

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHẬP  
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.**

---

Kinh Chuyển Pháp Luân

<blockquote>Kalama tri ân bạn- vuihtv ghi chép.</blockquote>

[29/03/2022 - 03:49 - vuihtv]

Kinh Chuyển Pháp luân – 28/03/2022

Sáng nay là thứ hai, thứ hai tuần sau mình nghỉ, tại thứ hai tuần sau tôi có lớp intensive.

Rất là mong có buổi nào đó Phật tử Úc kéo đám qua đây vui ta. Tại vì, còn 10 phút nữa là có 1 vị bên Úc cũng ghé đây, dân Sydney. Nhưng đi kiểu solo còn đang này tôi muốn đi một group, vui, không học hành gì chỉ cần qua đi vòng, đây được xem là cảnh-tông đẹp nhất của Thụy Sĩ mà.

Sáng hôm nay chúng ta học kinh Chuyển Pháp luân. Kinh này được xem là căn bản của Phật pháp, đây là pháp thoại đầu tiên mà đức Phật thuyết giảng. Giả định như Phật pháp gom gọn lại trong một bài kinh thì bài kinh này hoàn toàn có thể xem là toàn bộ Phật pháp. Suốt 45 năm hoằng đạo của đức Thế Tôn, nội dung cũng là xoay quanh bài kinh này. Khi nói như vậy, các vị mới thấy, cả kho tàng kinh điển mênh mông, toàn bộ giáo pháp đức Phật thuyết giảng trong 45 năm, đức Phật có thể thu gọn trong bài kinh này. Đây là pháp thoại đầu tiên Ngài thuyết giảng sau khi thành đạo.

Trong Chú giải ghi rất rõ:

Bài kinh này được đức Thế Tôn thuyết giảng vào ngày rằm tháng 6, âm lịch. Trong đó nói rõ, Ngài giảng bài kinh này vào buổi chiều tối khi trăng bắt đầu lên, đương nhiên, lúc đó nắng đã tắt. Trong đó ghi rõ như vậy. Gọi là Suriyo atthameti = mặt trời lặn, cando upagacchati = trăng mọc lên. Thì đức Thế Tôn bắt đầu bài pháp thoại này.

Bài kinh này có phần duyên sự buổi đầu.

Lúc Thế Tôn ở đâu ở đâu, và đức Thế Tôn gọi nhóm năm tỷ kheo “Này các tỷ-kheo, đây là hai cực đoan mà người xuất gia nên tránh”. Thì cái chỗ ‘này các tỷ-kheo, đây là’ tiếng Pāli là ‘dvemeti bhikkhave antā pabbajitena na sevitabbā’ Này các tỷ-kheo đây là hai cực đoan mà người xuất gia nên tránh đó là Lợi dưỡng và khổ hạnh. Thì ngay lúc Ngài nói “dvemeti bhikkhave antā pabbajitena na sevitabbā” ngay lúc đó là 18 triệu vị Phạm thiên cũng vừa có mặt ngay chỗ đó. Trong chú giải ghi rõ như vậy. Và cũng có nhiều tình tiết hơi ly kỳ nhưng mà trong room này có đủ thành phần, Chúa, Hôi, Vô thần tùm lum hết cho nên tôi nói cho nó chung chung thôi.

Sẵn đây cũng hé cho các vị một chi tiết, kinh mà, chuyện xưa. Có nhiều chuyện nó quá mức tương tượng của mình. Cái quan trọng nhất khi mình học đạo, là mình chú ý nội dung giáo lý thôi, còn ba cái râu ria thì đừng bận tâm. Đây cũng là kinh nghiệm bằng vàng cho những người buổi đầu sơ cơ mới tìm vào đạo mà bị bận tâm quá nhiều tình tiết thật sự nó không phải là cốt lõi giải thoát thì thôi bỏ qua. Trong khi đó, mình thấy, có một số vị họ rất khoái chuyện ly kỳ. Bản thân chúng tôi, càng già chúng tôi lại càng ngại nói mấy cái đó, bởi vì sợ làm tổn thương mấy người mới vào họ đọc họ bị sốc.

Cho nên mình xoáy vào nội dung kinh. Bây giờ bắt đầu vào nội dung kinh.

Đức Phật, chúng ta biết rằng, xuất thân của Ngài, trước khi Ngài đi xuất gia Ngài là ông hoàng, ông hoàng tử sướng cực kỳ. Ngài có 3 tòa lầu đài cho 3 mùa: Nắng, mưa và mùa lạnh. Sướng lắm. Ngài có hàng ngàn giai nhân tú lệ, hầu hạ trong suốt 29 năm trời như vậy. Như vậy, nếu nói về khoản sung sướng khoái lạc, Ngài là top.

Và thì sao? Trong môi trường sống vàng son nhưng lựa ấy, Ngài được cái gì? Nhiều lắm là một sự băn khoăn: Rồi có một ngày ta sẽ chết, một ngày ta sẽ già, một ngày ta sẽ bệnh, rồi thì sao nữa?

Chăm hết. Chỉ bao nhiêu đó thôi. Sau 29 năm trời sống vàng son rực rỡ sung sướng cực kỳ như vậy thì cuối cùng cái đọng lại suốt 29 năm trời chỉ là dấu hỏi cực lớn: Ta rồi sẽ bệnh, sẽ già, sẽ chết, chỉ vậy thôi sao? Thế là vào một đêm tối, Ngài bỏ Ngài đi. Chuyện về đời Ngài thì thứ nhất, dài, bà con biết hết rồi cho nên tôi chỉ kể vắn tắt thôi. Ngài bỏ cung Ngài đi lúc đó là 29 tuổi, và suốt 6 năm sau đó, Ngài đã thử qua tất cả pháp môn tu hành được xem là khốc liệt nhất của tín ngưỡng Ấn Độ thời đó, gồm có: Nhịn ăn, nhịn thở, lửa lò giữa rừng sâu, mùa hè phơi nắng, mùa đông ngâm mình dưới suối khuya, suối đêm.

Nhiều lắm. Suốt 6 năm trời như vậy. Tôi chỉ kể mấy cái đơn giản nhất thôi. Không mặc áo quần, trời hè phơi nắng, ngâm mình mùa đông, nhịn ăn và có lúc Ngài đói quá, Ngài cố ý không đi tìm thức ăn thông thường, mà Ngài ăn bằng một thứ thực phẩm đặc biệt đó là bỏ vào cái chuồng con bò ăn phân của nó, ăn xong mình bài tiết mình ăn ngược trở lại cái mình mới vừa bài tiết. Thử đủ cách hết. Nhưng cuối cùng thì không. Không đâu vào đâu hết.

Các vị vào trong Tương ưng bộ kinh, chương cuối cùng, chương Sự Thật, trong đó có một bài kinh, đức Phật Ngài dạy “Này các tỳ-kheo, không thể lấy khổ trừ khổ được” bằng chứng là trong suốt dòng luân hồi thăm thăm vô lượng kiếp, sữa mẹ mình bú nhiều như nước bốn biển, máu lệ mình đổ ra nhiều như nước bốn biển, nhưng chừng ấy khổ ải vẫn không thể giúp ta giải thoát. Giải thoát chỉ đến được bằng sự thoải mái, thanh thản. Trong cái thoải mái, thanh thản đó, với một chừng mực, với một sự kiểm soát, trên nền tảng thoải mái đó, mới may ra tìm được đường giải thoát, chứ nếu ép xác khổ hạnh tự dày đọa tâm thân của mình thì chỉ lấy máu lệ rửa máu lệ, nó không sạch được. Đó là chương cuối của Tương Ưng Bộ Kinh. Lát bà con đọc sau. Giờ tôi trở lại bài kinh.

Ngay sau khi Ngài thành đạo rồi, chuyện dài lắm, tôi chỉ kể vắn tắt thôi. Ngài gặp lại nhóm học trò cũ gồm 5 vị, dẫn đầu nhóm 5 vị đó là ngài Kondañña (Kiều Trần Như) và 4 vị kia là Badhiya, Mahānāma, Vappa, Assaji.

Assaji là vị sau này xuất gia với Phật rồi, chứng thánh và đã gặp thanh niên Upatissa và dạy cho vị này câu kệ, vị này chứng thành và trở thành ngài tôn giả Sariputta đệ nhất trí tuệ. Đó là ngài Assaji, một trong năm vị của bài kinh Chuyên pháp luân này.

Còn ngài Añña Kondañña, vị này 35 năm về trước là một thanh niên, được vua Tịnh Phạn mời vào cung xem tướng cho thái tử Tất Đạt. Vua mời tất cả là 108 vị Bà La Môn tinh thông tướng thuật, chiêm tinh đầu số vào để cúng dường, sau đó, vua và triều thần lựa lại trong 108 vị chỉ chọn 8 vị được xem là xuất sắc nhất để coi tướng cho thái tử. Và, trong 8 vị đó, người trẻ nhất chính là ngài Kondañña. 7 vị Bà La Môn kia lớn tuổi hết, đều dơ 2 ngón tay, nói rằng: Thái tử nếu ở ngoài đời làm Chuyển luân vương đại đế, chinh phục toàn cõi đất, nếu đi xuất gia trở thành bậc đại giác lãnh đạo tinh thần cho thiên hạ. 7 vị Bà La Môn lớn tuổi nói vậy. Riêng ngài Kondañña chỉ đưa lên 1 ngón tay: Không, đành rằng 32 hảo tướng này có thể có ở vị Chuyển Luân vương, nhưng đặc biệt, nhưng nếu nhìn kỹ đây là tướng thoát tục của người xuất gia, có nghĩa là sẽ thành Phật nhiều hơn là tướng trở thành vị đế vương thế tục.

Nói vậy thôi, vua Tịnh Phạn cứ lo ngay ngáy. Ráng nuôi con, và canh chừng đủ điều. Trong kinh nói, suốt thời gian đó, một chiếc lá vàng một cái hoa héo cũng được tranh thủ dọn đi, dọn sạch như có thể, người già, người bệnh đều không cho lọt vào tầm mắt thái tử. Ấy vậy cuối cùng năm 29 tuổi Ngài cũng có dịp nhìn thấy một người già, một người bệnh và một xác chết và Ngài bỏ Ngài đi tu. Vào thời điểm 35 năm trước, thanh niên Kondañña sau khi xem tướng cho Thái tử rồi, bỏ nhà đi tu cùng 4 người bạn nữa.

Như hồi nãy tôi nói: Bhaddhiya, Vappa, Mahanāma và Assaji, cộng với ngài nữa là 5. 5 vị đi xuất gia chờ ngày Bồ Tát thành Phật. Họ thấy ngài bỏ ra 6 năm khổ hạnh họ chịu quá “Tu vậy chắc chắn là thành Phật, chắc chắn” Nhưng tới năm thứ 6 ngài thấy tự nhiên Bồ Tát bỏ, không có khổ hạnh nữa

mà chuyển sang đi khát thực. Họ chán họ nói “Rồi, tiêu rồi. Không lẽ ngày xưa mình coi lộn hả ta? Sao lộn được. Người này phải thành Phật mà muốn thành Phật mình phải kiêng khem khổ hạnh, đọa đầy thân xác có đâu quay lại đời sống bình thường rồi?” Họ chán. Họ bỏ Ngài. Ngài còn lại một mình và ngay thời điểm một mình đó, Ngài đã thành Phật.

