

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP  
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐỈNH.  
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM  
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.  
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.**

---

Vài nét tiêu biểu về chúng sanh và vũ trụ

<blockquote>Kalama tri ân bạn linh\_lotus và leanhducneu ghi chép bài giảng</blockquote>

[13/09/2019 - 10:18 - linh\_lotus]

Chúng ta có 14 buổi, hy vọng là chúng ta làm được 03 việc. (Trước khi nói 03 việc, phải nói trước là bà con đến đây phải làm quen với chúng tôi ở chỗ nhiều khi chúng tôi hay nổi nóng bất tử, cái nóng do lòng đại bi mà ra). Một, tôi không biết là bà con đến đây từ nguồn gốc nào, Nam - Bắc tông, Khất sĩ, Cao đài, Hòa hảo, Hồi giáo, Thiên chúa, Cơ đốc... tôi không biết. Thứ hai, tôi không biết quý vị đến đây từ truyền thống của sư phụ nào, ví dụ như của ngài Viên Minh, ngài Giới Đức, hay của ngài Kim Triệu, hoặc bất cứ một vị sư phụ nào...cho nên trong mắt của tôi trong 14 ngày này, là tôi chỉ làm việc với những người hoàn toàn mới tinh. Việc thứ Nhất, là quý vị nắm được cái căn bản Phật pháp. Tại sao tôi cần cái đó? Là bởi vì quý vị cần có một cái bắt đầu, một cái sườn. Người học Phật, tất cả chúng ta ở đây bao nhiêu tuổi, trên đầu bao nhiêu thứ tóc chuyện đó không quan trọng, mà câu chuyện tôi muốn nói ở đây là hành trình nào mà chúng ta đã từ đó ra đi và có mặt tại đây. Trước hết, là từ cái phôi trong bụng mẹ rồi chúng ta tượng hình tay chân rồi có nguyên thân hình, chúng ta sống trực tiếp nhờ vào mẹ, bằng nhau. Cái việc đầu tiên khi ra khỏi bụng mẹ là bà mẹ làm cái gì? Cắt nhau – cái nhát dao đó nó có giá trị lịch sử chứ không phải tầm thường, bởi vì nó đã chính thức chấm hết một giai đoạn bị đô hộ 100%. Chúng ta không còn phải mắc mứu gì cái chuyện mà má cho thì con sống mà má không cho thì con chết, bởi vì từ đây về sau tôi đã có cái mầm của tôi. Nếu bây giờ mẹ sinh ra mà mẹ qui tiên thì đứa bé sống được không? Được chứ. Khi đã ra khỏi bụng mẹ, nó không quan hệ với mẹ qua cuống rốn nữa, thì lúc đó cái khả năng độc lập của nó lớn hơn lúc ở trong bụng đúng không? Rồi sau đó, khi mà nó bắt đầu biết ăn baby food là khả năng độc lập nó lớn hơn và khi nó biết tự nhai, tự nuốt những thức ăn cứng và nó biết đi, biết chạy thì càng lúc cái khả năng độc lập của nó càng lớn dần, tất cả chúng ta ở đây cũng i chang như vậy. Buổi đầu chúng ta không biết cái gì hết, chúng ta đến với đạo chúng ta là một đứa bé hoàn toàn là sống nhờ cái nhau với sư phụ. Cái nhau đó là gì, ăn rồi phải alo suốt ngày, nghe sư phụ vừa về là lếch ra phi trường đón về nhà, hỏi tùm lum, cái đó gọi là còn dính nhau. Nhưng đến một lúc chúng ta lâu lâu gặp sư phụ một lần thôi, chúng tôi gọi đó là wireless meditation, tức là không cần dây. Rồi có một ngày, chúng ta cứ tưởng tượng đi, cái quan hệ của chúng ta với Đức Phật có giống như quan hệ của ta với sư phụ không? Ví dụ như ngày Viên Minh; bởi vì ít ra mình còn thấy ngài ở trên youtube, ở trên fone, còn Đức Phật thì không, nhưng mà tại sao mình vẫn thờ được Ngài? Bởi vì giữa mình với Ngài có một mối quan hệ wireless. Cái chuyện rất quan trọng ở đây là chúng ta có khả năng tự lớn lên, tự nuôi lớn mình hay không, là lý do tại sao trong 14 ngày này, tôi muốn khi mà tôi ra khỏi Sysney, ra khỏi nước Úc, bà con phải là những người có khả năng wireless, không phải với tôi, mà với sư phụ. Và các vị ở đây đều sài internet, các vị biết, muốn thâm nhập vào một cái phone, hay là muốn sử dụng một cái ipad, một cái laptop, việc đầu tiên mình phải có cái

passcode hoặc là password. Chúng ta mang tiếng là Phật tử nhưng từ rất lâu, mấy chục năm nay, chúng ta không có tìm ra được cái passcode với Đức Phật, thế là một đời vung xối nổi sào, một đời hiểu lầm Đức Phật. Phật không hề nói như vậy mà chúng ta dựa vào bản kinh chúng đọc, chúng ta hiểu như vậy. Đêm hôm qua, trong buổi nói chuyện với bà con ở đây tôi có nói, mỗi người trong chúng ta ở đây, chúng ta đến với cuộc đời từ trong bụng mẹ bước ra, chúng ta đã có vô số thứ rất là riêng tư, chúng ta có tiền nghiệp, khi lớn lên đi vào đời chúng ta có kiến thức, chúng ta có bao nhiêu là cái thu nạp được từ xã hội, từ học đường, từ thầy cô, từ sách báo, từ bao nhiêu phương tiện truyền thông đại chúng. Tất cả những thứ tiền nghiệp quá khứ + kiến thức hiện tại + những mối quan hệ +.... trong xã hội, làm nên 01 cái background nền tảng tâm thức, nền tảng nhận thức cho mình. Với nền tảng đó khi anh đọc 1 cuốn sách anh có cái hiểu khác người ta, trước mặt một ông sư phụ chúng ta có cái cảm nhận khác nhau vì cái vốn liếng của chúng ta không giống người kia, Tí không phải là Tèo mặc dù hai đứa cùng cha cùng mẹ. Cho nên có một điểm đồng, một mẫu số chung của những người Phật tử đó là chuyện đầu tiên anh phải có căn bản giáo lý thì giữa tôi với anh mới ngồi nói chuyện với nhau. Chúng ta có cùng mẫu số, cùng một điểm đồng thì chúng ta mới có 1 tiếng nói chung, có một sự đồng thuận. Cho nên trong 14 ngày này, trong 03 ngày đầu tiên chúng ta phải có cho bằng được 1 vốn liếng hiểu về Phật học; để trước hết khi mở ra một trang kinh chúng ta không phải lệ thuộc nó 100% như đứa bé đang bú bình. (Đa phần Phật tử trong nước cứ ôm chặt quyển kinh của ngài Minh Châu, ngài dịch như thế nào thì cứ theo đó mà hiểu, không hiểu thì dùng từ điển Hán - Việt - các vị có đọc commentary của từ Điển Tam Tạng các vị mới thấy hết hồn. Cái bậy thứ 2, những bà con nào mà tự cho mình là cự trảo, đệ tử của ngài Hộ Tông, ngài Bửu Chơn,... thì cứ ôm chặt mấy cuốn kinh đó, ngoài mấy cuốn đó ra là tào lao. Cái bậy thứ 3, vượt biên, biết được ngoại ngữ, và chỉ biết có sách ngoại ngữ không Anh, Đức, Nhật, Ý,... quên mất muốn hiểu được cái hay của truyện Kiều thì phải hiểu được tiếng Việt.)

