Tinh Hoa Kinh Luận Nguyên Thủy

Bài 72

Giảng giải: Thầy Thích Thiện Trang

Giảng ngày: 28.01. 2026

Phát trực tiếp trên Kênh YouTube Thích Thiện Trang

https://www.youtube.com/watch?v=9OgLprzBbA8

mạng xã hội Facebook, Fanpage Thích Thiện Trang:

https://www.facebook.com/suthaythichthientrang

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Kính chào toàn thể quý vị đồng tu! Hôm nay là thứ Tư, chúng ta học về Tinh Hoa Kinh Luận Nguyên Thủy, bài 72. Cũng như mọi khi, chúng ta bắt đầu về một câu chuyện trong kinh. Mời quý vị theo dõi trên màn hình.

Ở bài 72 này, chúng ta bắt đầu bằng một câu chuyện trong Kinh Tăng Nhất A Hàm:

Bốn Người Chết Trong Một Ngày, Nhưng Sanh Thú Khác Nhau

(Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)

Tôi nghe như vầy: Một thời, Đức Phật trú tại vườn Cấp-cô-độc, rừng cây Kỳ-đà, nước Xá-vệ cùng với chúng đại Tỳ-kheo năm trăm

người.

Lúc ấy trong thành Xá-vệ, có một Ưu-bà-tắc vừa mạng chung và lại sinh trong nhà đại Trưởng giả tại thành Xá-vệ. Vị phu phân lớn nhất mang thai. Thế Tôn dùng Thiên nhãn thanh tịnh không tỳ vết để xem; thấy Ưu-bà-tắc này sinh trong nhà Trưởng giả giàu nhất thành Xá-vệ. Ngay ngày đó, lại có Bà-la-môn thân hoại mạng chung sinh trong Địa ngục. Thế Tôn cũng dùng Thiên nhãn xem thấy. Cũng ngay ngày đó, Trưởng giả Cấp-cô-độc mạng chung, sinh cõi thiện, lên trời. Thế Tôn cũng dùng Thiên nhãn xem thấy. Ngay ngày hôm đó, cũng có một Tỳ-kheo chứng nhập Niết-bàn, Thế Tôn cũng bằng Thiên nhãn mà nhìn thấy.

Trong một ngày đó, có bốn người ở thành Xá Vệ [mạng chung]. Quý vị thấy, bốn người này sanh thú khác nhau: Một người là Ưu-bà-tắc, tức là nam Cư sĩ tại gia mạng chung và sanh trở lại vào nhà đại Trưởng giả trong thành đó, vị phu nhân lớn nhất mang thai. Có nghĩa là người Cư sĩ tu có phước báo, thì trở lại đời sau cũng làm người giàu có. Cũng trong ngày đó, Đức Phật thấy một vị Bà-La-môn, là một vị tu theo ngoại đạo thân hoại mạng chung, sanh vào Địa ngục. Đức Phật cũng thấy một người nữa rất nổi tiếng, là [ông] Trưởng giả Cấp-cô-độc mạng chung sanh lên cõi Trời. Và một vị Tỳ-kheo thì nhập Niết-Bàn.

Quý vị thấy không ạ? Có nghĩa là bốn người cùng một thành, cùng một thời đại, cùng chết một ngày, nhưng sanh thú khác nhau. Đó là do gieo

nhân khác nhau, nên quả khác nhau. Người gieo nhân nào thì gặt quả nấy: Tỳ-kheo gieo nhân đạt đến chứng nhập Niết-Bàn, cho nên nhập Niết-Bàn; Vị ngoại đạo Bà-la-môn thì gieo nhân đọa lạc bởi vì Tà kiến, thì đi vào Địa ngục; Ông Cấp-cô-độc vừa là Cư sĩ tại gia vừa tu phước cho nên sanh cõi Trời; Còn một vị Cư sĩ tại gia khác thì trở lại làm người. Quý vị thấy rõ ràng sự khác nhau về sanh thú. Cho nên nếu chúng ta có sự tu tập thì sanh thú sẽ khác nhau.

Chúng ta nghe tiếp bài kinh này:

Bấy giờ, Thế Tôn thấy bốn việc này rồi, liền nói kệ này:

Nếu người thọ bào thai,

Hành ác vào Địa ngục;

Người lành sinh lên trời.

Vô lậu nhập Niết-bàn.

Nay người hiền thọ thai.

La-môn vào Địa ngục.

Tu-đạt sinh lên trời.

Tỳ-kheo thì diệt độ.

Đức Phật nói về bốn nhân: Người hiền thì thọ thai; Bà-la-môn thì đọa vào Địa ngục; Tu-đạt (tức là ông Cấp-cô-độc) thì sinh lên trời; và Tỳ-kheo thì diệt độ.

Bấy giờ, Thế Tôn rời Tĩnh thất, đến Giảng đường Phổ Tập mà ngồi. Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

"Nay có bốn việc mà nếu người tu hành theo thì khi thân hoại mạng chung sẽ được sinh trong loài người. Thế nào là bốn? Người mà thân, miệng, ý và mạng thanh tịnh không tỳ vết, lúc mạng chung sẽ được sinh trong loài người.

Quý vị để ý! Tức là Đức Phật thấy chuyện đó rồi nên Đức Phật mới nói với các vị Tỳ-kheo. Vậy thì làm sao để [sau khi thân hoại] mạng chung được sanh vào loài Người? Đức Phật nói là tu tập bốn điều là: thân, miệng, ý và mạng thanh tịnh không tỳ vết, thì lúc mạng chung sanh được sanh vào loài Người. Cho nên phải cố gắng giữ thân tạo nghiệp tốt; miệng nói lời tốt, không tạo nghiệp; ý không nghĩ tầm bậy là tham, sân, si; và mạng là nuôi đời sống thanh tịnh, thì sanh làm người.

Này Tỳ-kheo, lại có bốn pháp mà ai tập hành, người đó sẽ vào trong Địa ngục. Thế nào là bốn? Thân, miệng, ý, và mạng không thanh tịnh. Đó là, này Tỳ-kheo, có bốn pháp này mà ai thân cận thì khi thân hoại mạng chung sẽ sinh vào trong Địa ngục.

Cho nên nhớ! Ở đây [Đức Phật nói] thân, miệng, ý. [Đối với] nhiều người thì điều này khó, ý thì nghĩ lung tung, tâm thì toàn trú trong tham, sân, si mà cũng không biết. Cho nên chúng ta mới tu tập Tứ niệm xứ, để tham, sân, si khởi lên là mình biết liền. Thân, miệng, ý rồi mạng không thanh tịnh thì đọa vào Địa ngục.

Lại nữa, này Tỳ-kheo, lại có bốn pháp mà nếu ai tu tập hành theo thì sẽ sinh cõi lành, lên trời. Thế nào là bốn? Bố thí, nhân ái, lợi người, đồng lợi. Đó là, này Tỳ-kheo, ai hành pháp này, khi thân hoại mạng chung sẽ sinh cõi lành, lên trời.

Muốn lên trời thì Đức Phật chỉ nói đơn giản, nhân là: Bố thí, nhân ái (là có lòng yêu thương người), làm lợi cho người và đồng lợi. Đây là Tứ nhiếp pháp đó. Tứ nhiếp pháp là cùng đồng mang lại lợi ích cho người ta. Bố thí thì được rồi; nhân ái là yêu thương người; rồi làm lợi người; và đồng lợi (cũng gọi là đồng sự) là cùng người ta làm những việc tốt, thì sẽ được sanh lên cõi Trời.

Lại nữa, này Tỳ-kheo, lại có bốn pháp nếu ai tập hành theo, khi thân hoại mạng chung, diệt tận Hữu lậu, thành tựu Vô lậu, Tâm giải thoát, Tuệ giải thoát, như thật biết rằng, sinh tử đã dứt, Phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, không còn tái sinh nữa.

Tiếp theo Đức Phật nói về bốn pháp để tu tập đạt đến Niết-Bàn, giải thoát, không còn tái sanh nữa.

Thế nào là bốn? Thiền có tầm có tứ [Sơ thiền] (tức là Sơ thiền đó quý vị. Tại vì có bài kinh trước nói rất rõ rồi nên Thiện Trang đánh luôn vào là Sơ thiền. Bữa sau chúng ta sẽ giới thiệu lại về bài kinh đó)**; Thiền không tầm, không tứ [Nhị thiền]; Thiền xả niệm [Tứ thiền]; Thiền khổ lạc diệt [Tam thiền]** (ở đây xếp bị lộn). **Đó là, này Tỳ-kheo, có bốn pháp này, nếu ai tu tập thực hành theo đó thì sẽ diệt tận Hữu lậu, thành tựu**

Vô lậu, tâm giải thoát, tuệ giải thoát, như thật biết rằng, sinh tử đã dứt, Phạm hạnh đã lập, việc làm đã xong, không còn tái sinh nữa.

Ở đây, Đức Phật không nói tu tập về Thiền quán, mà chỉ nói về tu tập Thiền chỉ. Tuy nhiên, chúng ta phải hiểu, tu [Thiền chỉ] thì tất nhiên cũng phải có chút Thiền quán ở trong đó, thì mới đắc được. Chứ nếu tu Thiền chỉ không [thôi], [dù] có vô Tứ thiền thì cũng không được [giải thoát].

Thế nên, này các Tỳ-kheo, thiện gia nam tử trong bốn bộ chúng, muốn sinh trong loài người, hãy tìm cầu phương tiện hành thân, miệng, ý, mạng thanh tịnh. (Nếu chúng ta muốn sanh trong loài Người thì thân, miệng, ý, mạng thanh tịnh). **Nếu muốn được sinh lên cõi Trời, cũng hãy tìm cầu phương tiện hành bốn ân huệ.** (là Tứ nhiếp pháp: Bố thí, nhân ái, lợi người, đồng sự (đồng lợi)). **Nếu muốn được hết Hữu lậu, thành tựu Vô lậu, tâm giải thoát, trí tuệ giải thoát, cũng hãy tìm cầu phương tiện hành bốn thiền. Như thế, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này".**

Bấy giờ, các Tỳ-kheo nghe Đức Phật dạy xong, hoan hỷ phụng hành.

(Kinh Số 7 – Phẩm Tăng Thượng Thứ 31 – Kinh Tăng Nhất A Hàm).

Cho nên quý vị thấy, quan trọng nhất là phải tu điều gì? Ngoài tu thân, miệng, ý, mạng thanh tịnh, rồi chúng ta cũng phải tu Thiền. Cho nên việc tu Thiền cũng quan trọng lắm! Đời nay, ít người chú ý tới việc tu Thiền chỉ.

Đó là phần thứ nhất. Chúng ta tiếp tục vào phần thứ hai, phần này cũng quan trọng:

Bốn Hạng Người Về Nghe Pháp

(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

Chúng ta thường nghe pháp, thì quý vị nghe pháp như thế nào? Ở trong bài kinh này, Đức Phật đưa ra có bốn hạng người về nghe pháp. Nếu chúng ta nghe xong, coi chúng ta rơi vào hạng người nào. Nếu mình rơi vào hạng người tốt, được Đức Phật khen ngợi là ok. Còn nếu mình rơi vào hạng người không được khen ngợi, thì đó là mình đang tu có vấn đề. Giờ chúng ta vào phần này:

- Có bốn người này, này các Tỷ-kheo, có mặt, hiện hữu ở đời. Thế nào là bốn? (1) Nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên; (2) Nghe ít, điều đã được nghe được khởi lên; (3) Nghe nhiều, điều đã được nghe không khởi lên; (4) Nghe nhiều, điều đã được nghe có khởi lên.

Có bốn hạng người nghe pháp: Một là người nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên. Hai là người nghe ít, điều đã được nghe khởi lên. Thứ ba là hạng người nghe nhiều, điều đã được nghe không khởi lên. Và thứ tư nghe nhiều, điều đã được nghe có khởi lên.

Bây giờ chúng ta giải thích các từ ngữ đó. Tại vì đây là kinh Nguyên thủy, Đức Phật giải thích cho chúng ta rồi, nên chúng ta chỉ cần coi Đức Phật giảng tiếp thôi.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là người nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có hạng người được nghe ít về Kinh, Ứng tụng, ký thuyết, các Bài kệ, Cảm hứng ngữ, Như thị thuyết, Bổn sanh, Vị tằng hữu, Phương quảng. Người ấy, với điều đã được nghe ít ỏi này, không biết nghĩa, không biết pháp, không thực hành pháp, tùy pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là người nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên.

Thế nào là người nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên? Tức là đối với 9 thể loại kinh (bên Đại Thừa nói 12 thể loại kinh): Ứng tụng, Ký thuyết, các Bài kệ, Cảm hứng ngữ (Tán thán), Như thị thuyết, Bổn sanh, Vị tằng hữu, Phương quảng, thì người này nghe ít lắm. Nghe ít rồi mà còn không biết nghĩa, không biết pháp, không thực hành pháp, tùy pháp. Người như vậy gọi là 'người nghe ít và điều đã được nghe không khởi lên'.

Có nghĩa là mình đã nghe ít rồi, nghe kinh thì lười. Thời nay có hạng người như vậy. Đặc biệt pháp môn Tịnh Độ, thì hạng người này nhiều đúng không ạ? Nghe ít, không thèm nghe. Nghe rồi cũng không thực hành nữa, có biết nghĩa đâu, [nghĩ là] niệm Phật đủ rồi. Rồi không thực hành pháp, tùy pháp. Thì Đức Phật nói là người nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên. Cho nên Đức Phật đã nói rõ ràng từng hạng người.

Chúng ta vào hạng người thứ hai:

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là người nghe ít, điều đã được nghe

có khởi lên?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có hạng người được nghe ít về Kinh, Ứng tụng, ký thuyết, các Bài kệ, Cảm hứng ngữ, Như thị thuyết, Bổn sanh, Vị tằng hữu, Phương quảng. Người ấy, với điều đã được nghe ít ỏi này, biết nghĩa, biết pháp, thực hành pháp đúng pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là người nghe ít, điều đã được nghe có khởi lên.

Tức là [hạng] người này, đối với 9 thể loại kinh thì họ có nghe, nhưng họ nghe ít lắm, không được nghe nhiều. Họ nghe ít vậy thôi nhưng họ biết nghĩa, hiểu nghĩa, rồi biết pháp, thực hành pháp, đúng pháp. Vậy quý vị coi thử, mình có rơi vào đây không? Ở đây, Thiện Trang nghĩ là chúng ta đều là người nghe nhiều phải không? Không phải nghe ít. Như vậy, người này nghe ít nhưng họ hiểu nghĩa và thực hành được, thì đó vẫn có lợi ích cho họ đúng không ạ? Chúng ta nghe tới đây rồi thì chắc là cũng nghe nhiều đúng không ạ? Nghe nhiều thì để coi chúng ta rơi vào hạng nào.

