

Kiết Sử (1)

Kalama tri ân đh thuongthoicogidau ghi chép.

[15/03/2026 - 03:18 - thuongthoicogidau]

Sáng nay mình học cái bài kiết sử. Kiết sử nghĩa là sự trói buộc. Còn là phạm phu thì chúng ta luôn bị trói buộc, luôn bị trói buộc bởi các thứ thuận và nghịch duyên.

Sướng là trói cột, khổ là tháo gỡ. Vui là trói cột, buồn là tháo gỡ. Thích là trói buộc, ghét là tháo gỡ. Hưởng dục là trói cột, ly dục là tháo gỡ. Sinh tử là trói buộc, Niết bàn là tháo gỡ.

Người hiểu đạo thì thấy như vậy nhưng người không hiểu đạo thì cả hai thứ trói cột và tháo gỡ đều là kiết sử, đều là sự trói buộc. Thay vì ta thấy rằng trong từng cặp trên đây bên cạnh thứ trói cột luôn là một lối thoát. Thay vì dùng cánh cửa để đi ra thì phạm phu cũng cánh cửa ấy nhưng lại đi vào

Phật ngôn: “Này các tỳ-kheo ta nói rằng không thể nào có việc lấy khổ để thoát khổ, Nhưng nếu không thấy được khổ thì không thể thoát khổ. Đất, nước, lửa, gió là khổ. Ai không thấy chúng là khổ rồi đắm mê trong chúng thì không thể thoát khổ. Sáu Căn là khổ, sáu trần là khổ Ai không thấy chúng là khổ rồi đắm mê trong chúng thì không thể thoát khổ

Khi mình thích cái gì đó mình sẽ ghét cái ngược lại và khi mình ghét cái gì đó mình sẽ thích cái ngược lại.

Hạnh phúc là có được cái thích và đau khổ là chịu đựng cái ghét. Khi không bỏ được thích ghét thì dứt khoát phải bị đau khổ.

Có mấy ai trên đời luôn có được cái mình thích và tránh được cái mình ghét. Nếu tránh được thì tránh bao lâu và nếu có được thì có bao lâu?

Nếu mà người biết đạo họ sẽ thấy rằng mỗi lần mình đi trong đời sống mình, mỗi lần mình thấy có cái gì đáng cay khó chịu mình biết đây là cái lối thoát. Khi mình bị đáng cay, bị bức mình cái gì đó mình biết đây là cái lối thoát. Vì chính cái này nó làm cho mình sợ sanh tử. Mà khi nào mình thấy vui, thấy thích thì mình biết đây là lối vào sanh tử. Kể từ đây về sau trong đời sống mỗi lần mà thấy cái gì mà mà bất toại thì mình biết đây là lối thoát sanh tử. Còn mỗi lần mình thấy vui, thấy thích thì mình biết đây là lối vào sanh tử. Nhưng mà đó là do hiểu đạo mới biết cái đó phải không ta? Mỗi lần mà gặp cái cảnh bất toại thì biết đây là lối thoát sanh tử. Vấn đề là ta có biết tận dụng nó hay không. Như vậy thì sau lớp học này về nhà mỗi lần mà giận chồng, giận vợ giận con biết rằng đây là cơ hội để nhẹ nhàng hơn. Mỗi lần thấy gia đình quàn tụ vui vẻ biết đây rằng đây là cơ hội để mình dính mắc nhiều hơn. Bồ Tát Tất Đạt khi mà đang ngồi đi dạo bốn cửa thành xong về ngồi trong vườn ngự uyển đang chán đời do dự không biết mình phải làm sao đi hay ở bỏ thì thương mà vương thì tội. Thì lúc ở trong cung ra báo tin là bà Gia Du vừa sanh hoàng tử là ngài nói liền bị trói nữa rồi thì lúc đó là cái người mà báo tin họ nghe họ chạy vô họ báo Vua Tịnh Phạn mừng lắm mừng quá mừng vừa bèn đặt tên cháu nội là Rāhula có nghĩa là sự trói buộc trời ơi chết rồi kỳ này là thế tử tất đạt tiêu tùng rồi, ở trong cung luôn rồi, nhưng mà chỉ có 12 tiếng đồng hồ sau là ngài đã biến biệt cánh chim đứng 12 tiếng đi giữa đêm thấy liền thấy liền thấy mấy cái cảnh mà người già, người bệnh, người chết đó là đó là lối thoát. Mới vừa thấy xong về là nguyên cái cục nợ nó rút đùng trước mặt vậy. Cho nên từ đây về sau khi mà mình có học đạo rồi, mỗi lần mà nắng nóng, gió lạnh bức bối, gia đình cứ nhớ văng vẳng cái lời nói trong lớp đó là cứ bất toại là lối thoát. Trước đây mình gặp khổ mình sợ đúng không? Nhưng bây giờ lại khác. Bất toại, bất mãn đây là lối thoát, cái cơ hội để tháo gỡ. Cơ hội tháo gỡ và mỗi lần mình thấy vui vẻ, ham thích dính mắc đắm đuối đây là mình biết là cơ hội bị trói cột. Cái đó rất là quan trọng. Quan trọng lắm. Rồi giờ nghe cho kỹ cái khổ thân, khổ tâm đó chính là cái cơ hội tháo gỡ.

