

Câu Xá Luận Và Tinh Hoa Kinh Luận

Bài 58

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 10.9.2025

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

<https://www.youtube.com/watch?v=e2Py7Xbo8EI>

mạng xã hội Facebook, Fanpage Thích Thiện Trang:

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

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Kính chào toàn thể quý vị đồng tu! Hôm nay [là] thứ Tư, chúng ta trở lại với chuyên đề Câu Xá Luận và Tinh Hoa Kinh Luận. Thời gian vừa qua chúng ta chủ yếu đi vào Tinh Hoa Kinh Luận, tức là chúng ta học nền tảng Kinh A Hàm, Kinh Nikaya và Vi Diệu Pháp là chính. Còn Câu Xá Luận thì từ từ chúng ta sẽ trở lại.

Hôm nay cũng như mọi khi, chúng ta bắt đầu vào phần đầu tiên là phần căn bản gồm có các câu chuyện. Tức là Thiện Trang sắp xếp, đầu tiên vô thì ai cũng nghe được những câu chuyện rất hay trong kinh, chú giải từ thời đức Phật. Rồi sau đó phần thứ hai thường là phần đời sống. Phần thứ ba bắt đầu vào tu tập là các pháp tu. Phần thứ tư là phần Vi Diệu Pháp. Đó là nội dung mà Thiện Trang hầu như xuyên suốt trong các bài của bộ này, chúng ta cũng đã nghe. Hôm nay, Thiện Trang sẽ mở màn bằng một câu chuyện rất hay, trích từ Tích Truyện Pháp Cú. Câu chuyện như sau, mời quý vị theo dõi:

Câu Chuyện Về Vị Đạo Phủ Tàn Bạo Giết Người Suốt 55 Năm Vào Thời Đức Phật Thích Ca

(Trích từ Tích Truyện Pháp Cú)

1. Tên Đạo Phủ

Dù nói năng ngàn lời ...

Thế Tôn đã dạy câu trên tại Trúc Lâm, về chuyện tên đao phủ rằng đồng.

Một bọn bốn trăm chín mươi chín tên cướp sống bằng nghề cướp bóc các thôn làng và những nghề bạo động khác. Bấy giờ, có một gã rằng màu đồng, da ngăm đen, mình đầy sẹo, đến xin nhập bọn với chúng. Chúa đảng nhìn gã thấy tánh tình tàn bạo quá đỗi, có thể ăn thịt mẹ và uống máu cha, nên từ chối. Dù thế gã vẫn tìm cách nịnh để mua chuộc cảm tình một lâu la hầu cận, kết quả gã được thâm nhận.

Quý vị thấy câu chuyện mới đầu nghe cũng hơi sốc đúng không ạ? Tức là có 499 tên cướp, vào thời đức Phật, họ làm nghề cướp bóc ghê gớm lắm. Có một tên gã rằng đồng, da ngăm đen, mình đầy sẹo, tướng giang hồ đến xin nhập bọn. Tướng [của ông] đáng sợ đến nỗi vị trưởng nhóm cướp đó còn sợ, không dám nhận nữa, tại ghê quá. Thế nhưng gã này cũng rất thông minh, [tìm cách] nịnh để mua chuộc cảm tình một lâu la hầu cận vị tướng cướp, nên cuối cùng cũng được băng cướp thu nhận vào là thành 500. Những con số 500 như thế này là quy định của kinh nha. Khi kết tập [kinh], số nhiều nhiều một chút thì gọi là 500, nhiều hơn nữa thì 84.000. Chúng ta phải hiểu những con số đó, chứ không chắc chắn là 500. Chúng ta coi tiếp:

Đến một lúc nào đó hết thời, bọn cướp bị dân chúng hợp lực với lính nhà vua bắt được, đưa hết ra tòa. Quan tòa ra lệnh chặt đầu bọn chúng bằng rìu. Dân chúng bối rối không tìm ra người bằng lòng làm đao phủ. Cuối cùng họ bảo tên chúa đảng nếu chịu giết hết bọn sẽ được tha mạng và còn được thưởng nhiều. Nhưng đã từng chung sống với nhau, hắn cũng không nỡ. Họ hỏi đến tên rằng đồng, da ngăm đen, mình sẹo nọ, gã đồng ý. Rồi gã giết hết cả bọn, được tha mạng và lãnh thưởng.

Quý vị thấy ghê không ạ? Thật ra làm nghề gì rồi cũng đến lúc hết phước, hết thời. Cho nên bọn cướp này cuối cùng bị dân chúng và quân lính của nhà vua hợp lực bắt được, đưa ra tòa xử, thì tất nhiên là tội chém đầu. Và lúc đó thì sao? Dân chúng bối rối, không ai ra làm đao phủ hết, không ai muốn giết người, cho

nên không có ai chịu ra tay hết, mặc dù vua đã xử tội như vậy rồi.

Bấy giờ vua nghĩ ra cách là bảo tên chúa đảng cướp hãy ra tay với bọn còn lại đi, thì ổng sẽ được tha mạng và sẽ được thưởng thêm tiền nữa. Dù như vậy nhưng ổng cũng không nỡ ra tay, vì tuy là cướp, ác gì chẳng nữa cũng đâu đến cỡ đó, đâu đến nỗi là giết những người đi cùng mình, nên là cũng không nỡ ra tay. Nhưng khi hỏi đến tên rằng đồng, da ngăm đen, mình đầy sẹo đó thì gã đồng ý và gã giết hết luôn cả bọn. Tức là thi hành lệnh của vua, chặt hết đầu của những người kia rồi lãnh thưởng và được tha mạng. Quý vị thấy ác ghê chưa? Máu lạnh cỡ đó, quý vị thấy khiếp không?

Cũng thế họ đem năm trăm tên cướp trong xứ từ phía nam đến xét xử, và kết án tử hình. Không tìm được đao phủ, họ nhớ đến gã, tìm đến, gã bằng lòng. Họ cho gã là người xuất sắc và phong làm đao phủ thường trực. Sau đó họ đem năm trăm kẻ cướp từ phương tây, rồi từ phương bắc đến, và gã giết hết tổng cộng hai ngàn người từ bốn hướng. Từ đó mỗi ngày gã giết một hay hai người. Trong suốt năm mươi lăm năm, gã hành nghề đao phủ công cộng.

Có nghĩa là từ lúc đó [ổng] chuyển thành nghề đao phủ luôn, quý vị thấy ghê không ạ? Tức là giết 500 tên cướp, được tha mạng rồi, bây giờ tới [lúc] người ta bắt nhóm cướp nào từ phía Nam tới, phía Tây tới, phía Bắc tới thì ổng cũng [thi] hành hết. Rồi từ đó ổng nổi tiếng luôn, thông luôn nghề đao phủ. Như vậy quý vị thấy làm 55 năm thì giết biết bao nhiêu người? Quá ghê đúng không? Thiện Trang nghe thôi mà cũng thấy sợ đó, quá ghê, máu lạnh quá đúng không ạ? Chúng ta coi xem kết quả thế nào?

Về già, gã không thể chặt đầu người một nhát, mà phải hai đến ba nhát, gây thêm đau đớn vô ích cho nạn nhân; vì thế dân chúng muốn kiếm người khác và cho gã nghỉ việc, tức về sau gã sẽ mất bốn bổng lộc là quần áo cũ, cháo sữa nấu từ bơ tươi, hoa nhài và dầu thơm để trang điểm. Do đó ngày bị bãi chức, gã ra lệnh nấu cháo sữa sẵn, rồi ra bờ sông tắm. Xong, gã mặc quần áo cũ, đeo vòng hoa nhài, xức dầu thơm vào tay chân, về nhà ngồi xuống thì cháo sữa đặt trước mặt với nước rửa tay.

Có nghĩa là làm gì thì làm, chứ đến lúc nào đó cũng già. Quý vị [thấy] 55 năm giết biết bao nhiêu người như vậy, làm đao phủ mà, ác như vậy. Hồi xưa đi cướp đã ghê rồi, mà sau đó làm nghề đao phủ nữa thì quý vị thấy nghiệp cỡ nào, kinh khủng đúng không ạ? Quá ghê! Chúng ta tưởng tượng tội như vậy thì chắc đọa Địa ngục rồi đúng không ạ? Sau cùng thì cũng đến lúc phải nghỉ thôi, hết sức rồi. Quý vị thấy ở đây nói đến khi [gã] không đủ sức nữa, chặt đầu người mà phải chặt 2, 3 nhát, làm người ta đau đớn thêm. Cho nên dân chúng thấy thương quá, họ cũng có lòng từ bi, họ không để như vậy nên kiếm người khác. Cho gã nghỉ việc và mất hết bổng lộc, bây giờ cho đi về thôi. Bữa cuối cùng được nấu cháo sữa sẵn, rồi ra bờ sông tắm rửa, thay áo quần, chuẩn bị đeo vòng hoa nhài, xức dầu thơm vào, rồi về chuẩn bị nghỉ.

Quý vị thấy câu chuyện là như vậy. Tức là thế gian vô thường, tất cả đều mong manh, tất cả các nghề, dù nghề nào chẳng nữa thì cuối cùng cũng về. Mà gã này chưa chết, bây giờ chúng ta thấy duyên đến tiếp theo như thế nào:

Vào lúc đó Trưởng lão Xá Lợi Phất xả thiền, nhìn trước lối sẽ đi khát thực, thấy cháo sữa trong nhà tên đao phủ cũ, ngài biết rằng người đặc biệt này sẽ đối xử tử tế, do đó ông sẽ được phước báo lớn.

Tức là lúc đó, tại thời đức Phật mà, thì ngài Xá Lợi Phất (Đệ nhất Thanh văn về trí tuệ) đang đi khát thực, thấy cháo sữa của nhà tên đao phủ. Và với khả năng của mình, ngài biết là ông này có sự tử tế, nếu cúng dường cháo sữa đó cho ngài thì ông sẽ được phước báo lớn, nên là Trưởng lão sẽ khát thực. Quý vị thấy câu chuyện này hay không?

Thấy Trưởng lão khoác y ôm bát đứng trước cửa nhà, ông sanh tâm hoan hỷ, và nghĩ đến biết bao mạng người chết dưới lưỡi đao của mình, ông phát tâm cúng dường.

Tức là ông vẫn nhớ là ông làm đao phủ, trong vòng 55 năm đã biết bao nhiêu người. Quý vị nhớ [đoạn] ở trên này không? Một ngày gã giết một hai người, còn mấy vụ mà bắt mấy nhóm cướp tới rồi giết một loạt. Cho nên tính ra là biết bao nhiêu người. Quý vị thử tính coi, một năm 365 ngày, nhân cho 55 năm. 1 ngày tính trung bình hai người thôi, thì quý vị tính nhiều hay ít? Dễ sợ đúng

không ạ? Cho 50 năm là ổng giết khoảng 36.500 người, ổng giết cỡ đó. Bây giờ ổng thấy ngài Trương lão Xá Lợi Phất thì phát tâm cúng dường. ổng sanh tâm hoan hỉ và nghĩ đến biết bao mạng người chết dưới lưỡi đao của mình, nên phát tâm cúng dường.

Quan trọng là cúng dường cho ngài Xá Lợi Phất thì quả báo như thế nào? Quý vị đoán [thử] coi. Bây giờ gọi là nghiệp đen cho quả đen, nghiệp trắng cho quả trắng. Nghiệp trước đây là nghiệp đen rồi, do giết người nhiều quá rồi. Giờ nghiệp trắng là cúng dường một vị Thánh tăng. Chúng ta hy vọng chắc quả báo lớn sẽ trở trước, hay là nghiệp kia sẽ trở trước? Rất hay! Giờ chúng ta coi tiếp:

Ông cất tô cháo đặt trước mặt mình, bước ra đánh lễ và mời Trương lão vào nhà ngồi, trút cháo vào bình bát, rưới mật tươi lên, và đứng quạt một bên.

Ông này cúng dường rất là đặc biệt, rất là cẩn thận. Cũng đánh lễ ngài Xá Lợi Phất, mời ngài ngồi vào nhà, rồi đổ cháo vào bát, thêm mật, rồi đứng quạt hầu một bên. Quý vị thấy ngày xưa ở Ấn Độ, người ta có lòng cung kính như vậy đó, mặc dù ông này là một vị tướng cướp, rồi sau đó làm đao phủ giết người ghê gớm, nhưng ổng vẫn có lòng [cung kính với người xuất gia]. Đó là thiện căn của ổng.

Đã lâu không nếm cháo sữa, ông thêm ghê gớm. (Tức là ổng chưa ăn mà ổng cúng luôn, ổng nhịn tới mức độ đó).

Trương lão đọc được ý ông bèn bảo ông hãy ăn đi. Ông đưa quạt cho người khác quạt Trương lão, còn ông thì ăn cháo. Trương lão bảo người quạt hãy qua quạt cho ông đao phủ cũ. Thế là có người quạt hầu, ông ăn một bữa cháo no bụng rồi lấy quạt lại, quạt cho Trương lão.

Quý vị thấy không ạ? Tức là ổng thêm ăn lắm, tại lâu quá không được ăn, nhưng ổng cũng cúng. Cúng xong, nhưng ngài Xá Lợi Phất biết là ổng thích ăn, ngài là bậc Thánh mà, ngài nhận rồi nhưng ngài nhường. Quý vị nên biết: tác ý khi việc đó làm xong thì phước đó có rồi nha. Chứ không phải người ta nhận rồi, người ta trả lại là mình hết [phước]. Không có! Người ta nhận rồi là nghiệp đó xong rồi, việc đó xong rồi. Rồi bây giờ ngài Xá Lợi Phất cho lại, đó là việc khác. Mình học nhân quả phải rõ ràng như vậy. Nghiệp lúc trước cúng dường cho ngài

Xá Lợi Phất là phước đã có rồi nha. Cho nên nhiều khi mình không biết, có những cái mình cho người ta, người ta nhận xong rồi người ta cho lại, mình thấy hai việc đó khác nhau, hai nghiệp khác nhau. Cho nên phải hiểu, phải học cho sâu nhân quả.

Bây giờ ngài Xá Lợi Phất còn bảo quát cho [ăn] nữa, sướng quá!

Ngài thọ thực xong, ông đỡ lấy bình bát, và Trưởng lão bắt đầu hồi hướng công đức. Nhưng ông chẳng thể để tâm nghe được, vì lâu nay làm việc tàn bạo giết hại nhiều người, giờ đây nhớ lại tâm trí quá rối loạn, ông không chú tâm được.

Quý vị thấy không? Nghiệp đó che, mặc dù lúc đó ngài Xá Lợi Phất hồi hướng công đức cho ổng (hồi hướng công đức ổng cúng dường đó), nhưng ổng không có chú tâm nghe được. Vì sao? [Vì] nghiệp ổng giết người nhiều quá nên bây giờ tâm trí rối loạn, không chú tâm được. Quý vị thấy trong kinh nói từng chi tiết một, mình cứ theo dõi là mình thấy. Cho nên khi nghiệp tới rồi là tâm mình không có định được. Làm sao bây giờ? Chúng ta nghe tiếp:

Do đó Trưởng lão tìm lời khéo để giúp ông. (Tức là ngài Xá Lợi Phất không có cách hồi hướng được, vì ổng không chú tâm được thì ngài phải nói kiểu khác).

- **Ông làm việc tự ý mình hay theo lệnh người khác?** (Ý là hỏi ổng việc giết người đó là làm theo ý ổng hay là theo người khác?)

- **Vua sai con làm, bạch Tôn giả.** (Ổng trả lời là vua sai ổng làm).

- **Nếu thế, ông đâu có lỗi gì, cư sĩ.** (Ngài Xá Lợi Phất nói rất hay, nói là như thế thì ông không có lỗi gì).

Ông hoang mang, vì theo lời Trưởng lão ông không có lỗi gì. Ông xin Trưởng lão nói tiếp bài hồi hướng. Tâm ông trở nên tĩnh lặng, nhẫn lực được khai mở ông tiến đến quả Dự lưu.

Quý vị hãy nghe cho kỹ, ông tiến đến quả Dự lưu. Quý vị thấy một kết cục không ngờ đúng không? Rất là vui mừng! Một người giết người 55 năm, cỡ đó,

mỗi ngày giết biết bao nhiêu người, hồi xưa thì đi làm cướp hung dữ tàn bạo, chúng ta [nghĩ] chắc người đó chết chỉ có đọa Địa ngục thôi. Nhưng ngài Xá Lợi Phất với trí tuệ tuyệt vời, quý vị nên biết ở trong kinh, chính là trong Kinh Tăng Chi, đức Phật nói có hai người có khả năng độ sanh đặc biệt: Một là ngài Xá Lợi Phất, hai là ngài Mục Kiền Liên. Ngài Xá Lợi Phất chuyên dẫn người ta vào Sơ quả. Tức là ngài Xá Lợi Phất thuyết pháp thì hầu như ai cũng vô Sơ quả hết. Còn Ngài Mục Kiền Liên chuyên dẫn người ta lên những quả vị cao hơn, tức là đắc quả rồi, gặp ngài Mục Kiền Liên thì ngài dẫn một phát là lên luôn quả tiếp.

Ở đây phương tiện trí tuệ của ngài Xá Lợi Phất giúp cho ông này là gì? Ông không nghe được bài hồi hướng, chỉ cần chú tâm là [nghe] được, nhưng ông không chú tâm được. Ngài Xá Lợi Phất mới hỏi ông là làm những việc đó (tại vì biết ông day dứt về chuyện giết người mà) thì tự ý mình làm hay theo lệnh người khác? Thì ông nói là vua sai ông làm. Ngài Xá Lợi Phất mới nói nếu là như thế thì đâu có lỗi gì, thưa Cư sĩ. [Mới đầu] thì ông hoang mang, bây giờ ông nghe như vậy, ông nghĩ là mình không có lỗi gì, nên lúc đó tâm ông tĩnh lặng lại, nghe được bài hồi hướng của ngài Xá Lợi Phất. Lúc đó nỗ lực được khai mở, ông tiến đến quả Dự lưu.

Tiến đến quả Dự lưu, ngôn ngữ này có thể là quả Dự lưu hoặc là Dự lưu hướng. Ở đây không nói rõ, trong Chú Giải cũng có nói đó là Dự lưu hướng, tức là Sơ quả hướng. Nhưng dù sao Sơ quả hướng thì cũng xong rồi, cũng là không đọa đường ác rồi, thì tất nhiên khi chết cũng chứng được Sơ quả. Tại vì trong kinh nói Sơ quả hướng, thì tối đa khi người đó chết sẽ chứng Sơ quả. Cho nên là không có lý do nào nữa hết, quý vị thấy ngon chưa ạ?

Cho nên đừng tưởng người ta ác mà mình cho họ đọa lạc. Chưa! Chưa chết thì vẫn còn cơ hội. Chỉ có kinh Phật mới có những câu chuyện như vậy. Còn mình học Đạo gia hay những đạo gì đó [thì] chuyên gia [nói] người làm ác khi chết là đọa không à. Điều đó chưa hẳn! Gặp Phật pháp là tuyệt vời! Cho nên Đức Phật mới nói trong nhiều bộ kinh, như Kinh A Hàm, Kinh Nikaya, Kinh Đại Bảo tích v.v... là *‘nước trăm dòng sông cùng đổ vào biển cả, dù nước trăm dòng sông có nhiều vị khác nhau, nhưng khi đổ vào biển thì chỉ có một vị, đó là vị mặn. Cũng vậy, tất cả các hạng người trên Thế gian, với nhiều hành nghiệp khác nhau, nhưng khi*

vào trong giáo pháp của Ta thì chỉ có một vị, đó là vị giải thoát'.

Người này ác như vậy mà vẫn giải thoát, chứ không phải như người ta cứ hù suốt. Quý vị mới phá mấy cái thai thì bị hù dọa Địa ngục rồi. Trong khi đó quý vị thấy nhiều chuyện, [như] chuyện ông tướng cướp Vô Não giết quá trời người, cuối cùng vẫn chứng quả A-la-hán đúng không? Còn hôm nay gửi cho quý vị [bài về] người này, giết người cỡ đó, [mà] gặp Phật pháp quay đầu tu tích tắc thôi, cũng chẳng tu lâu, nghe xong một bài pháp liền tiến đến quả Dự lưu. Sơ quả hay Sơ quả hướng gì thì không biết, nhưng ít nhất Sơ quả hướng thì cũng xong rồi, [chậm nhất] khi chết là đắc [được] Sơ quả.

