

Tinh Hoa Kinh Luận Nguyên Thủy

Bài 70

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 14.01.2026

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

<https://www.youtube.com/watch?v=4W-xTi8n5Yk>

và 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 học về [chuyên đề] Tinh Hoa Kinh Luận Nguyên Thủy, bài 70. Chúng ta học bộ này cũng như là tiệm tu, tức là cung cấp để chúng ta có một tri kiến chính xác, thì chúng ta mới đoạn trừ Phiền não được. Quý vị coi trong Kinh Tạp A Hàm, có bài kinh Đức Phật nói là nhờ có tri kiến thì các lậu hoặc mới được đoạn trừ, chứ không phải là không có tri kiến. Tức là mình phải có tri kiến chính xác thì mình tu tập mới đoạn trừ được các lậu hoặc. Tri kiến đó là mình sẽ dựa trên kiến thức mình học, mình nghe, rồi mình tư duy, mình thiền tập. Mình tu tập dần dần như thế thì mình sẽ đoạn trừ được các Phiền não, để trở thành một bậc Thánh nhân.

Hôm nay, chúng ta xin bắt đầu bằng một câu chuyện, đó là:

Câu Chuyện Đức Phật Độ Người Nông Dân Nghèo

(Theo Tích Truyện Pháp Cú)

Đói ăn, bệnh tối thượng ...

Câu chuyện này được kể lại khi Đức Thế Tôn ở tại *Alavi*, liên quan đến một nam cư sĩ.

Ngày nọ, Đức Thế Tôn ngồi trong hương thất ở Kỳ Viên, Ngài quan sát căn cơ chúng sanh, và nhận thấy một nông dân nghèo ở *Alavi* có duyên đắc quả Tu-đà-hoàn. Ngài bèn đi cùng với năm trăm Tỳ-kheo đến *Alavi*. Dân cư tại đây liền mời Phật thọ trai. Người nghèo nọ cũng nghe tin Phật đã đến *Alavi*, và định đi nghe thuyết pháp. Nhưng hôm đó, con bò của ông đi lạc, ông suy tính: "Ta sẽ đi tìm bò hay đi nghe pháp?" Cuối cùng ông quyết định: "Ta sẽ đi tìm bò trước, rồi đi nghe pháp sau". Do đó, sáng sớm ông bường bả đi tìm bò.

Quý vị thấy câu chuyện này rất là hay! Mở đầu là Đức Phật cũng quán sát nhân duyên, coi ai có cơ hội được độ, có khả năng đắc quả thì Đức Phật độ. Điều này nằm trong năm phận sự mỗi ngày của Đức Phật, chúng ta đã học rồi. Quý vị thấy, đầu tiên là Đức Phật quán căn cơ, thấy một người nông dân nghèo ở vùng *Alavi* rất xa, có duyên đắc quả Tu-đà-hoàn. Cho nên Đức Phật cùng với 500 [vị] Tỳ-kheo mới đi đến đó. Ông đó nghe tin Phật đến, ông cũng muốn nghe pháp, nhưng xui cho ông là hôm đó con bò của ông bị

đi lạc. Cho nên ông nghĩ là phải đi tìm bò trước đã rồi nghe pháp sau, do đó ông đi tìm bò.

Quý vị thấy, Phật đến rồi, Phật quán căn cơ rồi mà duyên chưa đủ, ông vẫn còn đi tìm bò nữa đó. Cho nên, đôi khi cuộc sống cũng làm cho mình mất đi [nhân] duyên đúng không ạ? Chúng ta coi tiếp theo xem Đức Phật có độ được [ông] không?

Cư dân của *Alavi* sắp đặt cúng dường Đức Phật và chư Tăng. Sau khi Phật thọ trai xong, họ dọn cất bình bát và đợi nghe Pháp. Thế Tôn nghĩ thầm: "Ta đi ba mươi dặm đường chỉ vì một chúng sanh có căn cơ chứng quả, kẻ ấy đang lang thang trong rừng tìm con bò. Khi nào người đó trở lại, Ta sẽ nói pháp". Và Ngài ngồi làm thinh.

Quý vị thấy, câu chuyện này nói lên rất rõ ràng: Đức Phật vì một người thôi, vì một người [có căn cơ để độ] mà đi đến 30 dặm đường. Một dặm đường, nếu tính theo đơn vị ngày nay là khoảng một cây số rưỡi, như vậy nhân với 30 là khoảng 45 cây số. Đức Phật đi gần 50 cây số chỉ vì một chúng sanh có căn cơ chứng quả. Nhưng rất tiếc là ông này đang đi tìm con bò bị lạc.

Và Đức Phật thấy là trong đại chúng chắc cũng không có người đắc quả, nên Đức Phật ngồi làm thinh, không thuyết Pháp, đợi cho người kia bao giờ trở lại thì mới thuyết Pháp. Quý vị thấy không? Tuy là sanh cùng thời Đức Phật, nhưng căn cơ đặc độ không có thì cũng như không, còn người căn cơ đặc độ có thì chưa thấy tới.

Cho nên là ráng tu nha! Phải có căn lành, phải có đủ duyên thì mới được đắc độ, chứ không có, gặp Phật mà không có duyên thì cũng không đắc độ. Nên bây giờ mình tu không uổng phí là như vậy đó. Chúng ta nghe tiếp câu chuyện:

Đến trưa, người nông dân kia tìm được con bò và đánh nó về chuồng. Ông nghĩ: "Dù chưa ăn uống gì, ít ra ta cũng đi đánh lễ Phật". Ngay khi đó, dù đang đói meo, ông ta cũng quyết định không về nhà mà vội vã đi đến chỗ Phật, cung kính đánh lễ và ngồi một bên. Đức Phật bèn hỏi người coi về thức ăn:

- Thức ăn của chư Tăng còn thừa chẳng?
- Bạch Thế Tôn, vẫn còn.
- Tốt lắm! Hãy cho người nghèo này một phần ăn.

Và người ta dọn chỗ cho người kia theo sự chỉ dẫn của Phật, cung cấp đầy đủ các loại thức ăn cứng, mềm. Người nông dân ăn xong, súc miệng.

(Đây là trường hợp ngoại lệ duy nhất, trong ba tạng không hề ghi lại việc Thế Tôn đề tâm đến việc phân phối thức ăn).

Quý vị thấy có điều kỳ lạ, đó là gì? Tất nhiên ông đó tìm được con bò, ông đánh bò về chuồng. Nhưng ông cũng có căn lành, căn lành đó thể hiện như thế nào? Đó là ông đói meo, đói dữ lắm rồi, nhưng ông nghĩ là phải gặp Phật trước đã rồi ăn sau. Chứ mình, nhiều khi mình đi ăn trước rồi gặp Phật

sau. Mà quý vị biết là Đức Phật ráng ngồi chờ ông quay trở lại để thuyết Pháp. Lúc ông tới thì ông đói quá rồi, Đức Phật lần đầu tiên và lần duy nhất trong đời, hỏi về việc phân phối thức ăn. Tức là hỏi mọi người là còn thức ăn của chư Tăng còn không, để cung cấp cho ông ăn. Đó là một điều rất lạ! Tại sao lại như vậy? Chúng ta coi tiếp tại sao lại như vậy:

Sau khi anh nông dân đã no lòng, tâm tư anh trở nên an tĩnh. Đức Phật giảng dạy Tứ đế theo thứ tự Khổ-Tập-Diệt-Đạo. Cuối bài pháp, anh nông dân chứng quả Tu-đà-hoàn. Đức Thế Tôn hồi hướng công đức và trở về Tinh xá, thính chúng theo sau Ngài một đoạn đường rồi ai về nhà nấy.

Có nghĩa là Đức Phật quán căn cơ, giảng đúng Tứ diệu đế. Quý vị thấy không? Chỉ có [giảng] Tứ diệu đế thôi, Khổ-Tập-Diệt-Đạo. Theo đúng bài đó và đúng căn cơ anh nông dân nghèo đó, anh chứng quả Tu-đà-hoàn và Đức Phật đã đi về.

Các Tỳ-kheo tùy tùng Đức Phật hôm ấy bất mãn tột độ, xì xào:

- Huynh đệ nghĩ xem, Thế Tôn đã làm như thế. Một chuyện không hề xảy ra từ xưa đến nay. Vậy mà trưa nay khi thấy một người nghèo đói, Ngài đã hỏi thức ăn và dạy đem cho anh ta.

Đức Phật dừng bước, quay lại hỏi:

- Các Tỳ-kheo, các ông bàn tán việc gì?

Sau khi nghe thuật lại, Ngài nói:

Quý vị thấy các vị Tỳ-kheo cũng không hài lòng, tại vì sao? Tức là người xuất gia, Đức Phật chưa bao giờ làm chuyện là bảo đem cho người ta thức ăn kiêu đó. Nhưng hôm đó [Ngài] làm như vậy, cho nên các Tỳ-kheo cũng không hài lòng và bàn tán với nhau. Đức Phật mới hỏi [các Tỳ-kheo], rồi Đức Phật sẽ giải thích chuyện này tại sao lại như vậy.

- Đúng thế! Nay các Tỳ-kheo, Ta đến đây qua một đoạn đường dài ba mươi dặm đầy nhọc nhằn, chỉ với mục đích duy nhất, vì Ta thấy rõ người nông dân kia có khả năng chứng quả Tu-đà-hoàn. Từ sáng sớm, ông ta vào rừng tắt tả tìm con bò, lòng không bụng đói. Ta nghĩ nếu Ta nói pháp cho người này nghe trong khi y khổ sở vì đói, y sẽ không hiểu gì cả. Vì thế Ta phải làm như thế. Nay các Tỳ-kheo, không gì khổ sở cho bằng đói.

Ngài nói kệ:

(203) Đói ăn, bệnh tối thượng,
Các hành, khổ tối thượng,
Hiểu như thực là vậy,
Niết-bàn, lạc tối thượng.

Đây là bài kệ Kinh Pháp cú số 203, trích từ Tích truyện Pháp Cú.

(5. Phật Ban Thức Ăn Cho Người Đói - XV. Phẩm Hạnh Phúc – Tích truyện Pháp Cú.)

Chúng ta tìm hiểu lại về câu chuyện này một chút. Đức Phật chỉ vì một người nông dân có khả năng chứng quả, quán sát rồi, cho nên Ngài đi 30 dặm (tức là khoảng 50 cây số, nếu chúng ta tính theo cách tính dặm bây giờ) để mà [thuyết Pháp]. Với mục đích như vậy, và Ngài cũng quán thấy là người kia đói quá rồi, đang đói mà thuyết Pháp thì nghe cũng không hiểu, vì thế phải cho người ta ăn. Cho nên Đức Phật mới bảo người khác là còn thức ăn không, chia bớt phần cho anh nông dân ăn. Ăn xong rồi [thì Ngài] mới thuyết Pháp. Cho nên: ‘Đói ăn, bệnh tối thượng; Các hành, khổ tối thượng; Hiểu như thực là vậy; Niết-Bàn, lạc tối thượng’.

Quý vị thấy, Đức Phật lúc nào cũng biết căn cơ. Cho nên thêm một bài kinh nữa, một câu chuyện nữa, để chứng tỏ rằng ‘*việc ăn uống cũng quan trọng*’ đúng không ạ? Đói thì không có chứng quả. Cho nên đừng có nghĩ là mình tu khổ hạnh quá cũng được, phải trung đạo là như vậy đó quý vị. Cho nên qua câu chuyện này, quý vị thấy lòng từ bi của Đức Phật là vô tận. Vì để [giúp] một người chứng quả, vì người nông dân nghèo, mà [Ngài] phải đi đến 50 cây số. Rồi [Ngài lại] chờ người đó về, khi người ta về đến nơi thì mới thuyết Pháp. Và không chỉ chờ như vậy, mà [Ngài] còn nhẫn nữa, khi họ về, thấy họ đói quá, Đức Phật bảo đưa thức ăn cho họ no xong, rồi mới thuyết Pháp. Chứ nếu họ đói thì cũng không chứng quả được.

Quý vị thấy, đó là những câu chuyện nói lên: Thứ nhất là lòng từ bi của Đức Thế Tôn rất là tuyệt vời; thứ hai là Đức Phật rất biết căn cơ; thứ ba là đói quá cũng không chứng quả (trong trường hợp này). Cho nên mình hiểu

rồi thì [thấy] câu chuyện này rất hay. Và quý vị thấy không? Cả một hội chúng bao nhiêu người nghe Pháp, nhưng thật ra Đức Phật cũng nhắm đến một người duy nhất chứng quả. Có nghĩa là không phải ai cũng có căn cơ chứng quả. Tại sao? Do duyên không đủ, có thể là do đầu thai không phải bằng tâm Tam nhân hoặc là không trồng căn lành từ đời quá khứ. Cho nên chúng ta phải ráng tu.

Quý vị thấy, trong năm việc thường ngày của Đức Phật, thì có việc là Đức Phật quán sát căn cơ ai để độ đó. Những người [có] căn cơ [để] độ là những người đã trồng căn lành dưới thời những Đức Phật quá khứ hoặc với Ngài trong đời quá khứ. Tức là có tu tập, có học pháp, có tu hành rồi thì mới có duyên. Hoặc là gieo duyên lành với những vị A-la-hán, Bích-chi-phật v.v... Như vậy thì mới có duyên. Nếu không (mình không tu tập) thì có gặp Phật cũng như không. Và mình thấy là dù một người như vậy mà Đức Phật cũng không bỏ.

