

MƯỜI SỢI DÂY TRÓI BUỘC

MƯỜI KIẾT SỬ



-
- * ĐỊNH NGHĨA
 - * VÀI BÀI KINH PHẬT DẠY VỀ KIẾT SỬ
 - * KIẾT SỬ VÀ CÁC TẦNG THÁNH
-

Chúng ta tiếp tục lớp Giáo lý cơ bản khóa IV với chủ đề Mười Kiết Sử. Đã mấy lần Thầy có đọc cho mọi người cùng nghe: “*Đoạn triền cái thì chứng thiền - Đoạn kiết sử thì chứng Thánh*”. Câu ngắn gọn như vậy nhưng rất quan trọng. Người muốn chứng Thiền, đắc các tầng thiền Sắc giới và Vô Sắc giới thì phải đoạn 5 triền cái; còn muốn đắc Thánh quả phải đoạn 10 kiết sử.

Con đường nào về cõi Dục giới, cõi sa đọa; con đường nào về cõi Sắc giới, Vô Sắc giới; và con đường nào hướng về Thánh quả, Niết-bàn, chấm dứt khổ đau luân hồi Tam giới thì đã có đường lối rất rõ ràng, có nhân có quả, không có gì nhập nhằng, chỉ vấn đề là mình chưa hiểu tới thôi. Thời Đức Phật, Ngài chỉ cần nói một câu, vài câu hay cho đề mục tu thiền xong thì quý Thầy đi đến gốc cây, ngôi nhà trống, ... để hành thiền. Có vị vừa nghe xong đắc luôn trong 3 nốt nhạc,

vị thì 5 ngày sau, 10 ngày sau, hay nửa tháng, vài năm, vài chục năm mới đắc. Như Ngài Xá-Lợi-Phất nửa tháng, Ngài Mục-Kiền-Liên thì 1 tuần. Mình tự hỏi sao các vị đắc dễ vậy? Đại chúng nhớ là các vị đắc dễ đó là do đã rất cố gắng chuyên cần, tinh tấn, siêng năng bao nhiêu kiếp rồi. Còn bản thân mình không có siêng năng, không có tinh tấn thì sao dễ đắc được. Sự dễ đắc hay xong sớm thì chỉ là giọt nước cuối cùng còn gọi là đại ngộ. Việc ngộ đạo, đắc Đạo, đắc quả Thánh không có cái chuyện ào cái là xong sớm mà phải là một quãng thời gian vun bồi tu hành Ba-la-mật.

Khi Thầy soạn bài giảng có những đoạn nói không hết ý mà lúc giảng không kịp nói là tối hôm đó tiếc ngủ không được. Thế là Thầy ngồi dậy soạn cho xong, soạn xong là nửa đêm, có những đoạn Kinh mà soạn không xong thì ngày mai bị quên vì bỏ qua cái ý tưởng đó tiếc lắm. Như Thầy được học là có 3 trường hợp chết không nhắm mắt:

- Trường hợp thứ 1 là làm điều ác quá nhiều.

- Trường hợp thứ 2 là làm thiện ít quá.

- Trường hợp thứ 3 là chuyện còn đang dang dở.

Ngài Bahiya khi gặp Phật, Ông thưa: “*Kính lạy Đức Thế tôn, xin Thế Tôn thuyết pháp cho con để con được an lạc lâu dài nơi giáo pháp của Ngài vì con không biết con qua đời lúc nào hoặc Ngài qua đời lúc nào!*”.

Trường hợp thứ 3 ở đây là chết không an, không yên, không có tỉnh, chết không nhẹ nhàng vì còn những sự kiện đang dang dở. Cho nên chúng ta học đạo là cả quá trình, cả một cuộc tu. Hành trình đôi lúc phải khổ đau, trả giá bằng nước mắt với quá trình chuyển hóa con người mình. Thiện dục giới là thiện cấp thấp mà đã khó rồi huống chi là thiện cấp cao - đặc thiện và thiện rốt ráo - đặc Thánh.

I. ĐỊNH NGHĨA

1. Kiết sử là gì?

- “Kiết” là kết lại.

- “Sử” là sai sử.

- Kiết sử (*Samyojana*) tức là kết lại và sai khiến. Đây là một thuật ngữ trong Phật giáo chỉ những điều tiềm tàng trong mình, những phiền não có sẵn trong mình. Chúng ta sinh ra đâu ai dạy mình tham, sân, si, buồn, giận nhưng mà nó có sẵn trong mình. Đại chúng học Phật pháp thì hiểu những kiết sử này đã kết lại trong nhiều kiếp đến nay trong vòng luân hồi sinh tử khổ đau.

Kiết sử tức là kết lại và sai khiến. Vậy Mười kiết sử là mười phiền não, tập khí, mười nhân bất thiện và những điều này sai khiến, dẫn dắt, trói buộc chúng ta vào vòng sanh tử luân hồi không lối thoát. Có một hình ảnh này để dễ hình dung đó là hình ảnh “*Con bò bị xỏ mũi dắt đi*”, sợi dây xỏ mũi kéo nó đi đâu thì

phải đi theo đó. Cũng vậy, chúng ta bị ai xỏ mũi? Chính là 10 loại phiền não này xỏ mũi. Kẻ thù trong vòng luân hồi chính là những người bạn không dễ thương này – những người bạn không mời mà đến, nó xỏ mũi mình, dắt dẫn mình đi trong vòng luân hồi sinh tử để vẽ lên cuộc hành trình khổ đau đầy nước mắt mà đến hôm nay chúng ta vẫn bị mấy bạn này tiếp tục sai sử.

Ví dụ hôm đó quý Phật tử thấy một món đồ có giá trị mà không có người là mình lấy; hoặc có người nói với mình một câu nói gì đó không dễ thương thì mình chửi lại họ, mình giận. Vậy chúng ta có muốn giận không? Có muốn tham không? Không! Nhưng mà Kiết sử sân, Kiết sử tham này nó tiềm tàng ở trong mình, nó có sức mạnh, tập khí lâu đời nên sai sử mình, mình không làm chủ được nên cứ giận, cứ tham suốt. Chỉ có bậc Thánh mới có thể không để các kiết sử xỏ mũi, dắt dẫn, sai khiến vì các Ngài đã đoạn tận nó rồi.

Dĩ nhiên phiền não là nhiều lắm nhưng Đức Phật đưa ra con số 10 vì là mười cái gốc, mười cái căn bản nó vẽ lên cuộc hành trình sinh tử khổ đau. Tu để làm Thánh, đắc đạo, hướng về Niết-bàn, chấm dứt luân hồi tử sanh là phải bước qua hành trình khổ đau này, đoạn tận kiết sử này thì mới làm Thánh được. Vì thế trong bài hôm nay, ai mà muốn học cách làm Thánh, cách “đi ra” là phải biết được mặt mũi của mấy “người bạn” này, không biết mặt mũi, không biết tên

của tụi nó thì khi hành không thể biết tâm nào là tâm tham, tâm nào là tâm sân, thế nào là kiến thủ, giới cầm thủ, thế nào là nghi,... ? Cho nên mình phải học.

Quá trình tu học chính là quá trình gọi tên những phiền não, chánh niệm ghi nhận: đây là tham, đây là sân, đây là ngã mạn, đây là ích kỷ, đây là bòn xén, đây là đồ kỵ... cũng giống như cầm đèn pin soi rọi vào chỗ tối vậy, tức là mình dùng tâm chánh niệm rọi những gì đang xảy ra.

Như vị Thánh cư sĩ Citta Macchikasandika, Đức Phật tán thán ông là Đệ nhất thuyết Pháp. Một hôm khi các vị Tỷ-kheo trưởng lão sau buổi khát thực về rừng Ambātaka và bàn luận về “kiết sử và các pháp bị kiết sử”, Ông cư sĩ Citta nói thế này:

“Bạch chư Thượng tọa, ví như một con bò đực đen và con bò đực trắng được dính lại với nhau bởi một sợi dây hay một cái ách. Nếu có người nói: "Con bò đực đen là kiết sử cho con bò đực trắng, và con bò đực trắng là kiết sử cho con bò đực đen". Nói như vậy có phải là nói một cách chơn chánh không?

-- Thưa không, này Cư sĩ. Này Cư sĩ, con bò đực đen không phải là kiết sử của con bò đực trắng. Và con bò đực trắng cũng không phải là kiết sử của con bò đực đen. Do vì chúng bị dính bởi một sợi dây hay bởi một cái ách, ở đây chính cái ấy là kiết sử.

