phải mình. Rồi có mặt như thế nào? Tại sao mình có mặt? Do Vô minh duyên Hành, Hành duyên

Thức ... Mình suy nghĩ như vậy gọi là như lý tác ý.

Rồi mình có hình vóc như thế nào? Chúng sanh này từ đâu đến, rồi sẽ đi về đâu? Ai có những tư tưởng, thường xuyên có suy nghĩ như vậy, thì đó là khéo như lý tác ý. Còn nếu mình không có khéo như lý tác ý, thì mình toàn thấy thật không [thôi]. Chúng sanh cho con mình [là] con mình, mình đâu có thấy nó từ đâu đến đâu, rồi mình cũng đâu có nghĩ nó sẽ đi về đâu đâu. Mình thấy nó là thật mà, cho nên khổ là vậy đó. Đó là vấn đề.

Với người không như lý tác ý như vậy, một trong sáu tà kiến này khởi lên: "Ta có tự ngã", tà kiến này khởi lên với người ấy như thật, như chơn; "Ta không có tự ngã", tà kiến này khởi lên với người ấy như thật như chơn; "Do tự mình, ta tưởng tri ta có tự ngã", tà kiến này khởi lên với người ấy như thật, như chơn; "Do tự mình, ta tưởng tri ta không có tự ngã", (nói chung là đoạn này, Thiện Trang nói tóm tắt là có sinh ra ngã) tà kiến này khởi lên với người ấy như thật, như chơn. "Không do tự mình, ta tưởng tri ta có tự ngã" (nói chung khi mình có [suy nghĩ như] đoạn này, khi không như lý tác ý thì sẽ sinh ra tà kiến, có tự ngã đó), tà kiến này khởi lên với người ấy như thật, như chơn; hay tà kiến này khởi lên với người ấy: "Chính tự ngã của ta nói, cảm giác, hưởng thọ quả báo các nghiệp thiện ác đã làm chỗ này, chỗ kia, chính tự ngã ấy của ta là thường trú, thường hằng, hằng tồn, không chuyển biến, và sẽ vĩnh viễn tồn tại". (Đó là tà kiến, đây là chấp vào thường, rớt vào thành kiến). Đây các Tỷ-kheo, như vậy gọi là tà kiến, kiến trù lâm, kiến hoang vu, kiến hý luận, kiến tranh chấp, kiến kiết phược. Đây các Tỷ-kheo, trói buộc bởi kiến Kiết sử, kẻ phạm phu ít nghe không được giải thoát khỏi sanh, già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não. Ta nói kẻ ấy không thoát khỏi khổ đau.

Như vậy chúng ta phải hiểu được điều này. Nói tóm lại đừng có chấp vào Thế gian này là thường hằng, chấp Thế gian này là còn mãi mãi. Đó là một sai lầm! Tất cả sự [chấp] đó là Tà kiến, chấp vào ta v.v...

Này các Tỷ-kheo, và vị Thánh đệ tử nghe nhiều, (phải nghe nhiều, đa văn, chứ không phải nghe ít, dốt dốt thì không tu được đâu) được thấy các bậc Thánh, thuần thực pháp các bậc Thánh, tu tập pháp các bậc Thánh, được

thấy các bậc Chơn nhờn, thuần thực pháp các bậc Chơn nhờn, tu tập pháp các bậc Chơn nhờn, tuệ tri các pháp cần phải tác ý, tuệ tri các pháp không cần phải tác ý. (Tóm lại đoạn này là mình chỉ cần học pháp, tu tập pháp của Phật). Vì vậy, nhờ tuệ tri các pháp cần phải tác ý, nhờ tuệ tri các pháp không cần phải tác ý, nên không tác ý các pháp không cần phải tác ý và tác ý các pháp cần phải tác ý.

Đoạn này thì Thiện Trang đã nói ở trên rồi, nói chung lặp lại nhiều quá, nghe cũng ngán đúng không? Đoạn này nói một hồi cũng tuần tự như vậy, do vậy những Dục lậu, Hữu lậu, Vô minh lậu chưa sanh thì sẽ thế nào? Nếu mình đã như lý tác ý rồi thì sẽ không sanh, điều nào đã sanh thì sẽ diệt. Ở đây nói như vậy thôi.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các pháp không cần phải tác ý và vị này không tác ý? Đây các Tỷ-kheo, những pháp nào do vị ấy tác ý mà Dục lậu chưa sanh được sanh khởi, hay Dục lậu đã sanh được tăng trưởng; hay Hữu lậu chưa sanh được sanh khởi, hay Hữu lậu đã sanh được tăng trưởng, hay Vô minh lậu chưa sanh được sanh khởi, hay Vô minh lậu đã sanh được tăng trưởng. Đó là những pháp không nên tác ý và vị ấy không tác ý. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các pháp cần phải tác ý và vị ấy tác ý? Đây các Tỷ-kheo, những pháp nào do vị ấy tác ý mà Dục lậu chưa sanh không sanh khởi, hay Dục lậu đã sanh được trừ diệt, hay Hữu lậu chưa sanh không sanh khởi, hay Hữu lậu đã sanh được trừ diệt, hay Vô minh lậu chưa sanh không sanh khởi, hay Vô minh lậu đã sanh được trừ diệt, đó là những pháp cần phải tác ý và vị ấy tác ý. Nhờ vị ấy không tác ý các pháp không cần phải tác ý, tác ý các pháp cần phải tác ý nên các Lậu hoặc chưa sanh không sanh khởi và các Lậu hoặc đã sanh được trừ diệt.

Đoạn này lặp lại rất nhiều, cho nên Thiện Trang lướt qua. Đoạn dưới này quan trọng:

Vị ấy như lý tác ý: "Đây là khổ", như lý tác ý: "Đây là khổ tập", như lý tác ý: "Đây là khổ diệt", như lý tác ý: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt". Nhờ vị ấy tác ý như vậy, ba Kiết sử được trừ diệt: Thân kiến, Nghi, Giới cấm thủ. Đây các Tỷ-kheo, các pháp ấy được gọi là các Lậu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ.

Tóm lại như lý tác ý về Tứ thánh đế: Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Quý vị thấy đó là như lý tác ý, đơn giản như vậy thôi, quan trọng nhất là Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Bây giờ tu làm sao? Quan trọng là hằng ngày trong đời sống, [mình] nhớ đây là khổ. Sáng dậy, thấy: “Ôi, cuộc đời khổ quá!” Tại vì sao? Mỗi ngày phải lo đi làm, lo này lo kia. Vậy nguyên nhân của Khổ là gì? Do tham, sân, si, nói chung là do các Phiền não. Niềm vui của diệt khổ (gọi là khổ diệt), và cuối cùng con đường để diệt khổ chính là Bát chánh đạo, là Tứ chánh cần, Tứ như Ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất Bồ-đề phần, Bát chánh Đạo phần. Tóm lại phải luôn luôn tu tập được trong đó, 37 Phẩm trợ đạo.

Đức Phật nói con đường độc nhất để đến Niết-Bàn là Tứ niệm xứ. Mà Tứ niệm xứ có bổ trợ là 37 Phẩm trợ đạo. Mặc dù Tứ niệm xứ để đầu tiên, nhưng quý vị không tu mấy điều đằng sau thì không được. Cho nên phải tu [những điều] ở đằng sau, nên 37 Phẩm trợ đạo là phải tu hết, phải tu được nha! Quan trọng là mục này: Đây là khổ, đây là khổ tập, đây là khổ diệt, đây là con đường đưa đến khổ diệt. Chúng ta nắm được Khổ, Tập, Diệt, Đạo, thì đó là như lý tác ý.

Phần hai ngắn hơn là: Các lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ. Ở trên là do tri kiến, là mình phải học, mình phải hiểu, mình thấy, thì mình đoạn trừ được bớt Phiền não. Điều này dễ hơn đúng không quý vị? Giống như hồi xưa mình chấp trước [đây là] gia đình ta, con ta, tài sản ta, v.v... Nhưng bây giờ mình học nhiều, dần dần tri kiến [của] mình thay đổi rồi, mình cũng không có chấp nữa, mà mình cũng bớt bớt, bây giờ nhẹ nhẹ. Đó là bớt Phiền não, còn bao giờ hết hẳn luôn là thành công.

Mà tri kiến, tham dục nhiều lắm! Giống như quý vị thấy trong câu chuyện tiền thân, kể về ông đó bảy lần đi xuất gia, đức Phật nói: Thật ra có gì đâu, đức Phật [lúc trong] đời quá khứ, Ngài cũng có bảy lần kiểu như vậy. Lúc đó Ngài đi xuất gia, ngồi tu trên núi. Tới mùa mưa, nước ẩm ẩm, Ngài nhớ ở nhà còn nguyên bạch đậu giống, cho nên Ngài chạy về nhà, lấy cái cuốc ra cuốc, rồi gieo giống cho đậu lên. Cho nên xả, tạm thời nghỉ tu, về trở lại. Đó là đời quá khứ, chứ không phải đời hiện tại.

Đợi đến khi đậu lên cây, ra bông kết trái, Ngài hái một phần trái đậu để ăn, một phần để vào hủ cất đó, để mùa sau gieo tiếp, rồi đi tu. Rồi lại tới lúc mùa

mưa, nước ẩm ẩm, lại nhớ hột đậu để trong hủ chưa gieo, Ngài lại hoàn tục trở về trồng đậu tiếp.

Cứ như vậy bảy lần, đến lần thứ bảy thì Ngài mới nghĩ là: “Không được! Thật ra chỉ có mỗi bịch đậu đó thôi mà mình cứ về hoài”. Cho nên Ngài mới nghĩ lại: “Lần này không thể để bịch đậu đó nữa”. Ngài về cột bị đậu đó vô cái cuốc, rồi tới dòng sông đó, quăng xuống dòng sông để cho trôi đi, chìm đi. Cây cuốc với bịch đậu không còn nữa, [thì không còn] lần sau. Ngài nhận ra vấn đề của Ngài là vì tham một chút đồ ăn đó thôi. Và lúc đó hét to lên: “Ta đã chiến thắng! Ta đã chiến thắng!” Chiến thắng được tham dục khó như vậy đó, [tới] bảy lần.

Lúc đó, có một ông vua cũng đánh thắng trận đi về, ổng cũng nói: Ta là người chiến thắng trận đi về, mà tự nhiên có người nào kêu: “Ta là người chiến thắng! Ta là người chiến thắng!” Cho nên ông tới hỏi: “Sao lại như vậy? Ta mới là người chiến thắng, chứ người có gì đâu mà chiến thắng?” Ngài mới nói: “Ông chỉ chiến thắng bên ngoài, chiến thắng người khác thôi. Còn tôi chiến thắng được tâm tôi, mới là quan trọng”. Vua thấy đúng, có lý! Rồi ngồi nghe giảng pháp.

Lúc đó tiền thân của đức Phật ngồi nhìn nước ở dưới sông, đắc được Thiền chỉ, cho nên có được Thần thông bay lên hư không, ngồi kiết già thuyết pháp. Ông vua thấy tuyệt vời quá nên xin xuất gia theo luôn. Tin đó được truyền ra, cho nên bảy ông vua [tham gia] chiến trận cũng tới quy y, tất cả quân lính cũng tới xuất gia tu hành. Thành tựu như vậy, rất nhiều người đắc Thiền và có thành tựu. Và sau đời đó, đức Phật nói là ‘Ta sanh về trời Phạm thiên’, vì đắc Thiền mà.

Quý vị thấy, đó là đời quá khứ. Để diệt được tham khó như vậy, chuyện đó hình như trong Tích Truyện Pháp Cú có đó quý vị. Chuyện đó cũng liên quan đến vị Tôn giả bảy lần đi xuất gia, quý vị thấy trong Tích Truyện Pháp Cú có kể, Thiện Trang cũng kể nhiều lần rồi: Ông đó mới đầu đi xuất gia, vì sao? Vì ổng vô Tịnh xá nghe pháp, ổng thấy các vị Tỳ-kheo ở trong đó ăn ngon quá, nên kêu: “Ở nhà mình ăn không ngon bằng, cho nên đi xuất gia vô ăn cho ngon”. ổng nghĩ vậy thôi cho nên xin đi xuất gia, ổng làm công quả rồi xin xuất gia. Một thời gian sau thì ổng ăn cũng thấy bình thường, tuy đồ ăn ngon nhưng ngày nào cũng ăn nên thấy bình thường, chán rồi, cho nên đi về. Và vì vợ của ổng cũng đẹp nữa, vợ đẹp cho nên lúc nào cũng nhớ vợ, nên thôi đi về.

Về một thời gian chán rồi lại đi xuất gia tiếp. Ra vô như vậy bảy lần. Đến lần thứ bảy, bữa đó, vợ ông có con rồi, nằm trên võng cho con bú [rồi] ngủ, ông vác cái cuốc đang đi làm ngoài đồng về. Trong kinh nói là ông thấy cảnh vợ ngủ mà ghê quá, nước miếng nước dãi chảy ra tùm lum hết, áo thì xộc xệch thế nào đó, ghê quá, cho nên ông nhìn thấy ông khiếp quá, sợ quá, nên lúc đó ông quăng cuốc chạy luôn.

Vừa quăng cuốc chạy thì gặp bà mẹ vợ, bà mẹ vợ kêu lại, ông cũng kệ rồi chạy luôn. Bà mẹ vợ thấy vậy nên vô kêu đưa con gái mình dậy. Mà bà nhìn thấy tình trạng đó là bà biết rồi, nhìn tình trạng con gái mình ngủ kiểu đó, hèn chi thằng con rể mình bỏ đi luôn là đúng, vì thấy gớm quá mà, thấy ghê quá. Bà nói: “Con như vậy là không nên”, thế này thế kia. “Bây giờ chắc nó chạy đi xuất gia luôn rồi”. Cô vợ nói: “Có gì đâu mẹ, ảnh hay vô một thời gian rồi lại về đó mà, có gì đâu, cứ để cho ảnh đi”.