Như vậy đó là phần thứ nhất. Phần thứ hai, chúng ta sẽ trả lời câu hỏi đó là:

Nguyên Nhân Trí Nhớ Bị Suy Giảm

(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)

Tức là hôm bữa có đồng tu nói là tại sao trí nhớ con kém, không nhớ được? Thiện Trang nói là trong kinh có, hôm nay trích từ trong kinh cho quý vị thấy nguyên nhân trí nhớ bị suy giảm, tại sao mình không nhớ. Đức Phật

có nói, chúng ta sẽ học bài này. Bài này hơi dài, nhưng thực ra nội dung không dài lắm, tóm tắt lại thì cũng ngắn thôi. Chúng ta cùng theo dõi:

Sāvatthī... (Thành Xá Vệ)

Rồi Bà-la-môn Saṅgārava đi đến Thế Tôn; sau khi đến, nói với Thế Tôn những lời chào đón hỏi thăm, sau khi nói lên những lời chào đón hỏi thăm thân hữu, vị ấy liền ngồi xuống một bên. Ngồi một bên, Bà-la-môn Saṅgārava thưa với Thế Tôn:

- Do nhân gì, do duyên gì, thưa Tôn giả Gotama, có khi các chú thuật (mantā) mà tôi học thuộc lòng lâu ngày (sajjhāyakatāpi: đọc tụng) lại không nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng? Do nhân gì, do duyên gì, thưa Tôn giả Gotama, có khi các chú thuật mà tôi không học thuộc lòng lâu ngày, lại nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật được học thuộc lòng?

Tức là Bà-la-môn này nói là tại sao các chú thuật mà tôi đã học thuộc lâu ngày rồi nhưng lại không nhớ được, còn những chú thuật không học thuộc lòng nữa thì thôi khỏi nhớ luôn. Do nhân gì, do nguyên gì? Đó là vấn đề ông hỏi thứ nhất. Và ông lại thắc mắc là: Tại sao có những chú thuật tôi không học thuộc lòng gì hết, lâu ngày rồi mà tự nhiên nhớ được? Còn có những chú thuật thuộc lòng rồi mà có lúc nhớ, lúc không? Tức là trí nhớ suy giảm đó quý vị. Có những thứ mình nhớ và có những thứ mình quên. Tóm lại là tại sao như vậy, thì Đức Phật sẽ nói ra nguyên nhân. Chúng ta cũng

vậy, ai cũng muốn có trí nhớ tốt đúng không ạ? Trí nhớ tốt là sao? Chúng ta hãy học tiếp bài kinh này:

- Nay Bà-la-môn, (1) **khi trú với tâm bị dục tham (kāmarāga) xâm chiếm, bị dục tham chi phối và không như thật rõ biết sự xuất ly khỏi dục tham đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai.** Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Quý vị có tải nổi đoạn vừa rồi không? Thật ra, Đức Phật nói ngắn gọn thôi. Khi mình trú tâm bị dục tham (tức là tham dục) xâm chiếm ở trong tâm, bị sự ham muốn chi phối và mình không biết cách để thoát ra khỏi điều đó. Như vậy thì mình sẽ không biết lợi ích của mình và lợi ích của người khác, và mình cũng không biết lợi ích cho hai bên. Nói tóm lại là: *mình bị tham, tâm mình đang tham, bị tham chi phối, thì như vậy các điều gì mình học là [bị] quên.* Có những điều học thuộc lòng cũng quên luôn, học thuộc lòng còn quên nữa đừng nói là không học thuộc lòng.

Cho nên nguyên nhân đầu tiên đó là do bị tham chi phối, mình sống trong tham. Cho nên những đồng tu nào trí nhớ kém là có nhiều ham muốn: mong con học giỏi, mong con sức khỏe, mong chồng theo ý mình, mong người trong gia đình không bệnh, mong đủ các kiểu mong, toàn là tâm tham. Sống trú trong tâm tham như vậy, bị tham chi phối. Tham tiền, tham đủ thứ,

tham nhiều thì trí trong tâm tham nhiều quá là mau quên. Những gì học thuộc lòng cũng không có nhớ tới, còn nói chỉ những thứ không học thuộc lòng. Đức Phật nói nguyên nhân thứ nhất là do tham dục chi phối, tham dục xâm chiếm. Tóm lại là mình đừng tham thì được, đúng không? Đức Phật đưa ra ví dụ:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước trộn lẫn với thuốc nhuộm** gôm lắc, hay màu đỏ tía, hay màu xanh, hay màu vàng, và ở đây một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, không có thể như thật biết được, thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trí với tâm bị dục tham xâm chiếm, bị dục tham chi phối, không như thật rõ biết sự xuất ly khỏi dục tham đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Tóm lại, Đức Phật lấy ví dụ đó giống [như] một bát nước, hay chén nước mà quý vị bỏ thuốc nhuộm vô, hoặc là màu đỏ, màu vàng, màu xanh gì đó, quý vị muốn nhìn gương mặt của quý vị thì nhìn không ra, không thấy được. Cũng vậy, tâm mình đang trí trong tham dục (tức là những ham muốn), như vậy thì [sẽ bị] quên. Những gì mình học thuộc lòng cũng quên luôn, huống chi những điều mà không học thuộc lòng.

Cho nên ai mà bị những điều này là do Phiền não nhiều quá, quý vị thấy không ạ? Phiền não là tham nhiều. Cho nên tu Tứ niệm xứ để buông xuống, không có đề ý như vậy. Hoặc là tu Thiền chỉ cũng vậy. Cho nên, những đồng tu nào nói trí nhớ kém là do công phu của mình yếu. Nếu quý vị tu công phu khá, thì thời gian sau đỡ hơn rất nhiều. Và thật ra trí nhớ mình hồi trẻ nhớ tốt đúng không ạ? Nhưng càng già [trí nhớ] càng kém, là do mình tham nhiều hơn. Và đầu óc càng ngày về sau này đuối rồi, nên kém hơn nữa. Đó là nguyên nhân thứ nhất.

Nguyên nhân thứ hai:

Lại nữa, này Bà-la-môn, (2) **khi trú với tâm bị sân xâm chiếm, bị sân chi phối, không như thật biết sự xuất ly khỏi sân đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai.** Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Đoạn này cũng tương tự như đoạn trên. Đức Phật nói nguyên nhân là do tâm mình đang trú ở trong sân, bị sân nhiều quá, sân xâm chiếm, sân chi phối, và mình không biết cách để thoát ra sự sân đó. Xuất ly khỏi sân tức là thoát ra khỏi sân. Mình không cần nói những đoạn sau, như vậy thì cuối cùng mình không nhớ, trí nhớ mình kém là do sân.

Ở đoạn trên, *trí nhớ kém do tham đúng không? Ở đây, trí nhớ kém là do sân*. Cho nên ai sân nhiều, khó chịu, không hài lòng với điều này, không hài lòng với điều kia, cự cái là không hài lòng, thì mau quên. Cho nên mau quên là vậy. Có nhiều người mau quên, bây giờ mọi người phát hiện ra rồi đúng không? Có những người thì tham, có người thì sân, tham không được thì sân nữa, khó chịu mà. Có người nói: ‘Con đâu tham đâu thầy, con không sân đâu thầy’. Thì còn nguyên nhân khác, chúng ta sẽ đợi [coi] nguyên nhân khác.

Bây giờ, Đức Phật lấy ví dụ nữa:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước được lửa đun sôi, sôi lên sùng sục, sôi lên cuộn cuộn**. Ở đây, một người có mắt muốn ngắm mặt của mình, không thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm bị sân xâm chiếm... Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng. (Nói tóm lại là không nhớ được).

Ví dụ thứ hai, Đức Phật lấy ví dụ [sân] giống như là nước sôi, nó bay hơi sục, sục, sục... [như] vậy, [thì] quý vị nhìn không thấy gương mặt của mình. Cho nên phải tu Tứ niệm xứ, tu Thiền chỉ, Thiền quán. [Tu] Tứ niệm xứ thì mới không sân, không tham. Tâm tham biết là tham, tâm sân biết là sân, thì mới hết được, mới nhớ tốt được.

Quý vị có thấy không? Khi thực hành một thời gian thì trí nhớ mình tốt hơn, Thiện Trang thấy rõ ràng là như vậy. Cho nên pháp tu rõ ràng. Vậy [hai

nguyên nhân] là tham, sân rồi, chưa hết, có người không tham không sân thì bị cái khác nữa. Bị cái gì đây? Tiếp tục:

Lại nữa, này Bà-la-môn, (3)**khi trú với tâm bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, bị hôn trầm thụy miên chi phối, không như thật biết sự xuất ly ra khỏi hôn trầm thụy miên đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai.** Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng. (Tóm lại là như vậy, cho nên không nhớ được. Còn nói chỉ những điều mà mình không học thuộc lòng).

Nguyên nhân thứ ba làm giảm trí nhớ, trí nhớ mình không tốt, là do tâm bị hôn trầm, thụy miên xâm chiếm chi phối. Hôn trầm, thụy miên thì chúng ta biết rồi. Hôn trầm tức là buồn ngủ quá, suốt ngày buồn ngủ. Cho nên có nhiều người tinh tấn quá đó quý vị, tinh tấn quá rồi thiếu ngủ. Thiếu ngủ thì hôn trầm, thụy miên xâm chiếm. Cho nên trí nhớ mình giảm. Đó là một nguyên nhân, đúng không ạ?

Đồng tu chúng ta, có nhiều người rất tinh tấn, thì trí nhớ cũng giảm là do hôn trầm, thụy miên. Hôn trầm là buồn ngủ; Thụy miên là đờ đờ người, nhiều khi mệt, bệnh hay cảm gì đó, hoặc là bình thường [như vậy] thì riết thành quen, người cứ đờ đờ, đờ đờ. Có nhiều người lười suy nghĩ, làm việc gì cũng không suy nghĩ. Có nhiều đồng tu không có suy nghĩ gì cả, cứ làm

theo quán tính thôi, đó cũng là một thói quen để tập cho tâm mình hôn trầm, thụy miên.

Cho nên, Đức Phật dạy tu Thiền chỉ để tâm mạnh lên, tu thiền quán Tứ niệm xử để cho tâm mình luôn luôn tỉnh giác, gọi là chánh niệm tỉnh giác, thì [sẽ] điều trị được [bệnh] này đúng không ạ? Đó là pháp mà chúng ta thường học.

Đó là nguyên nhân thứ ba. Và Đức Phật đưa ra một ví dụ như sau:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước bị rong rêu che phủ**. Ở đây, một người có mắt muốn ngắm khuôn mặt của mình, không thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm... còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Ở đây, Đức Phật ví dụ về tâm hôn trầm, thụy miên [giống như] bát nước bị rong rêu che phủ, như vậy thì mình cũng không thấy được mặt mình. Trí nhớ cũng vậy. Cho nên nguyên nhân thứ ba là hôn trầm, thụy miên.

Nguyên nhân thứ tư:

Lại nữa, này Bà-la-môn, (4) **khi trú với tâm bị trạo hối xâm chiếm, bị trạo hối chi phối, không như thật biết sự xuất ly khỏi trạo hối đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy lợi ích cả hai**. Cho nên, các chú thuật

được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Cho nên những gì mà học lâu rồi thì quên, còn nói chi là những điều không học thuộc. Cho nên có nhiều đồng tu nói là con không nhớ là do vậy đó, đúng không ạ? Bây giờ thêm *[nguyên nhân] thứ tư là tâm bị trạo hối xâm chiếm*. Trạo hối là trạo cử và hối hận. Trạo cử là tâm lăng xăng, nghĩ chuyện này, nghĩ chuyện kia. Hối là nghĩ đến chuyện trước đây qua rồi: Ôi, hồi trước biết vậy thì tôi tu pháp này sớm ha, biết vậy thì tôi không lấy ông chồng này, biết vậy thì tôi không đi chọn nghề nghiệp này... tiếc, tiếc, tiếc... Hoặc là hôm qua đã lỡ phạm giới rồi v.v... Nói chung đó là trạo hối. Trạo là trạo lại, trào ra, trào ra những suy nghĩ của mình, suy nghĩ đến ngày mai, suy nghĩ đến ngày mốt, suy nghĩ nghĩ gì đó v.v... tính toán, nghĩ tùm lum. Nói chung trạo hối cũng [gây] mất trí nhớ. Đó là nguyên nhân thứ tư.

Nhiều người bị cả bốn điều này luôn đúng không ạ? Bốn điều này bị hết luôn. Có người thì bị một điều, như điều thứ tư này, có nhiều người thông minh nhưng không nhớ tốt, là do trạo hối nhiều, suy nghĩ lung tung.

Rồi Đức Phật lấy ví dụ như sau:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước bị gió thổi, dao động, chấn động, nổi sóng**. Ở đây, một người có mắt muốn ngắm khuôn mặt của mình, không thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, khi trú với tâm bị trạo hối xâm chiếm... còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Nói tóm lại là không nhớ được, học thuộc thuộc mà còn quên nữa, đừng nói gì không học thuộc lòng. Cho nên ở đây ví dụ là giống như bát nước mà bị gió thổi, dao động, chấn động, nổi sóng. Giống như tâm mình cũng dao động liên tục, như vậy thì trao hồi liên tục, thì cũng không nhớ được.

[Nguyên nhân] thứ năm:

Lại nữa, này Bà-la-môn, (5) **trong khi trú với tâm bị nghi hoặc xâm chiếm, bị nghi hoặc chi phối, và không như thật biết sự xuất ly khỏi nghi hoặc đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy không như thật biết và thấy sự lợi ích của mình; trong khi ấy, không như thật biết và thấy sự lợi ích của người; trong khi ấy, không như thật biết và thấy sự lợi ích cả hai.** Cho nên, các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Tóm lại là cũng quên luôn những gì đã học rồi và những gì không học, *nguyên nhân thứ năm là bị nghi [chi phối]*. Tâm mình [có] nghi. Nghi điều gì? Nghi thì có nhiều thứ nghi lắm: Thứ nhất là nghi pháp. Nói về thế gian thì có những điều mình nghi, nghi ngờ người này, nghi ngờ người kia, nghi không biết việc này làm đúng hay không? Đó là nghi thế gian. Còn nghi xuất thế gian là nghi không biết pháp mình tu đúng chưa, nghi không biết thầy mình giảng đúng chưa, nghi không biết là mình tu có đắc tạo hay không, tu có được hay không v.v... đủ thứ nghi. Tâm mình trú trong những sự nghi đó nhiều thì cũng làm giảm trí nhớ, quên.

