

Câu Xá Luận Và Tinh Hoa Kinh Luận

Bài 61

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 22.10. 2025

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

<https://www.youtube.com/watch?v=FrgWOnGgE10>

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, sau một tuần chúng ta nghỉ thì hôm nay chúng ta trở lại với chuyên đề Câu Xá Luận và Tinh Hoa Kinh Luận, bài 61. Vẫn như thường lệ, phần đầu tiên chúng ta sẽ giới thiệu những câu chuyện, hay là những vấn đề căn bản trong đời sống. Rồi sau đó chúng ta sẽ đi vào phần tu hành để giải thoát. Phần cuối thì chúng ta sẽ học về phần Vi Diệu Pháp, đó là chương trình mà chúng ta đang học ở đây. Phần Luận Câu Xá, Thiện Trang coi kỹ rồi, Thiện Trang nghĩ là chỉ chia sẻ cho quý vị những phần quan trọng thôi. Ví dụ như Phẩm Hiền Thánh với Phẩm Tùy Miên thôi, còn những phần khác chúng ta thấy học trong Kinh tạng đủ rồi, cho nên cũng không cần thiết lắm. Về sau chúng ta sẽ giảng ngắn bộ này lại, tức là chúng ta sẽ giảng ít lại, không giảng dài quá nữa, dài quá thì quý vị sẽ nghe không nổi.

Đầu tiên, chúng ta sẽ vào bài hôm nay, mở đầu bằng câu chuyện. Mời quý vị theo dõi:

Câu Chuyện Nhân Quả Trả Vay 500 Đời Từ Oán Thù Nhỏ Là Sở Thích Ăn Trứng Gà

(Trích từ Chú Giải Kinh Pháp Cú)

Pháp Cú này được Đức Thế Tôn thuyết ra khi Ngài ngự tại Tịnh xá Jetavana, đề cập đến thiếu nữ ăn trứng gà. (Câu chuyện này liên quan đến ăn trứng gà. Có nhiều đồng tu, có nhiều người thích ăn trứng gà thì hãy cẩn thận, vì như câu chuyện này).

Tương truyền rằng: Ở làng Paṇḍura gần thành Sāvatthī có một ngư dân. Trên đường đến thành Sāvatthī (thành Xá Vệ) (Thiện Trang sẽ đọc theo kiểu tiếng Anh, không đọc theo kiểu [tiếng] Pali đúng nghĩa thì quý vị sẽ rối. Quý vị nghe trong kinh thì người ta toàn đọc kiểu như mình, thì dễ quen hơn. Chứ Thiện Trang đọc kiểu Pali thì quý vị nghe trong Diệu Pháp Âm người ta đọc không giống). Ông nhặt được trứng rùa ở gần bờ sông Aciravatī, ông cho con gái một trứng ăn, còn mình ăn một trứng. Từ đó nàng con gái ấy chỉ thích ăn trứng rùa.

Một hôm mẹ nàng nhặt được trứng gà, cho nàng. Bấy giờ nàng chỉ thích ăn trứng gà do hợp với khẩu vị của mình. Cứ mỗi lần gà đẻ là nàng đến lấy trứng, gà mẹ bị nàng bức hiếp lấy trứng nên cột oan trái: “Nếu sau khi chết ta sanh làm Dạ-xoa thì ta sẽ ăn thịt con nó”.

Một thói quen của một người rất là bình thường. Đầu tiên người cha cho một quả trứng rùa, thì cô này thích ăn trứng rùa. Nhưng sau này mẹ cố cho trứng gà, không phải trứng rùa nữa, thì cố lại thích ăn trứng gà. Và cứ thế con gà đẻ bao nhiêu là cô nàng ăn hết. Áp bức con gà như vậy, nên quý vị thấy cuối cùng nó phát ra oán thù, nói là: ‘Nếu sau khi chết thì ta sẽ sanh làm Dạ-xoa, thì sẽ ăn thịt con nó’. [Con gà] nguyện như vậy. Quý vị thấy không? Có nhiều khi trong cuộc đời mình tưởng là không có gì, nhưng thật ra rất nguy hiểm, chúng sanh cũng có oán thù.

Gà mẹ chết đi sanh làm con mèo ở trong nhà ấy. Cả thiếu nữ cũng mệnh chung và sanh làm con gà mái trong nhà đó. Gà mái đẻ ba lần đều bị mèo cái ăn hết. Gà mái nguyện: “Nó ăn trứng của ta ba lần, lần này định ăn luôn ta, ta chết đi sẽ ăn thịt con nó”.

Quý vị thấy chúng sanh trong luân hồi rất là đáng thương, cô đó do nghiệp ăn trứng gà nên sau khi chết, kiếp sau đọa làm gà mái để đẻ trứng, còn con gà mái thì lại sanh làm con mèo. Nó chưa đủ phước làm người. Con mèo lại ăn trứng của con gà mái, như vậy nó đòi lại nợ xưa. Rồi sau ba lần như vậy, nó ăn luôn con gà mái. Con gà mái chết thì lại phát nguyện trả thù, nó sẽ ăn thịt lại. Quý vị thấy, trong vòng luân hồi sinh tử là cứ oan oan tương báo. Từ nhân đầu tiên là không có nợ nần gì hết, tức là đầu tiên thì không nợ, nhưng tự nhiên bắt đầu gây nợ, thành ra nợ tiếp.

Gà mái chết sanh làm con cọp cái. Mèo chết sanh làm nai cái, khi nai đẻ con ra bao nhiêu đều bị cọp ăn hết. Hai con thú này oan trái lẫn nhau, sanh khổ suốt 500 kiếp (500 kiếp có thể nói 500 đời).

Tức là cứ quay qua quay lại, quý vị thấy con gà mái sau khi chết thì lại làm con cọp, con mèo chết thì lại làm con nai, theo thời gian thì cũng tiến lên. Nhưng con cọp lại ăn con nai, và 2 con thú này oan trái lẫn nhau, sanh khổ suốt 500 kiếp. (500 kiếp hay 500 đời, không biết, ở đây ngôn ngữ Pali, thường là 500 đời). Chúng ta xem tiếp tục thế nào?

Cuối cùng một người sinh làm nữ Dạ-xoa, người kia sanh làm con gái Trưởng giả trong thành Sāvattthī. Phần này đã có ghi trong bài kệ: “*Na hi verena verāni - Hận thù được chấm dứt nhờ không hận thù*”.

Câu chuyện này cũng rất nổi tiếng, cuối cùng một người làm nữ Dạ-xoa, [còn] người kia sanh làm con gái [Trưởng giả]. Nữ Dạ-xoa này lại tiếp tục muốn hại cô con gái của vị Trưởng giả. Lúc đó nhân duyên tới, cô ta chạy tới gặp đức Phật. Đức Phật mới giải cho mối oán thù này, và Ngài thuyết pháp để cho hai người này không còn oán thù nhau nữa.

Rồi Ngài thuyết lên kệ ngôn (Pháp Cú câu 291):

“Gieo khổ đau cho người,

Mong cầu lạc cho mình,

Bị hận thù buộc ràng

Không sao thoát hận thù".

Dứt thời Pháp, nữ Dạ-xoa quy y Tam Bảo, thọ trì Ngũ giới, tâm an lạc. Còn thiếu nữ cũng chứng quả Dự lưu. Pháp thoại mang lại lợi ích cho hội chúng.

(Trích từ XXI. Phẩm Tạp Lục – Chú Giải Kinh Pháp Cú).

Kết cục cuối cùng, nếu không gặp Phật thì cũng khổ đúng không quý vị? May quá gặp Phật thì nữ Dạ-xoa cũng quy y Tam Bảo, thọ trì Ngũ giới. Như vậy quý cũng có thể thọ trì Tam quy Ngũ giới. Còn người thiếu nữ thì cơ hội tốt hơn, vì làm người nên chứng được quả Dự lưu. Còn đối với con quý Dạ-xoa trong cõi đó, chắc là do cõi Thần đầu thai với tâm khổ, vào cõi khổ thì không thể chứng quả được. Gọi là không đầu thai bằng tâm Tam nhân, cho nên là khổ, như vậy không chứng quả. Còn cô gái thì chứng quả được rồi.

Qua câu chuyện này chúng ta thấy, từ một nhân nhỏ, mới đầu người ta cũng không có cố ý, mà gây oán thù chỉ vì thói quen ăn uống thôi, vì ham ăn trứng gà mà thành ra oán thù vậy đó. Cho nên ai nói ăn trứng tốt [thì] cẩn thận nha, ăn trứng kiểu đó là không tốt. Như vậy [qua] câu chuyện chúng ta thấy nhân quả, nếu ở trong vòng luân hồi mà không gặp Phật pháp thì rất khó thoát ra. Và như vậy cứ như thế đi hoài trong vòng luân hồi.

Bây giờ, chúng ta vào phần tiếp theo:

**Đức Phật Dạy Nghĩa Vụ Của Con Đối Với Cha Mẹ Và Nghĩa Vụ Của
Cha Mẹ Đối Với Con**

(Theo Kinh Trường Bộ)

Này Gia chủ tử, có bốn trường hợp, người con phải phụng dưỡng cha mẹ như phương Đông: **"(1)Được nuôi dưỡng, tôi sẽ nuôi dưỡng lại cha mẹ; (2)tôi sẽ làm bốn phận đối với cha mẹ; (3)tôi sẽ gìn giữ gia đình và truyền thống; (4)tôi bảo vệ tài sản thừa tự; (5)tôi sẽ làm tang lễ khi cha mẹ qua đời".**

Ở đây Đức Phật dạy 5 trường hợp để người con phụng dưỡng cha mẹ:

(1) “Được nuôi dưỡng, tôi sẽ nuôi dưỡng lại cha mẹ”. Tức là nếu mình có cơ hội thì mình sẽ nuôi dưỡng cha mẹ. Như trường hợp không có cơ hội thì thôi, nhưng nếu mình được cơ hội thì mình cố gắng làm.

(2) “Tôi sẽ làm bốn phận đối với cha mẹ”. Tức là mình sẽ đối xử tốt và làm bốn phận với cha mẹ.

(3) “Tôi sẽ gìn giữ gia đình và truyền thống”. Điều này Đức Phật cũng dạy rất đầy đủ.

(4) “Tôi bảo vệ tài sản thừa tự”. Tức là mình sẽ bảo vệ tài sản của cha mẹ để lại.

Có một câu chuyện, để Thiện Trang kể cho quý vị nghe. Trong Kinh Tiểu Bộ, Thiện Trang nhớ có một câu chuyện như thế này: Có hai ông bà đó làm Trưởng giả giàu có lắm, tiền quá trời, có đứa con trai, nghĩ rằng chắc không cần thiết lắm, không cần phải dạy cho nó nghề nghiệp gì đâu. Bởi vì với số tiền nhiều như vậy, thì nó cũng không thể nào xài hết được. Cho nên từ đó cứ thoải mái, khỏi cho nó học hành nghề nghiệp gì hết. Sau khi hai ông bà qua đời thì người [con] không có nghề nghiệp gì, cho nên xài hoài một hồi thì cũng hết tài sản. Hết tài sản thì đi ăn xin. Đi ăn xin rồi cuối cùng sanh ra trộm cướp (trộm cắp), cuối cùng bị người ta bắt, quan bắt rồi xử tử hình.

Lúc sắp xử tử hình thì có cô bạn hồi xưa, thấy hoàn cảnh như vậy thấy tội quá, nên mới đưa cho anh chàng này một bữa cơm. Anh chàng này lúc đang ăn thì thấy ngài Mục Kiền Liên đi qua. Mặc dù đang trên xe, chuẩn bị dẫn ra pháp trường, nhưng thấy ngài Mục Kiền Liên thì tự nhiên động lòng, anh ta cúng dường bữa cơm đó cho ngài Mục Kiền Liên, rồi mới chấp nhận án tử hình, sau đó anh ta chết. Nhờ cúng một bữa cơm đó thôi mà anh ta [được] sanh lên cõi trời Tam Thập Tam (tức là trời Đao Lợi).

Quý vị thấy, nếu không biết cách dạy dỗ con cái thì cũng không tốt. Phải dạy cho con có nghề nghiệp. Ở đây cũng vậy, phải biết giữ gìn tài sản của cha mẹ.

(5) “Tôi sẽ làm tang lễ khi cha mẹ qua đời”. Quý vị thấy không ạ? Ngay trong kinh, Đức Phật đã dạy đầy đủ hết rồi.

Này Gia chủ tử, được con phụng dưỡng như phương Đông, theo năm cách như vậy, cha mẹ có lòng thương tưởng đến con theo năm cách: (1) Ngăn chặn con làm điều ác (quý vị thấy không ạ? Đức Phật dạy là cha mẹ ngăn chặn con làm điều ác, không phải để nó làm điều ác thoải mái); **(2) khuyến khích con làm điều thiện** (phải khuyến khích con mình làm điều thiện); **(3) dạy con nghề nghiệp** (phải dạy con nghề nghiệp, chứ không phải không dạy cho con nghề nghiệp); **(4) cưới vợ xứng đáng cho con** (phải cưới vợ xứng đáng cho con, chứ không để nó cưới vợ mà tệ quá thì cũng không được, nên cũng phải ráng chọn vợ cho nó); **(5) đúng thời trao của thừa tự cho con** (tùy thời phải biết trao tài sản cho con. Phải trao đúng lúc, chứ không trao đúng lúc rồi cuối cùng nó không dùng được, hoặc là nó không phát huy được. Hay là [trao] không đúng lúc, [mà] nó nghèo quá đến lúc nó cần thì không có. Hoặc là bị giành giật gì đó v.v... đủ các kiểu. Đó là không có trao tài sản đúng lúc, nên cha mẹ cũng phải có trí tuệ).

Quý vị thấy hay không ạ? Ở trong kinh Đức Phật dạy hết rồi, Đức Phật dạy tất cả đều có. Và những điều Đức Phật dạy rất là tuyệt vời, tức là dạy không bao giờ thiếu khuyết. Còn những người đời sau, người ta dạy sẽ có thiếu khuyết, tức là dạy thì [bị] hụt điều này, rồi lần sau phải bổ sung, hoặc có phát sinh vấn đề rồi nói ngược lại. Còn Đức Phật không bao giờ như vậy. Quý vị thấy, với trí tuệ của Đức Phật, mình cứ học làm sao đúng theo lời của Phật dạy là viên mãn. Thời nào cũng viên mãn, thời xưa cũng được, thời nay cũng được. Bởi vì Pháp của Phật là thiết thực trong hiện tại và không bị hạn chế bởi thời gian. Nhớ như vậy! Cho nên học Phật tuyệt vời hơn, còn học người đời sau không bằng đâu, học Đệ Tử Quy là không bằng đâu.

Này Gia chủ tử, như vậy là cha mẹ được con phụng dưỡng như phương Đông theo năm cách và cha mẹ có lòng thương tưởng con theo năm cách. Như vậy phương Đông được che chở, được trở thành an ổn và thoát khỏi các sự sợ hãi.

