
**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.**

Chánh tri kiến

<blockquote>Kalama tri ân bạn buithibuukim ghi chép.</blockquote>

[07/09/2021 - 10:21 - buithibuukim]

TRUNG BỘ KINH

BÀI KINH 9. KINH CHÁNH TRI KIẾN (Sammāditthi sutta)

Duyên khởi: Phật ngự tại chùa Kỳ Viên, đối tượng bài Kinh này là chư tăng, tỳ kheo và ngài Xá Lợi Phất thuyết giảng.

Notes: Trong Kinh nói, chư tăng có ba nghĩa:

-Thứ nhất, Tăng sự tăng: bốn vị tỳ kheo thì gọi là tăng.

- Thứ hai, Pháp tánh tăng: người có Tam học, kể cả cư sĩ nữ, tín nữ cũng là tăng. Tăng Bảo mình lễ bái mỗi tối chú nhật là không phải cái này, mà là tất cả ai có Tam học. Đệ tử Thế Tôn là những bậc trực hạnh như lý hạnh, chân chánh hạnh gì đó là nam nữ tăng tục, chứ không phải cái này. Trong bài Kinh “Hòa hợp chúng tăng già. Thanh tịnh ...” là hoàn toàn nhớ kỹ không có cái này trong bài Kinh đó. Cho nên ‘tăng’ thứ nhất là tăng hình thức, là bốn vị tăng. ‘Tăng’ thứ hai là Pháp tánh tăng, tức là ai có thành tựu Tam học thì gọi là tăng.

- Trường hợp tăng thứ ba là Chỉ định tăng. Thí dụ Phật tử đến chùa nói là ngày mai con cần cúng dường cho má con, thỉnh sư trai tăng hồi hướng cho má con. Mai chùa ai cũng bận hết, còn có ông sư sa di 7 tuổi thôi. Mấy ông mới nói mai người lớn bận hết, còn ông sa di đó là rảnh thôi, cho ông đi đó đi. Thì làm phước cho ông đó, đánh lễ ông đó, cúng dường cho ông đó tương đương cúng dường cho chư tăng. Lúc đó chư tăng lấy ông làm đại diện, đó gọi là Chỉ định tăng.

Vậy tăng sự tăng là bốn vị (tăng làm tăng sự). Pháp tánh tăng: tăng tính theo Pháp tánh, chân đế. Chỉ định tăng là do tăng chế định.

Trong Kinh nói ông cư sĩ đó buổi sáng mời tỳ kheo tới nhà trai tăng, ông quỳ xuống đánh lễ. Bên Ấn Độ hồi đó chư tăng không mang dép, đi chân không. Muốn vô nhà vô chùa thì phía trước để cái lu nước với cái giẻ lau. Thì chư tăng đến ông quỳ xuống rửa chân cho chư tăng. Xong vô ăn uống ông chăm sóc mức từng muỗng. Hồi đó tăng có hai cách nhận thực phẩm. Cách thứ nhất là nhận một lần rồi ăn hết. Cách thứ hai là người ta chỉ mức chút chút, rồi ăn hết mức thêm. Nhiều thí chủ thích như vậy, họ mới enjoy được. Nếu tôi làm phước tôi cũng thích vậy. Tôi mức vừa đủ rồi tôi đứng hầu, thấy vị đó khoái cái đó thì mức cái đó nhiều hơn. Thì ông tới chăm sóc đầy đủ như vậy, có cả ông sư đó nữa. Ăn xong người ta về chùa. Giác chiều ông sư đó trở lại nhà để mượn cái cuộc về làm chuyện chùa. Thì lúc đó ông cư sĩ đang đứng, cái cuộc dưới chân, ông lấy cái chân hất cái cuộc cho ông sư. Người gần đó hỏi sao hồi sáng cũng ông sư đó tới nhà được cung kính cúng dường mà chiều lại thấy cái cuộc kỳ vậy. Ông thiện nam mới nói hồi sáng tôi thỉnh chư tăng về nhà, ông đó là chư tăng. Nhưng chiều nay ông đến là cá nhân. Nhưng trong Kinh nói ông đó là cư sĩ bậc hạ.

Cư sĩ bậc hạ là không biết gì hết, thấy người ta sao mình bắt chước vậy. Cư sĩ bậc trung là có phân biệt trong mắt chung. Còn cư sĩ bậc thượng là không phân biệt. Nhưng cái không phân biệt của

thượng của hạ khác nhau. Của hạ không phân biệt là không biết gì hết. Còn bậc thượng biết mà vẫn. Đức phật có vô số tỷ kheo, vô số tỷ kheo ni, vô số thiên nam và vô số tín nữ. Trong tăng có hai vị đệ nhất đó là ngài Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên. Bên ni có hai vị đệ nhất đó là (...) với ngài Khema. Bên thiện tín nữ có hai bà trong đó một người đêm nào cũng thức dậy sớm tụng Kinh. Đêm đó ngày 14 Tứ đại thiên vương đi ngang, đứng chấp tay nghe bà tụng Kinh. Bà ngược lên thấy mặt ông đẹp quá, hỏi ‘Ngài là ai?’. - ‘Tôi nghe sư tỷ tụng Kinh đêm nào cũng hồi hướng cho tôi, tôi muốn trả ơn. Sáng nay ngài Xá Lợi Phất dẫn 500 vị tỷ kheo đi ngang làng này từ sáng sớm để về thành phố khác, mà không ai biết chuyện đó. Tôi tặng sư tỷ món quà’. Bà giàu lắm, bà nghe bà cảm ơn rất là nhiều. Trước khi đi mất ông nói ‘Khi gặp các ngài nhớ nói bữa cơm này do phần của tôi’. Bà nói ‘Ta hứa’.

