

Nhật tụng Kālāma – Kinh tạng trích điểm

Kinh Thường Trụ – 13/09/2026

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép.

Hôm nay chúng ta học qua bài kinh Thường trụ / Cửu trụ = Tồn tại lâu dài; sự tồn tại của Chánh Pháp.

Đương nhiên trong room hầu hết những người không có đạo hoặc Phật tử trên danh nghĩa thôi, mơ màng, mù tịt về Pháp, thậm chí về đức Phật. Do cơ duyên có mặt trong room này, có dịp thọ lễ quy y, có pháp danh, thỉnh thoảng đi chùa cho vui hoặc hôn quan tang tế trong nhà thì mới biết đến Tăng ni Phật tử. Cho nên, bài kinh này với nhiều người chẳng là gì hết. Một khi bài kinh được trích lục vào Kalama đương nhiên có lý do.

Nhiều lần tôi nói, Phật pháp dành cho loại người duy nhất: Một ngày nào đó ai đó thấy sự có mặt của mình trong hành tinh, vũ trụ này nói riêng và sự có mặt của vô lượng chúng sinh trong vô lượng vũ trụ nói chung nó không cần thiết. Cho dù mình kiến tạo Tịnh độ nhân gian hay thiên đường trên mặt đất,... thì chẳng để làm cái gì. Có mặt chờ ngày lạnh ngắt xuôi tay đi luôn, làm chim làm cá ..tiếp thì tính tiếp. Trước mắt là hành tinh xanh, mây trắng nắng vàng, ở nơi mình muốn, gần người mình thương, sở hữu thứ mình thích; Nhan sắc, tài sản, tình cảm, uy tín xã hội, quyền lực chức vụ,... Rồi sao? Không có thế hệ trước nằm xuống làm gì có thế hệ sau. Làm gì có Trường sanh bất lão.

Ông Tề Hoàn Công lên núi nhìn giang sơn cẩm tú ống thích lắm, chực nhớ ngày băng hà, khóc; bá quan hỏi tại sao? - Đất nước thế này mà trẫm phải có ngày phải ra đi. Chúng quan cũng khóc, chạnh lòng: Bệ hạ đi thì chúng thần cũng làm gì còn. Rồi đây những gì chúng ta đang có cũng để lại cho người khác rồi nằm tay nhau về đất hết. Tể Tướng Quản Trọng đứng kế bên cười. Vua giận hỏi tại sao cười? - Thần cười vì nếu có trường sanh bất lão thì vua trước đứng đây lúc này không phải bệ hạ. Đám triều thần triều đại trước đứng đây không phải chúng thần. Phải có sự thay đổi chứ. Mình như trẻ con, chỉ tập chú cái mình thích, mình ghét mà quên bao chuyện khác. Mình quên bao chuyện rất căn bản khác, mình muốn sở hữu cái này, hưởng thụ cái kia mà mình quên: Mọi thứ không đứng yên chờ mình. Nếu tin có tái sanh thì chết rồi đi về đâu? Mình sống bằng tâm hồn thế nào thì tắt thở đi về cảnh giới tương ứng tâm hồn đó.

Lấy cái đầu tiểu học nhìn thế giới mình thấy: 8 Tỷ người trên hành tinh có cuộc đời sống ra hồn được bao nhiêu phần trăm? Nhìn qua các loài động vật thấp hơn, thế giới này máu lệ nhiều hơn nụ cười & hoa hồng; Ngay thế giới loại người đã máu lệ nhiều hơn nụ cười, nết thöm, hoa hồng, nhạc nhẹ; Nói gì thế giới động vật cấp thấp rừng khuya Cúc Phương, Cát Tiên, Amazon. Cách mặt nước 2 tấc là một thế giới kinh hoàng ở dưới, tương tranh, đồ sát, con lớn ăn hiếp con nhỏ, con mạnh ăn hiếp con yếu. Kinh hoàng. Thấy vậy mới thấy cuộc

luân hồi kinh khủng. Tắt thở rồi mình như chiếc lá bị thổi vào rừng đêm không biết rớt chỗ nào.