Trưởng lão (tức là ngài Xá Lợi Phất) ra về, ông tiến ngài một đoạn đường. Trên đường về ông bị quỷ Dạ-xoa dưới lốt con bò cái húc chết. Ông tái sinh vào cõi trời Đâu Suất.

Quý vị thấy hay không ạ? Có tu gì không? Không tu gì hết! Một lần nghe pháp chút xíu trong đời, một bài hồi hướng của ngài Xá Lợi Phất, một bữa cúng dường cho ngài Xá Lợi Phất, kết quả là chứng Sơ quả Dự lưu, sau đó tái sinh vào trời Đâu Suất. Cho nên là quá tuyệt vời! Chỉ có Phật pháp mới mang lại giá trị như vậy. Hồi xưa mình nghe nói không có tu định thì không thể lên các tầng trời cao, chỉ lên đến tầng trời Đạo Lợi. Quý vị thấy sai không ạ? Rõ ràng ông ấy có tu gì đâu, chỉ nghe chút pháp mà đắc Sơ quả Dự lưu, sau đó chết thì [sinh] lên trời Đâu Suất. Và nghiệp chết là bị quỷ Dạ-xoa dưới lốt con bò cái húc chết. Chứng quả rồi bị húc chết vẫn bình thường, chúng ta thấy trong kinh rất nhiều [chuyện như vậy]. Chúng ta thấy quá tuyệt vời, câu chuyện quá hay đúng không ạ?

Các Tỳ-kheo bàn tán trong Pháp đường về tên đao phủ, và thắc mắc không biết ông ta sinh về đâu. Phật đến, nghe thấy liền dạy:

- Các Tỳ-kheo! Ông ta sinh lên cõi Trời Đâu Suất. Ông ta đã được đại thiện tri thức thuyết pháp cho, nhờ đó ông mở mang tri kiến, nên được sanh thiên.

Xong, Phật nói kệ:

Người đao phủ trong thành,

***Nghe những lời khéo nói,
Được nhẫn và sau đó,
Lên cõi trời hưởng vui.***

Quý vị thấy không ạ? Người đạo phủ trong thành nổi tiếng như vậy, nghe những lời khéo nói của ngài Xá Lợi Phất [mà] được nhẫn (đắc nhẫn), sau đó lên cõi Trời hưởng vui. Đắc nhẫn ở đây, người ta nói có thể là Nhẫn lực hay Nhẫn vị, nhưng người này là đắc Sơ quả rồi. Cho nên căn cứ vào đây, người ta có thể xếp Nhẫn vị vào Sơ quả. Nhưng Nhẫn vị không thể nào xếp vào Sơ quả được, Nhẫn vị thấp hơn Sơ quả.

Các Tỳ-kheo vẫn còn ngạc nhiên, hỏi tiếp. (Người ta cũng không tin luôn. Bình thường mà! Mình cũng không tin nổi).

- Bạch Thế Tôn, trong lời hồi hướng thật ra đâu có năng lực gì ghê gớm. Vả lại, người này đã làm lỗi rất nhiều, làm sao ông ta chứng đạt với ít lời như thế? (Quý vị thấy không? Các vị Tỳ-kheo thắc mắc, ông ấy làm lỗi cỡ đó thì làm sao nghe lời hồi hướng trong bài kệ của ngài Xá Lợi Phất thôi, có gì ghê gớm đâu mà ổng chứng đắc được như thế? Đức Phật giải thích).

Thế Tôn đáp:

- Các Tỳ-kheo, đừng đo lường giáo pháp của Ta nhiều hay ít lời. Một câu đầy đủ đạo lý vẫn có công đức siêu việt.

Và Ngài nói Pháp Cú:

***(100) Dầu nói năng ngàn lời,
Nhưng không gì lợi ích
Tốt hơn một câu nghĩa
Nghe xong, được tịnh lạc.***

Bài kệ này là bản dịch của Thiền viện Viên Chiếu, nên khác với bản dịch của Hòa thượng Minh Châu. Hòa thượng Minh Châu dịch là:

**“Dầu nói năng ngàn lời,
Không nghĩa đâu ích gì**

Tốt hơn nói một câu
Nghe xong, được tịnh lạc”.

***Trích từ VIII. Phẩm Ngàn - Tích Truyện Pháp Cú – bản dịch của Thiền viện
Viên Chiếu).***

Quý vị có thể tìm ở Chú Giải Kinh Pháp Cú. Câu chuyện quá hay đúng không ạ? Cho nên đừng khinh thường giáo pháp của Đức Thế Tôn, đừng khinh thường người ta dở, tu hay lắm. Cho nên học [bài] này, ai có tạo nghiệp nhiều, sâu dày, nhớ là mình vẫn còn quay đầu được, chứ không phải người ta hù suốt rồi sợ. Quý vị nhớ câu chuyện này để chia sẻ cho mọi người, nói rằng chỉ cần quay đầu vẫn được. Cho nên trong Kinh Đại Bát Niết Bàn có câu chuyện một người đồ tể buông xuống đồ đao, lập tức thành Phật. Không phải thành Phật liền đâu, mà câu chuyện đó giống như câu chuyện này nè. Một người đao phủ như vậy, nhưng chỉ cần thay đổi, chỉ cần nghe một bài kệ thôi cũng thành tựu, tiến đến Sơ quả Dự lưu và sanh vào trời Đâu Suất. Quý vị thấy không? Mình tu cả đời cũng không bằng, đó là do mình tu dở. Thứ hai là mình không gặp ngài Xá Lợi Phất, chứ nếu gặp cao tăng cỡ đó thì ok. Cho nên những người giảng pháp [bây giờ] làm sao bằng ngài Xá Lợi Phất được. Nói Phật, Bồ-tát tái lai. Làm gì có! Nếu mà có Phật, Bồ-tát tái lai thì phải hơn ngài Xá Lợi Phất chứ.

Chúng ta tiếp tục vào nền tảng thứ hai. Hôm nay cung cấp cho quý vị câu chuyện cực hay, sốc, toàn đi ngược với tri kiến thế gian. Cho nên tri kiến của Phật pháp rất tuyệt vời, vậy mà không học thì thật uổng phí cuộc đời. Chúng ta vào phần tri kiến nhẹ nhàng của ứng nhân xử thế thôi, nhưng đức Phật vẫn dạy hay hơn những bộ của thế gian.

Đức Phật Dạy 4 Loại Bạn Chân Thật

Đức Phật Dạy Tích Lũy Tài Sản

(Trích từ - 31. Kinh Giáo Thọ Thi-Ca-La-Việt – Thuộc Trường Bộ Kinh)

Bữa thứ Bảy vừa rồi, Thiện Trang đã giới thiệu cách nhận diện bốn loại bạn xấu cũng từ kinh này. Thiện Trang nói Thiện Trang chia sẻ một lúc thì quý vị

không nhớ, hôm đó đưa ra, Đức Phật chỉ ra hết, thì rất nhiều đồng tu hoan hỷ, nói: “A! Bây giờ nhận ra được ai là bạn xấu rồi”. Ai chưa nghe bộ đó thì quý vị chịu khó nghe, vì bộ Kinh Vô Lượng Thọ Khoa Chú Tuyển Giảng phần khúc đầu Thiện Trang vẫn giới thiệu giống phần này, khúc sau mới vô [Khoa Chú] thôi, nên chúng ta học khúc đầu cũng được. Ai theo Nam truyền, không thích Kinh Vô Lượng Thọ thì học khúc đầu, cứ học như vậy là ok. Còn bây giờ chúng ta vào phần nhận biết được bạn chân thật và đức Phật dạy tích lũy tài sản là như thế nào:

Này Gia chủ tử, bốn loại bạn này phải được xem là bạn chân thật (bây giờ bạn chân thật của mình là ai, chúng ta xem xét): (I)Người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật; (II)người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui phải được xem là bạn chân thật; (III)người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là bạn chân thật; (IV)người bạn có lòng thương tưởng phải được xem là bạn chân thật.

Chúng ta thấy chữ trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya hay bị lặp lại, mình cứ nhớ có 4 hạng người bạn chân thật, đó là: *(1) Người bạn giúp đỡ; (2) người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui; (3) người bạn khuyên điều lợi ích; (4) người bạn có lòng thương tưởng.*

Có một điều là quý vị yên tâm, học Kinh A Hàm, Kinh Nikaya, thì mình thắc mắc thế nào là người bạn nào thì Đức Phật giải thích luôn, chứ không để người ta giải thích lung tung, lang tang. Còn qua kinh điển Đại thừa thì không có giải thích, nên mấy người giảng muốn giải thích kiểu gì thì giải thích, từ đó chia năm sẻ bảy, càng chia càng xa. Cuối cùng đời sau y theo đó tôn làm thầy, rồi một hồi đi xa gốc của Đức Phật, chẳng biết điều đó Đức Phật đã giải thích hết trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya rồi. Giống như ở đây, chúng ta thấy bốn loại bạn này Đức Phật cũng giải thích luôn.

Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, (I)người bạn giúp đỡ phải được xem là bạn chân thật (dấu hiệu như thế nào?): (1)Che chở cho bạn khi bạn vô ý phóng dật, (2)che chở của cải cho bạn khi bạn vô ý phóng dật, (3)là chỗ nương tựa cho bạn khi bạn sợ hãi, (4)khi bạn có công việc sẽ giúp đỡ cho bạn của cải gấp hai lần những gì bạn thiếu. Này Gia chủ tử, như vậy có

bốn trường hợp, người bạn giúp đỡ phải được xem là người bạn chân thật.

Những bài kinh như thế này phải [nghe] từ từ, chậm chậm, nếu quý vị ham đọc nhanh thì đầu óc không thể [hiểu được]. Ở đây Đức Phật nói bốn dấu hiệu để nhìn coi người bạn giúp đỡ mình, bốn dấu hiệu đó là gì?

1. ‘Che chở cho bạn khi bạn vô ý phóng dật’. Tức là mình làm chuyện gì đó không đúng, vô ý phóng dật, ví dụ như mình ham đi chơi gặp chuyện gì đó v.v... thì bạn tốt sẽ giúp đỡ mình, không cho mình làm sai, khuyên mình không nên phóng dật. Kêu bữa nay đi chơi, vô quán nhậu hay tửu điểm gì tầm lum thì họ sẽ che chở cho mình. Hoặc gặp chuyện gì vô ý phóng dật (tùy tiện) [thì họ ngăn mình lại].

2. ‘Che chở của cải cho bạn khi bạn vô ý phóng dật’. Ví dụ như bữa đó quý vị nhậu say, quý vị quên lấy xe thì người bạn đó [sẽ] lấy xe đưa quý vị về, [rồi] giữ xe, giữ tài sản cho quý vị. Hoặc người đó che chở bảo vệ để khỏi rớt điện thoại v.v... bảo vệ tài sản như giữ tiền cho quý vị, thì đó là những người bạn giúp đỡ.

3. ‘Là chỗ nương tựa cho bạn khi bạn sợ hãi’. Tức là khi mình gặp sợ hãi thì người đó là chỗ nương tựa.

4. ‘Khi bạn có công việc sẽ giúp đỡ cho bạn của cải gấp hai lần những gì bạn thiếu’. Quý vị thấy không ạ? Khi mình khó khăn thì người ta sẵn sàng giúp đỡ gấp hai lần những gì mình thiếu, đó mới gọi là người bạn tốt. Chứ còn không, đến lúc khó khăn thì họ chạy mất tiêu, thường thường nói khéo lắm, nói ngọt lắm, đến lúc khó khăn thì không có giúp. Đức Phật nói rất chi tiết, rất đầy đủ. Chứ còn Đệ Tử Quy, đồ quý vị tìm ra những chi tiết này, đâu có nói đâu.

Đó là người bạn thứ nhất là bạn giúp đỡ.

Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, (II) **người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui** phải được xem là người bạn chân thật: **(1) Nói cho bạn biết điều bí mật của mình; (2) giữ gìn kín điều bí mật của bạn; (3) không bỏ bạn khi bạn gặp khó khăn; (4) dám hy sinh thân mạng vì bạn.** Này Gia chủ tử, như vậy có bốn trường hợp, người bạn chung thủy trong khổ cũng

như trong vui phải được xem là người bạn chân thật.

Quý vị thấy hay không ạ? Có bốn điều:

1. ‘Nói cho bạn biết điều bí mật của mình’. Thời nay có mấy ai nói đâu, giấu không à. Người bạn này không chung thủy trong khổ cũng như trong vui rồi.

2. ‘Giữ gìn kín điều bí mật của bạn’. Tức là mình nói điều bí mật của mình thì người ta giữ kín, chứ không đi nói lung tung lang tang.

3. ‘Không bỏ bạn khi bạn gặp khó khăn’. Khi khó khăn thì chạy mất dép. Giống như khi có những chuyện thị phi thì họ chạy mất tiêu.

4. ‘Dám hy sinh thân mạng vì bạn’. Phải vậy chứ, [còn] bạn mình bị đánh mà không dám đứng ra bảo vệ, thì đó không phải người bạn chung thủy trong khổ cũng như trong vui.

Quý vị thấy không ạ? Đức Phật dạy quá tuyệt vời, dạy hay quá mà. Cho nên học những điều này thì mình nhìn hết được cả thế gian và xuất thế gian. Cho nên Thiện Trang nói trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya hay lắm, chịu học đi, học thì mới biết được, còn nghe người ta không có bằng Phật được đâu.

Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, **(III) người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là người bạn chân thật: (1) Ngăn chặn bạn không làm điều ác; (2) khuyến khích bạn làm điều thiện; (3) cho bạn nghe điều bạn chưa nghe; (4) cho bạn biết con đường lên cõi chư Thiên.** Này Gia chủ tử, như vậy có bốn trường hợp, người bạn khuyên điều lợi ích phải được xem là người bạn chân thật.

Tức là đối với hạng người thứ ba cũng là bạn tốt, mà người bạn này được Đức Phật nói là người bạn khuyên điều lợi ích. Dấu hiệu đó là:

1. ‘Ngăn chặn bạn không làm điều ác’. Là ngăn chặn mình hoặc là những người bạn khác, không làm điều ác. Tức là thấy mình làm điều ác thì người ta chặn lại, người ta khuyên.

2. ‘Khuyến khích bạn làm điều thiện’. Tức là khuyến khích làm điều thiện. Điều này dễ đúng không?

3. ‘Cho bạn nghe điều bạn chưa được nghe’. [Tức là] nói cho mình nghe những điều mình chưa nghe, như Phật pháp, Chánh pháp.

4. ‘Cho bạn biết con đường lên cõi chư Thiên’. Tức là dạy cho con đường lên chư Thiên, giải thoát.

Bây giờ đến trường hợp thứ tư, người bạn thứ tư:

Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, (IV) **người bạn thương tưởng** phải được xem là người bạn chân thật (có bốn dấu hiệu): **(1) Không hoan hỷ khi bạn gặp hoạn nạn; (2) hoan hỷ khi bạn gặp may mắn; (3) ngăn chặn những ai nói xấu bạn; (4) khuyến khích những ai tán thán bạn.** Này Gia chủ tử, như vậy có bốn trường hợp, người bạn thương tưởng phải được xem là người bạn chân thật.

Như vậy người bạn thương tưởng là gì? Người bạn thương tưởng có bốn dấu hiệu:

1. ‘Không hoan hỷ khi bạn gặp hoạn nạn’. Là họ không vui khi mình gặp nạn. Chứ không phải thấy mình gặp nạn mà họ vui, người đó là người xấu rồi, không phải bạn mình đúng không ạ?

2. ‘Hoan hỷ khi bạn gặp may mắn’. Tức là không có ganh tỵ đúng không ạ?

3. ‘Ngăn chặn những ai nói xấu bạn’. Tức là mình bị nói xấu thì người ta ngăn chặn. Quý vị có làm vậy không? Nhiều khi không có đúng không? Thôi kệ nó, nó bị nói xấu thì kệ nó.

4. ‘Khuyến khích những ai tán thán bạn’.

Thấy chưa ạ? Cho nên rõ ràng, từ đó mình thấy rõ ai thương mình. Quý vị nghĩ ai thương mình thì quý vị coi giùm bốn điều đó, Đức Phật dạy hết rồi. Cho nên quá tuyệt vời! Đúng là trí tuệ của bậc giác ngộ, Ngài quá tuyệt vời, không có gì hay hơn nữa. Cho nên từ khi Thiện Trang [thâm nhập] vào [Kinh] A Hàm và [Kinh] Nikaya thì Thiện Trang mê luôn, mê tít mắt. Ngôn ngữ bây giờ gọi là mê tít mắt, bởi vì mình quá thích, mình thấy hay quá, và thực hành đâu là có lợi ích tới đó. Rất tuyệt vời! Bây giờ khuyên người ta nghe, mà có một số người chưa

tiếp nhận nhiều, cho nên đó cũng là một điều rất đáng tiếc.

Thế Tôn thuyết giảng như vậy.

Thiện thế thuyết giảng xong, bậc Đạo Sư lại giảng thêm:

Tức là đức Phật nói một bài kệ:

***Bạn sẵn sàng giúp đỡ,
Bạn chung thủy khổ vui,
Bạn khuyến khích lợi ích,
Bạn có lòng thương tưởng.
Biết rõ bốn bạn này,
Người trí phục vụ họ,
Như mẹ đối con ruột.
Người trí giữ giới luật,
Sáng như lửa đời cao.***

Tức là bốn hạng người: 1. Hạng người bạn sẵn sàng giúp đỡ; 2. Bạn chung thủy khổ vui; 3. Bạn khuyến khích lợi ích; 4. Bạn có lòng thương tưởng. Bốn hạng người này mình cố gắng phục vụ tốt, bởi vì sao? Vì phải như mẹ đối với con ruột của mình, mình nên nhớ, vì đó là những điểm nương tựa của cuộc đời mình, gần những người tốt thì mình sẽ được tốt. Còn nếu mình gần bạn ác, bạn xấu thì nhớ coi lại bài trước, bài thứ Bảy vừa rồi để coi bạn nào xấu thì mình phải cẩn thận. Đức Phật nói thẳng luôn, là không chơi với người xấu. Nên nhớ vậy! Có bài kệ chúng ta học rồi đúng không? ‘Thân cận người hạ liệt, rồi sẽ thành hạ liệt. Những ai hạnh phúc thay, thân cận người hiền thiện’. Quý vị thấy có bài về năm đức tin, Đức Phật dạy rõ lắm.

Ở đây đức Phật dạy tích lũy tài sản nữa, Thiện Trang đánh chữ đỏ:

***Người tích trữ tài sản,
Như cử chỉ con ong.
Tài sản được chồng chất,
Như ụ mối đùn cao,
Người cư xử như vậy,***

***Chất chứa các tài sản,
Vừa đủ để lợi ích
Cho chính gia đình mình.***

Tức là ngược lại với các đồng tu Tịnh Độ, học với Hòa thượng thì ngài bảo xả hết. Nhưng quý vị thấy, chúng ta đã học mấy bài kinh rồi, đức Phật luôn luôn khuyên là tích lũy tài sản đúng không? ‘Người tích trữ tài sản; Như cửi chỉ con ong’ thì ‘Tài sản được chôn cất; Như ụ mối đùn cao’, càng ngày càng nhiều lên. ‘Chất chứa các tài sản; Vừa đủ để lợi ích; Cho chính gia đình mình’. Mình có tiền rồi thì mới làm lợi ích cho gia đình mình được chứ. Tu hành kiểu gì mà càng ngày càng nghèo xơ nghèo xác, rồi gia đình sợ mình luôn. Đó là tu sai rồi. Thấy trong Kinh A Hàm và Nikaya là biết đồng tu Tịnh Độ mình đa phần tu sai rồi.