Mở sáng ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên cùng 500 vị La hán băng ngang làng đó. Bà ra quỳ ở đầu đường thỉnh chư vị dùng điếm tâm. Ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên vô ngại, bà quỳ xuống. Ngài Xá Lợi Phất hỏi sao biết chúng tôi đi ngang đây. Bà kể xong ngài Xá Lợi Phất nói: “Ta chưa gặp tín nữ nào như cô”. Bà nói ‘Thưa ngài, cái đó chưa lạ. Cái này mới lạ, trước mặt tứ chúng Thế Tôn nói con là đã diệt trừ năm hạ phần kiết sử, là bậc Bất Lai sau kiếp này không trở lại cõi Dục giới nữa’. Ngài Xá Lợi Phất nói ‘Ta chưa từng thấy tín nữ nào được cùng lúc hai cái như vậy’. Tức là được Tứ đại thiên vương tiếp xúc và được cả. Bà nói: “Thưa Ngài trước mặt tứ chúng Thế Tôn xác nhận rằng con đã chứng được Tứ thiên. Thưa Ngài, vẫn còn cái đặc biệt nữa. Tăng chúng đến nhà con từ Đức Thế Tôn cho đến vị tỷ kheo từ chúng Lục thông Tam minh cho đến Đệ nhất Thỉnh Văn như ngài, Đệ nhị như ngài Mục Kiền Liên, 80 vị đại đệ tử, các vị La hán bình thường; các vị chúng lục thông tam minh vô danh, những vị tỷ kheo chỉ đắc Sơ thiên, Nhị thiên; những vị tỷ kheo chỉ thuộc lòng ba Tạng hai tạng một Tạng; những vị tỷ kheo Giới Luật trong sạch và những vị tỷ kheo phá Giới con đều đối xử như nhau không phân biệt. Đối với con đó là cái biển tăng chúng. Thì nước trong biển trong bờ, nước biển ở ngoài khơi, chỗ sâu hay chỗ cạn đối với con nó đều là nước biển”.

Mình người phàm mình có phân biệt. Nước ít kêu là vũng. Thật ra cái bờ biển đó mai chiều sóng đánh lên cũng kéo nước ở vũng đó ra. Cho nên dầu ông ác giới mà có Tam quy thì một lúc nào đó vô số kiếp luân hồi ông thành vị Phật tương lai mình không biết được. Nếu mình ngược dòng thời gian cách đây một trăm ngàn a tăng kỳ về trước Đức Phật Thích Ca khi mình gặp lúc đó mình không muốn nhìn. Nên nhớ Ngài đáng thực sự đáng để mình đánh lễ là cách đây có 20 a tăng kỳ trăm ngàn đại kiếp trở lại thôi. Mà cách đây ba bốn chục a tăng kỳ về trước, ba bốn chục ngàn lần như vậy chưa chắc bằng mình bây giờ. Nếu lúc đó mình gặp Ngài mình không coi Ngài ra gì. Cho nên nói cách chấp tay là một búp sen cúng dường Phật tương lai, điều đó rất là tốt. Dĩ nhiên trong cuộc sống không phải lúc nào mình cũng đủ chánh niệm, đủ từ tâm, tôn kính để đối xử với mọi người như vậy. Nhưng lúc nào mình cũng phải nhớ điều đó rất là tốt, là đối với Phật tương lai.

Tôi nhớ đêm qua đọc câu rất hay: “Hãy tha thứ cho kẻ thù nhưng đừng quên tên của họ”. Tức là mình tôn trọng tất cả chúng sanh. Kẻ cả người hại mình, cũng hãy tha thứ cho họ, nhưng đừng quên tên của họ, nghĩa là sao? Để mai này khi họ có mặt ở đâu tôi cũng đề phòng, mình biết trong đám đông này có họ. Mình coi tất cả chúng sanh là Phật nhưng mình cũng phải có sự cẩn trọng. Bởi Phật có những vị gần thành, có vị lâu thành. Ông gần thành đưa tâm Phật đối xử với mình, còn ông lâu thành, cả ngàn ngàn kiếp nữa mới thành, thì ông đưa phiền não ra trước, đưa tam độc ra đối xử với mình. Mình sống trong đời sống cũng vậy. Trong miệng mình có đủ ngôn ngữ, ngọt có đắng có. Trong người mình có nhiều thứ nhưng thường mình xài với người ta mình nói thì nói cho nó nặng. Trong con mắt mình cũng có hai cái, nhìn người ta bằng ánh mắt dễ thương và ánh mắt dễ ghét. Mà thường thì chọn cái dễ ghét đối xử với người ta. Một người không phải là Bồ tát họ có đủ hai cái đó, nhưng họ ít dùng cái tốt. Họ thích dùng cái đắng. Tôi nghĩ rằng nếu mình biết cái sức tu của mình kém thì tốt hơn là đi ở xa, chớ mà bắt mình đi thử thách mình chết đó, chịu không nổi đâu, phải tránh dù tham dù sân dù si. Trong Kinh nói muốn tu tập Thất Giác Chi, muốn tu tập Ngũ căn Ngũ quyền thì cũng lựa người nào mạnh cái đó để mình tu. Chớ cái sức mình chưa chịu nổi mà sống ‘cư trần bất nhiễm trần’, sống giữa chợ đời hoen ố này mà vẫn giữ lòng, khó lắm! Trong đời sống thường nhật rất nhiều thứ mà cái chánh niệm mình không cho phép. Có cái kẹt là mình có thể chánh niệm nhưng nếu mình không có phản ứng như vậy thì tình trạng sẽ tệ hại hơn. Kẹt như vậy. Thí dụ

cô một mực đi nói xấu tôi hoài, tôi không lên tiếng là không được. Nếu hôm nay tôi không ở Houston nữa tôi đi về rừng thì tôi phải im lặng. Nó kẹt là tôi tiếp tục ở đây, cho nên tôi phải chặn cô, tôi nói “Cô ơi, đủ rồi, không nên nữa”. Bồ tát Ngài dạy con rắn đừng cắn người. Nhưng khi con rắn hiền quá nó để bà lão tưởng là sợi dây bả cột củi, thì buổi chiều nó lết về nó đi không nổi. Bồ tát nói “Con à, ta không cho con cắn người. Mà ít nhứt con là con rắn, con phải khè cho nó biết con là con rắn!”. Khổ quá! Cho nên tôi nghĩ tu là trung đạo đừng có over cái gì cả.