Ở đây tôi cũng bắt đầu bằng cái này, đây là cái sườn để chúng ta trả lời 04 câu hỏi lớn nhất: 1. TÔI LÀ AI? 2. Ở ĐÂU TÔI TỚI? 3. TÔI SẼ ĐI VỀ ĐÂU? và 4. BÂY GIỜ TÔI PHẢI LÀM GÌ? Tất cả những ai ngồi đây từng học anatomy, biology, psychology,... của khoa học hiện đại thì hoàn toàn có thể chấp nhận cái này vì rắp nó vô không hề phản bội, không làm sốc quý vị. Bởi vì cái quan trọng là chúng ta tiếp cận cái gì.

Phật pháp về lý thuyết hay là về thực hành chỉ giải quyết có 02 vấn đề mà thôi, một là WHAT (bản chất - học Phật pháp Nam hay Bắc tông, Hán tạng hay Pali tạng), hai là HOW (activity - là học kiểu gì online, hay trực tiếp, người thầy dạy ra sao), không có cái khác.

Đầu tiên là chữ WHAT.

Như vậy, chúng sanh trong đời, từ vị Phật cho đến con ruồi thì chỉ gom gọn trong bao nhiêu đó mà thôi. Có nghĩa là mỗi chúng sanh gồm có 2 phần THÂN và TÂM, thân ở đây gồm có 4 + 24 (4 - Đại: Đất, Nước, Lửa, Gió); 24 - những cái thành tố/phụ tố được tạo ra từ 4 Đại, gọi là y đại sinh).

Thế giới (chúng sanh và vũ trụ - hồi này tôi ghi thiếu) này gồm có 2 phần, phần HỒN và phần XÁC (gọi theo ngoài đời hơi kỳ nên chữ tôi không hay dùng). Dầu là mặt trời, mặt trăng, tinh tú, vũ trụ cho đến cây, cỏ, đất, đá, kênh, rạch, sông, hồ, chim muôn, xúc vật, các loài bò, bay, mái, cựa đều không nằm ngoài cái mà tôi vừa ghi đó. Ví dụ hỏi núi, sông có từ đâu mà có - thì nói là có từ đất, nước, lửa, gió; còn cái nguyên nhân nào mà có núi, sông - thì trong kinh cho mình 2 cái lý do - cái chính, cái phụ - chính là do duyên nghiệp của chúng sanh mới có cây, cỏ, đất, đá như mình thấy. Đó là cái nhân xa, còn nhân gần thì bắt buộc chúng ta phải nhờ tới khoa học - ví dụ từ đâu có kim cương? - thì vì có áp suất, có nhiệt độ, rồi thì than cây dương si,... Từ cái nhân xa, chính cái duyên nghiệp của chúng sanh mới nảy ra nhiều thứ, tôi sẽ chứng minh cho bà con thấy. Tôi hỏi bà con, các vị có đồng ý với tôi khoa học đã chứng minh có nhiều vùng đất một thời rất là trù phú, và khi nó trù phú thì điều kiện ecology, điều kiện weather ở đó thích hợp cho loại động vật nào, hôm nay ecology system đó nó không còn nữa cho nên những loài động vật, thực vật đó nó không còn nữa, đứng không. Chưa hết, các vị phải đồng ý với tôi một chuyện nữa là sự có mặt của một số sinh vật, gồm có thực vật và động vật nó có ảnh hưởng đến sức khỏe và tuổi thọ của con người ở đó - chứ không phải mình hiểu rằng cái cây mọc trong rừng chỗ đó có ai ở đâu, đâu phải là do duyên nghiệp chúng sanh - sai. Có cái nhân gần và xa, gần là những cái cây sống ở đó nó có ảnh hưởng đến một số loài