Ngài thành Phật xong, người đầu tiên Ngài nghĩ tới để Ngài gặp đó là 2 ông thầy dạy cho ngài. Nhưng lúc đó họ mới vừa chết, một ông mới chết tuần trước, một ông mới chết đêm hôm qua. Cho nên, đối tượng tiếp theo là nhóm 5 đệ tử vẫn đi theo Ngài mấy năm nay. Đại khái chuyện dài như vậy.

Chỉ kể vắn tắt để chúng ta còn dành thời giờ cho nội dung bài kinh.

Khi Ngài đến Ngài giảng cho 5 vị này nghe xong, trong đó vị Kondañña là vị đầu tiên trong nhóm 5 vị này chứng Sơ Quả. Tu Đà Hườn. Có nghĩa là: Kể từ giây phút đó trở đi, trời có sập xuống, trái đất có vỡ làm triệu mảnh thì trong lòng vị này chỉ có Phật, chỉ có Tam Bảo, chỉ có Tứ Đế, 12 Duyên khởi chứ không có cái gì hơn cái đó nữa. Đó gọi là Sơ Quả.

Vị này sau khi nghe bài kinh đi xuất gia với Phật. Trước đó chỉ là đạo sĩ thôi, muốn mặc gì thì mặc, nhưng bây giờ đắp y áo giống như Phật vậy đó. Sinh hoạt giống như Phật vậy đó. Trong thời gian ngắn sau thì vị này chứng quả A La Hán. Kể từ lúc chứng quả A La Hán, vị này vào lạy Phật.

Bởi vì chúng ta biết rằng, đức Thế Tôn Ngài thành đạo rằm tháng Tư, chuyển pháp luân rằm tháng 6 thì tới rằm tháng giêng kế tiếp đó, có nghĩa là sau khi Thế Tôn thành đạo được 9 tháng thì có cuộc Đại hội Tăng già, lần đầu tiên Ngài nói rõ cương lĩnh giáo pháp và xác định sự có mặt của Tăng đoàn Tỳ kheo thánh tăng gồm 1250 vị mà dẫn đầu là ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, và chúng ta biết rồi.

Theo trong kinh, 2 vị này tuy xuất gia cùng một lượt với các vị La Hán khác, nhưng vai trò hai vị này rất lớn. Chính đức Thế Tôn xác nhận “Ở đâu, Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên có mặt thì ở đó giống như ta có mặt vậy” Ngài Kondañña thấy, nói theo vai vế, ngài là sư huynh, trong chú giải có nói rõ. Khi đức Thế Tôn ngồi như vậy thì chỗ ngồi xếp cho các vị cao đồ đệ tử ngồi sắp xếp theo trật tự hạ lạp, lúc nào cũng xếp ngài Kondañña trước hai vị đó hết. Mà ngài nể hai vị đó lắm, bởi vì ngài Kondañña ngài chỉ tu có 100.000 đại kiếp thôi, mà 2 vị kia tu 1 A Tăng Kỳ cộng với số lẻ là 100.000 đại kiếp. Mà công việc 2 vị này lớn lắm, vai trò trong đạo lớn lắm. Rồi ngài thấy, người ta cứ nể mình như vậy, ngài thấy. Các thánh với nhau thì ok. Nhưng phàm phu họ dễ bị hoang mang. Cho nên ngài vào lạy Phật, ngài nói “Con xét duyên của con con hợp với núi rừng hơn. Con xin Thế Tôn cho con về núi ở. Do túc duyên đời trước có một nhóm 500 đệ tử là 500 con voi sẽ giúp đỡ con”. Đây là chuyện các vị không tin, nhưng tôi thì tôi tin. Khoa học bây giờ cũng chứng minh có những người căn số họ hợp với núi rừng vậy mà. Thì ngài nói “con có 500 đệ tử trên đó, thôi con về con ở với tụi nó. Sống chết với tụi nó. Sau này con cũng sẽ chết trước mặt tụi nó” Thì ngài lạy Phật xong rồi ngài đi. Ngài về Tuyết Sơn ở đúng 12 năm. 12 năm. Nhớ nha. Chứng La Hán xong, lạy Phật, xong về trên kia 12 năm ngài tịch. Trước khi tịch, về lạy Phật, xin phép đàng hoàng, xong trở về ngài tịch.

Đám tang của ngài là một trong những đám tang lớn nhất của Tăng đoàn thời đó. Tức là, đám tang lớn thời đó mình biết là của ngài Xá Lợi Phất, có 500 tỳ kheo tham dự và có hỏa đài hoàn toàn làm bằng trầm hương hết. Đám tang thứ hai trong kinh ghi rõ, lớn là đám tang của ngài Mục Kiền Liên. Chính đức Phật đến dự, chư thiên làm mưa hoa cúng dường. Đám tang thứ ba là đám tang ngài Añña Kondañña là đám tang ngài Kiều Trần Như được nhắc đến trong bài kinh Chuyển Pháp Luân này nè.

Tức là, khi ngài tịch rồi, ngài Anuruddha đệ nhất thiên nhãn, đã lên đó và ngài chứng minh tang lễ do chư thiên và bảy voi thực hiện, suốt 1 tuần lễ. Ngài và 500 vị La Hán lên đó thuyết pháp cho chư thiên suốt 1 tuần và sau đó cái xác đó được chư thiên hỏa thiêu. Ngày ngài Kondañña tịch hoa cỏ trên Tuyết Sơn đều héo úa như là để tang vậy.

Và, chuyện đặc biệt nữa là ngài Ananda. Ngài Anan gọi Bồ Tát Tất Đạt, tức là đức Phật, là bà con chú bác ruột, sau này trở thành đệ nhất thị giả của đức Phật. Ngài Anan vai vế ngoài đời là chú bác mà trong đạo là thị giả. Ấy vậy mà do túc duyên lạ lắm. Người mà truyền đại giới cho ngài Anan không phải là đức Phật mà là ngài Belabhisesa vị này là 1 trong 1000 đệ tử của ngài Uruvela

Kassapa, tức là 1 trong số những vị La Hán mặt trong đại hội rằm tháng giêng có mặt ở chùa Trúc Lâm, 1250 vị, trong đó có một vị tên là Belabhisesa. Vị này sau này thành hòa thượng bốn sư truyền đại giới cho ngài Anan, và. Ngài Kondañña Kiền Trần Như có một người cháu ruột tên là Pundamantana Putta. Tức là trước khi ngài Kondañña từ biệt đức Phật, xin phép về núi ở với đám voi 500 con thì sau khi lạy Phật xong ngài về ngài gặp đứa cháu ruột, ngài nói “Túc duyên của con không nhỏ đâu, túc duyên con lớn lắm, cỡ cậu. Cậu cháu mình thời gian tu hành tiền kiếp bằng nhau, túc duyên con lớn lắm, con đi xuất gia đi” thì người cháu đi xuất gia được gọi là tôn giả Pundamantana Putta, trở thành vị đệ nhất pháp sư trong số 47 cao đồ, vị đó tên là Pundamantana Putta. Vị đó gọi ngài Kiền Trần Như là cậu ruột. Và đặc biệt, do túc duyên tiền kiếp, người truyền đại giới cho ngài Anan là Belabhisesa, mà người thuyết pháp cho ngài Anan chứng Tu Đà Hườn không phải là đức Phật, mà là ngài Pundamantana Putta, cháu gọi ngài Kondañña trong bài kinh này là cậu ruột. Quan hệ lạ như vậy. Và cuối cùng, sau 25 năm hầu Phật, ngày đức Phật tịch rồi, ngài Anan chứng La Hán bằng tự mình tu tập chứ không ai hướng dẫn hết.

Như vậy thì, quan hệ ngài Anan ngoài đời là bà con chú bác với thái tử Tất Đạt. nhưng khi xuất gia rồi trở thành đệ nhất thị giả của Thế Tôn. Và chuyện truyền đại giới cũng là do một người khác, người thuyết pháp cho đức Tu Đà Hườn cũng là một người khác, cuối cùng cũng tự mình áp dụng giáo lý mà chứng La Hán chứ không phải do đức Phật hướng dẫn như nhiều người khác. Xong chưa? Rồi.

Minh đánh một vòng xong mình vô bài kinh này.

Trước mặt Ngài là 5 vị tỳ kheo, lúc bấy giờ họ chưa thọ đại giới, nhưng trên danh nghĩa vẫn gọi 5 vị tỳ kheo “pañcavaggiyā bhikkhū”, nhóm ngũ bộ tỳ kheo, nhóm này lúc đó còn phàm. Họ coi trọng khổ hạnh. Chính từ chỗ này đức Phật Ngài mới dạy thế này.

Bây giờ tôi lược nội dung bằng ngôn ngữ người thời nay nha. Lược lại nội dung như thế này:

Tất cả chúng sanh trong đời này vì đâu mà sanh tử? Do thích cái này thích cái kia. Có cái mình thích thì mình gọi là hạnh phúc, không có cái mình thích thì mình gọi đau khổ. Căn bản là như vậy. Vô lượng chúng sanh, hầu hết 99,9% trong cuộc đời này là họ cứ trốn khổ tìm vui để sống. Và đương nhiên, với lý tưởng trốn khổ tìm vui đó, họ làm đủ thứ thiện ác và nhận được đủ thứ quả báo buồn vui sướng khổ. Nhưng cứ lăn trôi vô số kiếp như vậy không đi đâu về đâu. Trong số chúng sanh trốn khổ tìm vui ấy chỉ có 0,1 % tự nhiên nhận ra một điều : Cấm đầu hưởng lạc chỉ có khổ thôi, thế là họ mới từ bỏ sự hưởng thụ, họ nghĩ : Minh khổ quá khổ là do mình hưởng, bây giờ mình không hưởng thụ mà hồi đó giờ mình chỉ biết hưởng thụ, chỉ biết sung sướng thì giờ sống ngược lại. Hồi đó giờ chỉ biết hưởng thụ thì giờ không hưởng thụ, hồi đó giờ sung sướng giờ chuyên qua đau đớn. Họ nghĩ vậy. Hồi đó giờ đã quá khổ rồi. Bây giờ chỉ có cách thoát khổ là sống ngược lại kiểu sống xưa giờ. Thế là nó mới nảy ra pháp môn khổ hạnh.

Có nghĩa, chúng sanh trong đời chia làm 2 nhóm:

Nhóm một, Chỉ biết cấm đầu gục mặt hưởng thụ chạy theo cái thích, trốn tránh cái ghét.