Có những người bị cả năm bệnh trên cũng nặng, cho nên học gì cũng quên, học đâu quên đó. Quý vị thấy rõ ràng, mặc dù học pháp điều phục tâm rồi, tu hành có phương pháp hết rồi, mà không thực hành. Suốt ngày chỉ có lo học pháp thôi thì chẳng có lợi ích nhiều lắm. Tại vì sao? Bởi vì cuối cùng cũng quên, cho nên là không có tác dụng.

Đức Phật lấy ví dụ:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước bị khuấy động, khuấy đục, khuấy bùn, đặt trong bóng tối.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm khuôn mặt của mình, không thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, khi trú với tâm bị nghi hoặc (nghi) xâm chiếm, bị nghi hoặc chi phối... còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng. (Tóm lại là bị nghi cũng vậy, nguyên nhân là như thế).

Rồi Đức Phật kết luận:

Đây là nhân, đây là duyên, này Bà-la-môn, có khi các chú thuật được học thuộc lòng lâu ngày lại không thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật không được học thuộc lòng.

Tóm lại là Năm triền cái, đúng không ạ? Năm Triền cái này, chúng ta học hết rồi. Ví dụ này, chúng ta đã dạy ở bài đầu rồi, lúc đầu của bộ giảng này, nhưng không có nói kỹ thôi, chỉ nói tóm tắt.

Năm triền cái là: Tham; Sân; Hôn trầm, Thụy miên; Trạo hối và Nghi ngờ. Năm triền cái đó làm cho trí nhớ mình giảm, ai trú trong đó nhiều thì trí nhớ càng

giảm. Những gì học thuộc lòng sẽ bị quên, huống hồ chỉ không học thuộc lòng. Cho nên phải tu Tứ niệm xứ, tâm đang tham phải biết là tâm đang tham, tâm đang sân thì biết tâm đang sân, tâm đang hôn trầm thì biết là hôn trầm, tâm trạo cử thì biết là tâm trạo cử, tâm đang nghi ngờ thì biết là tâm nghi ngờ. Mình bỏ những điều đó ra, mình luôn an trú. Mình tu Tứ niệm xứ rồi Thất giác chi hay là tu Thiền chỉ, Thiền quán thì sẽ đỡ hơn. Chúng ta thấy là Đức Phật dạy rất cụ thể. Bài học này cho người đời cũng áp dụng được, đúng không ạ?

- Đây Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị dục tham xâm chiếm, không bị dục tham chi phối, lại như thật rõ biết sự xuất ly của dục tham đã khởi lên; trong khi ấy, người ấy như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật không được học thuộc lòng lâu ngày được nhớ đến, còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Đoạn này là Đức Phật nói ngược lại thôi, nên Thiện Trang sẽ đọc nhanh. Khi đó, nếu làm ngược lại, tức là không bị tham dục [chi phối], thì Đức Phật nói ‘các chú thuật không được học thuộc lòng lâu ngày được nhớ đến, còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng’. Tức là khi đó trí nhớ mình rất tốt, cho dù không được học thuộc lòng thì lâu ngày vẫn nhớ được. Còn nếu học thuộc nữa thì tốt, tất nhiên [sẽ] nhớ.

Tóm lại câu hỏi này vòng vòng vậy, nhưng rút ngắn lại chỉ có hai vấn đề thôi: *Một là trí nhớ tốt thì làm sao, hai là trí nhớ không tốt thì làm sao? Nếu muốn trí nhớ tốt thì quý vị hãy làm một việc, đó là đừng để tham, sân, hôn trầm, thụy miên, đừng có để trạo hối, đừng để nghi ngờ, thì trí nhớ mình sẽ tốt thôi. Còn nếu mình dính vào trong đó thì trí nhớ mình không tốt. Nói gọn lại thì bài kinh này chỉ có thể thôi.*

Ở đây, Đức Phật là lấy ví dụ ngược lại:

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước không trộn lẫn với thuốc gôm lắc, hay màu đỏ tía, hay màu xanh, hay màu vàng.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, có thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị dục tham xâm chiếm... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Lại nữa, này Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị sân xâm chiếm... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước không được lửa đun sôi, không sôi lên sùng sục, không sôi lên cuộn cuộn.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, có thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị sân xâm chiếm, không bị sân chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Lại nữa, này Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, không bị hôn trầm thụy miên chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước không bị rong rêu che phủ.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, có thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm không bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, không bị hôn trầm thụy miên chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Lại nữa, này Bà-la-môn, khi trú với tâm không bị trạo hối xâm chiếm, không bị trạo hối chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước không bị gió thổi, không bị dao động, không bị chấn động, không bị nổi sóng.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, có thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm không bị trạo hối xâm chiếm, không bị trạo hối chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Lại nữa, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm không bị nghi hoặc xâm chiếm, không bị nghi hoặc chi phối... còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Ví như, này Bà-la-môn, **một bát nước trong tĩnh, trong sáng, không bị khuấy động, đặt giữa ánh sáng.** Ở đây, một người có mắt muốn ngắm bóng mặt của mình, có thể như thật biết và thấy được. Cũng vậy, này Bà-la-môn, trong khi trú với tâm không bị nghi hoặc xâm chiếm, không bị nghi hoặc chi phối và như thật biết sự xuất ly khỏi nghi hoặc đã khởi

lên; trong khi ấy, người ấy như thật biết và thấy lợi ích của mình; trong khi ấy, như thật biết và thấy lợi ích của người; trong khi ấy, như thật biết và thấy lợi ích cả hai. Cho nên, các chú thuật không được học thuộc lòng lâu ngày được nhớ đến, còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Năm [ví dụ] này, quý vị chỉ cần nắm [chữ màu đỏ] thôi. Kinh văn, lời dài nhưng ý thì ngắn.

Đây là nhân, đây là duyên, này Bà-la-môn, có khi các chú thuật không được học thuộc lòng lâu ngày lại có thể nhớ đến được, còn nói gì các chú thuật đã được học thuộc lòng.

Bài kinh này nếu mà tóm tắt chỉ ngắn thôi đúng không ạ? Năm triền cái là: Tham dục; Sân hận; Hôn trầm, Thụy miên (tức là buồn ngủ đờ đờ người, hơi yếu yếu, cứ dật dờ dật dờ); thứ tư là Trạo hối (tức là tâm lăng xăng liên tục, nghĩ tùm lum); và thứ năm là Nghi ngờ. Năm yếu tố đó gọi là Năm triền cái, sẽ làm giảm trí nhớ của mình. Ai mà thoát ra được thì sẽ không bị. Và muốn tu điều đó thì hãy tu Tứ niệm xứ, ở đây thì Đức Phật nói tổng quát hơn là tu Thất giác chi.

Có bảy Giác chi này, này Bà-la-môn, không chướng ngại, không triền cái, không làm uế nhiễm tâm, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến chứng ngộ quả minh và giải thoát. Thế nào là bảy? Niệm giác chi, này Bà-la-môn, không phải là chướng ngại, triền cái, không

làm uế nhiễm tâm, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến chứng ngộ quả minh và giải thoát...

Tức là Đức Phật không chỉ nói như vậy mà Đức Phật giới thiệu cho ông Bà-la-môn này phương pháp để tu giải thoát luôn. Tức là để trí tuệ sáng suốt và không chỉ như vậy mà giải thoát luôn, chính là [tu] Bảy giác chi. Đầu tiên, Đức Phật nói là Niệm giác chi; thứ hai là Xả giác chi, tiếp tục nói một hồi là nói đủ Bảy giác chi. Ở đây là do lời tóm tắt lại, chúng ta thấy rõ ràng là tu Bảy giác chi.

Bảy giác chi này, mình cũng biết rồi đúng không? Thứ nhất là Niệm giác chi; thứ hai là Trạch pháp Giác chi; thứ ba là Tinh tấn Giác chi; thứ bốn là Hỷ giác chi; thứ năm là Khinh an Giác chi; thứ sáu là Định giác chi; và thứ bảy là Xả giác chi. Ở đây, chúng ta chỉ cần biết như vậy thôi.

Xả giác chi, không phải là chướng ngại, Triền cái, không làm uế nhiễm tâm, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến chứng ngộ quả minh và giải thoát. Bảy Giác chi này, này Bà-la-môn, không phải là chướng ngại, Triền cái, không làm uế nhiễm tâm, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa đến chứng ngộ quả minh và giải thoát.

Khi được nói vậy, Bà-la-môn Saṅgārava bạch Thế Tôn:

- Thật vi diệu thay, bạch Thế Tôn!... từ nay cho đến mạng chung, con trọn đời quy ngưỡng. (Tức là ông xin quy y với Đức Phật. Quy y tức là nương tựa theo Phật pháp).

**((46.55)Saṅgārava (AN 5.193, AN 5.203, SF 186, SF 124) - Kinh
Tương Ưng Bộ).**

Tức là ở chương thứ 46, bài kinh thứ 55, quý vị có thể tìm thấy trong Kinh Tương Ưng Bộ. Thật ra trong Kinh Tăng Chi cũng có ở bài kinh 193, phẩm Năm Pháp, hoặc 203 ở phẩm Năm Pháp. Những bài kinh đó cũng tương tự.

Thiện Trang tóm tắt lại, thật ra ngắn gọn thôi, không cần dài dòng lắm.

Tóm Tắt Nguyên Nhân Làm Cho Giảm Trí Nhớ Theo Kinh 46.55 trong Kinh Tương Ưng		
TT	Nguyên Nhân	Ví Dụ của Phật
1	Tâm bị tham dục xâm chiếm, chi phối	Một bát nước trộn lẫn với thuốc nhuộm
2	Tâm bị sân xâm chiếm, chi phối	Một bát nước được lửa đun sôi
3	Tâm bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, chi phối	Một bát nước bị rong rêu che phủ
4	Tâm bị trạo hối xâm chiếm, chi phối	Một bát nước bị gió thổi, dao động, nổi sóng
5	Tâm bị nghi xâm chiếm, chi phối	Một bát nước bị khuấy động, khuấy đục, khuấy bùn...
*Phương pháp để sáng suốt và giải thoát: Tu Thất giác chi (Niệm, Trạch, Tinh tấn, Hỷ, Khinh an, Định, Xả)		

Có năm nguyên nhân, đó là Năm triền cái:

1. Tâm bị tham dục xâm chiếm, chi phối. Ví dụ của Đức Phật là một bát nước trộn lẫn với thuốc nhuộm. Còn không, quý vị khỏi cần nhớ ví dụ này cũng được. Nhớ ví dụ này tốt ở chỗ là khi quý vị làm việc gì thấy nước là quý vị nhớ, là mình đừng để như vậy.

2. Tâm bị sân xâm chiếm, chi phối. Ví dụ là một bát nước được lửa đun sôi lên. Tâm sân thì giống như nước được lửa đun sôi.

3. Tâm bị hôn trầm thụy miên xâm chiếm, chi phối. Giống như nước bị rong rêu che phủ.

4. Tâm bị trạo hối xâm chiếm, chi phối. Giống như một bát nước bị gió thổi, dao động, nổi sóng.

5. Tâm bị nghi xâm chiếm, chi phối. Giống như một bát nước bị khuấy động, khuấy đục, khuấy bùn...

Thật ra chúng ta chỉ cần tránh được: Tham, Sân, Hôn trầm, thụy miên, Trạo hối và Nghi, tránh được điều này thì chúng ta sẽ có trí tuệ. Và phương pháp để sáng suốt và giải thoát, đó là tu Thất giác chi (Niệm giác chi, Trạch [pháp] Giác chi, Tinh tấn Giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an Giác chi, Định giác chi, Xả giác chi).

Những điều này thì chúng ta học rồi. Nếu quý vị không nhớ thì Thiện Trang nhắc lại. Khi nào tu điều nào trong Bảy giác chi đó, Đức Phật có chia ra hai trường hợp:

(1) *Khi tâm mình đang yếu đuối (tức là đang hơi buồn ngủ, mệt mệt, đờ đờ, không hoạt động tốt) thì hãy tu Niệm giác chi, Trạch pháp Giác chi, Tinh tấn Giác chi và Hỷ giác chi. Niệm giác chi* tức là mình phải tu Tứ niệm xứ, ghi nhớ mọi thứ. **Trạch pháp Giác chi** tức là mình biết pháp nào đúng, pháp nào sai, cái nào là chánh, cái nào là tà, cái nào là thiện, cái nào là [ác]. Tức là mình phải chọn ra để mình thực hành, các pháp thiện thì mình tăng trưởng, chưa sanh thì cho sanh, sanh rồi thì cho tăng trưởng. Còn [pháp] ác thì dừng lại, nếu ác chưa làm thì đừng làm. Đó là Trạch pháp Giác chi. Còn **Tinh tấn Giác chi** tức là thực hành Trạch pháp Giác chi tốt hơn, mạnh mẽ lên. **Hỷ giác chi** là làm sao cho mình cảm thấy dễ chịu, hoan hỷ.

(2) *Còn khi tâm mình đang trạo cử, hối quá, trạo cử tầm lum, dao động nhiều, tâm không yên thì hãy tu bốn giác chi: Niệm giác chi, Khinh an Giác chi, Định giác chi và Xả giác chi. Niệm [giác chi]* thì lúc nào cũng tu cả, chỉ có ba pháp đằng trước [Trạch pháp Giác chi, Tinh tấn Giác chi, Hỷ giác chi] là tu khi tâm mình đang yếu đuối, đang buồn ngủ. Còn ba pháp đằng sau [Khinh an Giác chi, Định giác chi, Xả giác chi] thì tu khi tâm mình đang mạnh mẽ quá, vọng tưởng nhiều quá. **Khinh an** là làm sao cho cơ thể mình nhẹ nhàng, ví dụ tắm cũng là một phương pháp đúng không ạ? Đi dạo cũng vậy. Đó là

tu **Xả** [giác chi] hoặc là Khinh an Giác chi. Còn **Định** giác chi là mình phải tu Thiền chỉ, [tu] các đề mục Thiền chỉ.

