

Kinh Mũi Gai

Kalama tri ân đh Nguyễn Thị Ngọc Ánh ghi chép.

[02/09/2025 - 09:22 - anhlibrary]

Thưa đại chúng, Bài kinh tiếp theo cho cái buổi giảng chủ nhật hôm nay là bài kinh Mũi Gai. Cái chữ Mũi Gai ở đây là trong chú giải giải thích:

- Chữ Kaṇṭaka là Mũi Gai.

- Bản tiếng Anh là thorn. Giống như thorn bird vậy đó.

Trong bản chú giải thì nói cái chữ này, trong cái bài kinh này nè, nó có nghĩa là sự, cái sự Vijjana là xuyên thủng hay là xuyên thấu hay là phá nát.

Cái chữ mũi gai phải hiểu như vậy: xuyên thủng hay là xuyên thấu hay là phá nát.

Thế nghiệp tức là sự nghiệp ngoài đời hay là Đạo nghiệp là cái lộ trình tu chứng nó cần đến những cái điều kiện để nó hoàn tất. Và đương nhiên hể nó có cái điều kiện để nó hoàn tất thì nó cũng có những cái trở ngại để mà nó ngăn chặn.

Mình muốn làm giàu, hay là mình muốn đẹp, hay là mình muốn khỏe, mình muốn nổi tiếng thì mình phải biết đến những cái điều kiện để có được mấy thứ đó và cái thứ hai cũng phải biết đó là cái gì mà nó ngăn chặn cái ước mơ của mình.

Chuyện tu hành cũng vậy. Trong bài kinh này Đức Phật Ngài dạy rằng là muốn tu hành giải thoát thì phải biết rõ cái gì nó là trở ngại. Mình chỉ biết cái điều kiện để có nó là mới biết có một nửa thôi.

Mà biết cái gì mà phá hoại nó, ngăn chặn nó, tiêu hủy nó, đối lập nó thì đó là cái biết thứ hai. Một nửa của cái biết cần thiết, một nửa của cái biết cần thiết cho cái chuyện mà tu hành giải thoát.

Tây có câu hay lắm, muốn ong bướm về thì chỉ có 2 cách thôi:

- Một là trồng thật nhiều hoa.

- Và cố tránh cho bằng được cái gì mà ong với bướm nó ghét. Cố tránh cho bằng được những gì ong bướm ghét. Và ráng có được thứ mà ong bướm nó thích.

Chỉ nhiều đó thôi, chứ mà đừng...không có cần phải là mời gọi, cầu nguyện, van xin, lạy lục, năn nỉ, không cần, không cần. Chỉ nhớ 2 chuyện thôi:

- Tức là biết rõ ong bướm nó thích cái gì thì chuẩn bị cái đó.

- Và biết nó ghét cái gì thì dẹp cái đó, thì ong bướm nó về.

Chuyện tu hành cũng vậy, thì ở đây Đức Phật đưa ra 10 cái gọi là trở ngại cho cái chuyện tu tập thành tựu đạo nghiệp.

1/ Chuyện đầu tiên, chúng ta bắt buộc phải biết cái cứu cánh tối hậu, tối thượng, sau cùng, rốt ráo của Đạo Phật, của lời Phật dạy là Giải thoát. Và chúng ta biết rằng chúng ta còn sống, còn phàm, nói là có vợ, có chồng, có cha, có mẹ, con cái, nói là có bạn bè, nói là có gia đình, nói là có đồng bào, tổ quốc, nói là có này có kia, nhưng mà thật ra chúng ta luôn là một mình. Nhưng mà một mình có 2: Một mình tầm bậy. Và một mình chân chịu, một mình gọi là đạo hạnh.

- Một mình mà tầm bậy đó có nghĩa là một mình để mà tham, để mà sân, để mà si, tà kiến, ngã mạn. Đó cũng là một mình. Mình cô quạnh, lẻ loi, đau đớn, quần quai khi bệnh tật, khi tai nạn cũng một mình.

- Mà mình sống đạo hạnh, chánh niệm, trí tuệ, thiền định, kham nhẫn mà rốt ráo cũng phải một mình. Cuộc đời này chúng ta vốn dĩ là một mình. Tất cả những cái gia đình, vợ chồng, bạn bè, con cái khi mà vô sự thôi, chứ còn mà hữu sự, mà coi như giây phút tận tuyệt rốt ráo thì còn lại là mình mình. Vậy chốt lại đời sống này chỉ có một mình. Nhưng một mình có 2 cách:

- Một mình để bất thiện, một mình để khổ.

- Rồi cái thứ hai đó là một mình mà an lạc, một mình để mà tiến bộ thì mình chọn cái một mình nào? Bắt buộc phải chọn cái tiến bộ rồi. Chọn cái một mình để an lạc, một mình để tiến bộ rồi.

Còn cái trở ngại lớn nhất của cái nếp sống một mình chính là cái sự quần tụ, chính là cái sự tụ tập. Tụ tập, muốn tu tập thì đừng có Tụ tập, nặng nề lắm, mệt mỏi lắm, mất thời gian lắm.

Vừa qua chúng ta có một cái lớp học 12 ngày tại Thụy Sĩ, ai cũng dễ thương hết. Ai cũng dễ thương hết trong một cái điều kiện sinh hoạt rất là OK, trong một điều kiện rất là OK, và cái quan hệ với từng thành viên trong cái lớp học rất là dễ thương, ấy vậy mà khi mà đoàn chia tay rồi đó,

nhìn lại cái con đường núi, cái dấu mòn mà bà con học viên từng đi qua trong buổi thiền hành, thương, nhớ nhưng mà nhẹ, nhớ mà nhẹ bởi vì mình biết chắc rằng cái dễ thương đó mà nó kéo dài thêm 2 tuần nữa bắt đầu nó sinh, bị sinh. Chắc chắn rồi nó bị sinh. Phàm phu mà, phàm phu mà nó xấp vô ít ít, rút lệ thì đẹp, hãy cứ là tình nhân, chứ còn xấp vô lâu quá thì trong Kinh nói chỉ có hai chiêu thôi: một là Tham, hai là Ưu. Ở lâu nó thương mến, nó dính mắc nhau là một cái họa, mà khả năng này thì hơi thấp nhưng mà khả năng sau là cao, ở lâu cái nó bực mình. Thì ai cũng có mấy cái nắp đầy hết, mất cái van, mấy cái nút đầy chứ không thôi nó đủ thứ mùi, ở lâu nó ra mùi. Đó là một cái tập thể tu học đó nha. Còn mà một cái tập thể không có tu học là chết.