sống xung quanh nó và trong lòng nó, thứ hai ảnh hưởng xa, trong cái điều kiện nhiệt độ đó, thổ nhưỡng đó, nó mới có được tính để chữa trị cho số người ở ngoài rừng. Mà tại sao số người này phải bệnh, nếu có phước thì đâu có bệnh, nếu không bệnh thì đâu cần thuốc. nhưng duyên nghiệp thì không đơn giản vậy, do con người đã tạo cái nghiệp gì đó cho nên bây giờ mới phải bị bệnh, nhưng do đã tạo cái phước gì đó nên cái bệnh đó có giải pháp, mà giải pháp phải lệ thuộc vào vùng đất đó, hiểu không. Nó ràng buộc, chẳng chịch như vậy. Nên nói theo kinh Phật, một chiếc lá điệp nhỏ xíu rớt trên sân trường, mình tưởng rằng nó không ảnh hưởng gì cho trời đất – sai, ảnh hưởng cả tâm lý và sinh lý; trước tiên là sinh lý, tại sao cây điệp đó không mọc ở vùng đất này mà mọc ở vùng đất khác, tại sao cây phượng tím chỉ mọc được ở Úc mà không mọc chỗ khác là vì cái đất, cái điều kiện nhiệt độ ở đây phù hợp cho sinh trưởng của loài cây đó, thứ 2, có ai dám nói chiếc lá me không ảnh hưởng tâm lý chúng ta, nghĩ học mai sau mở quyển tập lưu bút ra, tình cờ thấy cái lá me trong đó, một sợi tóc thôi, một ly chanh đường trên con đường Duy Tân cây dài bóng mát, nó lớn chuyện chứ, phải không. Cho nên trong vũ trụ, không hề có cái gì nhỏ hết, trong cái mối tương duyên rất là chắc chắn. Theo trong kinh điển Phật pháp thì không có cái gì trong đời tự có, mọi thứ đều do duyên mà có và chính nó lại là nhân duyên cho vô số những cái khác. Đó là lý do tại sao bạn phải nói năng và tư duy cho cẩn thận vì chỉ cần một ánh mắt của you, một câu nói hoáy nghịch của you đủ để làm tan nát một đời. Cho nên, vũ trụ hay chúng sanh gom lại chỉ có 2 phần – phần HỒN và phần XÁC, thì phần XÁC gồm Đất, Nước, Lửa, Gió và 24 thứ suy ra từ đó, 24 thứ đó là gì hormone nam, nữ, testosterol nam, nữ, những tình trạng biểu lộ trạng thái cũng đều được gọi là SẮC pháp (ví dụ như trạng thái balance – khả năng flexible những cái đó bản thân nó không phải là vật chất, nó dựa trên vật chất, chỉ có trên nền tảng vật chất nên cũng gọi là sắc pháp). Cho nên cái gọi là SẮC pháp, hay gọi là phần XÁC, hay gọi là phần VẬT CHẤT được tạo nên từ 4 Đại và 24 thứ đi ra từ nó, cộng lại bằng 28.

[20/09/2019 - 02:28 - linh\_lotus]

Ở đây tôi bắt buộc phải cho bà con định nghĩa 4 ĐẠI – Đất, Nước, Lửa, Gió trong kinh mà Đức Phật ngài dạy có nghĩa là những trạng thái. ĐẤT: là trạng thái Cứng, Mềm, Nặng, Nhẹ, Mịn, Nhám (không hiểu là soil, là earth) – Vật chất được tạo ra từ bốn đại (đất, nước, lửa, gió) và (đất, nước, lửa, gió) phân tích cho rít ráo nó chỉ là những trạng thái trừu tượng thôi. Mình sờ cái bàn, mình thấy nó rất là cụ thể, thật ra nó được tạo nên từ những thứ mà mình gọi nó là vật chất hay là sắc pháp, thì những thứ vật chất hay sắc pháp đó nếu chia chẻ ra hàng triệu hàng tỉ lần thì nó chỉ còn những trạng thái, đó là lý do tại sao gọi là SẮC TỨC THỊ KHÔNG, vạn hữu giai không là như vậy. Có nghĩa là phân tích cho đến tận cùng tận cùng thí dụ như một chiếc lá me, hay một sợi tóc nhỏ xíu, nếu nó nhỏ ở mức mình thấy được thì mình gọi tên, nhưng nếu một cái lá me mình chia nó thành 1000 lần thì mình có thể gọi tên được không? Khi chia lá me ra thành 1000 lần thì 1 phần nhỏ ấy không gọi là tên được, không gọi là bụi được chỉ còn gọi theo tiếng Phạn là vi trần hoặc theo tiếng Hy Lạp là ... (nghĩa là: không có chia ra được nữa). Thì cái xuất sắc, quan trọng của A Tỳ Đàm nằm ở chỗ, nếu mình học như con kết thì toàn là số, làm nhưt đầu và không hỗ trợ cho việc tu hành gì hết, nhưng nếu mình tiếp cận theo một hướng thông minh hơn thì mình sẽ thấy rằng mình đang làm một chuyện hành hương ngược nguồn về con người của mình và tất cả những gì mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng mỗi ngày, vốn dĩ mình không hiểu nhiều về nó lắm, từ đó mà có cái gọi là điên đảo mộng tưởng. Có hàng trăm hàng ngàn thế hệ người mang danh là Phật tử nhưng đã không ngừng hiểu sai, hiểu lầm và nói oan cho Đức Phật khi hiểu lầm rằng đạo Phật dạy ‘đời ra bề khổ’ ‘đời là vị đắng’, nhưng mà điều đó là không đúng, không có kinh nào dạy đời là bề khổ cả, tất cả những gì mà Đức Phật dạy cho mình không phải để cho mình chán, mình sợ cuộc đời mà là để cho mình đừng có ôm đùng có cầm nữa; và Ngài dạy rất rõ, nếu cầm thì chỉ cầm đừng có xiết, khi con xiết là con đã nảy sinh vất vả - các vị có phân biệt được duty và burdant không, cái mền để đắp ấm chứ không phải để trùm cho ngộp; Cho nên đừng có nói oan Phật bôi đen, nói xấu cuộc đời; Phật không có nói cuộc đời là đắng là dơ là xấu, Phật chỉ nói những thứ con thấy là sạch là đẹp là dơ là xấu là hay là dở ... là đều điên đảo mộng tưởng; Ngài chỉ nói là con đang cố tình ôm ấp một giọt sương sớm, Đức Phật không nói xấu giọt sương là dơ mà Ngài chỉ nói là con ôm được nó không; tuyệt trên đỉnh, con nhìn và giữ một khoảng cách thì ok, nhưng mà ta thấy con xúc từng đồng, con

tha về nhà chơi là ta thấy con ngu rồi, Như Lai không hề nói xấu tuyệt chỉ nói cái thái độ yêu tuyệt của con là điên đảo mộng tưởng; Cho nên, Phật không nói cuộc đời là bể khổ, cái đều quan trọng Phật nói thế này, những cái mà con thương thích ghét sợ nó không có gì đáng để con thương thích ghét sợ và con hãy nhớ thế này thích ở đâu ghét nằm đằng sau đó, sướng ở đâu thì khổ nằm ngay sau đó, kẻ nào còn quá nhiều niềm đam mê thì kẻ đó còn rất nhiều niềm đau khổ, thích êm ấm thì khi gặp lạnh lẽo chịu không nổi, thích nuông chiều thì khi gặp bực bội chịu không nổi, thích khen thì khi bị chửi chửi chịu không nổi.