Ngài Ledi Sayadaw nói, mỗi thân phận chúng sanh phàm phu như những con thuyền nhỏ đi trong dòng sông đêm có vô số bến bờ để ghé. Bến bờ chết chóc, ma quái nguy hiểm nhiều hơn bến bờ thơm ngon, sạch đẹp, an toàn, hiếm lắm. Dòng sanh tử y như rừng khuya Amazon nó tối thui không biết con gì là con gì, dưới sông thì anacondana, trên bờ thì rắn độc, nhện độc,... không biết bao nhiêu nguy hiểm chực chờ. Tắt thở đi vào bóng đêm mịt mù.

Tôi cố ý đi lạc đề để cháu bị cái nền cho bài kinh.

Nếu thấy chuyện sanh tử quan trọng thì quay về xác định bản thân rất quan trọng, xác định hướng đi rất quan trọng. Ai là người giúp mình làm chuyện đó? Đức Phật. Con đường xác định bản thân là gì? Là con đường theo Chánh pháp. Những người đang nghe, sẽ nghe chúng tôi nghĩ kỹ coi, chúng ta đang theo đạo nào, hoặc không đạo nào hết thì có những sự thật chúng ta đối diện giống nhau: Già, Bệnh, Chết. Còn chuyện chết rồi về đâu thì vị nào không tin tái sinh thì miễn bàn. Vị nào tin ít nhiều thì hình như mình cũng phải có chuẩn bị nhỏ nhỏ nào đó. Nói câu hơi nặng: Làm điểm 8 phương phải chừa 1 phương lấy chồng. Sống bầy hầy bê bối, bụi bặm cách mấy chừa 1 phương mà quay về.

Có là ai, có tóc hay không có tóc biết Phật pháp rồi chừa một góc để lui về cho tuổi già, chuẩn bị cho cái bệnh, cái chết, chuẩn bị cho dòng luân hồi. Nếu thấy trách nhiệm bản thân quan trọng phải đi thêm bước 2: Nếu là Phật tử hoặc không là Phật tử thì con đường nào chuẩn bị cho góc riêng. Giả định là Phật tử thì góc riêng đó không gì ngoài Đời sống tỉnh thức.

Đời sống tỉnh thức = Làm chủ, kiểm soát được đời sống hiện tại từ sinh hoạt cá nhân đến tâm trạng cảm xúc. Kiểm soát là sao? Già, bệnh, buồn, đau, lạnh, nóng mình chịu thua, cái gì không kiểm soát được đừng rờ tới; Cái mình kiểm soát được: Nhận thức, tâm trạng, cảm xúc khi có mặt ở dòng chảy buồn vui, sanh diệt, sướng khổ, thích ghét. Cái đó mình làm được.

6 trần với ai cũng vậy. Cũng con đường, khu phố, ly nước, bữa ăn, ong bướm, bông hoa, nắng sớm mưa chiều,... giống nhau y chang. Nhưng phản ứng tâm lý của mình trước mấy thứ đó ra sao. Ai cũng phải đi đứng nằm ngồi, tiểu tiện, xê dịch, làm việc, trong nhà ngoài đường, Người nào có đời sống tỉnh thức (Chánh niệm & trí tuệ = Biết mình đang ra sao, cái gì đang diễn ra/có mặt/ xuất hiện/ biến mất – What & How).

Kinh điển thì vô số, 2 đoạn kinh ngắn ngắn làm Phật tử thờ Phật trên đầu không biết hoặc không lưu tâm không xem quan trọng cũng không nên.