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có hạng người được nghe nhiều về Kinh, Ứng tụng, ký thuyết, các Bài kệ, Cảm hứng ngữ, Như thị thuyết, Bổn sanh, Vị tằng hữu, Phương quảng. Người ấy, với điều đã được nghe nhiều này, không biết nghĩa, không biết pháp, không thực hành pháp, tùy pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là người nghe nhiều, mà điều đã được nghe không khởi lên.

Có nhiều đồng tu như thế này đúng không ạ? Nghe thì nghe nhiều lắm, kinh thì nghe suốt, nghe năm này qua tháng nọ, nghe kinh, nghe pháp, nghe

thầy này giảng, thầy kia giảng, nghe Thiện Trang giảng quá trời. Nhưng sao? Điều đã được nghe, không hiểu nghĩa, không biết nghĩa, không biết pháp. Và quan trọng nữa là không thực hành pháp, tùy pháp. Có những người như vậy. Tức là chỉ thích nghe thôi, không phải bây giờ mà thời nay hạng này rất đông. Tức là họ chỉ thích nghe thôi, chứ họ không thực hành. Cho nên đó là hạng người thứ ba.

Hạng người thứ tư:

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là người nghe nhiều, điều đã được nghe được khởi lên?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, có hạng người được nghe nhiều về Kinh, Ứng tụng, ký thuyết, các Bài kệ, Cảm hứng ngữ, Như thị thuyết, Bổn sanh, Vị tằng hữu, Phương quảng. Người ấy, với điều đã được nghe nhiều này, biết nghĩa, biết pháp, thực hành pháp, tùy pháp. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là người nghe nhiều, điều đã được nghe có khởi lên.

Quý vị làm sao thực hành theo hạng này thì được. Tức là chúng ta nghe nhiều rồi, nghe đủ các thể loại: Kinh, Ứng tụng, Ký thuyết, các Bài kệ, các Bài kệ tán thán (Cảm hứng ngữ), Như thị thuyết, Bổn sanh (là có những chuyện về đời trước, đời này), Vị tằng hữu (là những chuyện xưa nay chưa từng có), kinh nói rộng nghĩa là Phương quảng. Biết được như vậy, hiểu nghĩa, biết nghĩa, biết pháp và thực hành pháp, tùy pháp. Thì đó là người nghe nhiều, điều đã được nghe có khởi lên. Có bốn hạng người như vậy.

Này các Tỷ-kheo, có bốn hạng người này có mặt, hiện hữu ở

đời. (Đức Phật tổng kết cho chúng ta):

Nếu là người nghe ít
Không định tĩnh trong giới
Họ chỉ trích người ấy,
Cả hai, giới và nghe.

Tức là hạng người thứ nhất, đã nghe ít rồi, mà không có định tĩnh trong giới, thì [Đức Phật] chỉ trích người đó cả giới và nghe. Vì sao? Tu học ít rồi, lười, thực hành cũng không hiểu. Vậy thì quá tệ! Cho nên là bị chỉ trích. Đức Phật nói như vậy.

Nếu là người nghe ít
Nhưng khéo định trong giới
Họ khen về giới đức
Về nghe không đầy đủ.

Hạng người thứ hai là nghe ít, nhưng họ tu được trong giới, trong định. Thì [Đức Phật] khen về giới đức, nhưng không có khen về nghe. Nghe không đầy đủ, không khen.

Nếu là người nghe nhiều
Không định tĩnh trong giới
Họ chỉ trích người ấy,
Về nghe được đầy đủ.

Hạng người thứ ba là nghe nhiều nhưng không hiểu, không thực hành.

Thì [Ngài] khen về mặt nghe, về nghe được đầy đủ, nhưng chỉ trích người ấy về sự tu. [Quý vị] thấy chưa ạ?

Nếu là người nghe nhiều

Lại khéo định trong giới

Họ tán thán người ấy

Cả hai, giới và nghe.

Vậy là Đức Phật khen ngợi đúng không ạ? Vừa nghe nhiều mà vừa thực hành được, tu được trong giới, thì khen cả hai. Rồi quan trọng, Đức Phật chốt nè:

Đệ tử Phật nghe nhiều

Trì pháp, có trí tuệ

Như vàng cõi Diêm phù

Ai có thể chỉ trích?

Chư thiên khen vị ấy

Phạm thiên cũng ngợi khen.

((4.6) Học Hỏi Ít: Appassuta – Kinh Tăng Chi Bộ).

[Chúng ta] đọc lại lần nữa đoạn kết cuối cùng của Đức Phật. 'Phật đệ tử nghe nhiều', tức là Đệ tử Phật nghe nhiều. 'Trì pháp có trí tuệ như vàng cõi Diêm phù', như vàng cõi Diêm phù đề luôn. 'Ai có thể chỉ trích? Chư Thiên khen vị ấy, Phạm thiên cũng ngợi khen'.

Quý vị thấy không ạ? Bây giờ ngược, người ta nói nghe nhiều [là] xen

tạp, rồi phải dốt thì mới tu được. Đó là gì? Các chư Tổ đời sau nói tầm bậy đúng không ạ? Đức Phật nói: 'Phật đệ tử nghe nhiều', tức là Đệ tử Phật nghe nhiều. Chỗ này nên đổi lại là 'Đệ tử Phật nghe nhiều' thì đúng hơn. 'Trì pháp, có trí tuệ; Như vàng cõi Diêm phù'. Đó! Mình quý như vàng ở cõi Diêm phù đề luôn. Ai có thể chỉ trích? Đâu thể chỉ trích được người đó. Không phải không chỉ trích được, mà chư Thiên khen vị ấy, Phạm thiên cũng ngợi khen. Phải thế chứ! Đâu phải mình cứ nói ngược không à. Quý vị thấy không? Cho nên thời nay Phật giáo mạt là vậy đó. Mạt vì người ta nói ngược với kinh. Mà chúng sanh thời nay cũng dốt quá, cho nên tin theo. Có nhiều chúng sanh khờ quá.

Cho nên nhớ nha! Đoạn cuối cùng này: 'Đệ tử Phật nghe nhiều; Trì pháp, có trí tuệ; Như vàng cõi Diêm phù; Ai có thể chỉ trích? Chư Thiên khen vị ấy; Phạm thiên cũng ngợi khen'. Nhớ! Trời Phạm Thiên còn khen, chư Thiên cũng khen. Cho nên ráng nha! Phải nghe nhiều và trì pháp, có trí tuệ. Phải thực hành, chứ không có thực hành [thì không được].

Thiện Trang thấy nhiều người học nhiều, nhưng cũng không có thực hành được. Ví dụ mỗi ngày trôi qua, tới khi ban đêm, sắp đi ngủ thì mình tranh thủ chánh niệm đúng không ạ? Tại vì mình không biết chết lúc nào, có thể chết trong đêm. Cho nên [chánh niệm] lúc trước khi ngủ là gì? Phải nhớ về Phật, Pháp, Tăng. Đi ngủ cũng như là mình bước vào một lộ trình mới, không biết thế nào. Mà mình không chánh niệm được, mình còn vọng tưởng nghĩ chuyện lung tung, rồi nhắn tin than thở nữa thì thôi. Những người như vậy là tâm họ tán loạn. Cho nên là họ không thực hành pháp. Nếu thực hành

pháp thì tâm đang tán loạn, biết tâm tán loạn, đúng không? Tâm đang tham, [đang] sân, phải biết chứ, đó là thực hành pháp. Cho nên rất là quý, đúng không ạ?

Có bốn hạng người nghe pháp, vậy quý vị thuộc hạng nào thì quý vị tự xác định lấy. Cố gắng xác định lấy. Và đây là Đức Phật khen nha. Cho nên ai nghe nhiều, trì pháp, thực hành có trí tuệ là [Đức Phật] khen. Đức Phật rất rõ ràng đúng không? Nghe nhiều thì khen cái đã, còn thực hành không được thì chê. Nghe ít thì chê, thực hành được thì khen. Vừa nghe ít vừa thực hành không được, thì chê cả hai. Vừa nghe được nhiều, vừa thực hành được thì khen cả hai. Và người đó giống như là vàng cõi Diêm phù, không có ai chỉ trích được. Chư Thiên còn khen ngợi và Phạm thiên cũng khen ngợi luôn.

Nhớ bài này nha! Cho nên là hay lắm. Không học kinh là bị người đời sau dắt mũi mình. Tức là họ bảo mình dốt đi, để họ dạy cái gì thì biết nấy thôi, là làm nô lệ trong đời sống tâm linh. Vậy mới làm Đệ tử của họ chứ. Còn nếu mình học, mình biết Phật dạy hết rồi, thì làm sao mình làm Đệ tử họ được đúng không ạ? Làm Đệ tử của Phật mất tiêu. Cho nên là ma mới làm những điều đó thôi.

Chúng ta đến mục thứ ba. Đây là một kiến thức cũng quan trọng.

Do Tu Tập, Do Làm Cho Sung Mãn Tứ Niệm Xứ Mà Chánh Pháp Tồn Tại Lâu Dài

(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)

Nhân duyên ở Sāvatthī (thành Xá Vệ).

Rồi Tôn giả Bhadda nói với Tôn giả Ānanda đang ngồi một bên:

- Do nhân gì, do duyên gì, này Hiền giả Ānanda, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp không có tồn tại lâu dài? Do nhân gì, do duyên gì, này Hiền giả, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp được tồn tại lâu dài?

Chúng ta cũng quan tâm [đến vấn đề] này đúng không ạ? Xưa nay, đồng tu đều rất thắc mắc, muốn biết là làm sao để Diệu pháp (tức là Chánh pháp) của Phật tồn tại lâu dài? Và tại sao Chánh pháp của Phật lại bị diệt độ sớm? Không chỉ chúng ta đâu, mà ở đây Tôn giả Bhadda, ngài cũng thắc mắc điều đó, cho nên ngài mới hỏi Tôn giả A-nan. Chúng ta coi thử coi ngài A-nan đáp như thế nào?

- Lành thay, lành thay, này Hiền giả Bhadda! Hiền thiện thay, này Hiền giả Bhadda, là trí tuệ của Hiền giả! Hiền thiện là biện tài của Hiền giả! Chí thiện là câu hỏi của Hiền giả! Có phải như vầy, này Hiền giả Bhadda, là câu hỏi của Hiền giả: "Này Hiền giả Ānanda, do nhân gì, do duyên gì, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp không có tồn tại lâu dài? Do nhân gì, do duyên gì, này Hiền giả Ānanda, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp được tồn tại lâu dài?" chăng? (Tức là ngài A-nan tán thán trí tuệ, tán thán biện tài của ngài Bhadda, và nhắc lại câu hỏi thôi. Tán thán câu hỏi đó).

- Thưa vâng, Hiền giả.

Ngài A-nan trả lời:

- Do bốn niệm xứ không được tu tập, không được làm cho sung mãn, này Hiền giả, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp không có tồn tại lâu dài.

Quý vị thấy không ạ? Tức là do người ta không chịu tu tập Tứ niệm xứ. Không tu tập nhiều, tức là tu tập làm cho sung mãn thì gọi là tu tập nhiều. Cho nên Diệu pháp (tức là Chánh pháp) của Phật không tồn tại lâu dài.

Nguyên nhân là như vậy. Mạt pháp là do không tu Tứ niệm xứ, quý vị thấy không ạ? Đây là trong Chánh kinh đúng không? Còn người đời sau, người ta sẽ nói khác đi, nói thế này thế kia. Nhưng thật ra đây là trong Chánh kinh nói. Có nhiều nguyên nhân, nhưng trong bài kinh này nói nguyên nhân chính là do Bốn niệm xứ không được tu tập, không được làm cho sung mãn. Tức là không có tu tập Tứ niệm xứ đó.

Do Bốn niệm xứ được tu tập, được làm cho sung mãn, thưa Hiền giả, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp được tồn tại lâu dài. Thế nào là bốn?

Ý tiếp theo, ngài A-nan nói là do Bốn niệm xứ được tu tập, được làm cho sung mãn (tức là tu tập nhiều) thì Diệu pháp (tức là Chánh pháp) của Đức Phật được tồn tại lâu dài. Cho nên quý vị muốn giúp cho Chánh pháp tồn tại lâu dài thì hãy cố gắng tu Tứ niệm xứ.

Ở đây, này Hiền giả, Tỷ-kheo trú, quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời... trú, quán thọ trên các thọ... trú, quán tâm trên tâm...trú, quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời. Do không tu tập, không làm cho sung mãn bốn niệm xứ này, này Hiền giả, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp không được tồn tại lâu dài. Do tu tập, do làm cho sung mãn bốn niệm xứ này, này Hiền giả, khi Như Lai nhập Niết-bàn, Diệu pháp được tồn tại lâu dài.

Vậy thì chúng ta biết rõ rồi đúng không ạ? Như vậy là chúng ta tu đúng rồi, đúng không ạ? Chúng ta phải tu Tứ niệm xứ thì Diệu pháp mới tồn tại lâu dài. Còn không tu thì diệt pháp. Cho nên thời nay diệt pháp là vì người ta không chịu tu Tứ niệm xứ. Người đời sau nói ngược đúng không ạ? Kinh phát triển rồi người đời sau đề xướng là tu niệm Phật. Điều đó ngược với Đức Phật dạy, cho nên là mạt pháp, đang góp phần cho mạt pháp sớm hơn, mau diệt pháp sớm hơn. Cho nên Diệu pháp không tồn tại lâu dài, tức là Chánh pháp không tồn tại lâu dài.

(Kinh (47.22) Trú: Ṭhiti - Chương 47: Tương Ưng Niệm Xứ - Kinh Tương Ưng Bộ).

Kinh Tương Ưng có nhiều bài kinh hay lắm, quý vị có thể mở ra coi để kiểm chứng, 'nói có sách, mách có chứng'.

Đó là chúng ta đã đi qua cũng rất nhanh đúng không ạ? Mấy phần rồi.

Bây giờ chúng ta tới phần tiếp theo.

Thế Nào Là Chánh Niệm? Thế Nào Là Tỉnh Giác?

(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)

Hôm bữa, Thiện Trang có giới thiệu cho quý vị thế nào là chánh niệm, thế nào là tỉnh giác. Đó là theo Chú Giải. Nhưng trong chánh kinh thì cũng Đức Phật cũng có nói về chánh niệm tỉnh giác. Từ này thì chúng ta hay nói và người đời nay cũng hay nói đúng không ạ? Nhưng tóm lại, chánh niệm là gì? Tỉnh giác là gì? Chúng ta căn cứ theo Phật nói thì chắc ăn hơn, nên chúng ta học trong kinh. Bài kinh rất ngắn như sau:

- Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo hãy trú chánh niệm, tỉnh giác. Đây là lời giáo giới của Ta cho các ông.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Tỷ-kheo chánh niệm? (Đức Phật khuyên là hãy tu (đừng nói là Tỷ-kheo mà nói là chúng ta) hãy chánh niệm tỉnh giác. Nhưng thế nào là chánh niệm? Thế nào là tỉnh giác? Ở đây Đức Phật nói luôn, thế nào là Tỷ-kheo chánh niệm?) **Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo trú, quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời. Bốn niệm xứ này, này các Tỷ-kheo, nếu được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa từ bờ bên này qua đến bờ bên kia. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo chánh niệm.**

Như vậy, chánh niệm là mình tu Tứ niệm xứ đúng không ạ? Phải tu cho nhiều, làm cho sung mãn, cho mạnh mẽ, tức là phải tu quán thân trên thân,

quán: Thân, Thọ, Tâm, Pháp, quán bốn thứ. Nếu tu được như vậy thì gọi là làm cho sung mãn, thì mình sẽ nhiếp phục được tham ưu ở đời. Tham là những sự tham; ưu là khó chịu, sân, lo lắng thì mình bỏ được hết. Như vậy đó là chánh niệm. Cho nên ai có chánh niệm? Người đó phải có tu Tứ niệm xứ mới gọi là chánh niệm nha.