[21/09/2019 - 04:43 - linh\_lotus]

... kẻ nào quá nhạy cảm với cái đắng thì kẻ đó sẽ nhạy cảm với cái ngọt, càng nhạy cảm với cái ngọt thì rất dễ nhạy cảm với cái đắng đó là cái giá phải trả. Cho nên trong A Tỳ Đàm nói rằng, một người chứng tam thiên – họ không còn buồn và vui, người chứng tứ thiên – không còn khổ và lạc, họ đang nhập trong tứ thiên chân bị cắt đôi cũng không biết, các vị có thể tin Phật pháp ở mức nào tôi không biết, đây là cái chiều sâu mà quý vị phải lưu ý.

Phật đã dạy rằng: buồn-vui, khổ-sướng, thích-ghét, thiện-ác, sanh-diệt (có rồi phải mất) là một cặp cho nên học A Tỳ Đàm để biết mình được cấu tạo ra sao. Chuyện đầu tiên là vũ trụ hay chúng sanh có SẮC pháp là vật chất, thì sắc pháp ở đây nó gồm có 4 Đại và 24 thứ thành tố vật chất được tạo ra từ con số bốn đó. Thứ hai là học về NƯỚC. Nước ở đây không phải là water, là H<sub>2</sub>O trong ngôn ngữ tây phương mà nó là trạng thái Tan Chảy, Ngưng Tụ và Kết Đính. Nói như vậy, nếu không học A Tỳ Đàm, ta hiểu cái chất có trong cái ly là nước, nhưng ngay cả cái nắp nó cũng có nước vì nước là sự kết dính các phân tử, thành phần vật chất, là sự gom chung lại đó. Cho nên Nước ở đây được định nghĩa là sự tan chảy, ngưng tụ và kết dính. Bởi vậy khi này tôi có nói vạn hữu giai không – là vì những thứ ta nhìn thấy, sờ chạm, nếm ngửi, suy cho cùng nó chỉ là những trạng thái. Chưa biết đạo thì mình tưởng mình là một cái line, biết ba mớ rồi mình tưởng là spot nhưng khi mình là hành giả thì mình chỉ còn là dot – cái đó rất quan trọng, vô cùng quan trọng; khi mình thấy mình là cái tap toàn là những cái dot thì lúc bấy giờ mình sẽ sống bằng bản lĩnh của một cái tấm lưới. Trong kinh nói, nước không trụ lại trên lá sen, gió không trụ lại trên mảnh lưới, khi mình thấy mình là những cái dot thì cuộc đời có đem đến cho mình đắng cay, ngọt bùi cũng không có giá trị gì hết vì lúc đó cái tâm mình như cái lưới vậy. Sở dĩ hôm nay chúng ta dễ bị tấn công là vì chúng ta không thấy mình là cái lưới, chúng ta không thấy mình là một nắm cát, mà chúng ta tưởng mình là một cái gì đó rất là ghê gớm, khi mình tô hồng chuốt lục cái tôi mình tưởng đó là hay nhưng mà lúc đó mình đang biến mình là cái bia cho cuộc đời nhắm bắn. Mình tô hồng chuốt lục bằng cách nào: tôi có bằng cấp, tôi có một mái ấm gia đình, tôi có học vị, tôi có tiền tã, tôi có quyền lực, tôi có uy tín, tôi có quen biết, tôi... một đồng tôi vững chắc, càng vững chừng nào thì khi nó bị tấn công sẽ rất đau – cái mình học đạo là để thấy rằng mình chỉ là một nắm cát thôi, ngay cả có bị xe tông hay trái đất vỡ thì mình chỉ là một nắm cát ..bùm, suy nghĩ mình là nắm cát thì khi những tấn công của cuộc đời sẽ bị vô hiệu dần dần. Cho nên đây là lý do, ngay tại đây, ngay từ bây giờ bà con phải học giáo lý và phải tu tập tứ niệm xứ để biến tâm mình thành một mảnh lưới được vô nhiễm, được miễn nhiễm trước tám ngọn gió đời.

[22/09/2019 - 12:01 - linh\_lotus]

Còn đây này, chúng ta khi chưa biết đạo thì i vào nhan sắc, tiền bạc, tài sản, quan hệ xã hội, bằng cấp, học thức...; biết đạo rồi thấy mấy cái đó là phù du chuyển qua chấp mấy thứ khác: tôi giữ giới nhiều hơn, tôi học đạo nhiều hơn, tôi hành thiện nhiều hơn, cái tôi kia từ bằng đồng chuyển sang bằng vàng, dầu bằng vàng hay bằng đồng cái nào nó cũng xiềng mình hết. Ngày xưa mình tự xiềng mình bằng một sợi dây xích rất rẻ tiền sắc tình tài danh lợi, bây giờ mình biết đạo rồi, biết ngũ uẩn giai không, chỉ có Phật pháp là thứ thiệt thôi. Khi mình nghĩ vậy là mình chết rồi, Phật pháp chỉ là thuốc chữa bệnh chứ không là cái gì ghê gớm như mình nghĩ, có hiểu không. Xét trên quan hệ đẳng cấp thì Phật mà ma tương đương nhau, không ai cao hơn hết, anh muốn đi ra thì anh thờ Phật, anh muốn đi vào thì anh thờ ma. Tại sao mình thờ Phật là vì mình đã chán, đã oải cái việc có mặt trên đời này rồi, chớ nếu mà anh vẫn muốn tiếp tục làm thân trâu ngựa trong cái cõi ta bà này thì anh thờ ma, chứ thờ Phật có ngày niết bàn. Cho nên tùy vào mục đích, tùy vào cái destination mình là ai, mình muốn là cái gì thì mình sẽ chọn chuyển tàu nào; không có cái chuyện mình về Melbourne, về