Cho nên muốn sống an lạc, muốn sống rốt ráo cho cái đạo nghiệp, cho đời sống tâm linh tinh thần thì phải một mình, phải có khả năng sống một mình.

Tây có câu hay lắm: cơ bắp không hẳn là người mạnh. Làm được nhiều việc nặng chưa hẳn là người mạnh, sống một mình mới là người mạnh.

Ngày còn trẻ tôi không có thấm cái đó. Bây giờ tôi già tôi thấy đúng. Khả năng mình sống một mình mà an lạc phải thêm cái an lạc, chứ sống một mình mà kiêu đọa đây. Kiêu sống một mình gồng mình để mà chịu đựng, trăn mình để mà cho qua ngày đoạn tháng cô quạnh thì cái đó không nói. Sống một mình mà tiến bộ, sống một mình mà an lạc, thì phải là có nội lực, nội hàm ghê gớm lắm. Mà đặc biệt, Giới – Định – Tuệ là bắt buộc, lộ trình mà Tam học, lộ trình mà Bồ Đề phần là lộ trình dành cho một người.

Pháp môn Tứ Niệm Xứ gọi là ekayano là bởi vì đó là một lộ trình mà buộc mình phải sống một mình. Nó là cái chữ có nhiều nghĩa lắm. Đó là cái con đường duy nhất, mà nó là con đường độc đạo không queo đầu hết nha, cứ thẳng đường mà đi mới là Tứ Niệm Xứ. Chứ còn mà queo qua cảnh giới này, queo qua cảnh giới kia, tấp vô cái thành tựu này, tấp vô cái thành tựu nọ rồi hài lòng, rồi thỏa mãn là không được. Thẳng một đường, còn phiền não là còn đi, còn cái mầm mống luân hồi là còn phải đi. Thẳng đường, không có queo, queo là dính, ekayano nghĩa là vậy.

Thì ở đây đó là muốn hoàn tất đạo nghiệp là phải sống một mình, phải sống một mình mới được.

Cái đám đông đầu 2 người, trong kinh nói là 2 người trở lên đó là đông. Quý vị hỏi Kinh nào? Dạ, tiếng Phạn.

- Cái chữ Aneka là nhiều

- Eka là 1.

- Mà Aneka là hơn 1, không phải 1 là đã nhiều rồi. Đấy, nó hay cái chỗ đó. Hơn 1 hoặc là không phải 1 là đã nhiều. Còn nói là 2, 8, 10 hay là 1 triệu, 1 tỷ thì không cần bàn, chỉ cần biết hơn 1 người là nó đã nhiều rồi. Hơn 1 người là nó bắt đầu nảy sinh vấn đề. Chỉ trừ ra những cái vị gọi là đạt tới cái Vô Sở Trụ như là Thánh nhân thì ở chung nhau 1 triệu vị không thành vấn đề. Bởi vì tất cả là những ốc đảo, là những tinh cầu cô độc không có va chạm nhau, và tuyệt đối có khả năng sống độc lập.

Còn Phàm phu mình gần nhau mà không sáp vô là không có, gần là phải sáp, mà có 2 cách sáp:

- Sáp bằng cách là thù ghét, sáp bằng cách là dính mắc, đẩy phàm phu.

- Học giáo lý, hay là thực tập thiền định, thiền tuệ bắt buộc phải một mình, trao đổi được, trao đổi với thầy với bạn được, chúng ta không thể là ốc đảo cô đơn, nhưng mà chỉ trong một cái chừng mực cần và đủ thì thôi, rời nhau liền. Ngay cả vợ chồng, hay là cha mẹ, con cái, chí thân, chí ái, chân ái một đời, nhưng mà một khi đã gọi là tu học thì đôi bên phải có cho nhau cái thời gian độc lập. Chứ còn mà sáp vô khó lắm, học nhóm cần lắm nha.

Lớp học ở Kalama, ở Thụy Sĩ thì chúng tôi luôn luôn chủ trương kêu gọi phải học nhóm nhưng mà ngoài cái đó ra là phải một mình. Đấy, quan trọng lắm, đời sống tâm linh mà. Bởi vì cái cốt lõi của đời sống tu và học là gì? Là làm việc với Tâm của mình, đầu là học hay là hành đều là làm việc với Tâm của mình. Và ở trong đó không hề có một cái chỗ trống cho cái chuyện mà trao đổi thù tạc.

Hồi này tôi có nói mình không thể cô đơn 100 % nhưng ở mức cần và đủ. Cần và đủ, ngoài ra là thừa. Ngoài ra là thừa.

- Cần là sao? Cần là Thiếu không được.

- Mà Đủ là sao? Đủ là không dư, không thiếu. Gọi là đủ.

Mà trong tất cả mọi mối quan hệ mình chỉ nhớ cần và đủ thôi. Tức là mình chỉ gặp nhau khi không thể không gặp. Và Đủ có nghĩa là ở cái mức độ, một cái thời lượng nào đó thôi, chứ còn mà hơn nữa là nó dư rồi đó. Còn thiếu thì nó không đủ để làm việc.

2/ Cái chuyện thứ hai nữa đó là cái người mà muốn buông bỏ thế gian. Cái chuyện đầu tiên là muốn sống một mình là phải tránh đám đông. Còn cái người thứ hai là cái người muốn buông bỏ thế gian là phải thấy cho bằng được, phải có cho bằng được cái nhận thức Thế giới không có gì đẹp.

Tôi tránh, tôi không dùng chữ bất tịnh ở đây, chữ bất tịnh. Bất tịnh ở đây là do dịch sai.

- Cái Asubha đây là Bất mỹ.