Nhóm thứ hai thấy ngược lại, họ nói: bây giờ cứ hưởng vậy không đi về đâu hết, giờ mình sống ngược lại. Thế là nó có pháp môn khổ hạnh.

Như hồi nãy tôi nói chương cuối cùng Tương Ưng đức Phật Ngài dạy: Không thể lấy khổ để mà diệt khổ. Không thể lấy máu lệ để tẩy rửa máu lệ. Mà chỉ có con đường Trung đạo.

Tức là, mình ở trong rừng thì mình phải tìm con đường đi ra khỏi rừng, chứ vấn đề không phải là cảm xúc, không phải mình muốn ra khỏi rừng là phải mình mảy máu me, trầy xước, thương tích,...

No. No. Chuyện quan trọng là mình biết rõ mình ở trong rừng và mình chọn con đường nào an toàn nhất, ngắn nhất, hợp lý nhất để ra khỏi rừng. Đó là chuyện quan trọng chứ còn vấn đề cảm xúc: Lựa con đường nào sướng cũng trật, lựa con đường lấy lợi khó đi nhất cũng trật, mà con đường đúng nhất là con đường nào dẫn ra khỏi rừng thì đó là con đường nên chọn. Nhớ nha.

Tôi nhắc lại.

Muốn ra khỏi rừng, thì mình không thể lấy tiêu chí: Con đường phải dễ đi, thơ mộng, hoa thơm trái ngọt. Sai. Mà mình cũng không thể lựa con đường gồ ghề khúc khuỷu mà đi cũng không được. Mà mình phải lựa con đường hợp lý nhất có thể dẫn ra khỏi rừng. Vấn đề đây không phải là cảm xúc. Nhớ nha. Vấn đề đây không phải là cảm xúc.

Đây cũng vậy.

Muốn giải thoát khỏi đau khổ, dĩ nhiên không phải tiếp tục hưởng lạc, là sai. Nhưng dĩ nhiên cũng không phải trông cậy vào máu lệ để tìm con đường giải thoát cũng sai. Vấn đề không phải cảm xúc mà vấn đề là hợp lý. Con đường đó là con đường hợp lý. Con đường hợp lý chính là gì?

Cái này nói ra các vị khó hiểu nhưng cũng phải nói: Chính là nhận thức.

Khổ là do thiếu nhận thức. Giải thoát chính là khả năng nhận thức.

Chỉ vậy thôi.

Tôi nói rất nhiều lần. Mình cứ nghĩ rằng, người ta muốn làm hại mình nhưng khi mình tìm ra đủ bằng chứng mình biết cái đó là hiểu lầm tự nhiên mình hết giận. Đúng không?

Mình thương một người thương đắm đuối mất ngủ, nhưng sau này mình biết, người đó chính là đứa em gái thất lạc của mình thế là mình hết tương tư.

Hoặc là mình biết con nhỏ cực đẹp đó chính là một đứa vừa giải phẫu chuyển giới cái mình cũng ngượng luôn. Hoặc là bà già mình bà bị lẫn, bà đi lạc từ sáng đến giờ, buổi chiều nghe nói người ta có tìm thấy một cái xác bà cụ nào đó trôi sông, mình nghe mình chết điếng, khi mà ra tới nơi mình xác định được cái xác đó không phải má mình, mình nhẹ.

Giải thoát chính là nhận ra sự thật.

Hoặc là xưa giờ mình quý đồng hồ Rolex quý lắm, một ngày kia mình phát hiện bị mất, mình điên lên được. Trong lúc mình điên lên ông già nói cái đồng hồ đó ông mua ở Trung Quốc có 50 NDT thôi, ông mua ở Thượng Hải. Tôi có tới Thượng Hải một lần, Rolex, Patek Phillippe, Odema nó đeo từ cổ tay nó đeo lên tới nách luôn mà cái có mấy chục tệ, mà Rolex. Đeo từ cổ tay đeo lên tới nách. Nó làm lúc cả mấy chục chiếc vậy đó. Thì ông già mới nói: Con nhớ kỳ mình đi Trung Quốc không? Cái Rolex này bố mua ở đó đó. Thì khi đưa con nó nhận ra cái bị mất chính là đồ rác, nó nhẹ liền. Thì chuyện giải thoát y chang như vậy.

Mình khổ là vì mình thấy bản thân mình là cái gì đó rất quan trọng rất đáng kể. Mình thấy những gì mình được và những gì mình bị quan trọng lắm. Những gì mình sở hữu, những gì mình thích mình ghét, quan trọng lắm. Nhưng sẽ có một ngày mình nhận ra rằng, mình chỉ là cái Rolex mua ở Shanghai, mình chỉ là Rolex mua ở Tàu thôi.

Cho nên, nếu ai đó hỏi, Anh đi chùa nghe pháp anh học được cái gì?

Mình có thể nói: Tui học đạo để tui nhận ra tui là đồ Tàu, đồ Trung Quốc. Hết. Hồi đó giờ tui tưởng tui là đồ Thụy Sĩ, tui tưởng tui là đồ Nhật. Nhưng mà tui học đạo để tui thấy tui là đồ made in China, dầu nó có đẹp lộng lẫy, lấp lánh, lung linh thì nó vẫn là đồ China. Khi mình nhận ra mình là đồ Tàu tình hình nó khác đi nhiều lắm. Nhiều người họ cứ tưởng rằng sở hữu vật mình thích là sung sướng nhưng mà không.

Biết đạo rồi mới thấy: Không thích gì hết, có khả năng coi nhẹ mọi thứ cái đó mới là hạnh phúc, hạnh phúc thứ thiệt. Hạnh phúc này không bị ai tước đoạt hết, không bị ai trộm hoặc cướp. Nhưng riêng mình sở hữu một vật để người ta ghen tị, ngưỡng mộ thì mình tưởng cái đó hay nhưng bữa nào khùng khùng mà nó mất là mình điên, bữa nào mình chán là mình mệt, tại vì nó đắt tiền lắm, mà mình chán.

Không gì khổ cho bằng mình chán thứ mình đã đầu tư quá nhiều.

Cho nên, toàn bộ giải thoát, hành trình giải thoát chỉ là nhận thức thôi.

Cho nên, chuyện đầu tiên, đức Phật nói: Giải thoát không phải là vấn đề cảm xúc.

Tôi diễn dịch bài kinh bằng ngôn ngữ hiện đại. Giải thoát không phải là vấn đề cảm xúc.

Không thể nào con sung sướng rồi con tìm giải thoát qua sự sung sướng. Sai. Mà con không thể nào cắm đầu trong máu lệ con tìm đường giải thoát. Sai. Bởi vì, giải thoát không phải là vấn đề cảm xúc mà là vấn đề nhận thức. Nhớ nha.

Cho nên, “Này các tỳ kheo, có hai cực đoan mà các người nên tránh đó là Lợi dưỡng và Khổ hạnh”. Một bên cực đoan cho rằng, trốn khổ tìm vui bằng cách hưởng lạc, cái đó xài không được. Thứ hai, trốn khổ tìm vui bằng vị đắng của cuộc đời là máu lệ của nhân gian cũng không được. Bởi vì sao? Con đường giải thoát không thể đến bằng con đường cảm xúc rẻ tiền và trẻ con, ngô nghê, ngờ nghệch, ngờ ngẩn, ngây ngô như vậy, mà giải thoát chính là hành trình nhận thức. Do đó, “Này các

tỳ kheo, sau khi từ bỏ hai kiểu sống cảm xúc đó, các con muốn giải thoát các con phải tìm đến con đường ở giữa chính là con đường nhận thức”

Nhớ nha. Từ bỏ hai kiểu sống thuần túy cảm xúc bây giờ các con phải tìm đến con đường thứ ba là con đường Nhận thức. Nhận thức đây là gì?

Các con nhận thức 4 chuyện

1/ Chuyện thứ nhất: Mọi thứ trên đời từ con ong cái kiến cho đến ông hoàng bà chúa, công hầu khanh tướng, Phạm thiên Chư thiên, Càn Thác Bà, Long Vương, Kim Sí Điều, Dạ Xoa, cho đến những loài vô hình, khuất mắt, nhân gian, thiên hạ, nhân loại, rồi cho đến đất đá cây cỏ, mặt trăng mặt trời, thiên thể tinh tú, trăng sao, ... mọi thứ hiện hữu ở đời đều là Khổ.

Khổ đây có 2: Khổ cảm giác & Khổ bản chất.

Khổ cảm giác: Cái gì làm thân tâm mình khổ, khó chịu.

Khổ bản chất: Những gì bất toàn, bất trắc, khó lường. Nay vậy mai khác gọi là khổ bản chất.

MỌI THỨ Ở ĐỜI LÀ KHỔ. Đó là sự thật thứ nhất. Đó là ngôn ngữ bây giờ. Còn trong Chánh kinh thì nói “Này các tỳ kheo, sự thật đầu tiên mà các con cần nhận thức là: Sanh là khổ, Già là Khổ, Đau là khổ, Chết là khổ, muốn không được, thương phải xa, ghét phải gần, nói chung 5 uẩn là khổ”

Ăn tiền là câu cuối “Nói chung 5 uẩn là khổ” Mà 5 uẩn đây chính là sự hiện hữu của toàn bộ vạn hữu. Tất cả những gì thuộc về hình danh sắc tướng, tinh thần, thể xác, trong ngoài, xa gần, trên dưới, tất cả đều là hiện hữu. Mà đã là hiện hữu tất cả đều là khổ hết.

Đó là sự thật thứ nhất cần phải nhận thức.

Giải thoát là nhận thức mà.

2/ Cái thứ hai: Tất cả đam mê gì trong đời này cũng là đam mê trong khổ. Bởi vì cái tiền đề đầu tiên : Mọi thứ là khổ. Cho nên, mình có thích cái gì cũng là thích trong Khổ. Nhớ nha. Thích cái gì dầu thích trong thiện trong ác, hễ thích là khổ. Bởi vì thích trong khổ có nghĩa là tiếp tục đầu tư cái khổ khác. Đây là sự thật thứ hai.

3/ Sự thật thứ ba: Muốn hết khổ thì không thích trong khổ nữa.

4/ Luôn sống trong 3 nhận thức này là sự thật thứ 4: Con đường thoát khổ.

Từ chuyên môn gọi là Bát Chánh Đạo: Chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng, chánh niệm, chánh tinh tấn, chánh định.

Nhưng mà nếu nói cho dễ nhớ thì mình cứ nhớ thế này.

Chuyện đầu tiên: Mọi hiện hữu đều là khổ.

Thứ hai: Thích cái gì trong hiện hữu đó cũng là thích trong khổ. Thích trong khổ có nghĩa là tạo ra cái khổ khác.

Thứ ba: Muốn hết khổ đừng thích trong khổ nữa.

Ba nhận thức vừa nói chính là con đường thoát khổ. Chính là đạo đế. Bát chánh đạo chỉ là hành trình nhận thức.