Như vậy rất rõ ràng rồi đúng không ạ? Chúng ta học, quý vị thấy thật ra giáo pháp Nguyên thủy Đức Phật giảng đi giảng lại cũng có mấy điều đó thôi, nói đi nói lại nhưng có tác dụng đó rất lớn, học tới đâu là có tác dụng tới đó. Còn Đại thừa, học thì nói cao siêu nhưng thực hành không được, thực hành không có lợi ích mấy. Còn [học giáo pháp Nguyên thủy] thì lợi ích rất nhiều. Như vậy, nếu quý vị chưa hiểu về Thất giác chi thì quý vị tìm lại mấy bài cũ nha, ở đây chúng tôi không có thời gian để giảng lại, Bảy giác chi này cũng dài lắm.

Bây giờ, chúng ta vào mục thứ ba của ngày hôm nay là:

Lợi ích của tu Thiền chỉ, Thiền Quán

(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

Bài này hấp dẫn, để nói là tu Thiền chỉ, Thiền quán có lợi ích rất lớn.

Nếu chỉ trong thời gian búng ngón tay, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo tu tập Thiền thứ nhất (Sơ thiền), thì vị này, này các Tỷ-kheo, được gọi là một Tỷ-kheo trú Thiền không phải uổng phí, đã làm theo lời dạy bậc Đạo sư, là vị chịu nghe lời giáo giới, ăn đồ ăn quốc độ không phải vô ích, còn nói gì vị ấy làm cho sung mãn Thiền ấy.

Quý vị thấy đã không ạ? Tu thiền đó! Ai khinh thường tu Thiền chỉ, Sơ thiền thôi nha, Đức Phật nói nếu chỉ trong thời gian như búng ngón tay, thời gian ngắn vậy thôi, mà tu tập Thiền thứ nhất là Sơ thiền, thì vị đó được gọi là ‘trú Thiền không phải uổng phí, đã làm theo lời bậc Đạo sư (là làm theo lời Phật dạy rồi đó), là vị chịu nghe lời giáo giới’. Chứ không phải như người bây giờ, đặc biệt Đại thừa, chê mấy Thiền này, nói Ngũ âm ma mù lù, đó là phỉ báng Đức Thế Tôn. Vì sao? Đức Phật nói trong khoảng búng ngón tay thôi, thời gian ngắn như vậy mà mình tu được Sơ thiền (đây giống như Sát-na định, định được có một chút à) là trú Thiền không uổng phí rồi, đã làm theo lời bậc Đạo sư là Phật, là vị chịu nghe lời giáo giới. Còn những người không thực hành theo đó là ma thôi, chứ không thể nào là con Phật được đúng không? Và ‘ăn đồ ăn quốc độ không uổng phí’, tức là mình ăn đồ ăn không uổng phí. ‘Còn nói gì vị ấy làm cho sung mãn Thiền ấy’, nếu mình tu nhiều nữa thì quá tuyệt vời, phước báo.

Cho nên mình tu như vậy là tu đúng chưa? Rất đúng lời của Đức Thế Tôn đúng không ạ? Cho nên Đức Phật dạy sao thì mình thực hành theo đó, mình chớ nghe người đời sau, người đời sau họ tu không được. Thực ra họ tu Thiền không được, họ không biết Thiền là gì cho nên họ nói càn, chứ nếu biết rồi thì quý vị thấy chính Đức Phật nói như vậy. Đó Thiền thứ nhất, là Sơ thiền thôi đó nha! Nếu Nhị thiền thì đằng sau nói:

Nếu chỉ trong thời gian búng ngón tay, này các Tỷ-kheo, vị Tỷ-kheo tu tập Thiền thứ hai (Nhị thiền)... Thiền thứ ba (Tam thiền)...

Thiền thứ tư (Tứ thiền)... tu tập Từ tâm giải thoát... tu tập Bi tâm giải thoát... tu tập Hỷ tâm giải thoát... tu tập Xả tâm giải thoát... thì vị này, này các Tỷ-kheo, **được gọi là một Tỷ-kheo trú Thiền không phải uổng phí, đã làm theo lời dạy bậc Đạo sư, là vị chịu nghe lời giáo giới, ăn đồ ăn quốc độ không phải vô ích, còn nói gì vị ấy làm cho sung mãn Thiền ấy.**

Tu Thiền chỉ thôi mà Đức Phật khen ngợi cỡ đó, cho nên người đời nay chịu khó tu Thiền đi! Quý vị thấy một chút thôi, một cái búng móng tay tu tập Thiền thôi mà đã được khen ngợi như vậy, hưởng hồ chi nếu mình tu lâu, mình trụ được trong Thiền đó một tiếng, hai tiếng hoặc nửa tiếng, 15 phút là quá công đức, quá phước báo. Quý vị thấy không? Rất tuyệt vời! Ở đây chưa hết đâu, Đức Phật nói cả tu Thiền quán, tu Tứ niệm xứ nữa.

Nếu vị ấy trú quán thân trên thân (là tu quán Tứ niệm xứ), nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời... quán thọ trên các cảm thọ... quán tâm trên tâm... quán pháp trên các pháp (tức là Tứ niệm xứ), nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời... thì vị này, này các Tỷ-kheo, được gọi là một Tỷ-kheo trú Thiền không phải uổng phí, đã làm theo lời dạy bậc Đạo sư, là vị chịu nghe lời giáo giới, ăn đồ ăn quốc độ không phải vô ích, còn nói gì vị ấy làm cho sung mãn Thiền ấy.

Cho nên Tứ niệm xứ cũng quá tuyệt vời, quý vị thấy không ạ? Đức Phật cũng khen ngợi như vậy.

***(Kinh (1.394-484) -18. Phẩm Acharāsaṅghāta: Acharāsaṅghātavagga –
Kinh Tăng Chi Bộ).***

Đức Phật khen ngợi như vậy đó, mà thời nay mình chê tu Thiền. Quý vị thấy không? Đức Phật khen ngợi [rất] tuyệt vời. Cho nên ráng tu để được lợi ích của Thiền (lợi ích của Thiền chỉ, Thiền quán). Một lần nữa, Đức Phật khen ngợi, chúng ta tin vào lời trong kinh Nguyên thủy rất tuyệt vời.

Đó là ba vấn đề rồi. Vấn đề thứ tư là tu tập. Một lần nữa, chúng ta muốn vào Sơ quả Tu-đà-hoàn thì hãy vượt qua ranh giới chỗ này. Và đây là một bài mà Thiện Trang thấy là mọi người tu, đặc biệt những đồng tu Tịnh Độ rớt vào rất nhiều. Đề mục tiếp theo là:

Cho Rằng 'Tự Mình Làm, Tự Mình Chịu' Là Rơi Vào Thường Kiến

(Theo Kinh Tạp A Hàm)

Ở đây, quý vị thấy không ạ? Hồi xưa mình học, hay nghe nói là ‘tự mình làm, tự mình chịu’ đúng không ạ? Nhưng Đức Phật nói trong kinh, đó là rơi vào Thường kiến. Và ai rơi vào Thường kiến thì thôi rồi, là Tà kiến đó. Thường kiến là một trong 62 Tà kiến của ngoại đạo. Như vậy thì quý vị không thể nào chứng quả được. Cho nên phải học để giải Thường kiến đó, hoặc là Tà kiến về điều này, tà kiến về điều kia. Thường kiến hay là Đoạn kiến đều là Tà kiến. Theo Kinh Tạp A Hàm nha, thật ra Kinh Nikaya cũng có bài kinh tương tự như thế này.

Tôi nghe như vậy: Một thời, Đức Phật ở tại xóm Điều-ngưu, Câu-lưu-sâu. Bấy giờ có một Bà-la-môn đến chỗ Phật. Sau khi cùng Đức Thế Tôn đón chào vui vẻ, ông ngồi qua một bên, bạch Phật:

“Bạch Cù-đàm, thế nào, tự mình làm và tự mình cảm thọ chẳng?”
(Tức là tự mình làm và tự mình chịu. Cảm thọ là chịu lại kết quả đó chẳng?)

Đức Phật bảo Bà-la-môn :

“Ta nói điều này không khẳng định. Tự mình làm và tự mình cảm thọ, điều này không được khẳng định”.

Mình thì cho là tự mình làm, rồi tự mình cảm thọ lấy, tức là tự mình cảm nhận kết quả. Quý vị nhớ Hòa thượng Tịnh Không hay nói vậy mà: “Tự mình làm, tự mình chịu, không ai thay thế được”. Nhưng không phải! Đức Phật nói không khẳng định. Đó mới ngược đời đó! Cho nên sau khi học kinh Nguyên thủy, nhiều bài kinh chứ không phải một bài kinh, nhiều bài kinh đều nói như vậy, thì ngược hoàn toàn. Ví dụ bây giờ mình làm việc gì đó, như sát sanh, rồi nói sau này tôi sẽ nhận quả báo. Nếu quý vị chấp vào đó là quý vị sai rồi. Không phải như vậy, Đức Phật không khẳng định như vậy. Tại sao như vậy thì từ từ chúng ta sẽ học.

Ông Bà-la-môn này [cũng] hay, Đức Phật cũng thường giảng cho các vị Bà-la-môn. Bà-la-môn nào tới cũng được, ngoại đạo nào tới cũng được.

Bà-la-môn hỏi:

“Bạch Cù-đàm, người khác làm (A) và người khác (B) cảm thọ chẳng?”

Đức Phật bảo Bà-la-môn :

“Người khác [A] làm và người khác [B] cảm thọ; điều này không khẳng định”.

Ở đây có một quan niệm khác, Đức Phật cũng không khẳng định. Tức là mình làm, xong rồi người khác nhận kết quả của mình. Đây là nói về Đoạn kiến. Đoạn kiến tức là đời này mình làm nghiệp, rồi đời sau không phải mình nhận kết quả. Giống như mình đi giết con gà, đời sau người khác nhận kết quả của mình, là bị người khác giết lại. Điều đó không đúng, điều đó vô lý, cũng không phải nhân quả của nhà Phật. Cho nên người khác làm, rồi người khác cảm thọ, thì điều này Đức Phật cũng không khẳng định. Thiện Trang cho thêm chữ [A], [B] vô, tức là một người làm, một người nhận, hai người đó không liên quan tới nhau, thì không phải.

Bà-la-môn bạch Phật:

“Tôi hỏi, tự mình làm và tự mình cảm thọ chẳng? Ngài đáp không khẳng định. Tôi hỏi, người khác (A) làm và người khác (B) cảm thọ chẳng? Ngài đáp không khẳng định, nghĩa này như thế nào?”

Chúng ta cũng thấy ngược đời, hồi xưa đọc vô điều này thì quý vị cũng thấy kỳ, hình như ngược. Mình làm thì mình chịu chứ, Đức Phật cũng không khẳng định. Nếu không phải mình làm thì người khác làm, rồi mình chịu

phải không? Kiểu vậy đó! Cũng không phải, không đúng! Hai điều đó không đúng, vậy Đức Phật nói thế nào? Phật giáo hay vậy đó.

Đức Phật bảo Bà-la-môn:

“Nếu nói tự mình làm và tự mình cảm thọ (chịu) thì sẽ rơi vào Thường kiến; Nếu nói người khác (A) làm và người khác (B) cảm thọ (chịu) thì sẽ rơi vào Đoạn kiến. (Quý vị thấy không? Một là Thường kiến, hai là Đoạn kiến). **Thuyết nghĩa, thuyết pháp là lìa hai bên này (tức là lìa cả Thường Kiến và Đoạn kiến). Ta thuyết pháp ở nơi trung đạo. Tức là nói rằng: ‘Cái này có nên cái kia có, cái này khởi nên cái kia khởi, duyên Vô minh nên có Hành... (Tức là nói về vòng 12 Nhân duyên) cho đến tập khởi khối lớn thuần khổ. Nếu Vô minh diệt thì Hành diệt..., cho đến việc khối lớn thuần khổ bị diệt’.** (Tóm lại là nói về vòng 12 Nhân duyên, do cái này có nên cái kia có, do cái này khởi nên cái kia khởi).

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

(Kinh 338- Tha- Kinh Tạp A Hàm).

Thiện Trang đảm bảo quý vị nghe xong thì quý vị cũng không hiểu, tại vì sao? Vì mình quá quen với Thường kiến và Đoạn kiến, chứ mình không quen với Lý nhân duyên của nhà Phật. Thiện Trang phân tích lại, quý vị chỉ cần nhớ dòng chữ đỏ này thôi: “Nếu nói tự mình làm và tự mình cảm thọ (tự mình chịu) thì sẽ rơi vào Thường kiến; Nếu nói người khác (A) làm và người

khác (B) cảm thọ (chịu) thì sẽ rơi vào Đoạn kiến”. Vậy tại sao lại như vậy? Thì Đức Phật nói vòng 12 Nhân duyên.

Ở đây, chúng ta sẽ phân tích dựa trên điều này. Bây giờ sẽ đưa ra bảng này:

Quan điểm	Sai ở chỗ
Tự mình làm – tự mình chịu	Gán nghiệp cho một ngã thường hằng tự làm và chịu nghiệp (Thường kiến)
Người khác (A) làm – người khác (B) chịu	Cắt đứt quan hệ nhân quả (Đoạn kiến)
Hai quan điểm trên đều không phải duyên khởi của Đức Phật.	

Chúng ta sẽ phân tích dựa theo quan điểm thứ nhất, là ‘tự mình làm, tự mình chịu’ sai ở chỗ nào? Sai ở chỗ quý vị đã gán nghiệp cho một ngã thường hằng, tự làm và tự chịu. Nghiệp đó là Thường kiến. Điều này chúng ta học nhiều lắm rồi, nếu bữa nay mà quý vị không hiểu nữa thì cũng hơi buồn đó. Tức là không có một tự ngã rốt ráo là ta. Mình là gì? Quý vị tạo nghiệp phía trước, rồi quý vị nói đời này tôi tiếp nhận nghiệp đời trước tôi làm. Quý vị nói như vậy đúng hay sai?

