

**XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐÍNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.**

Thành tố ý thức

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

[22/12/2021 - 09:36 - buithibuukim]

VI DIỆU PHÁP

THÀNH TỐ Ý THỨC

Một ông lái buôn vô lậu xanh giải trí. Có một lần ông vô gặp một cô kỹ nữ rất đẹp. Trong đêm đó chỉ có hai người với nhau trong phòng, ông mới hỏi cô bao nhiêu tuổi sao mà lưu lạc đến đây. Cô mới nói em mới có 18. Bốn năm sau cũng trong một chuyến đi buôn lỡ lã, ông gặp vô quán đó ngủ nữa, tình cờ gặp lại cô đó. Cô đó thì gặp gỡ quá nhiều khách nên đâu nhớ ai, nhưng ông thì nhớ. Ông cũng hỏi câu chót lưỡi đầu môi em bao nhiêu tuổi sao lưu lạc tới đây. Lần này cô trả lời em mới 17. Tức là 3 năm trước thì 18, ba năm sau 17 tuổi thôi. Ông lái buôn nghe vậy ông khóc. Cô gái nói tuổi của em kệ em chớ mắc gì mà khóc. Ông nói tui nghe cái tuổi của em tui nhớ vốn liếng làm ăn của tui mỗi năm mỗi tuột xuống!

Tôi đọc câu chuyện đó rồi mỗi lần tôi nhìn lớp học tôi thấy càng lúc nó càng tuột xuống, nó giống như sức khỏe của tôi! (cười). Sức khỏe mỗi lúc mỗi tuột và lớp học mỗi lúc mỗi ít dần!!!

Kính thưa đại chúng. Tôi hướng dẫn lớp về A Tỳ Đàm càng lúc càng đi vào sâu hơn. Bữa nay tôi xin thưa một điều là mình bắt đầu vào nội dung thật sự của A Tỳ Đàm. Tôi có hy vọng là từ đây về sau, sau khi học thượng tọa trụ trì hoặc là chúng tôi nói Pháp cho các vị chúng tôi khỏi giải thích nhiều về những thuật ngữ Phật học, thí dụ như Bát Chánh Đạo, Tứ Diệu Đế. Từ đây về sau ai có đạo Chứa hoặc Bắc Tông hoặc Nguyên thủy, Nam Tông với Nam Tông gặp các vị mà hỏi Bát Chánh Đạo là gì, Tứ Diệu Đế là gì thì tôi hy vọng các vị, bất cứ ai trong hội chúng này (những người đi học thường xuyên) đều có thể trả lời.

Các vị còn nhớ hôm trước tôi có thưa là Tạng Kinh là kẻ người ta vào Đạo, Tạng Luật là trói người ta lại, còn tạng Vi Diệu Pháp là giết người ta. Thì chừ hòa thượng, thượng tọa hoặc chúng tôi thuyết Pháp là dùng tạng Kinh để dụ các vị đi chùa. Nhưng khi tới đây rồi thì lần lượt từng bữa thứ bảy chúng tôi sử dụng A Tỳ Đàm để cắt, để khứa, bằm, xé, xé từng tri kiến, kiến giải của các vị từ đó đến giờ. Thí dụ từ đó đến giờ mình không biết Phật Pháp thì ‘Đây là nhà của tôi, vợ/ chồng /con của tôi, gia sản tôi’. Biết Đạo được ba mớ thấy mấy cái đó là sương khói phù du không đáng kể, mà chỉ có Phật Pháp mới đáng kể thôi. Cho nên mỗi lần mình giữ giới trong sạch được mình biết rằng ‘Tôi giữ giới trong sạch tôi hơn người ta’. Như vậy mình không còn chấp vào tài sản, gia đình mà chấp vào giới luật của mình. Mình nghĩ mình đức hạnh hơn người khác. Nhưng một ngày nào đó mình học giáo lý A Tỳ Đàm rồi mình thấy những người đức hạnh và những người không đức hạnh đều là hai làn khói, có điều một là làn khói đen một là làn khói trắng mà cái nào cũng phù du hết. Khi mình hiểu được điều đó mình sẽ thấy rằng mình là người sở hữu được kiến thức A Tỳ Đàm, mình coi thường những ai không hiểu biết A Tỳ Đàm. Như vậy một lần nữa mình bỏ cái ngã này đi tìm cái ngã khác thôi.

Tức là bỏ con người danh lợi để tôn trọng giới hạnh. Sau đó sống thoải mái thấy cái giới hạnh, cái bước tu hành không phải chỉ dừng lại ở những giới hạnh mà còn phải phát triển về trí tuệ nữa. Nhưng người thành tựu trí tuệ hoàn toàn không có cơ sở để coi thường những người không có trí tuệ như mình. Bởi vì, tôi nhắc lại tất cả chỉ là những làn khói. Tôi là người tốt, anh là người xấu, hoặc ngược lại anh là người tốt tôi là người xấu thì trong cả hai trường hợp này chúng ta đều là những làn khói mong manh. Khói đen hay khói trắng đều là vô thường cả, đều phù du, nắng sớm mưa chiều. Cho nên hiểu được điều này thì trước là mình trang nghiêm nội tâm mình. Thứ hai là tự mình vượt qua được những giai đoạn tu học tốt hơn.

Bước tiếp theo tôi xin nói với đại chúng, trong con người mình gồm hai phần: danh và sắc. Danh gồm có bốn là thọ, tưởng, hành, thức. Thọ là tất cả những cảm giác của mình. Tưởng là tất cả những kinh nghiệm ký ức của mình. Hành là những thiện ác của mình. Thức chính là sản vật. Thì nó giống như cái này. Sáu giác quan mình nó không là thiện không là ác, xin thưa với đại chúng như vậy. Đức Phật, chư vị A La hán các vị cũng có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân như mình. Nói chung, các vị cũng có ly nước như mình. Nhưng ly nước của các vị hoàn toàn không có chua, đắng, chát, mặn như chúng ta. Ly nước của các ngài ly là ly và nước là nước. Nếu có pha thì các ngài pha cái gì ngọt, cái gì ngon, cái gì thơm vào trong đó, chớ các ngài không có pha tầm bậy tầm bạ như mình. Ly mình pha gì? Vỏ chanh ở trong, sinh, rác ở trong, bụi, đất ở trong. Chớ trước khi mình pha chế thì bản thân ly nước chỉ là ly nước. Nước lọc chỉ là nước lọc không vị không màu gì hết.