Khổ thân khổ tâm lẽ ra là cơ hội tháo gỡ. Nhưng người không học đạo thì khi bị khổ thân khổ tâm thay vì xem đó là cơ hội để đi ra thì họ lại lập tức nghĩ đến lối vào đó là cứ bức mình chuyện gì thì nghĩ đến cái ngược lại: đói nghĩ đến ăn, nóng nực nghĩ đến sự mát mẻ Trong khi cái người tuệ quán là Người không học đạo thấy cái ngọt thì bị dính mắc, gặp cái đắng lại nhớ ngay về cái ngọt.

Khi mình biết đạo mỗi lần mình gặp đáng cay là mình biết đây là lối thoát. Thấy đây là cái lý do để mình buông. Và đằng này là hề họ thấy cái đắng là họ bèn nghĩ đến cái ngọt. Cho nên khi tu thiền

có cái lòng mong là nó đừng có nực nữa, nó đừng có ngứa nữa, đừng có đau nữa. Mong là cái tiếng chuông mà hết giờ nó sớm reo lên. Mà nếu mà mình đang khỏe, đang trẻ mà mình lại không có được cái kham nhẫn để mà ngồi mà nhìn kỹ về mình thì mai này mà trọng bệnh cận tử thì chịu không nổi. Mà trong vô số kiếp luân hồi là mình cứ chạy theo cái cảm xúc. Chứ còn lẽ ra đó là hành giả phải thấy rằng đặng là cơ hội đi ra mà ngọt là cơ hội đi vào. Đặng tại sao nó là cơ hội đi ra? Vì nó là cái lý do. Đặng là cái lý do để mà mình buông. Còn đặng này là mình không biết buông. Theo tinh thần Phật pháp thì hưởng dục là trói cột và ly dục là tháo gỡ với điều kiện sự ly dục ấy là nền tảng cho tuệ quán. Nếu không thì hành giả lại dính mắc trong chính sự ly dục ấy. Hành giả lại dính mắc trong chính sự ly dục ấy bằng cách đắm mê trong thiền lạc. Kinh nói giống như một người tù vừa vượt ngục thành công hay một viễn khách vừa thoát khỏi tay bộ lạc ăn thịt người thì lại đắm mê với hoa cỏ ngay bên cạnh khu vực nguy hiểm mà mình vừa thoát thân. Tu tập tuệ quán là vượt khỏi, lia bỏ vùng đất hoa cỏ thơ mộng để tìm về một nơi thật sự an toàn.

Người chỉ học Đạo mà không hiểu đạo. Rất dễ dàng bị vướng lại ở những thành tựu nửa vời của mình. Nhưng hài lòng với các hạnh bố thí, trì giới, thiền tập, phục vụ ...

có nghĩa là họ chỉ ra khỏi phòng giam này để bước sang một phòng giam khác. Trong bài học này ta có cơ hội để nhìn lại những gì là chướng duyên và thuận duyên của đời sống. Nhâm biến cả hai thành cơ hội giải thoát bằng cách thấy dính mắc là dính mắc, tháo gỡ là tháo gỡ thì tự nhiên được giải thoát. Người không hiểu đạo thì hoàn cảnh nào cũng là cơ hội dính mắc trói cột.