Nội dung Kinh:

Ngài Xá Lợi Phất trong cùng lúc nêu rõ tất cả những vấn đề giáo lý quan trọng nhất và đề nghị một hướng đi căn bản nhất: trách nhiệm nhận thức đối với những gì cần phải nhận thức (uẩn, xứ, giới, đế), tu tập những gì cần phải tu tập (37 Bồ đề phần) bằng phương thức đã nêu rõ ở Bốn Đế trong Kinh Chuyển Pháp Luân: Tất cả những gì thuộc về Khổ Đế đều cần phải được hiểu rõ, tất cả những gì thuộc về Tập đế đều cần phải được đoạn diệt. Tất cả những gì thuộc về Diệt Đế đều cần phải được chứng ngộ. Tất cả những gì thuộc về Đạo đế cần phải được tu tập.

Notes:

Tứ Niệm Xứ là mình đối diện với Uẩn, Xứ, Giới, Đế, lúc nào mình thấy trong cái đó cái gì nổi bật mình niệm cái đó. Thí dụ tôi đi tôi biết tôi đi. Đi trong 6 ngoại xứ nó thuộc về ‘xúc’. Tôi đang ngồi yên theo dõi tâm tôi, tôi đang theo dõi là ‘ý thức’. Lúc đó có một tiếng động đi ngang tôi biết là ‘nghe’. Nghe chỉ có nghĩa là nghe thôi. Tức có hai cách tôi nhận biết. Một là tôi nhận ngoại xứ, tôi biết ‘ờ đây chỉ là tiếng động thôi’. Cách thứ hai tôi tu về nội xứ nghĩa là ‘nghe’. Có nghe kịp không? Chỗ này tôi cố gắng nói thật chậm.

Tu nội xứ là mình biết rằng sáu căn của mình nó đang làm cái gì (nghe chỉ là nghe thôi).

Còn tu ngoại xứ có nghĩa là mình chỉ biết nó là tiếng động, chớ không phân tích tiếng động.

Giới cũng vậy. Giới có 18 giới (6 căn 6 cảnh và 6 thức), thì có thể mình phân biệt, thí dụ mình ném vị đắng mình có thể niệm ‘đắng’. Cho nên cái gì thuộc về Khổ Đế cái đó cần phải được hiểu rõ.

Còn ‘Cái gì thuộc về Tập Đế cần phải được đoạn trừ’ là sao? Tập Đế đây mình phải hiểu ngầm, mặc dù các Chi pháp nó là Tập đế là tâm tham, sở hữu tham. Nhưng mình phải hiểu ngầm Tập đế nó là phiền não. Bởi vì tham chi phối tất cả phiền não. Cho nên khi tu theo Tập đế là tất cả cái gì ‘thuộc về’, nghĩa là nó có dính líu có mắc mứu, có quan hệ, có ràng rịt, có đan xen, có hòa quyện, có mix ít nhiều với Tập đế, nghĩa là tất cả cái gì thuộc về phiền não cần phải được đoạn diệt. Đó là cách tu về phiền não (thiện hoặc ác mà nó đang xảy ra). Trong bốn niệm xứ, Thân niệm xứ là mình biết rõ tất cả những gì xảy ra thuộc về thân: hơi thở, oai nghi, thể trược hoặc là tử thi. Thọ là nhận rõ tất cả các cảm thọ, những feeling tốt xấu của mình. Tâm Quán là tất cả những gì mà nó thuộc về cái siêu thiện ý của mình: ác, xấu, thiện, lành mình biết rõ. Tâm Dục giới, tâm Sắc giới, tâm Vô sắc giới, tâm phàm tâm thánh mình biết rõ. Pháp là cái gì nó thuộc về 5 uẩn, 5 triền cái, Thất Giác Chi, Tứ Diệu Đế mình biết. Mình biết ở cái này thuộc về khổ đế, cái này thuộc về Tập đế, biết.

Trong bài Kinh Chánh Tri Kiến này ngài Xá Lợi Phất đề nghị mình một chuyện. Tu là sao? Tu chính là biết làm kịp thời, đúng chỗ, đúng lúc đối với từng tình huống xảy ra.

Khi nào mình thấy Khổ đế nổi bật thì mình nhận rõ nó. Còn khi mình nhận rõ Tập đế đang nổi bật thì mình đoạn trừ ngay Tập đế. Khi nào mình thấy Diệt đế đang nổi bật, chứng ngộ được. Cái chứng ngộ này xếp hàng thứ ba vì theo trình tự nhân quả thôi: khổ-tập-diệt-đạo, chớ thực ra cái Diệt Đế nói để hiểu vậy thôi. Nhưng cái quan trọng là đối với một người có tu tập Đạo Đế rồi thì lúc bấy giờ mới nói chuyện Diệt Đế được. Các vị nghe kịp không? Cho nên mình nói theo trình tự thì nói khổ-tập-diệt-đạo nhưng thực ra muốn đề cập đến Diệt đế là phải Đạo đế.