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

Quý vị thấy không ạ? Bài Kinh Thi Ca La Việt trong Kinh Trường Bộ rất quan trọng. Thiện Trang đã trích mấy lần, mỗi lần là một chủ đề, nào là về bạn bè, nào là về tài sản, hôm nay là nghĩa vụ đối với cha mẹ và nghĩa vụ của cha mẹ đối với con cái. Chúng ta thấy rõ ràng là rất đầy đủ. Đó là pháp thế gian mà chúng ta cũng nên biết đúng không ạ? Bộ này Thiện Trang chia sẻ là gồm có pháp thế gian và pháp xuất thế gian. Hai đề mục trên là củng cố cho quý vị gọi là Chánh kiến thế gian. Còn bây giờ chúng ta phải củng cố Chánh kiến xuất thế gian. Tại vì Chánh kiến thế gian giúp mình lên cõi Người, cõi Trời. Đó theo kinh Đức Phật nói. Còn khi có Chánh kiến xuất thế gian thì mình sẽ ra khỏi sanh tử luân hồi. Cho nên phải học thêm phần nữa đó là Chánh kiến xuất thế gian.

Hôm nay, Thiện Trang tổng kết lại một số cách để vào Sơ quả mà đơn giản. Tức là có rất nhiều cách để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn, nhưng ở đây Thiện Trang đưa ra vài cách đơn giản. Chúng ta có 5 cách như sau.

Các cách đơn giản để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn		
1.Bốn Bất hoại tịnh (quy về 1)	2.Phá thân kiến (Qua hiểu rõ Ngũ uẩn)	3.Kiến 1 đế trong Tứ đế
4.Từ Tùy tín hành vào	5.Tùy Pháp hành vào	

1. Bốn Bất hoại tịnh (quy về 1): Đó là niềm tin bất hoại đối với Phật, niềm tin bất hoại đối với Pháp, niềm tin bất hoại đối với Tăng và niềm tin bất hoại đối với Thánh giới (tức là mình sẽ giữ giới được). Đó là bốn niềm tin. Bốn bất hoại tịnh, thật ra Đức Phật có quy về một, tức là **‘những ai có lòng tịnh tín bất động đối với Ta người ấy đều là bậc Dự lưu’**, Đức Phật nói như vậy. Tức là mình chỉ cần có lòng tịnh tín bất động đối với Phật, một bất hoại tịnh thôi là

đủ rồi, cho nên ráng học.

Ở trong bài hôm bữa Thiện Trang giảng cho cho quý vị về Giới Học Người Cư Sĩ đó, quý vị thấy là cần có niềm tin đối với Phật. Mà muốn có niềm tin đối với Phật thì không có cách nào hơn là mình phải tu, mình phải học theo Phật, mình hiểu Phật. Đức Phật tu qua 16 a-tăng-kỳ kiếp đó mới được thọ ký bất thoái chuyển. Ngài phải tu thêm 4 a-tăng-kỳ, trải qua và gặp 24 vị Phật thọ ký. Mình thấy con đường Ngài tu khổ như vậy, thì mình hiểu Đức Phật như thế nào, hạnh tu của Ngài [như] thế nào, từ đó niềm tin của mình mới bất động đối với Phật.

Quý vị hiểu được như vậy thì quý vị mới thành quả Dự lưu được (trở thành Tu-đà-hoàn), đó là con đường rất đơn giản, đúng không ạ? Điều này không khó, quý vị chỉ cần nghe đi nghe lại những bài kinh của Phật, chuyện của Đức Phật, thì dần dần niềm tin của mình mới mạnh. Còn nếu mình không nghe, mình không biết Đức Phật là ai, thì làm sao mình tin được đúng không ạ? Cho nên đó là con đường thứ nhất.

2. Phá thân kiến (Qua hiểu rõ Ngũ uẩn): Phá thân kiến, mặc dù nói là dứt ba Kiết sử: Thân kiến, Giới cấm thủ và Nghi, là điều kiện để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn. Nhưng nếu quý vị phá được Thân kiến thì tự nhiên hai [Kiết sử] kia quý vị cũng làm được. Phá thân kiến bằng cách hiểu rõ Ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

Sắc là thân thể này, gồm Tứ đại: Đất, nước, lửa, gió, cấu tạo như thế nào? Tóm lại thân này không phải là ta. Rồi Thọ tức là Tâm sở Thọ, trong A Tỳ Đàm (Vi Diệu Pháp) chúng ta đã học rồi, quý vị nhớ rõ rằng Thọ là cảm thọ, là Tam thọ hay Ngũ thọ, là thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc. Nói ba thọ cho dễ. Hiểu rằng thọ đó không phải là mình, tách mình ra khỏi Ngũ uẩn đi. Rồi Tưởng, Hành và Thức thì chúng ta đã học rất kỹ. Quý vị chỉ cần nhớ rõ mấy điều đó, lúc nào cũng nghĩ rằng nó không phải là ta. Những suy nghĩ, những tư tưởng, những hành động của ta v.v... đều không phải là ta. Đừng nghĩ là ta nữa, mà nó là do duyên và chúng ta đang bị nó lừa, nó không phải ta, nhớ vậy! Nhớ hoài như vậy thì dần dần sẽ phá được Thân kiến.

Đó là cách thứ hai, cách này thì chúng ta hãy học nhiều, nghe nhiều về Ngũ

uẩn. Đặc biệt nghe bộ Vi Diệu Pháp, quý vị thấy Ngũ uẩn chia ra theo Vi Diệu Pháp rất dễ đúng không ạ? Gồm có: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Sắc là gồm có Tứ đại với 24 Y đại sinh. Rồi Thọ là Tâm sở Thọ, Tưởng là Tâm sở Tưởng, Hành là 50 Tâm sở còn lại, và Thức tức là sáu thức, là tâm. Rồi cuối cùng mình tách nó ra, nhớ tách ra, đừng để đồng nhất với nó, Phiền não không phải là mình. Vậy thôi! Mình hiểu được tính chất là ta có một tánh biết đó, nói như ngôn ngữ Đại thừa thì tánh biết đó là ta. Còn không thì khỏi cần, mình chỉ cần biết là mấy cái đó không phải là mình.

3. Kiến 1 đế trong Tứ đế: Là chỉ cần thấy 1 đế trong Tứ đế thôi, Tứ đế gồm: Khổ, Tập, Diệt, Đạo. Khi quý vị thấy được một đế trong bốn đế là được. Ví dụ như quý vị thấy như thật về Khổ, đúng như thật nha, chứ không phải nghe. Tức là ở đây có ba trí: là Trí văn, Trí tư và Trí tu. Trí văn là mình phải có nghe qua. Ví dụ như nói Tám khổ, gồm có: Khổ bởi sanh, khổ bởi già, khổ bởi bệnh, khổ bởi chết.... Tám khổ như vậy. Rồi mình hiểu được những nỗi khổ đó, nhưng [chỉ] qua nghe thôi.

Rồi mình tư duy, tư duy khổ bởi sanh là thế nào? Hồi xưa sanh ra khổ, thấy đứa con sanh ra [cũng] khổ, thấy người già khổ, mai một mình già cũng khổ. Đó là khổ. Đó là Trí tư.

Rồi Trí tu là gì? Tu là đến khi nào mình thấy đúng như thật, tức là mình thấy: Ôi, đúng là cuộc đời nó khổ thiệt đó. Tự nhiên mình thấy vậy thôi, thấy cảnh gì mình cũng [nghĩ] vậy. Cho nên mình chán ngán nó, mình biết để bước ra. Hoặc là thấy nguyên nhân của khổ gọi là Tập đế. Rồi thấy con đường để diệt khổ gọi là Đạo đế. Rồi thấy Niết-Bàn là Diệt khổ. Khi diệt được khổ, thì Niết-Bàn như thế nào? Chúng ta hiểu được một đế thôi. Đức Phật quy về một đế, thấy được một đế thì sẽ thấy được bốn đế, và chứng Tu-đà-hoàn. Nhớ nha! Đó là con đường rất dễ.

4. Từ Tùy tín hành vào.

5. Tùy Pháp hành vào: Thật ra Tùy tín hành thì không có tu Thiền quán nhiều. Còn Tùy pháp hành là tu Thiền quán hơn một chút, chỉ có khác nhau chỗ đó thôi. Cho nên ai mà lười tu, gọi là ai ít tu Thiền thì đi Tùy tín hành. Còn ai tu

Thiền nhiều thì tự nhiên đi vào Tùy pháp hành thì cao hơn một chút. Từ Tùy pháp hành, Tùy tín hành này, Đức Phật nói người đó không thể chết mà không chứng quả Dự lưu. Tức là chắc chắn là sẽ chứng quả trước khi chết, hoặc là tệ lắm là đến lúc lâm chung sẽ chứng.

Cho nên [để] chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn [có 5 cách đơn giản đó]. Mà điều kiện để vào Tùy tín hành, Tùy pháp hành thì cũng có nhiều cách. Ở đây xin nhắc lại những cách mà chúng ta đi vào Tùy tín hành, ở trong những bài [học trước] chúng ta đã giới thiệu rồi.

Nhắc Lại Các Cách Để Vào Địa Vị Tùy Tín Hành

Sao gọi là người Tùy tín hành? Hoặc có một người lãnh thọ sự giáo giới của người khác, có tín tâm chí thiết, ý không nghi nan; có tín tâm nơi Như Lai Chí Chân, Đẳng Chánh Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Hiệu Là Phật Thế Tôn, cũng có tín nơi lời dạy của Như Lai, cũng có tín nơi lời dạy của đồng phạm hạnh; hằng có tín nơi lời người khác, không tùy theo trí của mình. Đó gọi là người trì tín. (Có tín như thế thì đó gọi là người Tùy tín hành, đơn giản như vậy).

Tùy tín hành là mình tin được Phật, mình tin, mình hiểu được. Mà tin chí thiết, không có nghi ngờ gì hết. Quý vị tin được Phật, tin được từ những lời dạy đúng pháp, thì quý vị sẽ đang đi con đường là Tùy tín hành. Nhớ phải tin nha, chứ còn nếu mà tin kiểu giữa chừng, nghi nghi là không được. Phải tin vào Phật thì đó là Tùy tín hành. Nếu ai tu khá hơn, có Thiền quán nữa là thành Tùy pháp hành.

Thế nào là Tăng thượng Giới học? Tỳ-kheo giới đầy đủ, nhưng Định ít, Huệ ít; đối với mỗi một phần giới vi tế... cho đến nên gìn giữ giới học. Tỳ-kheo biết như vậy, thấy như vậy, đoạn trừ ba Kiết sử, và Tham, Nhuế, Si còn mỏng, được **Nhất chủng đạo**. Ở địa vị này nếu chưa được Đẳng giác thì được **Tu-đà-hàm**; Ở địa vị này nếu chưa được Đẳng giác thì được gọi là **Gia gia**; Ở địa vị này nếu chưa được Đẳng giác thì được **Tu-đà-hoàn**; Ở địa vị này nếu chưa được Đẳng giác thì sẽ được **Tùy pháp hành**; Ở địa vị

này nếu chưa được Đăng giác thì sẽ được **Tùy tín hành. Đó gọi là Tăng thượng Giới học.**

Tức là giữ giới là yếu tố quan trọng để đi vào Tùy tín hành, điều này Thiện Trang đã chia sẻ rồi, Thiện Trang chỉ nói lại thôi, copy lại đó. Nhưng định mình ít quá, huệ mình ít quá, thì ai mà nói huệ mình hơi ít, thì cũng đi được, ráng giữ giới.

Mà muốn giữ giới thì Thiện Trang bây giờ mới giảng bộ gọi là Giới Học Người Cư Sĩ, để mình bỏ đi bao nhiêu tri kiến sai lầm. Tại vì lần trước Thiện Trang chia sẻ là giảng theo Bắc truyền, bây giờ mình thấy có nhiều điều không đúng và hơi mê tín, cho nên phải giảng lại. Bộ giảng thứ Bảy là giúp cho quý vị củng cố điều đó, cố gắng giảng để quý vị nắm được giới, giữ giới để đi vào con đường này. Cho nên là tại sao bây giờ phải giảng như vậy.

Lại nữa, Ma Ha Nam! **Thánh đệ tử tin nơi ngôn thuyết thanh tịnh của Phật, tin nơi ngôn thuyết thanh của Pháp, của Tăng,... cho đến năm pháp, ít trí tuệ, quán sát kỹ lưỡng, lãnh thọ; đó là tín, tinh tấn, niệm, định, huệ. Đó gọi là Thánh đệ tử không đọa vào đường dữ,... cho đến Tùy tín hành.**

Có nghĩa là Tùy tín hành rồi thì ok, quý vị chắc chắn sẽ chứng được Sơ quả Tu-đà-hoàn trước khi chết. Tệ nhất là trước khi chết, còn không thì chứng sớm hơn.

Rồi nếu cách này không được nữa thì có cách này dễ nữa. Theo Thiện Trang là thấy cách này dễ hơn nữa:

- Nay các Tỷ-kheo, mắt là vô thường, biến hoại, đổi khác. Tai là vô thường, biến hoại, đổi khác. Mũi là vô thường, biến hoại, đổi khác. Lưỡi là vô thường, biến hoại, đổi khác. Thân là vô thường, biến hoại, đổi khác. Ý là vô thường, biến hoại, đổi khác.

Quý vị biết Ngũ uẩn là vô thường, mình không làm chủ được, rồi nó biến hoại, đổi khác, lúc nào cũng đổi. Giống như mình chết ở đây là sanh nơi kia. Quan trọng, Đức Phật nói là mình chết ở cõi Người là sanh ở cõi khác, ví dụ như sanh làm Súc sanh, con gà đi, như trong chuyện kia, thì thức ở cõi Người diệt,

thức ở loài gà sanh, thì nghiệp đi theo thôi, chứ còn thức thì diệt. Đó là mình hiểu như vậy. Ai mà hiểu được như vậy, có lòng tin và hiểu được nha. Đức Phật nói nè:

- Nay các Tỷ-kheo, ai có lòng tin, có tín giải đối với những pháp này; vị ấy được gọi là Tùy tín hành, đã nhập Chánh tánh, đã nhập Chân nhân địa, đã vượt phàm phu địa. Vị ấy không có thể làm những hành động gì, do làm hành động ấy phải sanh vào Địa ngục, Bàng sanh, Ngạ quỷ; một vị không có thể mệnh chung mà không chứng quả Dự lưu.

Tức là điều này quá dễ đúng không quý vị? Quý vị chỉ cần tin giùm, hiểu giùm Sáu căn của mình: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, đều là vô thường, đều là biến đổi, đều đổi khác. Biến đổi trong đời này, trong đời sau, đời nào cũng liên tục thay đổi.