Muốn lìa bỏ thế giới là phải thấy cho bằng được thế giới không có gì đẹp. Chữ Đẹp đây nó bao gồm luôn cả 6 trần. Không có cái gì là ngọt ngào, cuốn hút ở trong cảnh sắc, cảnh thanh, cảnh khí, cảnh vị, cảnh xúc, và cảnh pháp. Còn thấy trong đó có vị ngọt, còn thấy nó hay ho, đó là còn thấy cái khía cạnh đẹp của nó, một giọng hát đẹp, một món ăn ngon, một giọng nói, một giọng hát, một tiếng cười mà mình cảm thấy cuốn hút thì đó, mình thấy cái đẹp trong đó. Một cái hình ảnh, một cái màu sắc mà mình thấy ra được cái khía cạnh để mà thích để mà dính mắc là mình đã tìm cái đẹp trong đó, mùi, vị cũng vậy. Cho nên cái chuyện đầu tiên mà muốn lìa bỏ thế giới là phải lìa bỏ ý niệm đi tìm cái đẹp, xác định cái đẹp trong thế giới.

Thì đối với cái người này nè, cái gì kỳ? kỳ cái gì ta? Kỳ cái ý niệm đi tìm cái đẹp. Còn có một chút trông đợi, mong chờ, và kiếm tìm một chút vị ngọt nào đó trong cuộc đời thì ngay cái ý niệm đó, cái móng tâm, cái vọng tưởng đó, cái điên đảo tưởng đó, nó là nguồn cơn cho vô số thứ rắc rối về sau.

Chúng ta có thể tu như con dòi đó, nhưng mà cái chuyện này bắt buộc phải nhìn nhận.

Muốn ra khỏi Tam giới là phải thấy rằng không có cái gì để nắm níu. Mà muốn thấy thế giới không còn có cái gì để nắm níu thì chuyện đầu tiên là đừng có đi tìm, đừng có xác định, đừng có kiếm tìm, đừng có xác định một cái chi tiết ngọt ngào nào của nó hết. Chỉ cần xác định và kiếm tìm là mệt.

Cho nên nếu mà nói một cách rõ ràng nha, nếu nói một cách rõ ràng thì thế giới này Đức Phật không có nói xấu thế giới này, Ngài chỉ nói là không có gì bền, bởi vì đẹp không có thì có nghĩa là xấu không có. Ngài không có khen, Ngài không có chê, Ngài chỉ nói là không có gì bền, bởi vì tất cả chỉ là chớp tắt thôi.

Tôi nói hoài, buổi đầu mình tu...buổi đầu mình chưa tu thì mình còn tìm cái ngon, cái dở, xác định cái ngon, cái thích, cái vui. Chưa biết đạo chỉ biết cái gì ngon, đẹp, thích, vui. Nhưng mà biết đạo rồi thì quan tâm đến cái gì thiện để mình làm, ác để mình tránh đúng không? nhưng mà nếu mình là một hành giả tinh tấn miên mật, có giáo lý, và có tuệ quán thì cái chuyện thương thích ghét sợ là không quan trọng, ngay cả thiện ác lúc bấy giờ mình quy hết vào cái gì? Biết rõ cái gì đang có mặt, và biết rõ rằng mọi thứ do duyên mà có, có rồi phải mất đi. Biết rõ cái tính Sanh Diệt, biết rõ cái tánh Duyên tạo, tức là mọi thứ do các điều kiện mà có và đã có rồi phải mất đi.

Và cuối cùng, biết rõ cái này là khổ, mọi hiện hữu là khổ. Và thích cái gì cũng là thích trong khổ.

Muốn hết khổ thì không thích trong khổ nữa, không thích trong cái gì nữa. Tức là thấy được Bốn Đế đó. Thì cái chỗ thấy này nè nó mới dẫn đến cái Tuệ giác giải thoát. Bắt buộc phải nhớ chỗ này.

Mà cái này bà con mà sơ cơ nghe này dễ bị điên. Cái nội dung mà tôi đang giảng đây là tôi đã giảng trong lớp Kalama tại Thụy Sĩ vừa rồi.

- Buổi đầu mình còn đi chú ý cái gì đẹp, cái gì thích, cái gì vui.

- Bước hai là chỉ còn quan tâm đến cái thiện, cái ác.

- Và khi tu tập tuệ quán thì thiện ác, buồn vui, bốn cái đều là niệm xứ chỉ để nhìn thôi, không còn cái lòng đầu tư nữa.

3/ Cái thứ ba là thu thúc lục căn. Cái người mà trầm luân là ở đâu? Là do buông xuôi, thả nổi, bỏ ngõ. Buông xuôi, thả nổi, bỏ ngõ 6 căn. Đó là lộ trình luân hồi. Muốn giải thoát là phải thu thúc lục căn, không có đi tìm cái thích, và cũng không xác định cái ghét. Đó là thu thúc lục căn.

Tiếng Pali gọi là...trong cái bài Kinh Trung Bộ, bài cuối cùng, Đức Phật Ngài gọi là Khi 6 căn tiếp xúc 6 trần không có đề tham thích và bất mãn.

- Tham thích ở đây có nghĩa là Sumanò.

- Mà bất mãn là Dummanò.

Như vậy thì cái chuyện mà thu thúc lục căn nó là một cái công phu tuyệt đối quan trọng, tuyệt đối cần thiết và nó chính là công phu duy nhất của cái người tu học cầu giải thoát.

Mà cái gì là trở ngại cho cái công phu đó? Cái công phu thu thúc lục căn? Đó chính là sự thưởng thức các hình thức biểu diễn, Visūkadassana, các hình thức ca, vũ, nhạc, kịch và nói rộng hơn nữa là thưởng thức các giọng nói, tiếng cười, nheo mắt, nhíu mày, vén tóc của đối phương, chỉnh sửa trang phục của đối phương, gom chung lại là cái gì mà nó mang cái tính cách là diễn xuất, trình diễn Visūkadassana, đặc biệt là cái mà đời gọi là diễn xuất từ đời sống cho đến sân khấu như là ca, vũ, nhạc, kịch đều phải né.