Perth, về Adelaide là thông minh, về Sydney là ngu, không phải, vấn đề là anh về Sydney để làm cái gì, thì từ khi anh chọn destination là cái gì anh mới chọn chuyến bay, chọn chuyến tàu, chọn chuyến xe, chọn người đồng hành, chọn người dẫn đạo, hiểu không. Vấn đề ở đây, không phải đưa nào khôn, đưa nào ngu mà là sự lựa chọn vì đời sống là sự lựa chọn, tại sao trong một rừng người không lấy thằng A, thằng B mà lấy thằng C, không lấy con E, con F... ở đây không có khôn, ngu mà đó chỉ là sự lựa chọn và tùy vào cái vốn liếng, hành trang của mỗi người mà chúng ta chọn đích đến khác nhau và từ đó hành trình cũng khác nhau, chưa hết, kiểu đi cũng khác nhau. Cho nên cái chuyện đầu tiên là mình học về thân, có nghĩa là mình học rõ về vật chất, bản chất của thế giới chỉ là vậy thôi.

Bây giờ học qua TÂM.

[23/09/2019 - 01:36 - linh\_lotus]

Trong môn học thì chia ra rất nhiều loại tâm thức (121) nhưng ở đây tôi gom lại và gọi chung nó là: Bare-knowing (CÁI BIẾT). Được gọi là Tâm gì (tâm phàm, tâm thánh, tâm ma, tâm phật) thì dựa vào 3 thứ - Căn nào trong 6 căn, Cảnh nào trong 6 cảnh và Tâm sở nào đi cùng (Tâm được chia làm 6 thì dựa vào 6 giác quan – dựa vào mắt để thấy cái này cái kia thì gọi là tâm nhãn thức bare-knowing (cái biết này không thiện không ác không phàm không thánh), cái thấy dựa vào thần kinh thị giác; cái biết dựa vào thần kinh thính giác thì gọi là nhĩ thức; cái biết dựa vào thần kinh khứu giác thì gọi là tâm tỷ thức; cái biết dựa vào thần kinh vị giác gọi là tâm thiệt thức, dựa vào xúc giác gọi là thân thức, còn tâm dựa vào ý vật (...trong tiếng phạn nghĩa là trái tim, trung tâm)~(chữ Tâm trong tiếng Tàu cũng có nghĩ là chỉ một bộ phận cơ thể, điểm giữa) + background or basement]] thì gọi là ý thức. chữ Budha trong tiếng pali có nghĩa là thức dậy từ một giấc ngủ, người hiểu biết một chuyện gì đó (từ alignment trong tiếng Anh không chuyên tải đủ nghĩa) ~ chữ Giác trong tiếng Tàu có nghĩa là hiểu biết và thức dậy.

[27/09/2019 - 01:20 - linh\_lotus]

Được gọi là Tâm thức thì nó gồm 2 công thức sau:

1. Bare-knowing + 13 neutral factor (tâm lợi tha) + 14 (negative factor)  
- Tức là Tâm đó dựa vào căn gì trong 6 căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) + cảnh nào trong 6 cảnh (sắc, thanh, khí, vị, xúc, pháp) + thứ ba là tâm sở nào đi cùng với nó (từ thứ 13 trở về sau đến 25) (tâm sở tức là ingredients – trong một viên thuốc cái thành phần tạo ra viên thuốc ấy là ingredients thì từng cái thành phần tạo thành đó gọi là tâm sở).  
- 13 tâm sở trung tính là tâm không thiện, không ác - là chất phụ gia phải có để nấu một nồi canh, dầu nấu canh khoai hay canh rau thì có những chất cơ bản đó là nước, muối và bột nêm)
2. Bare-knowing + 13 + 25 (positive factor)

Tóm lại, được gọi là Tâm lý chúng sanh (Physiology) của con người gồm tâm thiện và tâm ác (tâm bất thiện)

Tâm bất thiện: Bare-knowing + 13 neutral factor (tâm lợi tha) + 14 (negative factor)

Tâm thiện: Bare-knowing + 13 neutral factor (tâm lợi tha) + 25 (positive factor)

Tất cả phiền não đày đọa chúng sinh như: tham, sân, si, ái, mạn, kiến, nghi, hôn trầm, nghi hoặc, ghen tuông, ích kỷ, nhỏ mọn, ... tất cả đều đi ra từ con số 14; tất cả những pháp tu mà xưa giờ vẫn thờ, lạy, xem nó là ghê gớm như thất giác chi, bát chánh đạo, tứ niệm xứ, ... đều đi ra từ con số 25.

Như vậy tu hành là anh rút củi bên đây đút qua lò bên kia, Phật với mình cùng giống nhau ở chỗ bare-knowing + 13 nhưng Phật + với 25/ còn chúng ta + 14.

Tuy nhiên trong 25 còn chia thành 2 trường hợp: Trí và Vô Minh (không hiểu 4 đế)

Vô Minh trong đạo Phật là không hiểu 4 Đế (4 sự thật): Thứ nhất, không biết rằng mọi thứ (nước mắt, hay nụ cười) ở đời là khổ; Thứ hai, vì mọi thứ là khổ nên những gì ta thích đều là thích trong khổ; Thứ ba, muốn hết khổ đừng thích trong khổ nữa; Thứ tư, sống bằng 3 nhận thức trên chính là con đường thoát khổ.

[28/09/2019 - 08:24 - linh\_lotus]

Ở đây cần giải thích một chút tại sao mọi thứ ở đời là khổ: Vô lượng vũ trụ gom gọn lại trong mắt ta chỉ có 2 thứ thôi: Đắng và Ngọt (trường hợp nhạt thì 50% đắng, 50% ngọt – khi chưa tới mức thì nó vẫn hoặc bên đắng hoặc bên ngọt nên tựu trung lại vẫn chỉ có đắng và ngọt). Đắng hay Ngọt đều là khổ, vì sao? – Đắng thì khổ, dễ hiểu rồi; còn Ngọt vì sao cũng khổ? – thích cái Ngọt phải đi tìm có

phải là hành trình khổ không? tìm không được có phải khổ không? tìm được rồi phải gìn giữ nó cũng là khổ? mà giữ không được cũng là khổ? vậy thì Ngộ là khổ, quý vị hiểu chưa. Trong kinh có câu: ‘Chính nỗi khổ làm cho chúng sanh tỉnh thức.’. Cho nên, chính cái khổ thấy nó ghê gớm như vậy đó mà nó làm cho thế giới quân bình, chính cái chết có thể làm cho thế giới này vận hành tiếp tục, các vị có biết điều đó không? Vì cái chết làm thay đổi, mọi việc cứ tiếp tục tiếp tục. Cho nên, chính cái già, cái bệnh, cái chết, 3 cái đó dễ sợ thiệt nhưng làm cho con người sống biết điều hơn.