Nếu quý vị nói như vậy, thì quý vị chỉ sống trong cõi Trời, cõi Người thôi, chứ quý vị không chứng quả A-la-hán được đâu, không chứng quả Tu-

đà-hoàn được đâu. Vì quý vị rớt vào Thường kiến rồi. Thường kiến là có một cái ngã thường hằng, cho nên tự làm tự chịu, chịu lại nghiệp đó.

Còn thực tế là không có một tự ngã thường hằng, mà chỉ là dòng tâm sanh diệt đời trước làm. Đức Phật nói chúng sanh là thừa tự của nghiệp thôi. Tức là mình đời này là do Danh sắc (Sắc là thân thể vật lý này, Danh là Thọ, Tưởng, Hành, Thức), khi chết thì cả Ngũ uẩn đó diệt và sanh ra một cái mới, nó chỉ kế thừa của nghiệp thôi. Cho nên không phải là ta. Vì vậy, mình nói mình nhận tiếp nghiệp đời trước vào là không đúng. Đó là sai! Nếu như vậy là mình chấp vào cái ngã thường hằng. Cho nên đó là một điều mà rất nhiều người học Đại thừa bị rơi vào đó, cứ nghĩ mình thường hằng, thì mình bị rớt vào Thường kiến mất rồi.

Quý vị hiểu không ạ? Nói rất nhiều lần rồi, [quý vị xem lại] nha. Thức này diệt, thức kia sanh, ví dụ một người này chết rồi, đầu thai vào loài Súc sanh, thì thật ra là thức ở cõi Người diệt và thức ở cõi Súc sanh sinh. Như vậy Thức là gì? Thức gồm có cái biết của mình trên Sáu căn: cái biết của tai, cái biết của mắt, cái biết của mũi, cái biết của lưỡi, cái biết của thân và cái biết của ý (ý là suy nghĩ của mình). Nương theo Thức mà có Danh sắc là Thọ, Tưởng, Hành. Do như vậy mà mình không phải là mình ngày xưa. Thiện Trang đã lấy ví dụ này rất nhiều, giống như trái xoài sau khi chôn xuống, nó ra cây xoài mới, và những trái xoài mới không phải trái xoài ngày xưa. Cho nên mình nói 'trái xoài này và trái xoài ngày xưa' là mình rơi vào một cái ngã

thường hằng, như vậy không đúng. Cho nên nếu có quan điểm đó là rơi vào Thường kiến.

Có đồng tu không hiểu, rồi [hỏi]: “Thế làm ác không chịu quả báo?” Không phải không chịu, mà người chịu đó không phải là mình, mà mình chỉ là kẻ tọc dòng tâm, nghiệp. ‘Chúng sanh là thừa tự của nghiệp’ tức là có nghiệp trước, rớt ra nghiệp sau. Nếu cứ nói làm ác không phải chịu quả, là rớt vào cái sau, là ‘người khác (A) làm và người khác (B) chịu’. Nếu quý vị nói ‘làm xong, đời sau không có chịu quả’, là sai nữa. Vì đó là rớt vào Đoạn kiến, cắt đứt quan hệ nhân quả, tôi làm chứ người khác kia không làm. Tức là cả hai quan điểm này đều không đúng. Tại vì sao? Ai mà hiểu điều này như thật là sẽ chứng Sơ-quả Tu-đà-hoàn.

Trường hợp thứ hai, nếu quý vị tách ra nói: ‘vậy trái xoài này và trái xoài kia không liên quan gì tới nhau. Tức là người này và người kia không liên quan gì tới nhau’, vậy thì sai nhân quả. Mà chúng sanh là thừa tự của nghiệp, có nghĩa là vẫn phải chịu nghiệp đó. Nhưng định nghĩa chúng sanh là Danh (Thọ, Tưởng, Hành, Thức) và Sắc. Như vậy không phải là chúng ta đó, mà lại là một chúng [sanh] khác. Nó chỉ kế thừa nghiệp mà thôi, dòng tâm đó thôi. Chính vì vậy, không phải là người này làm mà người khác chịu, nó cũng [có] liên quan với nhau. Chính bởi vì sự giả, ảo tưởng. Thật ra trong vòng luân hồi, là một sự ảo tưởng về cái ta, mình cho rằng có một cái mình đi trong suốt cuộc đời, từ đời này qua đời khác. Đó là mình chấp vào Thường kiến.

Còn điều thứ hai là mình nghĩ rằng: ‘Chết là hết rồi, đời sau người khác sanh ra chẳng liên quan gì tới mình’, đó là rớt vào Đoạn kiến. Cho nên hai quan điểm đó đều sai, đều là Tà kiến, nằm trong 62 Tà kiến của ngoại đạo, được Đức Phật đưa ra trong Kinh Phạm Võng của Kinh Trường Bộ.

Không phải như vậy nha! Quý vị nhớ *'nó chỉ là kế thừa một phần, đó là kế thừa nghiệp, chính là kế thừa dòng tâm thức. Còn mỗi đời ta có một cái thân hoàn toàn mới, không chỉ cái thân không, mà Thọ, Tưởng, Hành, Thức (Sáu thức) hoàn toàn mới'*. Bởi vì cứ sanh rồi diệt, sanh rồi diệt, nó bám theo. Và chúng ta khi nào còn quan niệm ảo tưởng rằng: Đời quá khứ là ta, đời tương lai là ta và hiện tại là ta. Đây là mình bị trói buộc trong vòng luân hồi. Khi nào mình phát hiện ra: À! Nó chỉ là dòng tâm thức đó, và mình đừng mong sự hiện hữu nữa, thì coi như là khát ái được đoạn tận.

Có ba ái: Dục ái là sự yêu thích ở cõi Dục. Sắc ái là sự yêu thích ở Sắc giới. Vô sắc ái là sự yêu thích ở cõi Vô sắc. Ái hết thì dòng luân hồi chấm dứt, tức là *'ái tận tức Niết-Bàn'*. Quý vị hiểu như vậy thì quý vị tu được, còn không hiểu được thì mình tu, mình chỉ gieo duyên thôi, đời này chưa chứng được quả, thì phải chờ đến gặp cao thủ hơn, hoặc là đợi tu đến lúc nào đó hiểu ra thì chứng. Hoặc có thể đời này chứng, nhưng hiện tại chưa chứng được. Hiểu như vậy thì mình mới tu, còn không, mình lo tu Thiền chỉ, Thiền quán thì dần dần có những giây phút mình hiểu ra được như vậy, đến lúc nào hiểu là xong.

Cái sai ở đây là ‘tự mình làm và tự mình chịu’ là gán nghiệp cho một cái ngã thường hằng, là tự làm tự chịu, là Thường kiến. Cho nên là không đúng! Tức là ta đời trước và ta hiện tại không phải là một ta. Nhớ! Bởi vì sao? *Bởi vì chúng sanh, mỗi đời Ngũ uẩn thay đổi, không giống [đời trước]. Cho nên không phải như vậy.* Và nếu mình nói ‘đời sau không có liên quan gì tới đời trước luôn, thì rơi vào trường hợp thứ 2. Như vậy là mình cắt đứt quan hệ nhân quả, là rớt vào Đoạn kiến’. Mà phải thế này: Tuy mình không phải là chúng sanh đó, nhưng nó kế thừa dòng nghiệp, dòng tâm đó. Tức là do mình khởi ra dòng tâm đó, nó chạy suốt, và dòng tâm đó còn sanh khởi thì còn trong vòng 12 Nhân duyên. Và do còn trong vòng 12 Nhân duyên cho nên còn luân hồi.

Quý vị hiểu chưa ạ? Không hiểu thì cứ từ từ tu rồi hiểu. Nghe đây là lần thứ mấy rồi đó, mỗi lần rõ hơn một chút. Và đến một lúc nào đó thì quý vị sẽ rõ ràng, gọi là thấy như thật. Và thấy như thật là Tu-đà-hoàn rồi đó, là thấy đường rồi đó, là Kiến tánh hay gọi là Kiến đế (ngôn ngữ Thiền tông gọi là Kiến tánh, Minh tâm Kiến tánh là vậy đó). Chứ còn không, thì tu cũng được, cũng có phước báu, cũng sanh lên cõi Trời, cõi Người là ok. Tin được Phật pháp, tu theo Phật pháp thì sinh vào cõi Trời, cõi Người. Và đợi khi nào gặp cao thủ hơn, gặp Phật hay gặp ai đó cao thủ điểm vô [là được]. Có thể do đời này quý vị bị chướng ngại gì đó, quý vị không hiểu được rất ráo chỗ đó. Có thể do mình đầu thai bằng tâm Nhị nhân hay gì đó, bị chướng ngại. Hoặc là Thiện Trang không đủ lực để khai thị cho quý vị. Quý vị có thể chưa

hiếu, cứ tu đi, đến lúc nào đó, có thể trong đời này hoặc là đời nào đó, sẽ thành tựu. Tóm lại là hiếu chưa ạ? Không hiếu thì cứ nghe đi nghe lại.

Đây là bài kinh cực kỳ ngắn trong Kinh Tạp A Hàm, ai mà hiếu là đủ để chứng quả đó. Nói tóm lại là ‘tự mình làm, tự mình chịu’ là Thường kiến. Còn cho rằng ‘người khác làm, người khác chịu’, tức là mình không có liên quan đến nghiệp xưa, thì là Đoạn kiến. Và hai điều đó đều là giáo pháp của ngoại đạo, không đúng. Đức Phật nói là: Do cái này sanh nên cái kia sanh, do cái này có nên cái kia có, do cái này diệt nên cái kia diệt. Tóm lại, do Vô minh mà có Hành, có Hành duyên Thức, đó là Đức Phật nói vòng dễ nhất cho chúng ta hiếu. Cho nên ai hiếu rồi là xong, hiếu mà thấy như thật nha.

Tiếp theo, để cho rõ hơn, [chúng ta] học thêm một bài nữa:

Làm Sao Đoạn Ngã Kiến?

(Theo Kinh Tạp A Hàm)

Tôi nghe như vậy: Một thời, Đức Phật ở tại vườn Cấp-cô-độc, rừng cây Kỳ-đà, nước Xá-vệ. Bấy giờ, có Tỳ-kheo đi đến chỗ Phật, đánh lễ sát chân Phật, rồi bạch Phật:

“Bạch Thế Tôn, biết thế nào, thấy thế nào để lần lượt Ngã kiến được đoạn trừ, Vô ngã kiến phát sanh?” (Vấn đề nằm ở đây, Ngã kiến [là] mình chấp vào ngã đó. Muốn Vô ngã và hiếu được điều này, thì bài kinh này giải quyết vấn đề đó. Vô ngã kiến là một khái niệm ngược lại của Ngã kiến).

Đức Phật bảo Tỳ-kheo kia:

“Đối với mắt mà chánh quán vô thường. Sắc, Nhãn thức, Nhãn xúc, cảm thọ với thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là Nhãn xúc, kia chánh quán là Vô ngã. Cũng vậy, cho đến, cảm thọ với thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc, phát sanh bởi nhân duyên là ý xúc, kia chánh quán là vô ngã.

Này Tỳ-kheo, biết như vậy, thấy như vậy, sẽ lần lượt Ngã kiến được đoạn trừ, Vô ngã kiến [được] phát sanh”.

Tỳ-kheo kia sau khi nghe những gì Đức Phật đã dạy, hoan hỷ làm lễ mà lui.

(Kinh 204. Ngã Kiến Đoạn - Kinh Tạp A Hàm).

Nếu quý vị không hiểu được đoạn kinh trên, thì Đức Phật cung cấp (Thiện Trang nói lại thôi) là đoạn Ngã kiến bằng cách nào? Thật ra quý vị chỉ cần quan sát như sau: ‘Đối với mắt mà chánh quán vô thường’, quý vị biết con mắt này của mình không tồn tại mãi mãi lâu dài. Mình chỉ thấy trên hiện tượng đó là có và mất, tức là đời này và đời sau, thân thể mình luôn luôn thay đổi, mất cũng vậy. Đối với Nhãn thức (tức là cái biết của mắt), rồi Nhãn xúc (là những gì mắt tiếp xúc), từ đó sanh ra ba thọ: thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc, thì phát sanh do duyên từ con mắt và sự tiếp xúc đó mà ra, thì mình hiểu đó là Vô ngã.

Cũng tương tự như vậy, mình quán với các căn còn lại, đó là: Tai, mũi, lưỡi, thân và ý. Khi quán thường xuyên như vậy, thì dần dần Ngã kiến của mình được đoạn trừ. Đức Phật nói như vậy, [đó là] tiệm tu. Cho nên [hãy] quán Vô thường.

Giống như hồi nãy, có đồng tu nào nói: ‘Dạ con hiểu, nhưng chưa xong được, [thưa] Sư’. Thì đúng rồi! Quý vị hiểu là hiểu qua trí văn, phải hiểu được qua trí tu thì mới được. Trí văn, trí tử, rồi sau đó mới trí tu. Khi nào thấy như thật là phải trí tu. Đây có một cách nè! Là quán Vô thường. Hoặc là tu Tứ niệm xứ, tu Thiền chỉ, tu Thất giác chi v.v... Tu đến lúc nào đó bừng sáng ra, đem [những] kiến thức mà mình học [từ] nãy giờ đó biến thành cái thấy như thật, tức là mình thấy: À! Hoá ra mình không phải là ông thầy ngày xưa, ở đời trước nào đó, v.v... Còn quý vị bắt đầu ảo [tưởng] thì quý vị chấp vô.