Tôi nói lại. Bát chánh đạo gọn gọn chỉ là 3 nhận thức thôi:

Nhận thức 1: Mọi thứ là khổ.

Nhận thức 2: Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Hễ thích trong khổ thì tiếp tục tạo ra khổ.

Nhận thức 3: Muốn hết khổ thì đừng thích trong khổ nữa.

Liên tục sống trong nhận thức này đây chính là con đường thoát khổ.

Và đây cũng chính là hình thức thu gọn, nội dung thu gọn của Bát Chánh Đạo.

Nhớ nha.

Bởi vì, hành trình Tứ Niệm Xứ là gì? Là Chánh niệm & Trí Tuệ đúng không? Chánh niệm & Trí tuệ chỉ để nhận ra 3 cái đó thôi.

Đi, đứng, nằm, ngồi, co, duỗi, nói cười, ăn uống, tắm rửa, tiêu tiểu,... đều là khổ. Biết rõ. Và khi nào có phiền não xuất hiện mình cũng biết rõ đây là tham, muốn cái này muốn cái kia. Sân là muốn đừng có cái này, muốn đừng có cái kia. Nhớ nha. Gọn gọn lại. Như vậy Sân cũng là một hình thức của tham.

Tôi biết tôi nói cái này mấy người học A Tỳ Đàm nổi điên lên. Không. Không. Trong tâm sở, rõ ràng nhóm sân phần khác nhóm tham phần.

Dạ thưa. Đó là Elemente, nói cho rõ ráo thì Sân nó là mặt khác của tham. Vì Tham là anh muốn có cái này anh muốn có cái kia. Còn sân là anh muốn đừng có cái này, muốn đừng có cái kia. Như vậy thôi.

Cho nên, tu Tứ Niệm Xứ là mình ghi nhận, biết rõ: Ở đây có thích thì ở đó là Tập Đê, nguồn gốc của Khổ. Ngoài Tập đê ra, toàn bộ cái còn lại đều là khổ để hết. Và, cái này quý vị mới nổi điên lên này. Đó là: Bát Chánh Đạo gồm có Chánh Kiến, Chánh Tư duy,... các vị nổi điên chỗ này, khi tôi nói rằng, Tôi là Toại Khanh, xin nghiêm túc, chịu trách nhiệm câu nói này: Bát Chánh Đạo thật ra cũng nằm trong Khổ để và Tập đê là Tâm tham thật ra cũng nằm trong Khổ để. Sở dĩ chia ra 3 để rời nhau là bởi vì sao? Vì trong đồng khổ đó, đã nói là vạn hữu mà, trong đồng khổ đó riêng anh tham ảnh vừa là Khổ vừa là nguồn cội của khổ. Giống như cái mắt mía, ảnh nằm trong cây mía, đúng nhưng ảnh là cái mắt mía cho nên mình có thể lấy ảnh mình vùi xuống đất để ảnh ra cây mía mới. Xong chưa?

Như vậy, mình chia cho dễ nhớ thì Tâm tham, chính là Tập đê còn Sanh, Già Đau, Chết, 5 uẩn là khổ để. Nhưng ngồi nghĩ kỹ lại coi, Tâm tham có nằm trong 5 uẩn không? Dạ, có. Tâm tham có nằm trong 5 uẩn. Nếu nói chi pháp thì nó rời.

Tôi nói thiệt chậm. Nếu học kiểu elemente tiểu học thì mình thấy rõ ràng Tập Đê riêng. Đạo để là Bát chi đạo trong tâm đạo. Đó là mình học elemente, nếu mà học tới nơi thì mình nhớ rằng Bát chi đạo cũng nằm trong Khổ để, cũng nằm trong Khổ. Nhưng mà sở dĩ nó được gọi là Đạo Để là vì sao? Vì tuy nó là khổ nhưng nó cũng là con đường thoát khổ. Vì sao?

Nghe kỹ chỗ này.

Vì: Con đường ra khỏi rừng luôn luôn nằm trong rừng. Xưa nay chưa bao giờ có một con đường nào đưa ta ra khỏi rừng mà nó nằm ngoài rừng. Dạ. Chưa bao giờ có. Nhớ nha.

Con đường ra khỏi rừng, luôn luôn nằm ngay trong chính khu rừng ấy. Ta không thể nào ra khỏi khu rừng bằng một con đường bên ngoài khu rừng. Chuyện đó không có. Nhớ nha. Nhớ chỗ này nha. Con đường ra khỏi rừng cũng chính là con đường đi vào rừng, vấn đề là ta đưa mặt của ta về hướng nào, ta đưa lưng ta về hướng nào? Ta đưa lưng ta về bìa rừng có nghĩa là ta đang đi sâu vào rừng. Ta đưa lưng ta vào rừng đưa mặt ra bìa rừng có nghĩa là ta đang ra khỏi rừng. Ok?

Cho nên. Mọi hiện hữu là Khổ. Có một điều. Khi mình có trí tuệ, mình nhận ra rằng: Mọi sự có mặt là khổ. Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Nếu duyên lành Ba La Mật nhiều kiếp đủ chín muối, khi nhận thức như vậy. Khi nhận thức rằng: Mọi hiện hữu là khổ. Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Nếu duyên lành chín muối thì ngay trong nhận thức đó đủ để ta cắt đứt phiền não không còn là phàm nữa. Còn nếu Ba La Mật nó không đủ thì mình có nhận thức như vậy chẳng qua mình làm con bò mình nhai lại đồng cỏ mình ăn ban sáng thôi.

Tất cả các bậc thánh trước khi chứng đạo đều trải qua vô số kiếp nhai đi nhai lại những gì mình đã học, đã hiểu, nhai chừng nào mà duyên lành chín muối thì lúc đó chứng thánh. Cho nên, hôm nay mình học đạo mình nhớ dờ, hiểu chậm, tu hoài không đắc, không có gì buồn, chuyện đó là chuyện bình thường. Tất cả chư Phật, chư hiền thánh ba đời mười phương đều y chang như vậy. Tức là, trước khi chứng thánh thì các vị đều phải trải qua giai đoạn như mình bây giờ, cũng học đạo, cũng tư duy, cũng hành trì ghê gớm, Bồ thí, trí giới, phục vụ, nghe pháp, cung kính, hồi hướng,... đủ thứ công đức. Rồi Ba La Mật là Bồ thí, trí giới, ly dục, kham nhẫn, chân thật, chí nguyện, từ tâm, hành xả... rất là nhiều kiếp. Lặp đi lặp lại. Khi duyên nó chín thì sao ta? Khi duyên chín thì người thì thành Phật, người thì thành Thánh văn, người thì thành Độc giác.

Nhớ ha.

Và, toàn bộ hành trình tu tập của Bồ Tát Tất Đạt. Tức là, tiền thân của đức Phật Thích Ca Mâu Ni, cũng là sống trong Khổ để thôi. Và, trong vô số kiếp phàm phu ấy, có những lúc ngài thích cái này, thích cái kia trong khổ cho nên Ngài tiếp tục đầu thai, tái sinh. Nhưng mà, ngay trong hình hài, thân phận sanh tử ấy. Tuy sống trong khổ nhưng rõ ràng Ngài vạch ra được con đường thoát khổ. Con đường nó nằm đó nó nằm ngay chóc trong bản thân cái khổ. Đó là Ngài không ngừng tu tập Bát Chánh Đạo, không ngừng tu tập Ba La Mật. Người không học giáo lý mình cứ tưởng Ba La Mật, Lục Độ, Thập Độ khác Bát chánh đạo. Các vị học A Tỳ Đàm, các vị biết, dầu là Ba La Mật, Thập thiện, Thập độ, hay 37 bồ đề phần tất cả chỉ là 13 + 25.

Coi kỹ lại coi. Mở sách coi kỹ lại coi.

Tôi tính mượn chỗ này tôi thông báo cho nhóm học viên lớp intensive sắp tới, sợ lạc đề của quý vị. Tức là, sắp tới bà con đem qua dùm tôi cái bộ A Tỳ Đàm mình mới vừa phát hành, cuốn 1 cuốn 2, có cái đó thì chúng tôi mới hướng dẫn các vị về lộ tâm, lộ sắc được. Lộ tâm có nghĩa là buddhist psychology là tâm lý học Phật giáo. Và, một cái nữa là Lộ sắc đó gọi là Sinh vật học Phật giáo. Nhớ nha. Theo A Tỳ Đàm. Phải có cuốn đó.

Ở đây cũng vậy. Trong vô số kiếp sanh tử luân hồi, mang thân sanh tử trong thân phận của phạm phu Bồ Tát cũng sống trong phiền não. Nhưng có một điều, tuy cũng là người có mặt trong khu rừng như bao thiên hạ khác, nhưng Ngài có một cái xác định rõ ràng, biết rõ: Khu rừng này là chốn đọa đày, và bản thân mình đang bị đọa đày, ngay trong cõi lưu đày đó, Ngài xác định được con đường mình phải đi. Ngài đi suốt 4 A Tăng Kỳ và 100.000 đại kiếp, cho đến cuối cùng, Ngài đi đến chỗ có tên là Uruvela, ở đó có gốc Bồ Đề và Ngài bèn ngồi xuống và phát thệ một lời đại nguyện rằng: Nếu chưa chứng Phật thì đầu máu ta có cạn đi, thì ta cũng không rời khỏi chỗ ngồi này.

Thật ra, lời nguyện đó không phải lần đầu, cũng không phải duy nhất. Mà Ngài đã từng phát thệ như vậy từ vô lượng kiếp. Vô lượng kiếp Ngài cũng phát thệ như vậy “Ta sẽ ở đây tu cho đến bao giờ giải thoát” Nhưng cuối cùng thì sao? Chết. Chuyện này có. Có. Vô số lần chứ không phải một lần. Không phải đợi đến kiếp chót mới nguyện kỳ cục vậy.

Như đời đức Phật Ca Diếp, thấy giáo pháp suy tàn, pháp học, pháp hành từ giáo lý cho tới hành trì bị thiên hạ thờ ơ, mấy anh em dắt nhau lên trên một mỏm đá cheo leo, làm thang tạm, leo lên đó xô cái thang, cùng nắm tay nhau hẹn rằng “Chỉ rời khỏi đây khi chúng thánh”. Trong 7 vị đó, có 2 vị chứng thánh đi trước, còn 5 vị còn lại, đương nhiên, nhịn ăn, thiếu nước uống, chết. 5 vị thánh tuân đạo này đến đời đức Phật Thích Ca Mâu Ni trở thành 5 vị La Hán Thịnh văn. Nhớ nha. Trở thành 5 vị La Hán Thịnh văn. Xuất sắc.

Có nghĩa là không phải chỉ 1 kiếp tuân đạo là đủ đâu. Nếu thiết tha cầu giải thoát thì phải vô số lần tuân đạo như vậy. Tuân đạo là chết vì đạo. Tuân tình là chết vì tình vậy đó. Tuân là hi sinh cho cái gì đó.