- *Này các tỷ kheo ta xưa nay chỉ nói 2 vấn đề: Xác định thế giới là khổ & diễn bày con đường thoát khổ. Xác định Mọi hiện hữu là khổ & đưa ra con đường thoát khổ*
- Đoạn kinh 2, trong Đại Bát Niết Bàn, Trường Bộ, lúc đức Phật sắp viên tịch, ngài Anan hỏi đức Phật về hậu sự tổng táng báo thân của Ngài sau khi Ngài ra đi. Ngài dạy:

chuyện cúng bái, hình thức nghi lễ hãy dành cho về cư sĩ. Không có gì thuộc vật chất đáng kính bái bằng báo thân/ xác thân đức Phật, chuông tượng, chùa, tháp không gì bằng báo thân đức Phật, mà để cho cư sĩ; Trách nhiệm tỳ kheo là học, tu, hoằng pháp. Học gì, hoằng gì, tu gì là con số 37. Chuyện đó để cho cư sĩ, còn tỳ kheo tập trung tu học Tứ Niệm Xứ, Tứ Như Ý Túc, Tứ Chánh Cần, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Giác Chi, Bát Chánh Đạo (37). Toàn bộ giáo pháp gom lại nằm trong con số 37 thôi.

- Thêm đoạn nữa cho chắc ăn: Nguyên chương *Mahāvagga*- *Đại phẩm*, chương cuối cùng của Tương ưng bộ kinh, Ngài xác định: Một người tu tập một trong 7 nhóm Bồ đề phần thì Tu nhóm này cũng là tu nhóm kia = Tu Thất Giác chi là đang tu Bát Chánh Đạo; Tu Bát Chánh Đạo = Tu Tứ Chánh Cần, Tu Tứ Chánh Cần = Tu Tứ Niệm Xứ, Tu Tứ Niệm Xứ = Tu Thất Giác Chi = Tu Tập Ngũ Căn Ngũ Lực = Tu tập Tứ Như Ý Túc.

Xưa nay trong đời Ngài chỉ xác định Mọi hiện hữu là khổ & Xác định con đường thoát khổ; Cách chán sợ cái khổ là con đường thoát khổ. Xác định Tinh hoa Giáo pháp là 37 Bồ đề phần. Ngài dạy chung cho tất cả chúng sinh, nội dung đó được trình bày khác nhau, mình nhìn vào tướng vô số pháp môn, thật ra vô số được triển khai từ 37.

Không học A Tỳ Đàm hoặc học Ba mớ thì có người nói, tính theo chi pháp Tứ Chánh Cần không phải Tứ Niệm Xứ, Tứ Niệm Xứ không phải Thất Giác chi. Coi kỹ coi. Người tu tập Thất giác chi tu bằng tâm sở nào? có phải 13 & 25 không? Người tu Tứ Niệm Xứ có phải bằng 13 & 25 không? Người tu Tứ Chánh Cần có phải 13 & 25 không? Có nghĩa, nếu tu tập thì chúng ta luôn luôn sống với nội dung tâm thức nói theo A Tỳ Đàm gồm 38 thành tố tâm lý tích cực.

Nãy giờ tôi giải thích Tại sao tu Tứ Niệm Xứ là vậy. Luân hồi quá dễ sợ. Tu Tứ Niệm Xứ mình kiểm soát được cái thích, ghét của mình. Xưa giờ mình mù tịt. Mình chỉ biết thích, ghét, vui buồn; từ đó nó dẫn đến sướng khổ, mở đường cho dòng luân hồi thăm thẳm.

Tu Tứ Niệm Xứ là hiểu rõ, xác định mọi thứ có mặt trong nháy mắt rồi mất. Hiểu như vậy. Nếu đủ duyên thì chứng thánh, không đủ duyên thì gieo duyên cho đời sau kiếp khác; Nó chỉ là chớp tắt; Tất cả những Thích, Ghét, Sướng, Khổ chỉ là chớp tắt. Chỉ người tu Tứ Niệm Xứ mới thấy cái đó. Thấy cái đó mới buông. Thấy đời sống chỉ là khổ; Tất cả đam mê, thích thú chỉ là thích thú cái khổ, thích thú trong cái khổ; Nhận thức này diễn ra liên tục trong 1 tháng, 2 tháng, 1 năm 2 năm,... Chắc chắn 1000% sẽ có lúc chín muồi.