Tôi xin nói thật chậm: người phạm phu mà biết tu hành và bậc thánh hữu học thì cái ly nước của họ là cái ly nước ngon, thơm, sạch. Còn cái ly nước của người không biết tu hành là ly nước chua, chát, đắng, cay và dơ bẩn uống không được. Riêng về vị Thánh như Đức Phật và các vị A La Hán thì các ngài không còn thiện và không còn ác. Nhớ kỹ cái đó. Có nhiều người hiểu lầm nói Đức Phật chắc thiện nhiều. Các vị còn nhớ chúng sanh có hai hướng: siêu và đọa. Thiện nhiều quá, tu về thiện sẽ đi lên. Người ác nhiều quá sẽ đi xuống. Riêng các vị thánh là vượt ra ngoài không thiện không ác. Cho nên bữa nay mình học về nội dung.

Danh gồm có 4. Thọ là tất cả cảm giác buồn vui của thân và tâm. Tưởng là tất cả những gì thuộc về ký ức. Nhưng riêng cái này cực kỳ rắc rối. Học về A Tỳ Đàm là học về cái này, là học về cái hành. Bởi vì sao? Nó có tất cả 5 uẩn phải không ạ? Cái này là thọ uẩn. Cái này là tưởng uẩn, cái này là hành uẩn. Cái này là thức uẩn. Thì thức uẩn nó là 6 giác quan, rất là gọn. Tưởng uẩn chỉ là Sở hữu tưởng, rất là gọn. Thọ uẩn chính là Sở hữu thọ, rất là gọn. Nhưng riêng hành uẩn thì không. Tức là trong con người mình có hai phần: tâm linh và thể xác. Phần thể xác rất đơn giản tôi sẽ hướng dẫn sau. Riêng phần tâm linh có 4 khía cạnh: thọ là tất cả các giác quan. Tưởng là tất cả ký ức. Thức là 6 giác quan. Riêng ‘hành’ chính là yếu tố quyết định tính chất thiện ác của một dòng tâm thức.

Các vị nghe từ ‘sát na’ không ạ, thì trong Kinh nói rằng mỗi người chúng ta ở đây, toàn bộ chúng ta ở đây, khi chúng ta ngủ hoặc đang thức thì tư tưởng chúng ta luôn luôn diễn tiến chớ đừng nghĩ mình ngủ là hết. Dầu mình ngủ hay mình thức thì cái tâm mình luôn luôn nó đi hết từ sát na này tới sát na khác. Chữ sát na là âm từ chữ ‘khana’ của Pali hoặc là chữ ‘ksana’ của Sanskrit. Mà chữ sát na đó tiếng Anh người ta dịch là chữ thought moment, tức là từng chập từng chập tư tưởng mình. Từng chập từng chập như vậy. Thời gian của mỗi sát na nó ngắn tới mức mà trong Kinh nói trong một khảy móng tay thì cái tâm mình sinh diệt cả triệu cái. Cái mà mình gọi là người là tôi là ông A bà B toàn là nhiều cái ngắn ngủi lắp ráp lại. Nhưng một chuỗi tư tưởng gọi là thiện ác hoàn toàn tùy thuộc vào cái hành uẩn của mình. Trong Kinh nói mỗi sát na có ba giai đoạn thời gian: sanh, trụ và diệt. (Tôi biết càng đi vào sâu các vị sẽ hơi buồn ngủ, nếu mà vượt qua nó thì rồi giống như chẻ tre. Nếu ‘chẻ’ qua cái ‘mắc’ này rồi từ đây về sau các vị nghe Pháp rất là thoải mái). Mỗi sát na có ba giai đoạn: sanh, trụ và diệt. Nó giống như cuộc đời người có giai đoạn baby, lớn rồi già đi. Đây là nguyên một cái ly, còn thiện ác gì đó tính sau, mà thiện ác ở đâu thì ở đó gọi là hành uẩn. Bây giờ mình học về tính chất của nội tâm, hay còn gọi là hành uẩn, tức là nội dung của mấy cái thought moment này.

Sự hiện hữu của mình ngoài thân xác này ra còn có sự tồn tại của ý thức, tư tưởng. Mà tư tưởng lại gồm rất nhiều thành tố. Hôm nay tôi sẽ hướng dẫn lớp học về 13 Sở hữu tự tha.

Tôi nhắc lại, tâm mình giống như ly nước, còn Sở hữu tâm chính là những thành tố của ly nước.

THÀNH TỐ Ý THỨC (4 DANH UẨN)

(Phần Sư đọc cho lớp chép bài)

Trong sự tồn tại của mỗi chúng sinh, bất luận cao thấp, luôn là sự hiện hữu của hai thành phần: thân và tâm. Hay nói khác đi chính là 5 uẩn: sắc uẩn (tất cả những gì thuộc vật chất từ một thiên thể cho đến một điện tử), thọ uẩn (tất cả những cảm giác tốt xấu của thân và tâm), tưởng uẩn (khía cạnh hồi ức hay kinh nghiệm của mỗi chấp tư tưởng), và thức uẩn (đơn giản là 6 giác quan). Nếu có thể gọi A Tỳ Đàm là môn tâm lý học của Phật giáo thì ở đây vấn đề tâm linh của mỗi chúng sinh được phân cấp và chia chẻ như sau.