Ví dụ như hồi trẻ mình thấy tai của mình khác, bây giờ tai của mình khác, già là tai mình khác đúng không? Mình hiểu được như vậy. Mắt mình hồi nhỏ thì sáng suốt lắm, bây giờ mắt càng ngày càng tệ đi. Ý cũng vậy, hồi trẻ học giỏi, nhớ lắm, bây giờ thì quên. Mình hiểu được như vậy. Rồi đời này, đời khác, dựa vào luân hồi, mình hiểu rằng nếu mình chuyển qua thân thể khác là khác rồi. Quý vị tin, mà hiểu được như vậy thì Đức Phật nói đó là người Tùy tín hành, đã nhập Chân nhân địa, đã vượt phàm phu địa. Tức là vượt qua địa vị phàm phu rồi và chắc chắn mình không có làm chuyện gì đến nỗi mình đọa Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh nữa. Và yên tâm, chắc chắn có thể chứng quả Dự lưu trước khi chết.

Con đường này cũng rất dễ, cho nên Thiện Trang nói học theo kinh Nguyên thủy rất dễ để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn. Và thật ra quý vị tin được thời gian thôi, quý vị làm một hồi, quý vị chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn luôn. Khi chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn thì quý vị tự biết rằng: Mình đã đoạn tận các đường ác, đã trở thành người Thánh nhân, đã vượt qua phàm phu, và tối đa còn bảy lần sanh trong cõi Trời, cõi Người, tự mình biết không cần ai nói nữa. Đức Phật nói như vậy và ai chứng thì người đó biết. Và từ đó mình thoải mái vui chơi được rồi đúng không? Chịu khó tu một chút thành Nhất chủng đi, Nhất chủng tức là một đời nữa thôi.

Một đời ở trong cõi Dục nữa gọi là Nhất chủng, vẫn là Tu-đà-hoàn. Còn nếu tu khá hơn thì thành Gia gia, là hai hay ba đời trong cõi Dục. Còn nếu không thì ba, bốn, năm, sáu, bảy đời. Cuối cùng tối đa là bảy đời. Còn nếu [tu] tốt hơn thì mình lên là Tư-đà-hàm. Tư-đà-hàm là một đời, Nhất lai. Còn tu khá hơn nữa lên là Tư-đà-hàm, cũng là Bất lai, không sanh vào cõi Dục nữa. Và nếu như tốt hơn là A-la-hán.

Thiện Trang nói với quý vị: Con đường khó nhất là vào được địa vị Tùy tín hành. Từ Tùy tín hành, quý vị sẽ bước lên tới địa vị Tu-đà-hoàn dễ hơn. Và bước vào Tu-đà-hoàn rồi thì dường như con đường phía trước rộng thênh thang, bởi vì lúc đó thấy đường đi rồi. Tùy tín hành thì chưa thấy đường, chỉ có tin thôi. Tùy pháp hành thì cũng tin với kham thêm một chút Thiền quán thôi. Còn nếu là Tu-đà-hoàn thì lúc đó quý vị không cần ai nói nữa, người đó chắc chắn chỉ nhận Phật làm thầy, vì không bao giờ thối chuyển nữa. Và quý vị cũng biết chắc là mình không đọa lạc nữa, cho nên vui vẻ, niềm vui vô tận, niềm vui vô cùng, mặc dù còn khổ. Và mình cũng thấy rõ đường để bước lên những quả vị tiếp theo, bởi vì Đức Phật nói người Tu-đà-hoàn thì Phiền não [đã] diệt giống như núi Tu Di, còn Phiền não còn lại thì giống như bảy hòn đá đặt trên núi thôi. Cho nên yên tâm nha!

Đó là một cách cũng dễ đúng không ạ? Hôm nay tổng kết lại [các cách] toàn dễ không à. Nếu không có cách đó, còn cách khác nữa cũng vào Tùy tín hành.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là người Tùy tín hành? Ở đây, này các Tỷ-kheo, có người sau khi tự thân không chứng đắc các tịch tịnh giải thoát, vượt khỏi các sắc pháp và vô sắc pháp, và sau khi đã thấy với trí tuệ, nhưng các lậu hoặc không được đoạn trừ. Nhưng nếu vị này có đủ lòng tin và lòng thương đối với Như Lai. (Mình học, thấy Phật mình thương lắm, Thiện Trang thấy thương Đức Phật Thích Ca lắm). **Thời vị này sẽ có những pháp như là Tín căn, Tấn căn, Niệm căn, Định căn, Tuệ căn.** Này các Tỷ-kheo, vị này được gọi là người Tùy tín hành.

Pháp này tu ghê hơn, tại vì quý vị không tu được nhiều. Phải có tín là niềm tin, tín căn là bốn bất hoại tịnh, mình làm được. Tấn là gì? Trạch pháp Giác tri là

Tứ niệm xứ. Mình phải tu Tứ niệm xứ đó là tấn. Rồi định là phải tu Thiền chỉ. Và Tuệ. Pháp này là Tứ thánh đế đúng không? Pháp này, mình tu mỗi cái một chút chút. Pháp này mơ hồ hơn, nhưng chúng ta đang tu [pháp] này nè. Chúng ta tu đủ hết, thật ra là chúng ta cũng đi con đường này.

Còn nếu không nữa thì chúng ta có cách khác nữa để vào Tùy tín hành, đó là:

- Có năm căn này, này các Tỷ-kheo. Thế nào là năm? Tín căn... tuệ căn. Những pháp này, này các Tỷ-kheo, là năm căn.

Với sự toàn diện, này các Tỷ-kheo, với sự viên mãn Năm căn này là bậc A-la-hán. Yếu nhẹ hơn là bậc Trung gian Bát-niết-bàn (Trung gian Bát-niết-bàn tức là chết một cái, sanh lên cõi kia là chứng luôn A-la-hán). **Yếu nhẹ hơn là bậc Tổn hại Bát-niết-bàn** (hạng này thì phải cần thời gian mới chứng được). **Yếu nhẹ hơn là bậc Vô hành Niết-bàn** (là lên Ngũ Bất Hoàn thiên ngồi chơi cũng chứng được A-la-hán). **Yếu nhẹ hơn là bậc Hữu hành Niết-bàn** (là lên đó phải tu hành thì mới chứng A-la-hán). **Yếu nhẹ hơn là bậc Thượng lưu, đạt tới Sắc cứu cánh thiên** (đi con đường Thượng lưu Sắc cứu cánh là đi vòng vòng từ Sơ thiên trở lên). **Yếu nhẹ hơn là bậc Nhất lai. Yếu nhẹ hơn là bậc Nhứt chủng (ekabījī).** **Yếu nhẹ hơn là bậc Gia gia (kolamkolo).** **Yếu nhẹ hơn là bậc phải tái sanh lại nhiều nhất là bảy lần (sattakkhattuparamo).** **Yếu nhẹ hơn là bậc Tùy pháp hành. Yếu nhẹ hơn là bậc Tùy tín hành.** (Đối với Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ này quý vị nhớ học lại bài đó giùm nha, có người đăng lên rồi đó. Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ mà yếu nhất là Tùy tín hành. Cho nên cuối cùng là Tùy tín hành, đi con đường đó).

Quý vị thấy con đường giải thoát rất rõ ràng đúng không ạ? Thiện Trang đã tổng kết lại, đó là những con đường dễ nhất. Còn nếu như quý vị muốn khó hơn, quý vị muốn tu pháp khác thì nhiều cách lắm. Ví dụ như Đức Phật nói ai mà nhớ được 9 hay 7 nơi trú xứ của Thần thức: Có loài chúng sanh nhiều thân nhiều tướng, đó là loài Người, các đường ác và một số chư Thiên (chư Thiên Dục giới) gọi là nhiều thân nhiều tướng, là mình suy nghĩ cũng phức tạp, tướng cũng phức tạp, rồi thân cũng không giống nhau. Rồi bắt đầu lên một thân nhiều

tưởng, rồi nhiều thân một tưởng, rồi một thân một tưởng, lên cho đến không tưởng, v.v... Mình nhớ như vậy thì quý vị cũng chứng được.

Cho nên có rất nhiều cách là vậy. Rồi chúng ta tu Tứ niệm xứ thì bổ trợ cho những điều này, tu cách nào cũng vậy hết. Nhưng tóm lại học pháp là quan trọng nhất nha quý vị! Phải hiểu, chứ không, quý vị hành không thấu được. Cho nên hành thì hành, nhưng phải học pháp.

Đó là Thiện Trang đã ôn lại rồi, bữa nay chúng ta học:

Tác Dụng Của Chứng Đắc Các Tầng Thiền Của Thiền Chỉ

(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

Ôn lại thêm một lần nữa cho quý vị nhớ.

- Nay các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: **"Y chỉ nơi Sơ thiền, các lậu hoặc được diệt tận"**. Nay các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: **"Y chỉ vào Thiền thứ hai, các lậu hoặc được diệt tận"**. Nay các Tỷ-kheo, Ta nói rằng **"Y chỉ vào Thiền thứ ba, các lậu hoặc được diệt tận"**. Nay các Tỷ-kheo, Ta nói rằng **"Y chỉ vào Thiền thứ tư, các lậu hoặc được diệt tận"**. Nay các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: **"Y chỉ vào không vô biên xứ... y chỉ vào Thức vô biên xứ... y chỉ vào Vô sở hữu xứ... Ta nói rằng: "Y chỉ vào Phi tưởng phi phi tưởng xứ, các lậu hoặc đoạn tận"**.

Đoạn này, quý vị nhớ là muốn đoạn các Phiền não phải nương vào Thiền chỉ, phải chứng Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền cho đến Không vô Biên xứ, Thức vô Biên xứ v.v... Y chỉ tức là nương vào đó, thì từ đó mình mới chứng được, đoạn trừ các Lậu hoặc, diệt trừ các Phiền não.

Cho nên con đường đó là phải tu như thế. Nhiều người không lo tu Thiền chỉ, tu mỗi Thiền quán thôi thì sẽ khó hơn. Cũng được, nhưng đó là những người có căn tánh tốt, thời Đức Phật có nhiều người tới nghe là chứng luôn A-la-hán. Nhưng trường hợp đó rất hy hữu, mình phải đi con đường bình thường thì mình phải tu. Sơ thiền là ly dục, ly các ác pháp bất thiện, chứng và an trú Sơ thiền.

Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: "Y chỉ vào sơ Thiền, các lậu hoặc được đoạn tận", như vậy được nói đến. Do duyên gì, được nói đến như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo ly dục... chứng và trú Sơ thiền. Vị ấy, ở đây đối với cái gì thuộc về sắc, thuộc về thọ, thuộc về tưởng, thuộc về hành, thuộc về thức, các pháp ấy, vị ấy tùy quán là vô thường, là khổ, là bệnh, là mụt nhọt, là mũi tên, là va chạm, là tật bệnh, là khách lạ, là biến hoại, là trống không, là vô ngã. Vị ấy tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy, sau khi tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy, vị ấy hướng dẫn đến giới bất tử: "Đây là tịch tịnh, đây là thù thắng, tức là sự chỉ tức tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, sự diệt tận khát ái, ly tham, đoạn diệt, Niết-bàn". Vị ấy trú ở đây, đạt đến sự diệt tận các Lậu hoặc, nếu không diệt tận các Lậu hoặc, với pháp ái ấy, với pháp hỷ ấy, do đoạn diệt năm Hạ phần Kiết sử, là vị hóa sanh, tại đấy chứng được Niết-Bàn, không còn trở lui thế giới này nữa. Ví như người bắn cung, hay đệ tử người bắn cung tập bắn trên một hình nộm bằng cỏ hay trên đồng đất sét, rồi người ấy có thể trở thành một người bắn xa, bắn nhanh, bắn thủng qua vật dày lớn.

Đoạn này nói là nếu như mình chứng được Sơ thiền, thì từ Sơ thiền mình quán về Ngũ uẩn là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Nhớ! Tóm lại pháp quan trọng nhất là quán Ngũ uẩn, để biết rằng nó vô thường. Thân này vô thường thì chắc ai cũng biết ha? Thân này không biết lúc nào chết, không biết lúc nào bệnh, không biết lúc nào phải chịu khổ, là khổ, là bệnh nhọt, là mũi tên, va chạm, v.v... Nói chung nó không phải là ta, nhớ là vô ngã, và cuối cùng nó chết, hoại diệt.

Như vậy, khi chứng được Sơ thiền rồi, mình quán được như vậy thì chứng A-la-hán. Không chứng được A-la-hán, yếu quá rớt xuống một tầng thì là Tam quả A-na-hàm, là đoạn được năm Hạ phần Kiết sử, thì cũng lên cõi khác là cõi từ Sơ thiền hoặc là lên Ngũ Bất Hoàn thiên, không trở lại thế giới này nữa. Giống như người bắn cung, mới đầu tập bắn trên hình nộm, trên đất sét, nhưng bắn dần dần mạnh thì đi vượt xa. Cũng vậy, ai tu tập Thiền là như thế.

Và tương tự với tầng thiền thứ hai cũng vậy, tầng thiền thứ ba cũng vậy,

Thiện Trang cũng không có đọc, quý vị có thể tạm dừng video để coi, nếu như cần coi. Còn không thì kiểm bài này, về tầng thiền thứ hai, tầng thiền thứ ba v.v... Ở đây là cách quán khác thôi, nhưng cũng thuộc về Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. Nhớ! Chỉ có Ngũ uẩn thôi, nên Ngũ uẩn là mấu chốt. Vì vậy kinh Đại thừa, Bát Nhã Tâm Kinh nói: **“Chiếu kiến Ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách”**, tức là phải thấy rõ được Ngũ uẩn đều là không thì mới vượt qua được tất cả các khổ, chỉ có bấy nhiêu đó thôi.

Kinh Đại thừa, nếu như mình có nền tảng kinh Nguyên thủy, Kinh A Hàm, Kinh Nikaya thì giải đoạn đó là xong. Còn không thì dễ rớt vào lý luận ở đoạn sau: **“Sắc tức thị Không, Không tức thị Sắc”** (*Sắc chẳng phải Không, Không chẳng phải Sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng là như vậy*). Cứ thế đọc mà không hiểu, tại vì không có nền tảng Sắc là gì, Thọ là gì, Tưởng là gì, Hành là gì và Vô ngã là gì. Cho nên **“chiếu kiến Ngũ uẩn giai không”**, nhưng tôi thấy Ngũ uẩn giai có à! Đều có! Thật ra không cần nói “Sắc tức thị Không, Không tức thị sắc”, mà chỉ cần nói là tất cả cái đó không phải là ta, ta không có trong nó, tóm lại nó không phải ta.

Cho nên thân thể này không phải là ta, nên nhớ thân thể đang đau, không phải ta đau, thân thể đang đói, không phải ta đói. Tập sống đi, Thiện Trang chỉ cho quý vị ‘thần chú đặc biệt’, đó là đừng niệm tất cả những gì là ta, không có con ta, không có tài sản ta, không có thân thể ta, không có thọ của ta. Tức là cái sướng này không phải ta, cái khổ này không phải ta, cái nghĩ này không phải ta, cái biết này không phải ta, tất cả tạo tác này không phải ta. Nếu ai thường niệm như thế, ngày nào đó quý vị phá Thân kiến, đơn giản vậy thôi. Công thức đơn giản nhất là như vậy, nên nhớ là như vậy. Đến khi nào đi ngủ nằm mơ vẫn thấy được điều đó thì thành công rồi đó, là xong, là quý vị chắc chắn vào Sơ quả Tu-đà-hoàn, không chạy đi đâu được hết. Vì quý vị nhớ như vậy mà, tách được ra Ngũ uẩn không phải là ta, vậy là xong. Còn nếu không thì rớt vào Bát Nhã Tâm Kinh đoạn sau: “Sắc tức thị Không, Không tức thị Sắc” là mệt lắm đó.