***Tài sản cần chia bốn
Để kết hợp bạn bè:
Một phần mình an hưởng,
Hai phần dành công việc,
Phần tư, phần để dành,
Phòng khó khăn hoạn nạn.***

Quý vị thấy hay không ạ? Nội dung này giống như bài Kinh A Hàm đọc trước mình học. Tức là chia tài sản ra làm bốn phần: Một phần mình an hưởng, là xài thoải mái (1/4 đó là 25%). Còn hai phần tức là 50%, đầu tư lại cho công việc. 1/4 còn lại là để dành, tích trữ đi, phòng khi khó khăn hoạn nạn. Chứ không xả hết rồi khi gặp khó khăn chẳng biết đường nào. Quý vị thấy không ạ? Kinh A Hàm hay Kinh Nikaya vẫn như vậy thôi, vẫn giống nhau. Đoạn này thiếu chi tiết như bên Kinh A Hàm, bữa chúng ta đã học rồi, Kinh A Hàm chi tiết hơn đúng không ạ? Đó là Đức Phật nói: Nếu ai làm như thế thì đời này được an vui, đời sau sinh cõi Trời. Quá tuyệt vời! Còn bên Đạo gia nói là tích trữ nhiều vô là bị ghét, quý ghét rồi người ghét....

Trong khi đó Đức Phật dạy ở đây, đầu tiên là mình tích trữ như vậy, mình giàu có thì mình mới giúp được gia đình mình, sau đó mình giúp cho bạn bè, giúp cho mọi người nữa. Và Đức Phật cho phép mình hưởng thụ rất nhiều, đó là 25%. Còn bên bài kinh kia chúng ta học rồi, là được xài thoải mái (25%), cứ sấm

giường, sắm bàn ghế, nhà cửa tạo dựng thoải mái. 50% đầu tư vào cho công việc để phát triển cho giàu thêm hơn. Rồi còn lại 1/4 là tích trữ. Nếu ai muốn bố thí, cúng dường thì cứ đem phần xài nhín lại một chút, rồi phần tích trữ nhín lại một chút đem bố thí cúng dường, thì đó là ok. Đúng chưa. ạ? Và làm như vậy thì đời này được an vui, đời sau lên cõi Trời, có khó gì đâu. Tu gì mà căng quá, xả hết rồi nghèo xơ nghèo xác.

Cho nên là Thiện Trang mong quý vị hãy học theo Phật, chỉ có Phật mới trí tuệ. Mà quý vị nghĩ đúng không? Đúng mà! Vì sao? Vì chính những điều này, quý vị học Phật thì người ta mới thấy đáng để học. Còn không, quý vị học Phật càng ngày càng nghèo xơ nghèo xác, thiên hạ nhìn quý vị người ta né, sợ, chạy luôn. Người học Phật càng ngày càng nghèo, càng ngày càng xấu, càng tệ, gia đình suy sụp, thì làm sao người ta dám học Phật. Cho nên nói mình học Phật như vậy là mình tạo ra hình tượng xấu về Phật pháp, thì mình đang đi vào con đường ác đó, đúng không? Mình tạo ác nghiệp đó.

Cho nên hãy học lại A Hàm và Nikaya đi! Để thấy rằng Đức Phật dạy dùng tài sản như vậy. Thật ra những bài này Thiện Trang đã trích đây là lần thứ ba rồi đó, còn nữa, chưa hết đâu, Đức Phật dạy nhiều lắm. Mà tu thì Đức Phật cũng khuyên là tu sướng chứ đâu có tu khổ đâu. Bài thứ Bảy vừa rồi nói có bốn loại tu: 1. Tu khổ đặc khó; 2. Tu khổ đặc dễ; 3. Tu sướng đặc khó; 4. Tu sướng đặc dễ. Đức Phật khuyên là hãy tu như Tôn giả Thi Ba La (Thi Bà La) tức là Sivali, là tu sướng đặc dễ. Còn có nhiều bài kinh nữa, vì một vấn đề Đức Phật nói trong nhiều bài kinh chứ không phải một bài kinh đâu. Đoạn này rồi đoạn kia, kinh này kinh kia.

Đức Phật cũng khuyên là hãy tu làm sao cho sướng, chứ không có lấy khổ làm thầy đâu. Không phải tu kiểu ráng khổ hạnh đâu, rồi cuối cùng ép xác. Tu như vậy thì làm sao quý vị làm tấm gương tốt cho xã hội được. Rồi tu càng ngày càng dốt đi thì làm sao được, tu là phải sáng suốt lên. Cho nên Đức Phật nói: trước hãy học nghề giỏi, nghề khéo, học cho giỏi, rồi sau đó đi tìm công việc làm cho ngon lành. Được chưa?

Cho nên bây giờ thật ra ở Việt Nam thôi, quý vị thấy những người tu theo Phật giáo Nam truyền, họ làm đúng theo những điều này, họ càng ngày càng giàu

lên, càng ngày càng sướng lên, mặt mày hoan hỷ vui vẻ, đi đâu cũng thấy. Còn mình tu Tịnh Độ, mình nói một đời vãng sanh chấm dứt luân hồi. Mà khổ đời! Chẳng thấy vãng sanh chấm dứt luân hồi đâu mà khổ quá trời, rồi mặt mày nhăn nhoe, nghèo đi, bệnh cũng không dám chữa nữa, v.v.... Tu như thế có đúng Chánh pháp hay không? Hoàn toàn ngược với Chánh pháp Như Lai. Chánh pháp Như Lai dạy [mà làm] ngược hết đúng không? Cho nên là hãy học kinh Tiểu thừa, còn không thể nào dùng Nho, Đạo thay thế được đâu. Không được! Những người đề xướng như thế là họ đề xướng sai.

Thiện Trang làm bảng tóm tắt cho quý vị dễ nhớ:

Tóm Tắt về 4 Hạng Bạn Tốt Trong Kinh Giáo Thọ Thi-Ca-La-Việt		
TT	Loại Bạn	Dấu hiệu
1	Bạn sẵn sàng giúp đỡ	(1)Che chở cho bạn khi bạn vô ý phóng dật (2)Che chở của cải cho bạn khi bạn vô ý phóng dật (3)Là chỗ nương tựa cho bạn khi bạn sợ hãi (4)Khi bạn có công việc sẽ giúp đỡ cho bạn của cải gấp hai lần những gì bạn thiếu. (Quý vị thấy không? Cho gấp đôi luôn, chứ không phải lúc mình khó khăn, không ai cho tiền. Trốn hết, nói ngọt lắm mà chạy mất tiêu).
2	Bạn chung thủy khổ vui	(1)Nói cho bạn biết điều bí mật của mình. (Không có giấu). (2)Giữ gìn kín điều bí mật của bạn (3)Không bỏ bạn khi bạn gặp khó khăn (4)Dám hy sinh thân mạng vì bạn.
3	Bạn khuyến khích lợi ích	(1)Ngăn chặn bạn không làm điều ác (2)Khuyến khích bạn làm điều thiện (3)Cho bạn nghe điều bạn chưa nghe. (4)Cho bạn biết con đường lên cõi chư Thiên.
4	Bạn có lòng thương	(1)Không hoan hỷ khi bạn gặp hoạn nạn

	tưởng	(2)Hoan hỷ khi bạn gặp may mắn (3)Ngăn chặn những ai nói xấu bạn. (4)Khuyến khích những ai tán thán bạn.
--	-------	--

Thật ra quý vị để ý, nếu quý vị làm tốt người bạn như vậy thì giới thiệu Phật pháp cho người ta thì người ta tin. Còn mình nói xạo quá, mình nói ngược, mình toàn chèn ép, đè ép người ta không thì làm sao người ta tin được, đúng không? Cho nên ngay trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya đã là Đại thừa rồi, mà còn đặt tên Đại thừa cho những kinh kia làm chi nữa. Cho nên Thiện Trang nói Kinh A Hàm, Kinh Nikaya đủ rồi, ôm giùm 5 bộ Kinh Nikaya, 4 bộ A Hàm, học cho tốt vào. Rồi quý vị học Đại thừa, quý vị tu bất cứ Pháp môn nào đều có thành tựu lớn, bởi vì sao? Quý vị làm tốt con đường nhân thiên rồi, làm được nhân thiên mới tốt. Cho nên bên Tịnh Độ nói: “Làm người chưa tốt thì làm sao làm Phật?” Xin lỗi! Quý vị làm người chưa tốt đó, tại vì sao? Quý vị không học nền tảng A Hàm và Nikaya là quý vị làm người sai rồi. Tiêu chuẩn quý vị nói làm người đó là làm theo ngoại đạo, không phải làm theo Phật giáo. Vì quý vị làm theo Cảm Ứng Thiên, Đệ Tử Quy, đó là ngoại đạo, không phải của Phật giáo. Vậy thì tiêu chuẩn đó là tiêu chuẩn của ngoại đạo, mai một quý vị đi về ngoại đạo tiếp.

Cho nên Thiện Trang nói rất mạnh về vấn đề này, hy vọng mọi người sẽ vào đây nghe. Có những người vào đây nghe để chửi, thì quý vị chuẩn bị chửi đi, sẵn sàng nghe quý vị chửi. Nhưng nãy giờ nghe thì chắc không chửi được đúng không ạ? Đức Phật nói hay quá thì làm sao chửi được. Hãy tin [và] giác ngộ đi. Cảm ơn quý vị đã theo dõi dù quý vị muốn làm gì.

Chúng ta đã học xong, như vậy về chép lại, ghi nhớ giùm. Về dạy cho con mình dấu hiệu bạn xấu, có bốn hạng bạn xấu, dấu hiệu bạn tốt, có bốn hạng bạn tốt. Tức là không yêu cầu được hết bốn điều đó, nhưng một trong bốn điều là được, mỗi điều là có bốn [tiêu chuẩn], $4 \times 4 = 16$. Ai làm được 16 [tiêu chuẩn] theo hình thức bạn tốt thì đó tuyệt vời, nên thân cận trọn đời. Nếu ai làm 16 điều này theo chiều hướng xấu thì ta nên tránh xa, đừng tới la cà, né luôn. 32 điều để chốt được thân cận bạn lành và tránh xa bạn ác, đó là điều đơn giản mà Kinh Giáo Thọ

Thi Ca La Việt nói. Kinh đó có phải là kinh Tiểu thừa không? Có đáng học không? Không học làm sao biết được, phải nghe thì mới so sánh được đúng không ạ?

Chúc mừng quý vị đã được nghe những bài tuyệt vời, tinh hoa, tinh túy trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya này giờ.

Bây giờ chúng ta vào phần thứ ba, bắt đầu vào tu tập. [Này giờ] là phần chuyện kể và chuyện giáo thọ nhân thiên, bây giờ chúng ta vào tu tập để giải thoát:

Thành Tựu 7 Pháp Để Không Bị Ma Ba-Tuần Phá Hoại Được

(Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Đây là lần thứ ba Thiện Trang giới thiệu pháp để không bị ma Ba-Tuần có thể hại được. Lần thứ nhất là giới thiệu với quý vị tu Thiền chỉ, từ Sơ thiền trở lên. Lần thứ hai là hãy tu đến địa vị Tùy tín hành trở đi, Tùy tín hành, Tùy pháp hành, rồi đến Tu-đà-hoàn. Tu từ Tùy tín hành trở lên là ok, đó là tu Thiền quán. Còn Thiền chỉ là từ Sơ thiền trở lên thì đức Phật nói là mù mắt ác ma, vượt qua lưới ma. Vì ma vương là ở tầng trời thứ sáu, tâm quý vị đắc Sơ thiền là ở tầng trời thứ bảy trở lên, thì ma không làm gì được. Còn Tùy tín hành là vào địa vị tâm không thoái chuyển nữa, thì cũng yên tâm, ma không lay động được. Hôm nay giới thiệu bảy pháp nữa. Vẫn còn một bài nữa, Thiện Trang nhớ còn một bài nữa có cách khác để vượt khỏi lưới ma Ba-Tuần. Nhưng chúng ta cứ nghe ba bài này là đầy đủ rồi.

Tôi nghe như vậy: Một thời, Đức Phật ở trong vườn Cấp Cô Độc, rừng cây Kỳ Đà, nước Xá-vệ.

Bấy giờ, Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

“Thánh vương cai trị nước xa xôi, nếu thành tựu bảy pháp, sẽ không bị kẻ thù, giặc cướp chiếm giữ. (Quý vị thấy không ạ? Kinh A Hàm hay Kinh Nikaya có điều hay, đầu tiên trước khi nói về tu tập, thì Đức Phật đưa ra ví dụ cũng thực tế, là Thánh vương cai trị nước xa xôi là vùng biên ải, vùng biên giới

thì bây giờ làm sao không bị giặc chiếm giữ. Đức Phật có dạy luôn, pháp thế gian cũng có trong đó. Đức Phật đưa ra rồi mới nói về tu tập. Đưa ra bảy pháp, nếu làm được thì vùng biên ải (vùng biên cương) không bị xâm chiếm).

Những gì là bảy? (1)Thành quách ấy rất cao, được sửa sang tề chỉnh. Đó gọi là vị vua kia thành tựu pháp thứ nhất (hồi xưa xây thành cho cao lên và được sửa sang tề chỉnh, ngon lành, thì quân địch không tấn công mình được). **Lại nữa, (2)cổng thành kia chắc chắn. Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ hai** (làm cổng thành cho chắc, vì thời xưa mà). **Lại nữa, (3)ngoài thành kia có hào rất sâu rộng. Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ ba** (yếu tố thứ ba là ở ngoài thành phải đào hào cho sâu rộng. Quý vị thấy Đức Phật dạy pháp nhân gian cũng ok đúng không?). **Lại nữa, (4)trong thành kia nhiều thóc gạo, kho lẫm chứa đầy ắp. Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ tư** (Đức Phật bảo dự trữ lương thực trong đó, lỡ bị bay thành thì cũng ok, không có vấn đề). **Lại nữa, (5)thành kia nhiều củi, cỏ. Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ năm** (thành tựu nhiều củi, cỏ thì yên tâm, trong đó mới nuôi ăn được). **Lại nữa, (6)thành kia nhiều cụ khí, gậy gộc, đầy đủ các chiến cụ** (tức là hãy đầy đủ các vũ khí, phải có vũ khí, chứ thành không có vũ khí thì không được. Quý vị thấy Đức Phật đâu phá hoại pháp thế gian, Đức Phật nói bình thường thôi, bảo vệ thành thì phải có vũ khí). **Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ sáu. Lại nữa, (7)chủ thành kia rất thông minh, tài cao, dự biết tình người, đáng dùng roi thì dùng roi, đáng sửa trị thì sửa trị. Đó gọi là thành kia thành tựu pháp thứ bảy, cảnh ngoài không thể đến xâm chiếm** (yếu tố thứ bảy là chủ thành kia phải thông minh, phải tài cao, dự biết tình người, đáng dùng roi thì dùng roi, đáng sửa trị thì sửa trị. Chứ chủ thành nhu nhược quá thì cũng không được, đôi khi phải mạnh, người chủ thành lúc thì thế này, lúc phải thế kia). **Đó gọi là, này các Tỳ-kheo, chủ nước thành kia thành tựu bảy pháp, nên người ngoài không thể tiếp cận quấy nhiễu.**

Đức Phật dạy hay lắm, tất nhiên quý vị không quan tâm điều đó lắm, tại vì chúng ta không làm chiến sự. Đức Phật cũng dạy luôn cho vua, nhưng bây giờ chúng ta tu tập mà, ở đây đưa ra bảy pháp cho quý vị liên hệ, cho dễ nhớ thôi.

Ở đây, Tỳ-kheo cũng lại như vậy, nếu thành tựu bảy pháp thì tề ma

Ba-tuần không thể tùy tiện được. Những gì là bảy? (Ở đây đang dạy cho chư vị Tỳ-kheo, cũng là nói người tu. Muốn thành tựu bảy pháp thì tỳ ma Ba-Tuần không thể tùy tiện được. Ma vương Ba-Tuần này ở tầng trời thứ sáu). **Ở đây, Tỳ-kheo (1) thành tựu giới luật, đầy đủ oai nghi, phạm luật nhỏ còn sợ huống gì là lớn** (tức là đầu tiên mình ráng giữ giới luật, ngay cả giới nhỏ mình cũng ráng giữ. Mình sợ phạm [giới nhỏ], huống hồ chi giới lớn. Đó là yếu tố thứ nhất để mình không bị tỳ ma Ba-Tuần tùy tiện phá hoại). **Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ nhất này, tỳ ác ma không thể tùy tiện được. Giống như thành kia cao rộng, rất nghiêm ngặt, không thể phá hoại.** (Đức Phật lấy ví dụ, là mình làm tốt Giới luật thì giống như thành cao rộng, nghiêm ngặt, nên không thể phá hoại được. Đức Phật dạy ví dụ rất dễ hiểu).

Lại nữa, này Tỳ-kheo, (2) khi mắt thấy sắc không khởi tưởng đắm, cũng không khởi niệm, Nhãn căn đầy đủ, thủ hộ Nhãn căn không để khuyết thủng, rò rỉ; Tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý đối với pháp cũng lại như vậy, cũng không khởi tưởng, đầy đủ ý căn, mà không loạn tưởng, thủ hộ đầy đủ ý căn. Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ hai này, tỳ ma Ba-tuần không thể tùy tiện; như thành quách kia cửa ngõ chắc chắn.

Cửa ngõ của chúng ta là gì? Cửa thành của người tu tập là: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý. Đức Phật nói là cứ thấy cái gì thì đừng có đắm nhiễm vào đó là được. Mắt thấy sắc thì đừng có đắm nhiễm, đừng có chạy vô, không khởi niệm; tai nghe tiếng âm thanh hay, âm thanh dở gì đó cũng đừng có để [tâm]; rồi mũi cũng vậy, ngửi mùi hôi hay thơm gì cũng kệ; rồi thân xúc chạm thì cũng ráng đừng để đắm nhiễm trong đó; rồi ý bị đắm nhiễm, người ta chửi một cái là mình tức lên, rồi mình ôm câu chửi đó miết, đó là đắm nhiễm. Hoặc là người ta khen một điều gì đó là mình nhớ hoài, mình cứ niệm niệm khen, thì đó là đắm nhiễm. Hoặc mình nhớ chuyện gì đó rồi cứ niệm niệm suốt, nghĩ hoài, thì đó là đắm nhiễm. Nếu mình không đắm nhiễm đó thì tỳ ma Ba-Tuần (tức là ác ma Ba-Tuần) không có làm gì được.

Đó là hai điều, giống như cửa thành chắc chắn rồi, cửa thành của chúng ta là sáu căn. Còn thành xây chắc, đó là Giới luật. Quý vị thấy hay không ạ? Đức Phật

lấy ví dụ quá tuyệt vời.

Lại nữa, Tỳ-kheo (3) nghe nhiều không quên, thường nhớ nghĩ tư duy chánh pháp đạo giáo, những pháp đã nghe qua trước kia thấy đều thông suốt. Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ ba này, tỳ ma Ba-tuần không thể tùy tiện; như bên ngoài thành quách kia có hào rất sâu và rộng.

Hào của mình để chống giặc là gì? Đó là phải nghe nhiều, phải đa văn, chứ không phải dốt mà tu được đâu, thời nay người ta đề xướng ngược đó. Quý vị thấy tất cả các kinh, đức Phật đều khuyên là đa văn. Đa văn thì mới được, đa văn rồi mà còn phải nhớ nữa. Nghe nhiều tức là đa văn, còn thường nhớ nghĩ tư duy Chánh pháp đạo giáo, những pháp đã nghe qua trước kia thấy đều thông suốt. Cho nên mấy người đa văn thì người ta được cái hào này, hào chống giặc ma Ba-Tuần. Mà mình lại nói là ‘tôi sợ mấy người đa văn’, đó là nói ngược. Thời nay người ta toàn nói ngược không [thôi]. Đa văn là giống như cái hào để chống giặc ngoại thành xâm nhập vào thành. Nghe mà nghe phải hiểu, nhớ, nghe không quên, rồi thường tư duy thông suốt thì ok. Đó cũng là một biện pháp để chống tỳ ma Ba-Tuần. Ở đây không nói chống gì, thật ra ngôn ngữ của Phật là không để người ta hại thôi, chứ không có chống gì đâu. Đức Phật từ bi lắm, Đức Phật không có hù dọa bắt ma vương Ba-tuần đâu, quý vị thấy trong kinh, Đức Phật không có làm gì đâu. [Ma Ba-tuần] tới phá chút, không được thì tự bỏ đi thôi.