Notes:

Tôi dùng chữ ‘khía cạnh’ tại vì tưởng uẩn nó chỉ là khía cạnh thôi. Thí dụ tôi nhìn thấy cái đĩa này, cái nhìn thấy đó là cái biết giác quan. Nhưng biết đó là cái đĩa đó là hồi ức, kinh nghiệm. Sở dĩ tôi biết nó là cái đĩa là do trước đây tôi đã được cha, mẹ, anh, thầy, bạn tôi hoặc những người Phật tử quen với tôi cho tôi biết đây là cái đĩa: nó tròn, màu trắng, cứng, lạnh nóng, lóng, nó bóng... Tất cả những khía cạnh đó hoàn toàn là tưởng uẩn cả. Cũng giống như cái ly này thôi mà tôi có thể nói về nó rất nhiều khía cạnh: cái ly này bằng thủy tinh, nó trong, nó lóng, âm, tròn, hình lẳng trụ, giờ nó chứa nước trà nên nhìn xuyên qua thấy màu vàng, tất cả những khía cạnh đó đều đúng. Một cái ly mà có rất nhiều khía cạnh như vậy. Cho nên tưởng uẩn chỉ là khía cạnh hồi ức của một chùm tư tưởng thôi.

Còn thế nào là phân cấp? – Tức là có những cái là tâm thiện, có những cái là tâm bất thiện, có những cái là tâm dục giới, là tâm sắc giới, là tâm phàm, là tâm thánh. Đó là sự phân cấp.

Thế nào là chia chẻ? – Trong Kinh nói rằng khi mắt tôi nhìn vào anh thanh niên trước mặt tôi, các vị nhớ mấy cái tròn tròn như hột vịt người ta vẽ? Trong Kinh nói mỗi chấp tư tưởng như vậy nó có 17 cái tròn như vậy, ít nhất là 17 cái, mà phải 6 lần cái 17 đó tôi mới biết anh này ảnh tên gì, tôi mới biết ảnh là con trai hay con gái, vừa gặp ảnh là tôi biết xung hô làm sao liền. Như vậy đó: phải 6 chấp tư tưởng, mỗi chấp ít nhất là 17 sát na (thought moment) như vậy. Mà khi gặp ảnh, tôi vừa nhìn râu ria, mắt, xương hàm của ảnh biết ảnh là nam. Nhìn cái mặt ảnh tôi đoán được độ tuổi nữa, rồi biết xung hô làm sao, nếu biết tên thì gọi thẳng tên còn không biết thì kêu là anh hoặc đạo hữu thôi. Thì các vị biết, từ ánh mắt đầu tiên tôi thấy ảnh cho đến lúc tôi bật ra miệng kêu ảnh thì tôi đã trải qua ít nhất là 17 x 6 cái cục tròn tròn đó. Dễ sợ như vậy. Và tôi xin thưa với đại chúng rằng trong mỗi cục tròn tròn đó nó có ít nhất (nhấn mạnh là ít nhất) là 13 Sở hữu tâm.

Nội dung đọc chép (tt):

Nói một cách đơn giản thì tâm chỉ là sự nhận biết của ý thức. Còn sở dĩ được gọi là tâm thiện tâm ác hay tâm phàm tâm thánh thì hoàn toàn tùy thuộc vào những thành tố đã cấu tạo nên nó.

Notes:

Tôi ví dụ, tôi đưa trước mặt là hai người cân nặng ngang nhau đều là 100 kí hết, nhưng một ông là lực sĩ một ông thì không phải lực sĩ. Ông kia 100 kí mà có lượng cholesterol và lượng đường quá nhiều. Còn ông nọ thì cũng 100 kí nhưng bù lại hai cái đó ít mà gân ông thì tốt. Cho nên nói một cách đơn giản Tâm chỉ là sự nhận biết của ý thức thôi, nhưng cái mà được gọi là tâm phàm tâm thánh, tâm Phật hay tâm chúng sinh hay tâm thiện tâm ác thì điều đó hoàn toàn tùy thuộc vào những cấu tố đã tạo nên cái tâm đó.

Nội dung chép (tt):

Có ít nhất là 3 dạng cấu tố như vậy. Thuật ngữ chuyên môn Phật học gọi đây là các Sở hữu tâm (cetasika) thay vì là tâm (citta). Cả hai đều xuất phát từ ngữ căn ‘cit’ có nghĩa là suy nghĩ.

Notes:

Tôi biết các vị nghĩ tôi hướng dẫn các vị như baby, xin thưa không phải đâu. Tôi dạy vậy là tôi nâng các vị lên cao dữ lắm. Ở VN, nhiều cô ở ngoài là sinh viên năm hai năm ba gì đó mà vô lớp học thua đũa lớp ba trường làng nữa. Mà học cái này tới hồi nó nghiệm rồi gặp cái gì cũng phân tích được hết. Phân tích vui lắm. Như tôi gặp cái bà đó vô đánh lễ hòa thượng Hộ Giác, bả hoan hỷ quý lạ tự nhiên cái có một cô khác xuất hiện, mà cô đó kỳ rồi mới vừa gây lộn với bà này. Tôi nhìn tôi đoán tôi biết là bà đang có cái gì trong đầu, nói theo Vi Diệu Pháp. Nhưng vừa lúc cô đó xuất hiện thì tôi biết luôn là có cái gì nó đang khó chịu change gì ở trong cô. Đặc biệt như vậy, cái bịnh nghề

nghiệp đó. Biết là cô đang quỳ lạy như vậy, cái tâm cô giống như một ly nước lúc đó toàn là dầu chuối rồi va ni, rồi cái bà này vừa tới là biết rồi, bỏ nước chanh vô trong rồi. Biết liền, nó đặc biệt như vậy! Mình nhìn người khác giống như mình nhìn một ly nước vậy.

Đức Phật ngài nói là: “Này các tỳ kheo, chỉ khi nào mà ta trú trong vô tướng tâm định giải thoát ta mới cảm thấy thực sự là an ổn”. Vì lúc đó trong mắt Ngài không còn là người, thú nữa. Không còn chúng sanh, không còn vua chúa gì nữa hết. Không còn đệ tử không còn sư phụ mà chỉ toàn là những đơn vị sắc pháp, ‘vô tướng tâm định’ mà.