Trở lại bài, được gọi là đời sống tâm lý của chúng sinh nó gồm có 2 công thức: 1. Bare-knowing +13 +14 → Tâm xấu và 2. Bare-knowing + 13 +25 → Tâm tốt. (13 là những thành tố tâm lý bắt buộc phải có để tạo nên cái mình gọi là mind hay consciousness, trong đó gồm có: sự tác ý – intention, hướng đến (tâm tứ) – heading, sự hợp mặt của các thành tố (xúc) – gathering,... nói chung 13 cái thành tố neutral ở đây bản thân nó không là thiện, ác mà nó là những điều kiện cần thiết để tạo nên cái gọi là Tâm. Ví dụ cái ly: nó tròn, láng, ấm, màu trắng, hình lăng trụ, tất cả đều hội đủ trong cái ly. Thì cái Tâm cũng hội đủ các factors như vậy, cùng một lúc, không trước, không sau – là 13 cái neutral. Cái ly này, được gọi là ly thuốc độc là do cái nước nó chứa trong đó, chứ bản thân cái ly thì nó chỉ là tròn, là mịn, là láng, là màu trắng, hình lăng trụ).

Được gọi là tâm thiện: Bare-knowing + 13 + 25, nhưng có 2 trường hợp Trí và Vô minh. Trí là người biết rõ bốn Đế, biết kiểu thánh nhân chứ không phải người phàm, khi họ làm thiện chỉ vì họ không thể làm ác, họ làm thiện vì không còn khả năng làm ác, họ không có lựa chọn khác. Còn cái người không hiểu tứ diệu đế, họ cũng làm thiện nhưng họ có lựa chọn hoặc thiện hoặc ác.

[19/04/2020 - 09:21 - leanhducneu]

Bậc Thánh khi họ hiểu rõ 4 đế bằng trí tuệ của mình, không qua sách vở, không qua thầy bạn thì lúc đó không còn hứng thú để cầu quả nhân thiên. Người ta làm phước vì họ không còn điều kiện tâm lý bất thiện nữa, họ chỉ có một cái tâm duy nhất đó là tâm lành. Họ làm phước không để lại quả báo kiếp sau bởi vì họ chết rồi là không còn tái sinh nữa. Còn người phàm như mình là có tâm lý investment, mỗi lần làm phước là mỗi lần invest.

Thiện có hai cái là thiện của Thánh và thiện của Phàm. Thiện của Thánh không để lại kết quả cho kiếp sau. Bậc Thánh có thể vẫn thuyết pháp, vẫn lấy thuốc cho người bệnh, lấy thức ăn cho người đói...nhưng cái thiện của các Ngài là học thóc đã bị lụt, trong chén cơm, không còn gieo được nữa. Các Ngài làm bằng cái tâm không phải invest. Nếu mình chưa hiểu rõ 4 đế, chưa hiểu mọi thứ ở đời là khổ thì trong lòng mình vẫn còn len lén thích tùm lum, gọi là thích đủ thứ mặc dù miệng thì nói là ngũ uẩn giai không, .....nhưng sâu trong tâm thức chỉ cần có cơ hội là đẩy dù sang một bên.

Cho nên trong Kinh nói “được sinh về trời chưa biết là phúc hay họa” vì ở cõi đây họ sống lâu lắm, ở các cõi thấp nhất là 9 triệu năm của nhân loại, họ sống đủ lâu để họ thấy cái cảnh biển xanh biển thành ruộng nho. Cõi Đạo lợi 36 triệu năm, Cõi tha hóa tự tại lên tới 9.5 tỷ năm. Sống lâu đến nỗi mà họ nhìn thấy mấy cái lục địa chìm nổi, xê dịch

Trong Kinh nói, người đủ phước về trời nó đơn giản lắm, giống như mình vừa tỉnh một giấc ngủ, mở mắt ra là thấy mây trắng bồng bênh, kim cương hột xoàn đầy ắp, muốn gì có nấy. Vừa có mặt ở đó chúng ta không phải trải qua giai đoạn ấu thơ nữa mà ở đó chúng ta ở cái tuổi trưởng thành luôn, cứ sống như vậy đến một ngày mà mình thấy hào quang mình mờ đi, đi mây về gió mệt mỏi, hoa trên người héo đi, người có mùi, lúc đó nghĩa là mình sắp chết. Lúc đó họ sẽ run bắn lên, ở dưới đây còn kiếm thầy chùa, chứ ở trên đó họ biết kiếm ai. Ở đây khổ quá kêu trời, họ là trời rồi còn kêu ai.

Chỉ có một con đường để đi đó là quay trở về với Đức Phật. Ngài đã dạy rằng có sống cách mấy rồi cũng có lúc chết, có trẻ đẹp đến mấy thì cũng đến lúc già, xấu; có hình thức hiện hữu nào rồi cũng đến lúc xa lìa những hình thức hiện hữu đó.

Việc đi về đâu hoàn toàn phụ thuộc vào hiện nay mình đang sống ra sao. Có câu thần chú này mà quý vị phải khắc ghi: Ai cũng muốn mình có một quá khứ thánh thiện nhưng luôn thích sống trong một cái hiện tại phạm phu.

Ngay bây giờ mình muốn nhà lầu, xe hơi, du thuyền nhưng khi về già 80 tuổi nếu hỏi 60 năm qua muốn làm gì nhất, muốn làm thầy chùa hay muốn trác táng thì đa số chọn làm thầy chùa.