Có 2 cách chín muồi:

- Chứng thánh.
- Trở thành Á thánh = trong thân phận phàm phu vẫn an lạc trước cái già, bệnh, chết.

Á thánh - chất lượng tâm lý an lạc trong mọi tình huống, thị phi sao cũng được, điều kiện vật chất sao cũng được, thiên nhiên sao cũng được, tình người ấm lạnh sao cũng được, cơ thể sao cũng được, lúc nào cũng có thể an lạc với mình.

Trong mấy bài giảng liên tục tôi nói, Trí tuệ, Chánh niệm, Thiền định cỡ nào phải có 3 khả năng tâm lý :

- Luôn ý thức mọi thứ do duyên mà có, là sương khói. Hiểu để buông. **Khả năng buông.**
- **Khả năng Yêu thương.** Trí tuệ, chánh niệm thiền định bằng trời mà không có khả năng yêu thương; Yêu thương không phải ái luyến. Ái luyến là mình muốn riêng một người nào đó, sở hữu người nào đó, muốn bên cạnh người nào đó, xa người nào đó là đau khổ, người đó không như mình nghĩ là mình đau khổ; Yêu thương nghĩ Từ bi nó khác, gặp thì thương, xa thì quên; Thương rất sạch - miễn người đó hạnh phúc với ai, kiểu nào, ở đâu không thành vấn đề, như mẹ với con, nó ở đâu, với ai, kiểu gì không quan trọng miễn nó cười hoài đừng khùng. Đó mới đúng là Từ tâm.
 - o Ái luyến - người ta phải của mình, như mình muốn, không giữ được, không kiểm soát được thì mình khổ. Thương này phải tránh.
 - o Thương - trắc ẩn khi người ta khổ, vui theo khi thấy người ta hạnh phúc đâu ở đâu, với ai, kiểu nào.
- **Khả năng Chánh niệm.**

Thần thông, nhập định không quan trọng bằng Chánh niệm. Luôn luôn biết rõ khả năng buông mình tới đâu, khả năng yêu thương của mình tới đâu. Kinh Đại niệm xứ "Ở đây vị tỳ kheo chánh niệm tỉnh giác tu tập Thân Quán niệm xứ, Thọ quán niệm xứ,... để diệt trừ tham ưu ở đời". Ưu = Ghét sợ, bất mãn, ghen tuông. Toàn bộ đời sống phiền não chúng sinh gom gọn 2 động từ đó. Pull & Push. Tham - Kéo; Sân - Đẩy. Mỗi lần đi siêu thị nhớ – Pull & Push. Tu Tứ Niệm Xứ không tiếp tục Pull & Push, không tiếp tục kéo vào = đưa vào ý niệm sở hữu; Push = Đẩy ra = Bất mãn, ghen tuông, ghét sợ, hờn giận. Nói theo A Tỳ Đàm, toàn bộ tâm sở Tham phần là kéo; Tâm sở Sân phần là đẩy; Si làm nền cho Tham & Sân.

Nhiều người chống A Tỳ Đàm nói học không tu. No. Lấy A Tỳ Đàm là kiến thức để hiểu cái khác. Giống như mình học trung học thấy Toán, Lý, Hoá, hình học, đại số mình thấy không xài được nhưng mà sai; Phải có nó làm cái nền cho bao kiến thức khác. Người học xong cấp 3 tổ chức công việc, nhận thức, tư duy khác người không học xong Toán Lý Hoá. Dù đời sống mình xài cộng trừ nhân chia thôi, không ai xài sin, cos; Kiến thức trong đại số, hình học là nền cho tư duy logic, cho bao nhiêu cách thức tư duy của mình. A Tỳ Đàm y chang vậy.