Một lúc nào đó, khi mình bắt mẫn chuyện đời quá mình relax tại chỗ, không cần phải vào chùa. Ngay lúc đó mình đã có niềm tin mãnh liệt rằng những gì mình học là đúng. Trong Kinh dạy không ‘tôi’ không ‘anh’, không nhà cửa, trước mắt tôi chỉ là những áng mây. Đúng, y như bèo bọt vậy. Tôi nói các vị nghĩ là tôi nhất ma chớ, cái tướng như mình hay danh lợi gì mà cái xe 18 bánh nó nghiền qua một cái là ... Tôi gặp cái đó hoài chớ gì, không gặp xe cán mà gặp thiêu. Hồi xưa tôi đi học chữ Phạn với hòa thượng Hộ Giác. Chùa là nằm trong kia, muốn đi vô chùa của hòa thượng là từ xa cảng Miền tây phải băng qua một lò thiêu. Bữa nào tôi đến sớm tôi lại đó coi. Có mấy cái lỗ thông gió bằng sắt kéo lên kéo xuống vậy. Có mấy cái hòm nó cháy, cháy một khúc cái nắp hòm nó bị nén hơi nó ‘bum’ một cái rồi nó cháy. Thấy gớm lắm. Chưa gì đâu. Nó bum lên mình đã giựt mình rồi thì cái xác của mình đó cái gân nó rút bật dậy thế này. Rồi nó cháy. Cái óc nó cháy chậm nhứt, 9g sáng mà tới 3g chiều mà cháy không hết. Rồi có lần đó nói ra nó kỳ, tại cô đó là Phật tử tôi biết. Cô có giấy tờ đi Mỹ mà chưa đi được. Cô ở Chợ Gạo Tiền giang, bữa đó cô xách giấy tờ đi. Hai chiếc xe đang đi hai đường thẳng song song bỗng gặp nhau ở một điểm! Cô chết rồi còn y nguyên chỉ bị bể hộp số thôi. Đem thiêu ở trong chùa Mỹ Tho, trời ơi bình thường mình biết cô mà, cô có tiếng nhan sắc chớ không phải không. Nhan gì nhan đũa nào cũng khét lẹt! Thiêu 48 tiếng đồng hồ. Tại vì bà chết thảm nên gia đình không có liệm lâu được. Người ta nói chết trẻ tức tuổi không nên để lâu trong nhà. Coi như ngược thời gian 48 tiếng bà coi như rất quyến rũ. 48 tiếng sau cho vàng kêu cồng về nhà ông nội ai cũng không dám.

Con người nó mong manh phù du lắm. Nên những lúc mà mình cảm thấy cần relax tại chỗ chỉ cần mình nhìn thấy ... đồ giả. Thấy hiểu được điều đó, biết đời là đồ giả, có can đảm thấy là đồ giả. Còn mình, nói vậy chớ mình vô minh, vô minh là chỗ đó đó.

Trong Kinh nói một lúc nào đó khi Phật Pháp không còn nữa thì trong đời người ta không biết chữ vô minh là gì đâu quý vị. Chữ vô minh mà còn không hiểu nữa. Kinh nói có giai đoạn, lúc Phật Pháp mất, thế giới này người ta không còn khái niệm về thiện ác nữa. Khi có chư Phật ra đời người ta còn biết, lúc chư Phật Niết bàn lâu quá người ta không còn biết nữa. Thì có ông vua đó ông coi sách thấy chữ ‘vô minh’ nhắc một lần thôi ông không biết chữ ‘vô minh’ là gì. Ông kêu ông tể tướng vô hỏi, rồi ông nói một tuần lễ mà trả lời không xong thì đưa người khác vô thế. Ông tể tướng rầu lắm đi về bỏ ăn, mặt mày chao dao. Các quan hỏi, mọi người giải thích ông cũng không hiểu. Nói vô minh là sự u mê ám chướng, lẩn đần, lù đù. Mà lù đù là sao, u mê là sao, không hiểu. Qua một hai ngày kẹt như vậy, buổi trưa đó ngủ dậy ông đi ngang phòng con gái. Cha con thương nhau lắm, nhưng lúc đó ông gọi mà con gái không lên tiếng. Rồi ông nghe mùi thơm mà đèn phòng mờ mờ nhạt nhạt. (Xin lỗi đại chúng, tôi không phải là thánh nhưng tôi vẫn thuyết Pháp của bậc thánh cho các vị nghe. Tôi nói chuyện thế tục các vị đừng nghĩ tôi từ đó sinh ra nghe). Thì tò mò ông mới vô phòng thấy con gái hoàn toàn lỏa lồ. Hơi thớ thì mời gọi trong cái tình huống hoàn cảnh ông đang bị stress, cái tay ông sắp sờ soạng thì nhận ra đó là vô minh. Ông biết con là con của cha và cha là cha của con mà, vô minh là chỗ đó. Đó là con gái mình mà, mình là cha nó. Ông mới vô giải thích với vua ‘vô minh’ là như vậy, vua nghe rồi tha tội cho ông.