Bởi vì nếu mà nhìn một người mà nhìn từ cái góc độ mà rốt ráo thì chỉ có Tham, Sân, Si, chỉ có đi, đứng, nằm, ngồi, chỉ có ăn, mặc, ngủ, nghỉ chứ không có gì hết. Nếu mà nhìn rốt ráo một con người, nhưng mà nếu chỉ nhìn như vậy thì làm sao mà mình có dính mắc trong đó được, làm sao có thích và có ghét được. Mình phải soi sâu hơn, kỹ hơn mình mới ghét.

Cho nên ở đây là muốn thu thúc lục căn là không có quan sát thế giới này từ những cái gọi là cái vẻ ngoài của nó. Đam mê, quan tâm đến cái vẻ ngoài của nó là không thu thúc lục căn được bởi vì trong cái...tôi nhắc lại trong cái nhìn của người thu thúc lục căn thì tất cả cái sự hiện hữu, cái sự hiện diện và hoạt động, mọi hiện diện và hoạt động của một con người nó chỉ gồm có gọi là khóc cười, buồn vui, đi đứng, nằm ngồi, ăn uống, sinh hoạt và nếu chỉ nhìn chừng đó đừng có đi xa nữa thì nó không có chuyện. Mà soi hơn, soi sâu hơn, soi xa hơn, soi kỹ hơn bắt đầu nó lòi chuyện ra. Nhớ cái đó, tôi chỉ nói vắn tắt như vậy.

Và kể từ bây giờ, tất cả các bài Kinh Tạng trong Kalama, tôi chỉ cùng với quý vị đi lướt qua thôi, còn lại là phải đi về mấy lớp học. Kỳ rồi tôi có nói chúng ta có nhiều cách, có nhiều cái chương trình cho các khóa học, chẳng hạn như mình lót lòng một tuần cho tới 10 ngày giáo lý căn bản, sau đó bắt đầu mình cùng bơi, tùy: bơi sông, bơi suối, bơi hồ, bơi biển, vào rừng, lên núi. Thì rừng, núi đây là gì? Đó những bài Kinh Tạng. Những bài Kinh Tạng, và tôi cũng có một vài cái đề nghị các cái kiểu tham khảo giáo lý thông qua các khóa học bằng cách là mình chọn mỗi một ngày sau một tuần lễ hoặc 10 ngày căn bản, mình sẽ cùng nhau đi vào tham khảo các cái bài Kinh Tạng.

Thí dụ:

- Tôi sẽ lựa một cái bài nào đó để ôn lại 12 Duyên khởi.
- Đem ra một cái bài nào đó nói về các cảnh giới tái sinh.
- Đem một bài Kinh nào đó để nói về cái lộ trình tâm thức, đây, diễn biến sắc pháp.
- Rồi một vài bài Kinh nói về Thiền định.
- Một vài bài Kinh nói về Thiền quán, Tứ Niệm Xứ, về Duyên khởi về 24 Duyên hệ. Đó là một cách.

Cách nữa tức là tôi mỗi ngày, sau một tuần lễ 10 ngày mà giáo lý căn bản thì mỗi buổi học tôi sẽ đem ra một cái link. Tôi chọn một cái link, một cái link Phật học, thì tiếng Anh là một cái ngôn ngữ phổ biến mà, tiếng Việt cho đến giờ này mình không có thấy, mình không thấy có cái link nào mà nhìn nó ớn hết, không có, link sách thì có, nhưng mà những cái bài article về Phật học thì mình không thấy, mà bên ngoại ngữ Âu Mỹ thì 1 tỷ.

Chẳng hạn như vừa rồi trong cái lớp Kalama tại Thụy Sĩ tôi có cho bà con coi một cái link, tôi gửi bà con trong lớp một cái link, bài vở sâu lắm, Âu Mỹ ghê gớm lắm, có nhiều khi nói Âu Mỹ chứ thật ra viết bằng tiếng Anh thôi, nhưng mà có thể là một sinh viên Singapore, một sinh viên Hongkong, một sinh viên Mã lai, một sinh viên Indonesia, một sinh viên Tây phương hoặc là một nhà sư, một học giả nào đó.

Đặc biệt là sau này mình thấy Phật giáo có những cái dấu hiệu rất là khả quan và đầy hy vọng về vấn đề học thuật và vấn đề tu tập, rất nhiều thiền viện Pa Auk, rồi Mogok, Goenka mọc lên nhiều nơi trên thế giới, và đặc biệt là giới trẻ của Indonesia, giới trẻ Mã Lai, giới trẻ Singapore, giới trẻ Hongkong, chưa kể là giới trẻ Âu Mỹ ở các trường đại học ở Mỹ, chưa kể, mình chỉ nói bên Châu Á mình để mình soi, mình nhìn người ta mình soi người ta để mình so. Soi và so. Soi để mình so lại cái tuổi trẻ Việt Nam, tuổi trẻ Phật tử Việt Nam đã và đang ra sao? Có nhiều bài viết rất độc. Có nhiều cái tay sinh viên năm 3, năm 4 mà chuyên ngành Phật học của Singapore, của Hongkong là họ đọc được...những cái sinh viên mà chuyên ngành Phật học, họ đọc được tiếng Phạn, Sanskrit, Pali, họ đọc được tiếng Tây Tạng, tiếng Nhật, họ viết sâu lắm, sâu lắm về Kinh điển và họ bơi vô

trong đó là có người mình cảm giác là họ không cần áo phao, mình đọc mình feel như vậy, học không cần áo phao, có người thì chơi cả bình hơi luôn. Thí dụ yếu quá thì chơi bình hơi, còn nhiều em mình đọc mình cảm giác là cái em này không cần áo phao gọi là coi như bơi thẳng luôn, bơi thẳng vô để thâm nhập Kinh Tạng và trí tuệ như hải, có, hoan hỷ lắm.