Không phải người ta khùng đưa Toán, Lý, Hoá vô chương trình. Đưa học xong tiểu học cộng trừ nhân chia nhưng tổ chức đời sống, tư duy nó khác; đưa học xong cấp trung học nó khác; chưa kể sửa bóng đèn, thay ống nước.

Bài kinh Thường Trụ này đức Phật dạy: Nếu thế giới là khổ thì rõ ràng con đường thoát khổ rất cần thiết.

Con đường thoát khổ đó mình giả định là Phật pháp. Nếu hôm nay thế giới không có Phật pháp nhiều cá nhân đã điên rồi, đã nhảy lầu rồi. Dù con số theo Phật pháp không đông, tầm nửa tỷ thôi, gần chùa lễ Phật cho vui thì không kể; không là gì so số lượng Thiên chúa, đạo Hồi. Nửa tỷ cũng là một phần không nhỏ của nhân loại; Từng cá nhân, cộng đồng được PHẬT pháp giúp đỡ rất nhiều. Nhiều người Cơ Đốc, người không đạo đã âm thầm, kín đáo không cho ai biết, không trường lớp, tự học nghiên cứu & có cảm tình đặc biệt với Phật pháp. Khi chạm đến nội dung Tứ Niệm Xứ thì họ thấm được nội dung Tứ Niệm Xứ.

Tại sao đời sống tình thức quan trọng như vậy? Đời sống tình thức giúp mình kiểm soát được Thích, Ghét, Sợ, Khổ. Khi kiểm soát được thì mình có thể bình tâm, tự tại trước Già, Bệnh, Chết & Cô đơn. Vậy còn đòi gì nữa? Nói vậy thì Phật pháp quá quan trọng, quá cần thiết.

Nhiều lần giữa đêm tôi nghĩ giật mình, có một ngày trên hành tinh, thế giới này không còn Phật pháp thế giới sẽ ra sao? Rất nhiều lần như vậy. Nghĩ giật mình. Nếu thế giới chỉ toàn khoa học, toàn đạo nặng nghi thức, không có đạo, không có đời sống tâm linh như Phật pháp thì thế giới kinh hoàng, dễ sợ lắm. Nó mịt mù. Quý vị thù ghét, khinh bỉ chúng tôi nhưng phải đồng ý: Cứ học Phật pháp đi đã, để mình có cái nhìn về thế giới đã, còn chuyện mình sống ra sao, tu ra sao thì tính tiếp.

Mình có bê tha, chè chén, đổ đốn cách mấy mà mình có kiến thức về y, được thì cách tổ chức đời sống từ nhà bếp, đến phòng ăn,... khác nhiều lắm. Cách đi đứng, ăn mặc, tổ chức đời sống của người có kiến thức y được nó khác nhiều lắm. Ngẫu nhiên tôi quen một ít bác sĩ, dược sĩ, y tá; Họ tổ chức đời sống đặc biệt lắm, họ sống như mình nhưng kiến thức về thức ăn, nước uống ,môi trường sống, họ có hiểu biết nhất định nên cách họ tổ chức đời sống khác lắm. Mình để ý mình mới thấy. Để ý để mình học. Họ đi chợ về, túi nylon nhỏ nhưng mua những thứ bổ sung cho cơ thể ngày đó. Cách họ đi chợ, nấu cho mình ăn là một sự tổ chức.

Khi thấy chuyện sinh tử là vô nghĩa, vô dụng, vô ích, vô bổ, vô duyên; Thấy chuyện quan trọng phải giải quyết cái vô nghĩa, vô ích đó.

Ý nghĩa lớn nhất của đời sống là thấy ra cái vô nghĩa đó thì thấy Phật pháp quan trọng; Nếu thấy Phật pháp quan trọng thì chỉ mong Phật pháp còn hoài ở đời. Cái mong đó chỉ còn hoài với 2 điều kiện:

- Ngày nào còn người tìm hiểu, nghiên cứu, đào sâu kiến thức Phật pháp.
- Còn người thực tập hành trì Phật pháp.