Nhưng đợi miết không thấy về, mấy lần trước thì thấy về, lần này thì không thấy về nữa. Thật ra lúc ông đang đi, thì trong đầu ông niệm, nghĩ nhớ đến Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã nên đắc được Tu-đà-hoàn rồi. Khi vô xuất gia, lúc đầu ông bị cản, không cho xuất gia, nhưng đức Phật cho. Vô một thời gian thì ông cũng đắc đạo A-la-hán nên không về nữa. Một thời gian sau bà mẹ vợ dẫn con mình tới, đem thêm đứa con của ông bỏ trước mặt ông, nhưng ông không động tâm, hết động tâm, vì chứng A-la-hán rồi. Thấy vậy nên họ đi về.

Quý vị thấy câu chuyện là như vậy. Thật ra trong Chú Giải có nói nguyên nhân [mà ông] ra vô bảy lần kiểu đó, là do đời quá khứ, [ông] khuyên vị Tỳ-kheo khác là đi về đi, đừng tu nữa. Bởi vì ông ham món đồ đó, mà vị Tỳ-kheo kia hứa là đi về sẽ cho ông, nên ông khuyên thôi về đi. Khuyên người ta đi về nên nghiệp trở quả bảy lần ra vô. Cho nên tất cả đều có nhân quả, nhân - duyên - quả rất rõ ràng.

Cho nên ở trong đạo, đối với người xuất gia, những tác động đối với người xuất gia [sẽ] tạo ra quả báo ghê gớm, cho nên hãy cẩn thận. Đối với trong Phật pháp, nhiều khi mình tưởng quả báo gây ra là chuyện nhỏ, nhưng lại là chuyện lớn, phải cẩn thận.

Đó là Thiện Trang kể câu chuyện cho quý vị tỉnh ngủ, bây giờ đến mục thứ 2:

2. Các Lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các Lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ? Ở đây, có Tỷ-kheo như lý giác sát (ở trên là tác ý, ở đây là giác sát), sống phòng hộ với sự phòng hộ mắt (tức là bây giờ có những Tỷ-kheo phòng hộ mắt). Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo ấy sống không phòng hộ với sự phòng hộ mắt, các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não có thể khởi lên. Nếu sống phòng hộ với sự phòng hộ mắt, các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa.

Tương tự như vậy, đoạn này Thiện Trang đọc tóm lại, tức là sự phòng hộ về mắt, phòng hộ về tai, phòng hộ về mũi, phòng hộ về lưỡi, phòng hộ về thân, phòng hộ về ý. Phòng hộ được thì đoạn trừ được các Phiền não. Nói tóm lại là như vậy, chúng ta lấy tóm tắt thôi, quý vị nên coi kỹ lại.

Vị ấy như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ lỗ tai...; như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ lỗ mũi...; như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ lưỡi...; như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ thân...; như lý giác sát, sống phòng hộ với sự phòng hộ ý. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo ấy sống không phòng hộ với sự phòng hộ ý, các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy có thể khởi lên. Nếu sống phòng hộ ý, các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa. Này các Tỷ-kheo, các pháp ấy được gọi là các Lậu hoặc phải do phòng hộ được đoạn trừ.

Tóm lại #giác sát: giác là biết; sát là quan sát; quan sát phòng hộ được sáu căn của mình. Ví dụ như mắt thấy sắc, ví dụ chúng ta thấy hoa đẹp. Mai một chúng ta học lộ trình tâm, thì chúng ta sẽ thấy rõ hơn. Hoa đẹp, thật ra là thế nào? Đầu tiên thì đâu phải là hoa đẹp, mình biết như vậy. Nhưng mình quan sát, mình biết được là mình bị cuốn theo rồi, thì mình dừng lại, mình phòng hộ. Nhìn bông hoa, thì mình biết là hoa rồi đó, mình thích hoa đó lắm, biết chỗ đó người ta trồng hoa rồi thì mình né đi, mình nhìn chỗ khác. Hoặc phòng hộ là mình đừng nhìn, đừng nhìn. Cẩn thận nha! Nhìn, nhưng đừng có mê hoa. Cũng vậy, biết mình mê bài hát

đó, mà người ta mở bài hát đó, thì mình cố gắng nghe thôi, nhưng đừng chạy theo đó. Bây giờ người ta cũng mở rồi, thì kệ người ta. Phòng hộ như vậy, hãy cẩn thận quan sát được sáu căn của mình, thì các Phiền não được đoạn trừ.

3. Các Lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ.

Bình thường thì chúng ta sử dụng những chiêu ở trên thôi, nhưng chiêu này thì ít người dùng. Chúng ta đọc thử:

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các Lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ? Đây các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo như lý giác sát, thọ dụng y phục, chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa sự xúc chạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát, chỉ với mục đích che đậy sự trần truồng.

Có nghĩa là mình được quyền thọ dụng, chứ không phải không được quyền thọ dụng. Nhưng mình phải nhớ là việc thọ dụng này chỉ để ngăn ngừa lạnh, nóng... chỉ giúp cho mình thôi, ngăn ngừa xúc chạm của ruồi, muỗi v.v... mặc quần áo là để như thế, chứ không phải để cho đẹp. Mình nghĩ như vậy, đó là [nhờ] thọ dụng được đoạn trừ.

Về món ăn: **Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng món ăn khát thực không phải để vui đùa, không phải để đam mê, không phải để trang sức, không phải để tự làm đẹp mình, mà chỉ để thân này được sống lâu và được bảo dưỡng, để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ Phạm hạnh, nghĩ rằng: "Như vậy, ta diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới, và ta sẽ không có lỗi lầm, sống được an ổn".**

Tức là đối với thức ăn thì đừng có đam mê, đừng có vui đùa, không phải để làm đẹp mình, mà chỉ để thân này được sống lâu và được bảo dưỡng. Quý vị nghe cho kỹ nha! Ở đây đức Phật nói: 'mà chỉ để thân này được sống lâu và được bảo dưỡng', chứ không phải nói mong cho chết sớm, không phải! Đức Phật cũng cần thọ mạng, chúng ta cũng cần thọ mạng để tu tập. 'Để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ Phạm hạnh'. Như vậy đó là mục đích của mình ăn, chứ không phải mình ăn vì mấy điều kia.

Đó là cách để mình thọ dụng, mình suy nghĩ. Đức Phật dạy rất tuyệt vời,

mình chỉ [cần] đổi tâm thôi chứ không phải cực đoan, nhớ nha! Để ‘diệt trừ các cảm thọ cũ và không cho khởi lên các cảm thọ mới, và ta sẽ không có lỗi lầm, sống được an ổn’.

Đế ý chỗ này nha! Nhiều người cực đoan quá, tu theo Đạo gia thì quá cực đoan đi, đạo Phật không có như vậy đâu, đạo Phật rất là thoải mái. Ăn thì cứ ăn, ăn ngon cũng được, ăn gì cũng được, nhưng phải tác ý rằng: ‘Thân này được sống lâu và được bảo dưỡng, để thân này khỏi bị thương hại, để hỗ trợ Phạm hạnh’.

Trong kinh chúng ta đã học qua rồi, quý vị thấy ai đạt được Tứ thần túc, thì có thể trụ hết một kiếp hoặc đến hết kiếp này, đến khi trái đất này tan thì thôi. Điều kiện để tu Tứ như Ý túc (Tứ thần túc) thì quý vị phải tu bốn vấn đề, chúng ta đã học rồi. Nhưng quan trọng là phải có Thiền định, tâm phải luôn tinh tấn, Dục như Ý túc là mong muốn, Thiện Trang sẽ nói sau. Mình mong muốn gì, rồi mình phải tinh tấn, mình phải có Thiền định, tâm tập trung vô trong đó, và thường xuyên như vậy. Trong đó, mình hướng tâm về điều gì? Trong đó, quý vị [dùng] Tứ như Ý túc khi quý vị nhập Thiền, với định của Thiền thì quý vị sẽ hướng tâm để thọ mạng được lâu dài, trụ thế đến suốt kiếp. Như vậy phải tu đến Tứ thiền. Tứ thần túc [cùng] với sức mạnh của Tứ thiền, như vậy thì mới làm được điều đó. Đó là lý do các ngài dùng như vậy.

Ở đây, chúng ta mới học qua tới Tứ như Ý túc thôi, nhưng quý vị có thể áp dụng. Nếu quý vị muốn điều gì thì quý vị có thể hướng tâm về điều đó, sau khi quý vị nhập Thiền, [rồi khi] xuất Thiền thì quý vị dùng định đó hướng tâm về điều đó thì sẽ thành tựu. Đó là trong Tứ như Ý túc.

Ở đây nói về thức ăn, thì chúng ta nói là mong để hỗ trợ Phạm hạnh, hay được điều gì, ví như đắc đạo v.v...

Vị ấy như lý giác sát, thọ dụng sàng tọa (tức là chỗ ngồi, chỗ nằm), chỉ để ngăn ngừa lạnh, ngăn ngừa nóng, ngăn ngừa sự xúc chạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loại bò sát, chỉ để giải trừ nguy hiểm của thời tiết, chỉ với mục đích sống độc cư an tịnh. (Cũng vậy, tức là mình tác ý những gì cũng là để tu hết, để giải thoát).

Vị ấy như lý giác sát thọ dụng được phẩm trị bệnh, chỉ để ngăn chặn

các cảm giác khổ thống đã sanh, để được ly khổ hoàn toàn.

Đối với các dục phẩm cũng vậy, ở đây đối với Tỳ-kheo thì chỉ có tứ sự thôi là: Ăn, mặc, thuốc và chỗ ở, giường ngủ v.v... Như vậy thì được. Còn đối với quý vị, thì quý vị có nhiều thứ hơn, khi thọ dụng cái nào thì quý vị chịu khó tác ý nghĩ rằng: Thọ dụng đó để vì tu tập, để vì giải thoát, chứ không phải để ham đắm trong đó. Nếu như vậy thì chúng ta nói là biết cách thọ dụng để đoạn trừ Phiền não.

Còn không biết cách thì cứ thọ dụng xong rồi nghĩ: Ôi! Mất phước rồi, hết phước rồi v.v... Đó là Phiền não sanh. Vì sao? Vì khi quý vị đang suy nghĩ là: Ôi! Hết phước rồi, tôi thọ dụng cái này hết phước rồi, thọ dụng cái kia hết phước rồi. Đó là tư tưởng của Đạo gia. Thật ra, nếu phân tích theo Vi Diệu Pháp, theo tâm, thì tâm đó là tâm sân, tâm không hài lòng, và đó là Phiền não sanh. Cho nên giáo pháp của Phật rất tuyệt vời, đức Phật đâu có bảo không [thọ dụng] đâu, đâu có nói hết phước gì đâu, mà [Ngài] nói là tôi thọ dụng cái này, tôi thọ dụng cái kia đều để cho tu Phạm hạnh, để cho giải thoát.

Giống như bây giờ, lỡ quý vị có duyên có một chiếc điện thoại, thì quý vị phải nghĩ rằng: Chiếc điện thoại này là để tu Phạm hạnh, để giải thoát. Ủa! Điện thoại [mà] sao tu Phạm hạnh, giải thoát [được]? Có chứ! Quý vị dùng điện thoại để nghe pháp, quý vị dùng điện thoại để học pháp, đúng không ạ? Bây giờ các chương trình học pháp, nghe pháp toàn ở trên điện thoại mà, mình cầm tai phone để nghe pháp, v.v... Mà điện thoại cùi quá thì xài không được, vô cái này cũng không được, vô cái kia không được, vô zoom cũng không được, không đặt được câu hỏi v.v... thế này thế kia.

Ta sử dụng vật gì, với mục đích gì, thì chúng ta chuyển mục đích là được. Còn người không biết, không học, không hiểu thì nghĩ: “Tôi xài chiếc điện thoại này sang quá, tôi mất hết phước rồi” v.v... Cho nên là đó là sai lầm, nên quý vị thấy Đạo gia và đạo Phật khác nhau, những người học theo kinh Phật sẽ thấy được điều đó. Còn nếu không học kinh Phật, nhiều khi [suy nghĩ] rất sai lầm. Có những sai lầm kinh khủng lắm.

Ví dụ như có người nói: “Nhặt rau mà không bỏ cọng non, còn hơn là tụng kinh điển”. Nói như vậy là không đúng. Tại vì sao? Tại vì tụng kinh điển tốt hơn

chứ, còn mấy chuyện đó là chuyện thế gian, có đáng gì đâu. Quý vị thấy, nếu theo kinh Phật thì khi nào chúng sanh tu có phước, tu tốt, thì tự nhiên đầy đủ cây trái, hoa quả, đầy đủ mọi thứ. Còn chúng sanh không có phước thì tự nhiên những thứ đó ẩn mất. Tiết kiệm gì được, có tiết kiệm cũng không được. Quý vị hiểu như vậy!

Cho nên nhân quả của đạo Phật khác với nhân quả của thế gian rất nhiều. Quý vị coi đi, lục Đại tạng kinh đi, coi kinh điển của Phật dạy, đức Phật có bao giờ cực đoan như vậy đâu. Đức Phật luôn luôn nói nghe kinh, nghe pháp quan trọng, tụng kinh, tụng pháp quan trọng. Chúng ta đã thấy có câu chuyện trong Tích Truyện Pháp Cú, có 500 con dơi ở bên trong hang động, nghe hai vị Tỳ-kheo tụng kinh thôi, mà sau khi chết chúng được sanh về cõi Trời nữa kìa. Cho nên giá trị của tụng kinh, nghe kinh, mặc dù chúng không hiểu kinh mà còn được lợi ích như thế, còn mình thì nói ngược.

Cho nên chúng ta phải học giáo lý từ chánh kinh, chứ không, đời sau có những người đưa ra, họ nói nhiều khi hay lắm, nhưng họ đánh vào tâm lý, nào là tiếc phước, tâm lý thế này thế kia, là mình bị gục ngay. Nào là tâm lý về gia đình, tâm lý này, tâm lý kia, là tiêu đó nha quý vị. Quý vị hãy học theo chánh kinh của Phật pháp, đừng có đại, đừng có dễ vui mà nghe theo những người đời sau.