Thì sau này là trên cái tinh thần đó, cái định hướng mà chúng tôi vừa nói, vừa đề xuất thì chúng ta học lướt qua mấy cái này thôi và muốn sâu là mình phải chịu bay, phải bay. Chúng tôi thì đương nhiên là không còn cơ hội giảng ở Việt Nam rồi, nhưng mà các vị bay, bay về Miến, về Châu Âu. Châu Âu đây thì trước mắt mình thấy là Thụy Sĩ, nhưng mà qua cái lớp vừa rồi nhiều bà con cho biết là chúng ta có thể tổ chức bên Pháp, bên Đức, bên Đức, bên Bắc Âu. Thụy Điển vừa rồi có một bạn thì cho chúng ta có một niềm tin là có thể làm ở bên Bắc Âu, học trước chơi sau, hoặc là chơi trước học sau OK để mở ra cho nó thoải mái.

Tiếp theo đó là chuyện đầu tiên mình ôn lại cho đừng có quên đó là:

1/ Một là muốn sống độc cư. Muốn sống độc cư, muốn sống một mình, biệt lập, tự tại là phải né đám đông. Cái sự tụ tập, họp mặt nó là một cái phiền, nó là một cái trở ngại cực lớn cho cái đời sống độc cư.

2/ Cái thứ hai, muốn gọi là lìa bỏ cái điên đảo vọng tưởng về thế giới thì cái ý niệm mà xác định cái đẹp, cái ngon phải bỏ bởi vì cái ý niệm đó là một thứ trở ngại.

3/ Cái thứ ba đó là sự thu thúc lục căn, muốn thu thúc Lục căn thì phải bỏ ý niệm thương thức thế giới.

4/ Cái thứ tư là đời sống phạm hạnh. Đời sống phạm hạnh ở đây là sao ta? Phạm hạnh ở đây gồm có:

- Đời sống cư sĩ phạm hạnh.
- Đời sống giới học phạm hạnh.
- Đời sống chỉ quán phạm hạnh.

a/ Đời sống Cư sĩ phạm hạnh là sao? Là cái nếp sống của người cư sĩ áo trắng.

- Giữ bát giới.
- Học giáo lý.

- Và tu tập Chỉ - Quán. Đó là cư sĩ phạm hạnh.

Mặc áo trắng, tại sao phải áo trắng? cái từ trong Kinh là Upāsaka tức là cái người không thiết tha tới màu nữa, họ lựa cái màu căn bản nhất để họ mặc, chứ mà đen thui thì nhìn ớn quá. Cho nên, màu trắng là màu căn bản nhất, với màu trắng nó cũng có cái hay là vì nó quá nổi bật cho nên khi mình mặc cái đó lên là mình...chuyện đầu tiên là mình phải gọi là giữ mình trước cái đã, còn đen thui nhìn nó hơi hắc đạo. Hơi hắc đạo, cho nên là màu trắng là màu chuẩn nhất, nó nằm ngoài tất cả các màu. Và đồng thời chính cái màu đó, nó tuy là cư sĩ nhưng mà nó cũng làm cho người ta chú ý đến mình cho nên mình cũng phải có phần nào giữ mình phải không?

Nhưng mà nói như vậy tôi không có kêu gọi bà con mặc áo trắng nha, đừng có đồ thừa nói tôi là kêu gọi trường phái bạch y là không nha. Bởi vì trên lý thuyết là nói như vậy chứ còn ai mà về Kalama hoặc là tham dự các lớp học do chúng tôi hướng dẫn, chúng tôi ghét màu trắng là tại sao? Cái tay mặc đồ trắng không có làm việc gì được, không rửa chén, không lật rau, không nhổ cỏ, không quét tước, không vệ sinh, quét dọn, hút bụi vì mặc đồ trắng mà, phiền lắm. Nó ăn rồi nó cứ làm công chúa và hoàng tử chết cả đám nha. Cho nên trên lý thuyết là nói như vậy, gọi là cư sĩ phạm hạnh.

b/ Cái thứ hai là Giới học phạm hạnh nghĩa là giữ tròn các giới xuất gia, ngoài ra không biết gì hết.

c/ Rồi cái thứ ba là Chỉ Quán phạm hạnh có nghĩa là chuyên tu về Chỉ và Quán, cũng là một cái phạm hạnh.

Thì là mấy cái thứ phạm hạnh này nó kỵ cái gì? Cái này Kinh nói, chứ không phải tôi nói nha. Cái này Kinh nói, kỵ cái sự gọi là gần gũi thân mật với nữ giới.

Tại sao vậy? Đạo Phật không có kỳ thị nha, sai, đạo Phật không có kỳ thị. Đạo Phật không có kỳ thị nha, nhớ. Nghĩ vậy là sai đó. Đạo Phật không có kỳ thị. Kỳ thị là sai. Nhưng mà tại sao cái chỗ này Đức Phật Ngài lại nói rõ là gần gũi nữ giới là trở ngại cho phạm hạnh? là bởi vì con người thì chỉ có hai thôi. Hai trường hợp: dễ thương và dễ ghét, mà đàn ông mà nó dễ thương dễ ghét nó không có ra chuyện. Ở ngoài đời thì dễ ghét nghĩa là gì? là nó vác dao chém mình, không nói. Nhưng trong

đạo, chỉ cần trên đầu có Phật thôi, có Phật trên đầu mình thì hễ đàn ông mà biết đạo đó là dầu họ dễ thương bằng trời hay dễ ghét bằng trời thì mọi cái rắc rối thì thường nó cũng gọn gọn, tém tém vô cái mặt của họ thôi chứ không có đi xa.

Nhưng mà nữ thì không. Nữ mà ở gần họ, họ ghét mình thì mình cũng khó sống. Cái tánh nữ nó kỳ lắm, mà nó thương mình thì cũng tan nát. Đó là dễ ghét và dễ thương.

Rồi về cái mặt tham và sân. Mình ở gần họ mà mình có dục tham cũng vậy, mà ở gần họ mà mình có sân tâm cũng vậy. Bây giờ chuyện đầu tiên về phía họ đi. Về phía họ trước, dễ thương hay dễ ghét đều phiền. Còn về phía mình, mình nhìn họ bằng tâm tham chết, mà nhìn họ bằng tâm sân cũng chết, là bởi vì họ là cái mầm rắc rối. Đương nhiên thế nào trong room cũng có người nói tại vì mấy ông chứ đâu phải tại chúng tôi, mấy ông cũng 50% đúng không? chứ đâu phải chúng tôi.