-- Cũng vậy, bạch chư Thượng tọa, con mắt không phải là trói buộc của các sắc; các sắc không phải là trói buộc của con mắt. Và ở đây, do duyên cả hai khởi lên dục tham gì, dục tham ấy ở đây chính là trói buộc. Cái tai không phải là trói buộc của các tiếng... Mũi không phải là trói buộc của các hương... Lưỡi không phải là trói buộc của các vị... Thân không phải là trói buộc của các xúc... Ý không phải là trói buộc của các pháp. Các pháp cũng không phải là trói buộc của ý. Và ở đây, do duyên cả hai khởi lên dục tham gì, dục tham ấy ở đây chính là trói buộc.”

(Trích Kinh Tương Ưng IV – Tương Ưng Tâm – Kiết Sử)

2. Vì sao kiết sử là sợi dây trói buộc chắc chắn?

Chúng ta đi trong vòng luân hồi nếu không có tu tập, không công phu thiền Định, công phu thiền Quán, không có Ba-la-mật nhiều, không có công đức lành nhiều thì sẽ khổ vì những điều lật vật, khổ dữ lắm. Cả ngày mình sống trong phiền não, quanh quẩn trong vòng buồn giận một ngày, một tháng, một năm và nó như Xuân – Hạ - Thu – Đông, suốt bốn mùa cứ phiền não tham sân si. Vậy người có tâm lực yếu đuối không thể thoát khỏi sợi dây trói buộc này.

Cũng giống như hình ảnh trong câu chuyện về một bà lão có hai người con: một người làm nghề bán giấy, còn một người làm nghề bán dù. Vào mùa mưa

thì người con bán dù đất, còn người bán giày thì ế. Đến mùa nắng thì đứa bán giày bán đất, còn người bán dù ế. Vậy là cứ mùa mưa thì bà lão buồn vì người con bán giày bị ế, đến mùa nắng bà cũng buồn vì mùa nắng đứa bán dù ế. Cả năm bà buồn vì cả hai người con đều bán ế hết từ dù đến giày. Vậy thay vì bà đổi suy nghĩ ngược lại, à mùa mưa thì con mình bán dù đất, mùa nắng thì đứa con kia bán giày đất. Chỉ cần thay đổi suy nghĩ chút thôi là mọi chuyện sẽ khác. Khi không biết tu là quanh quẩn trong cái buồn khổ miết.

Như hình ảnh con chim cáy bị cột vào sợi dây và với sức lực yếu như vậy nó không thể thoát ra được nhưng cũng với sợi dây đó mà con voi bị cột ở chỗ đó thì nó bung ra được là vì nó có sức mạnh. (*Kinh Trung Bộ II, bài Kinh Ví Dụ Con Chim Cáy*). “Mạnh” ở đây là những Ba-la-mật, những công đức lành, khả năng tu tập, nội tâm của mình có định, có tuệ, có niệm nên mới vượt qua những phiền não. Kiết sử trói mình chắc chắn trong nhiều kiếp, chính vì chắc chắn quá cho nên chúng ta mới còn ngồi đây, rồi vẽ lên nào là nước mắt, nào là ân oán, khổ đau, nghiệp chướng...trong vòng sanh tử luân hồi. Đó là vì 10 kiết sử này.

3. Gọi tên mười kiết sử

• Năm hạ phần kiết sử: Thân kiến, giới cấm thủ, nghi, tham dục và sân trói buộc chúng sinh vào Dục giới. Đây là những phiền não ở cõi Dục.

• Năm thượng phần kiết sử: Tham Sắc, tham Vô Sắc, ngã mạn, phóng dật và vô minh trói buộc chúng sinh vào Sắc giới và Vô Sắc giới.

Mười kiết sử này cản trở chúng ta đi tới chỗ “đi ra”, đi tới chỗ đắc Thánh quả, Niết-bàn, chấm dứt tử sanh.

II. VÀI BÀI KINH PHẬT DẠY VỀ KIẾT SỬ

1. Kinh Tăng Chi – Chương 10 Pháp – Phẩm Hộ Trì - Kinh Các Kiết Sử

“Này các Tỷ-kheo, có mười kiết sử này. Thế nào là mười? Năm hạ phần kiết sử, năm thượng phần kiết sử.

Thế nào là năm hạ phần kiết sử? Thân kiến, nghi, giới cấm thủ, dục tham, sân. Đây là năm hạ phần kiết sử.

Thế nào là năm thượng phần kiết sử? Sắc ái, vô sắc ái, mạn, trạo cử, vô minh. Đây là năm thượng phần kiết sử.

Này các Tỷ-kheo, đây là mười kiết sử”.

2. Kinh Tương Ưng V – Phẩm Ngoại Đạo Trung Lược – Kinh Kiết Sử

“Nhân duyên ở Sāvatthi...

Này các Tỷ-kheo, nếu các du sĩ ngoại đạo hỏi các Ông như sau: "Vì mục đích gì, này chư Hiền, Phạm hạnh được sống dưới Sa-môn Gotama?" Được

hỏi vậy, này các Tỷ-kheo, các Ông cần phải trả lời cho các du sĩ ngoại đạo ấy như sau: "Vì mục đích đoạn tận các kiết sử, này chư Hiền, Phạm hạnh được sống dưới Sa-môn Gotama".

3. Kinh Tương Ưng - Tương Ưng Đạo – Phẩm Bộc Lưu – Hạ Phần Kiết Sử

"Này các Tỷ-kheo, có năm hạ phần kiết sử này. Thế nào là năm? Thân kiến, nghi, giới cấm thủ, dục tham, sân. Này các Tỷ-kheo, đó là năm hạ phần kiết sử này. Chính vì mục đích thắng tri, liễu tri, đoạn diệt, đoạn tận năm hạ phần kiết sử này, Thánh đạo tám ngành này cần phải tu tập."

4. Kinh Tương Ưng - Tương Ưng Đạo – Phẩm Bộc Lưu – Thượng Phần Kiết Sử

"...Có năm thượng phần kiết sử này, này các Tỷ-kheo. Thế nào là năm? Sắc tham, vô sắc tham, mạn, trạo cử, vô minh. Này các Tỷ-kheo, đó là năm thượng phần kiết sử này. Chính vì mục đích thắng tri, liễu tri, đoạn diệt, đoạn tận năm thượng phần kiết sử này, này các Tỷ-kheo, Thánh đạo Tám ngành này cần phải tu tập."

Trước khi vào phân phân tích chi tiết 10 kiết sử, Thầy tóm tắt lại chút xíu: Mười kiết sử là mười phiền não trói buộc, dẫn dắt chúng sanh đi trong vòng luân hồi khổ đau, vẽ lên cuộc hành trình sinh tử đầy nước mắt, máu lệ trong bao nhiêu kiếp đến hôm nay. Và mười kiết sử này trói buộc, sai sử để mình làm vô số

điều bất thiện, đọa lạc vào những cảnh giới và nếu chúng ta có làm những việc thiện để lên cao thì vẫn còn những kiết sử này. Dù là Thiện cấp cao là đắc thiên đi chẳng nữa thì một lúc nào đó hết thiên cũng rớt xuống, vẫn còn mười kiết sử này. Nói chung là ngày nào chưa đắc Thánh thì ngày đó còn kiết sử. Và khi đắc Thánh rồi thì tùy tầng Thánh mà đoạn từng loại kiết sử. Thánh quả A-la-hán đã hoàn toàn đoạn tận mười kiết sử.

Chỉ khi có Đức Phật Chánh Đẳng Giác xuất hiện thì mới có con đường tu tập để đoạn hoàn toàn 10 Kiết sử. Vào thời không có Phật thì chỉ đoạn 5 triền cái để chứng thiên thôi và dù có đoạn tham, sân đi chẳng nữa thì cũng trong chừng mực nào đó. Chỉ đến khi Phật Chánh Đẳng Giác thành đạo và mở ra con đường thì lúc đó mới có con đường hướng dẫn chúng ta “nhỏ cỏ tận gốc” 10 kiết sử này đó chính là 37 Phẩm Trợ Đạo hay Bát Chánh Đạo. Thầy hay nói ý nghĩa về con số 1 đến con số 8 như sau, tùy duyên đối tượng mà Phật nói con số mấy để độ người:

- Số 8: Bát Chánh Đạo.

- Số 7: Thất Giác Chi.

- Số 6: 6 căn tiếp xúc 6 trần trong chánh niệm, tỉnh thức, phòng hộ. Không nắm giữ tướng chung, tướng riêng để từ đó tham, sân, phiền não không xuất hiện.