Đạo Phật khác Đạo gia, Đạo gia chỉ đưa người lên các cõi Trời v.v... thôi. Và quý vị nên nhớ, khổ hạnh của ngoại đạo ở Ấn Độ còn hơn Phật nữa. Nhưng quý vị thấy có những người tu ghê gớm, mà đức Phật nói họ khổ hạnh để làm gì? Quý vị coi trong Kinh Trung Bộ, Kinh Trung A Hàm, Kinh Trường A Hàm, Kinh Trường Bộ, quý vị thấy có những người ngoại đạo tu khổ hạnh tới, rồi hỏi đức Phật: Con [tu theo] ngoại đạo, nếu tu khổ hạnh như vậy, ép xác như vậy, để giải quyết vấn đề gì đó... giống như nghiệp có thể tiêu trừ không? Vì con chịu khổ như vậy mà. Nào là nằm trên gai, nào là v.v.. thì con sẽ được tiêu trừ nghiệp xưa. Cho nên sau khi chết, con sẽ được sanh lên cõi tốt lành, con sẽ sanh về trời Phạm thiên v.v...

Đức Phật có nói như vậy không? Đức Phật nói: Không có chuyện đó. Ông làm khổ cho lắm vô, nào là nằm gai nào thế này, thế kia, đứng một chân, phơi nắng... đời này thọ khổ rồi cuối cùng đời sau đọa tiếp, khổ tiếp.

Quý vị nghe cho kỹ, chịu khó nghe trong kinh đi, [khổ đời này] rồi đời sau

khổ tiếp. Tại vì đó là do mình tạo ra, không phải là tiêu nghiệp được. Tiêu nghiệp là nghiệp đó trở ra, rồi nó bớt. Mà thật ra cũng không có khái niệm tiêu nghiệp. Quý vị coi lại trong kinh, đức Phật nói, có những câu chuyện ví dụ như chuyện của ngài Mục Kiền Liên, ngài tạo ra có một nghiệp thôi, là nghiệp hại cha mẹ trong đời quá khứ, mà 500 đời ngài bị người ta đánh chết. Tức là nghiệp đó khi trở rồi thì sẽ trở hoài, không phải trở một lần. Cho nên cẩn thận! Sợ lắm! Vì vậy, theo Vi Diệu Pháp chúng ta muốn tu hành cho tốt, muốn đỡ khổ, thì mình phải chặn duyên, phải trừ duyên, phải tránh duyên, để khỏi khổ.

Tránh duyên là thế nào? Đầu tiên là tránh trong tâm, tránh hoàn cảnh không được thì tránh trong tâm. Cho nên có đồng tu mới nói với Thiện Trang là tại sao con khổ lắm, có phải con tu không có phước báo hay không? Thiện Trang nói không phải tu không có phước báo, mà là do tâm mình không tốt. Tâm mình dao động, hoang mang, nghĩ toàn chuyện xấu. Theo Vi Diệu Pháp, khi tâm chúng ta hoang mang, dao động, nghĩ những việc không tốt, nghĩ những việc bất thiện, nghĩ chuyện xấu. Bây giờ người ta gọi là tâm yếu đuối, hay gọi là tâm trầm cảm, những tâm đó đang nghĩ vậy, thì khả năng tạo duyên, tạo điều kiện tốt cho những quả bất thiện của đời quá khứ trở. Nó đã trở rồi thì sẽ tiếp tục trở nữa, tại vì mình đang buồn, đang sợ, đang khổ, đang càng lo âu, càng sợ bao nhiêu thì nó tiếp tục trở nữa. Nó là duyên vậy mà, nên dòng đó cứ chạy, chạy, chạy như vậy, có khi khổ đến chết luôn. Quý vị phải cẩn thận điều đó.

Mình muốn thoát khổ là gì? Là phải sống an lạc, phải sống tự tại, tâm phải tốt đẹp, nghĩ thiện, dùng tâm thiện nghĩ tốt lành v.v... thì tự nhiên hết, dùng duyên đó thì bắt đầu trở quả thiện, trở quả lành. Bởi vì vô lượng kiếp đời quá khứ mình tạo rất nhiều nghiệp, vừa nghiệp tốt, vừa nghiệp không tốt, nghiệp thiện, nghiệp bất thiện, thì có khả năng cho quả, nếu nghiệp nào đủ duyên thì cho quả. Vậy thì chúng ta hãy làm sao để duyên đó hiện ra.

Cho nên khác nha! Học Vi Diệu Pháp rồi, học Phật pháp rồi, chúng ta thấy khác thế gian lắm. Nhiều người không biết thì cứ đâm đầu vào khổ. Ở đây, khổ là do thọ dụng nên được đoạn trừ, cho nên là biết cách thọ dụng nha. Cho nên chúng ta học cho rõ ràng, càng học thì chúng ta càng sáng tỏ.

Này các Tỷ-kheo, nếu vị ấy không thọ dụng như vậy, các lậu hoặc tàn

hại và nhiệt não có thể khởi lên (tức là mình phải chuyển tâm). Nếu vị ấy thọ dụng như vậy, các lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa. Nay các Tỷ-kheo, các pháp ấy được gọi là các lậu hoặc phải do thọ dụng được đoạn trừ.

Hôm nay rất rõ rồi nha! Như vậy nhớ là khi mình thọ dụng cái gì, thì mình nghĩ đều là để tu hành, để giải thoát.

4. Các Lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ.

Ở đây thì đúng rồi, ráng nhẫn đi, đôi khi phải chịu. Ai không kham nhẫn được thì cũng ráng kham nhẫn, vì cảnh tới rồi thì không tránh được.

Và nay các Tỷ-kheo, thế nào là các Lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây, có Tỷ-kheo như lý giác sát, kham nhẫn lạnh, nóng, đói, khát, sự xúc chạm của ruồi, muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát; kham nhẫn những cách nói mạ lị phỉ báng. Vị ấy có tánh kham nhẫn các cảm thọ về thân, những cảm thọ thống khổ, khốc liệt, đau nhói, nhức nhối, không sung sướng, không thích thú, chết điếng người.

Nay các Tỷ-kheo, nếu vị ấy không kham nhẫn như vậy, thì các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não có thể khởi lên. Nếu vị ấy kham nhẫn như vậy, thì các Lậu hoặc tàn hại và nhiệt não ấy không còn nữa. Nay các Tỷ-kheo, các pháp ấy được gọi là các Lậu hoặc phải do kham nhẫn được đoạn trừ.

Cho nên ai mà không kham nhẫn được [thì] cũng ráng kham nhẫn nha! Bây giờ đâu có tránh được, trời đang lạnh [mà chuyển sang] nóng, bây giờ mùa hè thì phải chịu thôi. Đói khát, rồi bị ruồi đậu, bị muỗi cắn, [bị] sức nóng mặt trời, các loại rắn, rết, bò sát v.v... Rồi kham nhẫn trước lời chửi v.v... Nói chung thân thể mình đói khát, đau bệnh gì mình cũng chịu [được], thì các Phiền não hết. Còn nếu không kham nhẫn thì các Phiền não tiếp tục [khởi] lên.

Đoạn này chính là đoạn vừa rồi Thiện Trang mới nói, nếu quý vị nhẫn được, tức là kham nhẫn (#kham là kham chịu; #nhẫn là chịu đựng được), có nghĩa là khi đó mình vẫn đau, mình bị gì đó mà vẫn cảm thấy bình thường, thì tâm tốt, tâm thiện, tâm lành khởi lên, lại [là] cơ hội để cho những quả thiện tới, mai mốt mình học lộ trình tâm thì rõ ràng lắm. Như vậy quả thiện tới thì tự nhiên các

Phiền não cũng hết, mà lại vừa có quả thiện xuất hiện. Còn nếu lúc đó mà mình chịu kham nhẫn không nổi, mình khó chịu, bực bội, v.v... là tâm xấu khởi lên. Tâm xấu khởi lên thì [là] cơ hội để các quả xấu trở tiếp, nên lại Phiền não tiếp. Quý vị hiểu không ạ? Cho nên đức Phật dạy hay lắm! Rất là tuyệt vời! Mà mình học môn Vi Diệu Pháp, môn A Tỳ Đàm này thì rất dễ hiểu. Hiểu rồi thì ráng tu nha!

Cho nên ai mà chưa nhẫn được thì phải nhẫn, tại vì sao? Có những điều phải nhẫn, và đây là những điều này phải nhẫn, tránh không được thì nhẫn thôi. [Giống như] thời tiết bây giờ nóng, di chuyển chỗ ở không được thì phải ráng chịu, còn không [chịu] được thì dùng quạt cho bớt nóng, để thọ dụng được đoạn trừ, không thọ dụng được thì ráng kham nhẫn thôi. Cho nên phải do kham nhẫn mới [được] đoạn trừ, không có cách nào khác. Nên là ai chưa kham nhẫn được thì phải kham nhẫn.

5.Các Lộ hoặc phải do tránh né được đoạn trừ

[Phải] tránh né nha! Điều nào tránh được thì tránh, chứ không phải mình cứ đâm đầu vào đó.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các Lộ hoặc phải do tránh né được đoạn trừ? Đây các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo như lý giác sát tránh né voi dữ, tránh né ngựa dữ, tránh né bò dữ, tránh né chó dữ, rắn, khúc cây, gai góc, hố sâu, vực núi, ao nước nhớp, vũng nước. Có những chỗ ngồi không xứng đáng ngồi, những trú xứ không nên lai vãng, những bạn bè ác độc mà nếu giao du thì bị các vị đồng Phạm hạnh có trí nghi ngờ, khinh thường; vị ấy như lý giác sát tránh né chỗ ngồi không xứng đáng ấy, trú xứ không nên lai vãng ấy và các bạn độc ác ấy.

Quý vị thấy không ạ? Đức Phật đâu có bảo mình xông vô đâu. Chỗ nào mà có voi dữ, bò dữ, rắn dữ, chó dữ, gai góc, cây cối, vực sâu, núi gì đó... né được thì né hết đi. Rồi bạn bè ác độc cũng né luôn, đừng giao du. Quý vị thấy [đều phải] né hết, chỗ nào không xứng đáng thì tránh hết, [đức Phật] đâu có bảo mình nhào vô đâu. Quý vị thấy hay không ạ? Đức Phật rất là tuyệt vời! Có những Phiền não phải do tránh né mới được đoạn trừ, quý vị vô đó thì làm sao [chịu] nổi. Vậy cho nên là phải tránh duyên.

Quý vị thấy, có nhiều đồng tu Tịnh Độ thấy tội lắm, [ở trong] gia đình bị chồng gây khó khăn quá trời, nhưng sợ ly hôn dọa Địa ngục, tại nghe người ta nói vậy rồi cũng sợ, không dám tránh né. Cho nên đâu có đoạn trừ được, suốt ngày sân, sân rồi người ta cũng tạo nghiệp, mình cũng tạo nghiệp. Người ta thì tạo nghiệp phỉ báng Tam Bảo, cản ngăn người tu hành, mình thì tạo nghiệp sân hận, khó chịu, v.v... [Nên] tu không được, rồi mai một cùng dẫn nhau đi vào ác đạo. Như vậy có tốt, có lợi ích gì đâu đúng không ạ?

Cho nên nhiều khi học Phật pháp phải hiểu, học không hiểu, tri kiến không đủ thì khó lắm. Cho nên điều nào né được thì né nha! Đức Phật khuyên [phải] né. Nói chung cách thứ 5 [là] né được thì né.

Điều thứ 6 là gì? Thiện Trang xin không đọc hết nguyên văn, quý vị về có thể tạm dừng video [để] coi lại.

6. Các Lưu hoặc phải do trừ diệt được đoạn trừ

Tỷ-kheo như lý giác sát không có chấp nhận dục niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (dục niệm ấy); không có chấp nhận sân niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (sân niệm ấy); không có chấp nhận hại niệm đã khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (hại niệm ấy); không chấp nhận các ác bất thiện pháp luôn luôn khởi lên, từ bỏ, trừ diệt, diệt tận, không cho tồn tại (các ác bất thiện pháp ấy).

Điều này thì dễ đúng không? Chúng ta tu Tứ niệm xứ thì chúng ta thấy tâm tham khởi lên, tâm sân khởi lên, tâm muốn hại, tâm làm bất thiện nào [thì] mình dừng lại hết. Đó là phải do trừ diệt được đoạn trừ.

Đoạn sau cũng lặp lại như vậy, chỉ đổi ý thôi, nên cũng dễ dàng hiểu được. Ở đây nhớ là tu Tứ niệm xứ thì chắc chắn làm được điều này.

7. Các Lưu hoặc phải do tu tập được đoạn trừ

Có nghĩa là 6 cách trên đều phải tu hết rồi, nhưng cách thứ 7 này cũng phải tu nữa.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là các Lưu hoặc phải do tu tập được đoạn

trừ? Nay các Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo như lý giác sát tu tập Niệm giác chi (bây giờ phải tu Thất giác chi. Tức là phải tu Niệm giác chi, chúng ta học rồi, là phải nắm bắt được cảnh, nhớ cảnh), **niệm giác chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, hướng đến từ bỏ; như lý giác sát tu tập Trạch pháp Giác chi...; như lý giác sát tu tập Tinh tấn Giác chi...; như lý giác sát tu tập Hỷ giác chi...; như lý giác sát tu tập Khinh an Giác chi...; như lý giác sát tu tập Định giác chi...; như lý giác sát tu tập Xả giác chi, Xả giác chi này y viễn ly, y ly tham, y đoạn diệt, hướng đến từ bỏ.**

Tương tự, tu Trạch pháp Giác chi, Tinh tấn Giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an Giác chi, Định giác chi Xả giác chi. [Tu] được như vậy thì cuối cùng Phiền não được đoạn trừ. Điều đó thì phải tu tập.

Điều này quan trọng lắm quý vị, Thất giác chi cực kỳ quan trọng. Thiện Trang có chia sẻ nhiều rồi, nhưng có nhiều người chưa nghe, đó là mình phải biết tu. Chúng ta đã học bài Thất giác chi rồi, khi nào tâm thế nào thì tu giác chi nào. Ví dụ trời mùa này nóng quá, quý vị thấy nóng quá, thân thể mình khó chịu thì quý vị tu Thiền không được, tu Thiền quán, Thiền chỉ gì cũng không được hết, thì quý vị phải tu Khinh an giác chi. Bằng cách nào? Bằng cách đi tắm rửa, kiếm nơi nào mát mẻ cho nhẹ nhàng, thân khinh an, thì khi đó dễ tu hơn đúng không? Còn mùa đông lạnh quá, quý vị [mà] lạnh thì cũng phải sưởi ấm, cho nên quan trọng. Đó là thân khinh an, Khinh an Giác chi thôi đó.