Lại nữa, Tỳ-kheo (4) có nhiều phương tiện, những pháp mà khoảng đầu thiện xảo, giữa thiện xảo, cuối cũng thiện xảo, thanh tịnh đầy đủ, hiển hiện Phạm hạnh. Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ tư này; như thành quách kia, nhiều lúa gạo, giặc ngoài không dám đến xâm lăng.

Tức là mình phải có nhiều phương tiện, ở đây có chú giải (413) là nhiều nỗ lực, tinh cần, là Chú Giải của ngài Tuệ Sỹ. Tức là những pháp khúc đầu hay, khúc giữa hay, khúc sau hay, thanh tịnh đầy đủ, hiển hiện Phạm hạnh. Nói chung là mình phải có nhiều nỗ lực, tinh cần. Ở đây dịch chữ là ‘có nhiều phương tiện’, [thì] ngài Tuệ Sỹ chú giải như vậy.

Lại nữa, Tỳ-kheo (5) tư duy về bốn pháp tăng thượng tâm, cũng không rỉ thoát. Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ năm này, tỳ ma Ba-

tuần không thể tùy tiện; như thành quách kia, nhiều củi, cỏ, người bên ngoài không thể đến quấy nhiễu.

Tức là tu bốn pháp tăng thượng tâm, là tu gì quý vị biết không? Ngài Tuệ Sỹ chú giải là tu bốn thiền: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Phải tu Thiền thì mới được, bài này tổng hợp lại thôi. Tu Thiền, mà bây giờ người ta không chịu tu Thiền, nói tu Thiền bị ma gì đó v.v... nên sợ hết. Thành ra mình không chống lại ma vương Ba-tuần được, [nên] bị ma vương Ba-tuần xâm lấn là đúng rồi.

Lại nữa, Tỳ-kheo (6) đắc bốn Thần túc, thực hiện không khó. Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ sáu này, tặc ma Ba-tuần không thể tùy tiện; như trong thành kia đầy đủ vũ khí.

Đầy đủ vũ khí là khi mình đắc bốn Thần túc, thế nào là bốn Thần túc? Nhiều người cũng không nhớ, định nghĩa chữ #Thần túc là căn bản của Thần thông hay là nền tảng của những điều phi thường. Tức là mình phải đạt đến định lực mạnh mẽ. Nhiều bộ kinh nói khi đạt đến Tứ thiền rồi thì mình hướng tâm về các Thần túc, để có Thần thông. Để hình thành được Thần túc thì gồm có bốn điều, gọi là:

1. Dục thần túc là mong muốn, ước nguyện được điều gì. Ví dụ quý vị đắc đến Tứ thiền rồi thì mình sẽ hướng tâm được điều gì, giống như muốn có Tha tâm thông, Túc mạng thông thì mình có được điều đó. Đó là lộ trình sau khi nhập Thiền ra, xuất Thiền xong thì mình ước gì là thành được cái đó. Đó là Dục thần túc.

2. Tinh tấn Thần túc là siêng năng tinh cần trong tu tập, không có thoái lui, phải cố gắng.

3. Tâm thần túc là phải có định, an trú trong Thiền định.

4. Quán thần túc. Ở đây Thiệns Trang không giải thích theo kinh nha, mà giải thích theo Chú Giải. Hôm bữa đã giải thích theo kinh rồi. Là mình có trí tuệ quán sát được về nhân duyên, thấy được đâu là đúng, đâu là sai, đâu là chân, đâu là ngụy. Chứ không phải tu một hồi rồi không biết đúng hay sai, chân hay ngụy

thì đó là không có điều này. Mà không có năng lực này thì bị ma dắt dẫn.

Cho nên đây là con đường đưa đến Thần thông, có Thần túc rồi thì có Thần thông. Có bốn Thần túc là có thể trụ thế một kiếp, ai đắc được bốn Thần túc thì muốn trụ thế một kiếp là có thể trụ thế được một kiếp. Đó là điều thứ sáu.

Lại nữa, Tỳ-kheo (7) có thể phân biệt đầy đủ ấm, nhập, giới, cũng lại phân biệt pháp do mười hai nhân duyên phát sanh (tức là mình phải phân biệt đầy đủ ấm, #ấm tức là Ngũ ấm: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức; #nhập là những chỗ mình tiếp xúc đưa vào, ví dụ mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, những điều đó gọi là nhập; #giới là những cảnh bên ngoài, ví dụ như mắt thấy sắc, thì sắc là giới, tai nghe tiếng thì tiếng là giới. Cũng lại phân biệt pháp do 12 nhân duyên phát sanh, tức là mình phải thuộc vòng 12 nhân duyên, ở bài 50 chúng ta đã học qua 12 nhân duyên rồi). **Đó gọi là Tỳ-kheo thành tựu pháp thứ bảy này, tỳ ma Ba-tuần không thể tùy tiện; như chủ thành quách kia thông minh, tài cao, đáng bắt thì bắt, đáng thả thì thả.**

Điều này khó hơn, hôm bữa chúng Sơ thiền là thoát lưới ma, còn điều này là ghê hơn nữa, tu pháp này là tu tổng trì luôn mà. Nhưng thật ra muốn đạt [pháp] này phải tu [pháp] kia. Nhưng đắc bốn Thần túc này đâu có dễ, đúng không quý vị? Tu đến Tứ thiền là một chuyện cũng không dễ.

Nay đây, Tỳ-kheo cũng lại như vậy, biết phân biệt đầy đủ các bệnh uẩn, giới, xứ. Tỳ-kheo thành tựu bảy pháp này, tỳ ma Ba-tuần không thể tùy tiện. Cho nên, các Tỳ-kheo, **hãy tìm cầu phương tiện phân biệt uẩn, giới, xứ và mười hai nhân duyên, đừng để mất thứ lớp, liền vượt cảnh Ma, không có ở trong ấy nữa.**

Các Tỳ-kheo, hãy học điều này như vậy.

Các Tỳ-kheo sau khi nghe những gì Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.

(KINH SỐ 4^[7] - Phẩm 39 – Kinh Tăng Nhất A Hàm).

Ở đây, quý vị thấy mình học cho chắc uẩn, xứ, giới, Ngũ uẩn, rồi Sáu xứ, Mười hai giới, Mười hai nhân duyên. Mình phải học những điều căn bản này, chúng ta học theo những lời đức Phật dạy.

Ở đây Thiện Trang tóm tắt lại cho dễ nhớ thôi, quý vị coi bảng tóm tắt này:

Tóm Tắt về 7 Điều Thành Tựu Để Không Bị Ma Ba-Tuần Phá Hoại theo Kinh Tăng Nhất A Hàm	
1	Thành tựu giới luật, đầy đủ oai nghi, phạm luật nhỏ còn sợ huống gì là lớn.
2	Khi mắt thấy sắc không khởi tưởng đắm, cũng không khởi niệm, Nhãn căn đầy đủ, thủ hộ Nhãn căn không để khuyết thủng, rò rỉ (tức là mình đừng để chạy theo cảnh sắc); tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm, ý đối với pháp cũng lại như vậy (tức là với Sáu căn đều là như vậy), cũng không khởi tưởng, đầy đủ ý căn, mà không loạn tưởng, thủ hộ đầy đủ ý căn.
3	Nghe nhiều (là đa văn) không quên (cố gắng nghe, nếu quên thì nghe đi nghe lại cho nhớ), thường nhớ nghĩ tư duy chánh pháp đạo giáo, những pháp đã nghe qua trước kia thấm đều thông suốt.
4	Có nhiều phương tiện, những pháp mà khoảng đầu thiện xảo, giữa thiện xảo, cuối cũng thiện xảo, thanh tịnh đầy đủ, hiển hiện Phạm hạnh.
5	Tư duy về bốn pháp tăng thượng tâm (tức là cần phải tu Thiền định), cũng không rỉ thoát (tu từ Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, là tu Thiền chỉ).
6	Đắc bốn Thần túc, thực hiện không khó. (Tức là mình phải tu bốn Thần túc, tức là phải tu đến Tứ thiền thì mới hướng đến Thần túc được).
7	Có thể phân biệt đầy đủ ấm, nhập, giới, cũng lại phân biệt pháp do mười hai nhân duyên phát sanh.

Trong mấy điều này thì Thiện Trang thấy điều khó nhất là đắc Thần túc này

thôi, chứ còn mấy điều còn lại thì chịu khó chút là được.

Thiện Trang đã giới thiệu xong, còn mấy điều sau thì quý vị nghe sẽ khó hơn. Lúc đầu nghe thì dễ, giới thiệu pháp nhân gian, nhân thiên, câu chuyện thì dễ, rồi vô thì khó.

Hôm nay, Thiện Trang giới thiệu cho quý vị nền tảng tiếp theo là tu Tứ niệm xứ. Pháp tu Tứ niệm xứ này Thiện Trang xin trích từ Kinh Tăng Nhất A Hàm, bữa trước thì Thiện Trang hình như đã theo Kinh Trung A Hàm. Pháp Tứ niệm xứ là một pháp rất quan trọng, cho nên mình phải học. Lúc trước Thiện Trang giới thiệu cho quý vị tự học thôi, còn bây giờ chỉ cần kỹ hơn. Vì thời gian qua là để cho quý vị tu Thiền chỉ, luyện Thiền chỉ cho nhuần nhuyễn, một thời gian là được rồi. Thiền chỉ có một cái bệnh là buồn ngủ, nếu tu Thiền chỉ thì hay buồn ngủ lắm. Cho nên hôm nay mình học Thiền quán nữa, Thiền Tứ niệm xứ thì sẽ chống được buồn ngủ. Hai [pháp] kết hợp với nhau, nếu mình học một [pháp], thực hành một [pháp] thì buồn ngủ. Khi buồn ngủ thì nên tu Tứ niệm xứ thì sẽ không buồn ngủ. Cho nên hôm nay sẽ giới thiệu ở đây.

Quý vị nào tu Thiền chỉ thì ráng tu tập, tu tập Thiền chỉ cũng rất là quan trọng, bởi vì không có nền tảng Thiền chỉ thì Thiền quán cũng yếu. Và Thiền chỉ cũng là căn bản, bởi vì Đức Phật nói là *hãy tùy thời tu Thiền chỉ quán, tức là lúc nào tu Chỉ thì tu Chỉ, lúc nào tu Quán thì tu Quán*. Cho nên hãy cố gắng.

Pháp Tu Tứ Niệm Xứ

(Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Tôi nghe như vậy: Một thời Đức Phật trú tại vườn Cấp Cô Độc, rừng cây Kỳ Đà, tại nước Xá-vệ. Bấy giờ, Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

“Có con đường chỉ một lối vào, làm thanh tịnh các hành của chúng sanh, trừ bỏ sầu ưu, không còn mọi bức não, được trí tuệ lớn, thành tựu sự chứng đắc Niết-Bàn. Đó là hãy diệt trừ năm Triền cái, tư duy Tứ niệm xứ.

Quý vị thấy dòng màu đỏ không? Hấp dẫn! Thiện Trang thấy dòng đó có

lẽ là dòng cốt yếu trong kinh. Bao nhiêu lần chúng ta trích dẫn Tứ niệm xứ, Đức Phật đều nói: Chỉ có một con đường duy nhất để đến Niết-Bàn, độc nhất không hai, đó là Tứ niệm xứ. Quý vị coi trong bài Kinh A Hàm cũng vậy, Kinh Trung Bộ cũng vậy, Kinh Trung Bộ nói chỉ có một con đường độc nhất đó thôi. Kinh Trung Bộ là thuộc Kinh Nikaya, còn Kinh Trung A Hàm là thuộc kinh Bắc truyền (Hán Tạng) cũng nói con đường đó Đức Phật quá khứ đã đi qua, Đức Phật hiện tại cũng đi, Đức Phật tương lai cũng đi. Hôm nay, chúng ta thấy thêm một câu nữa là ‘con đường đó chỉ có một lối vào’. Nhớ là chỉ có một lối vào thôi. Con đường làm thanh tịnh các hành của chúng sanh. Hành là: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức, Hành là 50 Tâm sở. Rồi ‘trừ bỏ sầu ưu’ tức là mình có sầu ưu thì được trừ bỏ, ‘không còn mọi bức não’ nghĩa là hết Phiền não, ‘được trí tuệ lớn, thành tựu sự chứng đắc Niết-Bàn’.

Đức Phật nói chỉ có một lối vào thôi, nhớ là đi con đường nào, Pháp môn nào v.v... cuối cùng phải đến đây. Tại vì con đường đó là đường vào, chính là diệt trừ năm Triền cái và tư duy Tứ niệm xứ. Cho nên không tu Tứ niệm xứ thì không có cách nào, không thể đắc Niết-Bàn. Hãy tin đi! Nếu không tin mà nghe người đời sau nói, thì đó là quý vị tin người đời sau.

Hôm nay, Thiện Trang đưa lên video của Hòa thượng Giác Khang, ngài nói rõ ràng: Tiểu thừa (Nguyên thủy) giống như gốc và thân cây, còn Đại thừa giống như cành lá. Nếu không có gốc cây, không có thân cây thì cành lá lấy đâu ra. Đại thừa là gì? Đại thừa là mở rộng ra, giải thích một cách phóng khoáng, cởi mở của Nguyên thủy (Tiểu thừa). Ai muốn cho chắc thì phải có gốc, cho nên Đại thừa phải nương vào gốc. Nếu không có gốc cây đó, thì ngài nói là giống như trồng cây bồ đề, mà coi chừng nó ra lá cây lăng dồ (là cây giống giống cây bồ đề). Cho nên nhìn thì giống nhưng cuối cùng không phải đâu, mà không phải là tiêu rồi. Ngài cũng nói đó là ngoại đạo. Và ngài nói thời này ngoại đạo nhiều, vì sao? Vì thiếu kinh Nguyên thủy, đó là A Hàm và Nikaya. Không có là thôi rồi. Cho nên nhiều người gọi là phát tâm Bồ-đề vô lượng, nhưng thật ra là cây Bồ đề giả, đâu biết mình trồng Bồ đề giả.

Đáng thương không quý vị? Rất đáng thương! Bây giờ Thiện Trang biết rồi, Thiện Trang thấy đúng. Thật ra quý vị coi Kinh A Hàm và Kinh Nikaya, hầu như

tất cả những điều gì về Nhân sinh quan, Vũ trụ quan đều có trong Kinh A Hàm. Đức Phật nói cơn mưa từ đâu có, tại sao có mưa, quý vị biết không? Giông sét là từ đâu có? Đức Phật nói rồi. Giông như thế nào? Mưa như thế nào? Thế giới này khi hình thành lên, cây cối từ đâu mà có? Quý vị biết không? Trong Kinh A Hàm, Kinh Nikaya nói hết rồi. Bao nhiêu thứ về Vũ trụ quan, Thế giới quan có hết rồi. Đáng buồn thay, bao nhiêu người mang tiếng là Tổ sư, bao nhiêu người mang tiếng là Giảng viên, Giảng sư nổi tiếng mà lại không đọc những điều đó trong kinh. Rồi bắt đầu suy diễn, nói theo ý mình, với những thuật ngữ, nói tả một hồi trật lất, không giống trong kinh. Mà trong kinh, Đức Phật nói tuyệt vời siêu vượt, bây giờ khoa học cũng ngỡ ngàng. Bởi vì Kinh A Hàm, Kinh Nikaya có thể tả được sấm chớp, vì sao có sấm mà không có mưa? Tại sao vừa có sấm vừa có mưa? v.v... Đức Phật nói hết rồi. Ôi! Quá hay! Rồi tại sao trên Thế gian này có cây? Lúc đầu kiếp sơ hình thành ra đất này làm gì có cây, tại sao có cây quý vị biết không? Một câu hỏi đơn giản vậy thôi mà im re hết rồi, đâu thể trả lời được, nếu không đọc kinh thì nói bậy thôi chứ sao.

Rồi tuổi thọ loài người như thế nào, tăng giảm lên xuống như thế nào? Rồi Nhân sanh quan, Vũ trụ quan, Thế giới loài người biến động như thế nào, [Đức Phật] nói hết. Đấy! Cần gì đâu, Đức Phật nói đầy đủ trong đó rồi, không chịu học, rồi suy diễn, nói bậy. Rồi bây giờ mình lồi ở trong đó ra mình dẫn lại, thì họ không tin, họ kêu phỉ báng. Thật là đáng thương!

Thật ra là mọi người hay tin vào lời đồn hơn là tin thật. Tức là tôi nghe người kia nói ‘ông thầy đó chân tu lắm’. Sư Giác Nguyên nói: Làm sao quý vị biết ông thầy đó chân tu? Căn cứ đâu? Nghe nói ổng giữ giới. Trời mới biết ổng giữ giới! Làm sao biết ổng giữ giới? Trước mặt Phật tử thì ông giữ, tội gì ông không giữ. Ổng phải giữ gìn, có ông thầy nào phạm giới trước mặt Phật tử đâu? Không có! Ông lén lén lút lút đằng sau, làm sao biết? Cho nên ổng cũng ráng thúc cò, gọi là giữ giới, phải ráng đạo mạo, nghiêm trang. Cho nên Sư Giác Nguyên mới nói những người như vậy, tôi xin lỗi, tôi ra ngoài chợ Đầu mối, chợ Cầu Muối, chợ gì đó, mấy địa điểm ở Sài Gòn hoặc là Hà Nội, lượm một mớ thẳng về, bảo đắp y áo cho trang nghiêm vô, con cứ giữ như vậy, đi mắt lim dim làm cho ngon ngon một chút. Thúc cò như vậy tức là giữ oai nghi như vậy, lát nữa là tiền vô ào ào, là chúng theo làm liền, [kiếm] mấy triệu bạc liền, đúng không? Con có tiền, con sẽ

có đồng đệ tử.

Cho nên mình chỉ toàn thấy trên tin đồn, gặp nhau có một chút thôi mà tin ông thầy đó giữ giới. Làm sao biết ông giữ giới? Quý vị về rồi, ông có giữ giới hay không? Làm sao biết? Rồi nghe nói ông chân tu, làm sao biết ông chân tu? Đâu có biết được đâu. Tu chân hay không làm sao biết được! Đệ tử, rồi Phật tử chùa đó đồn ra ‘ông thầy đó chân tu lắm, ông thầy đó giữ giới lắm’. Mà trong [khi] đó quên mất ở trong Kinh Tương Ưng Bộ, ở phẩm Tương Ưng Vương, Đức Phật nói rất rõ ràng: Có một đoàn người đi qua, vua Ba Tư Nặc thấy 7 vị loa thể (Ni-kiền-tử), 7 vị Nigantha, 7 vị [bện tóc]... gì đó, nói chung đủ các loại ngoại đạo đi ngang qua, nhóm đông đông vậy đó. Vua Ba Tư Nặc là thuộc dòng Sát-đế-lợi, so với dòng Bà-la-môn thì làm sao bằng được, nên vua Ba Tư Nặc mới đánh lễ: “Bạch các vị Sa-môn, con là vua Ba Tư Nặc, vua của nước Kosala”... Ngài đánh lễ rồi cung kính... Và bắt đầu mới tới hỏi Đức Phật: “Bạch đức Thế Tôn, những người ấy trên đường đến A-la-hán hay là A-la-hán?” Đức Phật nói: “Ông làm sao biết được, khi ông còn là Cư sĩ, hằng ngày ông sống trong nhung lụa... thì làm sao ông biết mấy người đó là tu hành thật hay giả”. Rồi Đức Phật mới nói: Muốn biết người đó như thế nào, thì phải chung sống với họ, phải trải qua nhiều năm mới biết được như thế. Phải khi gặp nghịch cảnh thì mới biết được lòng truân chuyên của mọi người, phải có điều kiện này, điều kiện kia mới thử thách họ, thì mới biết được họ là thật tu hay giả tu.