- Số 5: Ngũ căn – Ngũ lực – Ngũ quyền.

- Số 4: Tứ Niệm Xứ; Tứ Diệu Đế; Tứ Chánh Cần; Tứ Như Ý Túc.

- Số 3: Giới – Định – Tuệ.

- Số 2: Thiền Chỉ - Thiền Quán.

- Số 1: Không phóng dật.

Một vị đã đắc Thánh thì tùy từng bậc Thánh mà đoạn tận loại Kiết sử nào, và một khi đã đoạn là đoạn tận gốc. Như hôm trước chúng ta học bài Năm Triền Cái, vị đắc thiền có thể đoạn 5 triền cái nhưng đó chỉ là đoạn tạm thời trong lúc sống trong tâm thiền thôi. Khi xả thiền thì vẫn có 5 triền cái.

III. PHÂN TÍCH 10 KIẾT SỬ

1. Thân kiến

Đây là kiết sử đầu tiên trong 10 loại kiết sử, nó là “trùm của trùm, đỉnh của đỉnh”. Vị đắc Sơ quả là đoạn Thân kiến, mình nghe vậy tưởng thân kiến là dễ đoạn. Nhưng thật ra nó là loại kiết sử khó đoạn nhất. Trong bài “Sơ quả”, Thầy sẽ gửi thêm cho quý Phật tử để chứng minh cho việc đoạn thân kiến là gần như xong việc. Đoạn thân kiến là chứng Sơ quả - Chứng Sơ quả là đoạn thân kiến, khi chứng Sơ quả rồi là chắc

chấn nhiều nhất không quá 7 đời nữa là đắc Thánh A-la-hán.

Quý Phật tử hình dung hình ảnh về cái cây đoạn được cái gốc rồi, chắc chắn cành lá sẽ chết, đường sinh tử đã dừng lại rồi mà còn cái trớn 7 mét, vị Sơ quả còn gọi là Thánh Nhập Lưu – nhập vào dòng Thánh, vị chứng Sơ quả đã đoạn thân kiến là còn nhiều nhất 7 đời sẽ đắc quả vị A-la-hán. Cũng giống như nước trong máng xối là chắc chắn nước sẽ chảy vào cái lu.

Vậy từ phạm phu muốn đắc Sơ quả là bao lâu? Có ai trả lời được bao lâu không? Mình chỉ biết là tỷ tỷ kiếp. Nhưng vị đã đắc Sơ quả thì chắc chắn không quá 7 kiếp sẽ chứng Thánh A-la-hán. Vậy việc chứng Sơ quả quý Phật tử thấy có quan trọng không? Rất quan trọng! Như trong Kinh Tương Ưng, bài Kinh Núi Sineru, Đức Phật lấy hình ảnh ngọn núi Sineru to lớn được kết bằng nhiều hạt sạn (phiền não) đã đi đến đoạn tận, chỉ còn 7 hạt sạn to cỡ hạt đậu thôi. Cũng giống như vị chứng Sơ quả đã đoạn tận gần như một ngọn núi chỉ còn sót lại 7 hạt sạn. Máu chốt đường đi của mình là vào Sơ quả coi như xong việc.

Nói xúc tích nhất về Thân kiến đó là “chấp ta và của ta”. Cái gì trong đời này mà mình không thấy ta và của ta không? Chẳng hạn chai dầu này Thầy để đây mà ai vô lấy, Thầy tìm không thấy thì bực. Tại sao Thầy bực? Vì Thầy nghĩ chai dầu này “là của ta”! Nếu

chai dầu này của ai đó mà bị mất thì mình đâu có bức, vì nó không phải của mình. Rồi mình nghĩ tấm thân này của mình cho nên người ta nói mình xấu là mình bức. Còn khi họ nói: “Chị! Em thấy chị đẹp nhất zoom này”, vậy là mình vui. Vui vì mình cho cái thân này là của mình cho nên vui theo lời khen đó. Bữa nào người ta nhìn mình rồi nói: “*Dạo này em nhìn chị già lắm nha, em thấy chị xuống sắc lắm rồi nha!*”, nghe câu này xong là quạu liền. Lý do quạu vì mình nghĩ thân này là của mình! Quý Phật tử hãy cùng xem lại, có phải đời này lúc nào mình cũng thấy “ta và của ta” không? Chẳng hạn trường hợp ai đi ngang nhà hàng xóm, cầm bao rác quăng trước nhà họ thì mình thấy bình thường, nhưng thử ai quăng bao rác trước nhà mình là nổi cơn thịnh nộ. Lý do vì mình chấp đây là nhà của mình. Nhà tôi, con tôi, vợ tôi, chồng tôi, xe tôi, ... còn đây là tôi! Như quý Phật tử đã học ở bài “Tứ Niệm Xứ”, phần quán 32 thể trước. Vậy cái thân mình đang chấp là mình chỉ là tập hợp của 32 thể trước, thân tứ đại này chỉ gồm đất nước lửa gió hợp thành mà thôi. Khi chưa đắc đạo là chấp vào thân như vậy đó! Cái gì cũng thấy tôi và của tôi hết! Vậy có hiểu là tại sao mình cứ khổ hoài chưa? Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:

*“Con tôi, tài sản tôi
Người ngu nghĩ như vậy
Chính ta, còn không có*

Con đâu tài sản đâu?”

(Pháp Cú số 62 - Phẩm Ngu)

Tám thân tứ đại này có được do nhiều duyên mà hợp thành, nó có rồi cũng mất thôi. Mình không bỏ nó thì nó cũng bỏ mình! Cái thân 50 kg của quý Phật tử cũng vậy, hôm nào nó bệnh thì nó bỏ mình, hôm nào mình không vui, mình giận rồi tự tử, mình muốn chết sớm là mình bỏ nó. Cái áo đẹp cũng vậy, khi thấy nó rách, không đẹp là mình quăng nó đi. Rồi bữa nào giặt phơi bên ngoài, ai đó đi ngang mượn không trả đó là nó bỏ mình. Chúng ta thấy ở đời này không có thứ gì mà mình không bỏ nó hoặc nó không bỏ mình, sự thật cuộc đời là như vậy! Có duyên hợp rồi mới có, có rồi phải mất, không mất trước cũng mất sau. Thầy hay nói vui: *“Cục nước đá nào cũng tan, lớp học nào cũng đến lúc tàn”*. Mọi thứ được tạo nên do duyên hợp, nhưng mình không thấy vậy, chúng ta cứ thấy nó là mình, là của mình. Khi không có tu tập, không có chánh kiến là xung quanh chúng ta cả một bầu trời đen tối. Hôm nay quý Phật tử biết tu, biết Phật pháp dù chỉ là một chút thì cũng như đời mình được thắp lên ngọn lửa trí tuệ, ngọn lửa chánh kiến trong cả một khu rừng tà kiến. Nhưng thời gian thắp được bao lâu là do Ba-la-mật của mỗi người. Nếu quý Phật tử đã thắp lên ngọn lửa chánh kiến, ngọn lửa trí tuệ nhiều kiếp rồi thì bây giờ cứ thắp tiếp, thắp tiếp để làm mỗi duyên lành của mình ở nhiều kiếp sau. Còn ai mà Ba-la-mật

ít, mới tu nghe những lời này sẽ bị dội, có những bài pháp Thầy hay nói: “*Người giảng bể phổi, người nghe bể đầu*”. Nghĩa là nội dung khó nuốt lắm cho nên khi quý Phật tử nghe Pháp phải ráng tập trung, đừng để môi trường bên ngoài tác động rồi bị chi phối không hiểu bài.

Trong Khóa IV này toàn là công thức, phần nào không biết, phần nào mình còn nghi, nghi thì bỏ qua chứ đừng ngồi đó mà tưởng: “*Con tưởng Thầy giảng vậy*”. Làm ơn đừng tưởng nha! Chưa nghe rõ thì nghe lại, chưa hiểu rõ thì đặt câu hỏi trong phần Vấn đáp, hay gặp trực tiếp quý Thầy, quý Cô mà hỏi cho chắc. Thầy giảng là dẫn trong Chánh Kinh ra rồi phân tích thôi, cái gốc là từ trong Chánh Kinh cho nên mình không được phép “*Tưởng*” nha.

Thân kiến là chấp cho là ta và của ta. Cái chấp “ta và của ta” nó mở ra một cuộc hành trình sanh tử.