Và mình biết khi tâm mình đang trạo cử, đang rạo rục thì phải tu bốn giác chi nào? Đó là phải [tu] Khinh an Giác chi, Định giác chi, Xả giác chi đúng không? Xả là sao? Là mình buông hết xuống, buông có nghĩa là mình đừng có giữ pháp ác, đừng có giữ pháp thiện trong tâm, đừng có nghĩ gì hết, nghe pháp cũng không. Ví dụ như quý vị đi dạo, quý vị ra [ngoài], ngắm sông, ngắm biển, ngắm cảnh gì đó cho nhẹ nhàng, đó cũng là tu Xả giác chi.

Và chúng ta phải tu Khinh an Giác chi, thì hồi nãy nói rồi. Còn Định giác chi, lúc đó quý vị tu định cho nhẹ nhàng, ra ngoài [gặp] cảnh nào đó dễ chịu. Cho nên nhiều người ngồi trong nhà Thiền định, thiền hoài không được là vì sao? Vì ngồi trong nhà bức bách quá, khó chịu quá, đặc biệt mùa này [là] mùa nóng, mùa hè. Mà nóng quá thì quý vị sẽ không tu được, quý vị phải ra ngoài cho dễ chịu,

cho nên phải khéo biết. Điều đó là mình phải biết, [tu] Khinh an giác chi, Xả giác chi, Định giác chi, và lúc nào cũng phải có Niệm giác chi. Niệm giác chi dùng trong cả hai trường hợp.

Còn khi nào tâm mình đang buồn ngủ, đang yếu đuối tức là do dự, buồn ngủ, đờ đờ thì mình phải tu Tinh tấn Giác chi, Hỷ giác chi và Trạch pháp Giác chi. Trạch pháp Giác chi là gì? Là phải lựa chọn các pháp, pháp nào thiện, pháp nào ác thì mình phải lựa chọn. Mình hãy ráng suy nghĩ, tức là mình phải làm cho Tâm sở Tầm mạnh lên, để tránh buồn ngủ. Mình đang ngồi Thiền mà buồn ngủ quá thì đứng dậy đi lại, rửa mặt, v.v... Niệm giác chi là phải có rồi, Niệm giác chi áp dụng cả cho trường hợp này.

Tinh tấn Giác chi là siêng năng thực hành pháp được chọn đó (Trạch pháp giác chi).

Còn điều nữa là Hỷ giác chi, tức là làm cho tâm mình vui lên, muốn vui thì rửa mặt cũng là một cách giúp cho cảm giác an lạc, dễ chịu. Rồi nghĩ đến chuyện gì vui, nghĩ đến niệm pháp, mình học thế nào, mình được lợi ích thế nào, v.v... nghĩ đến sau này mình sẽ đắc đạo, nghĩ đến như vậy thì tâm mình sẽ khởi lên Hỷ giác chi. Nghĩ là sau này mình được sanh lên trời Phạm thiên để mình tu tập tiếp, mình gặp được đức Phật Di Lặc để được đắc đạo, v.v... Mình nghĩ như vậy để có hỷ, thì sẽ trừ được tâm yếu đuối, và lúc đó mình tu như vậy. Hoặc mình nghe pháp để cho tâm mình hoan hỷ lên, đó cũng là Hỷ giác chi, rõ ràng như vậy nha.

Cho nên là bốn điều giác chi trong hai trường hợp, tại vì Niệm giác chi áp dụng cả hai [trường hợp] thì thành bảy. Quý vị cứ nhớ như vậy [để] áp dụng thực hành, nên Thất giác chi cực kỳ quan trọng. Cách cuối cùng là tu tập, thì ở đây đức Phật đưa ra tu tập Thất giác chi.

Điều cuối cùng ở đây là đức Phật tổng kết lại thôi. Quý vị có thể coi bài kinh này trong Kinh Trung Bộ, Thiện Trang tóm tắt lại như vậy thôi, chứ lặp đi lặp lại nhiều quý vị sẽ ngán. Đoạn kết luận như sau:

(Kết luận):

Này các Tỷ-kheo, đối với Tỷ-kheo những Lộ hoặc nào phải do tri kiến được đoạn trừ đã được tri kiến đoạn trừ, những Lộ hoặc nào phải

do phòng hộ được đoạn trừ đã được phòng hộ đoạn trừ, những lậu hoặc nào phải do thọ dụng được đoạn trừ đã được thọ dụng đoạn trừ, những lậu hoặc nào phải do kham nhẫn được đoạn trừ đã được kham nhẫn đoạn trừ, những lậu hoặc nào phải do tránh né được đoạn trừ đã được tránh né đoạn trừ, những lậu hoặc nào phải do trừ diệt được đoạn trừ đã được trừ diệt đoạn trừ, những lậu hoặc nào phải do tu tập được đoạn trừ đã được tu tập đoạn trừ; này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ấy được gọi là đã sống phòng hộ với sự phòng hộ tất cả lậu hoặc, đã đoạn diệt khát ái, đã thoát ly Kiết sử, đã chánh quán[1] kiêu mạn, đã diệt tận khổ đau.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy. Các Tỷ-kheo ấy hoan hỷ, tín thọ lời dạy của Thế Tôn.

(Kinh Số 2- Kinh Tất Cả Lậu hoặc (Sabbāsavasutta) – Kinh Trung Bộ).

Như vậy cuối cùng sẽ được thoát ly khỏi Kiết sử, phòng hộ tất cả các Lậu hoặc, đã được đoạn diệt khát ái, đã thoát ly Kiết sử, đã chánh quán kiêu mạn, đã diệt tận khổ đau. Cuối cùng cũng chứng quả thôi, nếu mà tu như vậy.

Ở đây Thiện Trang tóm tắt 7 phương pháp đoạn trừ Lậu hoặc (Phiền não) theo Kinh Tất Cả Lậu Hoặc của Kinh Trung Bộ, quý vị chỉ cần nhớ 7 điều này thôi.

Tóm tắt 7 phương pháp đoạn trừ Lậu hoặc (Phiền não) theo Kinh Tất Cả Lậu Hoặc – Kinh Trung Bộ	
1. Phải do tri kiến	2. Phải do phòng hộ
3. Phải do thọ dụng	4. Phải do kham nhẫn
5. Phải do tránh né	6. Phải do trừ diệt
7. Phải do tu tập	

1. Phải do tri kiến: là mình phải học tập

2. Phải do phòng hộ: là mình phải giữ gìn các căn.

3. Phải do thọ dụng: thọ dụng đúng cách tức là mình nghĩ việc thọ dụng nào cũng để giúp cho mình tu hành hết.

4. Phải do kham nhẫn: ai không kham nhẫn được thì ráng kham nhẫn.

5. Phải do tránh né: né được cái nào thì né, người ác quá, người sân quá, người gì đó không tốt, né được thì né hết.

6. Phải do trừ diệt: trừ diệt tức là tâm tham khởi lên thì đừng cho tham nữa, nghĩ đi, đừng đi. Tâm sân cũng vậy, tâm xấu gì khởi lên thì mình đừng hết.

7. Phải do tu tập: cuối cùng là Thất giác chi, là phải do tu tập.

Hôm nay Thiện Trang đã nói rõ rồi, quý vị nhớ giùm [7] điều này, Thiện Trang đánh thêm từng mục là tu [pháp] gì, như vậy là rất rõ ràng. Quý vị thấy những điều này cực kỳ quan trọng đúng không? Cho nên chúng ta học [thì sẽ] có giá trị lợi ích.

Bây giờ chúng ta trở lại phần Tâm trong A Tỳ Đàm (Vi Diệu Pháp), phần vừa rồi là phần Kinh tạng.

Tâm	Cảm giác (thọ)	Hợp tác	Tác động
Tham	Hỉ	Hợp tà	Vô trợ
Tham	Hỉ	Hợp tà	Hữu trợ
Tham	Hỉ	Ly tà	Vô trợ
Tham	Hỉ	Ly tà	Hữu trợ
Tham	Xả	Hợp tà	Vô trợ

Tham	Xả	Hợp tà	Hữu trợ
Tham	Xả	Ly tà	Vô trợ
Tham	Xả	Ly tà	Hữu trợ

Hôm bữa chúng ta đã học tới phần về Tâm tham, Tâm tham có 8 tâm. Chúng ta xét về cảm thọ thì có 2 loại thôi là: Hỉ và Xả. Tâm tham thọ hỉ và Tâm tham thọ xả. Về hợp tác, [thì có hợp] với Tà kiến hay không hợp Tà kiến, thì có 4 bốn trường hợp, bình thường là 2 thôi (2 thành 4). Rồi có tác động của trợ hay vô trợ (hữu trợ hay vô trợ), thì chia ra, nên thành ra có 8 Tâm tham. Bắt đầu từ Tâm tham thọ hỉ, hợp Tà kiến, vô trợ đến Tâm tham thọ xả, ly Tà kiến, hữu trợ. Chúng ta nhớ như thế! Rồi nhân của mấy điều này thì mình học rồi, bữa nay mình học phần tiếp:

+Nhân trợ sanh vô trợ có 6: tức là để có hữu trợ hay vô trợ.

Quý vị còn nhớ hữu trợ hay vô trợ không? Hữu trợ có hai trường hợp: Hoặc là tâm mình phải suy xét vấn đề đó, suy đi tính lại. Ví dụ mình muốn ăn món đó, vì thấy ngon quá, mình biết món đó ăn ngon, nhưng mình suy nghĩ thấy tham rồi đó, [nên] nghĩ tới nghĩ lui rồi mới ăn, thì đó là Tâm tham, thường là thọ hỉ. Lúc ăn mà mình có suy xét về nhân quả thiện ác gì đó, thì đó là ly Tà kiến và lúc đó có hữu trợ. Hoặc cũng như vậy, nhưng thay vì mình suy xét, thì nghe người ta nói ăn đi ăn đi, không sao đâu, ăn món này không có ảnh hưởng gì về nhân quả gì đâu v.v... ăn món này để ta thành đạo, ăn để có sức khỏe, để tu tập tốt. Như vậy, mình ăn với Tâm tham [cộng] với sự giúp đỡ của người ta khuyến tấn như vậy. Bởi vì mình tham, mình thấy ngon mà, thì là Tâm tham thọ hỉ, Ly tà (tức là rời khỏi Tà kiến rồi, vì mình có nhận định về nhân quả nghiệp báo), và có trợ.

Còn không có trợ là mình vô, mình thấy đồ ăn là cứ ăn một mạch thôi, ăn ngon nên ăn ào ào. Đó là Tâm tham thọ hỉ và hợp Tà kiến (tại vì mình không có suy nghĩ gì về nhân quả hết, nên là hợp Tà kiến), và vô trợ. Đây thì chúng ta nhớ bài trước chưa? Có bấy nhiêu đó thôi, có 8 tâm thôi.

Bây giờ nói về vô trợ, thì có 6 nhân để trợ sanh cho vô trợ (tức là hỗ trợ cho vô trợ). Chữ ‘trợ’ ở đây có hai chữ, nên bị lặp từ, thì chúng ta hiểu trợ là giúp đỡ, giúp đỡ cho vô trợ.

1. Tái tục bằng nghiệp vô trợ: tức là mình đầu thai bằng nghiệp này, cho nên nếu ai đầu thai bằng nghiệp này thì cũng dễ [được] vô trợ luôn. Những người mà đầu thai bằng nghiệp vô trợ, tức là đời trước, trong giai đoạn tạo tâm thì mình tạo bằng tâm vô trợ, thì người đó không cần gì hết, họ làm gì cũng làm vèo vèo, nhanh lắm, khỏi cần phải suy xét gì hết. Đó là họ đầu thai bằng nghiệp vô trợ. Đâu cần suy xét gì đâu, vô thấy ăn là ăn thôi, không có suy xét gì hết, không cần đắn đo gì cả. Đó gọi là tái tục bằng nghiệp vô trợ.

2. Thân tâm mạnh mẽ: có những người thân tâm mạnh mẽ lắm, cho nên làm gì cũng làm ầm ầm, giải quyết rất là nhanh, không cần phải đắn đo, suy đi tính lại. Giống như tâm tham, họ ăn cũng như vậy. Hoặc là mua cái gì thì cũng dứt khoát, vèo vèo là xong.

Vậy thì điều này tốt nha! Xét về phương diện nghiệp trợ với vô trợ, thì quý vị thấy nghiệp trợ không tốt bằng vô trợ, tại sao? Tại vì nghiệp vô trợ thì sẽ cho quả nhanh hơn, tốt hơn. Giống như quý vị cúng dường chẳng hạn, quý vị làm phước, hay làm gì đó mà suy tới suy lui, xét tới xét lui, có nên hay không nên không, rồi một hồi mới làm. Hoặc là phải có sự khuyến tấn của người khác thì mới làm, v.v... thì nghiệp đó không mạnh và cho quả cũng không mạnh. Cho nên đời sau mình cứ dờ dờ, chậm chạp, làm gì cũng không có dứt khoát, cứ suy đi tính lại, [tính] tới [tính] lui gì đó, thì đó là có trợ. Cho nên vô trợ tốt, còn có trợ thì không tốt. Cho nên ở đây mới đưa ra là 6 nhân để trợ sanh vô trợ.

Cho nên mình làm việc gì thì cố gắng mạnh mẽ lên, giải quyết cho nhanh. Thiện Trang hình như có điều này. Thiện Trang làm gì cũng nhanh lắm, giải quyết nhanh. Ví dụ như mua món đồ gì đó, thì Thiện Trang ra coi món đó, coi nhanh rồi mua thôi, không cần phải suy xét. Còn có nhiều người, họ có tính là phải tính đi tính lại, mặc dù cái đó không có đáng gì nhưng cứ coi tới coi lui, mất thời gian. Còn đối với Thiện Trang thì mấy việc đó không cần thiết, chẳng hạn. Mình thấy điều đó cũng là tạo ra nghiệp trợ hay vô trợ đó.