Còn quý vị nghe toàn tin đồn, suốt ngày đồn ông đó là tổ, ông đó tu tốt, ông này ghê gớm lắm. Toàn tin đồn, không kiểm chứng được. Cho nên Sư Giác Nguyên nói ‘*chỉ có một điều mà mình có thể kiểm chứng được, đó chính là lời pháp của mấy ông đó nói ra có khớp với Kinh, khớp với Luật, khớp với A Tỳ Đàm hay không?*’ Đó là lời Đức Phật dạy. Đức Phật dạy như vậy mà, trong Kinh Du Hành thuộc Kinh Trường A Hàm, [có] một vị Tỳ kheo từ phương Đông đến, cực kỳ nổi tiếng và đa văn, trì giới, tu Thiền gì đó, v.v... tới nói với ông rằng ‘pháp như thế này’... Thì ông từ từ đã, ông đừng có nghe vội mà ông phải suy xét những lời đó, coi có đúng với Kinh, đúng với Luật, đúng với A Tỳ Đàm (Vi Diệu Pháp) hay không? Rồi sau đó kết luận. Nếu thấy không đúng, thì ông hãy phủ nhận đi, đuổi đi, hay là bỏ đi đúng không? Còn nếu như thấy đúng ý nhưng không nguyên văn, thì nói là đây là những lời ý của đức Thế Tôn, nhưng văn không đúng. Còn nếu

như thấy vừa đúng ý vừa đúng văn, thì xác nhận đây mới là lời của Đức Thế Tôn.

Còn bây giờ mình rất dễ dãi, mình nhận ‘y nghĩa bất y ngữ’ gì đó (Tứ y pháp), mình thấy diễn giải từ lum từ la mà mình cũng tin. Cho nên cái dốt của người tu bây giờ là không chịu thâm nhập Kinh A Hàm và Nikaya để biết ra những điều đó, mà cứ nghe tin đồn là người này người kia, rồi khi chết làm hồ sơ giả, tức là xá-lợi giả. Thiện Trang đưa lên bài của báo Giác Ngộ nói, bây giờ muốn xá-lợi cỡ nào cũng có hết, nhà quàn tới hỏi luôn. Ông thầy chết, Phật tử chết, muốn xá-lợi kiểu gì, bao nhiêu tiền đưa ra là họ làm cho xá-lợi, thiêu ra là có xá-lợi. Muốn có xá-lợi xương thì chỉnh nhiệt độ cho thấp xuống một chút, thì xương còn. Có hết! Lúc nhập quan tài bỏ mấy thứ vô, độn mấy đồ cứng cứng vô, đốt nhẹ nhẹ chút là ra xá-lợi đầy, không [phải] thiệt!

Cho nên Sư Giác Khang mới nói xá-lợi thì ma cũng có thể làm được. Tin đi! Rồi Thần thông cảm ứng gì đó, họ cũng giả được hết. Họ lấp mấy cái bóng chớp chớp, chiếu chiếu, vào làm lễ nhập quan động quan gì đó, giấu ở đâu đó rồi bấm xẹt xẹt, ánh sáng chiếu, mình thấy hào quang Phật phóng quang tiếp dẫn, tin quá!

Cho nên chúng sanh thời nay dốt lắm, không có kiến thức khoa học, không [biết] một cái gì hết là bị lừa. Trong khi đó, Đức Phật dạy là phải căn cứ vào giáo pháp, đúng không ạ? Cho nên không căn cứ vào [đó] thì chịu thua. Cứ nghe đồn, mà đồn lâu rồi thì thành sự thật. Mới đầu ông A truyền cho bà B, mới đầu đồn trong chùa, rồi đồn ra ngoài chùa, rồi dần dần thành thật. Nhưng có một sự thật không che dấu được, đó là chết, cuối cùng chết không có tự tại. Một vị Phật, Bồ-tát chứng Tứ thần túc thì có thể trụ thế suốt một kiếp. Một người bình thường thôi chứ chẳng cần A-la-hán, mà chứng Tứ thần túc thôi, chưa chứng A-la-hán thì có thể trụ thế một kiếp. Mình nói mình là Phật, Bồ-tát tái lai mà không chứng được.

Thứ hai là người chứng từ Sơ thiền trở đi là người ta đã ra đi an nhiên tự tại khá rồi, còn chứng đến Tứ thiền là muốn đi lúc nào thì đi, nhẹ nhàng lắm. Vậy mà mình tu, mình nói mình ghê gớm lắm mà không làm được. Cho nên không có học kinh thì làm sao biết được trong kinh nói gì, và cứ theo điều đó rồi đi giảng giải và cứ tưởng là đúng.

Cho nên thời nay bị lừa nhiều lắm, thật sự Thiện Trang rất là thương cho thời đại hiện nay, chính vì vậy nên mình mới kể, cứ nói cho thiên hạ chém thôi. Giống như Sư Giác Nguyên nói ‘không biết tôi còn sống ngày nào không’ đó. Tại vì sao? Đi ra đường họ chém chết. Cho nên thật sự rất là đáng sợ. Thời đại này gọi là thời đại loạn rồi, khi cái giả lên ngôi và chúng sanh mê mờ, không chịu coi kinh, coi sách mà chỉ tin vào những lời đồn. Cho nên thời đại này là vậy đó quý vị. Thật là đáng tiếc!

Chúng ta nhớ! Ở đây đức Phật nói ‘con đường chỉ một lối vào’, có nghĩa là tu Pháp môn nào, [chỉ có] con đường duy nhất thôi; nhất đạo nghĩa là không có con đường nào hết. Kinh Đại thừa, Kinh Lăng Nghiêm cũng nói: **“Thập phương Bạc Già Phạm, nhất lộ Niết-Bàn môn”**. Bạc Già Phạm tức là Đức Phật, thập phương Bạc Già Phạm tức là 10 phương Đức Phật, chỉ một con đường vào Niết-Bàn (nhất lộ Niết-Bàn môn) đó là con đường Tứ niệm xứ. Cho nên tu niệm Phật mà cuối cùng không trở về Tứ niệm xứ thì không đắc Niết-Bàn, không có giải thoát. Nhớ! Tu [pháp] gì thì cũng phải về đây.

Thế nào là một lối vào? Tâm chuyên nhất, đó là một lối vào. Thế nào là đạo? Tám Phẩm đạo Hiền thánh: 1. Chánh kiến, 2. Chánh tư duy, 3. Chánh nghiệp, 4. Chánh mạng, 5. Chánh tinh tấn, 6. Chánh ngữ, 7. Chánh niệm, 8. Chánh định. Đó gọi là đạo. Đó gọi là con đường chỉ một lối vào.

Bài này Đức Phật nói rõ hơn, ngoài Tứ niệm xứ, 5 Triền cái cũng không vấn đề gì, nhưng mình phải theo Bát chánh đạo. Đó là phải [có] Chánh kiến, Chánh kiến có 2 loại: Chánh kiến thế gian và Chánh kiến xuất thế gian. Chánh kiến thế gian nghĩa là mình phải tin được rằng có đời này, đời sau đời, có cha có mẹ (tức là mình không thể sinh ra từ đâu hết, [mà] mình phải sinh ra từ cha mẹ), có loài hóa sanh (tức là có cảnh giới khác), có luân hồi, có nghiệp báo, ở đời có bậc A-la-hán (tức là mình tin có người tu chứng ngộ) v.v.. đó gọi là có Chánh kiến của thế gian thôi. Chánh kiến đó gọi là Chánh kiến Hiệp thế, tức là mình chỉ được ở cõi nhân thiên thôi. Còn muốn Chánh kiến đắc đạo là phải [có] Chánh kiến xuất thế gian, là biết như thật về Khổ, Tập, Diệt, Đạo (Tứ đế), đó là để đắc đạo.

Khi có Chánh kiến rồi thì mới có Chánh tư duy, có Chánh tư duy rồi thì có Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh

định. Chánh định chính là tứ định: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, mấy thiền đó là Chánh định. Cho nên không tu mấy điều đó thì làm sao có đạo quả Samôn được. Cho nên đó là con đường chỉ có một lối vào mà mình không tin.

Thế nào là diệt trừ năm triền cái? Tham dục cái, Sân nhuế cái, Trạo cử cái, Thùy miên cái, Nghi cái. Đó gọi là năm Triền cái phải diệt.

Điều này chúng ta học hoài rồi, năm Triền cái là: Tham dục cái là tham; Sân nhuế là sân hận; Trạo cử (phóng dật) là tâm mình lao xao; Thùy miên là buồn ngủ, hôn trầm; Nghi là mình nghi ngờ. Khi mình còn năm [Triền cái] này thì mình tu Thiền không đắc. Khi mình phục được [năm Triền cái] này thì mình đắc Sơ thiền. Điều này, thật ra khi đắc đạo, các quả vị cao thì sẽ hết, còn quả vị thấp thì đôi khi vẫn còn.

Thế nào là tư duy Tứ niệm xứ? Ở đây, này Tỳ-kheo, quán thân nơi nội thân trừ bỏ niệm ác, không có sầu ưu; quán thân nơi ngoại thân, trừ bỏ ác niệm không có sầu ưu; quán thân nơi nội ngoại thân, thân trừ bỏ ác niệm, không có sầu ưu. Quán thọ nơi nội thọ, quán thọ nơi ngoại thọ, quán thọ nơi nội ngoại thọ mà tự an trú. Quán nội tâm, quán ngoại tâm, quán nội ngoại tâm mà tự an trú. Quán nội pháp, quán ngoại pháp, quán nội ngoại pháp mà tự an trú.

Thật ra Tứ niệm xứ này là quán thân, thọ, tâm, pháp. Chúng ta quán về 4 điều, đó là gì? Mỗi [pháp quán] thì có ba, tức là quán bên trong, bên ngoài và cả trong cả ngoài. Quán về thân, về tâm, về thọ, về pháp (quán thân, thọ, tâm, pháp). Thật ra đó là nói gọn thôi, còn ở đây là nói chi tiết. Hôm nay, Thiện Trang nói về cách thực hành luôn. Ở đây chúng ta học điều này là cũng có thể thực hành được rồi đó.

[Quán thân]

Thế nào là Tỳ-kheo quán thân nơi nội thân mà tự an trú? Ở đây, Tỳ-kheo quán thân này tùy theo tánh hành của nó: từ đầu đến chân, từ chân đến đầu; quán trong thân này tất cả đều bất tịnh, không có gì đáng tham. (Tức là mình quán tính chất của thân hành là biến đổi của thân, từ đầu đến chân, từ chân đến đầu; quán tất cả [thân] này đều bất tịnh). Lại quán thân này có các

thứ lông, tóc, móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, não, mỡ cao, ruột, bao tử, tim, gan, tỳ, thận; thấy đều quán biết hết. Phấn, tiểu, sanh tạng, thực tạng, nước mắt, đờm dãi, huyết mạch, mỡ, mật; đều nên quán biết, không có gì đáng tham đắm. Như vậy, này các Tỳ-kheo, hãy quán thân mà tự an trú, trừ bỏ niệm ác, không có sầu ưu.

Nghĩa là quán những điều này cũng đơn giản thôi, quý vị cứ thấy mình đụng tới tóc mình, thấy tóc này cũng không có sạch, bất tịnh mà. Lông, móng tay rồi mình thấy răng, cái gì đó... toàn là đồ dơ bẩn. Rồi các cơ quan bên trong là nước đờm, nước mắt rồi mỡ v.v... toàn là những đồ ghê không à. Quán như vậy đó, ai có [tu] đề mục tu bất tịnh, quý vị thấy đây cũng là quán bất tịnh. Nhưng đó chỉ là một phép quán thôi. Còn nữa:

Lại nữa, Tỳ-kheo lại quán thân này có đại chủng đất chẳng? Có đại chủng nước, lửa, gió chẳng? Tỳ-kheo quán sát thân này như vậy.

Tiếp theo là quán về thân này có bốn đại: Đất, nước, lửa và gió. Đất là gì? Đất là những gì cứng trên thân mình, thỉnh thoảng quý vị cứ suy nghĩ coi, thân mình có yếu tố đất không? Xương thì cứng, đó là đất. Nước là những gì ướt ướt, có nhiều yếu tố nước, mình thấy [khi] ăn thì có nước miếng. Hôm bữa mình học bài ăn ngon hay ăn dở, [thì] phải có yếu tố nước miếng, nước bọt, thì đó là nước đúng không? Rồi máu cũng là nước. Lửa là hơi ấm, hơi ấm trong thân thể mình giữ được 37 độ, khi sốt thì lên 40 độ hoặc hơn nữa, đó là yếu tố về lửa. Gió là sự lưu thông khí trong người, chúng ta có hơi thở đồ đó.

Lại nữa, Tỳ-kheo quán thân này, phân biệt các giới; thân này có bốn đại chủng. Giống như người khéo mổ bò, hoặc học trò người mổ bò, xẻ con bò từng phần để tự xem xét: đây là chân, đây là tim, đây là đốt xương, đây là đầu. Cũng vậy, Tỳ-kheo kia phân biệt giới này mà tự quán sát: thân này có các đại chủng đất, nước, lửa, gió. Tỳ-kheo quán sát thân như vậy mà tự an trú.

Cũng tương tự như thế, chúng ta quán sát các bộ phận trong người gồm những gì, tư duy hay không, đó cũng là quán thân. Cho nên có rất nhiều cách tu quán thân. Quý vị thấy phổi mình đau rồi, phổi mình gồm những gì? Phổi gồm

có đất, tức là phổi mình có một chút cứng cứng đúng không? Rồi có nước trong đó, là máu chảy ở trong đó, có hơi ấm của phổi, rồi có khí ở trong đó. Hằng ngày mình thấy gì thì mình quán như vậy, quán như thế là tu Tứ niệm xứ. Cho nên nếu học kỹ ra thì Tứ niệm xứ có rất nhiều cách quán, chứ không phải chỉ có một cách quán là quán thân hành thôi. Quán niệm thân hành tức là quán đi, đứng, nằm, ngồi gì đó, làm gì biết vậy, đó gọi là niệm thân hành thôi.

Lại nữa, Tỳ-kheo quán thân này có các lỗ rỉ chảy không sạch. Giống như người kia quán sát vườn trúc hay quán sát bụi lau. Cũng vậy Tỳ-kheo quán thân này có các lỗ chảy ra các thứ bất tịnh.

Tiếp theo là quán những lỗ trên thân, chúng ta có mũi, lâu lâu nước mũi chảy ra, ghèn từ mắt, rồi mồ hôi, v.v... chảy ra, đủ thứ hết. Cho nên đó là không sạch. Mình quán như vậy thì mình sẽ thấy nhàm chán, mình thấy được thật tướng của thân mình.

Lại nữa, Tỳ-kheo quán tử thi, hoặc chết đã một ngày, hoặc hai ngày, hoặc ba ngày, hoặc bốn ngày, hoặc năm ngày, sáu ngày, bảy ngày; thân thể sinh trưởng, hôi thối không sạch. Tỳ-kheo lại tự quán thân mình cùng với thân kia không khác, thân ta không thoát khỏi hoạn này.

Ngày xưa thì dễ, chứ bây giờ cũng khó. Bây giờ không có thấy cảnh để xác mấy ngày, bây giờ người ta chết là sẽ bỏ vô quan tài tẩm liệm cho khỏi [hôi thối]. Chứ còn hồi xưa ở Ấn Độ, người ta quăng ra ngoài mấy chỗ [bãi tha ma], [để] một, hai, ba, bốn, năm ngày, thì thấy rõ, và các Tỳ-kheo đi tới những chỗ bãi tha ma đó để tu quán. Chứ còn bây giờ mình đâu có thấy đâu. Nhưng chúng ta lâu lâu cũng thấy đúng không ạ? Lâu lâu thấy người chết, lâu lâu thấy người bị hỏa táng v.v... hoặc là tai nạn giao thông, quý vị thấy thân thể đó. Rồi mình cũng nghĩ là sau này mình cũng chết vậy thôi, trước sau gì cũng chết thôi. Tâm nghĩ như vậy, quán được như vậy, đó cũng là một đề mục trong quán Tứ niệm xứ, thuộc về quán thân.

Hoặc Tỳ-kheo quán tử thi bị quạ, se sẻ, kên kên ăn nuốt, hoặc bị hổ lang, chó sói, các loài trùng thú trông thấy ăn thịt. Tỳ-kheo lại tự quán thân mình cùng kia không khác, thân ta không tránh khỏi hoạn này. Đó là Tỳ-

kheo tự quán thân mà an trú. (Tức là hồi xưa bỏ [tử thi] ra thì có mấy con [thú] ăn, còn bây giờ mình tưởng tượng thân thể mình để lâu thì có các con trùng ăn ở trong đó, [rồi] dòi ở trong đó...)

Lại nữa, Tỳ-kheo quán tử thi hoặc bị ăn một nửa, rơi vãi trên đất, hôi thối không sạch. Tỳ-kheo lại tự quán thân mình cùng kia không khác, thân ta không tránh khỏi pháp này. (Cách này thì Thiện Trang đổi một chút, bây giờ nếu muốn bớt tham cuộc đời, [thì] thỉnh thoảng lên mạng coi mấy tai nạn giao thông người ta đăng, thấy ghê lắm, rồi từ đó thấy [thân] mình cũng vô thường, mạng người mong manh, thì từ đó mình tu hành mới tốt).

Lại nữa, quán tử thi đã hết thịt, chỉ còn có xương bê bết máu. Tỳ-kheo lại đem thân mình quán sát như thân kia cũng không khác. Tỳ-kheo quán thân này như vậy. (Đó là do hồi xưa bỏ ra [cho thú] ăn thịt, chứ bây giờ mình không có [kiểu] này. Mình chỉ coi được trên mạng thôi, quý vị lên mạng đánh vô vẫn có đó). **Lại nữa, Tỳ-kheo quán tử thi, gân ràng rịt như bó củi. Tỳ-kheo lại quán thân mình cùng kia không khác. Tỳ-kheo quán thân này như vậy.** (Quán tử thi, [về] gân).

Lại nữa, Tỳ-kheo quán tử thi, từng đốt xương phân tán rơi vãi khắp nơi. Hoặc xương tay, xương chân mỗi thứ một nơi, hoặc xương đùi, xương hông, hoặc xương cụt, hoặc xương tay, hoặc xương vai, hoặc xương sườn, hoặc xương sống, hoặc xương cổ, hoặc đầu lâu. Lại nữa, thân này cùng kia không khác. Ta không thoát khỏi pháp này. Thân ta cũng sẽ bại hoại. Như vậy Tỳ-kheo quán thân này mà tự an trú. (Đây là quán lúc mà [xương] gãy vụn ra, thân rơi vãi ra).

Lại nữa, Tỳ-kheo quán tử thi màu trắng, màu ngọc trắng (Tức là khi đó còn xương không [thôi], nên có màu trắng). **Tỳ-kheo lại tự quán thân cùng kia không khác, ta không lìa khỏi pháp này. Đó là Tỳ-kheo tự quán thân.**

Lại nữa, nếu Tỳ-kheo thấy tử thi, tưởng xương xanh bầm, không có gì đáng tham đắm, hoặc cùng màu tro đất không thể phân biệt. Như vậy, Tỳ-kheo tự quán thân, trừ bỏ niệm ác, không có sầu lo. Thân này vô thường, là pháp phân tán. Như vậy Tỳ-kheo quán nội tự thân, quán ngoại thân,

quán nội ngoại thân, phân rã, không có gì. (Ở đây là quán như thế, sau khi chết 1 năm, 2 năm, cuối cùng còn lại gì đâu. Bây giờ đem đi thiêu thì còn đúng đồng tro tàn).