Bài kinh Chuyển Pháp Luân Ngài nói: Không thể nào đi tìm giải thoát bằng 2 con đường thuần túy cảm xúc, đó là Sướng và Khổ mà phải đi bằng con đường nhận thức, đó chính là Bát Chánh Đạo. Mà Bát chánh đạo là gì?

Chánh kiến = Thấy đúng. Làm ơn mở dùm tôi Trung Bộ Kinh, bài Đệ Phân biệt, bản in mới là Phân biệt sự thật. trong đó có giải thích rất rõ, đừng nghĩ chúng tôi bịa. Ngài Xá Lợi Phất, ngài giải thích rất rõ.

Chánh kiến là Trí tuệ hiểu được Bốn Đế. Bốn Đế này tôi giải thích rồi.

Chánh Tư Duy là gì? Chánh Tư duy có nghĩa là 3 chánh tư duy: Ly dục, Vô sân, bất hại.

Ly dục có nghĩa là không thích gì hết.

Vô sân = không bắt mẫn gì hết. K

Bất hại = Không nhiều hại, không gây tổn thương cho ai hết, ngay trong ý niệm. Không có ý niệm gây tổn thương đó gọi là bất hại tư duy.

Không có ý niệm bắt mẫn cái gì gọi là vô sân tư duy.

Không có ý niệm tham thích cái gì gọi là ly dục tư duy.

3 cái này cộng lại là chánh tư duy.

Chánh ngữ có nghĩa là, nói theo chánh kiến, chánh ngữ có nghĩa là không nói dối, không nói đâm thọc, không nói lời ác độc, không nói lời phiếm luận.

Nhưng mà đó là nói một cách tổng quát cho người sơ cơ.

Nhưng cách nói rất ráo trong kinh có 2 cách.

1/ Chánh ngữ hiện tượng : Nói lời lành, không nói lời vô ích cho mình, cho người, không nói lời tổn thương ai.

2/ Chánh ngữ bản chất: Tâm sở chánh ngữ. Có nghĩa là Bằng tâm trạng nào mà ta không nói dối được, không nói lời ác độc, tổn thương người khác, không nói lời phù phiếm vô ích, phiếm luận, không nói lời gây chia rẽ ai. Tâm trạng đó được gọi là tâm sở chánh ngữ.

Nhớ nha. Nhớ cái này nha.



Cho nên, khi mình thấy trong kinh định nghĩa chánh ngữ không nói này không nói kia mình hiểu là chánh ngữ hiện tượng, chứ chánh ngữ bản chất thì không phải. Chánh ngữ bản chất là Tâm trạng nào đã giúp ta không nói mấy lời đó. Được gọi là Chánh ngữ.

Chứ các vị tướng tượng, Chánh ngữ là không nói mấy lời đó, hoặc chánh ngữ là nói lời lành định nghĩa vậy nó hơi kẹt. Tại sao kẹt? Là bởi vì trong khoảnh khắc đặc đạo, thời gian nó chỉ là 1 phần tỷ của giây, mà làm sao có chánh ngữ hiểu theo nghĩa mình vẫn hay ra rả ra rả đó. Sai. Chánh ngữ đây là một khía cạnh tâm lý thôi.

Chánh nghiệp cũng vậy.

Chánh nghiệp nói trên hiện tượng : Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm. Đó là Chánh nghiệp hiện tượng.

Chánh nghiệp bản chất là tâm trạng nào giúp mình tránh được 3 cái đó, chính là tâm sở chánh nghiệp.

Chánh mạng cũng vậy.

Chánh mạng hiện tượng: Không kiếm sống bằng những nghề nghiệp sinh kế bất thiện hại mình hại người.

Còn chánh mạng bản chất: Tâm trạng nào giúp mình chọn sinh kế lương thiện, lương thiện kiểu xuất gia, lương thiện kiểu cư sĩ khác nhau. Trong A Tỳ Đàm gọi đó là tâm sở Chánh mạng.

Chánh Tinh tấn là gì ta?

Chánh tinh tấn nói theo A Tỳ Đàm chỉ là tâm sở cần, siêng năng, chứ không có gì hết tron. Nhưng mà, nói theo tạng kinh thì:

Chánh cần = chánh tinh tấn hiện tượng & Chánh cần bản chất.

Chánh cần bản chất chỉ là tâm sở cần, trạng thái nỗ lực, siêng năng, không lui sụt, không bỏ cuộc, không buông xuôi. Đó gọi là tâm sở cần.

Chánh cần nói trên hiện tượng: gồm có 4 (Thận, trừ, tu, bảo)

Thận cần: Nỗ lực ngăn cái ác chưa có.

Trừ cần: Nỗ lực trừ cái ác đang có, đã có.

Tu cần: Nỗ lực gây dựng cái thiện đã có.

Bảo cần: Nỗ lực duy trì cái thiện đã có.

Đó là chánh tinh tấn trên hiện tượng.

Còn chánh tinh tấn trên bản chất chỉ có 1: Tâm sở cần.

Chánh niệm là gì?

Chánh niệm cũng có 2: Chánh niệm bản chất & chánh niệm hiện tượng.

Chánh niệm bản chất: tâm sở niệm, khả năng ghi nhớ không quên mình. Mình làm gì biết cái đó. Không buông xuôi thực tại. Tức là, từng khoảnh khắc thực tại đều được, ghi nhận một cách kịp thời. Kịp thời nha. Từng khoảnh khắc hiện tại, từng giây phút hiện tại được ghi nhận kịp thời cho nên chánh niệm có tên là Thấp sáng hiện hữu. Thấp sáng hiện hữu đây có nghĩa là: Từng giây phút hiện hữu đều được soi rọi, không bị buông xuôi, không bị lãng quên.

Đó là chánh niệm bản chất, tâm sở niệm.

Chánh niệm hiện tượng: là chánh niệm trong pháp môn Tứ Niệm Xứ. Đi biết là đi, ngồi biết là ngồi, nằm biết là nằm, ăn uống biết là ăn uống, co duỗi biết là co duỗi. Dở, bước, đạp, biết là dở chân lên, bước đạp xuống. biết rõ. Tiêu tiểu biết rõ. Ăn uống, nhai nuốt, mặc áo, cởi áo biết rõ. Đó gọi là chánh niệm hiện tượng.

Chánh định là gì?

Chánh định cũng có hai: Chánh định bản chất và chánh định hiện tượng.

Chánh định bản chất chỉ là tâm sở định.

Chánh định hiện tượng: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền.

Sơ thiền là gì? Là đoạn trừ 5 triền cái, thành tựu 5 chi thiền.

Nhị thiền là gì? Không còn triền cái để đối phó nhưng phải loại trừ các chi thiền.

Nghĩa là buổi đầu mình bỏ rác nhưng còn lại dụng cụ dọn rác. Từ nhị thiền trở đi thì không còn rác nữa nhưng phải bỏ bớt dụng cụ dọn rác, đó chính là 5 chi thiền. Từ Sơ, Nhị, Tam, Tứ thiền Sắc giới cộng thêm 4 tầng thiền Vô Sắc nữa gọi là Chánh Định.

Chánh định nguyên thủy đức Phật Ngài chỉ nói có thiền không à.

Nhưng thời nay làm gì có thiền. Từ ra mấy sư tổ Pa Auk, vô Pa Auk 3 tháng thấy nó đắc, cái giống thiền gì nó cũng đắc hết. Chứ còn đắc thiền không dễ. Tui quý Pa Auk, tui thờ phụng Pa Auk lắm, tui chắc chắn là sẽ cung thỉnh các vị thiền sư Pa Auk về giảng cho Kalama bên cạnh các truyền thống khác như là U Pandita, Shwe Oo Min, Mogok, Mahasi, Chanmyay,.. chắc chắn chúng tôi sẽ thỉnh. Nhưng có một điều, đó là tinh thần Pa Auk, thiền sư Pa Auk chứ còn các hành giả Việt Nam ở Pa Auk thì cho em xin. Không biết nghe ba chớp ba nháng sao nghe nói đắc thiền dễ.

Ở đây, tui xin nói lạc đề tí. Đắc thiền không có dễ đâu. Tại vì anh muốn đắc sơ thiền, anh phải bỏ được 5 triền cái, thành tựu 5 chi thiền. 5 chi thiền nói đúng không là khi gì hết. người không tu cũng có 5 chi thiền, nhưng lúc đó không được gọi là 5 chi thiền, mà nó chỉ là những khía cạnh tâm lý, nhưng khi mình tu thiền 5 cái đó được gọi là 5 chi thiền. Nhớ nha. Chứ nó không có cao siêu gì hết. Cái quan trọng nhất, 5 yếu tố tâm lý đó ở người đắc Sơ thiền, nó đủ mạnh để nó trấn áp 5 thứ phiền não thì lúc bấy giờ 5 tâm sở đó được gọi là 5 chi thiền.

Tôi nhắc lại. Khi nào 5 tâm sở đó làm việc trấn áp 5 triền cái lúc đó nó được gọi là chi thiền. Chứ còn nếu nó không làm chuyện đó thì xin lỗi con heo, con chó, đũa nào cũng có 5 chi thiền hết. Có hết. Nhưng 5 cái đó không được gọi chi thiền, là vì sao? Vì nó có nhưng nó không có tác dụng đối phó 5 triền cái, cho nên, nó chỉ là 5 tâm sở, 5 thành tố tâm lý thôi.

Thời nguyên thủy, Chánh định phải là Sơ thiền trở lên. Còn thời này, bắt đầu thiền được coi nói, giải phóng mặt bằng không đều bù. Thời này mình thêm cái vụ định có 3, vớt vát cho mấy em thiếu duyên:

Sát-na định : Khả năng tập trung trong từng khoảnh khắc, mang tính đối phó.

Cận định: Khả năng tập trung lâu bền, vững chãi hơn, giai đoạn tiền đắc thiền, tiền đắc định.

Kiên cố định: Từ Sơ thiền trở lên.

Nhưng nói vậy là nói gương, thật ra giai đoạn sát-na định, định đối phó thì bây giờ mình chỉ tới đó thôi, chứ cận định tôi cũng không tin. Vì cận định là giai đoạn tiền đắc thiền, tiền đắc định. Nó là bậc thêm của thiền. Nó chưa vô nhà nhưng nó là bậc thiền.

Và, chuyện đầu tiên anh muốn đắc Sơ thiền là anh cũng gần giống sơ thiền: Anh cũng có khả năng vắng lặng 5 triền cái, 5 triền là cái gì? Thích cái này, bất mãn cái kia, buồn ngủ, ray rứt, bồn chồn và hoang mang nghi hoặc. 5 cái này được gọi là 5 triền. Mà tôi chỉ hỏi 2 chiêu đầu tiên thôi: Quý vị còn tham thích cái này cái kia không? Còn bất mãn cái này cái nọ hay không? Chỉ riêng 2 cái này mà mình nuốt chưa trôi thì đừng có lêu láo mà nói đắc thiền này thiền kia. Cho em xin. Bởi vì, nội cái tật khoái khoe là thấy không có thiền rồi.