3. Đa nhân nại: những người mà nhân nại tốt thì lại tạo ra nghiệp vô trợ.

4. Từng thấy nghe kết quả của người khác: điều này thì rõ ràng hơn. Có nghĩa là có những trường hợp mình thấy kết quả của người khác rồi, biết người ta làm việc đó ra kết quả tốt. Ví dụ như đi học, thấy đứa hàng xóm đi học, mai mốt họ thành đạt rồi, cho nên mình cứ theo đi học thôi. Hoặc mình thấy người kia từ khi tu tập Thiền chỉ, [được] Thiện Trang hướng dẫn, thì có kết quả là mặt mày sáng ra, tâm được định tĩnh, hiền hòa hơn, lạnh lẽ hơn v.v... Mình thấy như vậy nên mình tu ầm ầm, không suy xét. Còn người mà suy xét tới suy xét lui rồi mà cũng chưa tu nữa. Người ta thì tu từ đời nào rồi, còn bây giờ mình chưa tu, mình theo không kịp.

Quý vị thấy không? Đó là hữu trợ với vô trợ đó. [Vì] hữu trợ nên chậm mất rồi, người ta tu thành công rồi. Còn mình vô rồi mình bị áp lực, mình tu mãi không theo kịp. Còn người ta dứt khoát. Có thể là người đó, đời trước đi đầu thai bằng nghiệp vô trợ, cho nên họ làm nhanh chóng. Còn mình [nghĩ] tới lui vẫn chưa làm. Đây là nguyên nhân.

5. Thuần thực việc làm: tức là việc nào mà thành thực rồi thì tự nhiên không cần phải suy xét, coi đi tính lại, hay không [cần] ai khuyên gì hết, cứ thế mà họ làm ào ào. [Vì] là thành thực rồi, tức là nhuần nhuyễn rồi.

6. Vật thực, khí hậu thích hợp: điều này cũng có liên quan đến đồ ăn và khí hậu phải phù hợp. Ví dụ như bây giờ mình thấy đồ ăn ngon quá, thì tất nhiên mình ăn liền thôi, không cần phải suy xét đúng không? Nhưng đồ ăn ở Việt Nam, khi dọn lên thì mình có cảm giác là đồ giả không à, đồ có thuốc hay gì đó, thì bắt đầu tâm đó là có trợ rồi.

Cho nên vật thực quan trọng. Đồ ăn ở nhà mình làm hoặc mẹ mình làm, trong vườn đem ra, thì chắc chắn là ăn nhiều rồi, khỏi phải suy nghĩ đúng không? Đó gọi là Tâm tham thọ hỷ, có thể là hợp tà hay ly tà, vô trợ. Nhưng đi tới nhà bạn, nghe nói là đồ ăn mua ở ngoài chợ về là mình thấy sợ sợ rồi, [nghĩ] chắc đồ này nhúng thuốc, trái sầu riêng này có thuốc v.v... Nghĩ cái này có thuốc, cái kia có thuốc nên sợ, cho nên lúc đó là có trợ, chứ không có vô trợ được.

Về khí hậu thích hợp cũng tương tự như vậy. Ví dụ khí hậu đang nóng quá,

thì tất nhiên mình cũng không muốn ăn nhiều đúng không? Mà khí hậu mát mát, thấy lạnh lạnh thì nghĩ là: “Thôi ăn cho ấm”. Cũng vậy, mình cũng có trợ và vô trợ là như thế.

Rồi nhân trợ sanh cho hữu trợ có 6. Ngược lại với ở trên là vô trợ, thì dưới đây là hữu trợ.

+Nhân trợ sanh hữu trợ có 6:

1. Tái tục bằng tâm hữu trợ (hay nghiệp hữu trợ): Cũng giống như trên! Nếu mình tái tục bằng tâm có trợ thì đời này [làm gì] cũng chậm chậm, việc gì mà [cần] đưa ra quyết định thì cũng chậm hết.

2. Thân tâm yếu: Những người hay sợ hãi thì thân tâm [yếu]. Việc gì cũng suy tới suy lui, quyết định tới, quyết định lui, không bao giờ dứt khoát hết. Chính vì vậy không có thành công, ở đời thường ít thành công. Nói về Phật pháp tu hành, thì nghiệp đó không tốt, không tạo ra những tâm tốt, phước báo không lớn. Quý vị nhớ điều này nha! Có nhiều người tâm yếu lắm, làm việc gì cũng suy đi tính lại, không biết nên như thế nào v.v... không dứt khoát. Cho nên phải cần dứt khoát.

3. Không hay nhẫn nại

4. Không từng thấy, nghe kết quả của người khác: Mình chưa thấy kết quả ai tu tập hết cho nên nghi ngờ, cho nên mình cứ suy đi tính lại. Hoặc là mình thấy, giống như các đồng tu muốn ra nước ngoài, muốn đi xuất khẩu lao động chẳng hạn, nhưng chưa thấy ai đi hết, trong xóm mình trong làng mình, trong xã mình chưa thấy ai đi thành công hết, cho nên không biết việc đó thế nào. Nhưng nếu thấy đồng tu này đi thành công rồi, hoặc là hàng xóm của mình đi thành công rồi, v.v... thì mình đâu cần suy xét nữa, thế là họ vô trợ là được đúng không?

5. Không thuần thục việc làm: việc gì mà mình chưa biết thì tự nhiên phải suy đi tính lại, phải suy nghĩ thôi. Còn nếu thuần thục việc làm rồi, thì việc đó cứ thế mà làm đúng không? Đâu cần suy nghĩ đâu, cứ vô là làm ầm ầm thôi.

Tu Thiền cũng vậy, nếu mình tu Thiền ở mức độ nhuần nhuyễn, tu Thiền quán hay Thiền chỉ mà nhuần nhuyễn, thì mình vô mình cũng tu ầm ầm thôi,

mình đâu cần phải suy xét gì đâu. Mình tu tới đâu thì mình biết sẽ xảy ra tình huống gì. Học pháp cũng vậy, nếu mình học pháp một cách nhuần nhuyễn thì mình cũng học pháp nhẹ nhàng. Cho nên do là không nhuần nhuyễn thì mình phải cần có hữu trợ, phải có người khác giúp đỡ.

6. Vật thực, khí hậu không thích hợp: Cũng tương tự, như hồi nãy Thiện Trang đã phân tích rồi. Vật thực mà không thích hợp thì tự nhiên mình suy nghĩ tới lui: Món ăn này lạ quá! Không biết ăn có đau bụng không? Không biết có thuốc không? v.v... Rồi người kia mới nói: Không sao đâu! Món này ăn tốt đó v.v... Đó là phải có hữu trợ.

Về khí hậu cũng vậy, khí hậu không thích hợp. Ví dụ như bây giờ đang nóng quá, mình cảm thấy món này ăn vô sẽ nóng thêm, người nóng bức quá. Đó là mình suy nghĩ. Nhưng nếu đúng món ăn đó, mà hậu khí hậu phù hợp thì ăn được, ok.

Chúng ta đã học qua phần này rồi. Hôm bữa là học hết về Tâm tham rồi. Hôm nay Thiện Trang xin giới thiệu cho quý vị Tâm sân. Bây giờ mình học thêm về Tâm sân. Ở đây chúng ta có mấy Tâm sân, hôm nay chúng ta cố gắng học.

a2. Tâm sân (*Dosa-mūla Citta*): Có 2

Chúng ta chia tâm ở Dục giới, Tâm tham thì có 8, còn Tâm sân thì có 2.

+Định nghĩa: Gọi là ‘Tâm sân’ (hay Tâm căn sân) vì khi tâm này phát sanh có ‘Tâm sở sân’ làm căn, làm gốc. (Định nghĩa đơn giản là Tâm sân thì có Tâm sở Sân (chúng ta học Tâm sở Sân rồi) làm căn, làm gốc). **Sân là giận, buồn, rầu hoặc khốc lóc v.v...**

Tâm sân (*Dosa-mūla citta*) là loại tâm phát sinh với gốc rễ là **sân hận**, tức là **sự không hài lòng, phẫn nộ, thù ghét, khó chịu, hoặc bức tức** đối với đối tượng. Đây là loại tâm đưa đến **hành động và lời nói ác**, làm tổn hại bản thân và người khác.

Điều này là chúng ta ôn lại thôi, tại vì giống như Tâm sở vậy đó, cũng được định nghĩa đơn giản. Quý vị thấy không? Với gốc rễ là sân hận, tức là không hài lòng. Khi nào quý vị có không hài lòng, thì là sân rồi đó. Phẫn nộ, thù ghét ai là

sân đó nha, khó chịu là sân rồi đó, hoặc bực tức đối với người, đối với vật gì đó, nói chung là đối với đối tượng. Và điều này đưa đến hành động và lời nói ác. Tất nhiên từ tâm thì chuyển ra thành hành động, hành động thì có trên thân và khẩu (tức là miệng). Làm tổn hại chính mình, tổn hại bản thân tức là chính mình và người khác.

Cho nên đừng có tưởng sân không hại ai, sân ít nhất là hại mình, dù không có đối tượng, dù chỉ là cái bàn, cái ghế, cây bút, cái gì [mà] mình sân thì cũng hại. Quý vị nhớ giùm mấy chữ này nha: Sân là giận, là buồn rầu, là khóc lóc, là sự không hài lòng, là phần nộ, là thù ghét khó chịu hoặc bực tức. Quý vị nhớ mấy điều đó là quý vị biết mình đang sân. Nhiều người không học cho nên không biết, cứ kêu ôi tâm mình tốt lắm. Nhưng thật ra là đang thù ghét một ai đó, đang khó chịu với một ai đó, đang khó chịu với một cái gì đó. Ví dụ thời tiết nóng quá, quý vị cảm thấy khó chịu là sân rồi nha.

Cho nên sân có nhiều [kiểu] sân lắm, đừng tưởng là không sân. Chỉ có Tam quả A-na-hàm mới hết sân thôi, còn phàm phu là sân hoài mà mình không biết. Cho nên mình tưởng là mình ngon thôi, chứ thực tế là mình sân nhiều lắm, đủ các thứ sân.

+Ý nghĩa Sân: ưu, buồn, cảm thọ khổ thuộc về tâm, không hài lòng, tức giận.

***Khuể, phần, ghét bỏ, căm ghét, tức là sân, phần tức là sân mà khác tên (như nói phần nộ).**

Có khi người ta dùng chữ 'khuể' thì cũng là sân thôi quý vị. Hay là phần tức là phần nộ, căm ghét, ghét bỏ ai tức là sân rồi đó. Cho nên nhiều khi nhắc tới người nào mà mình cảm thấy ghét người đó là mình sân rồi nha. Mình không muốn nghe, mình không muốn nói, không có gì đó là mình đang sân. Cho nên là cũng khó, không dễ đâu!

+Hai Tâm sân (tâm hợp phần nộ hay tương ưng phần nộ) (lúc nào nó cũng hợp với phần nộ, hay có khi dùng từ là tương ưng. Mình dùng chữ hợp đi cho ngắn, chữ tương ưng thì khó hiểu):

1. Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, vô trợ.

2. Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ.

Tâm sân thì lúc nào cũng hợp với phần nộ hết. Ở đây quý vị có thấy khác với hôm bữa không? Hồi bữa mình học Tâm tham, thì Tâm tham là thọ hỉ hoặc thọ xả. Còn ở đây là Tâm sân thì lúc nào cũng thọ ưu hết. Rồi về hợp, thì tâm tham là hợp tà hay không hợp tà, nhưng ở đây [Tâm sân] thì nói là hợp phần nộ, lúc nào cũng hợp phần nộ, chứ không có hợp Tà kiến chứ không hợp Tà kiến như Tâm tham. Và cũng có yếu tố vô trợ với hỗ trợ giống nhau. Tức là xét về ba phương diện: là thọ, rồi hợp với cái gì, và có trợ hay không có trợ.

Để hiểu điều này thì chúng ta nên tìm cách nhớ như thế này: Trong Vi Diệu Pháp có 5 loại thọ, mỗi loại thọ được xác định rất rõ, như chữ:

- **Dukkha = khổ về thân (physical pain)** (tức là nỗi khổ về thân vật lý).

- **Domanassa = ưu buồn về tâm (mental displeasure, sorrow)** cái này gọi là ưu, để phân biệt.

Điều này là chúng ta nói về khổ và ưu. Hôm nay chúng ta phải nên học kỹ hơn về chỗ này. Nói về 5 thọ thì Thiện Trang nói về 5 thọ trước. Trong Vi Diệu Pháp, thì mỗi loại tâm chỉ có thể đi kèm với 1 trong 5 thọ thôi, gồm: Thọ lạc, thọ khổ, thọ hỉ, thọ ưu và thọ xả. Chúng ta phải nói rõ hơn về 5 loại thọ này để quý vị hiểu.

1. Lạc (sukha) → chỉ có ở các tâm ngũ song thức (Ngũ căn: Nhãn thức, Nhĩ thức...).

Thọ lạc, trong Vi Diệu Pháp là cái gì đụng tới thân. Ví dụ như quý vị đang nóng, quý vị rưới chút nước lên thấy mát, dễ chịu. Quý vị thấy mát quá, mát quá, thì đó là thọ lạc. Tức là nó chạm vào thân luôn. Cho nên ở đây thọ lạc (sukha) chỉ có ở các tâm ngũ song thức (Ngũ căn: Nhãn thức, Nhĩ thức...). Ví dụ mắt mình thấy cảnh là bông hoa đẹp hay cái gì đẹp, v.v... cảnh đó như ý thì đó là đang vui, thọ lạc đó. Hoặc là tai nghe âm thanh đúng âm thanh mình ưa thích, thì đó là lạc. Hoặc là thân thể mình chạm thấy cái gì hay chỗ nào mềm mại, thấy dễ chịu, vui, đó là đang lạc. Đây là ngũ song thức thôi, tức là Ngũ căn. Chúng ta nên biết như vậy.