Tức là ngài Xá Lợi Phất đề nghị mình, khi mình đi đứng thì mình có thể ghi nhận nội xứ, ngoại xứ của hành động đi. Nhưng mình cũng có thể không đề cập, không nhớ đến nó mà mình lại nhớ chuyện khác đó là ‘tôi đang đi bằng tâm gì’, hoặc ‘tôi đang đi bằng cảm thọ gì’, ‘tôi đang đi bằng pháp nào trong Pháp quán niệm xứ’. Tức là ngài nói rằng cái gì xảy đến cho mình, mình đều có thể tu được. Tôi đang ngồi tôi không có chuyện gì suy nghĩ hết thì tôi chánh niệm là tôi đang ngồi, tôi biết rằng ‘tôi đang ngồi’, biết rằng cái mộng tôi, cái địa đại đang tiếp xúc với địa đại của cái ghế. Nói chớ không bao giờ cái tâm cái thọ mình không làm việc. Nó không có phiền não gì hết thì mình biết rằng mình đang chánh niệm. Chỉ biết mình đang chánh niệm thôi, tôi đang thờ ra bằng tâm gì,

tôi đang thở vào bằng tâm gì. Lúc đó chính là lúc mình đang nhận rõ Khổ Đê. Nhớ nghe, không có phiền não thì mình đang nhận rõ Khổ đê. Nhưng nếu có một bóng dáng phiền não nó tới thì lúc đó mình đang làm việc đối với Tập đê. Và cái sự yên tĩnh đó chính là Diệt đê. Hiểu một cách nôm na như vậy thôi. Và con đường dẫn đến sự yên tĩnh đó là Bát Chánh Đạo. Cho nên nếu ngồi im sẽ thấy rất nhiều chuyện để làm. Ngồi im, cái tâm mình nó đủ thứ chuyện để làm. Thí dụ ‘Sur oi con không có giận ai hết’. - Được, biết thở, thở đi coi có phải có việc không. Hoặc ‘thở ra bằng tâm gì?’. Đó là việc đó. Rồi mình ngồi lâu có mỏi không? -Có, mỏi chớ. Đó, có chuyện để làm chớ tại sao không có.

Ngài Xá Lợi Phất nói đối với thiện pháp ta giống như một tiểu thư, một công tử con nhà giàu có một tủ quần áo nhiều loại áo, nhiều loại quần. Ta buổi sáng muốn mặc áo gì, buổi trưa muốn mặc áo gì, buổi chiều mặc áo gì ta mặc cũng được. Trong Thất Giác Chi ở nội tâm của ta, buổi sáng ta muốn an trú vào Trạch pháp Giác Chi, Hỷ Giác Chi, Cần Giác Chi, Tĩnh Giác Chi, Xả Giác Chi, muốn cái nào ta đều có thể an trú. Đặc biệt là chánh niệm Ngài không lúc nào thiếu. Còn lúc nào Ngài muốn enjoy thì Ngài an trú vào Hỷ Giác Chi. Lúc nào Ngài muốn tinh tấn thì Ngài an trú vào Cần Giác Chi. Mà con đường nào dẫn đến Hỷ Giác Chi, dẫn đến Cần Giác Chi, tôi đã có dạy rồi. Nguyên nhân nào dẫn đến Hỷ Giác Chi? Suy nghĩ nhiều về Tam Bảo, suy nghĩ nhiều về ân đức của Đức Phật. Như khi mình nói về những mẫu chuyện liên hệ đến Đức Phật mình rất hoan hỷ. Rồi mình nghĩ đến những tấm gương khi mình muốn tu tập về Cần Giác Chi, cũng nghĩ tới on Đức Phật mà nghĩ đến khía cạnh khác, nghĩ về sự tinh tấn của Đức Phật.

Trong Kinh nói rằng ngài Mục Kiền Liên, ngài Xá Lợi Phất đắc A la hán, đắc Lục thông tam minh, đệ nhất đệ nhị Thịnh Văn mười mấy năm trời không có năm. Vì hai lý do: một là thói quen tinh tấn đời trước. Thứ hai muốn để gương cho hậu tấn. Ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên 12 năm không năm, ngài Pakuna 80 năm không năm, ngài Rahula 15 năm không năm. Trong Kinh nói Đức Phật rừ ra mưa lớn chứ còn mưa lâm râm hoặc ngày trời khô không đêm nào đức Thế Tôn không ra ngồi thiền ngoài trời. Kinh nói rõ Ngài ngồi ngoài trời với lá y che trên đầu. Không đêm nào thế Tôn không đi kinh hành, vì hai lý do. Một là vì thói quen của Ngài trong nhiều kiếp. Thứ hai là vì lòng thương tưởng cho hậu tấn. Hậu tấn có dễ duôi cũng nhớ là Thế Tôn mà còn phải vậy thì cỡ mình là cái gì. A la hán vẫn còn phải học thuộc lòng Tam tạng, do thói quen đời trước mà cũng vì muốn để gương cho hậu tấn. Bởi một vị A la hán thông hiểu Phật pháp cái hướng hoàng dương vẫn hiệu quả hơn vị không giỏi Phật pháp. Cho nên mình muốn tinh tấn, muốn hoan hỷ thì lấy gương của đời trước mà sống. Đừng nói ngay cả gương Thánh tăng Thánh nhân, gương danh nhân thôi là mình ngồi suy tư mình thấy. Ông Dante là một nhà văn, kịch tác gia, nhà tư tưởng của Ý, 70 tuổi còn đi học tiếng Đức. Con ông là một vị giáo sư dạy tiếng Đức, hỏi bố học tiếng Đức làm gì. Ông nói ‘Ta học để đọc báo, đọc tài liệu’. Lúc bấy giờ cả thế giới coi ông là bác học rồi. Ông con mới cười nói ‘Bố bác học mà còn đi học’. Ông nói ‘Bác học không có nghĩa là hết học’.

Những hình ảnh đó là cái nhân cần thiết cho Tinh tấn Giác Chi, Hỷ Giác Chi. Còn Xả Giác Chi là trường hợp như ngày nào mình mệt quá mình suy nghĩ trước sau gì cũng chết, tất cả đều dất nhau ra mồ hôi, đó là lúc mình relax, sống bằng Xả giác Chi. Còn khi nào mình cần có một sức mạnh tâm linh để mình vươn tới cho một định hướng tương lai thì mình sống bằng Hỷ Giác Chi, tức là tìm niềm vui để mình enjoy, thì những lúc đó Đức Phật nói mình khéo tu tập Thất Giác Chi. Ngài nói khi nào cái tâm mình nó chùng xuống, nó yếu đuối, bệnh hoạn, thiếu máu tật nguyên thì hãy tu tập Trạch Giác Chi, Hỷ Giác Chi và Cần Giác Chi. Khi nào cái tâm mình nó quá chùng, mình muốn nó yên, muốn calm down thì mình tu tập Tĩnh Giác Chi, Định Giác Chi và Xả Giác Chi.