*Không bao lâu thân này,
Sẽ nằm dài trên đất,
Bị vứt bỏ vô thức,
Như khúc cây vô dụng.*

(Pháp Cú số 41 – Phẩm Tâm)

Tấm thân này sẽ bị vứt bỏ như khúc cây vô dụng, vậy mà mình cho nó là của mình. Đây là vợ con của tôi, tài sản này của tôi; đây là đôi mắt đẹp của tôi, ...

rồi bữa nào ai chửi mình là “đồ chó” (Này Thầy nói hơi nặng xiu nhưng đây là lời của một vị Thiền Sư dạy). Khi ai chửi quý Phật tử vậy thì có giận không? Sao lại không giận được! Lý do giận là vì quý Phật tử nghĩ thân này là của mình, sao lại chửi “đồ chó”, mình cảm thấy bị xúc phạm, ... Vị Thiền Sư dạy nếu gặp trường hợp đó thì đưa tay lên, không phải đưa tay đánh người ta mà là đưa tay rờ ra phía sau lưng coi có cái đuôi không. À không có cái đuôi, vậy là không phải, đó là lời của người ta nói thôi. Nhưng vì mình chấp Thân này là của mình, “*tôi là con người, có cái thân 50 kg mà sao dám gọi tôi là chó*”, chấp như vậy nên mới khổ. Đại chúng nên nhớ: Ngày nào mình còn phạm phu là còn chấp thân này, tâm này là của mình. Nghe tới đây là thấy rầu cho cuộc hành trình sinh tử của mình chưa? Thầy chỉ mới gọi tên của một người bạn “không mời mà đến” thôi đó.

Bậc Thánh khi đã thấy rõ ràng mọi cái là do duyên hợp, có rồi phải mất. Khi thấy như vậy là các Ngài đoạn tận thân kiến rồi, còn mình thì chưa thấy được cho nên mình còn phạm phu ở đây, nước mắt, nụ cười, máu lệ đổ hoài. Đức Phật nói: “*Nước mắt chúng sanh nhiều hơn bốn biển*”, mình tưởng Ngài nói ẩn dụ nhưng không phải chỉ ẩn dụ đâu, chúng ta đã khổ nhiều kiếp quá rồi, chỉ cần một kiếp khóc một xô nước mắt, khổ cả tỷ kiếp là nước mắt đổ đầy biển. Xương của chúng ta chất nhiều như núi, mộ phần chỗ

nào cũng là xương của mình. Những người quý Phật tử gặp đây cũng có thể là cha mẹ của mình. Học bài này rồi, ai có Ba-la-mật thì thấy không yêu đời nổi nữa. Thầy dặn đại chúng hoài, ngày nào còn sống là ngày đó mình lấy cái thân này làm phương tiện độ sanh, phương tiện làm phước, tu tập. Nó như chiếc bè qua sông, bây giờ quý Phật tử muốn qua sông giác ngộ, giải thoát, Niết-bàn thì phải giữ gìn, ăn uống, ngủ nghỉ cho nó khỏe để làm các thiện sự chứ không phải để thụ hưởng. Trước kia con sống là để đam mê, hưởng thụ; giờ con sống để làm các công đức Ba-la-mật, tu tập. Khi đã hiểu rồi thì mình vẫn phải sống, nhưng mục đích đó là:

*Như từ một đồng hoa
Những tràng hoa được kết.
Cũng vậy, thân sanh tử
Làm được nhiều thiện sự.”*

(Pháp Cú số 53 – Phẩm Hoa)

Có một lần, nhóm Tỷ-kheo sau khi nghe Đức Phật giảng Pháp có nội dung về Quán bất tịnh, thế là các vị tự tử do nhầm chán tẩm thân này. Như vậy là hiểu sai lời Phật, chúng ta mượn thân sanh tử này để làm các thiện sự, để tu tập chứ không phải vì có thân này rồi chán ngán, hành hạ nó.

Thầy giới thiệu quý Phật tử một số bài Kinh nói về Thân Kiến:

• **Kinh Trung Bộ - 44. Tiểu Kinh Phương Quảng - Thân Kiến:**

(Cuộc vấn đạo giữa Tỳ-kheo-ni Dhammadinnā và nam cư sĩ Visakha)

“Thưa Ni sư, thế nào là thân kiến?”

-- Ở đây, Hiền giả Visakha, kẻ vô văn phạm phu không đến yết kiến các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không đến yết kiến các bậc Chân nhân, không thuần thực pháp các bậc Chân nhân, không tu tập pháp các bậc Chân nhân, xem sắc là tự ngã hay xem tự ngã là có sắc, hay xem sắc là trong tự ngã hay xem tự ngã là trong sắc; xem thọ là tự ngã, hay xem tự ngã là có thọ, hay xem thọ là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong thọ; xem tưởng là tự ngã, hay xem tự ngã là có tưởng, hay xem tưởng là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong tưởng; xem hành là tự ngã, hay xem tự ngã là có hành, hay xem hành là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong hành; xem thức là tự ngã, hay xem tự ngã là có thức, hay xem thức là trong tự ngã, hay xem tự ngã là trong thức. Như vậy, Hiền giả Visakha, là thân kiến.”

• **Kinh Trung Bộ - 109. Đại Kinh Mãn Nguyệt:**

(Đức Thế Tôn dạy chúng Tỳ-kheo tại thành Savatthi, Lộc Mầu giảng đường)

“*Bạch Thế Tôn, thế nào là thân kiến?*”

-- Ở đây, này Tỳ-kheo, có kẻ vô văn phạm phu không hiểu rõ các bậc Thánh, không thuần thực pháp các bậc Thánh, không tu tập pháp các bậc Thánh, không hiểu rõ các bậc Chơn nhân, không thuần thực pháp các bậc Chơn nhân, không tu tập pháp các bậc Chơn nhân, xem sắc như là tự ngã, hay xem tự ngã như là có sắc, hay xem sắc như là trong tự ngã, hay xem tự ngã như là trong sắc; xem thọ như là tự ngã, hay xem tự ngã như là có thọ, hay xem thọ như là trong tự ngã, hay xem tự ngã như là trong thọ; xem tưởng như là tự ngã, hay xem tự ngã như là có tưởng, hay xem tưởng như là trong tự ngã, hay xem tự ngã như là trong tưởng; xem hành như là tự ngã, hay xem tự ngã như là có hành, hay xem hành như là trong tự ngã, hay xem tự ngã như là trong hành; xem thức như là tự ngã, hay xem tự ngã như là có thức, hay xem có thức như là trong tự ngã, hay xem tự ngã như là trong thức.”

• **Kinh Trung Bộ - 148. Kinh Sáu Sáu – Nguồn Gốc Và Đoạn Diệt Thân Kiến:**

(Đức Thế Tôn dạy chúng Tỳ-kheo tại Jetavana)

“Này các Tỷ-kheo, nhưng đây là con đường đưa đến sự tập khởi của thân kiến. Ai quán mắt là: "Cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi". Ai quán các sắc... Ai quán nhãn thức... Ai quán nhãn xúc... Ai quán thọ... Ai quán ái... Ai quán tai... Ai quán mũi... Ai quán lưỡi... Ai quán thân... Ai quán ý... Ai quán các pháp... Ai quán ý thức... Ai quán ý xúc... Ai quán ái: "Cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi".

Nhưng này các Tỷ-kheo, đây là con đường đưa đến sự đoạn diệt của thân kiến. Ai quán mắt: ""Cái này không phải là của tôi, cái này không phải là tôi, cái này không phải là tự ngã của tôi". Ai quán sắc... Ai quán nhãn thức... Ai quán nhãn xúc... Ai quán thọ... Ai quán ái... Ai quán tai... Ai quán mũi... Ai quán lưỡi... Ai quán thân... Ai quán ý... Ai quán các pháp... Ai quán ý thức... Ai quán ý xúc... Ai quán thọ... Ai quán ái: "Cái này không phải của tôi, cái này không phải là tôi, cái này không phải tự ngã của tôi".

2. Hoài nghi

Thân kiến là mẹ của Hoài nghi, vì chấp “ta và của ta” nên sanh ra hoài nghi đủ thứ chuyện. Người không có tu tập, không học Phật Pháp sẽ hoài nghi nhiều thứ.