Cho nên Đại thừa nói ngôn ngữ thì hay, nhưng thiếu pháp hành một cái là khổ. Cho nên đâu cần nhiều đâu, Lục tổ Huệ Năng nói chỉ cần hiểu “ưng vô sở trụ, nhi sanh kỳ tâm?”. Đằng trước nói “bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp

sanh tâm” (*đừng trụ vào sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp sanh tâm*), cứ thế, đừng trụ vào đâu mà sanh tâm đó là xong, tức là đừng trụ vào đâu là xong hết. Vậy thôi! Chứ có gì đâu mà nói nhiều, quý vị nói nhiều mà giải theo Pháp tướng, theo kiểu thân thể này không phải ta, bởi vì trong một giây có bao nhiêu ảnh v.v... thì quý vị đi về chấp Pháp tướng, thì sai rồi. Đức Phật dạy là mình phải tách nó ra, mình tu là tu tâm và mình biết tâm mình, buông đi được là được.

Chứ không phải mình hiểu về hình tướng đó, điều đó không cần thiết, đó là Triết học, là Khoa học, còn Phật giáo là Tâm học. Tâm học là hiểu được tâm mình, tâm mình là vướng vào trong vòng 12 Nhân duyên, đó là Vô minh duyên Hành, Hành duyên Thức. Mà quan trọng là tại sao mình vướng? Vướng ở chỗ ái đó, “ái duyên thủ”, tức là do mình yêu, mình chấp lấy thân này, mình chấp lấy suy nghĩ này là của ta. Cho nên cái tên cha mẹ đặt ra là tên gì đó, cho nên mình yêu tên đó, có người nói tên mình sao đó là mình chịu không nổi. Thật ra đó là một giả danh mà mình vướng vào, đó là ái. Ái là sự chấp ngã trong đó, khi nào hiểu được ra, mình bỏ nó ra là xong.

Cho nên tu Tứ niệm xứ là bỏ nó ra, quán sát thân đi con, con đang chuyển động, con đang làm gì, thân đó không phải là ta. Tu Tứ niệm xứ là để như vậy đó, để biết là thân đang chuyển động, thọ đang cảm nhận, cảm nhận nóng, lạnh, cảm nhận vui buồn gì đó không phải là mình, nhớ vậy thôi. Mà nhớ tất cả đều do duyên, duyên sanh duyên diệt.

Cho nên khi người ta hiểu rồi thì chỉ cần đúc kết một câu: “*Các pháp do duyên sanh, cũng do duyên mà diệt*”. Hai câu đó thôi, ngài Tỳ-kheo Mã Thắng nói một cái là ngài Xá Lợi Phất đắc Tu-đà-hoàn, [ngài] hỏi: “*Thầy chúng ta đang ở đâu?*” Bởi vì quý vị chứng Tu-đà-hoàn rồi thì biết Đức Phật là thầy. Cho nên nói qua nói lại chỉ có bấy nhiêu đó thôi.

Và từ 12 Duyên khởi, quý vị cắt giùm chỗ ái, Đức Phật nói: “**Ái tận tức Niết-Bàn, Vô minh tận cũng Niết-Bàn**”. Nhưng Vô minh khó quá, Vô minh phải tới Ngũ thượng phần Kiết sử lặn, mà Thiền quán Vipassana phải làm sao để diệt? Quý vị cũng luyện đó, ăn biết ăn, uống biết uống, cử động biết cử động, đưa tay lên biết đưa tay lên, đang nóng biết đang nóng, đang lạnh biết đang

lạnh, đang tham biết đang tham, đang sân biết đang sân. Đó là luyện cho quý vị tỉnh giác luyện tỉnh giác, luyện tỉnh giác cho nên dần dần hết Vô minh. Vì vậy tu Thiền quán, hết Vô minh, đắc đạo. Hết một phần Vô minh tức là bớt một phần tham, bớt một phần sân, bớt một phần si. Nếu hết một phần Vô minh là bớt một phần Thân kiến, một phần Nghi và một phần Giới cấm thủ, vì vậy đắc Sơ quả Tu-đà-hoàn, vì vậy đắc Tư-đà-hàm, đắc A-na-hàm và hết hoàn toàn thì thành A-la-hán.

Cho nên tu Thiền quán đắc A-la-hán, tu Tứ niệm xứ đắc A-la-hán. Và nếu như mình không làm được một lần thì làm từ từ thôi. Thiện Trang chia ra đoạn, đoạn trên Thiện Trang chia cho quý vị một chút, chia khúc khúc vậy đó, học có bấy nhiêu đó à. Cho nên thay vì một đồng kinh sách, một trời kinh sách, quý vị không cần nữa, quý vị chỉ cần chút xíu thôi. Trên tất cả các kinh đều nói như vậy để mình nghe, để mình đi vào đó. Còn nếu không, mình hiểu đường khác là mình đi xa hơn.

Cho nên kinh điển của Phật, bây giờ Thiện Trang đọc gần hết rồi, còn mấy bộ Đại thừa không không muốn đọc nữa, tại vì đọc thấy mất thời gian quá, vì phải lọc đoạn này ra là không phải lời Phật, đoạn này của lời Phật. Nhiều khi đọc có mấy chục trang có được có vài dòng của Phật, còn mấy dòng kia mình thấy không tương ưng, thôi bỏ ra đi, mệt quá, nên không đọc nữa. Tóm lại thật ra quý vị chỉ cần ôm giùm bốn bộ A Hàm, năm bộ Nikaya là đủ rồi, thậm chí một trong hai bộ đó cũng đủ rồi. Tức là bốn bộ A Hàm hoặc năm bộ Nikaya là đủ luôn. Còn ai muốn đi nhanh hơn, hiểu rõ hơn thì học thêm Vi Diệu Pháp, không có Vi Diệu Pháp cũng được. Vậy thôi, chẳng cần gì hết.

Còn nếu thích Đại thừa thì có thể ôm thêm một số bộ Luận Duy Thức nữa, mà Duy thức Tiểu thừa thôi nha, đừng có bay lên Duy Thức Đại thừa làm chi. Duy Thức Tiểu thừa như Luận Câu Xá là ok. Mà bay lên Duy Thức Đại thừa là coi chừng! Như Du Già Sư Địa Luận là thôi đó, là coi chừng đi lạc đó, tại vì sao? Không có nền tảng Tiểu thừa là mấy cái đó giải theo hướng khác, người ta cũng giải nhưng giải hướng khác là đi luôn. Cho nên đơn giản là vậy.

Tóm lại học bấy nhiêu đó thôi, học kinh khỏe lắm quý vị. Từ khi tu theo

đúng giáo pháp Đức Phật Thích Ca là khỏe, thứ nhất không phải giữ Giới cấm thủ, nên buổi sáng không cần lên tụng Lăng Nghiêm Thập Chú, không cần. Không cần chuông mõ rằm trời, rằm ben, khánh gì dẹp hết. Thờ cũng chỉ thờ tượng Đức Phật Thích Ca thôi, [vừa] đơn giản, vừa tiết kiệm, không cần nhiều đồ đạc. Tại vì hồi xưa mình chấp tướng, quần áo vô tu là phải quần áo đẹp, rồi chuỗi... đủ thứ. Bây giờ dọn sạch, không cần gì hết. Chỉ cần gì? Đức Phật nói: **“Ai thấy pháp, người ấy thấy Như Lai. Ai có pháp, người ấy gần với Như Lai”**. Vậy thôi! Pháp có rồi, pháp đơn giản vậy thôi, tu có gì [khó] đâu.

Và đời này nghe được rồi xong, nghe rồi thì đang đi Tùy tín hành, hiểu rồi thì đi Tùy tín hành, trước sau gì vẫn chứng Tu-đà-hoàn là xong. Mà chứng Tu-đà-hoàn là quý vị tự biết, khỏi cần hỏi nữa nha. Ngày nào còn đi hỏi: “Thầy ơi, con chứng Tu-đà-hoàn chưa?” Là quý vị chưa chứng Tu-đà-hoàn. Còn chứng rồi thì vui lắm, hoan hỷ vui vẻ, bởi vì mình biết rằng không còn đọa đường dữ nữa, tối đa bảy lần trong cõi Trời, Người. Tu khá khá chút thì lên luôn Nhất chủng, Gia gia. Gia gia là còn hai, ba đời nữa, vẫn còn lâu quá, thôi lên Nhất chủng luôn cho rồi, đời sau lên cõi Trời nữa là coi như thành công. Coi như là Tây Phương Cực Lạc đó, tại vì lên cõi Trời sướng quá rồi, không trở lại Thế giới này nữa.

Và Thiện Trang chỉ cho quý vị cách rồi, để phát tâm Bồ-đề đúng không? Lên cõi Trời đi, lên Ngũ Bất Hoàn thiên đi, lên Sơ thiên gì đó, không trở lại nữa, nhưng dùng thân đó để độ sanh. Ví dụ như lên trời Sắc Cứu Cánh, làm vua trời Phạm Thiên, lên trên đó 16.000 Đại kiếp nữa thì quý vị còn gặp nhiều vị Phật, còn giúp bao nhiêu người thân người này kia, dùng Thần thông xuống giúp. Nhưng chúng sanh cũng mê lắm, giúp cũng khó lắm. Ông vua trời Đao Lợi bỏ bao nhiêu sức mới giúp được cô vợ đời trước lên được cõi A-tu-la, làm con gái của vua A-tu-la, sau đó mới cướp đem lên cung Đế Thích, khó lắm. Đó là dạy cho con sếu (cổ đọa thành con sếu mà) giữ giới. Nó nhịn ăn, nó chết, nó đủ phước mới được vậy (con sếu bắt cá mà), quý vị thấy trong Kinh Pháp Cú [có chuyện] vậy đó.

Cho nên cố gắng nha! Đời này mình biết tông chỉ rồi, quý vị học thuộc giùm mấy đoạn vừa này, Thiện Trang tổng kết rồi, đừng vào Sơ quả có bấy nhiêu đó

thôi, làm bấy nhiêu đó là xong. Còn không thấy những [cách] đó, thì còn cầu pháp ngoài tâm, cầu cái này cái kia, giữ một trời Giới cấm thủ. Xin lỗi! Quý vị đi càng xa hơn thôi. Có nhiều cái bây giờ mình đâu có xài nữa, giống như hồi xưa mình không biết, khi cúng Thí thực Mông Sơn, mới đầu phải trì chú, trì chú phá Địa ngục, trì chú này chú kia, nào tập hợp chúng v.v... Biến thủy, Biến thực Chân ngôn. Bây giờ không dùng nữa. Tại sao? Mình có Thần thông đâu mà trì chú phá Địa ngục được, làm gì có chuyện đó. Quý vị nghĩ, Phật phá còn không được nữa. Phật nói chúng sanh vào Địa ngục, chỉ khi hết nghiệp mới ra khỏi, không có cách nào. Ông Đề Bà Đạt Đa đọa Địa ngục, ngài Mục Kiền Liên xuống đó cũng thua, nói chuyện với ông thôi, rồi đi lên. Phật cũng thua, đừng nói là mình tụng chú đó mà phá được Địa ngục, nói vậy mà cũng tin được!

Cho nên nếu quý vị kiến đế, quý vị sẽ bỏ một trời thứ, gọi là không giữ Giới cấm thủ nữa. Một trời Giới cấm thủ, phải [thế] này, phải [thế] kia, đủ các kiểu. Cho nên bây giờ tu nhiều quá, khổ là vậy. Khổ là vì giữ quá nhiều thứ, mà những điều đó không phải Phật đề ra. Do người đời sau người ta đề ra, rồi mình cứ giữ hoài, giữ miết thì khổ thôi. Cho nên là học Phật, nhớ kinh Nguyên thủy là xóa tan được bao nhiêu thứ Đức Phật không dạy, thì mình không dùng nữa. Nhớ vậy, thì tu nhanh lắm, còn không mình tu bao nhiêu thứ của người đời sau, nói trắng ra theo ngôn ngữ, gọi là ngoại đạo.

Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo do đoạn tận lạc... chứng đạt và an trú Sơ thiền... thứ tư. Vị ấy ở đây, đối với cái gì thuộc về sắc, thuộc về thọ, thuộc về tưởng, thuộc về hành, thuộc về thức, các pháp ấy, vị ấy tùy quán là vô thường, là khổ, là bệnh, là mụt nhọt, là mũi tên, là va chạm, là tật bệnh, là khách lạ, là biến hoại, là trống không, là vô ngã. Vị ấy tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy, sau khi tránh né tâm mình khỏi những pháp ấy. Sau khi tránh né tâm khỏi những pháp ấy, vị ấy hướng dẫn đến giới bất tử: "Đây là tịch tịnh, đây là thù thắng, tức là sự chỉ tức tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, sự diệt tận khát ái, ly tham, đoạn diệt, Niết-bàn". Vị ấy trú ở đây, đạt đến sự diệt tận các lậu hoặc. Nếu không diệt tận các Lậu hoặc, với pháp ái ấy, với pháp hỷ ấy, do đoạn tận năm Hạ phần Kiết sử, vị ấy là vị hóa sanh, tại đấy chứng được Niết-bàn, không còn trở lui thế giới

này nữa.

Này các Tỷ-kheo, Ta nói y chỉ vào Sơ thiền, thứ hai... thứ tư, các lậu hoặc được đoạn tận, như vậy được nói đến. Do duyên này, được nói đến.

Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: "Y chỉ vào Không vô biên xứ Thiền, các lậu hoặc được đoạn tận, được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vượt khỏi các sắc tướng một cách hoàn toàn, chấm dứt các chướng ngại tướng, không tác ý đến tướng sai biệt, biết rằng: "Hư không là vô biên", chứng đạt và an trú Không vô biên xứ. Vị ấy ở đây, đối với cái gì thuộc về thọ, thuộc về tướng, thuộc về hành... vị ấy... do đoạn tận năm Hạ phần Kiết sử, là vị hóa sanh, tại đấy chứng được Niết-bàn, không còn trở lui thế giới này nữa.

Này các Tỷ-kheo, ta nói rằng: "Y chỉ vào Không vô biên xứ, các lậu hoặc được đoạn tận", như vậy được nói đến. Do duyên này, được nói đến.

Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: "Y chỉ vào Thức vô biên xứ... y chỉ vào Vô sở hữu xứ... các lậu hoặc được đoạn diệt", được nói đến như vậy. Do duyên gì được nói đến như vậy?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo vượt qua Thức vô biên xứ một cách hoàn toàn, biết rằng: "Không có vật gì", chứng đạt và an trú Vô sở hữu xứ. Vị ấy ở đây, đối với cái gì thuộc về thọ, thuộc về tướng... vị ấy... do đoạn tận năm Hạ phần Kiết sử, là vị hóa sanh, tại đấy chứng được Niết-bàn, không còn trở lui thế giới này nữa.

Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng: "Y chỉ vào Vô sở hữu xứ, các lậu hoặc được đoạn diệt", được nói đến như vậy. Do duyên này, được nói đến.

Như vậy, xa cho đến các tướng Thiền chứng, cho đến như vậy (tức là có thể chứng đến Tứ thiền Bát định), cần phải lấy trí để thể nhập. Lại nữa, này các Tỷ-kheo, các xứ này, như Phi tướng phi phi tướng Thiền chứng và Diệt thọ tướng là những xứ, các Tỷ-kheo Thiền quán, khéo léo chứng

nhập, khéo léo khởi xuất thiền chứng. Ta nói rằng: "Sau khi chứng nhập và khởi xuất, các xứ ấy cần phải được chơn chánh làm cho biết rõ".

Ở đây có một định, gọi là Diệt Thọ Tướng định, là Tam quả A-la-hàm và Tứ quả A-la-hán có được khi chứng Niết-Bàn. Quý vị có biết tại sao tu Thiền quán đưa đến điều đó không? Đó là nhờ định lực của Thiền chỉ. Nhưng Thiền quán (Vipassana) là quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp. Do quán Thọ trên thọ, quán nhiều nên diệt được Thọ. Nhờ quán được tâm cho nên dần dần diệt được Tướng, từ đó diệt Thọ, diệt Tướng, chứng [được] A-la-hán. Cho nên định đó là Diệt Thọ Tướng định. Thiền quán Vipassana quan trọng như vậy đó. Cho nên là phải hiểu.

((9.36) Thiền: Jhāna – Kinh Tăng Chi Bộ).

Hôm nay giới thiệu cho quý vị thêm một phần nữa là:

Bốn Loại Định Tu Tập

(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

- Nay các Tỷ-kheo, có bốn định tu tập này. Thế nào là bốn?

Thông thường chúng ta tu có một định thôi, mà ở đây nói tới bốn định, trong Kinh A Hàm nói tới 16 định, chứ không phải định nào cũng là định như nhau. Nhiều người nói tu Thiền chỉ với gì đó, không phải! Có một trời thứ Thiền ở trong đó, có nhiều loại Thiền lắm. Ở đây có bốn định tu tập.

(1) Có định tu tập, này các Tỷ-kheo, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến hiện tại lạc trú.

‘Hiện tại lạc trú’ là định nghĩa mà nhiều người giảng không hiểu, không hiểu là do không đọc kinh. [Tức là] mình trú trong niềm an vui trong hiện tại, gọi là hiện tại lạc trú. Ngôn ngữ ‘làm cho sung mãn’ theo cách Bắc truyền gọi là tu tập nhiều, hay gọi là huân tập. Tu tập các định nào mà đưa đến (hiện tại lạc trú), đây chính là tu tập tất cả các tầng Thiền. Đây là thuộc về tu Thiền chỉ thì đưa đến hiện tại lạc trú. Ở trong nhiều bài kinh khác có giải thích, tu chứng Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, tu các tầng Thiền đó thì đem đến hiện tại

lạc trú. Cho nên hiện tại lạc trú không phải bây giờ mình an lạc đâu. Không phải! Mà mình phải chứng Sơ thiền trở lên thì mới gọi là hiện tại lạc trú. Mình được niềm vui an lạc trong Thiền đó gọi là hiện tại lạc trú. Đó là Thiền chỉ.

(2) Có định tu tập, này các Tỷ-kheo, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chứng được tri kiến.

Trong các cách loại trừ Phiền não, có 7 cách để diệt (có kinh nói có 6 cách), thì có một loại là ‘có những loại Phiền não phải do tri kiến mới được đoạn trừ’, tức là mình phải biết. Thiện Trang nói với quý vị, như hồi xưa mình toàn cúng Mông Sơn Thí thực, mình đọc các thần chú đó, mình cứ giữ hoài, là người xuất gia thì mình phải cúng như vậy nửa tháng một lần, có chùa thì ngày nào cũng cúng. Nhưng có tri kiến mình hiểu ra, chú đó là người đời sau, ông nào viết đó, chứ không phải Phật dạy, mình cũng không có năng lực đó.

Cho nên sau này mình không cúng kiểu đó nữa. Nếu muốn cúng, mình dọn đồ ăn ra và chỉ cần quán tâm từ, nguyện cho các chúng sanh từ các loài quỷ, loài gì đó ăn được. Xong rồi, mình bỏ những đồ [ăn] đó thì có các loài súc sanh ăn. Thế thôi, vậy là xong rồi, không cần phải đọc chú các kiểu nữa. Quý vị nghĩ mình đọc chú mà có năng lực phá Địa ngục được, triệu tập chúng sanh tới được, thì quý vị thành Phật rồi. Không có chuyện đó! Đó là [ví dụ] có những Phiền não phải do tri kiến mới được đoạn trừ là vậy.

Ở đây do mình tu tập định thì được tri kiến đúng không ạ? Cho nên phải tu tập định mới có tri kiến.

(3) Có định tu tập, này các Tỷ-kheo, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chánh niệm tỉnh giác.

Đó, tu [pháp] gì mà được chánh niệm tỉnh giác? Đó là có 3 loại định khác nhau, 3 loại Thiền khác nhau.

(4) Có định tu tập, này các Tỷ-kheo, được tu tập, được làm cho sung mãn (tức là cho tu nhiều vô), đưa đến đoạn tận các lậu hoặc.

Quý vị thấy không ạ? Bốn loại định này khác nhau. (1) Một loại định chỉ

đưa đến hiện tại lạc trú. Tức là an trú trong niềm vui trong hiện tại thôi. (2) Loại thứ 2 là chứng được tri kiến. Cho nên từ đó tri kiến mình chính xác. (3) [Định thứ 3] là tu mong đem lại chánh niệm tỉnh giác. Tức là mình luôn luôn rất rõ ràng, sáng suốt đối với bất cứ mọi thứ. Là phải do tu tập định. (4) Đoạn các Phiền não tham, sân, si (đoạn các lậu hoặc).

Chứ không phải suốt ngày tu một kiểu thôi, thời nay là vậy đó, [cứ] một câu A Di Đà Phật niệm tới cùng. Làm sao được! Có nhiều cách, mỗi cách phải dùng một cách. Phải học Thất giác chi là gì, Xả giác chi là gì... từng cái từng cái như vậy. Quý vị thấy không ạ? Bài này nói có tới bốn loại định, có bốn kết quả khác nhau. Mình không tin, mình đem xài một cái. Cho nên chúng sanh thời nay điên đảo là vậy đó, họ không tin lời Phật, họ không nghe lời Phật, mà cứ nghe người đời sau nói, nghe người ta nói hoài mà mình thực hành cũng không được. Cho nên là đừng có tin quá. 'Chớ vội tin, chớ vội tin'. Hãy học và thực hành. Đức Phật luôn luôn khuyến khích rằng mình phải thực hành để kiểm chứng, đúng không ạ? Đức Phật đâu có bảo phải tin liền đâu, phải thực hành để kiểm chứng.

Bây giờ chúng ta coi bốn loại [định] này, thì tu [định] nào để được hiện tại lạc trú, tu [định] nào để được tri kiến, tu định nào để được chánh niệm tỉnh giác và tu định nào để đoạn tận các Phiền não.

(1) Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến hiện tại lạc trú? (Quý vị thấy không? Kinh Nguyên thủy, lúc nào đức Phật cũng giải thích cho mình hết á).

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ly dục, ly các pháp bất thiện... chứng đạt và an trú Sơ thiền... thiền thứ hai... thiền thứ ba... thiền thứ tư. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến hiện tại lạc trú.

Như vậy quý vị muốn được an lạc, vui vẻ thì quý vị tu giữ một Thiền trong bốn Thiền thôi. Thiền Trang khuyên quý vị tu Thiền chỉ, có 40 đề mục đó, thì có 10 đề mục Tùy niệm là không đắc Thiền rồi. Niệm Phật, niệm Pháp, Niệm Tăng là không đắc Thiền, chỉ tới Cận định, chỉ được an an một chút (An chỉ định hay Định cận hành thôi). Điều đó không được, nên mình ráng tu tới Sơ thiền

hoặc Tứ thiền, một thiền thôi là cũng đã được ‘hiện tại lạc trú’.

Như vậy người ít Thiền nào, tại sao [họ] ít Thiền nào? Là do họ có Thiền chỉ. Cho nên nhiều người tu trí tuệ rất là giỏi, nói cái gì cũng nói được, nhưng đụng cái là nổi sân, đụng cái là tham. Tại vì sao? Vì họ không có ‘hiện tại lạc trú’. Tức là họ thiếu tu tập Thiền chỉ. Ai muốn biết tu tập Thiền chỉ như thế nào, thì coi lại những bài trước. Coi lại những bài trước Thiện Trang có chỉ cho quý vị cách tu như thế nào. Thiện Trang đã chia sẻ được gần 30 đề mục rồi, còn mấy đề mục nữa là xong.

(2) Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chứng được tri kiến? (Chúng ta cần chứng được tri kiến thì làm sao, tu [pháp] gì? Ở đây có pháp tu nè:)

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tác ý tưởng ánh sáng, an trú tưởng ban ngày, ngày như thế nào thì đêm như vậy, đêm như thế nào thì ngày như vậy. Như vậy, với tâm rộng mở, không có bị bao phủ, tu tập tâm đến chỗ sáng chói. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chứng được tri kiến.

[Pháp] này, quý vị nghe có vẻ mới mẻ đúng không ạ? Mình tu kiểu gì lạ vậy? Nhưng Đức Phật dạy là phải tác ý tưởng về ánh sáng, an trú tưởng ban ngày như thế nào thì đêm như vậy, đêm như thế nào thì ban ngày như vậy. Mình làm như vậy, tâm rộng mở không bị bao phủ, thì một hồi tâm được sáng chói và điều đó đưa đến chứng tri kiến. Cách này hình như không ai dạy đúng không quý vị? Trong kinh dạy đó, Kinh Tăng Chi đó. Đức Phật tuyệt vời lắm. Bây giờ mình có một pháp tu là tác ý tưởng về ánh sáng, an trú vào tưởng ban ngày. Mình nghĩ ban ngày như thế nào thì ban đêm cũng vậy, ban đêm thế nào thì ban ngày cũng vậy, thì khi đó tâm mình sáng lên, sáng lên thì có được tri kiến.

Đó là một cách tu nha. Và cách tu này theo quý vị thuộc về Thiền chỉ hay Thiền quán? [Pháp tu] này Thiện Trang nghĩ thuộc về Thiền quán. Thật ra không dùng tâm thì là Thiền quán, [còn Thiền] chỉ là dùng tâm lại. Ở đây là mình tác ý tưởng đến ánh sáng, cho nên tưởng đến ánh sáng là một đề mục để tu. Còn đề mục Thiền chỉ nhìn ánh sáng không, là khác. Cho nên cũng cùng là Thiền

chỉ và Thiền quán nhưng vận dụng khác nhau. Cái kia là nhìn ánh sáng, nghĩ ánh sáng thôi. Còn [pháp] này phải suy tư, suy nghĩ. Cho nên ai muốn [chứng] được tri kiến thì bữa nay có cách tu đó.

(3) Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chánh niệm tỉnh giác?

Chúng ta muốn có chánh niệm tỉnh giác [thì tu cách này]. Có nhiều người hay quên, hay thất niệm, làm gì [cũng] không biết gì hết. Để chìa khoá ở đâu cũng quên, làm gì cũng quên, thì nên tu cách này để được chánh niệm tỉnh giác. Quý vị thấy không ạ? Đâu phải một câu Phật hiệu niệm tới cùng đâu. Tu mỗi kiểu khác nhau mà.

Ở đây, này các Tỷ-kheo, với vị Tỷ-kheo, thọ khởi lên được rõ biết, thọ an trú được rõ biết, thọ chấm dứt được rõ biết; tưởng khởi lên được rõ biết, tưởng an trú được rõ biết, tưởng chấm dứt được rõ biết; tầm khởi lên được rõ biết, tầm an trú được rõ biết, tầm chấm dứt được rõ biết. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến chánh niệm tỉnh giác.

Như vậy đề mục ở đây là chỉ cần quan sát trên ba điều: Một là Thọ, hai là Tưởng, ba là Tầm. Cho nên nếu chúng ta không học bộ Vi Diệu Pháp thì chúng ta không hiểu được Thọ, Tưởng, Tầm. Thọ là cảm nhận, cảm nhận của mình nóng hay lạnh, khổ hay không khổ, mình chỉ cần quan sát về Thọ. Cho nên gọi là quán Thọ trên thọ (thuộc về Tứ niệm xứ). Ở đây Đức Phật dạy chỉ cần quán khi nó khởi lên mình phải biết rõ. Giống như bây giờ chưa tới mùa đông, nhưng Thiện Trang ngồi đang cảm thấy lạnh, thì mình phải biết là lạnh. Khi đang cảm giác lạnh, thì mình cảm giác lạnh, rõ biết như vậy. Và khi [thấy] hết lạnh rồi, [là] do đã bật máy sưởi, [nên] hết lạnh. Biết rõ ràng như vậy, đó là quán về Thọ.

Và thứ hai về Tưởng. Tưởng thì chúng ta có nhiều cách nói lắm, có thể tưởng tri về quá khứ, tưởng tri về hiện tại, tưởng tri về tương lai. Giống như chúng ta suy nghĩ về quá khứ, suy nghĩ về hiện tại, suy nghĩ về tương lai. Những cái biết nhờ kiến thức quá khứ, nhờ hiện tại, rồi mình nghĩ tưởng tùm lum về tương lai nữa, nghĩ ngày mai đi mua chai dầu, hết dầu ăn rồi. Tức là phải có kiến

thức về dầu ăn, phải biết rằng là dầu ăn có tác dụng gì, v.v... và mình biết hiện tại nhà mình đang hết dầu. Đó gọi là tưởng về dầu ngày mai, nhưng cái tưởng đó kết hợp quá khứ, hiện tại và tương lai đúng không ạ? Đó, như vậy [gọi] là Tưởng.

Còn nói [về] Dục tưởng, Thiền tưởng v.v... nhiều cách tưởng lắm. Nhưng đó là Đức Phật định nghĩa một cách đơn giản. Khi mình nghĩ như vậy là mình biết: Tôi đang nghĩ rồi đó, tôi đang nghĩ nhớ về hôm qua, tôi nhớ về hiện nay, tôi tính ngày mai rồi đó. Khi mình khởi lên là mình biết liền. Và khi mình đang khởi lên suy nghĩ thì mình cũng biết: À, tôi đang nghĩ, tôi phải nghĩ chứ, vì tôi không nghĩ làm sao được. Mình phải nghĩ để mai mình làm chứ, cho nên cũng phải nghĩ. Khi nghĩ xong rồi hết, thì biết là nghĩ xong rồi đó, không nghĩ nữa. Đó gọi là quán về Tưởng, quán tưởng trên tưởng (ngôn ngữ Tứ niệm xứ).