Rồi bây giờ, tỉnh giác là thế nào?

Và này các Tỷ-kheo, như thế nào là Tỷ-kheo tỉnh giác? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo biết rõ ràng các cảm thọ khởi lên, biết rõ ràng các cảm thọ an trú, biết rõ ràng các cảm thọ đi đến tiêu mất; biết rõ ràng các tưởng khởi lên, biết rõ ràng các tưởng an trú, biết rõ ràng các tưởng đi đến tiêu mất. Như vậy, này các Tỷ-kheo, là Tỷ-kheo tỉnh giác.

Quý vị thấy tỉnh giác là mình biết về hai phương diện: Thọ và tưởng. Cho nên chúng ta phải học rõ ràng. [Tu] Tứ niệm xứ ở trên gọi là chánh niệm. Còn tỉnh giác là về cảm thọ (tức là thọ). Chúng ta có 3 thọ: Thọ khổ, thọ lạc và thọ không khổ không lạc. Từng thọ đó khởi lên thì mình phải biết rõ ràng là nó đang hiện hữu. Giống như tâm mình đang cảm thấy khó chịu, thì mình phải biết liền, là nó khởi lên chưa, nó đang ở đó và nó đi mất rồi. Đó mình biết thôi. Đức Phật nói chỉ cần biết thôi. Gọi là tỉnh giác về thọ.

Còn một sự tỉnh giác nữa, là [về] tưởng. Tưởng tức là suy nghĩ của mình, suy nghĩ biết về quá khứ, hiện tại, tương lai, biết cái này, nghĩ cái kia. Điều nào đang khởi lên? Mình đang suy nghĩ điều gì thì mình có biết không? Rồi nó đang ở trong tâm mình đó, một lát thì nó đi mất rồi, biết như vậy rõ

ràng. Hai sự biết về thọ, biết về tưởng, thì người đó gọi là tỉnh giác. Vậy có tỉnh giác hay không? Có chánh niệm hay không? Bữa nay có công thức rồi nha. Và Đức Phật khuyên tu như vậy đó.

Thật ra tu Tứ niệm xứ là chính đúng không ạ? Tứ niệm xứ là chánh niệm, và tỉnh giác là kiểm soát được thọ. Thọ thì nằm trong Tứ niệm xứ rồi, mình thêm tưởng nữa. Tưởng thật ra cũng thuộc về tâm thôi, tưởng trong tâm. Như vậy tưởng cũng thuộc về Tứ niệm xứ, ở đây chia rõ ra. Khi mình ngồi thấy tâm chạy lên cái gì thì [mình] có biết không? Đang sân có biết sân không? Nhiều người không biết sân đâu. Khó chịu là sân nha. Rồi tham, sân, si, trạng thái nào khởi lên thì mình phải biết chứ. Cho nên tu Tứ niệm xứ rất quan trọng. Thọ thì có ba thọ thôi: Thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc. Lúc nào thấy dễ chịu đang khởi lên, đó là thọ lạc. Hoặc nếu nói ra trên tâm là nói đến năm thọ, thêm thọ hỉ và thọ ưu nữa.

Chúng ta cũng thấy vậy thôi, nói chung để kiểm soát được tâm thì mình mới chánh niệm tỉnh giác được, chứ bây giờ mình làm gì mà mình cũng không biết gì hết. Nhiều đồng tu cố gắng thực hiện đi, khuyên quý vị: Mình muốn giải thoát sanh tử, mình muốn được sanh cõi Người, cõi Trời, [thì] ít nhất cũng phải tu được chút chút. Chứ gì đâu mà nhiều người thấy tội quá đi, không biết gì hết, học thì học mơ mơ màng màng thôi, chứ không có thực hành. Tại sao mình học mà mình không thực hành? Đó là điều thiệt thòi cho chính mình thôi, chứ không thiệt thòi cho ai hết. Quý vị nên nhớ sanh tử của ai người đó chịu thôi. Chúng ta nói theo nghĩa tục đế là sanh tử của ai, người đó chịu. Còn nói theo chân đế thì không phải của ai hết. Nhưng

bây giờ quý vị chưa đạt được cảnh giới không của ai hết, thì quý vị chấp tạm 'khổ là do mình'. Đó là chấp tạm nha! Chứ quý vị chấp mãi mãi như vậy là quý vị rớt vào Tà kiến. Thật ra không có ai hết đó, trên giáo lý tuyệt đối là không có ai cả, tất cả là do vọng tưởng, phân biệt chấp lấy nên mình nghĩ đó là mình thôi.

Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo hãy trú chánh niệm, tỉnh giác. Đây là lời giáo giới của Ta cho các ông.

((47.35) Niệm: Sati - Chương 47: Tương Ưng Niệm Xứ - Kinh Tương Ưng Bộ).

Quý vị thấy bài kinh này là bài kinh thứ 35, ở chương 47 trong Kinh Tương Ưng Bộ. Chúng ta [biết] chánh niệm và tỉnh giác rất rõ ràng rồi đúng không ạ? Nhớ! Hỏi chánh niệm tỉnh giác, thì mở bài kinh này ra, thế nào là chánh niệm, thế nào là tỉnh giác? Ráng tu chánh niệm, rất dễ thôi, là tu Tứ niệm xứ. Còn tỉnh giác là mình biết rõ về các thọ và tưởng.

Cho nên tu đi tu lại thật ra có năm thứ, là Ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức thôi. Tất cả giáo pháp của Phật đều quanh năm điều đó, nắm năm điều đó cho rõ. Và không chỉ nắm rõ trên lý thuyết mà thực hành, tức là mình phải biết nó đang là gì. Ví dụ quý vị thấy thọ là cảm thọ lạc, thọ khổ, thọ không khổ không lạc, hay là thọ ưu, thọ hỉ. Những cảm thọ đó là cảm thọ trên thân hoặc cảm thọ trên tâm. Thân là thuộc về Sắc, tâm thuộc về Danh (là Thọ, Tưởng, Hành, Thức). Rồi ở đây cũng [là] Tưởng vậy thôi. Xét đi xét lại cũng bấy nhiêu đó thôi, quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp.

Cho nên Tứ niệm xứ là pháp quan trọng nhất. Quý vị thấy rất là quan trọng, học bấy nhiêu đó là đủ rồi. Không có nhiều đâu, thật ra học bấy nhiêu đó, thực hành đi thực hành lại, nhớ cố gắng thực hành. Mình học ở đời không sợ dốt, không giấu dốt, dốt thì cứ học, không sao hết. Trong Kinh Pháp Cú nói: *"Người ngu biết mình ngu, nên trở thành có trí",* còn nếu *"người ngu cho là trí, thì thật là chí ngu"*, chí ngu là quá ngu. Cho nên ráng nha! Phải làm sao đó, mình biết mình ngu thì ráng học thôi, vì mình biết mình ngu nên mình ráng học, mình ráng tu, mình thực hành dần dần thì có trí. Còn nếu mình cho mình là trí rồi thì thôi tiêu rồi, mình đã ngu mà cho mình trí thì thôi thua, gọi là quá ngu hay chí ngu.

Cho nên hãy thực hành, ai cũng dốt hết đó, đừng tưởng mình giỏi, vì sao? Nếu mình giỏi là mình thành A-la-hán rồi. Mình bây giờ là phàm phu, chưa chứng được Tu-đà-hoàn là mình dở quá rồi. Cho nên mình biết vậy, đừng có ngã mạn. A-la-hán cũng không phải giỏi nữa, A-la-hán hết ngã mạn rồi, cũng không có gì giỏi, vì sao? Vì giống như người bệnh, hết bệnh thì có gì đâu mà tự hào. Bây giờ bệnh nặng quá rồi, bệnh đến nỗi không biết mình bệnh, cho nên mới tự hào cho là mình giỏi. Chứ khi mình biết biết "à hóa ra mình đang bệnh, mình đang uống thuốc, ngày nào cũng uống thuốc". Nói như Sư Giác Nguyên là 'đang uống thuốc thì có gì mà tự hào, đang chữa bệnh có gì mà tự hào?' Mình đang bệnh đó, vậy thì có gì tự hào?

Còn Tu-đà-hoàn là hết được một phần bệnh, bệnh được ít, uống thuốc giảm liều bớt rồi, thì cũng có chút tự hào. Nhưng có ai tự hào không? Mình kêu: "Người kia bệnh nặng quá, tôi đỡ bệnh hơn một chút". Tự hào kiểu đó

thì cũng không đáng để tự hào đúng không? Cho nên A-la-hán hết bệnh cũng không tự hào luôn, gọi là hết Ngã mạn kiết, không còn so sánh nữa. Tới Tam quả thì vẫn còn so sánh.

Như vậy đó, quý vị thấy không ạ? Cho nên xuyên suốt kinh, Đức Phật nói quay qua quay lại tu Tứ niệm xứ là quan trọng nhất. Phải chánh niệm, tỉnh giác. Và Đức Phật nói: 'Tỷ-kheo hãy trú chánh niệm, tỉnh giác. Đây là lời giáo giới của Ta cho các ông'. Tức là lời giáo huấn, quan trọng nhất là hãy trú được chánh niệm, tỉnh giác.

Đó là bài vừa rồi, chúng ta xem mục tiếp theo:

Pháp Tu Đưa Đến Tam Quả A-Na-Hàm Hoặc Tứ Quả A-La-Hán

(Theo Kinh Tạp A Hàm)

Thật ra những bài này học đi học lại, học tới học lui cũng rất dễ dàng, không có gì khó. Chúng ta tiếp tục trở lại bài này, pháp tu này đưa đến Tam quả A-na-hàm hoặc Tứ quả A-la-hán [thì như] thế nào. Chúng ta sẽ xem, thật ra bài kinh này rất đơn giản.

Tôi nghe như vầy: Một thời, Đức Phật ở tại Giảng đường Lộc-tử-mẫu trong Đông-viên, nước Xá-vệ.

Bấy giờ, buổi chiều, sau giờ Thế Tôn từ thiền tịnh dậy, đến Giảng đường, vào trong nhà giảng, trải tòa ngồi trước đại chúng. Rồi thì, Thế Tôn nói kệ ưu-đà-na:

Mở màn bài kinh này, Đức Phật sau bữa trưa, thông thường khất thực, ăn trưa xong rồi, thì các vị Tỳ-kheo và Đức Phật cũng nghỉ ngơi. Có người thì ngủ, có người thì thiền. Thế Tôn (Đức Phật) thiền, rồi Ngài dậy, [và] đi vào giảng đường để giảng pháp cho các Tỳ-kheo. Ngài nói bài kệ. Bài kệ này rất [chuẩn] mực của Kinh Kim Cang, nhưng đây là kinh Nguyên thủy nha.

Pháp không có tôi ta,

Cũng lại không của ta;

Ta sẽ không hiện hữu,

Của ta từ đâu sanh?

Tỳ-kheo giải thoát đây,

Đoạn trừ Hạ phần kiết.

Quý vị thấy bài kệ này ngắn vô cùng. Đức Phật nói là: 'Pháp không có tôi ta' tức là pháp thì không có pháp nào của mình hết; 'Cũng lại không của ta' tức là mình cũng không có, mà của mình cũng không có; 'Ta sẽ không hiện hữu; Của ta từ đâu sanh?' Của mình không hiện hữu, của ta từ đâu sanh? 'Tỳ-kheo giải thoát đây; Đoạn trừ Hạ phần kiết' tức là nếu hiểu được như vậy, thực hành được như vậy, thì đoạn trừ Ngũ hạ phần Kiết sử, tức là Tam quả A-na-hàm.

Quý vị thấy chỉ cần hiểu là không có ta, vô ngã, không có gì của ta, ta không hiện hữu, thì của ta từ đâu ra? Không có từ đâu sanh hết. Ai hiểu được như vậy thôi là giải thoát. Mà phải hiểu đúng nha! Chứ còn hiểu kiểu như mình là hiểu trên văn tự, trí văn là nghe thôi. Tức là trong ba trí, chúng

ta có trí văn, trí tư và trí tu. Trí văn là nghe, bây giờ quý vị nghe thì quý vị hiểu đó, 'pháp không có tôi ta'. Nghe ghê lắm, vô ngã v.v... Mình học theo A Tỳ Đàm hoặc mình nói chớp tắt, tất cả các hành đang di chuyển, gọi là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức, đều trong sát-na thôi. Ví dụ tâm mình trải qua 17 sát-na tâm, thì có một sát-na Sắc chạy theo vòng Lộ trình tâm đó. Mình nghe, mình đang hiểu như vậy gọi là trí văn. Cho nên mình kêu vô ngã, tại vì không có gì liên tục thường hằng được hết. Nó chỉ là liên tục kết nối lại, cái này sanh rồi lại diệt, sanh rồi lại diệt, cứ sanh, trụ, diệt, ba giai đoạn như vậy liên tục liên tục, nên đâu có gì còn mãi được. Cho nên không có ta. Mà không có ta rồi thì không có cái gì của ta nữa hết. Mà không có gì của ta thì không có hiện hữu của ta, vậy thì của ta từ đâu sanh?

[Hiểu như vậy] thì giải thoát. Đức Phật nói là người đó đoạn được năm Hạ phần Kiết sử. Nhưng phải thấy như thật, chứ mình nghe như vậy thì chỉ là trí văn. Mình nghe rồi, có lúc nào mình suy nghĩ tới, mình tư duy: À, chắc bữa đó thầy Thiện Trang giảng pháp không có ta, thật ra là Thọ, Tưởng, Hành, Thức thôi, nó chỉ là liên tục khởi lên do duyên. Ví dụ như do mình tiếp xúc với tivi, mình đang nhìn thấy thầy Thiện Trang thì mình thấy như thế. Rồi mình nghe âm thanh như vậy, nó đưa vô liên tục xử lý như vậy. Đó là tư duy. Nhưng mình không sống được với nó. Tức là sống được với nó là lúc nào mình cũng thấy như vậy, thấy liên tục. Và do thấy như vậy liên tục thì quý vị mới trụ được trong tâm, thì mới giải thoát. Nhớ! Trụ trong tâm giải thoát, giải thoát được một phần là chứng Tu-đà-hoàn đó.