2. Khổ (dukkha) → chỉ có ở **Thân thức bất thiện**.

Cũng là năm yếu tố Ngũ căn này thôi, nhưng chúng bất thiện.

3. Hỷ (somanassa) → tâm dễ chịu về mặt **tâm ý** → gắn với **Tâm tham, thiện, Tâm đại thiện...**

Chúng ta chỉ cần hiểu ở đây là tâm dễ chịu, khi nào quý vị có tâm dễ chịu thì gọi là hỷ.

4. Ưu (domanassa) → tâm khó chịu về mặt tâm → gắn với si, bất mãn, phiền não.

Chúng ta học trong Vi Diệu Pháp, chúng ta thấy [thọ ưu] với tâm si, tâm bất mãn, tâm phiền não. Bất mãn là sân, rồi phiền não.

5. Xả (upekkhā) → trạng thái trung lập, không vui không buồn.

Cho nên không vui không buồn thì gọi là xả. Còn vui thì có hai cái: Một là lạc, hai là hỷ. Lạc là đụng tới thân (tức là Ngũ căn: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Còn hỷ là nói về tâm. Cũng vậy, cái gì làm cho mình khó chịu, ví dụ mình đụng cái gì đó nóng quá, thì đó là khổ, đó thuộc về xúc. Hoặc là mình nghe âm thanh gì đó khó chịu quá, làm tai mình đau, đau tai, ù tai luôn, thì đó là khổ. Còn nếu là ưu là mình khó chịu về tâm. Ví dụ nghe bài nhạc đó, mặc dù bài nhạc đó hay đối với người ta, nhưng tại vì tâm mình không thích nghe nhạc, cho nên mình thấy khó chịu, thì đó là ưu. Mà ưu đó là sân. Quý vị hiểu rõ chưa ạ? Chúng ta phải hiểu như vậy thì chúng ta mới phân biệt được, chứ không thì không phân biệt được. Có 5 loại thọ này mà mình không hiểu thì mình không nắm được.

Ở đây, Thiện Trang xin giới thiệu một chút, để dễ nhớ, thì mình so sánh Tâm tham với Tâm sân.

Một cách hiểu dễ nhớ:

- **Tham thì mềm – sân thì cứng.** (Quý vị thấy không? Tham thì mềm, sân thì cứng, giống như cứng người lên).
- **Tham thì nhẹ – sân thì nặng.** (Tâm mình tham thì nhẹ nhàng, mà tâm mình sân thì nặng nề lắm. Quý vị thấy người ta [sân] thì nặng nề).
- **Tham kéo về – sân xua đuổi.** (Quý vị thấy giống như Tâm tham thì mình muốn lấy vô, mình ăn vô, mình muốn lấy về. Còn sân là mình muốn đẩy ra, không thích thứ đó, không muốn vật đó, không thích người đó, muốn tránh ra v.v... Cho nên là dễ nhận định được).

→ Tâm tham dễ chịu **về tâm**, nên **thọ hỷ**. (Rõ ràng chưa quý vị? Hôm bữa phân tích đó, Tâm tham tại sao thọ hỷ? Và Tâm tham tại sao thọ xả? Là khi tham đến mức độ trơ rồi, cũng ngon đó, nhưng không có quan trọng nữa, thì là thọ xả).

→ Tâm sân khó chịu (thọ ưu) **đến mức lan ra thân** (nên **thọ khổ**). (Tâm sân thì khó chịu, khó chịu nên là thọ ưu. Và không chỉ thọ ưu đâu, mà đến mức lan ra thân cho nên thọ khổ nữa).

Tại vì sao? Vì tâm sân, thật ra mình nói trên tâm thì là thọ ưu, nhưng còn gây ra thọ khổ nữa. Vì sân thì tự nhiên khó chịu, người bùng bùng lên, sân mà, sân mạnh lắm. [Sân] rõ ràng nhất là mặt mày đỏ bùng lên, đó là thân thể khó chịu, thì đó là thọ khổ. Có tài liệu người ta nói Tâm sân là thọ khổ. Quý vị hiểu đó là xét một cách chi tiết là như vậy.

Nhưng ở đây chúng ta đang nghiên cứu về tâm thôi. Nên Thiện Trang chỉ xét Tâm sân thì thuộc về thọ ưu, chứ thật ra cũng là thọ khổ luôn. Vừa thọ ưu, vừa thọ khổ. Tức là tâm thọ ưu và thân thọ khổ. Và có thể nói thọ khổ [cũng] được. Quý vị coi có một số tài liệu, một số bộ luận, người ta nói Tâm sân là thọ khổ, nhưng có một số tài liệu nói Tâm sân là thọ ưu. Ở đây chúng ta chọn đang xét về tâm thôi, nên nói là thọ ưu. Còn nếu nói rốt ráo thì thật ra lúc đó cũng là thọ khổ.

Và ở đây, bởi vì tụng tới điều này thì cũng xin nói lại vấn đề hôm trước về Tâm tham. Tâm tham, các đồng tu nói tâm tham là phải thọ lạc chứ sao lại thọ hỷ?

Quý vị thấy ở đây, chúng ta phải nói thế này, chúng ta chưa học tới lộ trình tâm nên chúng ta chưa rõ. Nhưng thực tế nếu xét ra, khi Tâm tham thì thế nào? Ví dụ mình ăn đồ ăn, mình vừa tiếp xúc với đồ ăn, đưa vào trong miệng, nếu mình đang nhai thì lưỡi bắt hương vị, rồi có thể miệng tiếp xúc nữa. Nói chung là thân và thiết đang làm chủ và bắt cảnh tạo cảm giác. Nhưng thật ra cảm giác ngon hay không ngon là đa số do lưỡi. Cho nên cảnh vị đó làm chủ và như vậy là thọ lạc đúng không ạ? Vì thân cảm thấy dễ chịu. Nhưng tại sao nói là thọ hỉ mà không nói thọ lạc?

Vì thật ra có nhiều sát-na tâm ở trong đó. Lúc đó nó đưa vào, thật ra tâm mình là tâm tham. Ở đây là Tâm tham thọ hỉ, vì lúc đó nó tạo ra cảm giác dễ chịu cho tâm. Cho nên người ta nhấn mạnh về tâm, thì nói thọ hỉ chứ không nói thân, thân thì có thọ lạc. [Khi] ăn thì cũng có cảm giác vui chứ, cảm giác dễ chịu. Hoặc là tâm mình tham, ví dụ mình tiếp xúc một vật gì, chẳng hạn mình đụng vào con gấu bông, thì mình cảm thấy êm êm, mềm mềm. Thì rõ ràng là thân thể thọ lạc chứ, nhưng lúc đó tham khởi lên. Vì sao? [Thân] cảm thọ lạc thì tâm tham khởi lên, Tâm tham thọ hỉ. Hoặc là mình chưa ăn, nhưng thấy món đó thôi là mình thấy thọ hỉ, là vui rồi. Hay là mình thấy con gấu bông đó là mình thấy dễ chịu.

Hoặc là có người nói tặng cho chiếc điện thoại iPhone mười mấy đó, thì mình mới nghe như vậy thôi là vui rồi, là Tâm tham thọ hỉ, [dù] chưa nhận được chiếc điện thoại. Hoặc là người ta đưa chiếc điện thoại, mắt mình thấy điện thoại thật rồi, như vậy cũng là Tâm tham. Nói về thân, thì mắt mình thấy chiếc điện thoại đúng đó rồi, là thọ lạc. Nhưng tâm mình vẫn là thọ hỉ thôi, [vì] dễ chịu tâm. Cho nên quý vị thấy mình học rất rõ ràng, đó là vấn đề đơn giản.

Tâm	Cảm giác (thọ)	Hợp tác	Tác động
Sân	Ưu	Hợp phần nộ	Vô trợ
Sân	Ưu	Hợp phần nộ	Hữu trợ

Ở đây chỉ có hai loại tâm thôi: Một là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ (tức là lúc nào đụng tới cũng phần nộ hết), và vô trợ. Đối với tác động là vô trợ. Thứ hai

là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ và có trợ. Chúng ta hiểu hữu trợ, vô trợ rồi đúng không ạ?

Ở đây chắc chắn có người sẽ thắc mắc rằng: “Tại sao Tâm sân không bao giờ hợp tác với Tà kiến, tại sao không nói tới Tà kiến, hôm bữa [Tâm tham] có nói tới Tà kiến mà?”

****Lưu ý: Tâm sân không bao giờ hợp với Tà kiến (như Tâm tham), nên không nhắc tới.** Đó là lý do. Tại sao như vậy? Ở đây có giải thích.

****Tâm sân không hợp Tà kiến vì Tà kiến là sự sai lầm thuộc về tri kiến (nhận thức, lý luận) (thuộc về nhân quả đó), còn tâm sân là sự bộc phát của cảm xúc thù địch — không cần có quan điểm sai lầm (về nhân quả) để phát sinh.**

Nghĩa là lúc sân lên thì tâm bộc phát mạnh mẽ và điều đó hợp phần nộ, chứ không có liên quan gì Tà kiến hay không Tà kiến. Cho nên không hợp tác với Tà kiến hay là ly Tà kiến, nên không nhắc tới, không đem Tà kiến vô đây, mà đem yếu tố quan trọng là hợp với phần nộ. Lúc đó là nó bộc phát, quý vị thấy sân thì biết mà, sân bộc phát đâu cần Tà kiến hay không Tà kiến nữa, cho nên không quan trọng. Mà quan trọng là [Tâm sân] hợp với phần nộ, nên khác với Tâm tham. Tâm tham thì hợp với Tà kiến hay là ly Tà kiến, gọi là ly tà hay hợp tà. Còn ở đây là do cảm xúc thôi, cảm xúc bộc phát thù địch, mình ghét điều đó, không thích điều đó v.v... là sân, chứ không cần Tà kiến hay không Tà kiến. Cho nên Tâm sân là như vậy.

Bữa nay chúng ta quen rồi nên Thiện Trang đưa ra ví dụ:

VD1: *Bây giờ, một người mẹ đang lo lắng về người con gái, khi ấy tâm của người mẹ đang sinh khởi là tâm gì?*

Quý vị thử suy nghĩ đáp án coi. Ví dụ như đứa con gái đang cặp bồ với thằng nào đó, mình cảm thấy đứa con còn nhỏ tuổi mà đã cặp bồ rồi, chẳng hạn, thì mình thấy người mẹ đang lo lắng. Vậy khi đó người mẹ đang sanh tâm gì?

Chúng ta chỉ có ba tâm là: Tham, sân, si. Đang lo lắng thì thuộc về thọ ưu, đang bức mình, có sự ghét, không thích việc con gái cặp bồ, yêu đương quá sớm.

Như vậy người ta đang sanh khởi Tâm sân. Như vậy đầu tiên là sân. Rồi thọ, thì tất nhiên là thọ ưu rồi, lo lắng mà. [Vi] không cần ai tác động cho nên đầu thể nào khổ đầu, lúc đó là thọ ưu ở [trong] tâm thôi, chứ thân không có. [Đây là] hợp phần nộ, vì [Tâm sân thì] chắc chắn lúc nào cũng hợp phần nộ. Bây giờ chúng ta xét là vô trợ hay hữu trợ thôi. Chúng ta thấy nếu bà mẹ đang lo lắng, mà lo lắng dứt khoát, không có vấn đề gì, thì đó là vô trợ. Chúng ta coi thử đáp án ở đây là gì?

Đáp án: Đó là tâm sân với tên gọi là: Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, vô trợ.

Đơn giản vậy thôi! Rõ ràng là dễ hơn rất nhiều, bởi vì [Tâm sân thì] có 2 tâm thôi. Bữa trước mình học Tâm tham thì có tới 8 loại tâm, còn Tâm sân thì có 2 tâm thôi.

Bây giờ mình đổi thành hữu trợ, hữu trợ là sao? Ví dụ cũng là tình huống đó, bà mẹ thấy đứa con quen với thằng đó, đi chơi, nhưng mới đầu nghĩ cũng không có vấn đề gì, chắc cũng chưa có dứt khoát lắm, [nên] chưa có lo lắng, vẫn đang suy xét. Nhưng có bà hàng xóm nói: “Bà phải coi con bà đó, đứa con gái của bà mới nhỏ vậy mà đã cặp với thằng đó rồi. Tôi thấy hai đứa nó không trong sáng lắm”, thế này thế kia. Nói như vậy, lúc đó mình tức lên, cảm thấy bà đó nói đúng rồi đó, thì lúc đó là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ và hữu trợ.

Đó là trường hợp hữu trợ bên ngoài. Còn trường hợp tương tự, mình lấy ví dụ đó thêm một lần nữa, lấy ví dụ về thể gian cho dễ tư duy. Cũng vậy, thằng nhỏ đó mới đầu đi với con gái mình, mình thấy bình thường, nhưng sau đó suy nghĩ: “Hình như không ổn lắm! Con mình còn nhỏ tuổi, nó mới học lớp 12 thôi. Không được!” Lúc đó mình lo lắng, sân lên: “Chút nữa nó về, ta phải chửi cho một trận”, thế này thế kia. Như vậy đó là hữu trợ. Cho nên là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ.

Bây giờ chúng ta lấy ví dụ thứ hai để quý vị làm thử.

VD2: Một người cha giải thích cho người con trai rằng hành động lừa dối của anh ta là xấu, người con trai cảm thấy buồn. Tâm của người con trai có là loại tâm gì?

Quý vị coi thử đưa đáp án xem, chúng ta suy nghĩ thử. Quý vị thấy rõ ràng: Đầu tiên, người con trai buồn, buồn là gì? Mình bắt ngay, buồn là Tâm sân. Bây

giờ mình học mới có Tâm sân thôi, nhưng bữa sau mình học [tâm] tham, sân, si hết rồi thì mình phải biết được tâm gì. Buồn là sân, mà tâm sân thì chắc chắn chỉ có thọ ưu thôi, đang lo, đang thấy buồn là ưu rồi, Tâm sân thọ ưu. Rồi hợp phần nộ luôn, khỏi cần suy nghĩ. Nhưng vô trợ hay hữu trợ? Quan trọng là quý vị xác định vô trợ hay hữu trợ thôi.