Thật ra, nói trên Chân đế khác với Tục đế. Tục đế thì mình nói: đời xưa, quá khứ tôi sống ở đâu đó, tôi là người gì đó. Ở đời đó, tôi làm Thiền sư, tôi làm cái này cái kia. Đó là mình nói trên ngôn ngữ Tục đế. Nếu mình chấp như vậy, ngồi Thiền mà mình thấy như vậy, mình nói như vậy, thì thật ra là mình chấp vào Ngã kiến. Còn nếu quý vị thấy đúng rồi đó, thì [nghĩ]: À! Hoá ra đời trước là một ông thầy đó, ngồi trên núi tu như vậy, giảng pháp như vậy, ăn uống như vậy, có những bà con như vậy... Nhưng đó đâu phải là mình đâu, mà chỉ là dòng nghiệp hồi đó mình bám vào cái thân thể đó, với Thọ, Tưởng, Hành, Thức đó, nó khác với bây giờ. Bây giờ chỉ là kế thừa

nghiệp, ‘chúng sanh là thừa tự của nghiệp’. Vì vậy, nói là mình thì không đúng, mà nói không phải mình thì cũng không đúng hoàn toàn. Tức là nói kiểu nào cũng không đúng hoàn toàn. Cho nên chỉ là dòng nghiệp liên tiếp nhau.

Vì vậy, nếu chấp vào cái bất biến không đổi, là ông thầy ngày xưa ngồi trên núi tu như vậy là mình, thì mình chấp vào Thường kiến. Và mình nói ông thầy đó không phải là mình, thì rớt vào Đoạn kiến. Nếu mình hiểu rằng: mình là dòng tâm chạy qua đó, và dòng luân hồi thực tế là mình bị ảo giác tạo ra. Ảo giác có nghĩa là gì? Là mình bị chấp vào trong đó, mình nghĩ là như vậy, và do mình nghĩ như vậy cho nên mình vẫn mong tái sanh ở đời sau. Khi thân thể này chết, mình luôn luôn khát khao tìm một thân thể mới. Mà chúng sanh trong cõi Dục là mong tìm cảnh giới trong cõi Dục, nên gọi là Dục ái.

Còn chúng sanh tu Thiền, mà đắc Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền hoặc là tu Tứ vô lượng tâm, thì họ không chấp yêu thích vào cảnh cõi Dục này, mà họ thích ở trên đó, như vậy thì họ dính vào Sắc ái. Cho nên khi họ chết, họ lại theo nghiệp thức đó kéo họ sanh về đó. Tức là vẫn vướng vào cái ngã, nhưng cái ngã này đỡ hơn một chút thôi. Và chúng sanh cõi Vô sắc cũng vậy, cũng bị vướng vào đó. Cho nên khi không thấy được vấn đề “ta là ai, ta là gì”, tức là chưa thấy được Vô ngã, thì vẫn còn luân hồi. Cho nên chỉ khi nào Vô ngã thì mới Niết-Bàn thôi.

Người nào chứng quả Tu-đà-hoàn thì họ thấy được Vô ngã. Nhưng họ thấy thôi, chứ họ vẫn chưa không chế được hoàn toàn, họ cần có thời gian để không chế. Còn A-la-hán là thấy đúng như thật 100%, cho nên là không chế được và giải quyết luôn sanh tử trong một đời.

Thật ra có nhiều pháp tu, quý vị có thể tu Tứ niệm xứ, ở đây Đức Phật nói tu theo quán Vô thường. Cho nên quý vị nhớ: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý, mình quán làm sao biết từng cái đó. Rồi duyên tiếp xúc của từng [căn] đó và các thọ nữa, tất cả mình quán được là Vô thường. Ai hiểu điều đó, [mà] quán được và có niềm tin như vậy, thì người đó được gọi là Tùy tín hành. Và nếu ai có kham nhẫn Thiền quán mạnh hơn chút, thì người đó gọi là Tùy pháp hành. Và người thực hành được một phần nữa, là vượt qua Tùy pháp hành, Tùy tín hành, đó chính là Tu-đà-hoàn. Rồi từ đó vượt lên nữa, thì người đó là Tư-đà-hàm, vượt lên nữa thì là A-na-hàm, và vượt lên một cách rốt ráo thì là A-la-hán. Cách nói nào cũng vậy thôi, Phật giáo chỉ có bấy nhiêu đó, ai hiểu được thì đi. Còn nếu chưa hiểu được thì cứ từ từ mà đi. Cho nên ai hiểu được, mà tin được thôi đó, là sẽ đi như vậy.

Còn nếu nói rốt ráo, thật ra con người là sát-na sanh diệt, không có thật đâu quý vị. Tức là không thật, không giả. Nếu nói giả thì cũng không đúng. Nếu nói là ảo giác như hồi xưa mình học bên Hoà thượng nói, thì cũng không đúng. Mà [phải] nói là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức sanh diệt liên tục, quý vị hiểu không? Dòng tâm sanh diệt liên tục, và không những dòng Tâm mà dòng Sắc cũng sanh diệt liên tục. Trong Vi Diệu Pháp nói là trong 17 sát-na

tâm, lúc đó là một sát-na sanh diệt của Sắc. Thân thể của mình bị ảnh hưởng bởi 4 thứ: bị ảnh hưởng của thời tiết, bị ảnh hưởng bởi tâm, bị ảnh hưởng bởi nghiệp, và bị ảnh hưởng bởi thức ăn. [Tóm lại], Sắc không phải do tâm sanh không [thôi], mà do nghiệp, do thời tiết, do thức ăn, bốn điều đó làm cho thay đổi liên tục. Tức là 17 sát-na tâm (chúng ta học qua 17 sát-na đó rồi) thì lúc đó một sát-na của thân thể này (sát-na Sắc) sanh diệt, cho nên nó liên tục thay đổi. Ta không phải là ta quá khứ, ta không phải là [ta] hiện tại, ta không phải là [ta] của vị lai, bởi vì mình bất khả đắc. Cho nên Kinh Kim Cang mới nói là: **“Quá khứ bất khả đắc, vị lai bất khả đắc, hiện tại bất khả đắc. Tam tâm bất khả đắc”**. Nhưng đó chỉ nói Tâm thôi, thậm chí phải nói là: ‘Tam Sắc bất khả đắc, tam Thọ bất khả đắc, tam Tưởng bất khả đắc và tam Hành bất khả đắc’. Nói chung là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức quá khứ bất khả đắc, hiện tại bất khả đắc, vị lai bất khả đắc, vì nó liên tục, liên tục thay đổi.

Và do chúng ta không hiểu được điều đó, chúng ta không thấy nó như thật, cho nên chúng ta chấp, đóng khung nó vào, mình nghĩ đó là tự ngã thường hằng và Ngũ uẩn thường hằng. Như vậy chúng ta sẽ luân hồi theo nó. Cho nên khi chết, lúc nào nó cũng cố gắng bám theo. Vì bám theo nên nó không sanh được chỗ này thì phải sanh vào chỗ khác, không sanh vào loài người thì chui vào Súc sanh, chui vào Ngạ quỷ, chui vào Địa ngục, chui lên cõi Trời. Nó liên tục [như vậy]. Đó là do ảo tưởng về ngã. Cho nên trong kinh, Đức Phật nói là ảo tưởng về ngã. Vì vậy, ai tu muốn ra khỏi sanh tử thì có thể đi theo con đường đó.

Tất nhiên nghe một lần chưa ngộ, nghe nhiều lần thì sẽ hiểu hơn. Hiểu rồi thì hiểu từ sự hiểu của Trí văn chuyển sang sự hiểu của Trí tư. Hiểu trí tư là mình suy nghĩ, mình tự hiểu, rồi sau đó sanh ra trí tu là thấy như thật. Thấy như thật là thành công nha. Đó là chia sẻ [như vậy].

Thật ra giáo pháp của Đức Phật chỉ đúc kết bấy nhiêu đó thôi, nói cho nhiều [thì cũng chỉ] như vậy thôi. Cho nên cách để tránh chạy theo đó, là: **“Ủng vô sở trụ, nhi sanh kỳ tâm”**. Đó là không nên chấp vào đâu hết, không vướng vào đó. Đừng cho đó là ngã, không thấy đó là tự ngã, tức là đó không [phải] là ta. Sắc không phải là ta, Thọ cũng không phải ta, Tưởng cũng không phải là ta, Hành cũng không phải là ta, Thức cũng không phải là ta. Nó chỉ là dòng sanh diệt liên tục, liên tục, và nó nhanh quá [nên] mình bị lừa. Nó liên tục sanh ra, liên tục diệt đi, liên tục sanh ra, liên tục diệt đi. Nó quá nhanh như vậy nên mình không thấy được. Khi mình hiểu thì mình tách ra. Nếu không hiểu được một cách rốt ráo, hiểu từ từ thì cũng giải thoát từ từ. Bài kinh này là nói như vậy đó. [Như vậy] đã chia sẻ xong.

Ở đây, có người bình luận: *‘Có thể hiểu là một công ty nghiệp ông CEO A. Thức mất đi thì thay ông CEO B Thức mới sinh. Hai ông A và B khác nhau, nhưng đều kế thừa công ty. Con hiểu đúng không ạ?’* Một ví dụ quá hay! Tức là một công ty nghiệp, Giám đốc công ty (ông Chủ tịch hay lãnh đạo nhưng mình nói Giám đốc cho dễ) chết đi, thì ông Giám đốc khác thế vào tiếp theo, nhưng vẫn kế thừa sự nghiệp [của] công ty. Đúng! Ví dụ này quá hay! Đó, chúng sanh luân hồi là vậy. Cho nên nói ông Giám đốc trước với ông giám đốc sau

là một hay là hai? Nói là một [ông] thì là sai, là mình chấp vào tự ngã thường hằng, vì không có ông giám đốc nào mãi mãi. Thứ hai, nếu nói là hai [ông] thì cũng không đúng. Vì thật ra là ông kế thừa tiếp tục nguyên những gì công ty để lại, và công ty đó là công ty nghiệp. Quý vị thấy ví dụ này rất hay! Cảm ơn một người đã đưa ra một ví dụ cực kỳ hay.

Một người hỏi nữa: *‘Dạ thưa thầy, vậy mình của hôm qua sẽ khác với mình của hôm nay’*. Dạ đúng! Thọ, Tưởng, Hành, Thức và ngay cả Sắc, Sắc của mình cũng không giống [lúc trước]. Như vừa rồi Thiện Trang nói, nó không phải chỉ ngày hôm qua đâu, mà nó liên tục thay đổi. Chính vì vậy, sát-na trước có thể là phàm phu, nhưng sát-na sau là Thánh nhân. Có thể sát-na trước là một người khỏe mạnh, nhưng sát-na sau là người đau ốm, nó thay đổi rất nhanh. Và sự thay đổi đó âm thầm chuyển hóa trong đó, mà mình không biết thôi, cho nên nó liên tục thay đổi.

Bây giờ, chúng ta học Vi Diệu Pháp, tới phần Lộ trình tâm chiêm bao (nằm mơ)

Lộ trình tâm chiêm bao (nằm mơ)

1. Định nghĩa:

Mộng là chuỗi nhiều lộ trình tâm thuộc Ý môn khởi lên trong lúc ngủ, dựa trên cảnh quá khứ hoặc khái niệm...; khi thức dậy, do tưởng

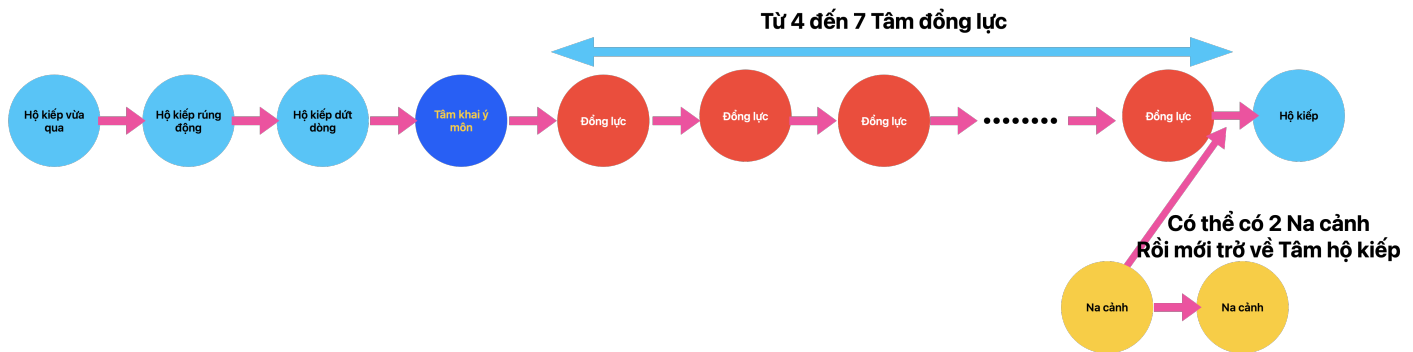
(saññā) và khái niệm hóa (paññatti), các lộ trình rời rạc ấy được lắp ghép và được nhớ như một ‘giấc mộng’.

Đây là định nghĩa theo Vi Diệu Pháp. Định nghĩa này cố gắng ngắn gọn nhất rồi đó. Tức là mộng (hay mơ) là một Lộ trình tâm thuộc Ý môn. Mình học hai Lộ trình tâm: là Ngũ môn và Ý môn. Ngũ môn bắt đầu từ năm giác quan, nhưng khi ngủ thì tất nhiên không [bắt đầu] từ năm giác quan, mà chỉ còn cửa ý thôi. Cửa ý khởi lên trong lúc ngủ thì dựa trên cảnh của quá khứ, vì dòng tâm của chúng ta có thể truy xuất được quá khứ. Và những khái niệm, ví dụ như thiện ác, gia đình, tình yêu, tiền bạc, nghiệp chướng gì đó v.v... hằng ngày mình có khái niệm đó, và khi đó lắp ghép lại, nó chạy trong đó. Thật ra nó chạy bình thường thôi, nhưng do khi mình thức dậy thì tưởng của mình lắp ghép dòng đó lại và đưa ra những khái niệm. Nó tự lắp ghép lại và khái niệm hóa lên, những lộ trình rời rạc, rời rạc xa vời đó trở thành như một câu chuyện có thật. Cho nên gọi là giấc mộng.