Chứ còn bây giờ mình cứ mê suốt, lúc nào suy nghĩ tới mới nhớ, còn

không là quên. Cho nên các đồng tu, nhiều người cứ suốt ngày phiền não trong gia đình? Là tại vì họ quên, họ không nhớ tới. Phật pháp học không đủ ấn tượng thì ráng học nhiều, tư duy nhiều, nghe đi nghe lại, nghe tới nghe lui, dần dần nó nạp vô trong đầu. Khi gặp chuyện, ví dụ như có ông chồng chửi cho một câu, thì ngay lập tức mình nhớ rằng: "À, không phải mình, không được giận nha". Hoặc Tứ niệm xứ khởi lên, không giận, không nghe, ổng chửi kệ ổng, không có quan trọng gì hết.

Quý vị nghe như vậy là quý vị cũng biết, cũng khá rồi. Nhưng quý vị phải hiểu nhiều hơn nữa là: Có ta đâu, nên ổng có chửi ta đâu. Không có ta nên không có gì hết, thế gian là vậy v.v… cho nên bình thường. Mình sống luôn luôn hiện tiền được tâm như vậy thì mới được, chứ còn mình cứ quên, giận lên là: "Sao ổng chửi tôi? Tôi đâu có tội tình gì v.v… thế này kia". Thì đó là quên rồi. Cho nên chưa được, không có chứng được.

Ngũ Hạ phần Kiết sử ở đây gồm có: Thân kiến, Giới cấm thủ, Nghi, Tham và Sân. Nếu đoạn hết năm Kiết sử đó thì chứng Tam quả A-na-hàm. Nếu chúng ta chưa hiểu thì ở đây Đức Phật sẽ giảng tiếp:

Bấy giờ, có Tỳ-kheo rời chỗ ngồi đứng dậy, trịch áo vai bên phải, quỳ gối phải sát đất, chấp tay bạch Đức Phật rằng:

"Thế nào là không có tôi ta, cũng lại không của ta; cũng sẽ không có ta, của ta từ đâu sanh? Tỳ-kheo giải thoát đây, đoạn trừ Hạ phần kiết?"

Vị Tỳ-kheo này không hiểu, cho nên hỏi lại Phật. Quý vị thấy không?

Thời xưa có Phật nên không hiểu là hỏi Phật. Còn bây giờ mình không có Phật, nên không hiểu thì không biết hỏi ai. Hỏi ông thầy thì nhiều khi ông thầy cũng không hiểu luôn. Quý vị hỏi Thiện Trang, nhiều khi Thiện Trang cũng đâu giải thích rõ ràng được.

Đức Phật bảo Tỳ-kheo:

"Phàm phu ngu si không học (quan trọng là phàm phu ngu si không học)**, chấp Sắc là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau; đối với Thọ, Tưởng, Hành, Thức cho là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. Đa văn Thánh đệ tử, không thấy Sắc là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. Cũng vậy, không thấy Thọ, Tưởng, Hành, Thức là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. Cũng chẳng phải là người biết, cũng chẳng phải là người thấy. Sắc này là vô thường. Thọ, Tưởng, Hành, Thức là vô thường. Sắc là khổ. Thọ, Tưởng, Hành, Thức là khổ.**

Đoạn này dài quá, thôi để dừng lại nói chậm chậm cho quý vị load kịp, chứ không quý vị load không nổi, nạp không nổi thì không hiểu. Tức là 'phàm phu ngu si không học, chấp Sắc là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau'. Đây là Đức Phật nói rốt ráo luôn. Đầu tiên là Sắc, Sắc là thân thể vật lý này. 'Phàm phu ngu si không học, chấp Sắc là ta' (đây là thân tôi, đây là tôi), kiểu vậy! Đó là một cái chấp, gọi là chấp ngã (Sắc là ngã).

Rồi chấp một cái khác nữa, gọi là 'khác ngã', đó không phải là ta. Điều này thì khó hiểu hơn, vì nó rơi vào Đoạn kiến. Có nghĩa là mình chấp vào ta là sai rồi, mà còn chấp không phải là ta thì cũng sai nữa. Rồi chấp thêm cái

nữa ‘hay ở trong nhau’. Tức là chấp Sắc và ngã ở trong nhau (cái này ở trong cái kia). Thì cái nào cũng sai hết, tại sao? Vì nếu mình phủ định hoàn toàn trắng trơn Sắc không phải là ta thì cũng sai. Tại vì sao? Nó cũng không phải là ta, bởi vì nó kế thừa, liên tục, liên tục sanh diệt. Tức là nó có trong vòng mấy sát-na, sát-na sanh rồi diệt. Như vậy, nếu mình nói nó không phải là ta, [nhưng] rõ ràng mình đụng, mình thấy đau mà. Nó đau, mình cảm nhận liên tục, đó vẫn là có thật. Nếu mình phủ nhận cái đó là mình phủ nhận cái thực thể, như vậy cũng sai.

Cho nên cái khó là vậy. Cái khó Đức Phật muốn nói là đối với Sắc, thì mình biết là nó giống như pháp tạm thời, sanh rồi diệt, sanh diệt liên tục, các sát-na nối nhau. Chính vì vậy nó không có thực thể, bản ngã. Ngã này có ý nghĩa là mình không điều khiển được nó hoàn toàn. Nếu điều khiển được thì gọi là ngã. Ngã có nghĩa là mình làm chủ, mình có thể điều khiển được nó. Nhưng mình thấy mình cũng điều khiển được mà?

Không phải đâu! Quý vị thấy Đức Phật đưa ra ví dụ: Ông vua có điều khiển được mọi thứ không? Ông kia nói ổng điều khiển được hết, nào binh, quan, tướng v.v… Nhưng Đức Phật hỏi lại: “Ông có điều khiển được cái già của ông không? Cái chết của ông không? Cái bệnh của ông không?” Không! Đúng không ạ? Đó chính là vô ngã, tức là không điều khiển được. Nói tóm lại là mình cứ hiểu đi, thật ra điều này nói rốt ráo quá, chỉ cần nói một chỗ chấp Sắc là ngã thôi là được rồi. Chứ nói tới điều sau là quý vị rối.

Rồi đối với Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng như vậy. Tức là mình cũng

chấp là ngã luôn. Thọ là ba thọ hay năm thọ (Thọ khổ, thọ lạc, thọ không khổ không lạc, là thọ ưu, thọ hỷ). Tưởng là cái biết về quá khứ, biết về hiện tại, biết về vị lai. Nói chung là do mình có kinh nghiệm gì đó, mình tưởng tượng. Hành là khía cạnh thiện ác trong ba nghiệp: Thân, khẩu, ý. Ở đây nói Hành, thì thông thường nói về 50 Tâm sở hay trong suy nghĩ đó có những suy nghĩ về thiện, về ác. Ví dụ như mình sân, đó là bất thiện. Mình nghĩ mà đang tham, dính mắc, thì cũng là bất thiện. Mình nghĩ tốt cho người ta, thì đó là nghĩ thiện. Những điều đó đều không phải là ta. Có đồng tu bình luận là: "Mộng trong huyễn mộng". Đúng rồi! Nếu như mình hiểu được, mình sống được như vậy thì cũng tốt.

Cũng vậy, không thấy Thọ, Tưởng, Hành, Thức là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. Cũng chẳng phải là người biết, cũng chẳng phải là người thấy: Sắc này là vô thường (phàm phu mà, phàm phu cho nên không thấy, không biết Sắc này là vô thường)**. Thọ, Tưởng, Hành, Thức là vô thường. Sắc là khổ. Thọ, Tưởng, Hành, Thức là khổ. Sắc là vô ngã. Thọ, Tưởng, Hành, Thức là vô ngã. Sắc này sẽ không tồn tại. Thọ, Tưởng, Hành, Thức sẽ không tồn tại. Vì sắc này sẽ không tồn tại. Thọ, Tưởng, Hành, Thức không tồn tại. Cho nên, chẳng có ngã, chẳng có ngã sở** (tức là chẳng có cái của ta)**, ngã, và cũng sẽ chẳng có ngã, ngã sở. Nếu người nào giải thoát như vậy, sẽ đoạn trừ được năm Hạ phần Kiết sử".**

Thấy chưa ạ? Tu có chút xíu vậy thôi mà đoạn trừ năm Hạ phần Kiết sử, đắc Tam quả A-na-hàm. Tu-đà-hoàn làm không được rốt ráo như vậy, mà chỉ làm được một phần thôi. Cho nên quý vị thấy pháp tu căn bản nhất vẫn

là học kỹ giùm: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức đều là vô thường, đều là khổ. Vô thường tức là nó luôn biến đổi, mình không làm chủ được. Quý vị không thể giữ thân thể này mãi mãi 18 tuổi được đúng không ạ?

Ở đây kể cho quý vị, hồi xưa Thiện Trang làm giáo viên Toán, đi dạy cấp 3, nên Thiện Trang biết. Thiện Trang hay nói với các cô bé học trò tự hào là mình xinh đẹp, là: 'Năm nay em 18 [tuổi], em tự hào em đẹp. Nhưng sang năm em 19 tuổi, sẽ có đứa khoá sau lên, nó sẽ thành 18 tuổi, và sẽ đẹp hơn em. Và sang năm lại tiếp tục như thế, cứ như vậy...'

Cho nên đó là Vô thường, sự Vô thường là rõ ràng. Các đồng tu nghe ở đây đều biết và hiểu Vô thường. Vô thường là pháp luôn luôn biến đổi, và mình không làm chủ được nó nên gọi là Vô ngã. Vì Vô ngã thì đâu có gì là của mình được. Mình điều khiển được thì mới là của mình. Cho nên không có Ngã sở. Bình thường [quý vị] có hiểu vậy không? Quý vị nói con hiểu. Hiểu đâu mà hiểu! Lúc nào có tư duy, lúc nào nghe thì mới hiểu được như vậy. Còn lúc nào không có tư duy, không có nghe thì mình quên mất điều đó rồi, đúng không? Khi nào mình nhớ được thì mình đang sống trong Pháp, gọi là hành pháp và tuỳ pháp (thực hành pháp, tùy pháp).

Có nghĩa là trong một ngày, không phải quý vị không có thời gian thực hành pháp, tùy pháp. Có! Nhưng thời gian đó ít. Còn thời gian mê nhiều quá, vì mê nhiều quá nên mình quên, mình quên nên mình chấp có ta. Cho nên ai đụng tới thân này là mình khó chịu, hoặc nó bệnh xuống là mình thấy khó chịu. Thật ra, nếu mình nhớ là: Bệnh là bắt buộc thôi, tại vì thân thể là vô

thường, là vô ngã mà, đâu có gì là của ta. Rồi nó sắp chết cũng vậy, thì cũng chấp nhận thân thể là vô thường, vô ngã thôi. Do mình hiểu là vô thường, vô ngã như vậy, nên mình không có bám chấp vào. Do không có bám chấp vào nó nữa, nên tham được đoạn trừ. Do tham được đoạn trừ nên không tham, thì không có khó chịu bởi vì không mong cầu điều gì nữa, cho nên là không có sân. Mà không có sân thì hết rồi.

Như vậy mình vừa mới hiểu một lộ trình là: Thân kiến cũng hết, Giới cấm thủ cũng hết, Hoài nghi cũng hết và Tham, Sân cũng hết. Cho nên Ngũ Hạ phần Kiết sử được đoạn trừ, thành Tam quả A-na-hàm. Nhưng phải sống liên tục, liên tục như vậy. Chứ không phải là mình sống một chút rồi thôi, một chút rồi quên mất tiêu, thì chưa được. Ngủ, quên mất thì chưa được. Cho nên gọi là trí tu. Tu là gì? Đức Phật định nghĩa chữ tu (không phải Đức Phật nói mà Thiện Trang nói theo Đức Phật) là 'thấy như thật'. Thấy như thật là lúc nào cũng phải sống như vậy đó. Ráng đi! Từ cái thấy được chút xíu, sống được 1 giây, 1 phút, 5 phút, 10 phút hoặc là đang nghe pháp thì nhớ. Sau đó quên thì từ từ thực hành hoài, bao giờ nhớ thì được. Thực hành có bao nhiêu đó thôi, không có khó gì, nhưng lại quá khó bởi vì không nhớ, quên.

Bấy giờ, vị Tỳ-kheo kia bạch Đức Phật rằng:

"Bạch Thế Tôn, khi đã đoạn trừ năm Hạ phần Kiết sử rồi, làm sao để ngay trong đời này tự biết, tự tác chứng, thành tựu và an trú với sự diệt tận các Lậu, Vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát, biết rằng: Ta, sự

sanh đã chấm dứt, Phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, không còn tái sanh đời sau nữa?”

Tức là bây giờ Tỳ-kheo này còn muốn hỏi hơn nữa, đoạn được năm Hạ phần Kiết sử làm Tam quả A-na-hàm rồi. Bây giờ muốn lên luôn Tứ quả A-la-hán thì phải làm sao?

“Phàm phu chúng sanh ngu si không học, nên ở chỗ không sợ hãi mà sanh ra sợ hãi. Phàm phu chúng sanh ngu si không học sanh ra sự sợ hãi rằng:

Không ngã, không ngã sở;

Cả hai sẽ chẳng sanh.

Tức là phàm phu có một điều sợ, [là] nghe nói vô ngã là không có gì hết, nên sợ. Quý vị hiểu không ạ? Giống như mình học, cuối cùng nói Vô ngã là gì? Vô ngã là Niết-Bàn đúng không ạ? Học một hồi, [nghe] nói Thức diệt hết rồi, vậy nhập Niết-Bàn. Thức diệt hết rồi, vậy mình là gì? Bắt đầu sợ. Tại vì mình hiểu sai, vì mình không học, ‘phàm phu ngu si’, không học cho nên không hiểu. Niết-Bàn là gì? Nói tới nói lui một hồi cũng không hiểu, nghĩ chết rồi, Niết-Bàn là không còn gì hết, nghe nói ‘củi hết lửa tắt’ lại còn sợ nữa, thành ra lại càng sợ. Nhưng thật ra là không phải, bài kinh này Đức Phật nói rất hay, chúng ta nghe tiếp đây.

“Do vin bám mà có bốn trú xứ của Thức. Những gì là bốn? Thức trụ nơi Sắc, vin bám Sắc, ham muốn Sắc, để tăng tiến, sanh trưởng rộng

lớn. Thức trụ nơi Thọ, Tưởng, Hành, vin bám Hành, ham muốn Hành, để tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn.

Đức Phật nói quá rốt ráo về bài kinh này. Bài kinh nói Thức của chúng ta (Thức là cái biết) dựa trên Sáu thức, đó là: Cái biết của mắt (tức là dựa vào mắt mà thấy, giống như mình thấy sắc này sắc kia); cái biết của tai (tức là mình nghe những âm thanh này kia, là do có sự biết đó); cái biết từ mũi ngửi mùi hương, cái biết của lưỡi do nếm được các vị, ngọt, cay đắng….; cái biết của thân xúc chạm cảm thấy êm ái, dịu dàng, cứng hay thô ráp gì đó; cái biết của ý (tức là biết về pháp, là mình nghĩ cái gì đó. Giống như mình nói cha mẹ, thì trong đầu mình nghĩ ra cha là thế nào, mẹ là thế nào. Hoặc nghe nói [đến] Phật là trong đầu mình tưởng tưởng Phật là thế nào). Đó gọi là Thức.