BÀI KINH 10. KINH NIỆM XỨ (Satipatthana sutta)

Bài này mình học nhanh vì Kinh Niệm Xứ mình đã học trong lớp A Tỳ Đàm rồi.

Duyên khởi: Phật ngự tại xứ Kuru và thuyết giảng Kinh này cho đại chúng tỳ kheo.

Chỗ này tôi muốn hướng dẫn lớp chút xíu, chuyện ngoài lề nhưng mai một tôi khỏi phải nhắc lại nữa. Theo thế giới quan, vũ trụ quan Phật Giáo thì trong 31 cõi thì cõi người kể là một, 6 Dục thiên, 16 cõi Sắc giới, 4 cõi Vô sắc. Cõi người kể là một nhưng thực ra có tới 4 châu. Trái đất mình là Nam Thiện Bộ Châu (Jambudipa), nằm ở hướng nam núi Tu Di. Núi Tu Di nằm chính giữa. Mình

không thấy được núi Tu Di vì nguyên cái system này nó rất lớn. Trên đỉnh núi Tu Di là cõi Dao Lợi, phần giữa là cõi Tứ Thiên Vương, đáy nó là cõi A Tu La (Thiên).

* Hướng nam của núi Tu Di là Nam Thiện Bộ Châu (Jambudipa)

* Hướng bắc Tu Di là Uttarakuru - Bắc Cưu Lư Châu (còn gọi Câu Lư Châu).

* Hướng đông là Đông Thắng Thân Châu (Pubbavideha), đọc Thân Châu chớ không phải Thân Châu. ‘Pubba’: ‘hướng đông’; ‘videha’: thân, body.

* Hướng tây Tu Di là Tây Ngưu Hóa Châu (Aparagoyana).

Apara: hướng tây; ‘ngưu’: con bò; ‘hóa’: chiếc xe = ‘yana’.

Goyana: xe bò

Cách phân hướng của người Ấn Độ thời xưa cũng giống như mình, tức là phía trước: mặt trời, là hướng đông, nên pubba có hai nghĩa, là (1) hướng đông, (2) phía trước; Còn phía sau (mặt trời lặn= hướng tây, nên chữ apara có hai nghĩa: (1): hướng tây; (2): phía sau.

Thời Sơ Kiếp, cứ một lần nó cháy là 1.000 tỷ thế giới nó cháy. Mà một thế giới là 31 cõi. Mà 1.000 tỷ tức là 1.000 tỷ cái 31 đó cháy.

Các giai đoạn thành - trụ - hoại - không của trái đất:

- Thành là từ lúc trái đất hình thành cho đến lúc sắp sửa nó mất.

- Trụ là lúc trái đất có núi non sông ngòi đến lúc nó sắp hoại.

- Hoại là từ lúc nó nhen nhen mặt trời thứ hai trở cho đến lúc không còn gì hết.

- Không là lúc nó tối thui.

Thì lúc cháy như vậy tất cả những cái này đều mất luôn. Sau đó do nghiệp chiêu cảm có một trận mưa trút xuống, tụ nước hoai đến lúc nào đó khối nước sệt lại trở thành một cõi. Bảy lần tiêu hoại bằng lửa thì có bảy lần tiêu hoại bằng nước. Rồi bảy lần tiêu hoại bằng nước có một lần tiêu hoại bằng gió. Nếu tiêu hoại bằng lửa thì lên tới cõi Sơ thiên thôi. Bằng nước thì lên tới cõi Nhị thiên. Bằng gió lên tới cõi Tam thiên. Dầu tiêu hoại bằng cách nào đi nữa thì sau giai đoạn ‘không’ mệnh mông không có gì hết, thì đều có điểm giống nhau là có trận mưa mới bắt đầu hình thành cái thế giới. Mưa xuống mưa suốt rút thành một khối thành cõi Tavatingsa có nghĩa số 33, tôi dịch là cõi Tiên Sơ, là cõi đầu tiên. Tức là khi nước rút đến một chỗ lộ ra phần gọi là cõi Dao Lợi. Rút xuống mức nữa thành cõi Tứ Đại Thiên Vương. Rút tới đâu hình thành ra tới đó. Rút đến lưng chừng núi Tu Di thì xuất hiện bốn Châu.

Chúng sanh thời Sơ Kiếp ở Bốn Châu nhân loại có tuổi thọ bằng nhau là một a tăng kỳ tuổi (10 x 140 năm). Dần dần tâm tánh loài người ở bốn Châu trở nên thoái đọa, nên tuổi thọ giảm dần. Mức tối thiểu của Nam Thiện Bộ Châu là 10 tuổi. Mức tối thiểu của Tây Ngưu Hóa Châu là 500 tuổi. Đông Thắng Thân Châu là 700. Bắc Cưu Lư Châu là 1.000. Kinh nói lúc tuổi thọ ở Nam Thiện Bộ Châu xuống tới 10 thì thân tướng mình cũng nhỏ, cây cà cây ớt phải bắc thang.