Quý vị hiểu không ạ? Nói với quý vị hay mộng, ví dụ mộng thấy đi thi, lúc đang làm bài thi, gần nộp bài rồi thì tự nhiên mất. Rồi tự nhiên quý vị thấy đi tìm cái gì đó v.v... Thật ra là nó rời rạc, những Lộ trình tâm đang khởi lên trong giấc mộng. Khi ngủ là Tâm hộ kiếp, rồi nó khởi lên Lộ trình tâm. Những điều đó như vậy, như vậy, rời rạc thôi, nhưng khi tỉnh dậy thì mình ghép nối lại thành một giấc mơ, mình tưởng đó là một câu chuyện và một giấc mộng. Cho nên giấc mơ không phải lúc nào cũng đúng, và không phải lúc nào cũng phản ánh sự thật. Ở đây chúng ta cứ từ từ học tiếp.

Lộ trình tâm chiêm bao (nằm mơ) như sau (Theo Vi Diệu Pháp thì Lộ trình tâm như thế này).

Lộ trình tâm chiêm bao (nằm mơ).



Từ tâm Hộ kiếp vừa qua (tức là trước đó [có] Hộ kiếp) -> rồi Hộ kiếp rung động -> Hộ kiếp dứt dòng -> Tâm khai Ý môn (tức là Tâm khai mở ra cửa ý) -> rồi sau đó chạy hoặc là 4 [Tâm đổng lực] hoặc nhiều nhất là 7 Tâm đổng lực (Tâm đổng lực thì chúng ta học rồi, có thể là Tâm tham, Tâm sân, Tâm si, (8 Tâm tham, 2 Tâm sân, 2 Tâm si hoặc là 8 Tâm đại thiện)), chạy dòng Tâm đổng lực đó -> sau khi chạy [xong] thì trả về Tâm hộ kiếp. Còn nếu cảnh đó quá mạnh, ví dụ thấy cảnh sân lên, rất là sân, [hoặc] sợ hãi bị ma rượt, bị bắn gì đó, sợ chạy thì sẽ xuất hiện 2 Na cảnh chèn vô đẳng sau Tâm đổng lực -> rồi mới tới Hộ kiếp. Nên có thể 2 Na cảnh nữa rồi mới trở về Tâm hộ kiếp.

Những dòng như vậy cứ chạy lặp lại hoài. Thì khi tỉnh dậy mình tự động lắp ghép những điều đó lại thành những câu chuyện, thành ra mình tưởng là có một giấc mơ gì đó... mơ chuyện này, chuyện kia. Mình tưởng [là] câu chuyện, nhưng thật ra quý vị coi kỹ những chuyện đó lại, thường thì không logic lắm, đang thế này thì [lại] chụp qua cái kia. Bởi vì dữ liệu trong tâm

mình bốc ra không đúng, nên chụp cái này qua cái kia, chụp được cái nào thì chụp, nhưng mình thấy một câu chuyện cũng kéo dài. Cho nên đôi khi giấc mơ đem ra giải thì giải không nổi, nhưng có khi đúng. Đúng là vì lặp lại dữ kiện trong quá khứ nào đó, nên đôi khi cũng trúng một chút. Đó là như vậy nha!

Cho nên tại sao mình thấy trong giấc mơ. Tóm lại giấc mơ là lặp lại Lộ trình tâm như trong [sơ đồ] này. Nhiều nhất là 13 sát-na tâm, nếu không thì bỏ đi 3 sát-na, còn lại 10 sát-na thôi. Tức là 10 đến 13 sát-na tâm trong giấc mơ, trong một đoạn thôi. Tiếp tục nó chạy, chạy nữa, cho nên thành một giấc mộng dài là do như vậy. Như vậy ở đây chúng ta hiểu tại sao có giấc mơ.

2.Có 4 loại mộng:

a.Mộng do nghiệp quá khứ (kamma-nimitta)

+ **Bản chất:** Do nghiệp đã làm trong quá khứ, cảnh hiện lên là: hình ảnh, âm thanh, cảm giác từng liên hệ đến nghiệp ấy. (Ví dụ như mình thấy những việc mình làm, ví dụ nghiệp hồi xưa đi đá banh, thì bây giờ thấy đi đá banh, đi thi thì thấy đi thi. Đó là do cảnh âm thanh hồi xưa khởi lại. Do dòng tâm trong đó nó quét, kéo lại).

+ **Đặc điểm:** Mộng rõ, mạnh, thường lặp lại, đánh vào thói quen của tâm.

+ **Thường gặp ở:** Người nhiều tham thì mộng dục; Như người nhiều sân thì ác mộng.

+ Đây là loại mộng (tức là giấc mơ) phổ biến nhất.

Quý vị thấy, ai mà mơ thấy tham dục nhiều, ví dụ như những người mà có sắc dục nam nữ nhiều, thì họ nằm mơ thấy cảnh tham dục. Hằng ngày mơ nhiều, tâm đó là nghiệp tham. Cho nên thấy cảnh nữ sắc, nam sắc gì đó. Còn người nhiều sân, thì thấy ác mộng, sợ hãi. Thật ra do những bất mãn, không vừa ý hằng ngày. Cho nên khi tu tâm thanh tịnh thì ít nằm mơ lắm, đó là lý do. Vì vậy quý vị thấy tại sao các bậc A-la-hán không mơ? Là tại vì [các ngài] không còn tham, không còn sân. Đó là loại mộng do nghiệp quá khứ.

b. Mộng do Tưởng - Hành tán loạn (citta-sankhara) (tức là trong Thọ, Tưởng, Hành, Thức thì mình có Tưởng (Tưởng là sự biết; Hành là 50 Tâm sở hay Hành là Thân nghiệp, Khẩu nghiệp, Ý nghiệp, nhưng ở đây là nghiệp ý) có thể [bị] tán loạn).

+ Bản chất: Do suy nghĩ ban ngày, ký ức mới, stress (tức là mình bị stress), lo âu; Không liên quan sâu đến nghiệp mạnh. (Điều này là do ban ngày suy nghĩ, lo âu nhiều quá, rồi stress, khó chịu, thì cuối cùng tối nằm mơ).

+ Đặc điểm: Mộng vụn vặt; Nội dung lộn xộn; Dễ quên sau khi thức. (Điều này không phải là cảnh nghiệp, nên khi mình mơ nó chấp vá tùm lum hết, nội dung lộn xộn, đang cái này thì nhảy qua cái kia. Rồi sau khi thức thì mình dễ quên).

+ Đây là đa số giấc mộng hằng ngày.

Ở trên là tạo nghiệp nhiều, dưới này là do ban ngày suy nghĩ nhiều. Cho nên ai [ban ngày] suy nghĩ lung tung thì tối nằm mơ tùm lum. Nằm mơ ra rồi còn suy nghĩ tiếp, bắt đầu sợ giấc mơ đó có phải là thật hay không v.v... nghĩ tùm lum hết. Thì đó là người có quá nhiều điên đảo, rất là đáng thương! Vì mơ cũng chỉ là mơ thôi.

c. Mộng do thân duyên sinh lý (utu - ahara)

+ **Bản chất:** Do bệnh, ăn uống, nóng lạnh, mệt mỏi. Thân làm duyên dẫn đến tâm bị kích thích.

Ở đây, trường hợp mộng này, là do đôi khi mình ngủ dưới đèn sáng, chói vào mắt v.v... cũng ảnh hưởng đến thân thể, thì cũng thuộc về sinh lý. Hoặc là mình bệnh, mệt quá, hoặc là ăn uống, hoặc là mình đắp mền bị nghẹt cổ, thì [những] hiện tượng đó biến thành những giấc mơ.

+ **Đặc điểm:** Mộng ngắn, thường gắn với: thấy bị rơi, bị đè, khó thở v.v... (Đó là do hiện tượng này).

Cho nên điều này là do duyên của sinh lý, tức là do bệnh. Ngoài trong thân ra thì có thể do bị các yếu tố khác nữa, yếu tố bên ngoài tác động khi ngủ. Ví dụ như bị người ta bóp cổ mình, hoặc là mình đắp mền bị nghẹt thở, thì mình thấy bị nghẹt thở, bị bóng đè là do điều này.

+ **Không có ý nghĩa nghiệp.**

Tức là điều này là do [các yếu tố] này thôi, không có ý nghĩa nghiệp. Còn nghiệp là do hai điều ở trên: Một điều là do tạo nghiệp; một điều là do

suy nghĩ nhiều, thì cũng thuộc về nghiệp. Còn [mộng] này thì không phải nghiệp, mà do sinh lý thôi, duyên với vấn đề sinh lý của thân.

d. Mộng do phi nhân, chư thiên làm duyên (para - upanissaya) (Điều này thì liên quan đến phi nhân, rồi chư Thiên tức là quỷ thần hoặc chư Thiên).

+ **Bản chất:** Phi nhân không tạo mộng mà chỉ làm duyên cho cảnh khởi nơi ý môn tạo thành mộng. (*Khiến Tâm hữu phần (Tâm hộ kiếp) dao động gây ra trình hiện một cảnh nơi ý môn*).

+ **Đặc điểm:** Cảnh rất rõ, có tính "trình hiện" nhưng chỉ xảy ra nếu có nghiệp tương ứng. (Nghiệp quá khứ của người mộng có: cùng loại, cùng khuynh hướng, cùng quả có thể trở với cảnh được trình hiện).

Có nghĩa là mộng này, thật ra không phải do chư Thiên hay Phi nhân làm, không phải họ vào trong mộng mình đâu. Hồi xưa mình học, mình tưởng là vậy, nhưng không phải! Thật ra là họ tác động tới mình, do mình có nghiệp gì đó tương ứng thì mới xuất hiện được, nó trình hiện ra cảnh rất giống thật, cho nên người ta tin. Nhưng thực tế hoàn toàn không phải là họ xuất hiện trong giấc mộng mình đâu, mà chỉ là do nghiệp tương ứng, nên họ tác động tới, làm cho Tâm hộ kiếp của mình dao động, hiện ra cảnh.

+ **Không có nghiệp tương ứng thì không mộng, nên loại này hiếm gặp.**

+ **Ví dụ:** Người nằm mộng thấy chư Thiên báo nên làm việc thiện lành như hãy nghe pháp vị thầy A. Thì có tính tương ứng như sau: (Bây giờ có

người mơ thấy nói hãy nghe pháp thầy A, hay pháp thầy B gì đó, chẳng hạn, thì điều này phải có điều kiện):

- Cùng loại nghiệp: Người đó từng nghe pháp. (Từng nghe pháp thì mới biết, chứ còn nếu chư Thiên báo không liên quan thì không được).

- Cùng khuynh hướng: Người đó có kính tin Phật pháp, có thích nghe pháp.

- Cùng quả: Người đó có căn lành (nghiệp với Phật đạo).

Tức là phải có những yếu tố tương ứng này, thì người đó mới mộng được. Chứ không, thì người đó không có mộng được đâu. Phải có ba điều tương ứng: Cùng loại nghiệp, cùng khuynh hướng, cùng quả. Còn không thì không được. Bây giờ họ bảo mình làm thiện, nghe pháp... Mình thì chưa biết Phật giáo là gì, không biết ông thầy đó ở đâu v.v... thế này thế kia, thì chắc là khó đúng không ạ? Mình không có căn lành, họ có tác động để báo như vậy, nhưng mình không thấy tương ứng, mình thấy mình đâu có liên quan gì đến Phật giáo đâu, là thua rồi. Cho nên là không được.

Chúng ta tạm hiểu nha, tóm lại là [có] 4 loại mộng:

1. Mộng do nghiệp quá khứ.

2. Mộng do tưởng - hành tán loạn (do ban ngày suy nghĩ nhiều quá, lo lắng gì đó).

3. Mộng do thân duyên sinh lý (thân của mình ảnh hưởng tới, bệnh này bệnh kia).

4. Mộng do phi nhân (quỷ, thần) hay chư Thiên làm duyên ra để mộng. Cho nên [loại mộng] thứ 4 này cũng có khi đúng, người ta báo cho.

3. Nghiệp tạo trong mộng:

Dù nghiệp là Thiện hay Bất thiện thì đều là nghiệp yếu (không phải nghiệp mạnh, nghiệp yếu thôi), vì không có Thân hành, không có Khẩu hành, và Tác ý không mạnh. (Không có Thân hành là sao? Tức là mình ngủ trong mơ, mình chỉ có nghiệp của ý thôi, mình đâu có nghiệp của thân, thân đâu có làm gì đâu, ngủ mà. Mặc dù mình thấy thân chạy chạy, đập đập trên giường chứ đâu có chạy đâu. Không có khẩu hành, [vì] chỉ có nói ú ớ thôi, đâu có ra tiếng, nên không tạo nghiệp với ai). **Nên gọi là ý nghiệp nhẹ và không thể là trọng nghiệp, không đủ lực tái sinh.** (Nhớ! Không thể là trọng nghiệp, không đủ lực tái sinh).

Cho nên trong mơ là không có tái sinh, không thể tạo nghiệp để mình đi đâu thai đâu! Hồi xưa, mình nghe những câu chuyện đó, mình sợ, nhưng thực tế không phải. Khi trong mơ, nếu mà tái sinh là chết luôn, thì cảnh đó giống cảnh mơ. Chứ còn chưa chết, thì thật ra nghiệp đó không đủ tạo sức để đi đâu thai đâu. Nó chỉ là duyên thôi, còn nghiệp đó không đủ cho quả đi đâu thai. Giống như mình học bên bài ‘Giới Học Người Cư Sĩ’ đó quý vị, có những nghiệp mình tạo ra đâu có trở quả đi đâu thai vào Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh đâu. Không có!

4. Thời gian trong mộng:

+ Trong mộng mơ cả đời, trong khi thời gian thực chỉ rất ngắn là vì trong mộng: Không có thân, không có thời gian vật lý mà chỉ có dòng tâm. Thành ra Tưởng tạo 'thời gian khái niệm'. Cho nên: Thức dậy thấy mới ngủ 5 phút, nhưng mộng như kéo dài rất lâu.