Sau cái bài học này bà con khi đối diện với cái đắng cay cái nghịch duyên của đời sống mình nhìn nó bằng cách nhìn khác hiểu không, có cái gan thấy cái đó không như ngày hôm qua tôi nói chuyện bà con xong tôi về tôi nhớ hoài tôi nghĩ rằng không biết có bao giờ có cơ hội mà gặp nhau mình không có học nữa. Quý vị kẹt lắm. Quý vị hỏi tôi một câu thôi và tôi chỉ nói rất là ngắn thôi để mình dành hết thời gian để mình sống như là mình đã học. Cứ ngồi yên như vậy theo dõi hơi thở. Có một cái thích nào đó nó xuất hiện mình biết đây là tập đề. Ngoài cái tập đề ra bất cứ cái gì mà nó nổi bật nó xuất hiện đều biết nó là khổ đề.

Con đường ngắn nhất để tu tập tứ niệm xứ theo đề mục pháp quán (qua tứ đề). Hành giả chánh niệm trong từng hơi thở khi đang ngồi hoặc nằm, chánh niệm trong từng động tác sinh hoạt lớn nhỏ không nghĩ đến bất cứ chuyện gì ngoài ra. Ngay trong khi ấy khi phát hiện bất cứ một tham thích nào đối với sáu trần, ta chỉ việc ghi nhận đây là tập đề, nguồn gốc các khổ. Ngoài tập đề ra, bất cứ thứ gì nổi bật(như tiếng ồn, mùi thơm thoải, một suy nghĩ vớ vẩn, một cơn đau nhất tề ngứa.....) đều phải được ghi nhận đơn giản là khổ đề chỉ vậy thôi. Tức là chỉ có một cái tham thích là tập, còn cái gì ngoài ra là khổ hết. Chỉ tu bao nhiêu đó thôi.

Có một lần Đó, hai vị tỷ kheo tranh luận với nhau. Một vị nói mình luân hồi là do sáu trần. Vì sáu trần hấp dẫn cho nên mình mới bị cuốn hút. Mà sáu trần không ra gì mình mới bị khổ đau bất mãn. Ông nói nắng nóng nê, rồi sinh lầy nê, gai góc nê, rồi người ta chửi bới nê. Ông nói mấy cái đó là những cái trần cảnh làm cho mình đau khổ. Còn những cái trần cảnh ngọt ngào như là sự chăm sóc nê, yêu thương nê, trời xanh mây trắng, nắng vàng, bãi cỏ thảm hoa, cái đó làm cho chúng ta thoải mái như vậy. Rõ ràng là sáu trần nó là quyết định tất cả nhưng mà ông nội kia ông nói không, sáu căn bây giờ mình bị đui làm sao mình thấy mình bị điếc sao mình nghe. Mình ngẹt mũi sao mình biết mùi. Thì hai bố cãi với nhau thì lúc đó có một vị thánh cư sĩ ông là cư sĩ tóc tai đầy đủ mà ông chứng thánh nghe như vậy, ông bèn cung kính nhỏ nhẹ, ngồi xuống chấp tay, Thưa hai bố, cho con góp ý. Hai con bò trắng, bò đen dính nhau. Không nên nói con bò trắng cột bò đen hay bò đen cột bò trắng mà phải nói là sợi dây cột hai đũa. Con xin hai bố cho con góp ý hiểu không? Và sau này chúng ta đọc lại nhiều bài kinh khác, chúng ta biết rằng cái ví dụ đó không phải của ông đó. Mà cái ví dụ đó được gọi là lưu truyền từ Đức Phật xuống ngài Xá Lợi Phất, A Nan, Ca Diếp, Mục Kiền Liên, Câu Huy La, Ca Diên Diên nhưng mà có nhiều người chỉ đọc cái bài kinh đó họ tưởng là cái ví dụ đó của ông cư sĩ Chích Tá không phải rất nhiều lần cái ví dụ đó được nhắc tới nhấn lui trong kinh điển không phải con bò trắng cột bò đen hay bò đen cột bò trắng mà chính vì cái thái độ tâm lý của mình nó tạo ra sự dính mắc. Dính mắc ở đây gồm có mấy? Dính mắc do mình thích và dính mắc do mình ghét.