Thức này bám trên bốn nơi: bám vào Sắc (là thân thể vật lý này), bám vào Thọ (tức là cảm nhận của mình, đang dễ chịu hay khó chịu, hay không dễ chịu không khó chịu gì hết), bám vào Tưởng (tức là suy nghĩ của mình), bám vào Hành (tức là khía cạnh thiện ác trong suy nghĩ của mình). Do bám vào bốn điều đó mà Thức tăng trưởng, tăng thêm, rộng lớn hơn. Mấu chốt là chỗ đó thôi. Thì đừng bám vào nữa là xong, ý là Đức Phật nói vậy. Chúng ta nghe tiếp:

Tỳ-kheo, Thức ở nơi này, hoặc đến, hoặc đi, hoặc ở, hoặc khởi hoặc diệt, tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn. (Tức là do Thức bám vào bốn điều [Sắc, Thọ, Tưởng, Hành] (bám ở đây không phải bám theo nghĩa vật lý,

mà là nương tựa vào bốn điều đó) mà nó cứ khởi, tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn. Ở đây, nói là Thức đến đi, không phải là nói theo nghĩa vật lý nha).

Nếu ai nói rằng lại có pháp khác, ở đó Thức hoặc đến, hoặc đi, hoặc ở, hoặc khởi, hoặc diệt, tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn; thì đây chỉ có trên ngôn thuyết, chứ nếu hỏi đến, thì người ấy sẽ không biết, chỉ tăng thêm ngu si, vì đó chẳng phải là cảnh giới của nó. Vì sao? Bởi Tỳ-kheo, xa lìa tham dục đối với Sắc, triền phược của ý sanh đối với Sắc cũng sẽ bị đoạn trừ. Khi triền phược của ý sanh nơi Sắc bị đoạn trừ rồi, thì sự vin bám của Thức cũng sẽ bị đoạn trừ. Khi ấy, Thức không có chỗ trú, cũng không tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn trở lại. Khi triền phược của ý sanh nơi Thọ, Tưởng, Hành, nếu đã lìa tham dục rồi, thì sự vin bám của Thức cũng sẽ bị đoạn trừ. Khi ấy, Thức không có chỗ trú, cũng không tăng tiến, sanh trưởng rộng lớn trở lại.

Đoạn này hơi dài, thật ra chúng ta chỉ cần để ý, bây giờ làm sao xa lìa tham dục đối với Sắc, tức là mình đừng có tham muốn đối với Sắc này. Mình muốn đẹp, thân này đẹp, đó là tham muốn thô quá rồi. Sự tham muốn quan trọng đối với Sắc, là mình muốn có thân thể này, đó thuộc về Sắc ái kiết. Đó mới sâu, Sắc ái kiết bao gồm cả cái hiện hữu trong cõi Dục nữa nha, là muốn có thân thể. Nếu mình xa lìa được ham muốn đối với Sắc rồi, thì các triền phược (tức là những trói buộc) của ý đối với Sắc sẽ không còn nữa. Mà khi nó không còn nữa thì sự bám của Thức vào đó cũng không còn nữa. Vậy thì Thức không tăng trưởng, không rộng lớn nữa.

Tương tự như vậy, đoạn sau Đức Phật nói đối với Thọ, Tưởng, Hành.

Vì Thức không chỗ trụ, nên không tăng trưởng. Vì không tăng trưởng nên không có gì để tạo tác. Vì không có gì để tạo tác cho nên được an trụ. Vì đã an trụ nên biết đủ. Vì đã biết đủ nên được giải thoát.

Đọc tới đây là quý vị hiểu rồi đấy. Nguyên đoạn dài như vậy, thật ra tóm lại [quý vị] chỉ cần đừng có ham vào Thọ, Tưởng, Hành và đằng trước là Sắc, mình đoạn trừ sự ham đó. Do không có ham muốn nữa thì Thức không bám vào đó nữa. Mà không bám nữa thì Thức không tăng trưởng, không rộng lớn. Mà không tăng trưởng rộng lớn thì cuối cùng Thức không có chỗ nào trú nữa, thì nó diệt, có nghĩa là giải thoát. Đơn giản vậy thôi! Quay đi quay lại, nói có bấy nhiêu đó.

Vì đã giải thoát nên trong các thế gian không có gì để chấp thủ. Vì không có gì để chấp thủ nên không có gì để đắm trước. Vì không có gì để đắm trước nên tự mình giác ngộ Niết-bàn, tự biết: 'Ta, sự sanh đã chấm dứt, Phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, không còn tái sanh đời sau nữa'.

Đó quý vị thấy không ạ? Cho nên cuối cùng là không còn gì hết. Cho nên nguyên bài này là Kinh Bát Nhã. Sau này người ta viết lại Kinh Bát Nhã có Ngũ uẩn giai không, vượt qua hết tất cả khổ ách, đừng có bám vào Sắc. Nhưng bài kinh này nói rõ hơn, Thức là cái biết của mình, đừng có bám trên thân thể (tức là Sắc). Thật ra thân thể (là Sắc) là một yếu tố thôi, Sắc là mọi Sắc. Rồi đừng bám vào Thọ (cảm thọ), đừng bám vào Tưởng, đừng bám vào

Hành. Sắc, Thọ, Tưởng, Hành. Cái biết của mình đừng bám vào đó là xong.

Cho nên sau này Kinh Kim Cang (kinh phát triển) nói: "**Bất ưng trụ Sắc sanh tâm**". Tức là cũng nói bốn điều đó, không nên trụ vào Sắc mà sanh tâm, không nên trụ vào Sắc, Thọ, Tưởng, Hành mà sanh tâm. Cho nên Kinh Kim Cang là viết gọn lại đoạn này: **'Ưng vô sở trụ, nhi sanh kỳ tâm'**. Thật ra là đừng bám vào thân thể (là Sắc). Đừng bám vào cảm nhận của mình, dù khó chịu hay dễ chịu, dù vui hay không vui thì cũng đừng bám vào đó. Đừng bám vào suy nghĩ của mình, là đừng bám vào Tưởng. Đừng bám vào suy nghĩ ác hay không ác, thiện hay bất thiện (tức là đừng bám vào Hành), không cần bám vào. Nó trôi qua liên tục như vậy, không có chỗ bám nữa thì Thức không có chỗ bám. Do Thức không bám cho nên nó không tăng trưởng. Không tăng trưởng cho nên đối với thế gian chẳng có dính mắc gì nữa hết, thì giải thoát, Niết-Bàn. Là 'sự sanh đã dứt, Phạm hạnh đã lập, những gì cần làm đã làm xong, không còn tái sanh đời sau nữa'. Xong!

Từ đó [Đức Phật] mới nói tiếp nè:

Này Tỳ-kheo, Ta nói thức không trụ Đông, Tây, Nam, Bắc, bốn bên, trên, dưới, ngoại trừ ngay trong hiện tại mà sẽ nhập Niết-bàn, diệt tận, tịch tĩnh, thanh lương".

Thật ra nếu làm được vậy rồi, Thức bình thường diệt ở đây thì sẽ sanh ở chỗ kia. Trong Kinh A Hàm hay Kinh Nikaya nói: Thức ở cõi Người diệt (giả sử đọa làm Súc sanh) thì Thức ở Súc sanh sanh. Nhưng nếu người ta chứng Niết-Bàn rồi thì cũng vậy, Thức diệt thì hết luôn, nhập Niết-Bàn là hết

rồi, không còn nữa. Thức diệt hết thảy diệt rồi, chứ nó không trụ Đông, Tây, Nam, Bắc, bốn phương phụ, không có trên dưới 10 phương gì hết. Thức không trụ, không đi đâu hết, thì đó là xong.

Bấy giờ, các Tỳ-kheo sau khi nghe những điều Đức Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.

(Kinh 55. ƯU-ĐÀ-NA- Kinh Tạp A Hàm).

Quý vị thấy, thật ra tu đi tu lại có bấy nhiêu đó, nghe cho nhiều, nghe tới nghe lui, nghe xuôi nghe ngược, nghe tới lúc nào đó mình hiểu. Mình hiểu đó là trí văn. Rồi sau đó mình chịu khó tư duy (là thỉnh thoảng suy nghĩ chút), thỉnh thoảng suy nghĩ nhớ là Sắc không phải là ta; Thọ, Tưởng, Hành, Thức không phải là ta. Thức là mình đang biết, về nhà dọn cơm ra ăn, đang ăn ngon thì đang cảm thọ là ngon, đây là cảm thọ lạc, không phải là ta, đừng bám vào nó. Tức là mình tu Tứ niệm xứ chứ gì nữa. Rồi vô tắm, thấy mát mát dễ chịu, đó không phải là ta. Rồi đang bị chửi thì cũng đừng cảm thấy khó chịu, đó không phải là ta. Rồi đang suy nghĩ lung tung lang tang, suy nghĩ này cũng không phải ta, đừng có bám vào suy nghĩ nữa. Đang có khía cạnh thiện ác, ví dụ như tham đang khó chịu sân v.v… tất cả các khía cạnh trong 50 Tâm sở, là Hành đó, thì quý vị cũng đừng bám vào đó nữa. Cứ thường xuyên nhớ như vậy, tư duy như vậy là có trí tư.

Do nhiều lần huân tập, đến lúc nào đủ, đầu óc sáng suốt, sáng đến mức độ mà mình sống lúc nào mình cũng nhớ vậy hết trơn. Mình nhớ miết rồi sống cũng nhớ, ngủ cũng nhớ, nhớ hoài. Do như vậy không có tham đắm ở

trong đời này một thứ gì hết, thì giải thoát. Giải thoát một cách rốt ráo tịnh tĩnh, thì xong. Pháp của Phật dạy như thế là chứng quả. Còn không làm được thì cứ từ từ mà làm, đời này chưa hiểu thì cứ tu, đến đời tương lai, đời vị lai nào đó hiểu thì sẽ đủ.

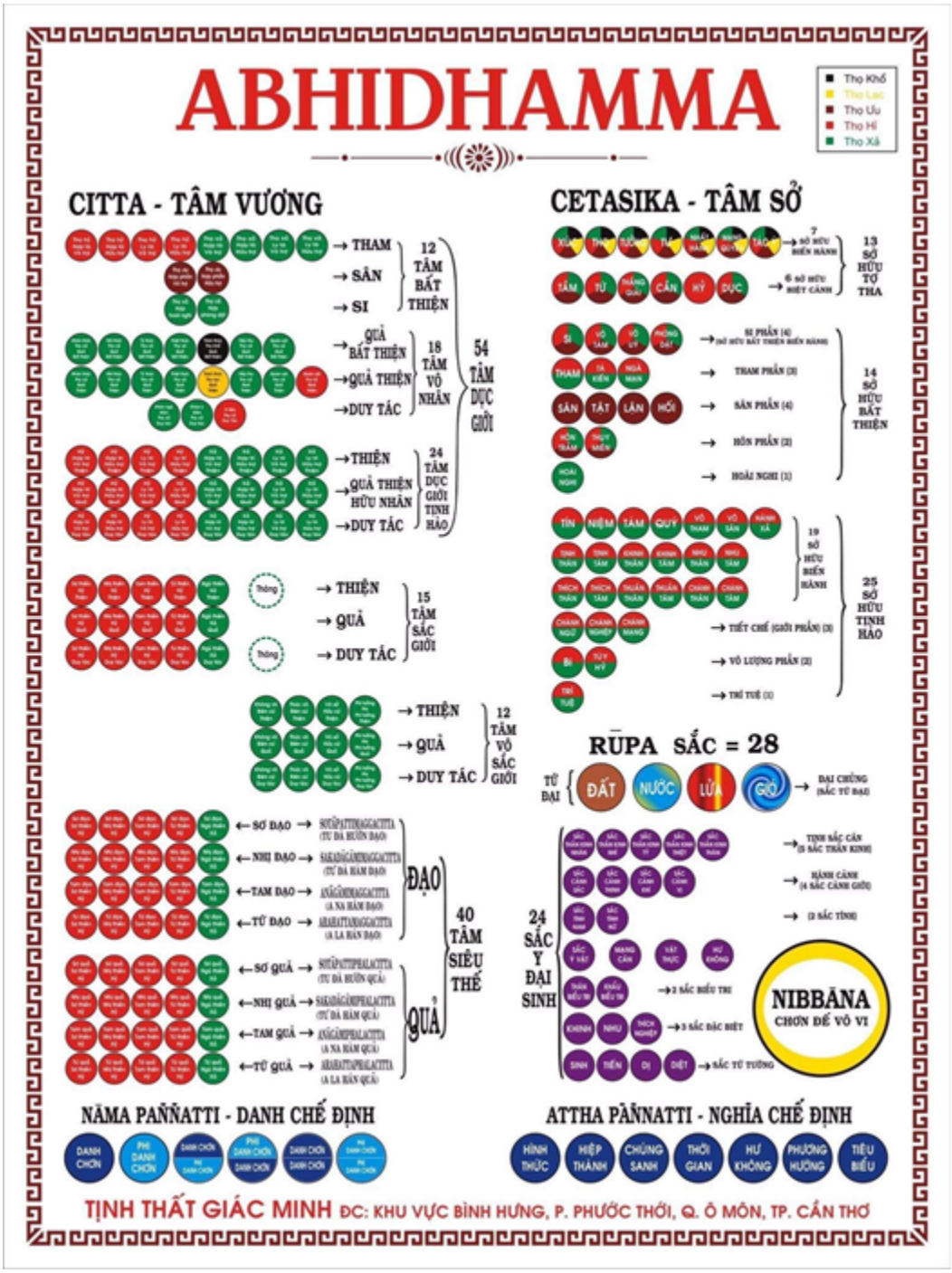
Nhưng nói chung, nghe qua rồi là có trồng căn lành, có trồng căn lành rồi thì sẽ có giải thoát. Trước sau gì rồi cũng sẽ giải thoát thôi, nhưng đủ duyên mới giải thoát. Duyên giống như hạt giống, hạt giống đã có trong hũ, phải bỏ ra nơi đất, phải tưới nước, phải có chăm sóc thì mới lên cây. Cũng vậy, nghe qua tai là đã có chủng tánh Bồ-đề, gọi là chủng tánh giác ngộ. Mà khi có chủng tánh giác ngộ, thì có thể một ngày nào đó chủng tánh đó đủ duyên [thì] sẽ giải thoát. Tức là cây đó gặp đủ nước, giống như cái hũ đó bỏ lâu ngày, đổ hạt đó ra đất, có đất rồi, sẽ có mưa xuống, nó sẽ nảy nở thì thành công.