Quý vị hiểu được điều này thì cũng giúp phá được Ngã chấp về dòng tâm thức của mình. Quý vị thấy, trong mộng thực ra không có thân và cũng không có thời gian vật lý. Tại sao? Vì ngủ mà, chỉ có dòng tâm chạy, cho nên khi Tưởng của mình tái tạo lại, nó hiện ra là 10 năm trước, 100 năm trước, 1000 năm trước gì đó, có khi mơ có chút xíu [mà thành] mơ nguyên cả đời. Ai học Tịnh Độ thì biết [câu chuyện] 'Giấc mộng hoàng lương' đúng không ạ? Tức là có vị đó ngủ gục bên nồi cháo kê vàng, không có gì, ngủ chút xíu thôi, mà mơ cả đời: Đi thi rồi đỗ Trạng nguyên, thấy cái này, thấy cái kia, làm quan hết đời rồi đến già, cáo trạng rồi về quê, v.v... thấy nguyên cả 50 năm. Nhưng thực tế là ông chỉ ngủ gục chút xíu bên nồi cháo kê vàng đó thôi.

Điều đó là do gì? Do trong mộng không có điểm nắm chốt về thời gian vật lý, cho nên dòng tâm chạy, Tưởng muốn tạo thế nào thì tạo, nó muốn đưa chuyện đó vào bao nhiêu năm chả được: 50 năm, 100 năm, 1000 năm gì cũng được hết. Nó đưa cỡ nào thì đưa.

Giống hồi xưa, Thiện Trang nằm mơ, thấy có lần chạy đi tìm Đạo tràng để tu, cuối cùng chạy hoài không tìm [được]. Chạy chỗ này không [tìm] được, chạy chỗ kia không tìm được, kêu: 'Thời Mạt pháp rồi nên không có

chỗ nào để tu'. Đi hết chỗ này đến chỗ kia, không [tìm] được, cuối cùng [đi] trốn nạn, thấy thiên thạch rơi xuống. Hồi đó là mới tu nha, thì thấy vậy. Rồi kêu 'không biết bây giờ Phật giáo đến đâu rồi, bây giờ năm bao nhiêu rồi', về coi lịch mở ra thấy năm 11113 (tức là có bốn con số 1 và một con số 3). Thiện Trang nghĩ thời gian qua qua lâu dữ vậy ha, mới năm 2010 mà bây giờ đã 11113 rồi, chắc pháp Phật sắp diệt rồi, lúc đó trong mơ thấy vậy đó.

Tức là rõ ràng, nó tạo những giấc mộng, nó muốn nắm vào đâu thì nắm. Còn chúng ta hiện tại, tại sao có thời gian? Thời gian là dựa trên thuyết tương đối, đó là ngày và đêm, mặt trời đi hết một vòng, nó lặn thì gọi là một ngày trôi qua. Chúng sanh ở Nam Thiệm Bộ châu (trên địa cầu này) căn cứ vào mặt trời làm ngày, nên mộng tưởng cứ qua thời gian, đó là mình định trong đầu mình một cái tưởng, đó là thời gian. Khái niệm thời gian mình định trên đó lâu quá, mình bị áp chế trên đó lâu quá, thành Thường kiến của mình luôn rồi, cho nên mình bị như vậy. Còn thực ra mình sống trên châu khác sẽ không như vậy, hoặc mình sống ở một nơi khác không có đồng hồ, không có gì, thời gian trôi qua, trôi qua, dòng tâm thức mình nhận khác đi thì không có.

Cho nên ở trời Tứ Thiên Vương, một ngày của họ, họ sống theo định nghĩa khác. Họ cũng thấy một ngày trôi qua là do tưởng của họ, họ tưởng như vậy, đến khi một ngày trôi qua thì ở dưới thế gian là 50 năm. Còn trên [trời] Đao Lợi, một ngày trôi qua, thì so khớp với thế gian là 100 năm. Tương tự ở trời Dạ Ma (tầng trời thứ ba) một ngày của họ thì bằng 200 năm chúng ta. Cứ như vậy, do cái tưởng của mình (chúng sanh) với chư Thiên khác nhau, tưởng quy ước về thời gian giả tạo, cho nên thời gian là một khái niệm

tương đối thôi, không có thật. Do chúng sanh bám theo một quy ước nào đó thì tái tạo thành thời gian, một khái niệm giả lập. Và sống lâu trong giả lập (gọi là thi thiết đó) rồi mình cho đó là thật, gọi là pháp thế gian, không phải là pháp Chân đế. Còn pháp Chân đế là gì? Thực tế không có thời gian kiểu đó, mà thời gian định kiến như vậy. Cho nên khi người ta hiểu ra thì thời gian không phải thật.

Ai hiểu điều này thì mình mới biết: quá khứ vô lượng, vô biên kiếp không thể bắt đầu ở chỗ nào. Quý vị thấy, trong kinh không chỉ chỗ nào là khởi đầu, khởi đầu là điểm giả, nói bao nhiêu kiếp trôi qua, thật ra cũng là giả. Vì mình định nghĩa điều đó là một dòng theo thực tại hay theo một quy trình nào đó, theo một giả lập thi thuyết nào đó, chứ không phải thật. Quý vị hiểu như vậy thì mới phá Thân kiến, phá Ngã chấp dễ hơn.

Kinh Kim Cang nói là **‘vô thọ giả tướng’** là không có tướng thời gian. Khi mình hiểu được thì ra được hết. Kinh Kim Cang cũng là một trong những bộ kinh, tuy là [kinh] Phát triển nhưng cũng có nhiều kiến thức tái tạo tốt từ kinh Nguyên thủy. Cho nên những kiến thức đó cũng chấp nhận được, quý vị hiểu không ạ? Cho nên nếu mình hiểu [như] vậy, thì trong luân hồi, thực tế thời gian v.v... là giả tạo hết. Chính vì vậy, chúng sanh trong cảnh giới nào đó, họ nghĩ đó là một ngày, nhưng thực ra chúng sanh ở cõi khác, do giả lập thời gian khác, khái niệm thời gian khác, quan niệm khác, nên lệch về thời gian. Một ngày ở cõi này bằng bao nhiêu ngày ở cõi kia, bao nhiêu năm ở cõi kia v.v... là do giả lập, vì dòng tâm chạy theo không gian và có vật lý căn cứ.

Giống như bây giờ cho quý vị lên vùng Bắc cực hay Nam cực, ví dụ vùng đó 6 tháng có mặt trời, 6 tháng không có mặt trời. Cho quý vị chỉnh đồng hồ lại, tức là cứ khi nào mặt trời lên đến khi mặt trời lặn, thì quy định là một ngày. Cho quý vị sống ở đó một mình thôi, và có những người khác đều dạy cho quý vị là: “Nhớ khi nào mặt trời lên đến khi mặt trời lặn, là hết một ngày nghe con”. Thì như vậy quý vị sống ở đó một năm (Trái đất), nhưng thực ra quý vị sống có một ngày, đúng không? Mặt trời lên rồi lặn, lặn rồi bao giờ lên lại. Thì khi mặt trời lên, họ tưởng tượng là họ sống ban ngày, đến khi mặt trời lặn, 6 tháng sau mới có lại mặt trời, thì họ nghĩ thời gian đó là ban đêm. Như vậy thì thời gian hoàn toàn do con người quy ước, giả lập thì thiết mà ra. Từ đó, quý vị mới hiểu các cảnh giới chư Thiên, Địa ngục không giống với mình, là do khái niệm họ chế tạo, họ đưa ra khác nhau. Bây giờ chúng sanh trên địa cầu này đưa ngày, đêm căn cứ theo mặt trời là như vậy.

5. Phân biệt mộng báo lúc gần chết:

Một số luận tách riêng: Mộng do Cận tử nghiệp gần lúc chết, Cảnh nghiệp (kamma-nimitta), Sinh thú tướng (gati-nimitta) hiện rõ, là không phải “mộng bình thường” mà có thể dẫn tái sinh. (Điều này do khi chết, có thể có hiện tượng hiện ra):

***Khi chết thì 3 tướng hiện ra ảnh hưởng đến cảnh giới tái sinh: Cảnh nghiệp, Cảnh nghiệp tướng, Cảnh sinh Thú tướng.** (Điều này thì mình học rồi, nhắc lại thôi):

TT	Loại cảnh	Mô tả	Ví dụ
----	-----------	-------	-------

1	Cảnh nghiệp	Chính hành động nghiệp đã tạo	Nhớ lại bố thí, sát sinh...
2	Cảnh nghiệp tướng	Hình ảnh biểu tượng liên quan nghiệp	Thấy dao, chùa, tiền...
3	Cảnh sinh Thú tướng	Báo trước cảnh giới tái sinh	Thấy ánh sáng, thấy vực sâu...

1. Cảnh nghiệp: là chính hành động nghiệp đã tạo ra. [Ví dụ] nhớ lại bố thí, nhớ lại cảnh sát sinh...

2. Cảnh nghiệp tướng: là hình ảnh biểu tượng liên quan nghiệp. Ví dụ như người sát sanh thì thấy dao, người đi tu tập thì thấy chùa, người tham thì thấy tiền...

3. Cảnh sinh Thú tướng: là báo trước cảnh giới tái sinh. Ví dụ thấy ánh sáng, thấy vực sâu. [Ví dụ] thấy ánh sáng thường sanh về cõi Trời, thấy vực sâu thì chắc đoạ, thấy điều này điều kia, thì do những cảnh như vậy.

Điều này thì nhắc lại thôi. Bộ Pháp Tụ là bộ đầu tiên trong 7 bộ Vi Diệu Pháp, thì 4 nguyên nhân sinh ra Sắc pháp, ở đây chúng ta nói lại lần nữa:

Theo Bộ Pháp Tụ (Dhammasaṅgaṇī): bộ đầu tiên trong 7 bộ Vi Diệu Pháp (Abhidhamma) thì 4 nguyên nhân sinh ra Sắc pháp gồm:

(1) Nghiệp sinh sắc (<i>kammaja-rūpa</i>)	Nghiệp lực tạo ra các sắc quan trọng nhất như: 5 căn: nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân; Mạng quyền; Tính nam, tính nữ; Ý vật.
--	---

(2) Tâm sinh sắc (cittaja-rūpa)	Tâm trong mỗi sát-na có thể sinh sắc, như: Nhiệt năng từ tâm; Thân biểu tri (cử động); Ngữ biểu tri (nói năng).
(3) Thời tiết sinh sắc (utuja-rūpa)	Nhiệt độ (nóng/lạnh) sinh ra các sắc: Sắc do môi trường; Sắc do thân nhiệt (nội nhiệt).
(4) Vật thực sinh sắc (āhāraja-rūpa)	Thức ăn nuôi dưỡng và làm tăng trưởng sắc thân.

1. Nghiệp sinh sắc: là Nghiệp lực tạo ra các sắc quan trọng nhất như: 5 căn: Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân; Mạng quyền; Tính nam, tính nữ; Ý vật.

2. Tâm sinh sắc: Tâm trong mỗi sát-na có thể sinh sắc, như: Nhiệt năng từ tâm; Thân biểu tri (cử động); Ngữ biểu tri (nói năng). Quý vị học điều này, để bữa sau sẽ nói về Lộ trình tâm Thần thông, thì chúng ta sẽ hiểu vì sao có Thần thông. Tại sao người ta tu Thần thông là do hiểu được 4 điều này.

3. Thời tiết sinh sắc: Nhiệt độ (nóng/lạnh) sinh ra các sắc: Sắc do môi trường; Sắc do thân nhiệt (nội nhiệt).

4. Vật thực sinh sắc: Thức ăn nuôi dưỡng và làm tăng trưởng sắc thân.

Thật ra, quý vị nhớ, mỗi sắc thân (sát-na sắc) thì sanh diệt chậm hơn sát-na tâm. Trong Lộ trình tâm, chúng ta có 17 sát-na, thì 17 sát-na đó chia nhỏ ra còn 3 cái nữa. Mỗi Tâm đồng lực trở lên thì có 3 thời: lúc thì sanh khởi, lúc trụ, lúc hoại diệt, tổng là 3 lần ($3 \times 17 = 51$ lần). Cả quy trình như vậy (17 [sát-na] hay 51 lần) thì sắc mới thay đổi 1 lần. Cho nên cơ thể mình

thực tế thay đổi liên tục. Vì vậy khi người ta tu có Thần thông là do chỗ đó, khi nào mình học tới thì mình sẽ nói về Thần thông.

Nếu quý vị hiểu ra như vậy, thì thực ra không có gì tự ngã thường hằng hết. Vì ngay cả thân thể mình, hay tâm mình cũng là Thọ, Tưởng, Hành, Thức hết, tất cả đều sanh diệt trong những sát-na như vậy. Chính vì vậy, không có tự ngã thường hằng, mà do mình ảo tưởng, mình chấp vào đó. Tưởng tri của mình sai, mình chấp vào đó, mình cho là tự ngã thường hằng.

Thật ra, mình biết như vậy thôi chứ không làm được, mình biết như vậy là khá rồi, biết như vậy là không chấp, biết như vậy là không mong cầu, không bám vào. Thì người đó đang tu trên con đường Thánh đạo, có thể giải thoát sanh tử trong tương lai.

Hôm nay, chia sẻ chắc hết rồi, lẽ ra phải giới thiệu cho quý vị bảng Nêu nữa, nhưng hết giờ, thôi để bữa khác. Bữa nay nghe nhiều quá thì quý vị cũng không nhớ. Hẹn quý vị hôm khác, chúng ta cứ học từ từ. Cứ nghe đi, nghe một thời gian rồi thực hành Thiền chỉ, Thiền quán. Thực hành nhiều thì sẽ hiểu, hiểu ra rồi ngộ ra từ từ. Hồi xưa các Thiền sư toàn là ấn chứng, như vậy là ‘Minh tâm Kiến tánh’, nghe hiểu cái là ấn chứng liền. Nhưng thời nay không có ai ấn chứng, và mình không biết là ấn chứng có đúng không. Chỉ có điều là ráng tu, khi nào thấy như thật thì tự mình biết, biết được một phần thì giải thoát được một phần, biết được mười phần thì giải thoát được mười phần. Vậy thôi!

Chúng ta hôm nay tạm dừng ở đây, mời quý vị, chúng ta hồi hướng.