Nhưng mà nói trên lý thuyết là mấy ông 50%, chúng tôi 50%, đúng. Nữ 50%, Nam 50% đúng, nhưng mình phải nhìn nhận là bên phía đàn ông dầu là con dòi thì họ cũng loe ngoe trong cái bãi của họ chứ không có đi xa. Còn nữ đó mà nó đã phiền não rồi là nó phiền dữ lắm. Tôi biết cái đó, tôi là nạn nhân tôi biết, phiền kinh hoàng lắm. Họ tốt mình cũng mệt, mà họ xấu mình cũng mệt. Mình thích họ mình cũng mệt, mà mình ghét họ mình cũng mệt. Họ ghét mình mình cũng mệt, họ thương mình cũng mệt, không cần phải nói nhiều nha.

Tôi nhớ có một vị Hòa thượng ở bên Houston, Mỹ, thì có lần đó nhiều vị đến thăm Ngài, thấy Ngài có mình lúc đó 70 ngoài, năm nay Ngài 90 rồi, lúc đó mới 70 ngoài, thấy có mình thì một cách tự nhiên chúng tôi hỏi, kiểu hỏi thăm: thưa Hòa thượng, Hòa thượng ở đây có một mình có bất tiện lắm không? Hòa thượng nói [xin lỗi nha, cái này trong ngôn ngữ của nội bộ] Hòa thượng nói: cái đám nam thì nó không rảnh, chỉ có đám nữ rảnh thôi. Mà Nữ tới đây thì giúp 1 phá 10, mà Ngài có thói quen Ngài nói chuyện với ai Ngài cũng kêu “ngài”. Hễ không có tóc kêu bằng ngài, nhỏ xíu như con voi cũng kêu bằng ngài mà to đùng như cái núi cũng kêu bằng ngài, thì Ngài nói chuyện với chúng tôi Ngài nói: Tôi nói ngài hiểu không? tôi nói ngài hiểu không? nói nghe hiểu. Cái đám nam thì nó bận nó không có tới, còn cái đám nữ nó tới nó giúp 1 nó phá 10, và năm đó chúng tôi cũng già rồi. Năm nay 56, mà chuyện đó xảy ra cũng hơn 20 năm rồi. Dạ, bạch hòa thượng con hiểu, con hiểu, giúp 1 phá 10. Nó dễ thương mình cũng chết, mà nó thấy ghét mình cũng mệt. Chứ Nam không có, nam mà nhìn mặt nhau mà sống, thấy không OK là tui tui có cách, có cách tự xử. Xong rồi tiếp theo là cái gì ta? Là nữ là trở ngại cho đời sống phạm hạnh, xong chưa, mà tôi chốt câu cuối cùng là hiếm có người nữ nào mà nặng về đời sống trí tuệ và thiên định mặc dù là hành giả mà ở trong mấy cái thiền viện là nữ rất đông. Nhưng mà nếu mà nói cho nó đúng mực thì cái thiên định và trí tuệ là không có nữ. Nữ là nằm bên cái khoản phục vụ, và bổ thí nha, Nữ, phục vụ và bổ thí. Chứ còn cái khoản đa văn tức là gọi là học Phật chuyên sâu, hiếm, hiếm lắm. Học Phật chuyên sâu là không có nữ. Thiên định chuyên sâu là không có nữ, khó. Về cái mặt này là mình phải nhìn nhận như vậy. Bây giờ tiếp theo, cho nên nữ có thể nói đời sống phạm hạnh, phạm hạnh cư sĩ hay là phạm hạnh xuất gia, phạm hạnh giới học hay là phạm hạnh Định học, Tuệ học thì đều phải nhớ không có họ là mình chết, nhưng mà có họ thì chết sớm hơn.

Tiếp theo đó là thế giới được phân định thành 3 tầng: Dục, Sắc, Vô Sắc. Hồi này là nói về cái tầng Dục giới. Dục giới là phải nhớ bốn cái đó:

1/ Muốn sống một mình là phải kỵ đám đông.

2/ Muốn lìa bỏ ý niệm dính mắc thế giới là phải lìa bỏ ý niệm kiếm tìm cái đẹp.

3/ Muốn thu thúc lục căn là phải né cái vụ mà gọi là quan sát cái vỏ ngoài của thế giới.

4/ Và cái thứ tư là muốn có hoàn tất đời sống phạm hạnh là phải né nữ giới.

5-9/ Cái thứ 5, từ thứ 5 trở đi là thuộc về cái tầng gọi là gì ta? Đáo đại và Siêu thế. Có nghĩa là khi mà mình bắt đầu mình ly dục lìa bỏ cái sự đam mê vật chất, mình tu thiền thì cái chuyện đầu tiên phải nhớ: ồn ào là cái phiền cho người tu thiền, đặc biệt. Kể cả chứng Sơ thiền thì cái ồn ào nó cũng là cái phiền. Bởi vì Sơ thiền là cái tầng thấp nhất trong thiên định. Còn yếu mà nghe ồn là không khá. Còn yếu...một là mình sống trong tiếng ồn hoặc là mình tạo tiếng ồn, còn thích nghe ồn, còn thích làm ồn thì không có thể nào đắc Sơ thiền được.

Ồn đây là gì? trao đổi, nói cười, tiếp xúc, chung chạ, gần gũi, cọ quẹt, đụng chạm đó gọi là gần. Mà tất cả những cái này nó đều ồn.

Kinh nói, 2 chiếc vòng trên tay mà đeo chung nó còn cọ mà, Kinh nói. Hai chiếc vòng nhỏ xíu mà vô tri mà nó gần nhau nó còn khua, nó còn cọ thì nói gì là 2 con người. Tiếng ồn của thác, của suối, của gió, của mưa, của bão, không sao, tiếng ồn đó có mà là không. Nhưng mà tiếng ồn của con người nó dễ sợ lắm. Nhưng mà chót lại nói chung mà tiếng ồn là không được. Nhưng mà đặc biệt là tiếng ồn của con người đó, chim chóc gào thét, khi kêu vượn hú, chim hót không sao. Mà tiếng ồn của con người thì dễ sợ lắm.