Cho nên cứ nghe đi, đời này chưa thành thì từ từ, đời sau thành. Không có lo, cứ tu, đừng có mong hay không mong. Đức Phật nói trong bài kinh là: dù có mong hay không mong, giống như con gà ấp trứng, dù nó mong hay không mong gì cũng không quan trọng. Nà nó phải ấp nở đúng cách, nó ấp như vậy, đối với độ ấm như vậy, cách nằm như vậy v.v.. thì đến lúc nào đủ thì con gà con nở thôi. Cho nên là mong hay không mong không quan trọng, mà quan trọng là tu cho đúng và tu cho đủ.

Giống như vắt sữa bò, phải vắt đúng. Không phải muốn hay không mong muốn, hay chẳng mong muốn cũng chẳng không mong muốn, mà vắt

cho đúng. Vắt sữa bò là phải vắt đúng vú con bò, không thể vắt sừng bò, không thể vắt chân con bò mà thành ra có sữa được. Cho dù một đứa trẻ không muốn vắt sữa bò, nhưng nó cứ bóp đúng vú con bò có sữa, thì vẫn có sữa. Còn một ông rất muốn có sữa bò, nhưng bóp sừng con bò, thì không thể nào có sữa bò được, bóp chân nó thì không thể có sữa bò được. Vắt sữa là vậy, tu hành cũng thế, hãy ráng tu cho đúng, huân tập cho đúng.

Đó là đã chia sẻ phần Kinh tạng, bây giờ chúng ta vào phần Vi Diệu Pháp. Hôm nay chúng ta sẽ giới thiệu với quý vị [bảng] này, vì quên hoài, chúng ta muốn học thì nên nhớ bảng này một chút. Bảng này là bảng nêu, do Hòa thượng Tịnh Sự làm, và chỉ có ở Việt Nam dùng bảng này thôi nha. Trong một bảng này tóm tắt hết [được] Vi Diệu Pháp. Để cho dễ quý vị dễ theo dõi, thì Thiện Trang sử dụng giới thiệu qua bảng này thôi.



[Bảng này] chia các pháp theo Vi Diệu Pháp, quý vị có thấy được không ạ? [Có] Citta (Tâm vương) - và Cetasika (Tâm sở). Tâm vương có bao nhiêu tâm thì sẽ xếp hết lên đây. Chúng ta đang học tâm thì chúng ta dễ biết, ví dụ có 8 Tâm tham, [có] Tâm tham thọ hỷ, hợp tà, vô trợ; Tâm tham thọ hỷ, hợp tà, hữu trợ.... Nói chung ở đây có 8 Tâm tham. [Có] 2 Tâm sân [là]:

Tâm sân thọ ưu, hợp phẫn nộ, vô trợ, [và] Tâm sân thọ ưu, hợp phẫn nộ, hữu trợ. Rồi có 2 Tâm si [là]: Tâm si hợp hoài nghi với Tâm si [hợp] phóng dật. Đây là 12 Tâm bất thiện. Người ta vẽ cho mình ở đây 12 Tâm bất thiện rồi. Bảng nêu này rất là dễ nhớ. Thiện Trang sẽ để cho quý vị ở dưới đường link của bài giảng này trên YouTube và Facebook.

Chúng ta tới 18 Tâm vô nhân thì có 7 Tâm quả bất thiện thôi. Quý vị không nhớ thì coi trong này là đọc ra được. [Ví dụ] Tâm nhãn thức thọ xả là quả bất thiện. Cho nên người Lạc vô nhân là quả thiện thì nằm chỗ này. Ở trên tạo nghiệp là tâm nhân, còn [ở dưới đây] là 8 Tâm quả thiện. Còn bất thiện thì có 7 thôi, vì sao? Quả thiện thì có 1 Tâm quả thiện thọ hỷ, đó là Tâm quan sát thọ hỷ, còn [có] Tâm quan sát thọ xả [nữa]. Cho nên người Lạc vô nhân có 2 tâm đi đầu thai là: Tâm thọ xả và Tâm thọ hỷ. Thọ hỷ thì thông thường người này sanh về cõi Trời, [nhưng] cõi Trời tệ lắm. Còn [sanh] cõi Người [thì] là người Lạc vô nhân, [do] Tâm quả này trổ ra lúc mạng chung gọi là [Tâm] quan sát thọ xả quả thiện. Còn có 3 Tâm duy tác (Tâm duy tố) là Tâm quả của bậc A-la-hán. Những phần này học hết rồi, bữa nay mới giới thiệu, chứ hồi trước có giới thiệu [thì quý vị] cũng không hiểu gì.

Chúng ta xem tiếp [phần] dưới là [có] 24 Tâm dục giới Tịnh hảo, gồm có: 8 Tâm thiện: 4 Tâm thiện thọ hỷ (màu đỏ) và 4 Tâm thiện thọ xả. Có thọ hỷ, hợp trí, vô trợ/hữu trợ... 8 tâm. Rồi 8 Tâm thiện này cho ra 8 Tâm quả thiện Hữu nhân [và] Vô nhân ở trên nữa. Còn A-la-hán cũng có 8 Tâm thiện này.

Chúng ta có 24 tâm rồi. Xuống dưới là Tâm thiền Sắc giới, có Tâm Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, Ngũ thiền. Vi Diệu Pháp chia theo 5 chi thiền nên có năm [tầng] Thiền là: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, Ngũ thiền. Đây là Tâm thiện, mình tu hành thì mình được tâm thiện này. Còn khi nào sanh về đó [thì] được Tâm quả thiền. Rồi A-la-hán tu [là dùng] Tâm tố (hay Tâm duy tác), cho nên 5 tâm ở dưới là tâm A-la-hán. Còn hiện Thần thông là dùng Tâm tứ thiền của Kinh tạng hay Ngũ thiền của Vi Diệu Pháp. Mà hiện Thần thông, phàm phu là Tâm thông nằm ở đây [chữ thông ở trên]. Còn tâm hiện Thần thông của A-la-hán nằm ở đây [chữ thông bên dưới]. Đó là 15 Tâm sắc giới. Quý vị hiểu rồi đúng không ạ?

Mình coi tiếp, bốn tầng Thiền: Không Vô Biên Xứ, Thức Vô Biên Xứ, Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ là 12 Tâm vô sắc giới. [Ở trên] là 15 Tâm sắc giới. Nếu mình tu tập, gọi là Tâm thiện sắc giới, thì có 4 tâm này: [Không Vô Biên Xứ thiện, Thức Vô Biên Xứ thiện, Vô Sở Hữu Xứ thiện và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ thiện], 4 tâm, 4 tầng Thiền. Nếu mình sanh về đó rồi, thì đó là Tâm quả sắc giới, thì là 4 tâm này [Không Vô Biên Xứ quả, Thức Vô Biên Xứ quả, Vô Sở Hữu Xứ quả và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ quả]. Nếu là bậc A-la-hán tu thiền Vô sắc giới thì được 4 tâm này [Không Vô Biên Xứ Duy tác, Thức Vô Biên Xứ Duy tác, Vô Sở Hữu Xứ Duy tác và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ Duy tác]. Quý vị nhớ như vậy là dễ dàng, không có gì khó hết.

Tiếp theo là Tâm đạo, [thì] có bốn đạo: Sơ đạo, Nhị đạo, Tam đạo, Tứ đạo, với năm tầng Thiền theo Vi Diệu Pháp. Ví dụ như mình chứng được Sơ

thiền rồi, trong sát-na chuẩn bị chứng Sơ quả [thì] sẽ khởi lên Tâm sơ đạo Sơ thiền, rồi sau đó bắt xuống dưới này là Tâm sơ quả Sơ thiền. Còn nếu như mình tu đã chứng Nhị thiền rồi, sau đó mình chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn, thì tâm lúc đó là Tâm sơ đạo Nhị thiền, sau một sát-na thì xuống đây gọi là Sơ quả Nhị thiền. [Phần] này mình học hết rồi. Tương tự như vậy, Sơ đạo rồi tới Nhị đạo, Tam đạo, Tứ đạo A-la-hán. Chia theo bốn tầng thiền: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, Ngũ thiền.

Tương tự như vậy, sau khi chứng xong một sát-na đó thì trở lại Tâm quả. Ví dụ như người chứng được A-la-hán, mà trước đó họ đắc Tam thiền, thì tâm này gọi là Tứ quả Tam thiền thọ hỷ. Còn Ngũ thiền của Vi Diệu Pháp hay là Tứ thiền của Kinh tạng thì là thọ xả. Đó là 40 Tâm siêu thế chúng ta học hết rồi.

Đó là xong phần Tâm. Bảng này bên trái là Tâm, còn bên phải là Tâm sở. Chúng ta học bao nhiêu Tâm sở? Thứ nhất là 13 Tâm sở Tợ tha, gồm có: Xúc, Thọ, Tưởng, Tư, Nhất hành, Mạng quyền, Tác ý (gọi là 7 Tâm sở Biến hành), tiếp theo là 6 Tâm sở Biệt cảnh (ở đây người ta dùng chữ Sở hữu tâm hay là Tâm sở cũng vậy thôi): Tầm, Tứ, Thắng giải, Cần, Hỷ, Dục.

Tiếp theo là 14 Tâm sở Bất thiện, gồm có: 4 Tâm sở Bất thiện Biến hành: Si, Vô tàm, Vô úy, Phóng dật. Tham phần [gồm có]: Tham, Tà kiến, Ngã mạn. Sân [phần] là: Sân, Tật, Lận, Hối. Thụy miên, Hôn trầm thì thuộc Hôn phần. Và Hoài nghi. Chúng ta đã học hết mấy [phần] này rồi.

Tiếp theo chúng ta học đến 25 Tâm sở Tịnh hảo, gồm có: Tín, Niệm,

Tàm, Quý, Vô tham, Vô sân, Hành, Xả, Tịnh thân - Tịnh tâm, Khinh thân - Khinh tâm, Nhu thân - Nhu tâm, Thích thân - Thích tâm, Thuần thân - Thuần tâm, Chánh thân - Chánh tâm. 3 Giới phần là: Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. 2 Vô lượng phần là: Bi và Tùy hỉ. Và 1 Tâm sở trí tuệ. Tổng cộng là 25 Tâm sở Tịnh hảo. [Phần] này quý vị cũng học rồi, bảng này chẳng qua là để nêu lại.

Ở đây quý vị để ý giùm, bảng này, ở trên [góc bên phải], người ta đánh cho mình có: Thọ khổ, thọ lạc, thọ ưu, thọ hỷ, thọ xả [theo màu], cho nên rất dễ cho chúng ta. Chúng ta nhìn vào [mục] nào đó, ví dụ như thọ khổ là chỗ Tâm quả Bất thiện, Thân thức thọ khổ, quả bất thiện nằm ở đây. Còn Tâm sở Xúc này thì có 5 thọ, tại vì Xúc là tiếp xúc, tiếp xúc rõ ràng có khi thọ khổ, có khi thọ lạc (thọ lạc màu vàng, thọ ưu là màu nâu, thọ hỷ màu đỏ và thọ xả là màu xanh). Còn có những cái chỉ có 1 thọ thôi, màu sắc xanh này là thọ xả thôi.

Bảng này quá hay! Ví dụ như chỗ Sân phần, Sân thì chỉ có thọ ưu thôi, không chạy đâu hết. Cho nên Sân, Tật, Lận, Hối là màu [nâu] hết. Quý vị nhìn vào đây là quý vị nhớ rất rõ, không có gì khó khăn. Như vậy chắc quý vị hiểu rồi nha.

Còn một cái cuối cùng là 28 Sắc pháp, gồm có Bốn đại là: Đất, Nước, Lửa, Gió, gọi là bốn Đại chủng và 24 Y đại sinh. Y đại sinh tức là nương theo Tứ đại này mà có 24 [điều] nữa. [Phần] này chúng ta chưa học, [để] bữa nào giảng xong Lộ trình tâm thì giảng lại [phần] này. Có 24 Y đại sinh, chia

ra mấy phần: Tịnh sắc căn có 5 thứ; Hành Cảnh [có] 4; Sắc tính thì có: Sắc tính nam, Sắc tính nữ; rồi có Sắc vật thực, Sắc biểu tri, Sắc đặc biệt và Sắc tứ tướng. Cuối cùng để một cái Niết-Bàn Chơn Đế Vô Vi.

Quý vị hiểu được những điều đó là được rồi, còn về Danh chế định với Nghĩa chế định thì chưa học. File này là trên mạng, do Tịnh Thất Giác Minh làm. Quý vị thấy rõ ràng là như vậy nha! Hôm nay giới thiệu luôn cho quý vị Tâm sở như vậy là được rồi. Chúng ta hiểu rồi, quý vị có thể coi lại bảng này. Bảng này có thể coi dễ dàng trên mạng, trên mạng có nhiều lắm, quý vị tìm nha. Giới thiệu [như vậy], nếu quý vị không hiểu thì sẽ coi sau, sẽ để bài đó. File này là dễ coi nhất, vì đầy đủ. Có những file trống trơn, khó coi, còn file này người ta chia tới 5 thọ, chia ra đủ màu sắc, rồi ghi luôn chữ, coi cái đó là quý vị nhớ hết. Cho nên hồi xưa, Hòa thượng Tịnh Sự làm bảng đó, người ta hỏi ngài giảng cái gì? Ngài nói tôi giảng có một trang giấy, là tờ này thôi. Người ta kêu có một trang giấy như vậy, có gì đâu. Nhưng một trang đó mình học nguyên bộ Vi Diệu Pháp, quá trời thứ trong đó.

Hôm nay chúng ta sẽ học tới phần Vi Diệu Pháp tiếp theo.

Lộ trình tâm hiện Thần thông (Hóa thông)

Thần thông, đối với chúng ta cũng không quan trọng lắm, nhưng cũng nên học cho biết.

1.Năm thần thông (Thắng trí):

Xem chi tiết trong bài Kinh Sa Môn Quả (*Kinh Số 2 trong Kinh Trường Bộ*), hoặc nhiều bài kinh khác cũng có nói.

a.Biến hóa thông (iddhividhāñāṇa): Khả năng đi trên nước, trên không hay biến hình đổi dạng…

Có những khả năng đi trên nước, trên không, bay… hoặc kiết già trên hư không như trong Kinh Trường Bộ nói. Rồi bàn tay có thể rờ đến mặt trăng, ngồi kiết già, đi trên hư không, rồi đi ngang qua vách qua tường. Đó trong Kinh Sa Môn Quả có nói, quý vị có thể coi đầy đủ trong đó. Đó gọi là biến hóa thông.

b.Thiên nhãn thông (*dibbacakkhuñāṇa*) gồm có hai loại:

+Khả năng thấy được những hình ảnh vi tế hay xa khuất mà mắt thường không thấy được.

Ví dụ như bình thường mình không thấy được những cái nhỏ nhỏ, nhưng tới lúc đó mình thấy được những cái nhỏ nhỏ, hoặc những cảnh giới khác như Địa ngục v.v… hoặc những cái khuất mắt. Ví dụ như che khuất không thấy được, nhưng có Thiên nhãn thông thì thấy được. Quý vị muốn coi kĩ thì coi trong bài kinh đó, ở đây chúng ta chỉ nói lược thôi.