Rồi Tầm là gì? Tầm là mình hướng tâm về một đối tượng nào đó, ví dụ quý vị đang nghe pháp đây là hướng tâm. Quý vị thấy Thiện Trang đang chia sẻ đây là tượng Đức Phật Bốn Sư của chúng ta. Quý vị nhìn vào Đức Phật, thì đó là tầm, tầm về Đức Phật. Như vậy quý vị chú ý về đó, thì mình biết: “À, tôi đang chú ý về đó”. Bỏ chữ ‘tôi’ đi, chỉ là đang chú ý về đó. Rồi chú ý [đến một] lúc nào đó thì hết chú ý. Khi nó khởi lên, nó đang ở và nó hết đi, thì chúng ta vẫn được thấy như vậy.

Quý vị tu ba điều đó thôi: Thọ, Tưởng, Tầm thì một hồi là quý vị đem đến chánh niệm tỉnh giác. Quý vị thấy không? Đức Phật phân tích chi tiết như vậy, có ai phân tích được như Phật không? Không! Những bài kinh này hay như vậy mà cho là Tiểu thừa, không chịu tu. Chỉ có những người ngu hoặc là không có duyên, không có duyên, cho nên không học. Chứ còn học thì quá hay. Ai mà hay quên, ai mà hay mơ mơ màng màng thì ráng tu cách này. Tức là tu Thọ, Tưởng và Tầm, cũng là một phần trong Tứ niệm xứ (Tứ niệm xứ là quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp), thì cách này gọn lại, chỉ là Thọ, [Tưởng, Tầm]. Tầm cũng là tâm, Tưởng cũng thuộc về tâm, nên mình biết hết. Cho nên tu cách này thì được chánh niệm tỉnh giác.

Phải tu cách thứ 4 [này] mới đoạn trừ Lậu hoặc (Lậu hoặc nghĩa là Phiền

não).

(4) Và này các Tỷ-kheo, thế nào là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến đoạn tận các lậu hoặc?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn. (Nhớ, câu này là quan trọng nhất: ‘Tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn’. Năm thủ uẩn là gì? Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức, [tu] một hồi cũng chạy về đó thôi. Cho nên năm thủ uẩn là cốt lõi của tu hành). **Đây là sắc, đây là sắc tập khởi, đây là sắc chấm dứt.** (Cũng [qua] ba giai đoạn: Đây là sắc, mình nhìn thấy cái gì đó, nhìn thấy thân thể... đó là sắc. Nguyên nhân của nó khởi lên gọi là sắc tập khởi, rồi nó chấm dứt hết). **Đây là thọ, đây là thọ tập khởi, đây là thọ chấm dứt.** (Cũng vậy, thọ là cảm thọ, cảm nhận, [cũng] có ba cái); **đây là tưởng, đây là tưởng tập khởi, đây là tưởng chấm dứt; đây là các hành.** (Hành là 50 Tâm sở, cho nên ai mà không học Vi Diệu Pháp thì rất khó hiểu Hành, Hành tới 50 Tâm sở. Như Tâm tham, Tâm ngã mạn, Ngã kiến, Si v.v... đủ các loại Tâm sở). **Đây là thức, đây là thức tập khởi, đây là thức chấm dứt.** (Thức thì dễ hơn, thức có sáu thức thôi: Biết của mắt, biết của tai, biết của lưỡi, biết của thân, biết của ý. Quán [Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức] thuộc về ‘tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn’). **Này các Tỷ-kheo, đây là định tu tập, do tu tập, do làm cho sung mãn, đưa đến đoạn tận các Lậu hoặc.**

Cho nên muốn đoạn tận lậu hoặc là phải quán năm uẩn. Tứ niệm xứ và năm uẩn gần tương ưng với nhau. Quý vị thấy không ạ? Cũng là Sắc, Thọ Tưởng, Hành, Thức thôi. Ai chưa nhớ thì về coi lại, lục lại trong các bài [giảng trước], coi Sắc là gì? Sắc là dễ nhất. Bữa sau dạy thêm đề mục là Tùy niệm tử (niệm thể trước), thấy thân thể mình dần dần chán, hết muốn [có] luôn. Thân thể là sắc, gồm có bốn đại: Đất, nước, lửa, gió và 24 Y đại sinh. Để bữa nào giảng lại, 24 Y đại sinh là tóc, tai, mũi, lưỡi... tính nam, tính nữ, tính dẻo hay tính gì có thể thích nghi được, v.v... mấy cái đó không khó, từ từ rồi giảng. Mình hiểu mấy cái thô cũng được, sắc là dễ nhất. Rồi Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

Cho nên Bát Nhã Tâm Kinh cũng nói vậy thôi. Nếu như mình tu tập, mình hiểu được ba giai đoạn trong từng cái, tức là đó là sắc, đó là tập khởi của sắc

(nguyên nhân để sắc sinh ra) và nguyên nhân chấm dứt, là thông. Giống như mình thấy bông hoa: À, đây là sắc (sắc là bông hoa), và nguyên nhân [có] bông hoa này là do nó đủ nước, đủ phân nên hiện ra. [Khi] bông hoa này diệt là hết, đó là sắc.

Nếu mình quán trong thân mình thì dễ hơn, ví dụ mấy ngày nay không làm gì đó nên tóc dài, móng tay dài, v.v... đó là sắc. Nguyên nhân của sắc tập khởi là do thân thể mình sinh ra như thế, và do mình không bấm móng tay, cho nên móng tay dài. Mình bấm xong thì hết, mai một chết rồi thì nó cũng tiêu. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng như vậy. Khi mình hiểu được thì mình quán, quán theo sự sanh diệt của nó và mình đưa đến đoạn trừ Phiền não.

Cho nên phải tu như vậy đó quý vị. Phải [tu] bốn định, một cái là đem tới hiện tại lạc trú, một cái đem tới chánh niệm tỉnh giác, một cái là được tri kiến, một cái được đoạn trừ Phiền não. Cho nên phải tu cả bốn định, chứ không phải một đề mục mà tu hoài đâu. Mấy người tu một môn thâm nhập, tu kiểu đó là sai phương pháp của Phật.

Này các Tỷ-kheo, có bốn định tu tập này. Và cũng về vấn đề này, Ta có nói đến trong phẩm về mục đích, trong kinh gọi là "Các câu hỏi của Punnaka".

*Do tư sát, ở đời,
Các sự vật thắng, liệt,
Không vật gì ở đời,
Làm vị ấy dao động.
An tịnh, không mờ mịt,
Không phiền não, không tham,
Ta nói vị ấy vượt,
Qua khỏi sanh và già.*

((4.41) Tu Tập Định: Samādhībhāvanā (T 1536.7, Arv 12) – Kinh Tăng Chi Bộ).

Bộ Kinh Tăng Chi này hay, vì trong kinh có nhiều điều hay hơn Kinh Tăng Nhất A Hàm. Kinh Tăng Nhất A Hàm thiếu một số pháp hành, không bằng. Kinh Tăng Chi có một số pháp hành hay hơn. Nhưng Kinh Tăng Nhất A Hàm có một số bài có [câu] chuyện hay, [có] một số vấn đề cũng hay. Tức là mình học được hai bộ thì càng tốt.

Thiện Trang xin tóm tắt lại như sau, cho quý vị dễ nhớ.

Tóm tắt 4 loại định tu tập – Kinh 4.41 trong Kinh Tăng Chi Bộ

TT	Loại định tu tập	Kết quả đưa đến
1	Thiền chỉ: Chứng Sơ thiền đến Tứ thiền	Hiện tại lạc trú
2	Tác ý tưởng ánh sáng, an trú tưởng ban ngày ban đêm như nhau.	Chứng được tri kiến
3	Quán sát về: Thọ, Tưởng, Tầm	Chánh niệm tỉnh giác
4	Trú tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức (3 điều)	Đoạn tận các lậu hoặc

Loại tu tập:

1. Thiền chỉ: Chứng Sơ thiền đến Tứ thiền: Kết quả [đưa đến] **hiện tại lạc trú**. Tức là mình muốn an lạc suốt cả ngày thì chịu khó tu Thiền nha. Cho nên mỗi ngày ráng tu, sáng tu một chút, trưa tu một chút, chiều tu một chút. Không có thời gian tu các đề mục nhiều, thì tu đề mục Thiền hơi thở, đếm số, hít vô 1, thở ra 1, hít vô 2, thở ra 2, đếm tới 10, rồi [đếm] lại, đếm một hồi là được. Đó là thiền Sổ tức quán đơn giản nhất, thuộc về Thiền chỉ. Mà đếm một hồi thì không cần đếm nữa cũng được, mà cứ theo dõi hơi thở thôi. Tu như thế thôi mà một ngày được an lạc. Nếu không có phương tiện nào thì mình tu vậy, còn nếu có bóng đèn, có nước, mở tivi lên coi, tu [đề mục] lửa, gió gì đó v.v... thì tốt. Nói chung [tu] nhiều đề mục thì sẽ không nhầm chán, và cũng đều để đem đến hiện tại lạc trú. Cho nên Thiền chỉ là phải tu, còn mấy cái sau là thuộc về Thiền quán hết.

2. Tác ý tưởng ánh sáng, an trú tưởng ban ngày ban đêm như nhau

(tức là nghĩ ánh sáng ban ngày ban đêm như nhau) thì **chứng được tri kiến**. Muốn có trí tuệ thì phải có tri kiến này; tri kiến là trí tuệ đó.

3. Quán sát về: Thọ, Tưởng, Tầm. Nguyên nhân sanh khởi của Thọ, rồi diệt Tưởng và Tầm. Tầm là gì? Tầm là hướng đến một đối tượng nào đó, Tầm và Tứ chúng ta đã học từ đầu rồi. Mấy điều này phải hiểu thì được **Chánh niệm tỉnh giác**, tức là mình sáng suốt biết rõ mọi thứ trong hiện tại, lúc nào cũng quan sát được cảnh.

4. Trú tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức (3 điều). Cũng tương tự như trên, đây là Sắc, Thọ, Tưởng, [Hành, Thức]; rồi nguyên nhân nó diệt đi, thì mình **đoạn trừ các Phiền não, các Lưu hoặc**.

Cho nên là phải tu bốn điều nha, chứ không phải là một môn thâm nhập đâu. Ráng tu! Như vậy dễ dàng rồi đúng không ạ? Càng về sau thì càng có nhiều công cụ để tu, ráng cố gắng.

Ở đây, bài tiếp theo dài quá, sợ quý vị sẽ không nhớ nổi, nên mình xuống phần khác cho khỏe. Chứ không, nhiều quá là quý vị học phần Vi Diệu Pháp không nổi. Chúng ta vào phần Vi Diệu Pháp, chúng ta học Lộ trình tâm. Bữa nay chúng ta quen với Lộ trình tâm rồi Thiện Trang đưa luôn tất cả Lộ trình tâm Ngũ môn ở bốn cảnh. Quý vị nhớ bốn cảnh không ạ? Bao gồm: Cảnh rất lớn, Cảnh lớn, Cảnh nhỏ và Cảnh rất nhỏ. Hôm bữa mình đưa ví dụ cụ thể rồi, ở đây Thiện Trang xin chia ra: Ở trong một Cảnh rất lớn cũng có ba Lộ trình tâm khác nhau. Ở Cảnh lớn thì có hai, Cảnh nhỏ thì có hai và Cảnh rất nhỏ có ba. Cho nên có quá trời Lộ trình tâm, chúng ta chỉ cần nắm qua thôi.

Lộ trình Tâm Ngũ môn ở 4 cảnh



Ở đây thế nào là Cảnh lớn, thế nào là Cảnh nhỏ, quý vị còn nhớ không? [Để xác định] Tâm lộ thì tính theo các sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua. Nếu có 1 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua thì gọi là Cảnh rất lớn; Tâm lộ tức là Lộ trình tâm. Còn Cảnh lớn thì có 2->3 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua. Cảnh nhỏ là 4->9 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua. Và Cảnh rất nhỏ là có tới 10->16 Tâm hộ kiếp vừa qua.

Chúng ta nhớ là để phân biệt Cảnh lớn với Cảnh nhỏ thì xét bốn điều kiện. Quý vị nhớ không? Bữa trước học rồi nha. Ví dụ như Nhãn môn (mắt), thì thần kinh mắt phải tốt; rồi có cảnh sắc đăng trước mắt; phải đủ ánh sáng; và có sự chú ý. Nếu đủ 4 điều này theo điều kiện tốt nhất, thì gọi là Cảnh rất lớn. Nếu yếu đi một [yếu tố], ví dụ mắt mình yếu đi, hoặc là cảnh không rõ lắm, hoặc là thiếu ánh sáng, hoặc là không có sự tập trung chú ý lắm, rớt xuống một yếu tố thì chỉ gọi là Cảnh lớn thôi, chứ không còn là Cảnh rất lớn nữa.

Rồi nếu yếu 2 đến 3 yếu tố, ví dụ như mắt mình yếu rồi, cảnh cũng yếu, mà còn thiếu ánh sáng nữa, ba yếu tố luôn, thì rớt xuống còn Cảnh nhỏ. Và [nếu] yếu cả bốn yếu tố thì gọi là Cảnh rất nhỏ. Tức là bây giờ mắt mình đã yếu rồi,

cảnh là đã không rõ rồi, trời tối tối rồi, và không chú ý nữa, thì gọi là Cảnh rất nhỏ.

Quý vị hiểu như vậy là quý vị sẽ phân biệt được bốn cảnh. Mắt như vậy, tai cũng như vậy. Điều kiện của tai là khác ở điều kiện này (Không bị cách âm, trong khoảng cách thích hợp). Rồi có điều kiện của mũi là phải có gió. Điều kiện của lưỡi là có nước bọt. Và điều kiện của thân là đại địa (tức là vật) phải có tướng rõ rệt, chứ tướng vật không rõ thì mình chạm cũng như không chạm, thì không được, cảnh không được rõ. Đó là chúng ta hiểu được vậy. Và tất cả đều có sự chú ý hết. Dễ nhớ không quý vị? Quý vị chỉ cần nhớ dòng này thôi (điều kiện 3), còn lại mấy [điều kiện] khác tương tự nhau.

Bây giờ chúng ta trở lại với Lộ trình tâm. Hôm nay chúng ta nói hết Lộ trình tâm này một lần luôn.