Trong một kiếp quá khứ Bồ tát Thích Ca là một Chuyển Luân Vương từng đi sang Bắc Cưu Lư Châu bằng Kim Bảo luân của Ngài, tốc độ nhanh hơn cả tốc độ ánh sáng, Ngài muốn tới đâu là Ngài tới đó. Khi Ngài cầm Kim Bảo Luân Ngài suy tư thôi. Suy tư là ngoài chỗ dân cư này, ngoài trái đất này ra còn nơi nào nữa hay không, nếu có ta hãy có mặt ở đó, là lập tức Ngài có mặt ở đó. Lúc đó liên lạc giữa Ngài với chư Thiên rất là tốt. Kinh nói khi Ngài làm Chuyển Luân Vương đức trời Đế Thích nói với chư thiên là ở cõi người có một ông vua thương dân như con vậy, chư thiên muốn gặp vị vua đó là trời Đế Thích cho thiên tử đánh xe xuống rước Ngài lên. Trong lúc Ngài đi tìm lum như vậy thì Ngài có ghé đủ ba Châu kia hết. Lúc đó dân Bắc Cưu Lư Châu mơ ước được về Nam Thiện Châu vì nghe nói ở đó có chư Phật ra đời, đất ở đó mưa thuận gió hòa, không hàm hồ chông gai nhiều như bây giờ, không có độc trùng mãnh thú nhiều như bây giờ. Độc trùng như con rít, nhện độc, bò cạp, kiến lửa ... ‘Không hàm hồ chông gai’ là không có tự nhiên đi cái lọt xuống dưới chết, mà nơi nào cũng cỏ xanh hoa trái hiện lành vì phước chúng sanh nhiều.

Khi đám người Bắc Cưu Lư Châu qua Nam Thiện Bộ Châu sống quen dần, đến khi Bồ tát chết rồi, đám đó cũng chết nhưng con cháu họ quen dần, đến đời đức Phật Thích Ca dân đó lập nên xứ là Kuru. Tuy họ nhiều đời nhiều kiếp đã thành dân ở đây rồi nhưng trong Kinh nói trong họ cũng còn cái gen, cái DNA của họ cứng lắm. Họ rất khỏe mạnh và chân thật, rất thông minh. Nói chung họ hội đủ những tánh căn bản hiền, chân thật, thông minh. Khi Đức Phật qua xứ đó Ngài cũng muốn

coi xứ Kuru qua mấy nghìn năm họ có còn được như vậy không. Theo Kinh mô tả, thời đó gạo lúa phì nhiêu, sông ngòi nước nổi đầy đủ, sung sướng lắm. Nên Ngài chọn bài Kinh Tứ Niệm Xứ này dạy dân ở đó đầu tiên. Khi Đức Phật còn sống thì khoảng 90% dân Kuru ở đó họ tu Tứ Niệm Xứ cả. Gặp nhau họ không hỏi ‘khỏe không’ mà hỏi ‘có tu tứ niệm Xứ không’. Người kia trả lời ‘có tu’ thì biết là họ khỏe. Có tu Tứ Niệm Xứ tức là cả vật chất và tinh thần đều good, kể cả anh có gần chết anh vẫn good, họ nghĩ đến tận cùng như vậy!

Đó là toàn bộ những gì liên quan đến chữ ‘Kuru’. Sau này nếu có đi Ấn Độ cũng nên đến xứ đó. Ngài Panno Kim Triệu có tổ chức rất nhiều lần, đem bà con qua bên đó viếng, cũng có dạy thiền bên đó. Hiện giờ cũng có vài cơ sở bên đó để khách thập phương qua có chỗ sinh hoạt.

Nội dung Kinh:

* Thân quán niệm xứ gồm 7 pháp niệm thân: oai nghi, hơi thở, thể trước, tứ thi, ...

* Thọ Quán niệm xứ gồm có 9, nhưng tựu chung vẫn là chánh niệm tỉnh giác trước 5 thọ của thân - tâm.

Tức là mình đi, đứng, nằm, ngồi, thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng trong cảm giác gì thì mình đều biết rõ mình đang trong cảm giác đó. Tại vì cơ tánh chúng sanh khác nhau, có người hỏi tu thiền niệm xứ là sao thầy? Là con làm gì con biết vậy. Nhưng nó tùy cơ duyên. Có đứa mình nói ‘Thân con như thể nào con biết nó như vậy’. Rồi nó đi, đứng, ăn nó biết, tiểu tiện biết tiểu tiện, đại tiện biết vậy mà nó đố. Nhưng có một số nói vậy họ không chịu. Hỏi ‘Con tu thiền làm sao thầy’. Phải nói: ‘Cái feeling con trong mọi lúc như thế nào con thấy nó như vậy. Cái chuyện con đi đứng nằm ngồi nó không thành vấn đề. Mà cái quan trọng là con đang trải qua cái feeling nào. Buồn biết là đang buồn. Vui biết đang vui. Dễ chịu, khó chịu biết dễ chịu, khó chịu’.

Cho nên cả hai người đều bước vào bàn ăn. Một anh thì ảnh niệm: ‘Múc nè, đụng môi, chạm nè, nhai nè, nuốt ...’ Mà anh kia ảnh không niệm vậy. Ảnh niệm: ‘Thích, ngon nè, vui nè, vui, vui... cái này khó chịu (ảnh đang niệm thọ). Còn niệm tâm: tham, tham, cắn miếng ớt niệm sân... Anh niệm pháp thì: ‘Múc - tham dục..., miếng nữa – tham dục nữa, nuốt – sân độc’. Hoặc anh này ảnh mức: ‘khổ đế’, hoặc ‘tập đế’... bỏ vô miệng nhai: ‘khổ đế...’. Tôi thì tôi niệm ‘khổ đế’ hết. Chỉ khi nào tâm tham rõ nét ôi mới niệm ‘tập đế’ thôi. Tất cả cái gì cũng đều Khổ đế cả. Nên tùy người niệm thôi. Hoặc niệm Giác Chi, lúc mình mức mình biết mình mức thì niệm Giác Chi. Trí mình càng bén thì mình niệm đủ. Mà trí càng lụt thì mình niệm ít hơn.

Phải nói là tôi rất enjoy pháp Tứ Niệm Xứ, nó đặc biệt lắm. Lối sống nó đặc biệt, với điều kiện mình phải giải quyết được bốn chuyện: mình không bị ràng rịt gì với . Thứ hai là không bị vấn đề gia đình hoặc người thân. Thứ ba là vấn đề tài chánh mình phải ổn định, và cơ thể phải khỏe mạnh.

* Niệm tâm gồm 16 đề tài Tâm quán nhưng tựu chung chỉ có ba đề tài là Tâm Dục giới, Tâm Đáo đại và Tâm Siêu thế.