Cho nên muốn tu tập, chuyện đầu tiên là phải yên tĩnh và lắng đọng vô thanh. Có vô thanh vô tướng thì mới tới vô sở trụ. Chứ đừng có nói dốt chưa đạt đến cái vô thanh, vô tướng mà muốn vô sở trụ là không có. Phải vô thanh, vô tướng.

- Vô thanh là không có ồn ào.

- Vô tướng là không chú ý ba cái chi tiết lớn bé để mà thích, để mà ghét, để mà theo, để mà chống. Vô thanh, vô tướng thì mới lên đến vô sở trụ. Chứ còn mà tối ngày mà còn có cặp đôi, cặp ba rồi gia đình, bạn bè, vợ chồng, thầy trò, bè nhóm, từ 2 trở lên thì coi như còn ồn ào mà còn ồn thì không thể nào mà được cái vô sở trụ.

Bởi vậy cho nên chúng ta có... Một vị thiền sư người Mỹ cho chúng ta một kinh nghiệm rất là hay là khi mình sống với Now and Here.

- Now là ở đây.

- Và Here là bây giờ.

Thì có sống với Now and Here thì sẽ đạt tới cái Nowhere, Vô Sở trụ, Now and Here. Đó là cách nói của Tàu chứ ngoài đời nghe vậy nó nhót mình. Đúng ra là nowhere có nghĩa là no + where. Nhưng mà trong đạo mình phải sửa lại Now and Here thì nó mới dẫn đến với Nowhere, nhớ nha. Chứ đừng có đồn nói ông sửa tiếng Mỹ là chết tôi. Việt Nam mình gì chứ cái khoản nói xấu và ném đá, mình thứ hai, thì không ai chủ nhật OK..

Rồi cái thứ hai, mấy cái sau tôi nói lướt thôi bởi vì bà con nghe dễ khủng lắm. Sơ thiền kỵ âm thanh.

6/ Nhị thiền kỵ Tầm, Tứ. Bởi vì Tầm Tứ là hai Tâm sở dành biết cảnh thô. Thánh hiền, La Hán người ta cũng xài Tầm Tứ trong trường hợp biết cảnh thô. Còn phàm phu mình là mình còn Tầm tứ là vì mình chưa trừ được 5 triền, đây nhớ cái đó.

7/ Tam thiền kỵ Hỷ, Ưu. Còn vui, còn buồn là không được. Tam thiền là không có mấy cái này.

8/ Tứ thiền kỵ Khô, Lạc. Đây đang nói tầng thiền chia theo Kinh Tạng. Tứ thiền thì kỵ Khô Lạc.

Kỵ đây có nghĩa là gì? Nghe nói người nó còn tứ thiền đó là cái mà... biết là cái người đó là chưa có... là không còn khô lạc và hơi thở. Khô lạc và hơi thở nó dính liền nhau. Người đắc Tứ thiền là người không còn khô lạc, không còn về Tâm... Về Thọ không còn khô lạc. Về thân không còn hơi thở.

Đây chính là lý do mà những cái bậc mà những cái nhân vật lớn, những bậc đại nhân như là Đức Phật, Ngài Xá Lợi Phất, các vị Đại đệ tử niết bàn, luôn luôn là niết bàn theo cái cách nhập xuất tứ thiền rồi đi luôn là sao? Là bởi vì đi bằng cái cách này nè, tịch bằng cách này nè nó ngọt lắm, êm lắm. Bởi vì đau bằng trời mà nhập vô tứ thiền thì khô lạc không còn, rồi gì nữa? hơi thở tự mất. Cho nên đúng giờ khắc ra đi thì các Ngài bèn ra đi, xuất khỏi Tứ thiền, tâm mệnh chung.

Tâm mệnh chung tức là cái tâm đầu thai đầu đời đó. Tâm mà ngày xưa nó là tái sinh mà bây giờ nó là tâm mệnh chung. Vừa xuất tứ thiền Tâm mệnh chung, tức là tâm viên tịch xuất hiện là vị này bèn ra đi, rất ngọt. Mà Tâm này chỉ có đúng 1 sát na thôi cho nên có cũng như không. Và trước đó đầu ung thư hay là đầu bị tai nạn, máu me cùng mình hết, lời phèo, đồ ruột gì cũng không sao hết, miễn là chỉ cần vô Tứ Thiền một phát là coi như Khô, Lạc không còn, hơi thở không có. Cái này cũng rất quan trọng. Mà nghe nói Tứ thiền mà trong lúc... ngoài Tứ thiền thôi nha. Lúc đang trú Tứ thiền dứt khoát không có hơi thở. Nhớ cái đó.

9/ Rồi tiếp theo là... cái người mà nhập Thiền Diệt. Cái Thiền diệt là nói tắt, nói đủ là

Saṁavedacitta.

- Saṁña là Tâm sở Tưởng.

- Vedacitta là Tâm sở Thọ. Vedacitta đồng nghĩa với Vedanā.

Tại sao một chúng sanh gồm có 5 uẩn. 5 Uẩn chia làm 2 gồm có Sắc Uẩn và Danh Uẩn. Danh Uẩn là bốn cái Thọ - Tưởng - Hành - Thức. Mà tại sao ở đây cái Thiền Diệt này lại kể 2 uẩn là sao? Là vì

Tứ Danh uẩn không bao giờ đi thiếu nhau. Tứ danh Uẩn là phải đi đủ bộ bốn cái Thọ, Tướng, Hành, Thức. Cho nên chỉ cần mà vắng mặt Thọ - Tướng thì Hành - Thức cũng mất theo. Cho nên ở đây người ta không cần kể dài mà chỉ cần một cái loại Định mà mất Thọ, Tướng là đủ rồi. Nhớ cái đó.