Về Lộ trình tâm Cảnh rất lớn thì có 1 Hộ kiếp vừa qua. Ở đây, bảng này là do có vị thầy làm sẵn rồi, Thiện Trang thấy mình vẽ mệt quá, người ta làm sẵn rồi copy cho nhanh, copy của người ta về để giải thích. Chính vì copy nên có những thuật ngữ khác một chút cần giải thích:

***Chú thích:**

H: Hộ kiếp	V: Hộ kiếp vừa qua	R: Hộ kiếp rúng động	D: Hộ kiếp dứt dòng	K5: Khai ngũ môn
5: Ngũ môn	TT: Tiếp thu	QS: Quan sát	PĐ: Phán định	C: Đồng lực
N: Na cảnh	HK: Hộ kiếp khách			

Chữ H: Hộ kiếp (Tâm hộ kiếp); chữ V: Hộ kiếp vừa qua; chữ R: Hộ kiếp rung động (mấy bữa mình viết chữ luôn, bữa nay mình viết tắt lại); chữ D: Hộ kiếp dứt dòng; K5: Khai ngũ môn (tức là năm cơ quan); 5: là Ngũ môn (mắt thấy cảnh thì mắt làm việc; tai nghe tiếng hay tai làm việc...); TT: Tiếp thu hay tiếp thu; QS: Tâm quan sát; PĐ: Phán định; C: Đồng lực (Tốc hành); N: Na cảnh; và HK là Hộ kiếp khách. Chúng ta nhớ [chữ viết tắt] này, để đọc hiểu bảng này,

chúng ta học một bữa là xong luôn phần Lộ trình tâm Ngũ môn ở bốn cảnh. Còn về sau là [học] Lộ trình Ý môn, rồi Lộ trình tử. Bữa sau mình cứ giới thiệu vậy thôi cho nhanh nha.

Trường hợp cảnh rất lớn thì có một Hộ kiếp vừa qua. Cảnh rất lớn thì tất nhiên lúc nào cũng có 1 Hộ kiếp vừa qua thôi. Chữ H đầu tiên này là vẽ cho đủ thôi, chứ thật ra mình bỏ chữ H này đi. Tâm hộ kiếp bình thường không làm việc, thì Tâm hộ kiếp ở đây. Như vậy, vì cảnh rất lớn nên chắc chắn chỉ có 1 Hộ kiếp vừa qua. Quý vị thấy (ở 3 Lộ trình), đây là 1 Hộ kiếp vừa qua, đây cũng là 1 Hộ kiếp vừa qua, và đây cũng là 1 Hộ kiếp vừa qua. Cảnh rất lớn lúc nào cũng vậy. Còn Cảnh lớn thì có tới 2V->3V (hoặc là 2, hoặc là 3) Hộ kiếp vừa qua. Cho nên nếu vẽ đầy đủ thì ở đây là 2 Hộ kiếp vừa qua, rồi xuống vẽ 3 Hộ kiếp vừa qua nữa. Mà thôi viết vậy cho khỏe. Rồi nếu là Cảnh nhỏ thì 4V->8V, tách 9V ra. Rồi Cảnh rất nhỏ thì quý vị nhớ là 10V->16V đúng không? 10V->14V chia chung, rồi đến 15, đến 16. Thật ra ghi chung 10V->16V cũng được, nhưng ghi như vậy cho rõ.

***CẢNH RẤT LỚN:**

Bây giờ chúng ta coi, chúng ta học Cảnh rất lớn thì hôm bữa có cho ví dụ rồi đúng không? Ví dụ có 1 chót (cuối) Na cảnh (N), [Cảnh rất lớn] có 2 Na cảnh, Na cảnh là giữ lại cảnh. Ở đây chúng ta bỏ dòng đầu tiên đi. Hộ kiếp trước đang làm việc thì gặp cảnh ví dụ như sét đánh -> Hộ kiếp vừa qua (V) -> Hộ kiếp rung động (R) -> dứt dòng (D) -> rồi tới Khai ngũ môn (K5) (tức là nó hướng tâm về gì đó, ví dụ như mình nghe tiếng sét thì hướng tâm về Nhĩ môn, về cửa tai. Còn nếu mình thấy bông hoa đẹp, thấy cảnh đẹp, thấy ánh sáng chớp, thì là Tâm khai Nhãn môn. Như vậy không có nghe tiếng sét mà thấy sét đánh thì là Khai nhãn môn) -> Tiếp theo số 5 (tính là 5 tâm, tùy theo Lộ trình tâm. Ví dụ như bây giờ mình nói sét đánh, thì ở đây sẽ là tâm gì? Tâm nhĩ thức thọ xả làm việc đúng không? Còn nếu mình thấy cảnh thì mất làm việc, gọi là Tâm nhãn thức) -> Tiếp theo là Tiếp thu (Tiếp thu) TT -> rồi nó quan sát cảnh đó (QS) -> rồi nó phán định (PĐ) coi cảnh đó cảnh gì -> rồi bắt đầu nó đưa ra 7 Tâm tốc hành (đốc hành) hay đồng lực (C) -> cuối cùng là có 2 Na cảnh là giữ cảnh lại. Ví dụ như rất sợ hãi sân thì nó [có] 2 Na cảnh. Hôm bữa mình học như vậy, quý vị nhớ

không ạ? Nếu không nhớ thì coi lại [bài hôm] bữa nha, chứ không là không hiểu. Thì bữa nay mình quen rồi [nên] nói luôn. Lộ trình tâm này mình hiểu qua được rồi, chứ bây giờ học kỹ quá thì quý vị cũng đau đầu lắm, mình biết qua để tu thôi.

Tới trường hợp thứ 2 cũng là Cảnh rất lớn, cũng là 1 Hộ kiếp vừa qua và chót C (1V chót C), là không có Na cảnh. Nó cũng từ Tâm hộ kiếp, mới đầu đang làm việc thì có cảnh gì đó hiện lên, bắt đầu Hộ kiếp vừa qua (V) -> rồi bị rung động (R) -> rồi dứt hộ kiếp (D) -> chuyển sang Tâm khai Ngũ môn (K5). Tâm khai Ngũ môn là hướng về, ví dụ như thấy bông hoa đẹp thì nó hướng về bông hoa, là nó phải thấy thì tới đây -> nó khai Tâm nhãn thức số (5) -> Tiếp thu (TT), tức là mắt thấy cảnh đó, thấy bông hoa -> rồi nó quan sát (QS) -> rồi xác định (phán đoán) PD -> rồi cuối cùng khởi ra [7 Tâm đồng lực (C)]. Ví dụ như khởi tâm tham, nó chạy [qua] 7 Tâm đồng lực (C), 7 Tâm đồng này mình biết rồi, [bài] trước [đã] lấy ví dụ cụ thể rồi, mới đầu nó thấp, sau tăng lên rồi giảm bớt xuống. Tham cực kỳ tham rồi giảm bớt. Hoặc là cảnh sân, mới đầu sân ít rồi sân mạnh, rồi cuối cùng giảm bớt, thì không có Na cảnh.

Trường hợp thứ ba là 1 Hộ kiếp vừa qua và chót cuối cùng là Hộ kiếp khách (1V chót HK). Ở đây cũng giống vậy, từ Hộ kiếp vừa qua -> rồi nó rung động (R) -> rồi dứt dòng của Tâm hộ kiếp (D) -> để chuyển qua Tâm khai Ngũ môn (K5). Ví dụ như thấy cảnh sét đánh, hay thấy cảnh gì đó, sét đánh mà thấy bằng mắt thì ánh sáng chiếu [mạnh] quá đó, [mà] mình không nghe âm thanh, thì cảnh Nhãn thức (mở Nhãn thức). Còn nếu như bây giờ mình đang ăn, giả sử mình cắn một cái gì đó đau quá, cay quá, thì cảnh đó gọi là Tâm khai Thiệt môn (lưỡi). Rồi sau đó lưỡi hoạt động thì [khởi] tâm này -> rồi tiếp sau nó quan sát (QS) -> rồi phán định (PD), thì cảnh này phải là cảnh cực mạnh. Ví dụ ăn trái ớt đó quá cay nên đưa tâm này lên 7 sát-na Tâm đồng lực sân gì đó, rồi cuối cùng nó quay trở lại về [Tâm] hộ Kiếp khách. Vì cảnh này mạnh quá nên nó quay về Hộ kiếp khách rồi mới trở về, cái này là vậy.

Còn [bài] hôm bữa Thiện Trang quên xóa 2 Na cảnh, quý vị nhớ bài hôm bữa đó là phải xóa Na cảnh đi, [vì] đã có Hộ kiếp khách thì không có Na cảnh. Nên bài hôm bữa mình xóa đi 2 Na cảnh ở chỗ Hộ kiếp khách.

Như vậy quý vị hiểu không ạ? Nếu không hiểu thì chịu khó coi lại nha, hơi khó đó, nhưng mình học [Lộ trình tâm] này để tu hành. Bây giờ Thiện Trang nói để tu hành là người ta đưa từ Cảnh rất lớn này, mình mà khá là tâm mình dao động, thì nó đưa xuống Cảnh lớn thôi, nó đỡ hơn. Rồi từ Cảnh lớn đưa xuống Cảnh nhỏ, Cảnh nhỏ là quý vị thấy không có đồng lực gì hết, không có Tâm đồng lực thì không tạo nghiệp. Cảnh nhỏ, Cảnh rất nhỏ không tạo nghiệp, quý vị thấy không? Đâu có tạo nghiệp đâu. Cho nên như vị A-la-hán chẳng hạn, hay con voi thuần chủng rồi, mà thấy cảnh sét đánh thì không sợ. Không sợ chẳng qua là nó chạy từ (Hộ kiếp->Phán định) là dừng rồi, từ Cảnh rất lớn là sét đánh mà đưa về Cảnh nhỏ thì thôi. Ví dụ như Thiện Trang hồi xưa rất thích ăn chè, nghe nói chè Bảo Lộc là rất thềm, muốn ăn rồi. Nhưng do mình tu tập lâu năm nên cảnh đó bây giờ thành Cảnh nhỏ thôi, nên nhìn thấy chè: Ừ, chỉ là chè thôi mà, có gì đâu, nên nó không chạy Tâm tham, nó trơ trơ luôn. Tới đây (Phán định) là nó dừng rồi, thì Cảnh nhỏ hoặc Cảnh rất nhỏ là ok. Tu bao giờ mà bị người ta chửi, [mà] đưa Cảnh rất lớn, Cảnh lớn đó xuống Cảnh nhỏ, rất nhỏ là ok. Từ Cảnh rất lớn mình đưa xuống Cảnh lớn, từ Cảnh lớn mình đưa về Cảnh nhỏ, từ Cảnh nhỏ với Cảnh rất nhỏ là ok, không sao hết. Vì Cảnh rất nhỏ là nó không chạy luôn cả mấy tâm đồng lực nữa. Mình thì chắc không đến nỗi Cảnh rất nhỏ đâu, mình đưa về Cảnh nhỏ là ok.

Đó là bí quyết tu tập, chứ không phải học cho vui, học cho biết vậy. Không phải! Mình học để mình [áp] dụng, để mình so sánh, để mình tu. Tại sao cùng một cảnh đó mà người ta dao động. Ví dụ bây giờ đang đi trên xe, nghe tiếng nổ ðùng một cái, có người giật mình la hét tùm lum, sợ quá. Người đó có khả năng rơi vào Cảnh rất lớn [có] 2 Na cảnh luôn, đã sân rồi (sợ hãi là sân) mà còn Na cảnh này nữa. Còn có một người ngồi bên cạnh, cũng sợ nhưng không hét nhiều lắm, có thể có Hộ kiếp khách (HK). Còn người đỡ hơn, người ta bình tĩnh thì đi tới đây (Phán định) thôi không sao, là Cảnh nhỏ. Hoặc người ta đang ngủ cho nên không biết gì, nên thành Cảnh nhỏ. Đang buồn ngủ mà, tiếng 'ðùng' đó chưa đủ ảnh hưởng, do không có sự chú ý, tai họ không làm việc nên trở thành Cảnh nhỏ. Điều kiện của Cảnh nhỏ quý vị có nhớ không? Đó là 'yếu đi một yếu tố gọi là Cảnh lớn, mà yếu đến hai ba yếu tố gọi là Cảnh nhỏ'.

Cho nên lúc đang ngồi trên xe đi trên đường như vậy, [mà] nghe tiếng ‘đùng’ ở đâu đó nổ, người mà tỉnh thì sợ, vì có chú ý, thì chắc chắn Cảnh rất lớn rồi, hoặc đang tập trung nhìn nữa. Còn người không tập trung lắm thì nó trở thành Cảnh lớn. Cảnh lớn vẫn còn sợ, vẫn có mấy Tâm đồng lực sân (sợ hãi) chạy. Nhưng người đang ngủ thì rõ ràng là không chú ý rồi, tai cũng không làm việc lắm, nên cảnh đó trở thành Cảnh nhỏ của họ. Cho nên [nổ] đùng một cái mà họ chẳng thấy gì hết, thậm chí [chỉ có] Quan sát, Tiếp thu, thọ xả gì đó... một hồi mới Phán định. Lúc đó ngồi dậy, tỉnh giấc thôi chứ không sao hết. Còn người ngủ say là trở thành Cảnh rất nhỏ, không làm việc luôn, ngủ say [thiếu] nhiều yếu tố quá cho nên không biết gì luôn. Điều đó thì mình có thể tưởng tượng được, thực tế là như vậy. Quý vị hiểu rồi đúng không ạ? Như vậy đó là Cảnh rất lớn.

***CẢNH LỚN:**

Tiếp theo [là] Cảnh lớn, theo định nghĩa là có 2 đến 3 Tâm hộ kiếp vừa qua. Còn nói về yếu tố Cảnh lớn, thì yếu đi 1 yếu tố trong 4 điều kiện, là trở thành Cảnh lớn. Khi chúng ta hiểu được như vậy thì chúng ta biết Cảnh lớn là như thế nào rồi nha.

Đầu tiên là Tâm hộ kiếp, [thì] có 2 hoặc 3 [Tâm] hộ kiếp vừa qua (2V - 3V). Vì cảnh này là Cảnh lớn thôi, [còn] Cảnh rất lớn là nó chuyển liền, rung động liền. Ở đây có 2-3 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua -> rồi mới tới rung động Tâm hộ kiếp (R) -> rồi dứt dòng Tâm hộ kiếp (D) -> mới Khai ngũ môn (K5). Ví dụ lúc này là họ thấy cảnh gì đó, sau đó mắt họ làm việc (nếu như Ngũ môn này là mắt, còn nếu mình ăn trái ớt mà ớt chưa cay lắm, ớt vừa cay thôi thì cửa thiết làm việc. Còn như ngửi mùi mà mùi cực kỳ hôi, hôi quá thì Cảnh rất lớn, nhưng ở đây mùi vừa vừa thôi, có mức độ, thì cảnh đấy là Cảnh lớn) -> rồi nó Tiếp thu (TT)-> quan sát (QS)-> Đoán định (xác định hay Phỏng đoán) (PĐ), tùy ngôn ngữ dịch vì từ chữ Pali mỗi người dịch một kiểu -> Sau đó nó chạy dòng 7 sát-na Tâm tốc hành (đốc hành hay đồng lực) (C) tạo nghiệp (có khi cảnh khó chịu quá nên sân, ăn trái ớt cay nên sân) -> sau đó trở về Hộ kiếp.