Cái chỗ vừa ý nó cột mình theo cái cách khác. Cái chỗ mà nó bất toại nó cột mình theo cách khác. Mỗi lần nhắc tới Sài Gòn một cái là bao nhiêu kỷ niệm nó bèn ủa về. Mà mỗi lần nhắc tới người

hoặc là vật mà mình không ưa đó thì nó một cái đầu đó đúng không? Thì ở đây trong kinh nói người biết đạo thấy rằng ngọt là sự trói buộc mà không phải tự thân nó là trói buộc mà là do cái tâm của cái phản ứng của mình trước cái ngọt đó giống như màu trắng màu đen ý nhớ nha bản thân cái khổ không phải là sự trói buộc vì Đức Phật có bị bệnh không

Đức Phật có bị lạnh không có

nhưng mà cái lạnh và cái bệnh đó có trói được ngài không

ngài vẫn an lạc còn mình thì sao gió mát bị cột, nực bị cột, lạnh bị cột, ấm cũng cột, mà lạnh ấm nóng đều cột mình hết á. Nó khổ chỗ đó. Trong khi đó đối với người hiểu đạo có ba bậc. Bậc một nói vậy có nghĩa là có ba trường hợp phản ứng tâm lý:

Trường hợp một là đắng ngọt, thích ghét, sướng khổ đều là cơ hội trói cột tâm tư ai đó.

Trường hợp hai là do cơ duyên, mỗi cá nhân mà có người phải nhờ sướng hay khổ mới tu được.

Trường hợp thứ ba cả sướng hay khổ đều được nhận diện trung thực, được đánh giá như nhau và đều được xem là cơ hội giải thoát. Và đều được xem là cơ hội giải thoát. Vì cái nào cũng là cảm thọ cảm giác, cái nào cũng do duyên mà có. Họ nhìn cái sướng họ biết, nhìn cái thích họ biết đây là tập họ nhìn cái khổ. Biết đây là khổ

Hiểu rõ ràng tập để sẽ hiểu được ba để còn lại, hiểu rõ ràng khổ để sẽ cũng sẽ hiểu ba để còn lại. Như vậy đạo để chính là khả năng nhận thức khổ và tập. Đủ duyên thì chính đạo để này sẽ giúp ta chứng ngộ diệt đế.

Hiểu rõ ràng tập để sẽ hiểu được ba để còn lại. Rồi cái hiểu hiểu rõ ràng tập để hay khổ để. Như vậy đạo để chính là khả năng nhận thức khổ và tập để đủ duyên thì chính đạo để giúp ta chứng ngộ diệt đế.

Hiểu rõ ràng tập để hoặc khổ để thì sẽ hiểu rõ ràng ba để còn lại.

Khi hiểu được mọi thứ là khổ, dầu đó là thiện ác buồn, vui đều là khổ thì tự nhiên người ta sẽ hiểu thêm. Cái thứ hai, thích cái gì cũng là thích trong khổ.

Trong cái phòng này cái gì cũng là đồ Trung Quốc. Cho nên thích cái gì cũng là

thích đồ Trung Quốc. Cái chuyện nó rất là dễ hiểu. Bây giờ muốn hết khổ thì đừng có thích trong khổ nữa. Ba cái nhận thức này nè cộng lại nó chính là đạo để.

Mà các vị thấy tôi không có nhắc gì tới Bát Chánh Đạo đúng không? Nhưng mà thật ra Bát Chánh Đạo chính là cái hành trình sống dựa trên ba cái nhận thức này từ giới, định và tuệ đều phải dựa trên ba nhận thức này.

Mọi thứ là khổ thiện ác buồn vui đều là khổ.

Thích cái gì cũng là thích trong khổ.

Muốn hết khổ thì đừng có thích nữa. Đừng có thích trong khổ nữa.

Thì cứ sống và hành động bằng ba cái nhận thức này nè. Chính là cái hành trình thoát khổ. Hiểu rõ ràng một chuyện thôi. Đó là thường xuyên sống chánh niệm trong từng hơi thở vào ra khi ta ngồi hoặc nằm. Thường xuyên chánh niệm trong từng cái động tác sinh hoạt lớn nhỏ. Thì ngay trong lúc mà chánh niệm đó cái gì mà nó nổi bật thì ta bèn ghi nhận cái đó.

Thì có hai cái nổi bật.

Một cái gì là tham thích thì ta bèn ghi nhận đây là nguồn khổ tập đế.

Ngoài cái đó ra bất cứ cái gì đều là khổ hết.

Thí dụ mình đang đi nghe ồn um sùm biết là khổ đế. Còn cái chuyện mà bà kia mới phân tích đây là âm thanh hay là nhĩ căn là sắc nghe danh nghe nó đuôi lắm. Nó mệt lắm cứ nhớ bao nhiêu đó. Hễ có thấy cái thích thì đó là tham. Ngoài cái thích ra bất cứ cái gì cũng là khổ hết. Làm ơn nhớ giùm bao nhiêu đó thôi.