Sẽ đến lúc nào đó các vị thấy rằng chữ vô minh mỗi người giải thích cho mình nghe, và những khái niệm về Phật pháp, khi mình chưa biết Phật Pháp mình có những vô minh mà mình không tưởng tượng được. Sư cậu tôi ở VN có bài thơ dài lắm, trong đó có câu mà tôi rất thích: “Biết đời là khổ mà mê đời vẫn mê”. Đó chính là tâm trạng chung của mình. Từ ông sư tới Phật tử ai cũng nói được vô thường vô ngã, ai cũng nói là sanh già lão chết, ai cũng nói được sự phù du ngắn hạn, ai cũng nói lâu lâu, lâu lâu nhưng mà đụng chuyện thì mặt mày. Có câu chuyện bà Visakha, bà có đứa cháu chết bà khóc. Bà vô chùa gặp Phật, Phật hỏi: ‘Con nghĩ sao nếu nguyên thành phố này một sớm một

chiều trở thành bà con của con hết thì con thích không?'. Bà Visakha nói: “Bạch Thế Tôn, điều đó còn gì bằng. Ngủ đêm sáng dậy ai cũng là bà con mình hết”. Phật nói nếu một đứa cháu nó chết mà con khổ vậy thì nguyên thành phố này là bà con thì ngày nào con cũng khóc hay sao. Vô minh là vậy đó. Cho nên sở hữu càng nhiều thì càng khổ nhiều. Biết vậy đó mà vẫn thích ôm.

Chữ tâm (citta) và Sở hữu tâm (cetasika) cả hai đều xuất phát từ một ngữ căn là ‘cit’ có nghĩa là suy nghĩ. ‘Citta’ mình hiểu nôm na là ‘tâm’. Lúc nào đó ở không và các vị vững rồi thì tôi ngồi nói cho các vị nghe một buổi về chữ ‘citta’ này thôi. ‘Citta’ có nghĩa là trang điểm, cũng có nghĩa là hoa hòe sặc sỡ, là bức tranh, nó nhiều nghĩa lắm. Nhưng tại sao Đức Phật dùng chữ ‘citta’ này để chỉ cho cái tâm của mình? – Bởi vì cái tâm mình nó hoa hòe đủ thứ, tâm mình như một bức tranh vậy đó.

Nội dung đọc chép (tt):

Trường hợp sở hữu thứ nhất là các sở hữu tâm mang tính trung hòa có thể ở tất cả các tâm thiện ác phàm thánh đồng thời chúng cũng là đối chất (chất gắn liền cái này với cái kia) trung gian để ghép với các sở hữu khác làm nên một cái tâm. Trường hợp sở hữu tâm thứ hai, hoàn toàn mang tính bất thiện và chỉ có mặt để tạo nên các tâm bất thiện. Trường hợp cuối cùng chính là các sở hữu tâm mang tính thiện vốn dĩ là thành tố cho các thiện tâm.

Notes:

Như các vị thấy ở trong nhà bếp mình nó cũng có ba cái đó. Có những chất trung hòa mà ở đâu cũng có nó. Thí dụ như mình nấu chè, nấu cơm hay nấu cháo nấu canh gì có những thứ vật liệu căn bản, thì đó chính là sở hữu tâm thứ nhất.

Trường hợp thứ hai, cái anh chàng trung hòa ảnh là cái sườn. Ảnh giống như bộ xương, chỉ là bộ xương thôi mà không có gì là hoa hậu trong đó hết; không hề có gì là lực sĩ trong đó cả. Cho nên các sở hữu trung hòa bản thân nó là cái sườn, nó không là thiện ác nhưng là đối chất cho các sở hữu khác hoặc thiện hoặc ác tồn tại. Còn hai trường hợp sau chính là sở hữu tâm có mặt để tạo ra tâm thiện hoặc tâm ác. Đại chúng nghe kịp không ạ?

Nội dung chép (tt):

Chúng ta nói đến 13 sở hữu tợ tha (Annamana) là sở hữu mà nó gặp ai cũng giống người đó, nó giống như ‘nước’ hồi nãy tôi nói. Tức là mức một tô nước lạnh, muốn nó thành nước canh, được. Muốn thành nước chè nó ra nước chè, muốn thành nước cơm nó ra nước cơm. Thì 13 sở hữu này giống y chang ly nước lạnh. Nó là cái sườn cho các tâm thiện ác nảy sinh là cái này, là đối chất.

Các sở hữu biến hành (Sabbacittasadhara) là loại sở hữu nó có thể dung hợp với tất cả các trường hợp tâm, tâm thiện tâm ác. Tâm của Đức Phật lúc Ngài ngồi dưới gốc bồ đề chứng quả, thì trong khoảnh khắc đó cái tinh thần của Ngài có 13 thứ này. Rồi lúc Ngài chuyển Pháp luân, lúc Ngài Niết bàn cũng vậy. Rồi lúc tôi chửi lộn cũng 13 này cũng nằm ở trong. Mà lúc Phật thành Đạo việc vĩ đại và trang trọng như vậy cũng 13 này nằm ở trong. Bởi nó là ‘nước’, nấu chè cũng lấy nó, nấu cháo cũng lấy nó. Bởi nó là đối chất với những cái khác. Rất là quan trọng!

Khi mình học vậy mình sẽ thấy hiểu Đức Phật. Hiểu như vậy không phải để đồng hóa mình với Ngài bằng nhau, mà để thấy rằng Ngài quả thật vĩ đại. Bởi vì một nháy mắt, một búng ngón tay thế này tâm nó triệu triệu cái sanh diệt. Còn mình thì ‘đậu đen nhiều hơn đậu trắng’. Còn Ngài thì đậu trắng suốt ‘mùa kháng chiến 45 năm’ từ chiến khu Việt Bắc ra tới 75 Sài Gòn’ lúc nào cũng đậu trắng không thôi. Còn mình thì chủ yếu đậu đen, cả đời đậu đen, kiếm hột đậu trắng đỏ con mắt. Ngài vĩ đại như vậy. Ông (..) người Đức nói: “Càng hiểu Phật con càng thương Phật. Càng thương Phật con càng thấy hiểu Phật nhiều hơn”. Bởi mình càng thương ngài, mình càng có tha thiết muốn tìm hiểu Ngài. Phải tha thiết thương Ngài mới tìm hiểu Ngài được. Còn đối với Phật Pháp mà từng từng như mấy bà đi chùa có hiểu Phật Pháp gì đâu. Nhưng chính tư tưởng đó nó làm thui chột đức tin của mình Tại sao mình không nhớ một điều: ông thầy chùa mà không có kiến thức thì giống như ông thầy cúng thôi. Phật tử mà không kiến thức thì giống như cái bà thương buôn mà đi vô đền Quan Đế vậy thôi. Hôm đó tôi đi dự lễ đền Quan Đế nói xin lỗi thiệt uổng tiền xây dựng. Cát biết bao nhiêu tiền để thờ cái ông sát sanh thiên hạ đệ nhất Quan Công. Ông trung nghĩa? – Ok. Cái tính đó rất tốt nhưng vì ông mà lập nên cái đền thờ để cả đám quỳ lạy sì sụp à không hiểu biết gì về ông thì tôi thấy làm sao!