Ở đây, quý vị đếm xem có bao nhiêu sát-na tâm? (Lộ trình tâm 1V chót N).

Bỏ dòng Hộ kiếp đầu tiên nha, có 3 sát-na tâm này (V, R, D) là cùng một Lộ tâm, vì cùng là Tâm hộ kiếp hết, Tâm hộ kiếp vừa qua, Tâm hộ kiếp rung động, Tâm hộ kiếp dứt dòng. Còn (K5) này là Tâm hành làm việc, lấy tâm làm việc liên tục là (5). Như vậy lộ trình này đủ 17 sát-na tâm. Còn xuống đây (Lộ trình 1V chót C) chỉ có 15 sát-na tâm. Còn (Lộ trình 1V chót HK) thì có 16 sát-na tâm.

Còn bây giờ Cảnh lớn chỉ có 16 sát-na tâm thôi. Còn trường hợp [2-3V chót HK] cũng có rung động, đủ điều kiện để có Tâm hộ kiếp khách. Tức là cái này nó cũng chấn động, khiến cho mình muốn ổn định lại tâm thì phải có một Tâm hộ Kiếp khách nhảy vô, rồi mới ổn định lại tâm, nó [mới] trả lại Tâm hộ kiếp bình thường [cho] mình được, Lộ trình này có 17 sát-na tâm.

Ở đây có một thuật ngữ gọi là Lộ tâm. Lộ Tâm là gì? Là [các] màu trên sơ đồ, ví dụ từ (H->D) là một Lộ tâm, toàn là Tâm hộ kiếp, từ (K5->PĐ) là toàn tâm làm việc (Tâm hành), và từ (C->C) là Tâm đồng lực, từ (N->N) là Na cảnh. Bốn màu. Cũng có thể năm màu, tại vì chỗ màu quan sát (QS) không phải thọ xả, mà (QS) này có thể thọ khác đi nên cho [màu] đỏ lên, thì mới có Hộ kiếp khách được, [vì] tâm này chấn động mạnh quá, nó đổi.

[2-3V chót HK] cũng vậy, 2 hay 3 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua -> rồi Hộ kiếp rung động (R) -> dứt dòng (D) -> Khai ngũ môn (K5) tâm của nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân (5) làm việc -> tiếp theo là Tiếp thân (TT) -> rồi Quan sát (QS) -> Đoán định (PĐ) -> rồi 7 sát-na Tâm đồng lực (C), tạo nghiệp là do (C) này là tạo nghiệp -> rồi cuối cùng Hộ kiếp khách (HK). Quý vị hiểu không ạ? Như vậy được rồi đúng không?

***CẢNH NHỎ:**

Tiếp theo là Cảnh nhỏ, theo định nghĩa Cảnh nhỏ có từ 4V -> 9V, cho nên trên sơ đồ vẽ từ 1V -> 8V, tách 9V ra. Do Cảnh nhỏ rồi, điều kiện Cảnh nhỏ là yếu nhiều (tức là 2 hay 3 yếu tố) được gọi là Cảnh nhỏ. Ví dụ như mắt mình không tốt rồi, cảnh cũng không được rõ lắm, mà thiếu ánh sáng nữa là đủ thành Cảnh nhỏ rồi. Hoặc mắt mình tốt nhưng do cảnh không được tốt lắm, người đó mặc màu gì đó tối tối, rồi trời tối nữa, và không có sự chú ý thì coi như là không thấy rõ, thì rớt xuống là Cảnh nhỏ.

Lộ trình tâm có hai kiểu thôi, nhưng có 4V -> 8V. Thật ra là 4V vẽ riêng, rồi 5V, 6V, 7V, 8V vẽ riêng, nhiều lắm. Cho nên thôi mình vẽ chung cho ngắn. 4 đến 8 Hộ kiếp vừa qua (4V ->8V) -> rồi tới rúng động Hộ kiếp (R) -> dứt dòng của Tâm hộ kiếp (D) -> rồi chuyển qua Khai ngũ môn (K5). Ví dụ chúng ta lấy một cảnh mùi đi, thì lấy cảnh ngửi mùi hôi, mà mùi này hơi hôi thôi chứ không hôi lắm. Do sự không hôi lắm, cảnh yếu bớt rồi, rồi mình cũng không chú ý lắm, thì 2 [yếu tố] là đủ yếu rồi, đâu cần 3 [yếu tố]. Cảnh nhỏ là chỉ cần yếu 2 hay 3 [yếu tố] thôi, thì gọi là Cảnh nhỏ rồi. Khi đó người ta sẽ khai Ngũ môn, ở đây khai cửa Ngũ môn hướng về tâm gì? Nó phải dùng tử (tử là mũi), số (5) này là lúc này [sát-na] tâm mũi làm việc, tử thức làm việc-> Tiếp thu (TT) mùi đó -> Quan sát (QS) mùi đó -> Đoán định (phân tích) (PĐ). Vì cảnh yếu nên nó phân tích 3 lần mới ra cảnh đó. Rồi cảnh này cũng yếu yếu, mùi này cũng chưa hôi lắm, không đến nỗi khó chịu, [nên] chưa nổi sân được. Hoặc là mùi thơm, nhưng mùi thơm nhẹ quá, chưa đủ để mình khởi lên tham được, cho nên chỉ bấy nhiêu thôi. Nó chỉ phân tích, phân tích, phân tích hoài, 3 cái phân tích là xong, không phân tích nữa, [nên] không có [Tâm đồng lực] chạy lên.

Nếu người tu biết, thì mình làm tất cả các cảnh trở về [Lộ trình] này là mình không tạo nghiệp. Còn không thì: ‘Ôi, cái mùi hôi quá, hôi quá’, người kia thì bịt mũi: ‘Ôi, hôi quá, hôi quá’, là đang sân, sân là tạo nghiệp. Cho nên nó chạy dòng Tâm đồng lực lên, thì thành Cảnh lớn rồi. Còn mình thì thấy quen mùi đó rồi, do ngày nào cũng ở đó cho nên quen, trơ trơ rồi, nên thành Cảnh nhỏ. Cảnh nhỏ thì không chạy tâm khó chịu, không có Tâm đồng lực ở đó, nên không sao hết, tới đó là nó dừng thôi. Ở đây là như vậy.

Trường hợp (9V chót 2P) cũng tương tự như vậy, có 9 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua (9V) -> rồi Hộ kiếp rúng động (R) -> Tâm hộ kiếp dứt dòng (D) -> Tâm khai Ngũ môn (K5) -> (5) tức là 1 trong 5 căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân) làm việc -> rồi Tiếp thu (TT)-> Quan sát (QS) -> Phân tích (PĐ) 2 cái thôi. Tương tự như vậy, [Lộ trình] này không tạo nghiệp gì hết, bởi vì nó tới đây là dứt, cho nên không có mấy dòng sát-na Tâm đồng lực.

Quý vị hiểu rồi đúng không ạ? Như vậy cũng dễ dàng, không có gì khó. Và ở đây chắc chắn không có Hộ kiếp khách đâu. Hộ kiếp khách chỉ xuất hiện trên

hai trường hợp là: Cảnh lớn và Cảnh rất lớn thôi. Có 3 điều kiện [như] hôm bữa [học] đó, thực ra cái này mình cũng không cần nắm nhiều. Học thì nói vậy thôi chứ nghe nhiều cũng loạn tâm, mình chỉ cần biết làm sao để luyện cho mình đưa về Cảnh nhỏ đi, thì tâm nhẹ nhàng, nên từ đó tâm mình không sân, không tham. Chứ còn không, thì mình dễ sân, dễ tham là do vậy đó. Hãy cố gắng đưa về Cảnh nhỏ, Cảnh rất nhỏ.

***CẢNH RẤT NHỎ**

Cảnh rất nhỏ là gì? Đầu tiên mình phải hiểu cảnh rất nhỏ là Tâm lộ có (10-16) sát-na tâm. Và yếu cả 4 yếu tố thì gọi là Cảnh rất nhỏ. 4 yếu tố ví dụ như về mắt: thần kinh mắt của mình không tốt; rồi cảnh sắc ở trước mặt cũng không rõ lắm, tức là không đủ [điều kiện], ví dụ như người đó mặc đồ đen thui, màu tối quá không thấy; rồi ánh sáng cũng yếu, gặp người ta ban đêm ánh sáng chập chờn; rồi không chú ý nữa, cho nên đi qua gặp người ta mà cũng như không gặp. Tức là đi ngoài đường gặp người, ví dụ gặp ông chồng mình đi, nhưng do mắt mình yếu, rồi cảnh là ông chồng mặc bộ đồ [màu] đen hay [màu] tối cũng khó nhìn quá, rồi [trời] tối quá, thiếu ánh sáng, rồi mình cũng không chú ý nữa, mình tưởng ai đâu chứ [không phải ông chồng], mình cũng không quan sát cho nên đi qua luôn, thì chuyển qua Cảnh rất nhỏ.

Cảnh rất nhỏ ở đây có 3 trường hợp:

- (10V - 14V chót 3R): có 10 - 14 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua -> rồi nó rung động (R) -> rung động (R) -> rung động (R), xong là nó không làm gì hết.

- (15V chót 2R): Hoặc là 15 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua -> [rồi] rung động (R) -> rung động (R), xong hết.

- (16V chót 1R): 16 sát-na Tâm hộ kiếp vừa qua -> rung động (R), xong hết.

Cho nên quý vị thấy suốt này Hộ kiếp, Hộ kiếp, Hộ kiếp... Quý vị thấy Hộ kiếp nhiều thì sao? Thì suốt ngày ôm cảnh đó cho nên mất chánh niệm. Điều này cũng dở, đó là dễ mất chánh niệm, tại vì mình không quan sát được. Còn người tu tốt thì họ làm Tâm hộ kiếp này bớt đi, thì sẽ có chánh niệm được nhiều hơn.

Nhưng cũng không phải nhất thiết như vậy, có lúc nếu mình làm việc [nhiều] quá thì tâm mình cũng quá tải. Cho nên phải tu Thiền chỉ để nhẹ tâm mình lại, để cảnh bớt đi. Sau này mình học tới Lộ trình tu Thiền chỉ thì mình sẽ thấy nhập Thiền chỉ như thế nào, rồi mình biết tại sao tâm mình an lạc sau khi nhập Thiền, là do như vậy.

Như vậy Thiện Trang đã chia sẻ cho quý vị đủ rồi, quý vị hiểu rồi đúng không? Tóm lại bảng này chỉ vậy thôi, mình học hiểu qua một lần, còn học sâu hơn thì người ta sẽ phân tích trong này có bao nhiêu Tâm lộ, rồi trong mỗi cái này có bao nhiêu tâm, có bao nhiêu loại người, bao nhiêu cõi, cõi nào có thể có lộ trình này, thì phức tạp quá, thôi chúng ta chỉ cần biết sơ sơ vậy để tu. Nếu muốn học sâu thì quý vị hãy tìm tài liệu mà học. Còn không, sau này mình có duyên mình sẽ học lại nâng cao, bây giờ mà dạy nâng cao thì quá khó cho quý vị.

Như vậy chúng ta chắc học được bấy nhiêu đó đủ rồi, mỗi ngày học một chút thôi, chứ học nhiều quá thì quý vị sẽ choáng. Bây giờ Thiện Trang chỉ chia sẻ thuần phần Phật giáo Nguyên thủy thôi, tức là Kinh A Hàm, Kinh Nikaya, Giới luật cũng là Giới luật Nguyên thủy thôi cho nhẹ nhàng. Chúng ta học ít lại, thay vì 2 tiếng mấy như hồi xưa, thì bây giờ mình học chỉ tối đa 2 tiếng trở lại thôi, không nên học nhiều quá, quý vị cũng không nhớ nổi.

Hôm nay, Thiện Trang cũng chia sẻ chưa tới 2 tiếng, hy vọng quý vị nắm được, hiểu được. Học và hành, quan trọng là mình thực hành. Và đặc biệt mình phải hiểu giáo pháp, thì mình mới bỏ những Giới cấm thủ của mình đi, thì mới thành công được. Nhiều khi tu hành giữ một trời Giới cấm thủ, đi xuất gia [mà] người ta nói vô bê cái bát sành, bát sứ thọ giới đó mà bê là không được, bê là thế này thế kia, mê tín quá trời, tại sao? Hồi xưa quý vị thấy trong thời Đức Phật, bát bê nứt v.v... có ý nghĩa gì đâu. Tự nhiên học Phật đạo lại [trở] thành mê tín, mình ôm cái bát, ôm cái y mà có một dấu hiệu gì đó, rách một cái là: “Ôi thôi, đường tu của mình khổ rồi”, đó là mê tín.

Rồi mê tín nhiều thứ lắm, mai mốt mình học thì mới thấy. Ví dụ như mê tín chuyện giữ giới thì được 36 bộ thần bảo vệ, [rồi] quy y Tam Bảo, giữ Ngũ

giới, mỗi giới có 5 vị Thần hộ giới bảo vệ, v.v... mình cứ tưởng như vậy, thì điều đó cũng là Tà kiến. Học [trong kinh] coi, ngài Xá Lợi Phất ngồi thiền, ngài tu cố đó mà con quỷ còn đánh vô đầu nữa. Rồi các Tỳ-kheo bị cái này, bị cái kia, có ông thần nào hộ giới đâu. Giới hộ, là mình giữ giới đó giúp sanh ra cho mình phước, sanh ra cho mình những tâm thiện lành, cho nên từ đó hộ cho mình, chứ không phải ai rảnh đâu đi [bảo] hộ.

Nhớ, thời Đức Phật, Đức Phật đang cùng các Tỳ-kheo ngồi đó, Ma vương Ba Tuần còn biến ra những con bò lớn, chạy vô làm [vỡ] mấy cái bình bát, làm các Tỳ-kheo cũng sợ. Đức Phật nói đó là Ma vương Ba Tuần làm đó. Tức là không có Thần hộ pháp, còn quý vị thấy ông Đề Bà Đạt Đa đẩy hòn đá [vào chân] Đức Phật đó, đâu phải thần hộ pháp đánh viên đá đó đâu, mà quý vị thấy trong Kinh Tăng Nhất A Hàm nói là Thần núi Kim Tỳ La [làm]. Cho nên học Phật giáo phải hiểu sâu, hiểu rồi không chấp giữ Kiến thủ kiến. Phải học, chứ không, học một hồi mê tín luôn, mê tín rồi là đi lạc con đường Chánh pháp của Đức Thế Tôn. Nên nhớ, Đức Phật dạy rất thật chất, Đạo Phật đến để mà thấy, thực hành, thử nghiệm.

Vậy thôi, hôm nay chúng ta tạm dừng ở đây, hẹn quý vị hôm khác. Thứ Bảy chúng ta học phần ‘Giới Học Người Cư Sĩ’.

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”.