Thì muốn nhập được cái loại thiền này, thì đương sự phải có tối thiểu Tam Quả A Na Hàm, tối thiểu đó, là A Na Hàm. Và bên thiền định là phải đạt được tầng định tối đa là Phi tướng Phi phi tướng. Tối thiểu phải A Na Hàm, mà thiền định là tối đa là Phi tướng Phi phi tướng. Cái người mà có 2 cái này nè, khi mà họ cần nghỉ ngơi, nghỉ ngơi một cách triệt để rất ráo, và tuyệt đối nha, thì họ nhập vào ở trong cái Phi tướng Phi phi tướng, họ ra. Và họ nguyện là sao ta? rồi họ nguyện trong suốt thời gian 1 giờ, 2 giờ, 1 ngày, 2 ngày cho đến 7 ngày tâm thức hoàn toàn biến mất. Họ chỉ nghĩ nguyện như vậy là rồi xong, tâm họ mất tiêu, mất như là một cái xác chết 100% không còn một chút xíu xiu nào nữa, một cái sát na tâm nào hết. Đó là Thiền Diệt.

Thì cái này bà con không có học A Tỳ Đàm thì...Kinh có thì tôi giảng vậy thôi, chứ bà con không học thì tôi cũng giảng gượng vậy thôi, chứ còn mà nghe mà hiểu thì tôi chết liền.

Thì cái mà ngăn trở cho cái tầng thiền, cái loại Thiền định này nè chính là Thọ, Tướng. Còn Thọ, Tướng thì không có Thiền Diệt. Mà có Thiền Diệt thì không có Thọ, Tướng, nhớ cái đó. Nhưng cái phần này tôi giảng cho vui thôi. Còn mà muốn cho nó nghe cho nó đã, cho nó tới, cái chỗ này sâu lắm.

Chúng ta có tới một tỷ chuyện để nói với nhau về Thiền Diệt này hay lắm, thì chịu khó bay. Phải bay thôi, chứ còn sợ mất thời gian, sợ tốn tiền thì ở nhà chết đi, chứ còn không thể nào mà học đạo mà sợ mất công nè, sợ tốn tiền nè, sợ mất thời gian. Tôi đâu có kêu quý vị cho tiền tôi, dạy miễn phí, miễn phí cứ bay thôi, bay. Chỉ có bên Thụy Sĩ thì nó hơi đặc biệt là bà con cho ít tiền ăn vì bên đây...thì dĩ nhiên ở đây đâu phải là trung tâm Kalama đâu, ở đây là chi nhánh thôi, bà con tự bỏ tiền ăn, tiền ở, ở khách sạn, chứ không phải ở trung tâm, không phải ở chùa. Và Thụy Sĩ là luxury retreat, chứ còn về Kalama là bà con chỉ bay thôi, chỉ tốn tiền bay thôi, bay về Kalama là coi như ăn ở miễn phí. Dĩ nhiên là cũng phải...Sắp tới, sắp tới vô khóa tầm tháng 10 vô khóa thì cũng có một vài chi tiết nhỏ.

Người quyết định nhận ai, ai là không phải là chúng tôi để đừng có oan trái. Thì do một cái Hội đồng tuyển chọn, hội đồng nghe ghê quá mà nhóm. Nhóm gọi là tuyển chọn nhân sự, thì mình tránh, thì theo ai biết nhóm thì họ chọn ai, họ nhận ai, thì cái tiêu chí của họ thì vị nào tu học OK thì mở cửa, nhớ nha, Kalama không có phân biệt gì hết, nghèo như là ăn mày, giàu như là đại gia, triệu phú thì về đó là tất cả, có chỗ thì lên giường, không chỗ thì xuống đất nằm y như nhau. Chỉ có một chuyện như thế này, theo tinh thần của cái nhóm mà tuyển chọn nhân sự đó, tuyển chọn học viên, thì họ tránh những cái người nào mà theo họ một cách gián tiếp hay trực tiếp là có thông tin hành lang nội bộ gì đó thì họ tránh những cái vị nào mà theo họ là không tu học.

Nhưng mà tôi nhắc lại lần nữa tôi không có can thiệp, kể cả có những người tôi thương bằng trời nhưng mà tôi cũng không có tiện can thiệp bởi vì họ học dờ ẹc, đấy, cũng có trường hợp đó.

Trưa nay xong bài Kinh này, tôi mới vừa xong cái hóa 12 ngày nó mệt kinh hoàng lắm, mà không muốn bà con chờ lâu, thì thôi cũng vào giảng qua quýt chút để mà giữ cái ngọn lửa.

Và thời gian sau này được nghe báo cáo chứ tôi cũng không biết đường đâu mà theo dõi, không biết đường nha. Nghe báo cáo là cái số người mà nghe giảng này bỏ dần rồi, bỏ dần, ít dần. Nếu mà ngày xưa thì mình nghe cũng có chạnh lòng, nhưng bây giờ thì ngộ, nó làm cho tóc bạc, rồi hơi thờ nó cũng hệt hơi hoài, chắc gần chết rồi hay sao? Thì phải nói là mong bà con có lòng đi học các khóa thì nên nghe Kinh Tạng. Còn nếu mà không hoan hỉ thì tôi không có ý kiến. Không muốn đi học thì thôi, nhưng mà muốn dự các khóa học thì nên nghe các bài giảng. Cho nên mà nếu nghe mà để dự các khóa thì có lẽ không cần đông, thì trung bình khóa như khóa Thụy Sĩ năm ngoái thì bị over, năm ngoái là tám mươi mấy người. Năm nay chúng tôi không có thông báo, năm 2025 không có thông báo cho nên chỉ có 40 người thôi. Sang năm thì khóa học này tiếp tục mở lại vào tháng 6, và cũng trở lại chỗ cũ, chỗ đó đẹp, tiện, như Bắc Cầu lô Châu thì cũng tầm 40 người thôi, thì lớp học viên vừa rồi thì họ có ghi danh lại hơn một nửa, hơn một nửa sẽ quay trở lại. Thì chúng ta bây giờ chúng ta chỉ còn có 10 người thôi, còn lại 10 vé. 10 vé cho năm sau, 10 ghế cho năm sau, OK. Chúc các vị một ngày vui và tôi đi ngủ đây, bye.