Thật ra đây là quán bất tịnh. Còn nếu là quán thân thì Thiện Trang cũng sẽ chia sẻ luôn. Quý vị nên tu tập thế này, bây giờ mình chia thời gian bớt ra, giống như Thiện Trang cộng tu vừa rồi, quý vị thấy Thiện Trang chỉ dành thời gian đầu để niệm Phật và dẫn chúng. Thời gian tiếp theo là tu Thiền chỉ, sau đó Thiện Trang tu Thiền quán, đó là Tứ niệm xứ. Thiện Trang đi, đi rất chậm. Tại vì đi nhanh thì thật sự quán sát không rõ, lúc được lúc không. Mình cứ đi chậm chậm, để ý từng bước chân, để ý từng cử động v.v... đi một cách thoải mái nhất. Thật ra mình phải mặc đồ dễ dàng thì mới thoải mái. Mình đi thì mình cảm thấy đã lắm quý vị, tu một thời gian thì Niệm thân hành (hay Thân hành niệm) tức là mình để ý từng cử chỉ trên tay, chân, v.v... làm gì mình biết rất rõ, quán trên thân thôi. Pháp đó cũng là quán thân trên thân của Tứ niệm xứ.

Quý vị cứ để ý thử coi, làm gì thì biết cái đó, tay ta đưa lên thì biết tay đưa lên, tay để xuống thì biết tay để xuống. Đặc biệt đi, quý vị đi thông thả thôi, đi nhẹ nhàng bước từng bước, thấy chân chạm xuống đất rồi, cảm thấy như vậy. Rồi khi giở [chân] lên thì cảm thấy [được] là đang giở chân lên, bước qua bước lại, xoay người thì biết xoay người, quan sát vậy đó. Quý vị tu một lát thì tự nhiên đầu mình sáng dữ lắm, dễ chịu lắm. Tu một thời gian thấy sao nó đã, dễ chịu lắm. Tự nhiên như vậy, nói chung là không thể tưởng tượng được cảm giác đó.

Cho nên bây giờ sau khi Thiện Trang tu Thiền chỉ xong thì Thiện Trang tu Thiền quán. Và đặc biệt lúc nào quý vị buồn ngủ, quý vị đừng cố ngồi tu Thiền chỉ nữa, [vì tu Thiền chỉ] tiếp là ngủ gục luôn. Lúc đó nên tu Thiền quán, quán Tứ niệm xứ, mà đó là pháp quán thân là chính, khi đi là thuộc về quán thân. Rồi tâm mình đang nghĩ gì, mình biết liền, đó là quán tâm. Cảm nhận của mình khi mình đặt chân xuống, mình thấy cảm mặt đất như thế nào, bằng hay không bằng, v.v... rồi mình giở [chân] lên thấy nhẹ nhàng, đó là quán thọ. Thật ra có cảm thọ.

Ai mà tu được [pháp] đó một thời gian thì quý vị sẽ cảm thấy là hình như mình thích đi, tức là đi nhẹ nhàng, đi nhẹ nhàng, khi chân chạm xuống đất thì mình cảm thấy dễ chịu sao đó. Rồi khi giở chân lên v.v... đi một cách ung dung

nhẹ nhàng, không nghĩ gì hết, mà quan sát từng cử chỉ như vậy. Một thời gian dễ chịu lắm. Quý vị thử thực hành đi, nên thực hành như thế. Chớ đừng có tu hình thức nhiều. Thiện Trang thấy hồi xưa Đức Phật dạy như thế, bây giờ mình cứ tu như thế. Tức là hai pháp: Một là Thiền chỉ, hai là Thiền quán. Bây giờ có nhiều đồng tu cũng còn siêng niệm Phật, nên đầu tiên Thiện Trang dẫn đi kinh hành niệm Phật. Rồi sau đó vô Thiền chỉ, rồi Thiền quán.

Nói thật, bây giờ Thiện Trang thích hai pháp đó. Hồi xưa mình tu Thiền chỉ khó vô, còn bây giờ dễ hơn, cho nên bây giờ thích Thiền quán, tu Thiền chỉ một chút thôi. Ngồi xuống một tí là dễ chịu rồi. Lúc nào mệt, buồn ngủ thì ngồi ngủ luôn, nhưng thấy ngủ không bị mê. Rồi tu Thiền quán là đi như vậy. Rồi ăn uống gì đó đều rõ biết.

Nhưng còn một pháp nữa quý vị phải tu, đó là nghe pháp. Đặc biệt khi tâm loạn, quý vị mà không điều phục được tâm, quý vị dùng Tứ niệm xứ không được, thì quý vị nghe pháp. Nghe pháp vẫn là phải nghe để đối trị kiến. Và nghe pháp để mình quên những việc ở đời, quên việc này, quên việc kia. Cho nên hãy nghe pháp. Và có thời gian thì nghe Kinh A Hàm. Mới đầu nghe Tăng Nhất A Hàm, sau đó nghe Tạp A Hàm, Trung A Hàm, Trường A Hàm. Tiếp theo là nghe Tăng Chi Bộ, nghe Tương Ưng Bộ, Trung Bộ, Trường Bộ, Tiểu Bộ, rất nhiều [kinh]. Cứ từ từ nghe, mới đầu nghe không hiểu nhưng nghe dần dần sẽ hiểu. Còn ai có thời gian thì đọc nữa, mua về coi. Tại vì nghe thì nhiều khi lướt qua nhanh quá, khi có thời gian thì mình xem chút kinh. Mình phân bố thời gian ra.

Thật ra khi biết con đường tu rồi thì tu dễ lắm quý vị, không có khó đâu. Hằng ngày sống trong đời sống là tu đó, quý vị làm việc là tu đó, đó là tu Tứ niệm xứ. Quý vị nấu ăn, quý vị xắt rau đúng không? Cầm bó rau thì biết đang cầm rau. Ta đặt bó rau xuống, xắt xắt, rõ ràng, từng cử động rõ biết. Tâm đang có khởi vọng niệm, thì biết tâm đang khởi vọng niệm. Tâm đang sân, biết tâm đang sân. Tâm đang tham, biết tâm đang tham. Thấy rõ từng chi tiết. Cho nên từ đó mình tu dễ dàng lắm.

Bài kinh này hơi rườm rà, nhưng chúng ta biết đề mục trên là quán bất tịnh về thân.

[Quán thọ].

Thế nào là Tỳ-kheo quán thọ nơi nội thọ? Ở đây, Tỳ-kheo khi có cảm thọ lạc, tức thì tự giác tri rằng ta có cảm thọ lạc. Khi có cảm thọ khổ, tức thì tự giác tri rằng ta có cảm thọ khổ. Khi có cảm thọ không lạc không khổ, tự giác tri rằng ta có cảm thọ không lạc không khổ. (Điều này thì mình học hoài đúng không?) Nếu khi được cảm thọ lạc bởi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ lạc bởi vật dục. Nếu khi được cảm thọ khổ bởi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ khổ bởi vật dục. Nếu khi được cảm thọ không lạc không khổ bởi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ không lạc không khổ bởi vật dục. Nếu khi được cảm thọ lạc phi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ lạc phi vật dục. (Nói tóm lại chỉ cần đối chiếu đơn giản về cảm thọ là lạc hay [khổ], hay không khổ không lạc thôi. Mấy vật này thì cũng chỉ là đối tượng thôi). Nếu được cảm thọ khổ phi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ khổ phi vật dục. Nếu khi được cảm thọ không lạc không khổ phi vật dục, liền tự giác tri ta được cảm thọ không lạc không khổ phi vật dục. Tỳ-kheo nên tự quán nội thọ như vậy.

Tóm lại quán thọ thì đơn giản thôi, quý vị thấy [có] ba thọ: Thọ khổ, thọ lạc và thọ không khổ không lạc. Mình thấy tâm mình như thế nào? Nếu tâm mình thấy khổ, thấy khó chịu là đang thọ khổ. Thấy dễ chịu là đang thọ lạc. Thấy bình thường là đang thọ không khổ không lạc. Đó là cách đơn giản nhất để nhớ. Tại vì mình chia ra chi tiết, đối với người mới tu [thì] khó. Nhưng tu lâu thì người ta cần phải đọc lại mấy bài này để người ta quán [dễ] hơn. Còn mình mới tu thì cứ tu vậy thôi, đừng có phức tạp như trong đây. Khi nào mình tu [một] thời gian rồi thì mình quay lại mấy điều này.

Lại nữa, nếu Tỳ-kheo lúc được cảm thọ lạc, lúc ấy không có cảm thọ khổ, bấy giờ tự giác tri ta đang cảm thọ lạc. Nếu lúc được cảm thọ khổ, lúc ấy không có cảm thọ lạc, bấy giờ tự giác tri ta đang cảm thọ khổ. (Cũng vậy thôi đúng không? Đang vui thì không thấy khổ, mà đang khổ thì không thấy vui). Nếu khi được cảm thọ không lạc không khổ, lúc đó không có lạc, không có khổ, thì tự giác tri ta đang cảm thọ không lạc không khổ.

Điều quan trọng nhất, theo Thiền đồn ngộ, là quý vị tách ra được cái biết

của mình. Thật ra Đức Phật ngầm dạy cho mình, là làm sao mình biết, tánh biết đó là Phật tánh, nói ngôn ngữ như vậy. Tức là mình có một tánh biết, ngoài những thứ đó ra, tức là mình khổ thì đó là do thọ, nhưng mình biết là mình đang khổ, đó mới là tánh biết. Mình vui, vui [là] thọ vui, nhưng mình biết là đang thọ vui thì sự biết đó mới là mình. Còn thọ lạc, thọ khổ là thọ thôi. Khi mình không vui không buồn, bình thường thôi, không khổ, thì mình biết mình bình thường. Thì sự biết đó mới quan trọng.

Cho nên Tu tứ niệm xứ là luyện cho cái biết mình càng ngày càng mạnh, và đó là ta, khi nào mạnh thì sẽ chứng quả giải thoát. Đơn giản vậy thôi! Tu trên bốn điều là: thân, thọ, tâm, pháp, thật ra đều là luyện trên cái biết đó thôi, không có khác gì cả. Cho nên ai mà biết thì tu rất dễ, nằm ngủ cũng tu được nữa, nằm ngủ cũng biết mình đang ngủ đúng không? Biết mình đang ngủ tức là chưa ngủ đó. Hoặc là nằm mơ thì biết là vô giấc mơ rồi, nhưng do hằng ngày tu quán Tứ niệm xứ cho nên vừa mơ một cái, ta quán trong mơ đang thấy khổ kia, vừa mới nghĩ tâm khổ, giả sử vừa thấy cảnh người ta rượt đuổi thì mình thấy: “À! Rượt đuổi là khổ”. Vừa nghĩ khổ một cái là sẽ tỉnh giấc mơ. Tại vì đó là giác. Và thời gian sau thì sẽ không có hiện giấc mơ nào nữa hết. Tại vì tâm mình sáng thì không mơ, mơ là do vọng tưởng, mơ là do bị phóng dật, do [nghĩ tưởng] tùm lum thì mới mơ.

Vị đó quán pháp tập khởi mà tự an trú, cũng quán pháp diệt tận. (Đoạn này bị lộn, ngài Tuệ Sỹ nói thật ra là quán thọ, nguyên nhân sinh ra thọ, rồi pháp diệt cảm thọ đó). **Lại quán pháp tập diệt.** (Nguyên nhân của thọ hết. Ví dụ mình bị đau, thì mình biết tại sao bị đau. Bởi vì mình tông vô cái cây. Và khi hết đau rồi thì mình biết nguyên nhân. Mình biết vậy. Còn không thì mình cứ quán ba chi tiết [ở] trên là đủ rồi, không cần quá chi tiết như vậy). **Hoặc lại có thọ hiện ở trước mà có thể biết, có thể thấy; vị ấy tư duy nguồn gốc của nó, không nương tựa vào đâu mà tự an trú, không khởi niệm tưởng về thế gian.**

Ở đây, nói chung vẫn là tư duy nương tựa nguồn gốc của các thọ như thế nào, nó từ đâu, và quan trọng là không khởi niệm tưởng thế gian. Tức là chỉ hướng đến niệm thôi, mình đừng có nghĩ những chuyện lung tung lang tang gì hết, mà mình chỉ hướng tới thọ thôi. Đang thọ gì thì mình biết thọ đó là được rồi.

Chớ đừng có nghĩ cha, chồng, con cái gì hết. Nếu nghĩ tới những điều đó thì mình quên mất, mình đâu biết là mình đang thọ gì. Bình thường mình không có nghĩ gì hết, tâm mình đang thọ xả đúng không? Còn khi nghĩ chuyện vui vui chút là mình tâm mình đang thọ hỷ (thọ lạc), rồi khi mà buồn buồn thì là thọ ưu, thọ khổ.

Ở trong đó cũng không kinh sợ. Do không kinh sợ mà đạt đến Niết-Bàn (quan trọng là ở trong đó không kinh sợ, và do không kinh sợ nên đạt đến Niết-Bàn), **như thật biết rằng: ‘Sinh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc phải làm đã làm xong, không còn tái sinh đời sau nữa’.** (Thật ra làm một pháp này thôi, quán được tới đó thôi là cũng xong rồi đó. Phạm hạnh đã vững, sự sinh đã dứt, sanh tử không còn nữa là chứng A-la-hán).

Tỳ-kheo tự quán nội thọ như vậy, trừ bỏ loạn niệm không có sầu lo. Tự quán ngoại thọ, quán nội ngoại thọ, trừ bỏ loạn niệm không có sầu lo. Như vậy Tỳ-kheo nội ngoại quán thọ.

Ở đây tóm tắt lại đơn giản thôi, mình thấy có những cảm thọ từ bên trong, nhưng có những thọ là do bên ngoài, mình gọi là ngoại thọ. Mình quán cái trong và cái ngoài, vậy thôi. Ví dụ như có những điều mình suy nghĩ, nghĩ tới chuyện hôm qua được ăn món gì đó, tự nhiên thấy vui, thì đó là từ bên trong. Mình biết nguyên nhân là do mình thất niệm, nên có thọ hỷ đó. Còn nếu mình bị nước sôi tạt vô, nóng quá, rát quá, thì mình biết đó là quán thọ bên ngoài, là do [bên ngoài] mang tới. Thật ra chỉ là nước nóng quá, còn da mình nguội, cho nên nóng bỏng tay, [nên] thọ khổ, vậy thôi. Tất cả cảm thọ [đều] như vậy.

Lý do tại sao đức A-la-hán [quý vị] biết không? Tại vì theo thời gian mình tách được thân của mình ra, tức là mình không phải là nó. Thật ra nó là riêng, mày đau, mày khổ, mày vui thì kệ mày. Còn tao là tao biết mày, tao biết mày vui đó, tao biết mày khổ đó, tao biết mày không khổ không vui đó. Chính cái ‘tao biết’ đó, đó là mình. Chính vì cái [biết] đó nên sanh tử mới hết. Còn khi mình đồng nhất những nỗi khổ, vui, không khổ không vui cho là mình, thì coi như mình là nó. Còn đoạn trên là quán thân, mình tách mình ra khỏi thân đó, thân làm, không phải là mình làm. Tay mình đang làm, mình xắt rau cạch, cạch, cạch, thì biết đang xắt rau. Ta đang bước chân thì biết cái chân đang bước, chứ nó không phải là ta.

Một hồi nó tách ra.

Luân hồi là do thức, cái biết đó còn dính mắc vào thân đó, còn dính mắc vào thọ đó, dính mắc vào tâm đó và dính mắc vào pháp đó, cho nên mới luân hồi. Còn khi mình đã tách nó ra thì hết luân hồi. Nguyên tắc đơn giản vậy thôi! Và nếu không biết thì tu muôn kiếp cũng chưa thấy, nhưng nếu biết thì chỉ cần làm thôi. Nhưng Đức Phật nói cũng không cần biết [ngay], Đức Phật nói cứ làm như vậy đi thì tự nhiên đến lúc sẽ biết. Tức là quán thân, thọ, tâm, pháp, tự nhiên [khi] mạnh lên thì nó biết. Tức là mong muốn hay không mong muốn không quan trọng, mà cứ làm đúng như vậy đi! Đức Phật chỉ công thức như vậy rồi thì cứ làm đi như vậy là xong.

[Quán tâm]

Thế nào là quán tâm nơi tâm mà tự an trú? Ở đây, Tỳ-kheo có tâm ái dục, liền tự giác tri có tâm ái dục. (Tức là tâm mình đang ham muốn gì đó... có ái dục là biết liền). **Không có tâm ái dục cũng tự giác tri không có tâm ái dục.** (Điều này dễ đúng không ạ? Có tâm ái dục tức là Tâm tham). **Có tâm sân nhuế, liền tự giác tri có tâm sân nhuế; không có tâm sân nhuế, cũng tự giác tri không có tâm sân nhuế.** (Điều này dễ, đang sân thì biết tâm sân rồi đó. Ở trên là tâm tham, thì biết tâm có tham hay tâm không có tham. Đang sân [thì biết đang sân], hay không có sân, hay hết sân rồi. Người ta chửi một câu, [là biết] sân, nhưng sau đó hết sân rồi. Tại vì ta biết tâm đang sân). **Nếu có tâm ngu si, liền tự giác tri có tâm ngu si; không có tâm ngu si, liền tự giác tri ta không có tâm ngu si.** (Đó là tham, sân, si, mình biết. Và nếu muốn biết điều này thì học tâm đúng không? Chúng ta đã học hết mấy loại tâm rồi).

Nếu có tâm ái niệm, liền tự giác tri có tâm ái niệm; không có tâm ái niệm, cũng tự giác tri không có tâm ái niệm. Có tâm thọ nhập, thì tự giác tri có tâm thọ nhập; không tâm thọ nhập, thì tự giác tri không tâm thọ nhập. (Thọ nhập là gì? Ở đây ngài Tuệ Sỹ có chú giải. Tâm thọ nhập là chỉ tâm được thu hút lại, đối lập với tâm loạn và tâm tán lạc kể sau). **Nếu có tâm loạn, thì tự giác tri có tâm loạn; không có tâm loạn niệm, cũng tự giác tri không có tâm loạn niệm.** Có tâm tán lạc (tán lạc là tâm rơi vãi, đồng nghĩa với tâm loạn ở trên. Tâm tán lạc là tâm rơi vãi, bay tung tung, là tâm chạy khắp nơi. Ví dụ như

đang nghĩ cái này, lại nghĩ cái kia tiếp). **Có tâm tán lạc, liền tự giác tri có tâm tán lạc; không có tâm tán lạc, liền tự giác tri không có tâm tán lạc. Có tâm phổ biến, liền tự giác tri có tâm phổ biến; không có tâm phổ biến, cũng tự giác tri không có tâm phổ biến.**

Tâm phổ biến nghĩa là tâm mình hướng tới nhiều đối tượng, mình nghĩ thương cho nhiều chúng sanh quá, đó là tâm phổ biến. [Còn] tâm mình đang rút lại, chỉ nghĩ mỗi gia đình mình thôi, [toàn] nghĩ cho mình không, là [tâm] không phổ biến. Mình cứ biết như vậy thôi, Đức Phật không có bảo là mình bỏ hay không bỏ, mà mình chỉ cần biết thôi. Khi biết thì ‘tâm vô nhị dụng’, [tức là] tâm này hoạt động thì tâm kia không hoạt động, nên tự động nó hết.

Có tâm lớn, liền tự giác tri có tâm lớn; không có tâm lớn cũng tự giác tri không có tâm lớn. Có tâm vô lượng, liền tự giác tri có tâm vô lượng (là mấy đề mục vô lượng: Từ, bi, hỷ, xả, chúng ta đã học rồi); không có tâm vô lượng, cũng tự giác tri không có tâm vô lượng; có tâm tam-muội, liền giác tri có tâm tam-muội (tam-muội là định. Mình tu nhập Thiền định thì mình biết là đang nhập Thiền định. Chứ không phải nhập Thiền định mà cũng không biết nhập Thiền định luôn, đó là rớt vào định không tâm. Thì không phải là tu Tứ niệm xứ). Tâm chưa giải thoát, liền tự giác tri tâm chưa giải thoát; tâm đã giải thoát, cũng tự giác tri tâm đã giải thoát.