Đáp án: Đó là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ.

Ở đây, là do có người cha nói, cho nên tâm này rõ ràng là hữu trợ rồi. Chúng ta coi Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ. Điều này quá dễ đúng không quý vị? Nên Tâm sân dễ, Tâm si cũng dễ thôi, chỉ có Tâm tham thì hơi nhiều loại.

VD3: Một người chồng chửi vợ vì cho rằng “đi chùa tu tập là không có lợi ích”. Vậy tâm này là tâm gì?

Đây là một tình huống rất thực tế mà các bà hay gặp, các cô hay gặp. Ở nhà, mình chuẩn bị đi chùa để tu tập, mà ông chồng chửi. Hoặc các cô tu trong các Đạo tràng, các cô nghe pháp, mà ông chồng chửi. Vậy tâm ông chồng đó là tâm gì? Tâm này là tâm gì? Quý vị [đoán] thử coi.

Đầu tiên, ông chồng chửi thì chắc là sân rồi đúng không? Phải xác định ngay là Tâm sân rồi, như vậy đáp án đầu tiên là Tâm sân. Tâm sân này là thọ ưu rồi, vì ông chồng khó chịu là thọ ưu. Và tất nhiên là hợp phần nộ rồi, vì chẳng có trường hợp nào [khác]. Bây giờ [chỉ] có hữu trợ hay vô trợ thôi, thì quý vị xác định xem.

Ở đây, ông chồng ông thấy mình sửa soạn quần áo đi ra, để chuẩn bị đi chùa hoặc sửa soạn quần áo để lên nghe pháp, ổng thấy giận, [nên] là sân rồi, chồng chửi là sân rồi. Thọ thì lúc nào cũng thọ ưu, hợp phần nộ rồi, bây giờ là vô trợ hay hữu trợ thôi. Chúng ta thấy là vô trợ, vì ổng thấy [như vậy] là ổng bức, ổng chửi liền nên là vô trợ.

Còn nếu ông suy xét đi suy xét lại: À! Có thể do bà ấy đi như vậy mất thời gian của mình, bà không chăm sóc [gia đình] gì đó v.v... Suy nghĩ tới, suy nghĩ lui, thì đó là hữu trợ. Hoặc là bà vợ đi mà có vẻ vui vui, bà đi thế nào đó, lúc đó mới khiến cho cảm giác khó chịu thì ổng mới chửi, thì đó là hữu trợ.

Cho nên là tùy, trường hợp này có thể là vô trợ hoặc hữu trợ. Nhưng trong

trường hợp này, nếu không nói gì hết thì mình có thể đưa vào đó là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ. Ở đây có thể là hữu trợ hoặc vô trợ, cứ tùy tình huống mà mình xét, tạm thời vô trợ hay hữu trợ cũng được.

Nhưng thực tế nếu chúng ta phân tích như vậy là chưa ăn thua, chúng ta phải phân tích mở rộng ra. Ở đây, sấm Thiện Trang nói cho quý vị [về] dòng tâm, kiến thức này rộng hơn, xin giới thiệu luôn.

Nếu mở rộng thì tóm tắt dòng tâm của ví dụ 3:			
STT	Tình huống	Loại tâm	Loại Tâm cụ thể
1	Khởi nghĩ sai về đi chùa, tu tập	Tham	Tham, thọ hỉ, hợp Tà kiến, hữu Trợ/Vô trợ
2	Bực khi thấy vợ đi chùa, tu tập	Sân	sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ/vô trợ.
3	Mắng chửi vợ	Sân	sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ/vô trợ.
4	Cảm thấy thỏa mãn sau khi chửi vợ	Tham	Tham, thọ hỉ, hợp Tà kiến, hữu Trợ/Vô trợ

Để có tình huống đó, thì thật ra xảy ra bốn tình huống như sau:

1. Tình huống thứ nhất là ổng khởi ý nghĩ sai về đi chùa, về sự tu tập, và lúc này thực ra là Tâm tham thọ hỉ, hợp Tà kiến, trợ hay vô trợ. Tại sao lại như vậy? Ở đây chúng ta chưa học Tâm si nên Thiện Trang nói là Tâm tham thôi, Tâm tham thì chúng ta học rồi. Tức là ổng nghĩ sai về việc đi chùa, tu tập chẳng có lợi ích gì, và lúc đó ổng cảm thấy mình đúng, cho nên ổng có sự hỉ hoặc xả. Thọ hỉ tức là ổng vui, ổng nghĩ trong đầu là tôi đúng rồi, bà vợ sai, cho nên gọi là Tâm tham thọ hỉ, hợp Tà kiến, vô trợ (hoặc hữu trợ thì tùy, do hình ảnh đó). Hoặc là ổng

ngĩ trước rồi, ổng nghĩ là hình như tới giờ này là bà vợ mình chuẩn bị lên nghe pháp, chuẩn bị đi chùa. ổng đang suy nghĩ như vậy, rồi bắt đầu nghĩ tiếp là đi chùa đâu có lợi ích gì v.v... thì ổng nghĩ vậy là có trợ (hữu trợ). Còn nếu như ông nghĩ đơn giản thì có thể khác.

Ở đây chúng ta coi lại, như vậy đây là Tâm tham, có nghĩa là ổng suy nghĩ, ổng cảm thấy mình đúng, thì đó là Tâm tham thọ hỉ và lúc đó là [hợp] Tà kiến. Vì ổng nghĩ như vậy là sai với nhân quả Chánh pháp, cho nên là Tà kiến. Và lúc đó có thể là hữu trợ hay vô trợ, tùy tình huống.

2. Tiếp theo là ổng cảm thấy bức khi thấy vợ đi chùa, hoặc là tu tập, lên nghe pháp, thì lúc này là Tâm sân. Như chúng ta phân tích ở trên là Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ hay vô trợ. Trường hợp này mới tới Tâm sân. Có nghĩa không phải là một tâm, mà là một dòng tâm, Tâm tham rồi mới đến Tâm sân.

3. Rồi ổng mới tiếp tục mắng chửi vợ. Tâm này là tâm sân tiếp, cho nên cũng [là] Tâm sân nữa. Cho nên dòng tâm này là ba dòng tâm luôn.

4. Dòng tâm sau đó là chửi xong rồi, cảm thấy thỏa mãn sau khi chửi vợ. Tức là ổng cảm thấy sướng rồi, cảm thấy vui rồi, thì tâm này là Tâm tham. Và Tâm tham này là thọ hỉ và chắc chắn là hợp Tà kiến, bởi vì không đúng Chánh pháp, và có trợ hay vô trợ. Có thể lúc đó vì ổng thấy bà vợ buồn, nên ổng hài lòng, ổng vui về hành động đó, thì đó là hữu trợ, cũng có thể là như thế. Hữu trợ hay vô trợ là mình phải có tình huống cụ thể hơn, nếu không có khuynh hướng cụ thể hơn thì mình không biết.

Trong thực tế thì đó là lộ trình tâm, chứ không phải đơn giản, mà dòng tâm luôn, có nhiều tâm diễn biến liên tục như vậy. Ở đây thật ra [có] bốn dòng tâm là: Dòng Tâm tham, dòng Tâm sân, rồi tâm sân tiếp, rồi tham.

Thiện Trang lấy ví dụ thêm trường hợp thứ năm, là sau đó ổng thấy bình thường lại và ổng chỉ nghĩ là mình đã làm đúng, ổng chỉ nghĩ bình thường, và ổng chấp giữ là tôi làm việc đó đúng, tức là việc đi chùa tu tập của bà là không lợi ích gì cả. ổng nghĩ vậy thì đó là Tâm si thọ xả, vì lúc đó ổng xả rồi, không có vui hay không vui gì hết. Là Tâm si thọ xả, hợp Tà kiến. Bữa sau chúng ta mới học Tâm si, quý vị nhớ ví dụ này để bữa sau chúng ta nói rõ hơn.

Ở đây, đó là dòng tâm, nhưng bây giờ chúng ta muốn phân tích rõ hơn, hôm nay đưa thêm cho quý vị gọi là lộ trình tâm, đầy đủ trong ví dụ 3, trải qua 17 sát-na, tức là mình chỉ lấy ví dụ một trường hợp tâm mắng chửi vợ này thôi. Bây giờ mình xét qua 17 sát-na tâm, [và] chỉ xét Tâm sân này thôi. Chẳng hạn mình lấy trường hợp là ồng sân rồi mắng chửi vợ, nói vậy cho dễ, chứ không, lấy hai tâm này [thì] khó. Bây giờ chúng ta hãy nên tập cách nhìn theo 17 sát-na tâm này.

Lộ trình tâm đầy đủ trong ví dụ 3 ở trên trải qua 17 sát-na tâm (chỉ xét Tâm sân)			
Sát-na	Giai đoạn	Loại tâm	Ghi chú
1	Thấy vợ mặc đồ... chuẩn bị đi chùa, tu tập	Hướng tâm ngũ môn (tâm hướng đến cảnh)	
2		Nhãn thức (thấy hình ảnh vợ)	
3		Tiếp nhận cảnh	
4		Suy đặc (xét đoán cảnh)	
5		Định đặc (xác định cảnh đáng tức giận)	
6	Chửi vợ	Sân khởi lên	Javana (Tâm động lực: tạo nghiệp thiện, ác... ở giai đoạn này)
7		Sân tăng mạnh	
8		Sân + khẩu nghiệp	
9		Sân + tiếp tục mắng	
10		Bồi đắp sân	
11		Suy yếu sân	
12		Tàn dư sân (dư âm)	
13		Duy trì cảnh	Cảnh mờ dần, không còn tạo nghiệp
14		Trung tính	
15		Trở lại Tâm hộ kiếp	Tâm trở về dòng hộ

16		Trở lại Tâm hộ kiếp	kiếp bình thường, không nhận cảnh rõ nữa, không tạo nghiệp
17		Trở lại Tâm hộ kiếp	

Thiện Trang đưa ra [bảng trên]: [Cột] thứ nhất là về sát-na tâm, có 17 sát-na. [Cột] thứ hai là giai đoạn, cột thứ ba là loại tâm, cột thứ tư là thêm ghi chú. Quý vị hiểu được [bảng] này thì sau này sẽ giúp được rất nhiều, tại vì lộ trình tâm có thể là 17 sát-na tâm, có khi 7 sát-na tâm thôi. Tối thiểu là 7 sát-na tâm và tối đa là 17 sát-na tâm. Sau này chúng ta sẽ học lộ trình tâm trong khi chứng quả như thế nào, rồi xử lý các việc v.v... như thế nào, đây gọi là một lộ trình tâm đầy đủ. Chúng ta coi thử trường hợp ông chồng thấy bà vợ mặc đồ chuẩn bị đi chùa hoặc là tu tập là nổi sân lên chửi, thì bây giờ trải qua 17 sát-na tâm như thế nào? Chúng ta coi thử nha:

Giai đoạn thứ nhất: Là thấy vợ mặc quần áo, mặc đồ tu vô chuẩn bị đi chùa, hoặc chuẩn bị lên tu tập, nghe pháp. Như vậy thực tế ra sẽ trải qua những sát-na tâm như sau:

1. Sát-na thứ nhất là Hướng tâm ngũ môn (tâm hướng đến cảnh). Đầu tiên là hướng tới cảnh, hướng tới cảnh là bà vợ đó mặc đồ chuẩn bị tu tập đi chùa.

2. Tiếp theo là Nhãn thức (tức là mắt ổng thấy hình ảnh bà vợ), là sát-na tâm thứ hai. Phải có [Nhãn thức] này để xử lý. Mắt thấy thì chưa có thấy đâu, mới chỉ nhìn thấy thôi.

3. Sát-na tâm thứ ba là Tiếp thọ cảnh, hay Tiếp nhận cảnh, đưa cảnh đó vào, tiếp nhận hay tiếp thọ cũng được, mình gọi là Tiếp thọ cảnh.

Tức là lúc đó ông chồng thấy hình ảnh vợ của mình mặc đồ quần áo vô, chuẩn bị lên nghe pháp, chuẩn bị đi chùa, sách giở gì đó... Thực ra quá trình thấy đó phải xảy ra tới năm giai đoạn sát-na tâm: Giai đoạn thứ nhất là Hướng tâm ngũ môn, tức là năm cửa của giác quan (năm giác quan là: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân). Ở đây để cho đơn giản, thì mình thấy bằng mắt, thấy hình ảnh vợ mặc đồ vô chuẩn bị đi, sách giở đồ, cầm điện thoại gì đó, là thấy. Sự thấy này đã qua 3 sát-na tâm rồi đó, sát-na tâm thứ ba mới là Tiếp nhận cảnh.

4. [Sát-na tâm] thứ tư là Suy đạc (xét đoán cảnh). Phải xét đoán cảnh thì

mới thấy, mới hiểu được đó là vợ mình. Tức là đầu tiên là hướng nhìn về góc đó, mắt thấy cảnh, sau đó mới biết đây là vợ mình, bả bắt đầu đi chùa. Tức là tới giai đoạn sát-na thứ tư gọi là Suy đặc, xét đoán cảnh.

5. [Sát-na] thứ năm là Định đặc (là xác định cảnh) sẽ đưa ra cảnh này là không ưa, đáng tức giận. Đây mới gọi là lộ trình tâm đầu tiên. 5 [sát-na tâm] này chưa tạo ra quả báo gì cả, sau này mình học đoạn này là Tâm tố (hành), không tạo ra nghiệp quả gì hết, vì ở đây mới thấy chỉ là thấy thôi.

Bây giờ chúng sanh tạo nghiệp [là bắt đầu] từ đây, từ sát-na tâm thứ sáu, tạo nghiệp thiện hay nghiệp ác gì là từ đây.

6. Do ông chồng này chửi vợ, ổng thấy như vậy, ổng xác định cảnh này là đáng tức giận, cho nên ổng chửi. Thực ra [việc] chửi này cũng không phải là một sát-na tâm đâu, mà qua 7 sát-na tâm.

Một là sân khởi lên. Rồi sau đó sân tăng mạnh là tăng sân lên thì mới làm được (7). Tiếp tục sân cộng với khẩu nghiệp tức là phát ra lời chửi (8). Nhưng không phải chửi một câu [rồi ngưng] liền được mà phải chửi cả câu, cho nên sân, tiếp tục tăng, tiếp tục chửi, là sát-na thứ chín (9).