Bản chất chúng ta là rất thấp kém, sống kiểu sống gần với loài 4 chân hơn. Các nhà khoa học đã phân tích, động vật có nhiều dạng. Dạng đứng thẳng = cột sống và dạng đứng = 4 chân (lưng và đầu ngang nhau). Dạng đứng 4 chân không biết được 3 chiều không gian (thẳng, ngang, đứng). Người đứng được bằng xương sống sẽ biết được nhiều chiều không gian hơn. Quý vị đừng coi thường chuyện này, khi ta có khả năng nhận diện được nhiều chiều không gian thì khả năng nhận thức của ta tốt hơn. Con nít khi còn bò cảm nhận của chúng về thế giới kém hơn khi chúng lớn lên. Ở đây tôi chưa nói tới các yếu tố hormone, môi trường xung quanh, thầy bạn. Chúng ta sống thấp kém vì bản năng gốc (instinct) của chúng ta rất thấp kém. Các vị có nghe cái này không: Trong 24 giờ chúng ta sống giống thú hay giống người hơn. Loài thú: Đói ăn, Khát uống, Nam nữ và Khả năng phản vệ (Phản ứng và tự vệ - ai động đến mình là xù lên ngay). Bốn cái này là ở con vật, mình là con người có học thức nhưng một ngày chủ yếu sống bằng 4 cái này.

Trong Kinh nói: Một ngày anh sống nhiều với tâm thức loài nào thì khi chết anh sẽ về với thế giới của loài đó khỏi cần tụng kinh cho tốn nước bọt. Nếu sống với tâm thức chư Thiên, khi chết tâm thức giống như nước ở thể E tự động bốc hơi còn nếu sống với tâm thức của loài thú thì khi chết tâm thức giống như nước ở thể lỏng sẽ tìm chỗ thấp xuống khỏi cần cầu nguyện làm gì.

Nhiều người sống hoàn toàn bản năng thì khi tắt thở rồi sẽ trở về với loài nào hoàn toàn bản năng. Có những loại cây cỏ chỉ mọc ở vùng nước mặn, có những loại chỉ mọc ở vùng nước ngọt, có những loại chỉ mọc ở vùng nước lợ.....chúng sanh cũng vậy, tâm thức nào sẽ về sống ở chỗ đó. Cây nước mặn không thể về chỗ nước lợ. Thú vật và chim muông cũng vậy, loài nào thì môi trường ấy. Tâm thức ra sao, mỗi giờ chúng ta sống với tâm thức nào có nghĩa là chúng ta đang kín đáo mở ra một con đường tương lai cho cõi tái sinh của mình.

Đừng nghĩ ta già, ta ché, ta sẽ đi đầu thai, sai bét vì kiếp sau của bạn có thể là ngày mai, maybe chiều nay, maybe lát nữa. Cái suy nghĩ kiếp sau nghĩa là đằng sau cái chết, mà cái chết là đằng sau tuổi già là rất sai, chắc gì mình đã chết khi mình già. Tóm lại, 1) mình sống như thế nào thì có nghĩa là chúng ta kín đáo xây dựng cho mình 1 thế giới cho kiếp sau. 2) kiếp sau ấy không phải là đến khi chúng ta đã già, không cần phải trải qua một cơn bạo bệnh, không cần phải trải qua những năm tháng liệt giường, liệt chiếu... mà kiếp sau có thể ngay bây giờ cho nên trong Kinh dạy chúng ta có 3 lý do để chúng ta liên tục sống chánh niệm:

1. Không biết chúng ta sẽ chết lúc nào
2. Không biết được cơ hội đắc đạo của chúng ta là khi nào
3. Khi mình thất niệm, khả năng tạo ác nghiệp của mình cực lớn

Tôi nhắc lại: Chúng ta luôn luôn tu hành bằng tâm rất là tiểu thừa, nghĩa là luôn tu với cái tâm mặc cảm: tôi là người vô duyên, thiếu phước, giờ tôi phải vun bồi phước báu để kiếp sau tôi đắc, cái này rất là sai vì kiếp trước mình đã tu bao nhiêu mình không biết nên Vun bồi ba la mật không bằng Phát huy ba la mật.

Có 5 điều kiện để đắc đạo trong đời này:

1. Có sức khỏe tốt
2. Có nền tảng cơ bản kiến thức giáo lý
3. Có thầy bạn tốt
4. Có trú xứ thích hợp
5. Hành thiền liên tục

5 cái này mình làm được cho thấy rằng ba la mật của mình cũng không đến nỗi xoàng và trong Kinh Trường Bộ, đoạn cuối bài Kinh Tứ Niệm Xứ có đoạn “Này các tỳ kheo, một người tinh tấn tu tập tứ niệm xứ này thì lâu nhất là 7 năm, nhanh nhất là 7 ngày sẽ chứng đắc được 2 quả: Alahan và Anaham”

Hồi đó nghe đoạn này tôi rất shock vì: ủa sao đắc khó vậy mà Ngài nói chắc chắn vậy, nhưng đến khi già tôi mới hiểu: Không dễ gặm đâu. Đó là một cách nói meo.

Quý vị nghe kỹ này: Nếu tôi đúng 4 niệm xứ này thì chậm lắm 7 năm cũng đắc, cho đến khi già mình nghiệm ra: Anh mà ba la mật yếu sao mà có thể TU ĐÚNG trong 7 năm được (Quý vị cần gạch chân từ ĐÚNG). Tu đúng là rất mệt vì 99% người tu thiền Tứ niệm xứ đều bị hiểu lầm vô

cùng lớn này: Tất cả đều quán chiếu danh sách từ vị trí TÔI. Tôi đang thở ra, tôi đang thở vào, Tôi đang có tâm thiện, Tôi đang có tâm bất thiện, lúc này chánh niệm của tôi tốt....

Cho nên có một câu chuyện là 1 anh say rượu cầm một cái búa rất to vào phòng đập nát tất cả mọi thứ nhưng có duy nhất một thứ anh ta không đập được chính là cái BÚA.

Mình tu thiền là mình đập tan hoang hết (Sắc, tài, tiền, danh lợi...), mình thấy cái nào cũng vô thường chỉ có cái thằng đang tu là thứ thiệt thôi!