Điều đó thì dễ rồi, bây giờ mình biết mình chưa có giải thoát. Mà thật ra nói giải thoát, nếu chứng quả thì xa quá, thôi nói đơn giản là bây giờ tâm mình có đang bị vướng mắc gì không? Nếu không có vướng mắc gì, [thì biết] tâm ta đang không vướng mắc gì. Tâm ta đang vướng mắc lo tiền cho con đóng tiền học đầu năm, đó là vướng mắc. Tâm ta đang vướng mắc, ta biết như vậy là được rồi.

Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ với sự quán sát tướng của tâm; quán tập pháp, quán diệt pháp, cùng quán pháp tập diệt; tư duy quán pháp mà tự an trú. Những gì mà có thể biết, có thể thấy, có thể tư duy, không thể tư duy, không nương tựa cái gì, không khởi lên niệm tưởng thế gian. (Nhớ, lúc nào cũng quay về, đừng có niệm thế gian. Những điều này là bổ sung ở trên thôi. Quý vị chỉ cần tu mức trên, rồi khi nào quý vị [tu] xuống mức dưới này thì sâu hơn một tầng nữa. Nhưng Thiện Trang thấy là tu mức trên đi đã, rồi từ từ mình đọc

lại mức dưới). **Đã không khởi tướng liền không sợ hãi. Đã không sợ hãi liền được Vô dư (Vô dư Niết-Bàn). Đã được Vô dư liền được Niết-bàn, như thật biết rằng: ‘Sinh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc phải làm đã làm xong, không còn thọ thân đời sau nữa’.** (Tu bất cứ pháp nào cũng đến địa vị A-la-hán).

Như vậy, Tỳ-kheo tu tập niệm xứ, tự quán tự nội tâm, trừ bỏ loạn tưởng, không có sầu lo; tu tập niệm, tự quán ngoại tâm, quán nội ngoại tâm, trừ bỏ loạn niệm, không có sầu lo. Như vậy, Tỳ-kheo tu tập niệm xứ quán tướng của tâm nơi tâm.

Điều này tức là chỉ ra tâm mình, tại sao tâm như vậy, tạo sao tâm loạn tưởng, mình phải biết nguyên nhân. Quý vị thấy tâm [mình] tham, biết tại sao tham không? Nói đơn giản là vậy đó. Tham từ đâu ra? Tham là tại vì mình vướng mắc đũa con mình, vướng mắc chồng mình, vướng mắc tiền bạc. Tâm sân, ta biết tâm ta đang sân, vì sao sân? Vì ta còn vướng mắc điều gì đó, ta khó chịu gì đó v.v... đó là mình quán một cách rất ráo. Còn không thì mình chỉ cần biết là tâm đang sân, đang tham là được. Tức là có hai tầng, một tầng là quán luôn ra bên ngoài, một tầng là quán bên trong thôi. Và tầng thứ 3 là quán cả trong cả ngoài cùng một lúc. Pháp tu nào cũng vậy thôi.

[Quán pháp]

Thế nào là Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tướng của pháp nơi pháp? Ở đây, Tỳ-kheo tu niệm giác chi, y quán, y vô dục, y diệt tận, trừ bỏ các pháp ác.

Tức là mình phải tu tập Thất giác chi. Quý vị nhớ Thất giác chi không ạ? Thất giác chi là 7 yếu tố đưa đến giác ngộ, gồm có:

1. Niệm giác chi. Là chánh niệm, sự ghi nhớ và tỉnh giác.
2. Trạch pháp Giác chi. Tức là mình phải soi xét, phân tích đâu đúng đâu sai v.v... Nhớ! Phật pháp dạy cho chúng ta Trạch pháp Giác chi, đâu là pháp thiện, đâu là pháp ác, phải biết. Chứ không phải tu một hồi rồi mù luôn, không biết gì hết. Nhiều người cứ nói tu chẳng cần phân biệt đúng sai, [đó là] rớt vào nhị

nguyên. Xin lỗi quý vị! Không rớt vào nhị nguyên thì quý vị vô dòng Thánh rồi. Làm gì có chuyện đó! Bây giờ mình đang tu là phải có nhị nguyên. Bên này đúng, bên này sai, thì phải phân biệt [được]. Nó nằm trong Trạch pháp Giác chi. Cho nên nhiều người cứ đem ngôn ngữ Đại thừa ra nói cho vui, rồi cuối cùng không tu được. Trong khi Đức Phật nói là phải trạch pháp. Khi mình có sự tỉnh giác, trí tuệ soi xét pháp thiện hay pháp ác, pháp bất thiện hay không bất thiện, pháp mình đang lựa chọn, đó là Trạch pháp. Chứ mình cứ nói không rớt vào nhị nguyên, làm sao được, đó là cảnh giới của Bồ-tát. Còn người phàm phu mới tu thì phải tu theo Phật chứ.

3. Tinh tấn Giác chi. Tức là mình nỗ lực siêng năng tinh cần, ở bước 2 là các pháp ác thì mình phải đoạn đi, các pháp thiện thì mình siêng năng làm lên.

4. Hỷ giác chi. Tức là mình làm sao để mình vui, đừng có mặt mày nhăn nhó quá là không đắc định đâu quý vị. Lúc nào mặt cũng buồn buồn là không có đắc định.

5. Khinh an Giác chi. Tức là làm sao khinh an, nhẹ nhàng, lắng dịu. Thiện Trang chỉ cho cách, ví dụ bình thường ở trong nhà hoài bức bách quá, thì quý vị ra công viên đi dạo, hoặc đi lên sân thượng rồi ngắm trời, ngắm đất, ngắm mây chút, là [thân tâm] nhẹ nhàng. Hoặc là đi tắm cho nhẹ nhàng xuống, v.v... Đó là những cách mình có thể [thực hiện]. Ai biết cách nào, làm sao đó miễn cho cơ thể mình nhẹ nhàng, thân tâm mình nhẹ nhàng, thì đó là Khinh an Giác chi. Tu tập mà căng quá là sẽ bị bứt, phải tu vừa phải thôi.

6. Định giác chi. Có nghĩa là mình phải tu trong định. Phải dùng Thiền chỉ cho tâm chuyên nhất vững vàng, không tán loạn.

7. Xả giác chi. Là tâm quân bình, bình thản, buông xả. Muốn có Khinh an Giác chi rồi thì thông thường sẽ có Xả giác chi. Xả giác chi là mình thả lỏng thân, tâm mình. Giống như quý vị đi bộ, như hồi nãy Thiện Trang chỉ đó. Khinh an là thân, thì tâm tự động xả ra thôi, tức là tâm [được] nhẹ nhàng thôi. Lên sân thượng ngắm trăng, ngắm một hồi thì khinh an đúng không? Thì tự nhiên [tâm] xả ra nhẹ nhàng, không nghĩ gì hết. Còn mình đang nghĩ tùm lum tùm la, đó là phóng dật (trạo cử).

Cho nên khi nào tu [pháp] nào, quý vị nhớ không ạ? Đức Phật dạy có hai cách tu, bài kinh đó Thiện Trang có nói rồi, khi nào tâm mình quá nặng nề, hôn trầm thì mình tu Trạch pháp Giác chi, Niệm giác chi, Tinh tấn Giác chi, Hỷ Giác chi. Lúc nào cũng có niệm hết. Phải thấy vui lên, để mình mình mạnh mẽ lên, không hôn trầm, không nặng nề. Còn khi nào tâm quá phóng dật, bị loạn, thì lúc đó mình phải trợ tu ba giác chi chính là: Khinh an Giác chi, Định giác chi và Xả giác chi, để đưa tâm quân bình lại. Tất nhiên lúc nào cũng phải có Niệm hết. Niệm giác chi là dùng trong cả hai trường hợp trên. Cho nên đó là cách mà chúng ta đã nói rồi.

Y quán, y vô dục (là nương vào không mong muốn), y diệt tận, trừ bỏ các pháp ác (là có điều gì khởi lên thì mình bỏ đi, mình phải biết các pháp). Tu Trạch pháp Giác chi, tu Tinh tấn Giác chi, tu Hỷ giác chi, tu Khinh an Giác chi, tu Định giác chi, tu Xả giác chi, y quán, y vô dục, y diệt tận, trừ bỏ các pháp ác. Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tưởng của pháp nơi pháp.

Thật ra đây chủ yếu là tu Bảy giác chi. Chúng ta đã nói xong Bảy giác chi rồi.

Lại nữa, Tỳ-kheo đã giải thoát khỏi ái dục, trừ pháp ác bất thiện, có tầm, có tứ, có hỷ và lạc do viễn ly sinh, chứng nhập và an trú Sơ thiền (đây là tu tới Sơ thiền, tức là mình phải tu Thiền chỉ). Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tưởng của pháp nơi pháp.

Lại nữa, Tỳ-kheo xả tầm và tứ, nội tâm tịch tĩnh, chuyên nhất ý, không tầm, không tứ, có hỷ lạc do định sinh, chứng nhập và an trú Nhị thiền. Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tưởng của pháp nơi pháp.

Lại nữa, Tỳ-kheo ly hỷ, an trú xả, hằng tự giác tri, thân có tri giác lạc, điều mà các hiền thánh nói là xả, niệm, an trú lạc, chứng nhập và an trú Tam thiền. Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tưởng của pháp nơi pháp.

Lại nữa, Tỳ-kheo xả tâm lạc khổ, ưu và hỷ từ trước đã trừ, không lạc không khổ, xả, niệm thanh tịnh, an trú nơi Tứ thiền. Như vậy, Tỳ-kheo tu niệm xứ, quán tưởng của pháp nơi pháp.

Ở trên, Nhị thiền là vừa có hỷ có lạc. Còn Tam thiền là ly hỷ, bỏ luôn hỷ rồi,

chỉ còn lạc thôi. Đến Tứ thiền là hết lạc luôn, chỉ còn xả thôi.

Vị ấy, hành pháp tập, hành pháp diệt tận, cùng hành pháp tập diệt mà tự an trú, liền được niệm xứ nơi pháp mà hiện ra trước (đây là quán trên các yếu tố gọi là nguyên nhân từ đâu sinh ra, từ đâu diệt tận, mình an trú vào đó. Tại sao mình an trú vào đây? Vì để mình thấy rõ các hành, để thực hành làm sao đưa đến các tầng Thiền), **có thể biết, có thể thấy, trừ bỏ loạn tưởng, không nương tựa cái gì, không khởi tưởng thế gian** (quan trọng là không khởi tưởng thế gian). **Đã không khởi tưởng liền không sợ hãi. Đã không sợ hãi thì như thật biết rằng, ‘Sinh đã dứt, phạm hạnh đã vững, việc phải làm đã làm xong, không còn thọ thân nữa’.**

Tu như thế là chứng A-la-hán luôn. Còn nếu mình không chứng được A-la-hán, mình tu được một phần thì chứng được một phần. Nhớ! Đức Phật nói như vậy. Không được A-la-hán thì cũng được Sơ quả, không được Sơ quả thì cũng Tu-đà-hoàn hướng, hoặc Tùy tín hành, Tùy pháp hành đúng không ạ? Không được nữa thì xuống Nhẫn vị, không đọa lạc nữa là được. Yên tâm đi quý vị! Quý vị tu đúng thì đời này, Đức Phật nói là tu 7 năm, không thì 7 ngày, từ 7 năm đi ngược tới 7 ngày, mình tu đúng thì thăng tiến nhanh lắm. Nếu ai mà xui, không đầu thai bằng tâm Tam nhân thì đời sau quý vị sanh về cõi khác là quý vị đắc. Ví dụ như sanh cõi Trời là quý vị đắc quả. Cho nên đừng có lo lắng.

Này các Tỳ-kheo, y chỉ trên con đường một lối vào mà chúng sanh được thanh tịnh, xa lìa sầu ưu, lại không có tưởng ưu hỷ, đạt được trí tuệ, chứng ngộ Niết-bàn. Đó là diệt năm triền cái, tu bốn niệm xứ”.

Các Tỳ-kheo sau khi nghe những gì Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.

(Kinh Số 1 -12. Phẩm Nhập Đạo – Kinh Tăng Nhất A Hàm).

Đây là một bài kinh khá dài, Thiện Trang đã giới thiệu xong. Quý vị thấy khá mệt đúng không ạ? Nhưng quý vị nghe mấy lần thì quý vị sẽ hình dung được. Còn thật ra hãy thực hành đi, chịu khó thực hành. Quý vị làm như Thiện Trang kể, quý vị hãy cố gắng thực hành được trong đời sống hằng ngày. Đừng có chấp tướng là phải tu bao nhiêu, ngồi bao nhiêu. Thật ra tu ngồi là dành cho tu Thiền chỉ là chính. Còn tu Thiền quán là phải vận động. Nhớ! Thiền quán đa số là vận

động, tại vì vận động thì dễ quan sát hơn là đứng im. Đứng im thì các cơ quan rồi tâm... chạy ít lắm, cho nên khó quan sát. Còn nếu như mình đi, đứng, làm việc... thì quan sát dễ hơn.

Quý vị cố gắng tu trong hằng ngày, là thiền Tứ niệm xứ. Cứ niệm thân hành thôi, tức là thân làm gì thì biết đang làm đấy, rõ ràng sáng suốt. Rồi rảnh đi Thiền hành, thay vì kinh hành mình niệm ra tiếng, bây giờ mình không niệm mà chỉ quan sát thôi. Chỉ là người quan sát, quan sát thân, quan sát tâm, quan sát các pháp, từ từ như vậy thì mình sẽ thành công.

Tiếp theo chúng ta sẽ sửa bài tập về nhà hôm bữa. Đáng lẽ hôm nay mình sẽ học phần kia nữa, nhưng bây giờ hết giờ rồi, chắc sửa bài tập về nhà rồi cho thêm bài tập về nhà nữa là ok, để mọi người có bài làm thì mọi người sẽ nhớ hơn. Ai làm sẵn rồi, bữa sau viết ra rồi copy và dán nha.

Sửa Bài tập Về Nhà 5 "*Hai người bạn thân cùng tu*".

Một vùng đó, có hai người bạn rất thân. Một người quyết chí xuất gia, dốc lòng tu tập, còn người kia vẫn ở tại gia, chăm chỉ làm ăn nhưng cũng yêu thích Phật pháp. Về sau, người bạn tại gia A đi theo tà sư, tin nhận và thực hành tà pháp. (1) Một hôm, A nghe giảng tà pháp liền sinh lòng tin. Đây là tâm gì?

A nghe giảng tà pháp liền sinh lòng tin. Lòng tin mà tin như kiểu này là Tâm bất thiện rồi. Bất thiện thì có tham, sân, si, có ba tâm. Đây là sanh lòng tin với sự bất thiện, thì quý vị nghĩ là tâm gì? Tâm tham hay là Tâm si? Vì không thể nào là Tâm sân, đúng không ạ? Chỉ có hai tâm: Một là Tâm tham, hai là Tâm si thôi.

Đối với pháp tà mà mình sanh lòng tin, ở đây cũng không nói là hoan hỷ tin. Nếu là hoan hỷ tin thì tâm thọ hỷ, thì trở thành Tâm tham. Còn đây chỉ là sanh lòng tin bình thường thôi, nên cũng có thể là Tâm tham, mà cũng có thể là Tâm si. Tại vì pháp ở đây là pháp tà, không phải chánh, nên không thể thiện được, nên là Tâm si hoặc là Tâm tham. Bây giờ mình xét coi là tham hay si. Ở đây không

có thọ hỷ, không thấy vui gì hết. Cho nên chắc chắn là Tâm si. Tâm si thì chỉ có thọ xả thôi. Và hợp là hợp phóng dật hoặc là hợp hoài nghi. Nếu là hợp hoài nghi thì không đúng. Nếu mình xét như vậy thì tới đây mình thấy sai đúng không? Đâu phải hợp nghi, hợp phóng dật đâu, vì đang sinh lòng tin mà. Cho nên không phải là Tâm si, mà là Tâm tham mới đúng. Cho nên đưa ra trường hợp này, mới đầu mình tưởng là Tâm si, lừa quý vị chơi vậy đó.

Tâm tham thọ xả, đúng rồi! Tâm tham thì hợp tà hay ly tà? Hợp tà kiến. Và là hữu trợ đúng không? Tại vì có người giảng nên mới vào nghe mà, nên là hữu trợ. Vậy là Tâm tham, không phải Tâm si. Tâm si là tâm không rõ ràng cảnh giới, chỉ có thọ xả và hợp phóng dật hoặc hợp hoài nghi thôi. Ở đây [người này] đâu có hoài nghi đâu, họ tin mà. Nói phóng dật thì cũng không đúng, họ đang biết rõ cảnh, nên là Tâm tham.

Đáp án: Tâm tham thọ xả, hợp Tà kiến, hữu trợ.

(2) Sau đó, A quyết định tự mình đi truyền dạy lại cho người khác.

Câu này dễ hơn! Đầu tiên mình thấy là truyền dạy cho người khác. Truyền dạy là lòng tốt đúng không? Nhưng việc này đi theo hướng hợp tà kiến mất rồi, nên không thể nào tốt được. Thật ra đôi khi mình xét là tâm thiện cũng được, nhưng thiện này lại căn cứ trên [pháp] tà, thì không thể thiện được mà rớt qua Tâm bất thiện. Mà bất thiện thì chỉ có tham với si thôi. Ở đây cũng là Tâm tham luôn, y chang ở trên thôi. Lúc này thì anh chàng ta cũng không thấy vui gì hết mà quyết định thôi, nên không có thọ hỷ mà là thọ xả. Rồi cũng hợp tà kiến luôn. Và quyết định liền sau đó nên có thể là vô trợ. Còn không thì quý vị để hữu trợ cũng chấp nhận được, tại vì việc đó không có ranh giới rõ ràng lắm.

Đáp án: Tâm tham thọ xả, hợp tà kiến, vô trợ.

(3) Khi A thuyết giảng, A nghĩ rằng mình đang giúp người ta thoát khổ.

Tâm này thực tế cũng vậy thôi, cũng là Tâm tham, chứ cũng chẳng có khác gì. Giúp người khác thoát khổ, nhưng sự giúp của mình sai mất rồi nên đó là Tâm tham, là bất thiện. Cho nên mình tưởng là mình tu tốt, khi không có Chánh kiến

thì không có những cái sau. Cho nên rót vào Tâm tham thọ xả, hợp tà kiến. Lúc này là hữu trợ, tại vì đang thuyết giảng, nghĩ [mình giúp người ta]. Cho nên mình tưởng là ngon. Không ngon đâu! Nhiều khi mình đang làm toàn tâm xấu mà tưởng là tốt. Không phải đâu! Rót vào pháp tà thì là tà hết.

Đáp án: Tâm tham thọ xả, hợp tà kiến, hữu trợ.

(4) Nhưng khi có người phản đối, A nổi nóng.

Nổi nóng thì không cần phải suy nghĩ, để vô Tâm sân liền. Tâm sân thì chỉ có một thọ thôi, là thọ ưu. Đối với tâm là thọ ưu, còn đối với thân là thọ khổ. Ở đây mình nói về tâm nên là thọ ưu. Rồi hợp phần nộ, lúc nào chẳng hợp phần nộ đúng không? Và lúc này là hữu trợ hay vô trợ? Là hữu trợ. Tại vì có người phản đối mà, có tình huống hỗ trợ nên là hữu trợ. Tâm này là dễ nhất.

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

(5) Trong đời sống hằng ngày, A vẫn ăn cơm và sinh hoạt bình thường.

Đây là tâm gì?

Ở đây không có nói gì hết, không có làm gì hết, thì là Tâm hộ kiếp thôi. Tâm hộ kiếp thì khỏi cần phải suy xét. Ở đây không có yêu cầu quý vị phải tìm Tâm hộ kiếp thọ gì. Nhưng chúng ta có thể nói là thọ xả. Tại vì bình thường, không có gì hết, thì là thọ xả rồi.

Đáp án: Tâm hộ kiếp.

(6) Trong lúc ăn, A thầm nghĩ rằng việc mình làm thật cao quý. Đây là tâm gì?