Còn nếu mình là Phật tử mà mình không hiểu giáo lý, mình đi vào chùa mà mình không hiểu Phật thì cũng giống như người ta đi vào đền lạy Quan Đế. Bởi mình có biết gì về Ngài đâu. Mình giống như những đứa con không biết gì về gia sản ông cha để lại. Trong Kinh Pháp Hoa có chàng Cùng Tử y chang như vậy. Cái gia tài Ngài để lại cho mình các vị biết không? Có biết bao nhiêu người vì một chữ Phật mà họ dám xả thân. Ngài Huyền trang từ Trung Quốc mà qua Ấn Độ 3 năm trời. Biết bao nhiêu chông gai mà người ta đi vì một lòng mến Phật. Qua đó ở 16 năm rồi từ Ấn Độ trở về Trung Hoa dịch Kinh 3 năm rồi mới mất. Vì sao? – Vì một lòng thương Phật. Tại sao người ta làm được điều đó? – Vì mến Phật. Chính vì càng mến Phật người ta càng đi tìm hiểu Phật. Càng hiểu Phật người ta càng mê Phật, càng mê Phật người ta càng hy sinh nhiều cho Phật. Rồi ngài Cưu Ma La Thập, ngài Nghĩa Tịnh, ngài Pháp Hiền, và các vị danh tăng khác bây giờ ở Tích lan ở Mỹ.

Nội dung chép (tt):

(Xúc, thọ, tưởng, tư, mạng quyền, tác ý). Mấy cái này có mặt trong tất cả các tâm, nó là biến hành. Nó đi trong tất cả các tâm.

- XÚC là sao? – Xúc là touch, đụng chạm. Tôi suy nghĩ về một người nào đó là coi như ý thức của tôi gắn với hình ảnh người đó. Trong Kinh nói mình suy nghĩ về cái gì thì cái tâm mình hướng về cái đó, gắn vào cái đó. Thì cái ‘gắn’ đó gọi là xúc.

- THỌ: không bao giờ có một dòng tư tưởng mà không có cảm giác. Chuyện đó không có. Dòng tư tưởng nào cũng có cảm giác cả: vui, buồn hoặc nó lửng lửng. Vui là hỷ, buồn là ưu, lửng lửng là xả. Cho nên không có một cái tâm nào mà không có cảm giác, cũng giống như không có một thức ăn nào mà không có hương vị cả. Ít nhất nó phải có mùi vị chứ. Tệ nhất là nước mưa mà nó cũng hơi lạt lạt, còn bào ngư thì nó nhạt nhạt dai dai. Có chứ, chứ không có một thức ăn nào không có mùi vị.

⇒ Đó là xúc, thọ. Tức là không có một tâm nào khi biết cảnh mà nó thiếu

khía cạnh xúc. Xúc tạm nói một cách thô thiển là đụng chạm. Còn Thọ tức là khía cạnh cảm giác.

- TƯỞNG: tưởng là kinh nghiệm hay hồi ức. Không có bài nào các vị viết mà các vị không dùng hồi ức. Mình có biết cái gì mà mình không dựa trên ý thức không? Không có. Kể cả cái người chưa từng gặp mà các vị cũng dùng hồi ức nữa. Tôi thí dụ như bác sĩ Minh tôi chưa gặp ổng lần nào, mà tôi biết ổng là đàn ông bởi cái hồi ức nó dạy tôi là ông nào có râu là đàn ông. Có cái bụng phệ vậy là đàn ông. Tuy tôi chưa gặp ổng nhưng cái chuyện râu ria tôi biết chứ, thì đó là tưởng. Tôi nhìn ổng, nếu không phải là bác sĩ tôi kêu bằng chú được vì chắc ổng nhỏ hơn ông già tôi. Chính cái ký ức cho tôi biết rằng mắt có đuôi chim, tóc lốm đốm muối tiêu. Cái mà cho tôi biết như vậy là ký ức chứ gì nữa. Đó là tưởng.

- TƯ: ‘tư’ là không có một dòng tư tưởng nào mà không có sự đầu tư của ý thức. Các vị dầu thích tôi hay không thích tôi thì khi gặp tôi dứt khoát các vị cũng phải có một chút gì đó suy nghĩ về tôi chứ. Thí dụ các vị đang đi mà trong trăm ngàn âm thanh khác tại sao các vị không chú ý mà chú ý cái tên của mình? Người ta nói rằng không có âm thanh nào dễ thương bằng cái tên của mình. Tôi thấy rằng cái tên Giác Nguyên là chữ đẹp nhất trong từ điển! Tôi nói thật. Thí dụ bây giờ các vị cúng đồ cho chùa, để hòa thượng, thượng tọa, trụ trì các vị khác tôi thấy không có gì hay mà thấy cái tên tôi cái chữ nó đẹp liền! Thấy chưa, tức là tôi có đầu tư ý thức trong đó. Hoặc là tôi ghét cái anh này, trong trăm ngàn thiên hạ tôi không nhìn mà tôi đang ăn nghe cái tiếng anh cười tôi bực mình liền. Đó là sự đầu tư ý thức. Cái tâm mình ghim vào. Tôi tin chắc trong đời sống các vị có cái đó.