Thằng cha đắc thiền nó không có khoái khoe, đắc thiền đắc đạo không khoái khoe. Vì cảnh giới đắc thiền nó sướng lắm, nó sướng đến mức họ không muốn hả hê, không muốn há miệng. Bởi vì, “tự mình biết riêng mình và ta biết riêng ta” nó an lạc khiếp lắm. Hé miệng ra, an lạc họ cảm giác nó bị trôi đi bớt. Nó bị trôi ra. Hé miệng ra cái an lạc nó bị trôi ra. Cho nên, với các vị chứng thiền chứng đạo, im lặng là vàng, chỉ nói ra những gì nó quý hơn vàng. Chỉ nói khi không thể im lặng. Chỉ nói khi điều nói ra quý hơn vàng. Còn bình thường cứ tịnh khẩu như bình, thủ khẩu như bình, im lặng không nói, một đời ngêu sò ốc hết. Đắc thiền đắc đạo là chỉ thích hạnh ngêu sò ốc hên. Tịch mặc, thủ khẩu, tịnh khẩu, vô ngôn.

Còn mình còn khoái chia sẻ thì chưa. Mình còn quờn, còn rảnh còn có thời gian, chứ khi mình đắc thiền đắc đạo hé miệng ra là mình đã không muốn. Nó mới quai hàm lắm. Người đắc thiết, quai hàm họ dễ mở lắm, và mỗi lần họ hé miệng ra, mất đi cái an lạc.

Cho nên, tôi biết, trong room thế nào cũng có người : “cái này ông nói hay kinh nói?”

– Dạ, kinh nói.

Đức Phật Ngài dạy thế này: Nay các tỳ kheo, ta nói rằng đám đông không những làm phiền phạm phu mà làm phiền bậc thánh nữa.

Hồi đó tui đọc, tui sốc lắm, tui rất là sốc. Ủa kinh gì nói kỳ vậy ta. Tôi đọc kỹ lại, tôi nhượng con mắt, tui banh con mắt ra, Ngài nói: Đám đông không những làm phiền phạm phu mà còn làm phiền cho bậc thánh nữa.

Trong Chú giải giải thích thế này: phiền là sao? Phàm phu khi cả đám đông bu lại lễ bái, cúng dường, khen tặng, suy tôn, thần tượng thì đương nhiên khỏi tu hành, cái đó phiền đúng rồi. Nhưng ngài nói rằng một vị thánh còn mãi mê bận rộn hoàng hóa độ sinh thuyết giảng, giải đáp, phân tích từa lưa cho đám phàm phu nó nghe vị đó không còn nhiều thời gian để hiện tại lạc trú, sống tịch mặc, an yên.

Ghê chưa. Chứng thánh rồi. mà 2 vị thánh, một vị mở miệng hơi nhiều thì sự an lạc ít đi. Phiền nào thì hết rồi, nhưng khả năng an lạc ít đi.

Cho nên, trong kinh nói, những vị La Hán, có chứng thiên như là: Đức Phật, ngài Ca Diếp, ngài Anan thì sau này mới có nhưng hồi trước, lúc đó Phật còn ngài Anan mới Tu Đà Hườn thôi, như ngài Anan ngài chỉ nghỉ ngơi bằng cách nhập thiên Quả thôi. Thiên Quả có nghĩa là tâm chỉ hướng tới cảnh Niết Bàn ngoài ra không biết gì hết. Riêng những vị chứng thiên Vô Sắc, La Hán hoặc A Na Hàm chứng thiên Vô Sắc, thiên Phi Tưởng Phi Phi tưởng, các vị có cách nghỉ ngơi rất độc đáo, có nghĩa là mình không có đi hoàng pháp, không đi gặp gỡ chúng sinh là cách nghỉ ngơi, nhưng mà chưa, ngồi yên lại để nhập định, biết cảnh Niết Bàn, để nghỉ ngơi. Chưa, chưa. Còn nữa. Cuối cùng, các vị chọn ra cách nghỉ ngơi tuyệt đối, trong thời gian chờ viên tịch, đó là nhập thiên Diệt. Tức là, lúc đó tâm thức không còn nữa, chỉ là cái xác thôi, suốt 3 ngày, 5 ngày, 7 ngày như vậy. Hoàn toàn không có tâm. Thân lúc bấy giờ khác cái xác chết là còn thân nhiệt thôi. Hơi thở không còn. Không nhúc nhích cử động, không uống không ăn, tiêu tiêu bài tiết, không nhúc nhích mà. Nghỉ ngơi tuyệt đối. Có nghĩa rằng thì là. Đối với vị hiểu đạo thì các vị thấy đúng là Vô vi, vô vi nghĩa đen lẫn nghĩa bóng.

Người ta không muốn nói.

Giờ tôi quay lại bài kinh.

Tức là ở đây Ngài dạy, Không thể nào tìm con đường giải thoát thông qua đạo lộ cảm xúc. Khổ hạnh và lợi dưỡng. Mà phải đi qua con đường nhận thức. Nhận thức ở đây chính là nhận thức về Bốn Đế.

Xong chưa? Và ở đây, các vị coi kinh các vị thấy trong đó đức Phật dạy “Này các tỳ-kheo, khi nào Tứ Đế này được Như Lai giác ngộ với 3 luân, 12 chuyên” đó là dịch theo từ xưa đó. 3 luân 12 chuyên có nghĩa là sao?

Có nghĩa là, ở mỗi thánh đế có 3 trí x 4 = 12.

Có nghĩa là, đối với Khổ đế mình có 3 chuyện phải làm. Tập Đế cũng 3 chuyện phải làm. Diệt Đế và Đạo đế cũng vậy.

Có nghĩa là, mỗi đế như vậy có 3 chuyện phải làm. 4 x 3 = 12.

Chuyện phải làm là gì? Giờ mình học như con nít nha.

Khổ đế cần được nhận diện, Khổ đế cần được nhận thức.

Chuyện đầu tiên, mình phải hiểu rằng: Mọi thứ là khổ. Khổ đế cần được nhận thức.

Nhưng mà Tập đế là sao ta? Tập đế là mình cần phải làm gì ta? Tập đế cần đoạn trừ.

Khổ đế cần nhận thức. Nhưng tập đế cần chấm dứt, cần đoạn trừ.

Còn Diệt đế là Niết Bàn cần được chứng ngộ. Đạo đế thì cần được tu tập, cần được hành trì.

Như vậy thì ở mỗi một đế có 3 việc phải làm.

Việc thứ nhất: Khổ đế cần được hiểu. Tập đế cần được trừ. Diệt đế cần được chứng. Đạo đế cần được hành.

Mỗi đế có 3 trí là sao? Trí thứ nhất, khi chứng đạo vị đó biết rõ: Ta đã biết rõ Khổ đế là gì. Khổ đế cần được hiểu. Khổ đế là mọi hiện hữu. Trí thứ hai, biết rõ rằng: Khổ đế cần được nhận thức. Trí thứ ba hiểu được rằng: Ta đã nhận thức đầy đủ về Khổ đế.

Như vậy khổ đế có 3 cái: Khổ đế là gì? Chuyện cần làm đối với khổ đế. Và cái thứ ba là ta đã làm xong việc đó.

Tới tập đế cũng vậy. Vị đó biết rõ, Tập đế là gì? Đó là tham thích trong cái này cái kia. Thứ hai, Tập đế cần được đoạn trừ. Thứ ba, Tập đế ở ta đã được đoạn trừ.

Ở đây tôi cũng nói luôn. Ở người chứng Sơ Quả, họ cũng có trí về Bốn đế. Có không? Có. Nhưng hơi khác ở trên tí. Tức là, vị Tu Đà Hườn cũng thấy rõ rằng: Khổ đế đã được ta nhận thức một phần quan trọng. Tập đế đã được ta đoạn trừ một phần quan trọng. Quan trọng là gì? Tức là tham đi

chung tà kiến, được xem là phần tham quan trọng. còn tham không đi chung tà kiến, là tham lẻ tẻ, tham xu hào, bạc cắc. Tham đi chung tà kiến. Tà kiến đây là gì? Là thấy đây là tôi, đây là của tôi, đây là bản ngã của tôi, cái đó là tà kiến. bậc Tu Đà Hườn, vị đó hiểu rằng: Ta đã hiểu được một phần quan trọng của Khổ Đé. Ta đã đoạn từ phần quan trọng của Tập Đé. Ta đã chứng được đại khái Diệt đé. Và ta đã tu tập phần quan trọng nhất của Đạo đé.

Nhớ cái đó nha. Chứ không thôi cứ tưởng A La Hán mới có. Tu Đà Hườn cũng có. Nhưng một phần thôi.

Chính vì Khổ đé chỉ hiểu một phần cho nên tập đé họ chỉ trừ một phần, và đối với Niết Bàn họ cũng không chứng ngộ một cách toàn diện như là vị La Hán. Và Đạo đé đương nhiên rồi, chính vì Đạo đé chưa được tu tập rốt ráo cho nên Khổ thấy mới, Tập trừ một mới, và Diệt chỉ chứng một mới. Tổng cộng là 3 mới.

Riêng bài kinh này, thì Ngài nói đến hành trình của một vị La Hán, chính là Ngài. Ngài cũng là một vị La Hán, nhưng La Hán tự ngộ, trên không thầy, dưới có trò gọi là Chánh Đẳng Giác.

Ngài nói rằng mỗi đé có 3:

Bản chất, định nghĩa đé đó là gì. Khổ đé là gì.

Thứ hai: Chuyện cần làm đối với Khổ đé.

Thứ ba: Ta đã làm xong chưa?

Tập đé cũng vậy: Tập đé là gì? Chuyện cần làm với Tập đé? Ta đã làm xong chưa?

Qua tới Diệt Đé: Diệt đé là gì? Việc cần làm với Diệt đé? Ta đã làm xong chưa?

Xong. Là 3.

Qua tới Đạo đé: Đạo đé là gì? Đạo đé là con đường thoát khổ. Con đường ấy vốn dĩ nằm trong cái khổ. Tuy nằm trong rừng nhưng nó cũng chính là con đường ra khỏi rừng, cho nên nó có cái tên là Đạo đé. Nhớ nha.

Như vậy, Đạo đé là gì? Hiểu. Chuyện cần làm với Đạo đé là gì? Là hành trì. Và Ta đã làm xong chưa? Ngài xét thấy Ta đã làm xong. Trí thứ ba này rất quan trọng. Phải xác định là ta đã làm rồi.

Còn phạm phu mình: Hiểu ta hiểu chưa? Hiểu. Trừ ta trừ chưa? Trừ rồi. Nhưng mà xong chưa? Ngẫm ngẫm hồi, chưa. Còn Ngài Ngài biết rõ, mỗi đé là gì. Thứ hai, chuyện cần làm ta đã làm chưa. Thứ ba, trí xác định Ta đã làm xong chuyện cần làm đối với 4 đé.