Nghĩ rằng mình cao quý, nhưng việc đó có cao quý thật không? Không! Tại vì mình giúp cho việc tà nên tâm đó không đúng, nên chỉ có Tâm tham với Tâm si thôi. Chỗ này, quý vị thấy là ‘tâm nghĩ rằng việc mình làm thật cao quý’, nhưng anh ta cũng chẳng có thấy vui gì hết, chỉ nghĩ thôi, thì lúc này là Tâm si. Chứ nếu anh ta thấy vui thì là Tâm tham, có vui vui một chút, tự hào đó, thì là Tâm tham. Nhưng ở đây anh ta không có tự hào, chỉ nghĩ thôi, thì là Tâm si thọ xả. Và hợp này là hợp phóng dật, vì đang nghĩ lung tung.

Đáp án: Tâm si thọ xả hợp phóng dật.

(7) Đêm đến, A yên giấc ngủ say, dòng tâm vẫn tiếp tục vận hành.

Chúng ta biết, ngủ mà ngủ say thì chỉ có Tâm hộ kiếp chạy thôi. Tâm hộ kiếp thọ xả. Chúng ta cứ để Tâm hộ kiếp là được rồi. Đơn giản!

Đáp án: Tâm hộ kiếp.

Trong khi đó, (8) người bạn xuất gia B tinh tấn hành thiền, chứng đắc quả vị A-la-hán. (Quả vị A-la-hán là dễ nhất luôn). Đây là tâm gì?

Đắc A-la-hán phải là tâm gì? Tâm siêu thế Tứ quả. A-la-hán mà, khi chứng quả rồi thì là Tâm siêu thế. Có hai [tâm]: Một là tâm nhân, hai là tâm quả, mình cứ nói Tâm siêu thế Tứ quả đi. Và ở đây còn thọ nữa, [là] thọ xả, vì không thấy vui gì hết, bình thường, thì là thọ xả. Tất nhiên nếu lúc đó nói hợp trí hay vô trí gì đó thì cứ để vô thêm, nhưng chúng ta chỉ cần nhớ thế thôi. A-la-hán rồi thì mình cũng không quan tâm nhiều lắm, vì mình chưa chứng tới A-la-hán thì bàn làm chi đúng không?

Đáp án: Tâm siêu thế Tứ quả thọ xả.

(9) Sau khi chứng quả, B nhập thiền định để an trú tâm. Đó là tâm gì?

Nhập thiền định này không nói rõ thiền gì. Lẽ ra mình phải nói thiền gì thì mới rõ. Hôm bữa không viết kỹ đó là nhập thiền định gì, chứ bây giờ mình để vậy thì làm sao mà biết được. Mình không biết thiền gì thì mình để Tâm thiền, mình không biết thiền gì thôi. [Tâm thiền thì có] Tâm thiền Sắc giới Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, thì thôi mình để Tâm thiền đi.

Còn đây là Tâm thiền, Tâm thiền này là an trú tâm, ở đây không nói gì thì có thể Tâm thiền thọ xả. Không biết thiền gì, ở đây do đề thiếu thì mình cứ để thiếu.

Đáp án: Tâm thiền thọ xả.

(10) Gặp lại A, B khởi tâm bi mẫn muốn cứu bạn mình khỏi sai lầm. Đó là tâm gì?

Ở đây có quý vị nào quất vô là Tâm đại thiện không? Tâm đại thiện tức là Tâm thiện Dục giới. Đây không phải là Tâm thiện Dục giới đâu, vị này là A-la-hán rồi thì phải là Tâm đại tố (Tâm tố). Tâm A-la-hán mà, không phải tâm thường. Ở đây chúng ta thấy là Tâm đại tố giống như Tâm thiện ở Dục giới thì xét về thọ. Ở đây không có nói gì hết thì là thọ xả. Rồi hợp trí và hữu trợ.

Tâm đại tố cũng giống như Tâm đại thiện, cũng gần giống như Tâm tham. Cũng có mấy trường hợp, xét về thọ thì có thọ xả hay thọ hỷ, hợp trí hay ly trí, hữu trợ hay vô trợ. Cũng giống vậy thôi, tâm A-la-hán là như thế. Mình là phàm phu thì chỗ này mình đổi thành Tâm đại thiện, còn A-la-hán rồi thì là Tâm đại tố. Nhớ! Các bậc hữu học Tam quả thì tâm cũng như mình, là Tâm đại thiện thôi.

Đáp án: Tâm đại tố thọ xả, hợp trí, hữu trợ.

(11) B bắt đầu thuyết giảng chánh pháp cho A. Đó là tâm gì?

Thuyết giảng này cũng là dùng tâm thiện mà thuyết giảng, [nhưng] là bậc A-la-hán rồi thì vẫn là dùng Tâm đại tố thôi. A-la-hán chỉ có Tâm đại tố (tâm khi làm việc). Ở đây thuyết giảng một cách bình thường thì thọ xả, còn nếu thuyết giảng vui vẻ thì thọ hỷ. Rồi thuyết giảng pháp thì chắc chắn phải hợp trí mới thuyết giảng được. Và ở đây thì không có trợ hay gì hết, thì mình ghi vô trợ cũng được. Quý vị ghi hữu trợ cũng được nha. Mấy trường hợp này không rõ ràng, muốn rõ ràng thì phải viết thêm, mà viết dài quá nên viết vậy thôi.

Đáp án: Tâm đại tố thọ xả, hợp trí, vô trợ.

(12) Nghe lần đầu, A sinh nghi ngờ.

Tâm này dễ, nghi ngờ là tâm gì thì quý vị biết rồi. Có chữ nghi là dễ. Nghi ngờ là Tâm si thọ xả. Tâm si thì chỉ có thọ xả thôi, không có thọ nào khác. Tâm si thì chỉ hợp hoài nghi và hợp phóng dật thôi, chứ không có hợp trí hợp gì hết. Ở đây là hợp hoài nghi.

Đáp án: Tâm si thọ xả, hợp hoài nghi.

(13) Dần dần, A thấy hoan hỷ và bắt đầu có lòng tin.

Đây cũng là một trường hợp rất dễ. Những tâm này xác định được rất dễ.

Có lòng tin thì là tâm thiện, Tâm đại thiện của Dục giới. Tâm thiện có hai thọ: là thọ hỷ và thọ xả. Ở đây có hoan hỷ rồi nên thọ hỷ. Hợp trí hay ly trí? Ở đây nghe pháp mà có lòng tin thì phải hợp trí. [Và là] hữu trợ, vì dần dần, từ từ.

Đáp án: Tâm đại thiện thọ hỷ, hợp trí, hữu trợ.

(14) Nghe thêm nữa, A hiểu rõ giáo lý Tứ Thánh Đế.

Cũng y chang như thế, cũng là Tâm đại thiện thọ xả, hợp trí. Vẫn dùng Tâm đại thiện để nghe pháp thôi, không dùng tâm khác. Và cũng là hữu trợ.

Đáp án: Tâm đại thiện thọ xả, hợp trí, hữu trợ.

(15) Khi hành thiền, A đạt đến Sơ thiền.

Tâm này là Tâm thiền, là Sơ thiền. Tâm thiền có tâm nhân và tâm quả. Ở đây đắc đến Sơ thiền, thì chỗ này mình có thể dùng là Tâm quả Sơ thiền. Rồi thọ là thọ gì? Sơ thiền là một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, hỷ lạc thì là thọ hỷ. Hợp trí hay không hợp trí thì không biết, có thể lúc đó không hợp trí, cho nên có thể để là hợp trí hay ly trí. Có hai trường hợp, có khi chứng Thiền nhưng lúc đó không có hợp trí. Lúc này có thể là hữu trợ hay vô trợ? Thông thường tu Thiền là hữu trợ nhiều hơn vô trợ.

Đáp án: Tâm quả Sơ thiền thọ hỷ, hợp/ly trí, hữu trợ.

(16) Nhờ tuệ quán, A đoạn trừ Thân kiến, Hoài nghi và Giới cấm thủ.
Đó là tâm gì?

Ở đây là Tâm đạo Sơ quả. Nếu xét thọ thì thường là thọ xả. Và tất nhiên là hợp trí. Nhưng ở đây mình cứ ghi là Tâm đạo Sơ quả thôi, không cần ghi nhiều.

Đáp án: Tâm đạo Sơ quả.

(17) Liên sau đó, A chứng nhập dòng Thánh và an trú trong quả vị Sơ quả.

[Đây là] Tâm siêu thế. Tâm đạo rồi thì bây giờ tới Tâm quả hoặc Tâm quả Dự lưu cho hay.

Đáp án: Tâm quả Dự lưu.

(18) Sau khi chứng quả, A sinh tâm kính trọng và biết ơn vị B.

Đây là Tâm thiện chắc chắn rồi, tức là Tâm đại thiện Dục giới. Thực ra ở Dục giới thì vẫn dùng tâm đó thôi, trừ A-la-hán thì trở thành Tâm đại tố. Xét về thọ thì là thọ xả, vì ở đây không có gì hết, không có vui. Và hợp trí. Có thể là vô trợ hoặc hữu trợ cũng được.

Đáp án: Tâm đại thiện thọ xả, hợp trí, vô trợ.

(19) Có lúc A hành thiền, bị hôn trầm che lấp. Hôn trầm là tâm gì?

Hôn trầm thì Sơ quả Tu-đà-hoàn thì vẫn bị. Giống như ngài Mục Kiền Liên khi hành thiền, sau khi chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn thì ngài vẫn bị hôn trầm. Nhưng quả vị cao sau này thì hết.

Có người đưa ra là Tâm si thọ xả, hợp phóng dật. Đây là một tình huống mà mình hay gặp, mình coi lúc đó mình có [bị] phóng dật hay không? Tâm si thì có hai Tâm si, nghe nói hôn trầm là do si. Si thì có hợp phóng dật và hợp hoài nghi. Si là cảnh không rõ, không rõ cảnh mà phóng dật, vậy phóng dật ở chỗ nào? Hoài nghi thì không có rồi, đâu có hoài nghi đúng không? Có người đưa ra là Tâm hộ kiếp. Cũng hay quá ha! Nhiều khi quý vị thấy tưởng là dễ dàng, nhưng [trường hợp này] hơi khó. Có người đưa ra Tâm si, có người đưa ra Tâm si thọ xả, hợp phóng dật.

Quý vị nghĩ là tâm nào đúng? Phóng dật chỗ nào? Người ta đang buồn ngủ thì làm sao phóng dật? Buồn ngủ thì tâm đâu có chạy đi đâu đâu, mà sao phóng dật [được], vậy phóng dật có hợp lý không? Mình phải suy xét, mình cứ dùng tâm ý thức để suy xét thôi. Ở đây nói đơn giản như sau, tâm này là Thụy miên, Hôn trầm, thật ra là Tâm bất thiện. Ai cũng biết bất thiện rồi, nhưng bất thiện kiểu gì? Có người thì nói Tâm si, có người thấy ‘ngủ luôn’ thì [bảo] là Tâm hộ kiếp cũng đúng. Nhưng mới hôn trầm thôi, thì chỉ là Tâm si, mà mình không thay đổi cảnh được, như vậy là phóng dật. Nhưng phóng dật kiểu này thì giải thích khác một chút. Chữ phóng dật, thông thường chúng ta nghĩ là tâm chạy tán loạn lung tung, nhưng thật ra phóng dật này đơn giản là một trạng thái đang không tập trung được, không tập trung được cũng gọi là phóng dật. Hôn trầm che lấp gọi là phóng dật. Chỉ đơn giản vậy thôi, lừa được một số người ha.

Đáp án: Tâm si thọ xả, hợp phóng dật.

(20) Nhưng rồi A tỉnh táo trở lại và tiếp tục giữ tâm trong sạch.

Tâm đang trong sạch thì là Tâm đại quả hay Tâm đại thiện? Ở đây không suy nghĩ gì hết thì là Tâm đại quả. Ở đây là thọ xả. Hợp trí hay ly trí thì không biết, hợp hay ly là tùy theo tình huống kết quả trước đó. Và [trường hợp] này là hữu trợ, vì lúc sau mới tỉnh táo mà. Nhưng vô trợ cũng được nha, vì Tâm đại quả thì mình đâu biết là quả của tâm nào. Không biết quả của tâm nào nên là như vậy. Quả của tâm hợp trí thì được hợp trí, quả của tâm ly trí thì là ly trí, quả của tâm hữu trợ thì là hữu trợ, mà quả của tâm vô trợ thì là vô trợ.

Đáp án: Tâm đại quả thọ xả, hợp/ly trí, hữu trợ.

Như vậy là Thiện Trang đã sửa xong [bài tập]. Bây giờ hết giờ rồi, Thiện Trang xin đọc qua bài tập về nhà. Và Thiện Trang sẽ bình luận cho quý vị dưới dòng luôn, bài này hơi dài, giống như [bài tập] trên. Bài tập này là bài cuối cùng, để sau này quý vị sẽ không cần phải lo lắng nữa, chúng ta sửa một lần này nữa thôi nha. Sau này mình không học [bài] này nữa mà mình chuyển sang phần Lộ trình tâm.

Bài tập về nhà 6, hy vọng quý vị sửa hết 32 [tình huống] này, bữa sau mình sửa hết là xong.

Bài Tập Về Nhà 6: Câu chuyện "Mối Duyên Xưa Và Con Đường Giải Thoát".

Thuở nhỏ, An và Mai cùng làng, cùng đến trường. Cả hai ngồi chung bàn, chia nhau từng quyển vở, từng cây bút. Tình bạn trong sáng dần trở thành tình cảm thân thương. Ai trong làng cũng nghĩ rằng lớn lên họ sẽ thành đôi. Nhưng dòng đời xoay vần, Mai chọn con đường xuất gia, dốc lòng tu tập sau chứng quả A-la-hán, và chứng cả Thần thông (tức là cô nàng và anh chàng này yêu nhau, tại vì quen từ nhỏ. Cuối cùng lớn lên, nhưng cô Mai đi xuất gia rồi, còn chứng được A-la-hán và chứng cả Thần thông); Còn An vẫn ở đời, trải qua bao vui buồn thương ghét. Nhiều năm sau, họ gặp lại nhau

trong ngôi chùa thanh tịnh... (Đó là giới thiệu mở màn thôi, bây giờ bắt đầu câu hỏi tâm gì là từ đây).

(1) Khi bước vào sân chùa, An tham gia buổi phát quà từ thiện cho người nghèo, lòng khởi thiện tâm, hoan hỷ. (Câu này quá dễ đúng không ạ?) **(2) Trong lúc ở chùa, An vô tình nghe được một bài nhạc thiền, âm điệu du dương khiến tâm anh ta lắng dịu, tràn đầy xúc động.** (Nghe nhạc với tâm như thế thì đó là tâm gì?) **(3) Sau đó, đi chùa khác thì An gặp lại Mai trong y áo Tỳ-kheo-ni, lòng vừa bồi hồi, với tâm ái nhiễm.** (Tức là thấy người yêu xưa thì khởi tâm ái, đó là tâm gì? Bữa nay có tình huống yêu đương là tâm gì?) **(4) Lúc đó Mai dùng Thần thông hiện ra một hình Phật trước mặt.** (Tức là cô này dùng Thần thông để dứt sự ái nhiễm của anh chàng ta, vì cô nàng có Thần thông. Lúc đó là tâm gì? Chúng ta chưa có tình huống Thần thông đúng không ạ? Bây giờ có tình huống Thần thông.) **(5) An thấy hình Phật trước mặt Mai nên dứt lòng ái dục, chuyển sang tâm kính trọng.** **(6) Rồi An dự một buổi pháp thoại, nhưng lúc đầu vì tâm nghĩ đến chuyện cũ với Mai, nên chẳng hiểu gì.** (Nghe pháp mà đang nghĩ tới chuyện khác). **(7) Lúc sau, chú tâm lắng nghe, An hiểu rõ Tứ thánh đế, tâm bừng sáng.** (Đó là tâm gì?) **(8) Rồi nhớ lại một chuyện liên quan đời thường, khiến An hoài nghi lời dạy, chưa tin trọn vẹn.** (Tình huống (8) cũng dễ đúng không ạ?) **(9) Nhưng dần dần, lòng khởi tín sâu sắc, phát tâm kính trọng Tam Bảo.** **(10) Thấy người nghèo khổ đến xin ăn, An khởi tâm bi mẫn, muốn giúp đỡ.** **(11) Một lần khác, trong thâm tâm, An vẫn nhớ thương Mai – mỗi khi nghĩ đến nàng, tâm khởi hỷ lạc, xao động.** (Tâm nhớ người yêu là tâm gì? Cho mấy người trẻ biết nha!). **(12) Đêm ấy khi về nhà do đi cả ngày mệt nên mới đầu An ngủ say không biết gì.** **(13) Đến gần sáng, có lúc An thấy ác mộng.** (Ác mộng là tâm gì?) **(14) sợ hãi bỏ chạy bị rượt đuổi.** (Đó là tâm gì?) **(15) Hoảng sợ tỉnh dậy rồi ngủ tiếp thì lại mơ thấy mình bố thí, lòng hoan hỷ.** (Tức là nằm mơ thấy nhiều cảnh đổi liên tục). **(16) Ngày hôm đó khi đang đi đường, bỗng nghe tiếng còi xe chói tai, đó là tâm gì?** **(17) An cảm thấy khó chịu, bức bối.** (Đó là tâm gì?) **(18) Nhưng sau đó, khi thấy trẻ nhỏ vui đùa, chàng mỉm cười hiền hòa.** **(19) Rồi một ngày, mẹ An qua đời. An khóc thương nức nở, đi lên chùa cầu siêu.** **(20) Mai chứng kiến cảnh ấy, khởi bi mẫn với An, nhưng không sầu khổ.** **(21)**

Hàng đêm, Mai an nhiên ngủ nghỉ, không mộng mị. Một hôm, An cùng Mai dùng bữa cùng nơi nhưng khác bàn với món ăn giống nhau. Khi ăn món ngon: (22) An thấy thích thú, tâm vui muốn được thưởng ăn món này. (23) Còn Mai chỉ nhận biết vị ngon (24) và hoan hỉ. (25) Lúc sau người ta dọn lên món ăn dở thì An thấy khó chịu, bất mãn. (26) Còn Mai vẫn quân bình, không ưa ghét. (27) Có lần ngồi thiền, An bị hôn trầm kéo xuống, đầu gục. (28) Sau đó tỉnh lại, tiếp tục giữ tâm trong sạch. (29) Nhờ tinh tấn, An chứng nhập dòng Thánh, an trú trong quả Sơ quả Dự lưu. (30) Còn Mai thì từ lâu đã là A-la-hán nên nhiều lần nhập Diệt thọ Tưởng định, an nhiên siêu thoát. (Đó là tâm gì?) (31) Có khi ngồi thiền, Mai an trú trong Ngũ thiền Sắc giới (tức là chứng thiền tới đó); (32) còn bình thường thì thường hay sáng suốt, bình thản, tự tại giữa đời.

Chúng ta có 32 tình huống này, cho quý vị làm một nữa là xong luôn. Bữa sau sửa nhanh nha, quý vị quen rồi, sửa hết bài này là ok.

***Hãy xác định loại tâm trong từng trường hợp đánh số (1) đến (32).
Nêu rõ: Tâm thuộc loại gì (thiện, bất thiện, quả, hộ kiếp, siêu thế, thiền...);
Thọ đi kèm (lạc thọ, khổ thọ, hỷ thọ, xả thọ...); Hợp với gì (có trí/vô trí, có tà kiến/không tà kiến, có tầm/có tứ...); Trợ hay vô trợ (có nỗ lực hay thụ động).**

Thiện Trang sẽ bình luận ở dưới bài, bài này dễ dàng, quý vị có thể làm. Hôm nay quá giờ rồi, Thiện Trang xin dừng ở đây, hẹn quý vị hôm khác.

Mời quý vị, chúng ta cùng hồi hướng.

Nguyện đem công đức này

Hướng về khắp tất cả

Đệ tử cùng chúng sanh

Đều trọn thành Phật đạo”.