Sát-na thứ 6 là sân tâm khởi lên, sát-na thứ 7 là sân tăng mạnh, sát-na thứ 8 là sân với miệng, sát-na thứ 9 là sân với miệng, [sát-na] thứ 10 là tiếp tục bồi đắp sân thêm sân nữa, sát-na tâm 11 là sân yếu đi bớt, [sát-na] tâm 12 là tàn dư sân (là còn dư âm). Thuật ngữ Javana (Tâm động lực) là tạo nghiệp thiện hay nghiệp ác là ở giai đoạn này. Cho nên quý vị nhớ tu là tu ở giai đoạn này nè.

Cho nên đức Phật mới dạy cho ngài [Bāhiya] là: “Thấy chỉ là thấy, nghe chỉ là nghe, nghĩ chỉ là nghĩ, nắm chỉ là nắm, xúc chỉ là xúc”. Đức Phật dạy cho Tôn giả Bāhiya, nhờ đó ngài đắc đạo A-la-hán. Thực ra ngài giữ được giai đoạn này, làm sao thấy chỉ là thấy, nghe chỉ là nghe, tâm như như bất động là nói đoạn này, làm sao phải duy trì được đoạn này. A-la-hán làm được đoạn này ngon nè. Còn không phải A-la-hán thì đoạn này chưa làm ngon lắm đâu, cho nên đoạn này quan trọng. Chúng ta lấy ví dụ này rõ ràng. Tại vì ông này chửi cho nên ổng sân lên. Nếu giả sử ông này có tâm tùy hỷ, tâm thiện thì sẽ khác.

Tiếp theo Sát-na tâm thứ 13 là duy trì cảnh. Sát-na tâm thứ 14 là trung tính,

tức là cảnh mờ dần, không còn tạo nghiệp nữa. Tức là sân bây giờ giảm yếu từ trên rồi, suy yếu rồi, còn dư âm thôi, chỉ còn hơi sân một chút rồi trở lại bình thường. Lúc đó ông chồng thấy chửi như thế đủ rồi, hoặc cảnh gì đó làm ông nhớ ra gì đó làm ông quên đi, dần dần chuyển về bình thường. Nhưng trước khi chuyển thì nó phải từ từ, duy trì rồi xả xuống. Cho nên gọi là duy trì cảnh và trung tính.

Ba sát-na tâm cuối cùng 15, 16, 17 là trở lại Tâm hộ kiếp, tức là trở về dòng hộ kiếp bình thường, không nhận cảnh rõ nữa và cũng không tạo nghiệp. Cho nên tạo nghiệp thì chỉ có 7 sát-na tâm này (từ 6-12) thôi. Tâm này trở lại Tâm hộ kiếp, bởi vì sao? Vì khi mình đầu thai bằng tâm nào (mình tái sinh bằng tâm nào), thì tái sinh xong trở thành Tâm hộ kiếp. Tâm hộ kiếp giúp cho mình làm việc, duy trì sự sống của mình trong đời này, cho nên gọi là hộ kiếp. Nó giúp duy trì ngay trong hoạt động sống của mình và giúp duy trì trong khi ngủ.

Cho nên người ngủ khác với người chết. Người chết là chết luôn, còn người ngủ thì không chết, vì có Tâm hộ kiếp hoạt động trong đó. Cho nên khi làm việc gì xong cũng phải trở lại Tâm hộ kiếp hoạt động. Còn khi nào mình chết thì Tâm hộ kiếp trở thành Tâm tử. Cho nên đầu thai bằng tâm nào, thì cuối cùng khi chết tâm đó chuyển thành Tâm tử và có lộ trình tử.

Mình hiểu như vậy thì mình học rất rõ ràng, học pháp rõ như vậy đó. Cho nên quý vị thấy lộ trình 17 tâm này, đây là Thiện Trang giới thiệu thôi, không phải người nào cũng đủ 17 sát-na tâm này. Ở đây, chúng ta đưa ra trường hợp bình thường, có trường hợp cảnh rõ hay cảnh không rõ, thì từ từ chúng ta sẽ học. Chúng ta học vài lần như vậy thì quý vị sẽ nắm được sát-na tâm.

Nhưng mình tu là tu ở chỗ này [sát-na tâm 6-12]. Cho nên muốn tu ở chỗ này thì mình phải thuận tiện, ví dụ như thường có Chánh niệm, Chánh kiến, Chánh tư duy xuất hiện, thì sẽ xuất hiện trong giai đoạn này là đắc đạo. Bát chánh đạo mà đầy đủ trong giai đoạn này là đắc đạo.

Mà trong đó chỗ Định đặc, xác định cảnh xong rồi chuyển thế nào là do sự huân tập của mình. Giống như ông chồng này, do ông huân tập Tà kiến nhiều quá, cho nên ông thấy cảnh này là ống tức giận. Còn nếu mình huân tập thiện nhiều,

gọi là Chánh kiến thì tự nhiên mình thấy tùy hỉ chỗ này. Cho nên sự huân tập cũng quan trọng lắm. Học hằng ngày, học pháp nhiều, suy nghĩ nhiều, tư duy nhiều, Thiền nào bớt, v.v... thì tự nhiên thay đổi chỗ đó, từ đó không dẫn khởi tâm Sân. Quý vị thấy nó mà dẫn khởi lên là chạy một loạt 7 sát-na tâm luôn, thậm chí ảnh hưởng tới 13, 14 nữa. 13, 14 là Duy trì cảnh và Trung tính. Cho nên cảnh mờ dần, không có tạo nghiệp nữa, nhưng cũng còn ảnh hưởng. Cho nên bao giờ trở lại Tâm hộ kiếp thì mới hết.

****Lưu ý: Lộ trình tâm tùy theo loại tâm mà có tối thiểu là 7 sát-na tâm hoặc nhiều nhất 17 sát-na tâm.**

Ở đây, Thiện Trang lấy trường hợp nhiều nhất là 17 sát-na tâm. Chúng ta sẽ học dần dần, chúng ta hiểu hết rồi thì Thiện Trang sẽ lấy những trường hợp 7 sát-na tâm và ở giữa giữa nữa.

Phần cuối cùng, ở đây nói luôn:

4. Nhân để trợ sanh sân (thọ ưu).

1. Tánh nết quen sân: tức là người nào đó hay sân, quen sân rồi, thường những người làm lãnh đạo, làm lớn, trong nhà có quyền thế là dễ bị sân. Tại vì sao? Vì quen nết rồi, giàu có, ăn rồi sai người này, sai người kia, [tự hào] mình học giỏi, mình hơn người v.v... Cho nên quen sai người ta rồi nên dễ sân. Hoặc những người do tính nhiều đời nhiều kiếp cho nên dễ sân, đó là tính nết quen sân.

2. Không suy xét cao siêu: có nghĩa là mình không suy xét về nhân quả, nói chung là thiếu trí. Trí không nhiều nên không suy xét được gì hết, cứ thấy cảnh là sân, chuyện gì cũng sân, điều gì vừa bất như ý một cái là sân liền, điều gì vừa không hợp với ý mình là sân liền, không có suy xét. Cho nên ở đây gọi là công phu quán niệm, công phu Tứ niệm xứ yếu, những người mà tâm sân là tu Tứ niệm xứ yếu quá, nên dễ sân.

3. Thiếu sự học hiểu: sự học hiểu cũng quan trọng. Nếu mình học hiểu nhiều thì mình sẽ có tâm thông cảm với mọi người, mình sẽ thông cảm được nhiều hơn, rồi mình thấy rộng hơn. Tức là mình càng học thì mình thấy càng ngu, tức là mình biết không nhiều. Còn mình học ít quá là mình chấp vào điều đó, chỉ

có tôi là đúng, còn ai cũng sai hết, do tâm như thế nên dễ sân hơn, ai nói ngược mình là sân. Còn trong khi học rộng nghe nhiều, biết nhiều, thì mình hiểu những gì mình biết chỉ là một phần rất nhỏ. Vì thế ai nói gì thì nói, không sao cả. Cho nên học hiểu cũng quan trọng lắm.

4. Thường gặp cảnh không tốt: tức là nếu mình thường gặp cảnh không tốt, ở trong nhà chẳng hạn, có đồng tu suốt ngày sân, vì sao suốt ngày sân? Vì họ gặp cảnh không tốt nhiều quá, suốt ngày chổng chửi, con la, người này nói, người kia nói, toàn cảnh không tốt, rồi nhà hàng xóm ồn ào v.v... cho nên họ sân, họ trách móc đủ các kiểu.

Cho nên cách thứ tư là tránh cảnh không tốt đi, mình ở nơi yên bình, vắng vẻ, ở một mình, v.v.... Nói chung có điều kiện thì né được duyên nào thì né, thì đỡ. Đừng gặp người ở trong nhà, biết người đó sân mình, ghét mình, bà con mình ghét mình, đồng tu mình ghét mình thì né đi, tránh đi, bớt cảnh không tốt, bớt những chuyện đó thì đỡ sân.

Như vậy ở đây là hết bốn điều này, còn phần cuối cùng Thiện Trang nói luôn cho hết bài hôm nay. Đó là 10 điều ác liên quan đến Tâm tham và Tâm sân:

Mười điều ác và liên quan đến Tâm tham và Tâm sân			
Phân loại	Nghiệp	Tham	sân
THÂN ÁC	Sát sanh		x
	Trộm cắp	x	x
	Tà dâm	x	
KHẨU ÁC	Nói dối	x	x
	Nói đâm thọc	x	x

	Nói ác khẩu		x
	Nói nhảm nhí	x	x
Ý ÁC	Tham ác	x	
	Sân độc		x
	Tà kiến ác	x	

Phân loại nghiệp: Tham và sân. Phân loại: Thân ác, Khẩu ác, và Ý ác. Thân ác có ba: Sát sanh, Trộm cắp, Tà dâm. Khẩu (miệng) ác có bốn: Nói dối, Nói đâm thọc, Nói ác khẩu, Nói nhảm nhí (nói ỷ ngữ). Ý ác có ba: Tham ác, Sân độc và Tà kiến ác.

Đối với tham, thì có xuất hiện ở: Trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói đâm thọc, nói nhảm nhí, tham ác, tà kiến ác. Chúng ta phân tích tại sao [tham] không xuất hiện ở sát sanh? Vì sát sanh thuộc về Sân. Quý vị phải sân thì quý vị mới giết chúng sanh được, cho nên tham không có.

Trộm cắp này là tham, là đương nhiên. Bởi vì mình tham, mình muốn lấy mà. Còn sân tại sao lại có ở trộm cắp? Tại vì nhiều khi mình ghét nên mình lấy.

Tà dâm thì thuộc về tham, chứ không có sân. Không có ai sân mà tà dâm hết, phải có sự ham muốn, tham thì mới tà dâm được.

Nói dối thì vừa có nguyên nhân nằm ở tham, và cũng có khi sân thì nói dối. Nói đâm thọc cũng vậy, mình tham cho nên mình nói đâm thọc, muốn được điều gì đó, hoặc muốn chia rẽ do ganh ghét thì nói đâm thọc. Nói ác khẩu thì không thuộc về tham mà thuộc về sân, sân mới nói những lời không tốt, nói lời chửi mắng. Nói nhảm nhí (ỷ ngữ) là vừa tham vừa sân.

Tham ác là thuộc về tham, là đương nhiên. Sân là thuộc về sân. Còn Tà kiến là thuộc về tham, không thuộc về sân. Như chúng ta phân tích lúc đầu, lúc đang sân thì không cần Tà kiến hay không Tà kiến đâu, mà lúc đó đang ở trạng thái cảm xúc mình bùng lên, cho nên không liên quan đến Tà kiến.

Chúng ta đã học hết bài này, như vậy quý vị làm quen với lộ trình tâm này nha. Quý vị cứ từ từ, mình về và thử phân tích mấy [sát-na tâm] này, quý vị sẽ thấy rõ ràng hơn. Thật ra, mỗi tâm mình học, ví dụ như tâm sân, thực tế là mình học một dòng [ngang] thôi, mỗi cái là một dòng vậy thôi. Cho nên nếu ai về [nhà] có thời gian, hãy phân tích thử mấy trạng thái tham này, tương tự như vậy, mình đổi tham sang trường hợp si, v.v... Đổi thử rồi phân tích theo 17 sát-na tâm này. Nếu ai phân tích được là hiểu được lộ trình tâm rồi đó.

Ở đây đơn giản như này, nếu mình học không hiểu rõ lắm, thì ví dụ bốn cái trên mình chia ra, mỗi cái $17 \times 4 = 68$. Thực tế có thể không phải là như vậy, nhưng mình tạm suy nghĩ như vậy. Giới thiệu cho quý vị thôi, chứ tâm này chưa học, từ từ rồi học, mình phân tích tới phân tích lui, xuôi ngược một hồi là mình sẽ hiểu. Môn Vi Diệu Pháp này hay lắm, học điều nào là hiểu điều đó, rất rõ ràng. Và như thế thì mình mới tu Tứ niệm xứ được, và những điều đó cũng giúp cho mình thay đổi tư duy, thay đổi suy nghĩ, dần dần sẽ giúp bớt Phiền não. Trong 7 cách đoạn trừ Phiền não, trong đó có một cách là do tri kiến [mà] được đoạn trừ.

Như vậy, hôm nay thời gian hết rồi, Thiện Trang đã [giảng] quá giờ rồi, hẹn quý vị hôm khác. Ai muốn hỏi gì thì cũng có thể bình luận dưới bài giảng này trên kênh YouTube Thích Thiện Trang hoặc Facebook Thích Thiện Trang. Quý vị có thể bình luận, thứ Sáu Thiện Trang sẽ trả lời. Hôm nay thời gian đến đây, hẹn quý vị hôm khác. Mời quý vị chúng ta cùng hồi hướng.

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

“Nguyện đem công đức này
Hướng về khắp tất cả
Đệ tử cùng chúng sanh

Đều trở thành Phật đạo”.

A Mi Đà Phật!