- MẠNG QUYỀN: mạng quyền chính là tuổi thọ của mỗi thought moment. Tức là mỗi chập tư tưởng đầu nó ngắn ngủi cách mấy nó cũng phải có cái tuổi thọ của nó. Và cái tuổi thọ đó chính là cái mạng quyền của một dòng tư tưởng. Cái tâm nó sanh diệt nhanh nhưng vẫn có thời gian của nó. Thời gian đó là tuổi thọ, và tuổi thọ đó chính là sở hữu mạng quyền.

- TÁC Ý : Tư là sự đầu tư của ý thức. Còn tác ý là sự chú ý. Chú ý vào cảnh. Trong Kinh nói người không biết đạo thì nói là ‘tôi nhìn thấy cái bông, nghe máy nó hát’. Nhưng trong Phật giáo nói rằng, như này tôi nói, ngay lúc tôi thấy ông A, tôi nhìn ông A và kêu tên ông A thì ngay đó tôi đã trải qua ít nhất là 6 chập tâm. Mỗi chập là 17. Tức là 6 x 17 cái sát na đó. Nhưng nếu không học Vi Diệu Pháp mình không biết chuyện đó. Mình không biết cái tâm mình nó vô thường như vậy, như dòng

nước chảy vậy. Phật còn nói thêm các con không phải khơi khơi các con thấy được, mà phải có ít nhất những yếu tố sau đây:

-Trước hết đương sự nào muốn nhìn thấy là đương sự đó phải có cặp mắt tốt, tức có thị giác hoàn toàn, chứ mình cận lờ mờ thì thấy cái chi. Tức là thị giác còn.

-Thứ hai là phải đủ ánh sáng, chớ tối thui sao thấy. Hoặc sáng quá cũng bị lóa mắt. Tức là có ánh sáng thích hợp.

-Thứ ba là có cảnh sắc, tức là có cái gì để mình thấy. Như mình ngó vào khoảng không không thấy gì, nếu không có mây thì không thấy gì.

Nên Đức Phật nói sự thấy phải có 4 tiêu chuẩn: thị giác, ánh sáng vừa đủ, có object rõ ràng và thứ tư là tác ý. Đức Phật phân tích ra là cái thấy cái nghe cái ngửi cái đàm mê của mình hoàn toàn nó lấy lâu đài trên cát cái này chồng lên cái kia. Trong cái nghe cũng vậy: nó phải có thính giác, có cự ly thích hợp, phải có âm thanh và phải có sự chú ý.

Đây là những sở hữu biến hành. Dầu cái biết của mắt của tai, mũi, lưỡi, thân hay là của ý; cái biết của bất cứ giác quan nào trong 6 giác quan này đều cần có những cái sở hữu vừa kể. Cho nên nó mới được gọi là sở hữu biến hành, bởi vì từ Đức Phật cho đến một người tầm thường nhất trên hành tinh này cũng đều phải có các tâm sở hữu vừa kể.

Nội dung chép (tt):

Và các sở hữu biệt cảnh, chữ Pali nó tương đương chữ private, special, là riêng tư, lẻ tẻ, rời rạc. Các sở hữu này bản thân nó không là thiện, không là ác nhưng mà không phải lúc nào nó cũng có. Sở hữu biệt cảnh gồm: tâm, tứ, thăng giải, cần, hỷ, dục.

-TÂM là sao? Trong Kinh nói tâm mình giống như con ong nó nghe mùi hoa, như con bướm. Sách sinh vật học nói có loài bướm châu Phi con đực và con cái nhận ra hơi nhau 10 km. Hoặc một số loài ó trên thảo nguyên Mông Cổ bay ở trên mà có thể phát hiện ra xác chết của con thỏ nằm bên dưới vục sâu cả cây số.

Kinh nói tâm mình giống như con ong hoặc con bướm. Không biết Phật Pháp thì các vị không thấy điều đó nhưng khi các vị ngồi thiền thì thấy cái tâm mình y như con bướm đi kiếm này kiếm cái kia: nhớ cái bà đó hồi sáng mới chửi lộn, rồi nhớ lớp học hồi tối, nhớ hòa thượng nói cái gì, nhớ chùa Pháp Luân, nhớ chợ búa, xe cộ, nhớ cảnh sát, nhớ bill, nhớ ngân hàng, nhớ tá lả. Lúc đó tâm mình giống như con bướm nó bay tùm lum. Nên lúc đó mình mới thấm thía là ‘tâm viên ý mã’, nó lộn xộn dữ lắm. Nên nhiều người nói sao con càng hành thiền thì cái tâm con càng động. Tôi nói không phải. Chính vì tâm cô yên quá cô mới biết nó động. Mà bình thường nó động cô không biết, bởi nó có yên đâu. Lúc hành thiền chính là lúc mình moi tâm mình ra trong đó có bao nhiêu đậu đen bao nhiêu đậu trắng. Rồi nhiều người nói hành thiền sao nghe nó khó chịu, ngứa ngáy. Lý do là cái tâm mình quá tịnh.

Đức Phật nói thế này: “Ta nói các con biết không có một phút giây nào mà cái thân của các con được an lạc”. Khi mình không hành thiền mình không hiểu được câu đó đâu. Nói thật với đại chúng vậy. Mình thấy sướng quá, tối tắm sạch sẽ trùm chăn nếu trời lạnh coi tivi, nó sướng chớ đâu có đau đớn gì đâu. Mà không phải. Lúc đó cái tâm mình nó đang loạn! Bây giờ nhắm mắt lại, tập trung hơi thở, chánh niệm một lúc sẽ thấy là nó nhột, nó đau nó nhức, ngứa. Rồi cái tâm mình nó nhớ lung tung. Nói chung thân tâm mình luôn luôn có vấn đề, tôi xin nói như vậy. Luôn luôn có vấn đề mà mình không biết. Mình không biết vì mình đâu có cái trình độ định tĩnh lắng yên. Mặt hồ mình nó luôn xao động mà rác rến, đất đá nằm ở dưới mình không thấy. Chùng sóng yên gió lặng rồi nhìn xuống thấy lung tung là lổm ngổm ở dưới. Không phải mặt hồ yên hồ nó dơ hơn mà bởi vì chính mặt hồ yên mình mới thấy rõ. Còn lúc mặt hồ lăn tăn quá mình có thấy gì đâu.