Phật pháp là cái gì? Đầu bài giảng tôi nói rồi. Đức Phật Ngài nói rồi: Toàn bộ lời dạy của Ngài xưa và nay chỉ xác định Mọi thứ là khổ & Chán khổ chính là con đường thoát khổ. Nếu

nói rộng Phật pháp là 37 Bồ đề phần, tu nhóm này chính là nhóm kia trong 37 Bồ đề phần. Ngày nào còn có người tu học Phật pháp, còn tu học 37 Bồ đề phần = tu học Tứ Niệm Xứ. Những gì hôm nay các vị học A Tỳ Đàm ở Thái Lan, Miến Điện cũng chỉ là để bổ sung kiến thức cho pháp môn Tứ Niệm Xứ. Những người học A Tỳ Đàm dứt khoát phải hiểu cái này.

Chúng ta có học bao nhiêu tạng Luật, tạng Kinh, tạng A Tỳ Đàm chỉ có một Ý nghĩa duy nhất: Bổ sung nhật thức tu tập Tứ Niệm Xứ.

Đó là lý do Phật pháp cần Cữu trụ, thường trụ, còn hoài ở đời, giúp chúng sinh. Và không phải muốn sông là được. Phải có người học tập; phải còn người hành trì, thực tập.

Việc chúng ta làm hôm nay nhằm 3 ý nghĩa:

- Cho mình.
- Giúp đỡ chúng sinh.
- Để lại lối mòn ngõ nhớ mai này mình quay lại, nếu không đoạ sâu, còn quay lại thân người thì còn Phật pháp để theo.

Những gì chúng ta nói, viết, góp từng hạt gạo, muông dầu đang nuôi sống Phật pháp để mai này quay lại Phật pháp còn đó. Phật pháp đã trải qua 26 thế kỷ lịch sử nhờ những chén gạo, muông dầu của dāna tín thí. Không có quý vị Phật tử chur tăng lấy gì hoằng pháp. Hiểu vậy chén muối, muông dầu đó giá trị ghê lắm. Chén gạo, hũ dầu đó nuôi lớn Phật pháp, kéo dài tuổi thọ cho Phật pháp. Cúng dường chưa đủ. Cái quan trọng là Học giáo lý & Thực tập giáo lý.

Đức Phật xác định: Ngày nào còn người thực tập, hành trì Tứ Niệm Xứ nói riêng và Phật pháp nói chung thì ngày đó Phật pháp còn hi vọng, cữu trụ, thường trụ, hằng tại, trường tồn ở đời.

Còn thứ Phật pháp không có giọt tỉnh thức, không có giọt Chánh niệm, không có giọt trí tuệ, không có giọt Tứ Niệm Xứ, Chánh Niệm, Trí tuệ thì không phải Phật pháp. Duy trì kiểu Phật pháp đó chỉ hại đạo thôi. Phật pháp đúng mức phải là Tứ Niệm Xứ và hỗ trợ cho pháp môn Tứ Niệm Xứ. Có nghĩa là con đường tỉnh thức. Phật pháp thứ thiệt đúng của Phật là Buông Bỏ, Yêu Thương & Tỉnh thức; Phải ý thức chừng đó chuyện may ra chúng ta mới nuôi dưỡng được Phật pháp.

Lo cho Đạo cũng là lo cho mình; Lo cho mình cũng là lo cho Đạo.

Nội dung bài kinh này chúng ta có thể nói chuyện nhau 1 tháng: Tại sao tôi phải Tu Tứ niệm xứ? Tại sao Phật pháp cần còn hoài ở đời? Tại sao Phật pháp không nên mất ở đời. Nãy giờ nói rồi.

Chúc các vị một ngày vui./.