* Pháp Quán niệm Xứ là tu về 5 thể tài, Bốn Đế, 5 triền, Thất Giác Chi, 5 Uẩn.

Notes: Hành giả Tứ Niệm Xứ gồm ba hạng: thượng trung hạ.

- Hạng bậc Thượng, thời gian là 20/24. Nghĩa là trừ lúc ngủ thì sự phóng tâm nằm ngoài khả năng kèm chế của mình lực bất tòng tâm, trừ hao ra hết là 4 tiếng. Tức là lúc đi đứng, nằm ngồi, nói nghe, ăn, tiểu đại tiện, trừ ra lúc trình Pháp không đi nghe Pháp tụng Kinh. Không quét dọn gì, chỉ tập trung toàn ý lắng nghe.

- Hạng thứ hai, bậc Trung, là 12/24: tức là còn sinh hoạt này nọ. Còn tụng Kinh, còn dạy học, thuyết Pháp.

- Hạng thứ ba bậc hạ là 6/24: ngày bỏ ra sáng hai tiếng chiều hai tiếng, khuya hai tiếng, vậy là tu dữ lắm rồi. Tu mà còn sắp giờ là bậc hạ.

Thực sự tu phải là bậc Thượng mới tới nơi tới chốn.

BÀI KINH 11. TIỂU KINH SỰ TỬ HỒNG (Cùlasihanàda sutta)

‘Hồng’ là tiếng rống. Chữ ‘nada’ tiếng Pali từ chữ ‘nadati’ là ‘gầm, rống’. Người Ấn Độ xưa thường nói đến mấy con thú lớn tượng trưng cho một số đức tánh, một số sự kiện đặc biệt trong thế giới loài người. Như ngài Xá Lợi Phất nói ‘Trong tất cả các Pháp thì không có Pháp nào qua Pháp không phóng dật (tức là chuyên cần), giống như trong các dấu chân thú không có dấu chân nào lớn hơn dấu chân voi’. Rồi Ngài nói trong thế giới loài hai chân kể cả chư thiên và loài người thì Đức Phật

là bậc tối thắng. Khi Đức Phật tuyên bố gì Ngài nói đó là tiếng rống, tiếng gầm của loài sư tử. Phải nói rằng chỉ có người thành tựu cái gì mới dám tuyên bố, xác nhận vậy. Có hai bài Kinh nói lên sự tuyên bố mạnh mẽ của Ngài, thì mình học bài thứ nhất là Tiểu Kinh sư Tử Hống.

Duyên khởi:

Phật ngự tại Kỳ Viên và thuyết Kinh này cho đại chúng tỳ kheo. Đức Phật xác nhận rằng chỉ có trong giáo pháp Ngài mới có sự hiện diện bốn tầng thánh nhân. Và Ngài cũng xác định rằng cái gọi là thánh nhân trong Giáo pháp Ngài ít nhất phải hội đủ ba tiêu chuẩn căn bản: giới luật thuần tịnh (pure), điềm tịnh tính bất động và chánh tri kiến như thật.

Ngài nói vị Tu đà hườn so với phạm nhân không có khác gì ngoài ba cái: thứ nhất là bất cứ giờ nào Tu đà hườn đã nhận rồi là không bị hồng. Thứ hai là niềm tin của vị Tu đà hườn đối với Tam Bảo không bị hồng. Thứ ba là trí tuệ của vị Tu đà hườn đối với Bốn Đế không bị hồng.

Còn mình nếu lâu ngày không có nghe Pháp thì niềm tin mình bị chai đi. Chính tôi là ông sư có Phật Pháp chút ít, vậy mà có lúc năm ba tháng trời tôi không trao đổi với ai, nhiều khi sống ở chỗ không có người để tôi nói chuyện, có nhiều khi tối nằm ngó lá y mà xấu hổ! Cho nên phạm phu cái giới hạnh của mình nó dễ có vấn đề. Bởi cái giới hạnh, cái niềm tin mình luôn đòi hỏi phải có điều kiện. Trong môi trường nào đó, hoàn cảnh, điều kiện nào đó tôi mới được như vậy. Tri kiến của phạm phu mình, nhiều khi các vị học với tôi thấy có lý, nhưng thời gian lâu quá không gặp tôi, lâu quá không tiếp xúc với chư tăng, các vị về nghe thầy Thanh Từ giảng hoặc nghe thầy Nhật Hạnh có những cái không giống giáo lý Nam Tông. Ban đầu nghe hơi kỳ kỳ, nhưng rồi trong cái kỳ đó thẩm hỏi nào không hay. Tôi biết có những Phật tử rất là ngoan Đạo nhưng khi lấy chồng, ông chồng ri rả câu hai câu cuối cùng họ không đi chùa nữa. Bên Khổng giáo có câu “Tánh tương cận tập tương viễn”: bản tánh căn bản là một phần con người của mình, nhưng điều kiện chung quanh mình tiếp xúc là điều kiện thứ hai để nó hoàn chỉnh nhân cách, cái personality của mình. Tây phương có câu: “Habit is second nature”: thói quen là một bản tánh thứ hai.

Chánh tri kiến ở đây là một cái nhìn vượt khỏi hữu vô, thường đoạn bằng tri kiến thấy rõ 12 duyên khởi. Có lẽ đây là một trong những chỗ rất hiếm hoi trong Tam Tạng mà ta được Đức Phật xác nhận rõ nguyên ủy của dòng Duyên khởi chính là Tứ Lộ. Vạn pháp sanh diệt trên một chuỗi nhân duyên như vậy nên nếu nói CÓ chính là nói đến sự hiện hữu của một chuỗi nhân quả, còn nếu nói KHÔNG tức là sự phủ nhận bất cứ một ngã tính nào như chúng sanh phạm phu vẫn thường nghĩ. Như vậy hai khái niệm ‘có – không’ này rõ ràng đã vượt khỏi phạm trù hữu- vô, thường - đoạn kia rồi.