Như vậy, 4 đé x 3 = 12.

Nhớ nha.

Tôi xin nhắc lại lần nữa. Tôi chốt lại nội dung bài kinh cho những người mù tịt, sơ cơ về giáo pháp bữa nay lần đầu tiên nghe đạo thì tôi nghĩ rằng, quý vị nếu chú ý thì sẽ hiểu bài kinh này nói cái gì? Bài kinh này nói thế này.

Tất cả mọi hiện hữu ở đời này là Khổ. Những ai không thấy được cái đó thì họ còn có phân biệt cái này đắng, cái này ngọt, cái này sướng, cái này khổ. Họ chạy trốn cái khổ họ đi tìm cái sướng. Nhưng riêng với một người đủ túc duyên giải thoát thì sao? Họ thấy đắng ngọt đều là khổ hết.

Hoa nào bồn nào luống nào trong đây đều là hoa trồng trong bệnh viện, trong nhà tù, trong nghĩa trang, họ không thích. Còn mình mình phân biệt, mình không biết nhà tù, nghĩa trang, bệnh viện mà mình chỉ biết hoa hồng, cẩm chướng, lay ơn, thược dược, phong lan, tường vi, hoa cúc, hoa lài, thiên lý,... mình phân biệt cái đó mình mới thích. Nhưng mình quên, cái tổng quát: không biết cái hoa này trồng ở đâu? Dạ, trồng ở trong khu ung bướu. Mà mình đang ung thư kỳ cuối. Hoa này trồng trong nhà tù, mà mình là tên tử tù chờ ngày bị giết. Nhớ vậy.

Khi mình nhớ hoa này nó trồng ở đâu, thì chỉ cần nhớ vậy là mình không có màng nữa, không màng bông đó là bông gì. Còn khi mình không biết mình đang ở bệnh viện, đang ở tù thì còn hứng thú bông này bông kia.

Bài giảng này tôi giảng cũng cầu may. Những người có lòng cầu giải thoát, cứ nhớ thế này.

Tại sao có sanh già bệnh chết? Đã trót sanh ra tránh không được bệnh, tránh không được cái già, chết thì phải làm sao?

Thì cứ nhớ thế này.

Luôn luôn tâm niệm 4 điều:

Điều thứ nhất, Mọi hiện hữu là khổ. Đắng cay ngọt bùi, thơm thối cách mấy đều là khổ. Đó là niệm câu thần chú thứ nhất.

Câu thần chú thứ hai: Những gì ta thích, ta ghét đều nằm trong cái khổ. Do đó, hễ còn thích, còn ghét trong khổ là còn đầu tư trong cái khổ mới.

Thứ ba, muốn hết khổ thì buông không có thích nữa. Càng bớt thích càng bớt khổ. Càng nhiều thích càng nhiều khổ. Đây là câu thần chú thứ ba.

Câu thần chú thứ tư: Khi nào liên tục sống với 3 nhận thức trên đây thì đó chính là hành trình thoát khổ.

Và nhận thức đây không có nghĩa là ngồi tưởng tượng, pha ly cà phê, pha ấm trà cứ ngồi ôm hoài: Mọi thứ ở đời là khổ, thích cái gì cũng là thích trong khổ, không muốn khổ nữa thì đừng thích trong khổ.

Không phải. Mà phải sống chánh niệm. Luôn luôn sống chánh niệm trong 3 nhận thức đó. Làm gì biết này, biết cái này là Khổ đế. Biết thích là Tập, ngoài tập ra là khổ đế hết.

Cứ nhớ nhiều đó thôi.

Hai cái đế kia đẹp. Cái nào trước mắt hãy tính.

Thật ra mình không cần nhớ đến Đạo, thật ra lúc mình nhận thức như vậy là mình đang có mặt trên đường đạo rồi.

Có hiểu không ta?

Khi ta đang nhận thức “Đây là Khổ đế” là ta đang hành trì Đạo Đế đó. Khi ta nhận thức “Đây là tập Đế” Chỉ cần nhận thức Tập đế là ngay lúc đó ta đang hành trì Đạo đế đó. Các vị đi hỏi ngài Thanh coi đúng vậy không. Đi hỏi ngài nào các vị thấy ghê nhất, hỏi mấy vị giỏi thấy ghê coi có đúng vậy không?

Có nghĩa khi ta ghi nhận “Đây là khổ” lúc đó ta đang tu Đạo đế. Ta ghi nhận “đây là tập, đây là tham, phiền não” ta đang tu đạo đế đó.

Yên tâm. Đừng có lo.

Giống như nhiều lần và rất nhiều lần tôi nói.

Các vị khởi nguyện thành Thánh, chỉ cần tu sao cho nó hết phàm là ngon. Khởi cần nguyện thành La Hán, Tu Đà Hườn. Mệt. Cứ tu sao cho nó hết phàm thôi.

Nhưng mà nhớ. Tu để không còn phàm nó an toàn. Vì mình biết phàm mặt mũi nó ra sao. Còn tu mà mong chứng Thánh nó ghê lắm. Vì mình đâu biết mặt mũi thánh nó ra sao. Bữa nào thấy nó lạ lạ mình tưởng mình chứng thánh không à. Cho nên, tôi nói rất nhiều lần. Tôi nói. Tu để không còn phàm nó chắc ăn hơn. Bữa nào nó hết phàm tự nhiên nó thành thánh phần đó chắc ăn hơn. Mình không có lo. Hết nghèo tự động nó giàu. Đừng cần giàu. Chỉ cần làm ăn cho hết nghèo tự nhiên nó vắng qua đám giàu, đứng chung bà Nguyễn Phương Hằng liền.

Rồi ở đây, cũng vậy.

Pháp môn tu có 2. Mình nghe có thiện, có ác. Đẹp. Chỉ nhớ 1 chuyện thôi.

Nhận diện được tâm thiện đang có mặt, đó là tu. Nhận diện được tâm xấu đang có mặt cũng là tu. Nhận diện được rằng tôi đang bị khổ, đó là tu, tôi đang sướng đó là tu. Biết đây là thiện ác sướng khổ, nhận diện nó là tu. Biết đang đi đang đứng đang ngồi làm gì biết nấy, không nghĩ chuyện ngoài ra, đó là tu. Mà người ta không tin. Người ta thấy đơn giản quá người ta không có tin.

Mà tại sao phải sống chánh niệm? Bởi vì, chỉ có sống chánh niệm anh mới có cơ hội thấy ô thì ra, mọi hiện hữu đều là khổ, dễ chịu cũng là khổ mà khổ gián tiếp, bởi vì lát nữa đây nó không còn. Còn khó chịu là khổ thì dễ hiểu rồi. Nhưng dễ chịu là khổ là vì sao? Vì nhiều lý do lắm: Muốn có cái dễ chịu không dễ. Có nó rồi, giữ không dễ. Giữ không được nó lại càng khổ nữa. Như vậy, khó chịu là khổ đúng rồi, mà cái dễ chịu nó cũng là khổ luôn.

Chỉ có thẳng cha chánh niệm mới thấm cái này. Cho nên thẳng cha mới ô, thì ra, khổ đế đầu tiên, Mọi hiện hữu là khổ. Và hễ mình thích cái gì cũng là thích trong khổ. Nhớ nha. Thích trong thiện trong ác đều là nguyên nhân sanh khổ, thích trong cái khổ hết.

Muốn hết khổ thì buông, đừng có thích nữa.

Niết Bàn là gì? Niết Bàn là sự vắng mặt của tập đế. Mở trong kinh coi đúng không “ Ái tận là Niết Bàn” Nhớ nha. Trong kinh có câu đó nha. Ái tận là Niết Bàn. Nhưng mà đó là Niết Bàn giải thích

một cách đại khái. Chứ còn bản chất Niết Bàn là gì thì chỉ có bậc thánh mới biết thôi. Nhưng nói một cách dễ hình dung, dễ nôm na, dễ liên tưởng nói để đặt sang một bên không bàn nữa thì mình chỉ hiểu : Niết Bàn là hết phiền não thôi. Nhớ nha. Hết tập để thôi.

Chứ đừng đi đôn, bữa nay ông sư Giác Nguyên ông lên giảng về Niết Bàn.

No. No.

Tôi chỉ lấy kinh giải thích kinh thôi, trong kinh nói , đối với kẻ phàm phu, đối với bình diện ngôn ngữ không đủ để giải thích Niết Bàn. Cho nên, chỉ cần biết đơn giản: Hết tham ái là Niết Bàn. Còn muốn biết Niết Bàn là cái gì thì xin hết tham ái trước cái đó.

Đừng có nghĩ, đạo Phật đưa ra một cứu cánh mơ hồ. Có nhiều người họ nghĩ lạ vậy.

Họ nói về thiên đàng, về Tây phương dễ hình dung, còn Niết Bàn là gì nó khó muốn chết luôn.

Cứ nhớ vậy, cái này kinh nói.

Khi mà con bị bệnh thì cái thiệt tha nhất mà con hướng tới đó chính là hết bệnh. Khi con thấy cái thân này nó là khổ quá thì con làm sao đừng có cái thân này nữa. Xong. Còn cái chuyện Niết Bàn nó vuông tròn, dài ngắn, màu xanh màu tím, kệ nó. Đừng có thêm phân tích. Con chỉ làm sao còn đừng có thích cái gì trong cái thân này, trong cuộc đời này là ok. Khi con không còn thích nữa, mà phải là bằng trình độ thánh nhân nha, chứ còn thứ phàm phu không nói. Thứ phàm phu sáng làm con người chiều làm con chó dễ lắm. Cho nên, ở đây chỉ nói thánh trí của thánh nhân thôi. Khi con hiểu được sanh tử là gì, con biết thân này là khổ, con biết nó là gánh nặng, và con không còn cái gì để con thích thì tự nhiên con không có cái ghét. Mà khi không có cái ghét thì không có cái khổ. Các vị về ngồi gác chân lên trán suy nghĩ coi đúng không?

Không còn thích thì sẽ không còn ghét Khi ta thích một cái gì đó thì ta sẽ ghét cái ngược lại. Khi có được cái mình thích mình gọi đó là hạnh phúc. Khi phải chịu đựng cái mình ghét mình gọi đó là đau khổ. Khi không còn thích nữa thì vị thích chỉ còn có đau chứ không bị khổ. Nhớ nha. Bị đau xác chứ không khổ tâm.

Cho nên, khi biết rõ rằng, mọi hiện hữu là khổ, sự có mặt của tâm thân này là gánh nặng, chỉ tu học làm sao chưa nói đến Niết Bàn, chưa nói đến thánh nhân, tu tập làm sao mà nó đừng có thích thì không có bất mãn. Và không có bất mãn thì tôi xin thề độc là không có khổ. Chỉ cần không có bất mãn.