+Khả năng thấy được hành nghiệp nào đã dẫn đưa các loài chúng sinh siêu người đọa với những hoàn cảnh khác nhau. Loại Thiên nhãn thông này còn được gọi là Sanh tử minh (*cutūpapātañāṇa*).

Tức là khi có Thiên nhãn thông thì quý vị có thể thấy được tại sao họ

đọa vô đó, họ làm hành nghiệp gì mà đọa vô đó. Ví dụ quý vị thấy người đó làm gì đó cho nên đọa, hoặc làm gì cho nên siêu lên cõi Người. Hai khả năng đó đều thuộc về Thiên nhãn thông. Và loại này có khi người ta gọi là Sanh tử minh, là trí sáng suốt về sanh tử.

c.Thiên nhĩ thông (*dibbasotañāṇa*): Khả năng nghe được những âm thanh mà thính giác của người thường không thể nghe được.

Trong Kinh Sa Môn Quả hay là nhiều kinh [khác], quý vị thấy Thiên nhĩ thông là nghe được hai thứ tiếng: chư Thiên và loài Người. Đó là Thiên nhĩ thông bình thường. Còn có [loại] có thể nghe được nhiều hơn nữa, bình thường mình không nghe được nhưng tới khi có Thiên nhĩ thông thì có thể nghe được nhiều hơn.

d.Tha tâm thông (paracittavijānanañāṇahay cetopariyañāṇa): Khả năng đọc hiểu được suy nghĩ của người khác rõ ràng như biết bản thân mình đang nghĩ gì.

Khi có Tha tâm thông thì người ta có khả năng đó, người ta biết được người khác nghĩ gì, khởi tâm nghĩ gì là biết luôn, đó là Tha tâm thông. Ví dụ như quý vị đang nghĩ xấu về Thiện Trang, Thiện Trang có Tha tâm thông, thì Thiện Trang biết liền.

Cho nên ở trong bài kinh, quý vị nhớ câu chuyện, có bà Cư sĩ mà hộ trì cho 60 vị Tỳ-kheo trong mùa hạ. Cuối cùng mấy vị Tỳ-kheo không chứng quả mà bà chứng Tam quả A-na-hàm, xong bà có Thần thông. Tức là bà chứng A-na-hàm rồi, do đời trước bà tu thế nào mà có Thần thông. Ông Tỳ-

kheo kia tới đó nhập hạ thì bả biết hết suy nghĩ. Cho nên ổng nghĩ muốn ăn cái gì là bả nấu cho món đó, nên ổng sợ quá trời. Cuối cùng nhờ vậy mà nấu cho đúng món ăn thích hợp, ổng thích cái gì được cái đó, nấu ăn đúng như vậy. Cuối cùng ổng biết bà này có Thần thông như vậy cho nên ổng sợ, không dám nghĩ gì. Nhờ cho đúng đồ ăn thích hợp v.v… nên ổng chứng quả giải thoát. Và bà cũng giúp những vị Tỳ-kheo kia như vậy, bà thấy mấy vị Tỳ-kheo đó do ăn uống không thích hợp nên không chứng quả, bà giúp nên mấy vị đó chứng quả. Thì đó, câu chuyện là như vậy.

e.Túc mạng thông (*pubbenivāsānussatiñāṇa*): Khả năng nhớ được những đời sống quá khứ của mình và người khác. Loại Thiên nhãn thứ hai đã nói ở trên là khả năng thấy được Nhân sanh tử (loại [Thần thông] thứ hai ở trên là Thiên nhãn thông)**, còn Túc mạng thông này là khả năng thấy được Quả sanh tử.**

Tức là [Thiên nhãn thông] thấy nhân thôi, còn [Túc mạng thông] là thấy quả. Tức là nếu có Túc mạng thông thì mình có thể thấy được (biết được) đời quá khứ này kia, trải qua bao nhiêu đời, bao nhiêu kiếp. Trong Kinh Sa Môn Quả nói là biết được một đời, trăm đời, ngàn đời hay trăm ngàn đời, nhiều thành kiếp, nhiều hoại kiếp. Rồi ta có tên như thế này, [ở] tại đó, đời sống như thế này, có cha như thế này, mẹ như thế này v.v… Đó gọi là Túc mạng thông. Và Túc mạng thông này biết được cả [quá khứ] của chúng sanh khác nữa.

***Khả năng Thần thông của mỗi người không thể nào giống nhau.**

Trình độ cao thấp, ít nhiều là tuỳ thuộc vào túc duyên quá khứ đã tu tập dày mỏng ra sao.

Khả năng Thần thông thật ra không có giống nhau, mỗi người tu tập, cho dù có Thần thông thì cũng không giống nhau. Có người thì biết một đời, mười đời, trăm đời, ngàn đời v.v.. Có người thì biết cái này, [có người biết cái kia], rồi biến hoá, không có giống nhau. Cho nên ngài Mục Kiền Liên là Thần thông Đệ nhất, vì ngài có phát nguyện rồi. Hay là cô Liên Hoa Sắc cũng là Thần thông Đệ nhất ở bên Ni. Những người đó do nhiều đời tu tập khác nhau.

Những điều này chúng ta học cho biết thôi, chứ cũng không quan trọng lắm.

2. Định nghĩa: Lộ trình tâm hiện Thần thông là tiến trình tâm sanh khởi khi vị hành giả thể hiện thần thông.

Tức là khi thể hiện Thần thông thì Lộ trình tâm của mình như thế nào? Bữa giờ chúng ta học Lộ trình tâm nhập Thiền rồi đúng không ạ? Lộ trình tâm khi chết có hai [Lộ trình tâm]: Một là Lộ trình tâm theo Ngũ môn, hai là [Lộ trình tâm] Ý môn. Lộ trình tâm nhập Thiền, rồi Lộ trình tâm thời Bình nhật. Tham, sân, si như thế nào thì chúng ta có học rồi. Hôm nay chúng ta học về Lộ trình tâm (tức là tâm mình như thế nào) khi mình hiện Thần thông, nếu như mình có Thần thông. Còn không có, thì thôi.

3.Lộ trình tâm Hiện thần thông:

Hầu hết những người đã đắc tối thiểu là Ngũ thiền Sắc giới đều có khả năng thực hiện các loại Thần thông cơ bản.

Có nghĩa là quý vị phải đắc Ngũ thiền (tức là Tứ thiền của Kinh tạng) thì mới thực hiện được Thần thông. Thực ra ở [tầng Thiền] dưới cũng có Thần thông rồi, nhưng Thần thông không đáng kể, không có chắc. Giống như trong Kinh Tạp A Hàm, quý vị thấy, chứng đến Nhị thiền của Kinh tạng (là Tam thiền trong Vi Diệu Pháp) thì có thể thực hiện là lấy một nắm đất thôi mà ngăn được dòng chảy của con sông Hằng. Có thể lấy vài cọng lau cột được gió (tức là ngăn được gió). Nhưng đó là Nhị thiền [của Kinh tạng], tức là Tam thiền trong Vi Diệu Pháp. Nhị thiền thì có khả năng đó, nhưng khả năng đó yếu, không đủ mạnh. Muốn đủ mạnh, muốn chắc chắn thì phải tu đến Tứ Thiền của Kinh tạng, và đây là Ngũ thiền của tạng Vi Diệu Pháp.

Thần thông không cần đến trình độ định Vô sắc, nên dù hành giả có chứng 4 tầng thiền Vô sắc giới mà khi muốn hoá hiện Thần thông cũng phải sử dụng Ngũ thiền Sắc giới *(tức là Tứ thiền Sắc giới theo kinh tạng)*.

Tức là dù có chứng Thiền đến Không Vô Biên Xứ, Thức Vô Biên Xứ, Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ, khi muốn hiện Thần thông thì không dùng mấy Thiền đó, mà dùng Tứ thiền Sắc giới (là một trạng thái không hỷ, không lạc nữa. Phải là xả niệm, thanh tịnh và nhất tâm). Các bài trước chúng ta đã học rồi nha, ở đây không nhắc lại. Tức là Tứ thiền Sắc giới theo Kinh tạng và là Ngũ thiền ở trong Vi Diệu Pháp này, mình dùng

[Thiền] đó thôi thì mới có Thần thông. Muốn dùng thế nào thì ở đây có chia ra mấy bước.

Giả sử quý vị chứng được Thiền tới đó rồi thì có Thần thông. Bây giờ muốn có Thần thông thì phải làm sao mới có, chứ không phải chứng Thiền là mặc định có Thần thông.

3a. Bước 1: Muốn hoá hiện Thần thông thì trước hết phải nhập Thiền cơ *(padakajjhana)* bằng cách chú nguyện rằng "Ngũ thiền Sắc giới nào tôi đã chứng đạt xin hãy xuất hiện nơi tôi", rồi chú niệm vào 1 trong 10 đề mục Biến xứ *Kasina* (không dùng đề mục khác được).

Tức là 10 đề mục Biến xứ thích hợp, không dùng đề mục khác được. Nghĩa là gì? Đầu tiên quý vị muốn có Thần thông, [thì] phải chứng đến Tứ thiền Sắc giới (tức là Ngũ thiền của Vi Diệu Pháp) đã, rồi sau đó mình phải nhập Thiền cơ. Tức là trước đó mình phải chú nguyện đã, chú nguyện rằng: "Trước giờ tôi chứng được Thiền nào thì hãy xuất hiện hết cho tôi". Rồi dùng 10 đề mục Biến xứ Kasina: Đất, Nước, Lửa, Gió, Xanh, Vàng, Đỏ, Trắng, Hư không, Ánh sáng, 10 đề mục Biến xứ đó là cơ bản.

Giống như chúng ta thường tu [đề mục] đó, Thiện Trang giới thiệu cho quý vị đề mục tu Xanh, Vàng, Đỏ, Trắng bằng bóng đèn. Tại vì trong [Luận] Thanh Tịnh Đạo chỉ làm cục tròn tròn đúng không? Thì ở đây mình làm cục tròn tròn, mình đổi thành cái bóng đèn bấm màu ở trong đó, tu màu xanh thì bấm màu xanh. Như ở đây Thiện Trang dùng màu đỏ, [nhưng] trên video quý vị thấy màu đỏ không rõ lắm, thấy màu trắng không à, do camera

bắt màu không đúng, không chuẩn, thực tế ở đây là màu đỏ. Do tu tập nhiều thì có cách, quý vị coi lại những bài cũ.

Mình tu để xuất hiện đến Tứ thiền Sắc giới (tức là Ngũ thiền), [dùng] 10 đề mục: Đất, Nước, Lửa, Gió, Xanh, Vàng, Đỏ, Trắng, Hư không, Ánh sáng, dùng [đề mục] nào cũng được. Mình muốn xuất hiện đề mục Thần thông nào, thì mình chọn đề mục cho phù hợp. Ví dụ như bây giờ mình muốn [toàn] là nước không [thôi]. Giống như ngài Mục Kiền Liên, thấy Vua trời Đế Thích mới xây xong tòa lâu đài rồi khoe, [nên ngài] làm nó rung chuyển. Ngài nhập đề mục thiền Biến xứ nước. Ngài thấy lâu đài nằm trên hồ nước, nên ngài nhấn cho nước rung lắc, thì lâu đài lắc theo. Đó là ngài phải nhập Ngũ thiền về Biến xứ nước.

Còn quý vị muốn bay thì dùng các đề mục, ví dụ như đề mục Gió. Tức là mình [phải] nhập đề mục Gió, rồi mình mới bay như gió. Hoặc là mình dùng đề mục khác, có thể dùng đề mục Hư không. Muốn đi qua tường thì mình phải dùng đề mục Hư không, mình biến hết toàn bộ tường, mình nhập vào đó thì mình toàn thấy là hư không trống rỗng. Hoặc là đi qua tường, mình cũng có thể dùng đề mục Biến xứ màu, như màu Xanh, Vàng, Đỏ, Trắng. Ví dụ như [ở] đây Thiện Trang dùng đề mục màu Hồng, thật ra ai mà nhập Thiền là biết rồi đúng không ạ? Chỉ cần khi nhập đến Nhị thiền, mình có thể thấy Trì tướng là toàn bộ màu đó không [thôi]. Cái nhà của mình biến mất, toàn bộ chỉ có màu đó thôi, rộng mênh mông như vậy, thì mình đi qua được.

Nhưng xin lỗi quý vị! Nếu là Nhị thiền, thì mình thấy mình đi ở trong

đó, nhưng người ngoài vẫn chưa thấy. Nhưng Tứ thiền thì chắc chắn mình thấy đi trong đó, thì người ngoài họ mới thấy. Họ thấy giống thật như vậy. Còn Nhị thiền thì không biết, điều đó phải có người kiểm chứng. Thiện Trang thì chưa tu đến Ngũ Thiền cho nên không biết, chưa có kiểm chứng được. Cho nên học nói lý thuyết thôi, quý vị kiểm chứng được thì cố gắng kiểm chứng. Còn Nhị thiền, Tam thiền thì có thể kiểm chứng được, là khi mình nhập vào đề mục đó, [thì] mình thấy rõ ràng cái nhà mình biến mất rồi, toàn bộ là màu hồng như thế này thôi. Quý vị đi qua tường, người ta thì thấy tường, nhưng mình không thấy tường, gọi là đi xuyên qua.

Lộ trình tâm nhập Ngũ thiền này như sau (đã học bài ở trước)

Hộ kiếp Rúng động ➤ Hộ kiếp Dứt dòng ➤ Khai ý môn ➤ (Chuẩn bị) (bước Chuẩn bị này thì có thể có [hoặc] không. Người Độn căn thì mới có, còn người Lợi căn không cần bước Chuẩn bị này đâu) ➤ Cận hành ➤ Thuận thứ ➤ Chuyển tánh ➤ Ngũ thiền Sắc giới …

(Người lợi căn thì không có: Tâm chuẩn bị). Không có bước này.

[Lộ trình] này hôm bữa đã vẽ sơ đồ rồi nha, bữa nay vẽ lại kiểu này cho quý vị thấy thôi.

Tâm Ngũ Thiền Sắc giới xuất hiện liên tục nhiều lần (tức là mình phải nhập Thiền nhiều lần), **suốt một thời gian hay trong một giây (*vinadi, nadi)*. Đây gọi là Thiền cơ.** (Tức là mình nhập Ngũ thiền trong một thời gian. Thực ra nhanh lắm, qua một giây thôi nhưng nó vào vô số sát-na Thiền rồi).

Đó là bước thứ nhất. Nhớ là phải Ngũ thiền (tức là Tứ thiền của Kinh tạng) nha.

3b.Bước 2. Khi xuất khỏi Ngũ thiền thì liền chú nguyện điều mình muốn hoá hiện, như muốn bay lên hư không thì chú nguyện rằng: "Xin cho cơ thể tôi hãy bay bổng lên không". Hoặc nếu muốn nhìn thấy cõi Địa ngục thì chú nguyện: "Xin cho tôi thấy được nếp sinh hoạt dưới Địa ngục"...