Hoài nghi: không biết ta từ đâu đến? Bản chất ta ra sao? Khi chết ta đi về đâu?... Cái nghi này không

phải là nghi bình thường mà là nghi nội dung về cốt lõi của sanh tử. Hoài nghi trong thời có Phật Pháp đó là phân vân, lưỡng lự, do dự... trước 4 điều: Ân đức Phật - Pháp - Tăng và Học Giới:

- Không biết Phật có thật không?
- Không biết những lời dạy của Phật có thật không?
- Có phải Phật là bậc không Thầy mà tự ngộ không?
- Phật có phải là bậc chứng Tứ đạo, Tứ quả, Niết-bàn không?
- Phật có phải đầy đủ 9 ân không?
- Phật có phải người tu 20 tầng kỳ 100 ngàn đại kiếp và bây giờ Ngài dạy những lời dạy này không?
- Có phải Phật là người mà ai cũng thương, điều gì Ngài cũng biết, ân đức lành nào Ngài cũng có không?
- Pháp là những lời dạy của Đức Phật, mình tu theo có giải thoát không? Có giác ngộ không? Có đắc được cái này cái kia không?
- Tăng là đệ tử của Phật - những người đi theo nếp sống tỉnh thức, những người thực hành giáo pháp Đức Phật để đắc được Tứ đạo - Tứ quả có thật như

vậy không? Có những vị Tăng đạt được như vậy không?

- Giới là những điều đạo đức mà Phật dạy cho mình, giữ giới vậy có thanh tịnh không?

Đó là nghi Phật, nghi Pháp, nghi Tăng và nghi Giới. Nói rộng ra nữa là nghi cái gì mà liên quan đến pháp tu của mình, nghi Thầy, nghi bạn, mình đang tu pháp này có giác ngộ không? Khi đã học đến Khóa IV rồi, đại chúng có còn hoài nghi về 4 điều này nữa không? Học tới đây mà còn nghi Phật – Pháp – Tăng – Giới nữa là Thầy cũng không còn biết nói sao cho vừa nữa! Dù đã rất tin rồi nhưng mình vẫn chưa đoạn được nghi. Lý do vì chúng ta chưa đắc Sơ quả, chưa đoạn tận gốc dù là hiện tại bây giờ mình không nghi Phật, Pháp, Tăng. Một thời gian sau có chắc gì mình không nghi? Hoặc cả đời này tin nhưng chắc gì đời sau không nghi? Một khi đã chứng Sơ quả rồi thì từ đó trở đi niềm tin mới bất động, không bao giờ còn nghi Phật, Pháp, Tăng, Giới nữa.

Một số bài Kinh, Đức Phật nói về Hoài nghi kiết sử:

• Kinh Trung Bộ - 16. Kinh Tâm Hoang Vu:

“Tỷ-kheo nào chưa diệt trừ năm tâm hoang vu, vị ấy có thể lớn mạnh, trưởng thành, hưng thịnh trong Pháp và Luật này, sự kiện này không xảy ra.

Thế nào là năm tâm hoang vu chưa được đoạn trừ? Chư Tỷ-kheo, ở đây, Tỷ-kheo nghi ngờ bậc Đạo Sư, nghi ngờ Pháp, nghi ngờ Tăng, nghi ngờ các học pháp, phần nộ đối với các đồng phạm hạnh, do dự, không quyết đoán, không có tinh tấn. Chư Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nào nghi ngờ bậc Đạo Sư,... do dự, không quyết đoán, không có tinh tấn, thời tâm vị này không hướng về nỗ lực, chuyên cần, kiên trì, tinh tấn. Nếu tâm của ai không hướng về nỗ lực, chuyên cần, kiên trì, tinh tấn, như vậy là tâm hoang vu chưa được diệt trừ.”

• Kinh Tăng Chi – Chương V Pháp – Phẩm Kimbila - Kinh Tâm Hoang Vu:

“Này các Tỷ-kheo, có năm tâm hoang vu này. Thế nào là năm?”

--Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nghi ngờ bậc Đạo Sư, do dự, không quyết đoán, không có tinh tấn. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nào nghi ngờ bậc Đạo Sư, do dự, không quyết đoán, không có tinh tấn, thời tâm của vị này không hướng về nỗ lực, chuyên cần, kiên trì, tinh tấn. Như vậy là tâm hoang vu thứ nhất.

--Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nghi ngờ Pháp... nghi ngờ Tăng... nghi ngờ học pháp... phần nộ đối với các vị đồng Phạm hạnh, không có hoan hỷ, tâm tư chống đối cứng rắn. Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo nào phần nộ đối với các vị đồng Phạm hạnh, không có hoan hỷ, tâm tư chống đối cứng rắn, thời tâm của

vị này không hướng về nỗ lực, chuyên cần, kiên trì, tinh tấn. Như vậy là tâm hoang vu thứ năm.

Này các Tỷ-kheo, có năm tâm hoang vu này.”

3. Giới cấm thủ

Giới cấm thủ là những giới đi ngược với tinh thần của Bát Chánh Đạo, của Giới – Định – Tuệ, ngược với tinh thần lời Phật dạy - không đưa chúng ta đến rốt ráo của Thánh Quả, Niết-bàn.

Như cư sĩ tại gia giữ 5 giới, 8 giới hoặc 10 giới – là điều giới mà Đức Phật dạy, những giới này quý Phật tử giữ đều có đi theo tinh thần Bát Chánh Đạo, có Giới – Định – Tuệ ở trong. Nhưng với người không hiểu đạo, đi theo ngoại đạo, ví dụ như giữ giới: “Đứng giữa trưa nắng, ngửa mặt lên trời, đưa 1 tay, 1 chân lên trời” để ép xác khổ hạnh. Vì họ nghĩ sở dĩ họ khổ là vì có cái thân này, bây giờ phải ép cái thân này cho khắc nghiệt, cho khổ vậy để hết nghiệp.

Quý Phật tử nên nhớ theo tinh thần Phật Pháp chúng ta không nên làm như vậy, Đức Phật đâu có dạy mình ép xác khổ hạnh để hết nghiệp. Muốn hết nghiệp thì phải tu tập, phải tạo các công đức, hết nghiệp rốt ráo chính là tu đắc Thánh. Đại chúng biết cho đến hôm nay vẫn còn những người tu tập theo phái “Lỏa thể”. Họ không mặc quần áo và gọi đó là buông triệt để. Tư tưởng đó là sai! Buông triệt để không phải buông hết áo quần mà là buông 10 kiết sử. Giữ giới không mặc

đồ bất chấp thời tiết, giữ như vậy gọi là “Giới cấm thủ” - đi ngược với tinh thần Bát chánh đạo. Quý Phật tử tu sao mà ngày ăn 1 buổi, đêm ngủ 1 tiếng. Nếu tu như vậy vào ngày thọ Đầu Đà thì không nói. Việc ngày ăn 1 buổi, đêm ngủ 1 tiếng kéo dài chỉ trong 1 tháng là không chịu nổi rồi, vậy làm sao mà có sức khỏe để tu được. Phật đâu có dạy cho mình tu ép xác khổ hạnh. Giữ những giới nào mà đi ngược với tinh thần Bát Chánh Đạo thì gọi là Giới cấm thủ.

Cũng như bây giờ, giới của quý Thầy, quý Sư cô tu theo Phật là đang giữ mấy trăm giới; cư sĩ tại gia thì giữ 5 giới, 8 giới, 10 giới - tất cả các giới đó Phật dạy để mình chế ngự những phiền não thô ở thân, ở khẩu để cho tâm mình được thanh tịnh dựa trên nền tảng của Giới. Khi chế ngự phiền não thô bên ngoài thì mới có cơ hội quay vào bên trong. Phiền não quá nhiều thì làm sao mình đối diện được 5 triền cái, cao hơn là đối diện với 10 kiết sử?