Cho nên ‘tâm’ là sao? Tâm là đi tìm cảnh. Còn ‘tứ’ là chăm chú vào cảnh. Nếu biết Pali các vị sẽ phân biệt được giữa sự tác ý và tứ. Đại khái các vị hiểu nôm na trong Kinh nói ‘tâm’ là sự hướng tâm đến cảnh, còn ‘tứ’ là sự chăm sóc cảnh.

-THĂNG GIẢI: Thăng giải là niềm tin. Niềm tin là một chất keo gắn. Khi suy nghĩ một vấn đề thì có những trường hợp người ta phải dùng đến đức tin. Đức tin giống như một kim chỉ nam hoặc cái la bàn. Dầu tôi chưa thấy cái đồng hồ này nằm ở đâu, nhưng lúc đi tìm tôi phải có niềm tin là sẽ tìm thấy nó phải không ạ? Đây là một khía cạnh mà đó giờ nếu mình chưa học Phật Pháp mình nghĩ ở

đâu có tín ngưỡng ở đó có niềm tin; Ở đâu có niềm tin thì ở đó có tín ngưỡng. Vậy suy nghĩ về vấn đề gì hay đi tìm món đồ gì đó tại sao phải có đức tin. Trong Kinh nói phải có. Việc gì cũng phải có niềm tin. Khi tôi sắp nói sắp làm cái gì tôi cũng phải có niềm tin trong đó. Niềm tin đây không hề có ý nghĩa tôn giáo, mà chính là cái kỳ vọng của tôi, kỳ vọng vào vấn đề: niềm tin có nghĩa rộng như vậy, mà không phải lúc nào cũng có, lúc có lúc không.

- CẦN: Cần là sự cố gắng hoặc là sự nắn nò. Trong ý thức mình luôn luôn có sự cố gắng. Như mình đi với tốc độ rất chậm, nhưng có cái gì cần thì cái ‘bóp’, sung liền. Thấy đi chậm nhưng mà nó có một sức đẩy, phải không ạ. Bình thường cái tay mình để xuôi lơ vậy, nhưng các vị đưa tôi cây viết, tôi nhấn mạnh là cây viết thôi, chứ không phải món gì lớn lao, nhưng nếu các vị có cái máy chụp hình xuyên qua gân cốt da thịt, những tế bào mình các vị sẽ thấy là nếu tôi chỉ đưa tay lên để diễn tả thì không hề có sự cố gắng nào hết. Nhiều khi các vị đưa tôi một món đồ nào đó lúc tôi đưa lên nó có sự cố gắng trong đó liền. Dứt khoát như vậy. Cái tay để xuôi lơ vậy nhưng mỗi lần mình nhắc nó lên là trong đó có sự cố gắng mà mình không để ý thấy được. Mình không tin được vì tâm mình nó loạn nên mình không thấy. Cái tay mình để tự nhiên vậy. Mỗi lần tôi muốn nhắc nó lên là ở trên đây phải có sự cố gắng, sự vận động tôi mới nhúc nhích lên được. Nhưng nếu tôi chỉ giơ lên thế này thôi thì còn ít. Nếu các vị đưa tôi món đồ nào đó thì cái sức của tôi nó còn phần đầu nhiều hơn nữa. Đó là nói về vật lý. Cái tâm lý mình cũng tương tự vậy. Trong bất cứ dòng tư tưởng, suy nghĩ nào của chúng ta thì nó luôn luôn có yếu tố là sự cố gắng, cái khía cạnh năng động và khía cạnh tích cực ở trong dòng tư tưởng mình. Kể cả suy nghĩ ‘Thôi tôi mệt quá rồi tôi đi ngủ’. Thì lúc tôi nghĩ ‘tôi sẽ đi ngủ’ cũng có thể trong lúc đó tôi có ‘cần’, tôi có cái quyết tâm đi ngủ, mặc dầu ngủ là một trạng thái đã dưới, thụ động. Đó là một khía cạnh của tâm lý.

Tầm là sự đi tìm cảnh. Tứ là sự chăm sóc cảnh. Thắng giải là niềm tin trong mọi suy nghĩ. Cần là sự cố gắng.

- HỖ: lúc có lúc không chứ không phải lúc nào cũng có. Nó mang tính private chứ không phải lúc nào cũng có. Cái suy nghĩ nào mang tính niềm vui trong đó thì có khía cạnh này.

- DỤC: Dục là ý muốn. Muốn làm gì cũng phải có cái ý muốn. Ý muốn chính là khía cạnh.

Tôi xin thưa với đại chúng những điều này là mình đang học bằng biết, đang học bằng lý thuyết, bằng bảng đen phấn trắng, mình khó mà thâm thía được nó. Một lúc nào đó khi các vị ngồi yên lại với chính mình các vị sẽ thấy đâu là tầm, đâu là tứ, là thắng giải, là cần, là hỷ, đâu là dục. Nó ghê gớm như vậy. Một lúc nào đó các vị sẽ thấy rằng khi hòa thượng trụ trì hoặc thượng tọa hoặc chúng tôi hướng dẫn thì các vị sẽ thấy bình thường mình đâu có cố gắng thờ phải không ạ? Vậy các vị chú ý hơi thở đi: thở ra, hít vào. Khi mình tập trung tư tưởng vậy mình là người điều khiển hơi thở chứ không phải theo dõi hơi thở. Tôi nay mình về làm thử coi. Tôi nói các vị biết hành thiền đề mục hơi thở dứt khoát là thường là điều khiển hơi thở, chẳng có phải theo dõi. Cái khó hay cái dễ của đề mục hơi thở đều nằm ở chỗ đó./.

**XIN LƯU Ý:
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP
CHƯA ĐƯỢC SƯ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐÍNH.
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.**