Tức là vừa nhập Thiền xong, ra là chú nguyện liền. Ví dụ mình muốn bay [lên] hư không, hay là muốn thấy cảnh giới Địa ngục, hay muốn nghe các tiếng chư Thiên và loài Người, muốn biết tâm của người, hay muốn đi ngang qua vách, đi ngang qua tường, muốn hiện một con đường dài đi trên đó, hoặc là muốn độn thổ. Muốn độn thổ thì mình dùng đề mục nào, quý vị biết không ạ? Muốn độn thổ thì mình dùng đề mục Nước, mình nhập đề mục đó, mình nghĩ toàn bộ đều là nước hết. Khi đó mình chui xuống nước, thì người ta thấy mình chui xuống đất. Người ta thấy mình chui xuống đất, còn mình thì thấy mình chui xuống nước thôi, nước thì chui được. Đó là đề mục [Nước]. Lát nữa chúng ta sẽ hiểu nguyên nhân, bây giờ tạm nói như vậy đã.

Lộ trình tâm trong lúc đang ước nguyện được gọi là Lộ trình tâm Liệu sự *(parikammavithi)* như sau:

Hộ kiếp Rúng động ➤ Hộ kiếp Dứt dòng ➤ Khai ý môn ➤ 7 lần Đổng lực ➤ Hộ kiếp. (Lộ trình tâm này thông thường tái hiện nhiều lần).

3c.Bước3. Sau khi ước nguyện xong, hành giả lại nhập Thiền cơ

một lần nữa, Lộ trình tâm Thiền cơ này cũng giống như lần thứ nhất. (Tức là nhập lại Ngũ thiền lần nữa. Cho nên muốn hiện Thần thông cũng phải làm nhiều bước như vậy đó).

Khi vừa xuất hiện khỏi Thiền cơ lần thứ hai (tức là xuất khỏi Ngũ thiền), thì **Lộ trình tâm Hiện thần thông xuất hiện *(Abihinnavithi),*** (lúc này khỏi cần suy nghĩ gì thì cũng tự hiện Thần thông thôi). **Đồng thời những gì hành giả đã ước nguyện khi nãy, bây giờ đều thành tựu.** (Những gì mình ước nguyện muốn hiện Thần thông thì sẽ thành tựu hết, khi nhập lại nữa).

Lộ trình tâm Hiện Thần thông như sau:

Hộ kiếp Rúng động ➤ Hộ kiếp Dứt dòng ➤ Khai ý môn ➤ (Chuẩn bị) (người căn cơ Độn căn (Trì căn) thì mới có bước Chuẩn bị, còn không thì vô luôn) ➤ Cận hành ➤ Thuận thứ ➤ Chuyển tánh ➤ Tâm hiện thông … ➤ Hộ kiếp.

Tức là [Tâm] hiện thông này có thể xuất hiện một loạt: Tâm hiện thông -> rồi Hộ kiếp; Tâm hiện thông -> rồi Hộ kiếp… Thật ra chỉ cần một lần thôi là đủ rồi, nhưng hiện nhiều thì mới chui qua được chứ. Có nhiều người sẽ thắc mắc tại là lại như vậy, làm sao có thể hiện Thần thông? Theo Vi Diệu Pháp giải thích như sau:

Tức là Sắc là những gì bên ngoài, như: Đất, Nước, Lửa, Gió, rồi thân mình biến hình.. Tại sao lại làm được? Tại vì nguyên tắc là có 4 yếu tố sanh Sắc (chúng ta có học trong bài trước rồi):

1. Sắc là do Nghiệp sanh: ví dụ mình bị bệnh gì đó do Nghiệp, hoặc là thân thể này ốm, to, nhỏ gì đó, lúc mới đầu thai đó.

2. Sắc do Tâm sanh.

3. Sắc là do thời tiết sanh: Ví dụ [trời] nóng hay lạnh gì đó v.v... ảnh hưởng tới mình. Mình [bị] còi cọc, mập hay ốm, đen, xấu gì đó là do thời tiết. Nắng quá bị đen, đó là do thời tiết.

4. Sắc do vật thực sanh: tức là do ăn uống v.v...

Cho nên 4 yếu tố đó ảnh hưởng tới Sắc. Thế thì hiện Thần thông là vì sao có? Là do khi mình nhập vào Thiền quá sâu, hay là Thiền mạnh (là Ngũ thiền [của Vi Diệu Pháp] hay Tứ thiền [của Kinh tạng]. Khi nhập vào Thiền đó thì tâm mình mạnh quá, cho nên Sắc (Sắc do 4 yếu sanh: do nghiệp, do tâm, do thời tiết và do vật thực), thì lúc này tâm mạnh, cho nên Sắc của tâm mạnh hơn, nó đè ép 3 Sắc kia, nên Sắc theo tâm sanh liên tục. Vì vậy, lúc này nó tạo cảnh theo Sắc tâm. Mình muốn tạo cảnh nước nhiều thì nó tạo nước nhiều, muốn tạo cảnh gió nhiều thì tạo ra gió nhiều.

Nguyên tắc ở trong Kinh tạng, Đức Phật nói: Tỳ-kheo có Thần thông muốn biến cây khô thành lửa, vì sao cây khô đó thành lửa được? Bởi vì trong cây đó thực ra có Bốn đại: Đất, Nước, Lửa, Gió. Nó có lửa trong đó, nhờ sức Thiền định mà yếu tố lửa phát mạnh hơn, như vậy là Sắc do lửa (lửa là Sắc mà) mạnh hơn nên cây đó thành lửa.

Tương tự nước và gió cũng vậy. Tức là trong một vật nào đó luôn luôn

có Bốn đại, nhưng cái này đang lấn cái kia thôi. Nếu có sức thiền lực thì nó sẽ tạo lại, ép lại. Do vậy một người muốn hiện Thần thông, ví dụ bây giờ mình muốn hiện toàn bộ là nước, thì thật ra lúc đó Sắc trong 24 Y đại sinh và Bốn đại: Đất, Nước, Lửa, Gió (là 28 thứ, lúc nãy mình nói đó), lúc này Sắc của nước liên tục, nó mạnh theo ý của mình, cho nên cuối cùng thấy nước không. Nguyên tắc là như vậy. Quý vị hiểu không ạ? Đó là do nó sanh liên tục như vậy, như vậy… thì tạo ra hiện tượng đó.

4. Ví dụ: Muốn hiện Thần thông đi trên mặt nước một con sông.

Giả sử quý vị đi qua sông, bị giặc đuổi chạy tới sông rồi, bây giờ muốn đi qua sông bằng một con đường hiện Thần thông đi qua mặt nước, thì bây giờ làm sao đi? Người thường thấy mình đi qua mặt nước, nhưng thực tế là mình sẽ hiện ra một con đường ở trên mặt nước luôn, bằng cách nào?

+**Bước 1: Nhập vào đề mục thiền Biến xứ đất.**

Tức là mình chọn đề mục thiền Biến xứ đất, mình phải tu đề mục Biến xứ đất đó cho nhuần nhuyễn. Tức là mình phải tu [đề mục] Biến xứ đất đến Ngũ thiền [trong Vi DIệu Pháp], Tứ thiền trong Kinh tạng. Mình phải làm một cục đất tròn tròn, màu hồng, rồi cứ ngồi thiền, cứ quan sát, làm sao tập trung tâm để đắc Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền (Tứ thiền Kinh tạng hay Ngũ thiền của Vi Diệu Pháp). Bây giờ làm sao mình nhập nhanh lên để vào.

+**Bước 2: Khi Lộ trình tâm Nhập thiền kết thúc, thì lập nguyện: "*Hãy có một con đường băng qua sông này*".**

Mình phải có nguyện đó, cho nên nhiều người đắc tới Tứ thiền, nhưng không ai chỉ cho Thần thông là không biết đâu, [nên] không có Thần thông được.

Với người đã đắc Thiền thì lời nguyện này được thực hiện bằng một niệm bất động. Lúc đó ấn tượng về con đường kia hiện ra qua Ý môn để hiện ra 2 sát-na Hộ kiếp Rúng động và Hộ kiếp Dứt dòng. (Thực ra đơn giản vậy thôi, nó ấn tượng điều đó hiện trong Ý môn rồi, tức là trong đầu mình có rồi). **Tiếp theo sau là Khai Ý môn, thì đề mục Đất hợp trí thọ xả sẽ xuất hiện 4 lần (hoặc 3 lần)** (4 lần là dòng: Chuẩn bị) -> Cận hành -> Thuận thứ -> Chuyển tánh. Còn nếu 3 lần là: Cận hành -> Thuận thứ -> Chuyển tánh thôi. Tùy theo căn [tánh mỗi] người), **để làm nhiệm vụ Cận định là: (Chuẩn bị), Cận hành, Thuận thứ và Chuyển tánh.** (Sát-na Chuẩn bị này có thể không cần tại, vì đối với người nhập Thiền rất cao thủ thì người ta cần 3 sát-na thôi).

+**B3: Ngay sau sát-na Chuyển tánh Tâm thiện (hoặc Tâm tố đối với A-la-hán) Ngũ thiền Sắc giới** (Tâm chuyển tánh này, là Tâm thiện đối với người thường, còn đối với A-la-hán là Tâm tố. Thì lúc đấy sẽ là Ngũ thiền Sắc giới), **xuất hiện trong một sát-na. Lúc này tâm Thiện (hoặc Tố) Ngũ thiền Sắc giới được gọi là Tâm thắng trí hay tâm Thông.** (Bình thường là tâm Ngũ thiền, nhưng bây giờ là tâm Thông (là tâm hiện Thần thông đó).

+**B4: Sau đó là Tâm Hộ kiếp xuất hiện và coi như đã xuất thiền. Ngay lúc này người hiện Thần thông đã có thể bước đi trên mặt sông.**

Lúc này họ sẽ thấy có con đường bằng đất đi qua sông, họ đi bình thường. Người khác thì thấy: Ôi! Người đó đi trên nước kìa, đi qua sông kìa. Nhưng thực tế mình thấy như vậy, vì lúc đó tâm mình ở trong trạng thái đó.

Nói thì dài dòng như vậy, nhưng trong thực tế, thời gian thực hiện một Thần thông chỉ là nháy mắt. Đó là lý do tại sao Đức Phật gọi Thần thông là *iddhi* (ước nguyện hay ý muốn, từ động từ *ijjhati* là mong muốn).

Mình nói thì dài dòng vậy, chứ thực tế là trong nháy mắt thôi. Nhập Thiền -> thoát Thiền -> nhập Thiền -> thoát Thiền... -> ước muốn (nhập Thiền rồi mình ước muốn như vậy) -> ra [Thiền] -> rồi nhập Thiền thêm lần nữa là xong. Tâm hiện Thần thông đó tự động chạy ra là thành thôi.

Ở đây cũng xin nói luôn, có một số đồng tu tu [các] đề mục, ví dụ như hôm trước có đồng tu hỏi về đề mục Gió, hoặc một số đồng tu hỏi một số đề mục khác. Họ trải nghiệm nói là thấy mình bay được, [tu] đề mục Gió thì mới bay được, còn [các] đề mục [khác], ví dụ như [đề mục] Biến xứ [màu], [thì] có đồng tu hay là một số người thực hành thấy có khi căn nhà biến mất đi mà hiện ra nguyên khối tròn bự màu xanh, hoặc là hiện ra giống như cái lồng, một khối trụ, v.v… Mình đi như vậy thì có phải Thần thông chưa? Hoặc có người thấy mình bay trong đó, [thì phải] Thần thông chưa?

Thiện Trang nói: Muốn biết có bay [được] hay không thì lấy điện thoại để quay, quay xem thử thấy mình bay hay không. Người đó quay xong rồi nói là không thấy bay, sao thấy mình bay trong đó mà ở ngoài không bay.

Thực ra nếu người ngoài thấy [mình] bay, tức là điện thoại quay thấy mình bay thiệt, thì định đó thường là định rất sâu. Còn nếu trong cảnh, mình thấy bay nhưng ở ngoài điện thoại quay mình không bay, hoặc trong cảnh mình thấy mình đi ra khỏi nhà rõ ràng, nhưng tại sao điện thoại quay thấy mình [vẫn] ngồi im đó. Thì chứng tỏ đó chỉ là Sắc trong tâm thôi, đó chỉ là tưởng thôi. Có nghĩa là định của mình chưa đủ đến định của Tứ thiền Sắc giới [theo Kinh tạng] hay Ngũ thiền Sắc giới theo Vi Diệu pháp. Định của mình chắc là Nhị thiền, Tam thiền thôi, cho nên chỉ đạt tới đó. Tức là nó chỉ tạo ra ảo ảnh tưởng thôi, chứ không thực hiện được bên ngoài, thân mình vẫn bất động trong đó.

Cho nên chưa được, nhưng dù sao vậy cũng là một trải nghiệm rất lớn lao rồi, cho nên cố gắng tu nha. Tứ thiền Sắc giới của kinh tạng hay Ngũ thiền của Sắc giới thì mới có Thần thông cỡ đó. Còn có một số người do nhiều đời thế nào đó mà họ tu mới sơ sơ cũng có Thần thông, mặc dù họ chưa đắc tới Tứ thiền Sắc giới, cũng có [Thần thông], nhưng Thần thông không mạnh lắm. Còn muốn [có] Thần thông thì bài học này là tiêu chuẩn thực sự. Nhưng nhiều khi chỉ cần Nhị thiền của Kinh tạng (là Tam thiền của Vi Diệu Pháp), ở trong Kinh A Hàm, [có] ông Trưởng giả Chất-đa-la nói đó, thì Nhị thiền của Kinh tạng là một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ. Định không tầm không tứ là đủ mạnh rồi, có thể lấy một nắm đất ngăn dòng chảy con sông Hằng, có thể dùng vài cọng cỏ để cột được gió, nếu như người ta biết. Như ở đây là [quý vị] biết rồi.

Nếu ai tu mà đắc Thiền hãy thử tự mình trải nghiệm xem, tự đến để

mà thấy. Còn một số điều khác nữa, ví dụ do tu vậy, mình không cố ý lắm nhưng tự nhiên mình khởi tâm. Ví dụ mình khởi mình [muốn] biết quá khứ thì tự nhiên biết quá khứ, khởi [ý muốn] biết tương lai thì biết tương lai. Nhưng quý vị nên nhớ: sự khởi đó dễ rớt vào tưởng nha, có những điều mình tưởng tượng như vậy, nhưng không phải như vậy. Có khi mình tu đến Cận định đã có chút chút rồi, nhưng không phải lúc nào cũng đúng. Còn đúng chắc thì quý vị phải đắc Tứ thiền (Ngũ thiền Sắc giới đó).

Hôm nay chúng ta học đến đây, cũng đã hết giờ rồi, hẹn quý vị hôm khác. Kính chào toàn thể quý vị! Mời quý vị, chúng ta hồi hướng.

“Nguyện đem công đức này

Hướng về khắp tất cả

Đệ tử cùng chúng sanh

Đều sớm thành Đạo quả”.