Thầy kể câu chuyện trong Trung Bộ Kinh, bài Kinh Hạnh Con Chó. Có hai ông tu theo phái Lỗa thể, ông lỗa thể Seniya - hành trì hạnh con chó; ông lỗa thể Punna - hành trì hạnh con bò. Sau khi tu một thời gian rất miên mật thì hai ông đến hỏi Đức Phật, đại ý câu hỏi là nếu hai ông tu theo hạnh con chó và con bò như vậy thì sau khi chết sẽ sanh về đâu. Đức Phật trả lời là nếu tu viên mãn hạnh con bò, con chó thì sanh về làm bò, làm chó còn không viên mãn thì xuống địa ngục,

ngạ quỷ, súc sanh. Hai ông nghe xong khóc ròng vì có tà kiến là tu theo hạnh con chó, con bò để sau này sanh Thiên. Tức là tâm của hai ông rất thành kính và tha thiết tu, các ông muốn tốt chứ không phải muốn xấu nhưng vì thực hành pháp tu sai nên các ông khóc và đó là những giọt nước mắt hối hận cho lỗi tu sai lầm của bản thân. Khi đọc đến đoạn Kinh này, Thầy cảm nhận được giọt nước mắt đó, thương lắm! Giống như câu: “Cuộc đời như buổi chợ đông. Có khi vàng đôi cái không phải vàng!”. Sau khi nghe Thế Tôn thuyết Pháp thì ông Punna hành hạnh con bò quy y nơi Đức Phật. Còn ông Seniya hành hạnh con chó xuất gia và sau một thời gian tu tập thì đắc Thánh quả A-la-hán. Thời Phật có những người như vậy, họ ăn như bò, rống như bò, đi đứng, ngủ nghỉ, sinh hoạt mọi thứ đều như con bò, con chó cả. Và đến hôm nay vẫn còn rất nhiều người giữ những Giới cấm thủ. Cho nên, đại chúng có duyên phước mới nghe những điều này. Chứ không có phước duyên là không chịu nghe những lời Phật dạy, cái số de liền, nghe đến là lùng bùng lỗ tai, nhất là khi nghe 37 phẩm trợ đạo. Cho nên, một lần nữa Thầy cũng xin chúc mừng quý Phật tử hôm nay ngồi nghe được đến các chi phần trong 37 phẩm trợ đạo, Tứ thiên, Năm triền cái, Tứ Diệu Đế, Bát Chánh Đạo, ... Thầy nói thật là Thầy mừng lắm, thương lớp lắm luôn. Thương cái tâm cầu đạo của quý Phật tử. Thầy chỉ mong sao lớp tập trung học để tiếp thu bài

nhieu nhất có thể, còn Thầy cố gắng giảng sao cho quý Phật tử dễ hiểu nhất.

Thầy xin dẫn hai bài Kinh, Đức Phật dạy về Giới cấm thú:

• Kinh Trung Bộ - Kinh Hạnh Con Chó:

“Bạch Thế Tôn, lỏa thể Seniya hành trì hạnh con chó, thực hành những hạnh khó hành, ăn đồ ăn quăng dưới đất, chấp nhận và hành trì hạnh con chó trong một thời gian dài, vậy sanh thú ông ấy thế nào, vận mạng ông ấy thế nào?

Ở đây, này Punna, người nào hành trì hạnh con chó một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì giới con chó một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì tâm con chó một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì uy nghi con chó một cách hoàn toàn viên mãn, sau khi thân hoại mạng chung sẽ sanh thân hữu cùng với các loài chó. Nếu Ông ấy có tà kiến như sau: "Do giới này, hạnh này, khổ hạnh này, hay phạm hạnh này, ta sẽ sanh thành chư Thiên này, hay chư Thiên khác", thời này Punna, đối với kẻ có tà kiến, Ta nói có một trong hai sanh thú như sau: địa ngục hay bàng sanh. Như vậy, này Punna, nếu hạnh con chó được thành tựu, thời được sanh trong loài chó, nếu không được thành tựu, thời được sanh trong địa ngục.

Bạch Thế Tôn, Punna Koliyaputta này đã chấp nhận và hành trì hạnh con bò này trong một thời gian dài, vậy sanh thú của ông ấy thế nào, vận mạng của ông ấy thế nào?

Ở đây, này Seniya, người nào hạnh trì hạnh con bò một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì giới con bò một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì tâm con bò một cách hoàn toàn viên mãn, hành trì uy nghi con bò một cách hoàn toàn viên mãn, sau khi thân hoại mạng chung, sẽ sanh thân hữu cùng với các loài bò. Nếu Ông ấy có tà kiến như sau: "Do giới này, hạnh này, khổ hạnh này, hay phạm hạnh này, ta sẽ sanh thành chư Thiên này hay chư Thiên khác", thời này Seniya, đối với kẻ có tà kiến, Ta nói có một trong hai sanh thú như sau: địa ngục hay bàng sanh. Như vậy, này Seniya, nếu hạnh con bò được thành tựu, thời được sanh trong loài bò, nếu không được thành tựu, thời được sanh trong địa ngục."

• Kinh Tăng Chi – Chương 10 Pháp – Phẩm Ước Nguyện - Kinh Không Thể Tăng Trưởng:

"...Này các Tỷ-kheo, do không đoạn tận ba pháp, thời không có thể đoạn tận tham, không có thể đoạn tận sân, không có thể đoạn tận si. Thế nào là ba?

6. Không đoạn tận thân kiến, không đoạn tận nghi, không đoạn tận giới cấm thủ. Do không đoạn

tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, không có thể đoạn tận tham, không có thể đoạn tận sân, không có thể đoạn tận si.

7. Này các Tỷ-kheo, do không đoạn tận ba pháp, không có thể đoạn tận thân kiến, không có thể đoạn tận nghi, không có thể đoạn tận giới cấm thủ. Thế nào là ba?

8. Không đoạn tận phi như lý tác ý, không đoạn tận tu tập tà đạo, không đoạn tận tánh thụ động. Do không đoạn tận ba pháp này, này các Tỷ-kheo, không có thể đoạn tận thân kiến, không có thể đoạn tận nghi, không có thể đoạn tận giới cấm thủ.”

4-5. Tham dục – Sân

Đây là hai người bạn tri kỉ nên Thầy sẽ giảng hai bạn này chung với nhau: Tham dục và Sân. Đây là hai loại phiền não mà mình rất dễ gặp trong cuộc sống.

Thầy chứng minh cho quý Phật tử vì sao Thầy nói đây là hai người bạn thân. Khi chúng ta học bài Năm Triền Cái, một vị đắc Sơ thiền khi đoạn Tham dục là cũng đoạn Sân luôn, đoạn ở đây chỉ là đoạn tạm thời trong lúc đắc thiền. Rồi hôm nay chúng ta học bài Mười Kiết Sử, vị đắc Sơ quả là đoạn ba hạ phần kiết sử đầu; vị đắc Nhị quả là đoạn ba hạ phần kiết sử đầu, đồng thời làm muội lược tham dục và sân. Lên đến Tam quả thì tham dục và sân được đoạn hoàn toàn, cắt đứt, đoạn tận gốc, nghĩa là vị này đoạn hoàn toàn 5 hạ

phần kiết sử. Vậy hai bạn này cùng nhau còn, cùng nhau giảm nhẹ và cùng nhau đoạn tận. Thầy giảng chi tiết từng loại cho quý Phật tử dễ hiểu.

• Tham dục:

Khi nói về dục là đang nói đến cõi Dục giới mà chúng ta đang sống. Còn cõi Sắc giới là chứng các tầng thiên: Sơ, Nhị, Tam, Tứ thiên là không còn tham dục nữa. Cho nên đại chúng nhớ, cứ nói đến chữ “Dục” là biết nói đến cõi dục của mình.

Tham dục là sự đắm vào 5 trần cảnh. Đắm vào sắc qua con mắt, đắm vào âm thanh qua tai, đắm vào mùi hương qua mũi, đắm vào vị qua lưỡi, ... Và chúng ta ở đây mỗi người đắm mỗi kiểu bởi vì cái duyên của mỗi người là khác nhau, vì tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý, môi trường sống của mỗi người mà đắm mỗi cái khác nhau.

Thầy ví dụ quý Phật tử có tiền nghiệp là thích ăn ngon, mà đời này có phước nên được sanh vào nhà đầy đủ điều kiện là tha hồ đắm trong ăn uống. Hoặc có tiền nghiệp là thích ăn ngon mà đời này lại sinh vào nhà nghèo, cơm không đủ ăn, áo không đủ mặc. Dù tiền nghiệp là thích ăn ngon nhưng thích chỉ là thích thôi, đâu có được thỏa mãn. Vì môi trường hiện tại không đủ điều kiện để mình phát triển cái tiền nghiệp là được ăn ngon. Giả dụ tiền nghiệp của mình là thích học, nhưng kiếp hiện tại sinh ra, do thiếu phước nên

sinh vào gia đình khó khăn, thiếu thốn đủ thứ, không có điều kiện đến trường...Cho nên mới nói môi trường sống rất quan trọng. Có câu: “*Ăn cơm có canh – Tu hành có bạn*”, quý Phật tử muốn chuyển hóa, muốn đi lên thì đầu tiên là phải gặp và thân cận Thầy lành, bạn tốt. Bạn ở đây có thể là một con người, một quyển sách, một băng giảng, một lớp học, một môi trường, trú xứ, ... cái gì mà mình thường nghe, thường tiếp xúc thì đó đều là bạn. Đức Phật nói “bạn” không chỉ ảnh hưởng nửa đời tu của mình đâu mà là ảnh hưởng cả một đời.