Tức là nó quán chiếu tam thiên, đại thiện, 3 đời 10 phương đều vô ngã, vô thường, nó nói nghe đã lắm nhưng cuối cùng cái thằng này là thằng ngon lành nhất, cả cái thiền đường này không có ai tu tốt bằng thằng này đó.

Chết ngay là ở chỗ này, 99% người ba la mật yếu không làm được chuyện đó, không làm được chuyện nhìn mình như nhìn người khác.

Có những chuyện mình làm không thấy kỳ mà nhìn người ta làm mình lại thấy kỳ. Ví dụ thấy người ta ăn uống nhồm nhàm thì không thấy đẹp nhưng chính mình đang ăn vậy thì lại không thấy.

Nên 99% người tu Tuệ quán phải tập cho được cái này, cái này trong Kinh nói: Đối với Tứ Đế phải suy nghĩ và phải hiểu như sau: Chỉ có sự khổ chứ không ai chịu khổ; Chỉ có nguyên nhân tạo ra khổ chứ không có ai tạo ra khổ; Chỉ có sự thoát khổ chứ không có người thoát khổ; Chỉ có con đường thoát khổ chứ không có kẻ hành trì con đường ấy.

Cái này rất là sâu, phải có một ngày bà con thấy rằng lại có tâm tham xuất hiện và rồi lại có nguyên nhân khổ, vậy là đủ rồi chứ đừng có tư tưởng tôi đang bị tham, cái đó rất là ket.

Trong Kinh ghi rất rõ: Khi một hành giả đang bị bệnh, chỉ có hai cách quán chiếu như sau:

1. Tôi đang bị đau
2. Con đau đang có mặt

Cách 2 tốt hơn vì cách 2 thì con đau dừng lại ở cái đau, không có thêm nữa. Còn cách 1 thì con đau bị nhân đôi. Đau rồi còn có TÔI đau nữa (Đau tâm lý và Đau sinh lý). Có học A Tỳ Đàm chúng ta sẽ thấm cái này dữ lắm.

Đêm qua tôi nhận được một cú phone từ Việt Nam, có một Sư cô mất do cancer, người gọi điện là người em, cũng là một ni sư có nói một câu mà Sư cô dặn lại trước khi mất cho mấy chị em cùng là ni cô: Không thể tu chơi chơi được, phải tu rất ráo nếu không lúc này chịu không nổi.

Giờ mình đang thế này mình tưởng mình ngon lành. Mình 40 mình nghĩ mình trẻ hơn 50, mình 50 mình nghĩ mình trẻ hơn 60, mình 60 mình nghĩ mình trẻ hơn 70.....80 mình nghĩ mình chưa chết.....80 tính bằng tháng, 90 tính bằng ngày.

Nếu không tu rất ráo, có bệnh, Đau chịu không nổi; Sợ chịu không nổi; Tiếc nuối, luyến thương chịu không nổi. Và ngay bây giờ những điều tôi nói không phải dọa dẫm: Chúng ta hoàn toàn có thể ra đi và cái tôi ngán nhất đó là nằm trên cái băng ca đẩy đi mà không biết có cơ hội trở ra nữa hay không. Nói thiệt tiền nhau ở phi trường còn vui chứ tiền nhau ở phòng mổ thì chẳng vui tý nào. Cho nên chúng ta có 3 lý do phải sống chánh niệm:

1. Không biết chúng ta sẽ chết lúc nào
2. Không biết được cơ hội đắc đạo của chúng ta là khi nào
3. Khi mình thất niệm, khả năng tạo ác nghiệp của mình cực lớn

Số 3 là sao: 1 câu nói bậy, 1 suy nghĩ bậy, 1 hành động bậy đều có thể xảy ra. Chỉ có chánh niệm mới cứu mình ra và phải nhớ rằng trong từng phút trôi qua chúng ta đang kín đáo, lặng lẽ xây chỗ về cho kiếp sau.

Tôi tóm tắt lại:

1. Tất cả những phiền não làm nên súc sinh, địa ngục, tham sân si đều thuộc cái số 14
2. Tất cả những hạnh tu: Bát Chánh Đạo, Thất Giác Chi, Tứ Niệm Xứ....tất cả những gì làm nên Phật, Thánh đều thuộc con số 25. Nhưng vì người ta rút ra để đặt tên nên nghe nó sang vậy thôi, chứ nếu không chỉ có 25 thôi. Ở ngoài đời cũng y chang vậy, cùng người đó lúc gọi là mẹ, là vợ, là em gái.....gom lại chỉ là một cục mây chục kg. Trong tâm sở chỉ là 25 Positive Factor. Sở dĩ rút ra vì khi Ngài thuyết Pháp, Ngài đặt tên.
3. Mọi sự vật ở đời đều ngầm chứa cái mầm tự hủy: Tại sao. Thật ra con đường giải thoát và con đường trầm luân cách nhau chỉ một sợi tóc. Con đường vào rừng cũng là con đường ra rừng vấn đề



là anh xoay lưng vào đầu. Con đường trầm luân là 6 căn chìm sâu vào 6 trần với điên đảo mộng tưởng. Tu Tứ Niệm Xứ cũng là 6 căn nhìn 6 trần nhưng nhìn bằng Chánh Niệm. Với nhận thức này thì 6 trần đều là những đề mục để giác ngộ. Còn khi nhìn 6 trần bằng điên đảo, mộng tưởng (đây là tôi, của tôi..., là đẹp, là xấu...) thì 6 trần là cạm bẫy để về con đường trầm luân. Chỉ là cách nhìn và vấn đề thay đổi cách nhìn.

Tôi rất hay nhắc một câu Danh ngôn Mỹ “ Ta đi du lịch không chỉ là tìm đến một vùng đất mới, lạ mà là còn để có một cái view mới” Cái view đó rất quan trọng. Khi ta đến cảnh mới mà ta đem bằng cái đầu cũ thì sẽ có một cái view cũ. Đối với một nghệ sĩ, trên một cái đầu cũ xì họ sẽ có một cái view mới!

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP  
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐỈNH.  
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM  
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.  
XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN.**

---

WWW.TOAIKHANH.COM