Bất mãn đây là gì? Bất mãn đây gồm có: Ghét, sợ, thù, không muốn. Sợ nó cũng là bất mãn. Thì cái đó được gọi là khổ.

Nhớ kỹ lại coi: Nóng quá, nực quá, đói, khát, tê, mỏi, bệnh hoạn, ung thư, tiểu đường,... tất cả những cái đó, rồi tiêu tan nhà cửa, tiền bạc, tài sản, chức vụ, quyền lực, uy tín,.. những cái đó mình gọi là khổ là vì sao? Vì mình thích nó. Mà giữ không được nó thì mình gọi là khổ. Tránh không được là khổ, muốn không được là khổ. Giờ thấy mệt quá, thấy vật lộn với 2 thứ đó mệt quá, giờ không thêm thích nữa, thì sẽ không có ghét. Mà khi không có ghét thì không có gì khổ hết. Cứ nhớ nhiều đó.

Còn Niết Bàn nó vuông tròn dài ngắn không phải là chuyện cho một người phàm phu suy nghĩ, không cần thiết.

Tui nè. Tui đi ngoài trời mưa, chuyện đầu tiên là tui không có dù, tui ráng đi cho nhanh tới bậc thềm, mái hiên của nhà kia, còn lát vô tới nhà đó, nó bằng gỗ, bằng gạch, nhà nó cát hồi nào, xưa không xưa, nhà đó có người hay không có người, không quan trọng. Tôi chỉ thấy ở đó có mái che, tui chun vào được thì cứ nhắm vô đó tôi đi thôi. Chứ lúc đó tôi không có thời giờ mở internet dò đường này đường gì, nhà số mấy, trên con đường này cát hồi này, do ai, bây giờ ai làm chủ,... tôi chưa bao giờ làm cái chuyện nó ngộ vậy. Chuyện đó tôi chưa bao giờ làm.

Nhưng chuyện này có. Khi tôi bị mắc mưa, tôi cứ nhìn chỗ nào tôi có thể được phép đặt chân lên trú mưa. Tại sao có chữ được phép? Tại vì bên Âu Mỹ nó có trường hợp có những chỗ Private nó không cho vô. Nó không cho vô thì mình không được phép, nó thả chó ra thấy bà luôn. Cho nên mình chỉ thấy chỗ nào được là mình nhào vô thôi. Mà cứ nhắm chỗ đó mà đi. Và tôi xin thề chưa bao giờ tôi làm chuyện điều tra hết trơn, điều tra nhà đó số mấy, trên con đường nào, cát hồi nào, ai cát, bằng chất liệu gì, giờ ai làm chủ, có vợ có chồng chưa, có con không, ly dị chưa, có đủ sống, ăn

welfare, trợ cấp thất nghiệp, hay đang là nhà giàu. Chưa bao giờ. Chưa bao giờ. Tôi chỉ thấy chỗ đó được phép là tôi nhào lên thôi.

Niết Bàn y chang.

Bây giờ mình thấy mình không chịu nổi cơn mưa sanh tử, mình muốn tìm chỗ trú mưa đúng không? Rồi. cứ làm theo lời Phật là tu Tứ Niệm Xứ, còn cứ ở không bàn Niết Bàn là gì. Tôi thấy nhiều người họ rảnh, mà họ quờn đến mức thấy sợ luôn.

Cho nên, chuyện quan trọng nhất ở đây chính là: bà con nhớ nội dung bài kinh này.

Và bài kinh này đức Phật Ngài xác nhận: Khi nào mà ta chưa hiểu Bôn Đế như vừa thuyết thì khi ấy ta chưa có thể tự nhận mình là bậc Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác chuyển vận bánh xe pháp luân giữa cuộc đời này. Khi nào ta thấy rõ Bôn Đế với 12 chi tiết, khía cạnh đó thì ta mới có thể giữa trời đất này, giữa chư Thiên, Ma Vương, giữa các hội chúng sa-môn Bà La Môn ta có thể nghiêm trọng chính thức tuyên nhận quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

Ngay khi Ngài kết thúc bài kinh tôn giả Kondañña chứng Sơ Quả cùng 18 triệu vị Phạm thiên khác. Ngay thời điểm đó, đức Thế Tôn Ngài thấy, ngài biết. Ngài thấy 18 triệu vị Phạm thiên chứ không phải Dục thiên, 18 triệu vị Phạm thiên đã chứng. Nhưng lúc đó Ngài chỉ nhắc riêng 1 người. Bởi vì sao? Bởi vì 18 triệu vị kia thứ nhất số lượng đông, thứ hai chuyện họ đắc không có khó. Khó là vị Kiều Trần Như này nè. Tại mấy vị kia là họ Tha tâm thông, họ có định sẵn. Còn ngài Kiều Trần Như lúc đó là trụi lủi không có gì hết. Mà nghe hiểu được, lúc đó Ngài mới xác nhận là “aññāsi vata bho, koṇḍañño” “Kiều Trần Như đã được liễu ngộ”. Và câu xác nhận này của đức Thế Tôn lập tức được lan truyền ra dasasahassiloka gọi là 10.000 vũ trụ. Đây là một sự kiện rất là lớn.

Chẳng hạn trong kinh nói có những sự kiện mình không có thiên nhĩ mình không biết, không có nghe. Tức là khi một người chân tâm nha, chứ giá áo túi cơm là không có, bậc chân tâm, người thiết tha tu học, khi họ đặt chân xuất gia là ngay buổi lễ xuất gia đó chư thiên họ la um sùm hết “Thêm một người thách đấu với ác ma”. Khi một vị tân sư đó vào rừng ngồi thiền chư thiên họ la lên “Thêm một người tuyên chiến với ác ma”. Khi vị đó chứng La Hán chư thiên họ la um sùm các tầng trời “Rồi, có một người vừa đánh bại ác ma”. Còn khi có một người hoàn tục thì chư thiên nói “Rồi, thêm một người vừa tử trận sa trường”.

Và, trong Tăng chi bộ kinh nói. Kể lại câu chuyện cho chúng ta biết một câu chuyện cũng rất thú vị đức Phật dạy rằng: Nay các tỷ-kheo, các người có biết, chuyện các người được mang thân người, làm người nam, được đi xuất gia, đặc biệt là với sự chứng minh của bậc Đạo Sư như là ta đó là một đại phúc. Các người có biết, trên cõi trời Dục thiên (Đao Lợi, Đâu Suất,..) mỗi lần có vị trời sắp mệnh chung, sắp từ trần thì những vị kia họ bu lại họ nói thế này “ráng đi về cõi lành, ráng có được cái khó có, có được rồi, ráng giữ”. Ngài nói như vậy, Ngài không nói nữa. Có một vị tỷ-kheo mới quý xuống “Bach Thế Tôn, trên cõi trời đã lành rồi mà xin hỏi họ chúc nhau đi về cõi lành là đi đâu? Hay là họ chúc trở lại?” Đức Phật nói không. Ở trên chư Thiên, khi họ nói: Đi rồi ráng về cõi lành nha, tức là ráng về cõi người. Dễ sợ như vậy. Còn mình thì sao? Đưa nào tu cũng muốn về trời hết, sống cho nó sướng. Trên chư Thiên mấy ông chánh kiến, ông nghĩ khác. Ở trên toàn chỗ xài tiền. Chỗ kiếm tiền là dưới đây nè. Kiếm tiền là dưới đây. Còn ở trên là resort, là spa, không có ai kiếm tiền ở resort hết. Ở đây nè, ba cái tiểu thương ba cái địa ốc, chứng khoán, stock bitcoin là nằm hết dưới đây. Còn trên đó là resort, cruise, du thuyền, chỗ đó là phơi nắng, mỹ nữ giai nhân tầm bậy tầm bạ, chỗ đó là chỗ xài tiền. Kiếm tiền là dưới đây. Cho nên, chư Thiên khi biết một vị sắp mất họ nói như vậy:

“Ráng về cõi lành” = Ráng về cõi người.

Ráng làm chuyện khó làm = Ráng tu hành nha.

Ráng giữ cho bằng được cái khó có đó = Đừng bỏ cuộc nửa chừng.

Và bài kinh đó, lời giải thích của đức Thế Tôn đã gây chấn động cực mạnh trong lòng các tỷ-kheo.

Ok. Mệt rồi. Chúc các vị một ngày vui.

Và hi vọng sẽ có dịp gặp bà con bên đây. Bây giờ 17 tháng 4 Miền Điện mở cửa, mong rằng trong một ngày gần nhất như có thể chúng ta có thể gặp nhau ở Kalama, hi vọng tràn trề.

Chúng ta có tất cả, chúng ta có tất cả trong tay, đừng ép tôi phải giải thích chữ “tất cả”. Chúng ta có tất cả trong tay, chỉ cần gió “Đông” thôi. Mong gặp bà con mặt giáp mặt chúng ta sẽ học ở đó.

Không phải học với tôi. No. No. Có rất nhiều vị danh sư thượng thừa, thượng đẳng sẽ được cung thỉnh về đó để giúp đỡ các vị, từ các ngài Chánh Minh, Sán Nhiên,... các vị gặt đầu hứa khả là mình thỉnh tuốt tuồn tuốt, tất tần tất. Những vị thiền sư dòng thiền Ajhan Chah, Ajahn Naeb, tuốt tuốt, thỉnh hết. Trên đất Miến Điện mình vẫn về Thái Lan mình thỉnh được. Rồi các dòng thiền U Pandita, dòng thiền Mahasi, dòng thiền Mogok, dòng thiền Pa Auk, dòng thiền Thabawa, cái vị ồm thấy ghê luôn, mình cũng thỉnh về, cho bà con tu học. Và, nếu bà con có nhu cầu thì chúng ta sẽ lớp học giáo lý nho nhỏ. Một ngày mình học : một là mình học xen kẽ khóa tu, còn không muốn tu tinh chuyên chính chu tinh tươm thì học riêng hành riêng. Trước khóa tu mình có buổi gặp nhau 1 tháng hoặc sau khóa tu mình gặp nhau 1 tháng. Hi vọng tràn trề. Phải nói thêm, khí hậu ở đó, thực phẩm ở đó, tuyệt vời, Shan State mà. Vùng đó là tiếp giáp văn hóa Lào, văn hóa Tàu. Coi như từ ăn mặc, kiến trúc. Đặc biệt là khí hậu, khí hậu và thực phẩm thì rất gần mình. Bởi vì đồ ăn Tàu, Thái gần mình lắm. Bên đó, lái xe có mấy tiếng là qua Cảnh Hồng (Trung Quốc), lái xe mấy tiếng là về Chiang Mai, Chiang Rai. Chiang Mai là coi như mát, đẹp. Chiang Rai là coi như trùm ma túy. Ai muốn chích hút gì ở đó tha hồ.  
Ok. Chúc các vị một ngày vui. /.

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP  
CHƯA ĐƯỢC SỰ 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