Trong những cái tham ở cõi Dục giới thì dục “Phái tính” là nặng nề nhất, nó chính là gánh nặng của trầm luân. Đức Phật dạy trong Kinh Tăng Chi, chương Một Pháp, phần Nữ Sắc: “*Ta không thấy một sắc, thanh, hương, vị, xúc nào khác, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn ông như sắc, thanh, hương, vị, xúc của người đàn bà. Ta không thấy một sắc, thanh, hương, vị, xúc nào khác, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn bà như sắc, thanh, hương, vị, xúc của người đàn ông.*”

Ở cõi Dục này là tham đủ thứ tham, muốn đủ thứ muốn, vương đủ thứ vương, chấp trước đủ thứ. Nếu người không biết tu thì vì những đam mê, hưởng thụ mà tạo vô số những điều bất thiện và từ cái tham đó mình khổ triền miên. Cho dù quý Phật tử có học Phật Pháp, biết này là tham nê, biết như thế thôi nhưng rồi

cũng loay hoay trong cuộc sống, mình cũng lại tiếp tục tham vì chúng ta chỉ hiểu ở Trí Văn thôi. “*Biết như thế mà còn đau đến thế. Thì buồn vui ai nhờ để riêng ai!*”. Dù mình biết vậy nhưng vẫn cứ còn khổ hoài vì còn sống trong cõi Dục. “*Đường tu là cuộc trốn tìm. Người tu cũng có nửa tim luân hồi!*”. Học Phật Pháp mình biết như vậy mà rồi đường tu vẫn nhọc nhằn đủ thứ chuyện. Biết như thế mà con đau đến thế, hướng chi là không biết rồi đắm chìm trong những hưởng thụ, tham dục thì còn khổ cỡ nào nữa.

Cuộc đời này phũ phàng, khắc nghiệt lắm! Có những con người mà chúng ta phải mất ăn, mất ngủ để đeo đuổi rồi cũng có những tháng ngày mình mất ăn, mất ngủ để tìm cách bỏ đi con người đó. Dù biết người đó dù sao cũng là người dung nhưng mình vẫn cứ ôm hoài nỗi khổ: “*Thương mấy cũng là người dung. Ấy vậy mà cứ quay lưng lại buồn*”. Cho nên còn đam mê là còn nặng nề. Đắc thiền rồi là không còn đam mê, tham dục nữa nhưng chỉ trong tạm thời thôi. Khi đắc quả Thánh A-na-hàm trở lên mới đoạn hẳn, đoạn tận gốc tham dục và sân luân.

“Quá trình học Phật pháp là quá trình bị sốc”. Câu này Thầy hay nói ở đầu khóa học, bây giờ mới thấy sốc nè: càng đam mê, càng tham dục nhiều là càng đau khổ. Tại sao? Vì cảnh trần là bất toại, nó không như ý mình, sáng nắng chiều mưa. Quý Phật tử muốn trời mát, mà thời tiết Sài Gòn mấy hôm nay đâu

có mát nổi. Sáng nay thích ăn món này, có chắc gì tối nay còn thích món đó. Người mình thương hôm nay, có chắc gì ngày mai mình còn thương. Quý Phật tử nhớ vậy đó, cảnh trần luôn thay đổi, nó vô thường, có sanh ắt có diệt, có hợp, có tan, nó là bất toại. Nhưng ở cấp cao một chút, khi quý Phật tử đắc Sơ thiền rồi. Lúc 8 giờ sáng nhập thiền thì vẫn an lạc như vậy, 17 giờ mình nhập thiền thì vẫn an lạc như vậy, 23 giờ nhập thiền cũng an lạc như vậy, ngày mai nhập thiền cũng an lạc như vậy. Mình sống trong tâm Sơ thiền 8 tháng sau cũng an lạc như vậy hay 1 năm sau, 10 năm sau hoặc cuối đời nhập Sơ thiền thì tâm vẫn an lạc như vậy. Cái lạc trong thiền không như cái lạc trong tham dục.

Càng tham dục càng khổ, “Đa dục vi khổ”, tham không được cũng khổ vì tham không được dễ qua tâm sân mà tham được thì cũng khổ vì được thì phải giữ lấy, nhưng cuộc đời này là vô thường, bất toại, gìn giữ nó được bao lâu? Cho nên nó không bỏ mình thì mình cũng bỏ nó, không biết ai bỏ ai trước. Nói ra thì hơi phũ phàng, vợ mình, chồng mình không biết ai bỏ ai trước? Dù sống đến “răng long đầu bạc” thì cũng phải xa lìa nhau thôi, đó chính là lúc Diêm Vương alo. Quá trình tu học là quá trình bị sốc là vậy. Đại chúng không muốn nghe mấy điều này mà Thầy vẫn nói, càng tham dục là càng khổ, có cũng khổ, không có cũng khổ.

Càng tham là càng xa bậc thiên, dĩ nhiên là càng xa bậc Thánh.

• Sân:

Sân là sự bất mãn, khó chịu, không hài lòng với đối tượng. Sân giận là kiết sử thứ năm trong 5 hạ phần kiết sử. Vì cảnh trần vốn là bất toại, khi gặp những cảnh nghịch ý thì mình rất dễ nổi tâm sân. Quý Phật tử nhìn lại coi một ngày của mình là hết tham đến sân, hết sân đến tham.

Nghe đến những bài này chúng ta lại càng thấy thương Phật, biết ơn Ngài vô cùng vì không có Ngài dạy cách đoạn trừ những kiết sử này, cách tu tập để đắc quả vị Thánh, chấm dứt tử sanh luân hồi thì chúng sanh mãi trầm luân trong biển khổ mà không có đường thoát ra. Vào thời không có Phật Chánh Đẳng Giác ra đời, chúng sanh chỉ có thể chứng các tầng Thiên mà thôi, nhưng rồi cũng phải tái sanh vào cõi thấp. Việc đoạn tận 10 kiết sử chỉ có trí tuệ của Đức Phật mới nói lên được điều này. Càng học chúng ta càng biết ơn Phật, kính Phật, hiểu Phật và đặc biệt là thương Phật. Ngài đã dạy từng li từng tí, khi có tâm sân thì hành pháp Rải tâm từ, gặp người hoạn nạn thì rải tâm bi, Ngài dạy chúng ta hành pháp nào đắc thiên, đắc Thánh, chấm dứt tử sanh, ...

Thầy kể câu chuyện vui là có cô đó nóng giận hoài. Vị Thầy mới nói: “Sắp tới Chùa có mua chiếc

xe, Thầy để đỡ bên nhà cô nha, vì nghe nói Sân nhà cô rộng lắm!”. Ý vị Thầy muốn nói là tâm sân của cô này nhiều quá. Khi quý Phật tử biết mình sân nhiều thì tập tu rải tâm từ. Ngài Xá-Lợi-Phất đã dạy Năm cách để đoạn phiền giận:

- Cách thứ nhất là nhìn về người đó, nếu người đó có lời nói không hay nhưng có hành động dễ thương thì thôi mình nghĩ về hành động dễ thương mà bỏ qua lời nói không dễ thương mà tha thứ.

- Cách thứ hai: người đó nói dễ thương mà hành động không dễ thương thì nghĩ về cái lời nói dễ thương đó mà bỏ qua hành động không dễ thương mà tha thứ.

- Cách thứ ba: người đó có lời nói không dễ thương, hành động không dễ thương thì nghĩ về suy nghĩ, tâm tư của người đó còn có cái dễ thương để mình bỏ hai cái không dễ thương kia.

- Cách thứ tư: người đó nói không dễ thương, hành động không dễ thương mà suy nghĩ cũng không dễ thương luôn thì Ngài Xá-Lợi-Phất mới dạy: Người mà từ thân khẩu ý đều bất thiện thì họ rất khổ ở hiện tại và khổ trong cả tương lai. Con đường phía trước rấtมืด mù như vậy thì người này đáng thương hay đáng giận? Người đó đáng thương!

- Cách thứ năm là người từ thân khẩu ý đều dễ thương mà mình không thương được người đó thì thôi, mình là thuộc dạng chúng sanh đặc biệt, vô nhiễm rồi, giống như vô nhiễm với thiện pháp chứ không phải vô nhiễm với ác pháp. Thiện pháp mà không nhiễm được là thua. Thiện pháp là chúng ta phải nhiễm, còn ác pháp là vô nhiễm nha.