Notes: tức là người Phật tử mình hỏi có ‘cái tôi’ không, có linh hồn không? Mình nói ‘có’ cũng không được, nói ‘không’ cũng không được. Mà mình phải trình bày hệ thống duyên khởi đó, nói ‘có’ là có chuỗi nhân quả vậy đó. Còn nếu nói ‘không’ là không có ‘cái tôi’. Hai cách nói ‘có’ và ‘không’ đó chỉ có trong Phật giáo Nam Tông, nhưng bên Bắc Tông vẫn còn hướng tới A lại da thức, vương cái chơn tâm, Phật tánh, Niết bàn diệu tâm, chơn không diệu hữu nói ‘không’ nhưng cái đó thường hằng tịch tịnh gì đó. Trong Kinh Nam Tông có chỗ Đức Phật nói rất là rõ mà mình đọc không khéo mình giận. Giống như con chó cột vô cái trụ, nó có cào, cấu, sủa, cắn cũng không ra khỏi chỗ đó. Thì phạm phu mình khi học giáo lý rồi, nếu mình học không khéo sẽ mắc vô cái đó. Phải nói phần lớn mình không đành lòng phải tay mọi thứ, trọn cái công phu tu tập biết bao nhiêu kiếp rồi cuối cùng mất tiêu! Mà thật ra mình không thể giống như con nít được. Như mình đến xin ở nhờ 7 ngày. Người ta chỉ cái nhà kho dơ bụi tùm lum, mình dọn dẹp sạch sẽ rồi ở. Xong 7 ngày thấy sạch sẽ rồi lại không muốn đi, không muốn giao lại nhà kho đó là không được. Người lớn không nói vậy. Mình dọn là cho 7 ngày đó mình ở được an lạc thôi.

Trong Kinh có kể câu chuyện là có một anh nông dân đó thương vợ lắm. Vợ nói em muốn có khi nào lễ lộc gì đó mình đi chơi với nhau em có áo mới, thích ăn bánh này nọ thì anh chồng hứa. Anh đi gánh nước mướn dành dụm được một đồng vàng, đem chôn giấu ở một chỗ vắng, thỉnh thoảng tới thăm chừng rất thỏa mãn. Một bữa trưa nắng chang chang anh gánh nước đi ngoài đường mặt vui vẻ như vậy, ông vua nhìn thấy ngạc nhiên: Ta ở chỗ mát, thú vui đầy đủ dư dả mà còn thấy chán, sao anh chàng này vui vẻ quá vậy. Mới sai người kêu anh này vô hỏi. Anh sợ bị chém đầu phải kể thiệt với vua vậy vậy. Vua nghe thấy thương quá cho trăm đồng vàng. Vua hỏi thêm ‘Người

còn muốn gì nữa không?’. Ảnh nói không muốn gì nữa. Vua hỏi ta cho người làm quan lớn trong triều người vui không? Ảnh nói vui. Vua lại hỏi ta chia hai đất nước này cho người một nửa người vui không? –Dạ vui. Vậy người nói thiệt đi, đất nước này một bên biển cả, một bên núi rừng, người thích phần nào? Ảnh suy nghĩ nói lấy bên phía núi rừng. Vua hỏi tại sao. Ảnh gãi gãi: ‘Bên đó có đồng tiền vàng hạ thần chôn ở đó’!

Có chuyện Khổng Tử một buổi đi điền dã trông thấy một cô gái đang cắt cỏ mà đứng khóc. Khổng Tử hỏi tại sao khóc con nói ta nghe. Cô gái nói con làm mất cái kẹp tóc. Hỏi kẹp tóc bằng gì. Nói dạ bằng cỏ thi. Khổng Tử nói cô biết cô đang đứng ở đâu không, trước mặt cô là đồng cỏ thi, trên tay cô là bó cỏ thi, thì cô làm cái khác, sao phải khóc. Nói: “Dạ cái kẹp đó con dùng lâu ngày rồi nên có cái tình”!

Mình tưởng nó là cái tình nhưng thực ra nó là cái ‘chấp’ của mình. Mình tu thiền là để thấy nó. Chớ không phải tu là để đắc để thấy cái gì ghê gớm ở đâu. Đắc Đạo quả thật ra chỉ là thấy mình rõ hơn chớ không phải đắc là thấy cõi này kia ở ngoài.

Kinh kể giai thoại, giặc trura trong khu rừng có ba ông tỳ kheo ngồi thì có một ông thọ thân bay ngang. Ông thọ thân trên tay bông một cô thọ thân khác và trên tay cô này cầm bó hoa sủng màu xanh đỏ. Một vị mới hỏi ‘Trưa nay có một con gió lạnh thổi ngang chỗ tụi mình ngồi, huynh đệ có thấy gì hôn’. Ông đầu tiên nói không thấy gì. Ông thứ hai nói thấy ông thọ thân. Ông thứ ba nói Danh Sắc đó. Trong Kinh nói ông thứ nhất là không có Chỉ mà không có Quán. Ông thứ hai có Chỉ mà không có Quán. Ông thứ ba có Chỉ có Quán nữa, tức là ông không thấy làm sao ông nói danh sắc. Còn mình nghe kể thì mình thích cái ông thấy hơn. Tu là phải thấy, chính vì thấy nên cái nào cũng có con mắt hết. Mình khoái cái thấy khoái cái nghe nên có hết. Còn người ta nhàm chán lục thức lục căn nên người ta không có lục ái. Mà tại sao mình có mình khổ? Tại vì ác dễ làm hơn thiện. Ai làm nên thế giới? Vì thích lục trần nên có lục ái. Vì lục ái nên tiếp tục có lục trần, đó là lý do tại sao mình có mặt. Rồi hỏi tại sao đời khổ nhiều, tại vì ác làm dễ hơn thiện.

Nội dung Kinh (tt): Cách nhìn như vậy mới đúng là Chánh tri kiến của một bậc thánh. Và chỉ có trong giáo pháp này từ bậc Đạo sư đến người đệ tử mới có khả năng nhìn ngắm thế giới như vậy./.

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