Bây giờ quý Phật tử tu chưa giỏi thì đoạn sân từ từ. Trước kia khi chưa tu, hề giận là giận như “viết trên đá”. Bây giờ có tu rồi thì giận như “viết trên cát”. Dù chữ viết trên cát vẫn còn nhưng khi nước biển tràn vào, khi có cơn gió thổi qua là chữ tan đi mất. Cũng vậy, mình tu tập sao đó mà chóng giận chóng quên. Quý Phật tử biết không, thật ra khi mình tha thứ cho người ta cũng chính là tha thứ cho mình. Sự tha thứ làm tâm thanh thản, thanh thoi, tự tại. Mở cửa cho người, cảm thông, tha thứ cho người là rộng đường cho mình đó!

Bậc Thánh Sơ quả đã đoạn 3 kiết sử đầu tiên là thân kiến, giới cấm thủ và nghi. Dù tham dục và sân các Ngài chưa đoạn tận nhưng giận của các vị giống như cây kiếm chém xuống nước, nó có đường lặn nhưng hết liền. Vị Thánh Sơ quả vẫn còn giận nhưng giận xiu là hết, giận và cho qua một cách nhẹ nhàng. Còn chúng ta giận là ôm chặt và nặng nề như cục đá. Đôi khi nghĩ tới đây mà thấy bản thân mình đại quá. Máy chục năm mà vẫn còn ôm nỗi buồn giận cho đến

bây giờ. Cái tên của người đó mà mình bỏ còn không được. Mỗi lần nghĩ về cái tên đó là trong người sôi lên sùng sục! Học xong bài này, tự mỗi người bỏ nha, bỏ cho cuộc sống, cho thân tâm nhẹ nhàng. Tinh thần cốt lõi của Phật Pháp là buông bỏ mà!

Có người đặt câu hỏi này cho Thầy: *“Thưa Thầy! Con nghe Thầy giảng Đức Phật và các vị Thánh là thanh tịnh, không còn phiền não, không còn đam mê. Vậy cho con hỏi nếu mình không còn đam mê nữa thì việc ăn ngon, mặc đẹp, hát Karaoke lúc đó không còn vui nữa hả Thầy, tu không còn vui nữa hả Thầy!”*. Tại vì bây giờ chúng ta còn vui trong 5 dục nên nghĩ khi đi hát Karaoke, được ăn ngon, được cung kính, được lợi dưỡng, được tiếng lành, ... mình nghĩ đó là hạnh phúc nhưng phía sau của hạnh phúc đó là cảnh trần bất toại. Khi biết vậy mình có còn hạnh phúc nữa không? Khi hiểu đạo rồi thì mình biết tham dục là nhân của sân, cứ còn tham dục là còn sân, còn thích là còn ghét. Người Phật tử càng tu học là càng nhẹ nhàng, càng đơn giản bao nhiêu càng tốt.

Đây là một trong những câu mà Thầy rất tâm đắc: *“Quân tử kết giao đàm nhược thủy, tiểu nhân kết giao cam như di”*. Nghĩa là cái tình của người quân tử khi kết giao với ai thì đàm như nước, nó nhẹ nhàng, đàm bạc, lành như nước; còn kẻ tiểu nhân kết giao với ai lại ngọt ngào như mía lùi. Nhưng *“Quân tử đàm dĩ thân, tiểu nhân cam dĩ tuyệt”*. Nghĩa là: Tuy người

quân tử kết giao như nước vậy đó nhưng nó bền, còn tiểu nhân ngọt vậy đó nhưng nhanh dẫn đến việc tuyệt giao. Từ đó quý Phật tử học được bài học nè. Cái tình của người quân tử như nước trong chai nước suối này. Nó trong suốt, dù đơn giản nhưng để cả tháng sau vẫn uống được. Nếu đây là chai nước ép, nước sinh tố, nước này nước kia dù ngon, màu mè đẹp để vậy đó nhưng mấy ngày sau đã không uống được rồi vì nó có hóa chất, tạp chất bên trong. Cũng vậy, người quân tử kết bạn với ai đó, các mối quan hệ càng đơn giản thì càng bền chặt. Quý Phật tử để ý lại xem, những người bạn mà mình đồng hành lâu dài, mối quan hệ không quá vồ vập, ào ào, không quá ngọt ngào, quá khăng khít, không phải chóng nở chóng tàn mà là rất nhẹ nhàng, đơn giản vậy mà bền lâu.

Từ đó mình rút ra bài học: Cuộc đời này, khi chúng ta còn là phàm phu thì còn gặp nhiều cái chướng hay gọi là Kiết sử, trong tâm mình mà phiền não nhiều thì lâu ngày cũng biểu hiện ra ngoài, không thể giấu được. Nếu bậc Thánh kết giao với nhau thì các Ngài không có những thứ đó vì các Ngài đã đoạn tận phiền não, kiết sử rồi. Mối quan hệ đơn giản, càng buông thì càng nhẹ nhàng, tình cảm dài lâu, rất bền và đẹp. Còn phàm phu chúng ta thì tham, sân, si, buồn, giận có đủ bên trong, dù có cố gắng giấu thì thế nào cũng thể hiện ra.

Có lúc bạn bè đến với nhau để bà tám chuyện này kia, vợ chồng đến với nhau vì những cái phiền não, tham, sân, si đủ thứ cho nên rất khổ. Nhưng nếu đến với nhau bằng cái tình đạo, bằng tinh thần Phật Pháp đẹp lắm, càng giản đơn, càng ít phiền não, ít bất thiện bên trong thì càng đẹp. Giống như trong lớp học này, chúng ta gặp nhau, cùng học chung với nhau hơn 4 tháng, có điều gì ràng buộc mình không? Tình đạo thể hiện rất đẹp và đơn giản. *“Chị ơi gửi em bài này, hôm đó em bận không học được!”* Mình gặp nhau trong Phật Pháp, có thêm những người bạn đạo, không có sự ràng buộc mà nó lại càng đẹp, cái gì vô vấp quá sẽ chóng tàn.

Thầy nói kỹ về hai kiết sử Tham dục và Sân vì hai loại phiền não này nó hiện rất rõ nơi mình. Vậy quá trình tu học của chúng ta là gì? Pháp tu Tứ Niệm Xứ chúng ta đã học rồi, có phải là “gọi tên” không? Quán Thọ là cảm giác dễ chịu - biết dễ chịu; cảm giác khó chịu - biết khó chịu. Quán thân là niệm thân, đi - biết đang đi; đứng - biết đang đứng. Quán tâm là đang tham - biết tham; đang sân - biết sân, ... Vậy quá trình tu tập Tứ Niệm Xứ là quá trình chánh niệm: gọi tên. Muốn gọi đúng tên thì quý Phật tử phải học Phật Pháp mới gọi đúng tên được. Có một bài hát tên: “Gọi Đúng Tên Tôi” rất là Phật Pháp, đây là bài nhạc Thiên:

*“Đau buồn, một dòng sông nước mắt.
Chảy ra tràn đại dương, tan theo ngàn muôn sóng.”*

*Lòng này những khi vui tươi thắm.
Sáng như ngàn hoa, giữa nắng xuân hồng.
Gọi thật tên tôi, cả vui lẫn buồn.
Để tôi được nghe tất cả một lần mà thôi.
Để tôi nghe, buồn vui là một.
Gọi thật tên tôi, cả vui lẫn buồn.
Để tôi thức tỉnh.
Lòng từ bi mở ra, khắp nơi chan hoà.”*

(Thiền ca Làng Mai)

Quá trình tu của mình là quá trình gọi tên, đang buồn - biết đang buồn, đang vui - biết đang vui, đang tham dục - biết đang tham dục, đang tham ăn - biết đang tham ăn, ... Ông đó chửi mình - biết tâm sân có mặt, đang buồn ngủ - biết tâm hôn trầm đang có mặt, đang mỗi lưng – biết đang có cảm giác mỗi lưng. Vậy quá trình tu học để làm Thánh là quá trình chánh niệm, chánh niệm để soi rọi, để gọi đúng tên của những phiền não. “*Để tôi nghe buồn vui là một*”, buồn vui là vô thường, nó có rồi nó mất đi cũng như tham sân là hai người bạn tri kỷ, cùng đến, cùng đi, cùng giảm, cùng đoạn.

Ngày nào chúng ta còn tham dục và sân thì ngày đó mình còn nặng nề và càng tu tập thì cố gắng bỏ được bao nhiêu thì bỏ. “*Nhân đao vô cầu, phẩm tự cao*”. Khi con người càng đến chỗ vô cầu thì càng thanh cao, vô cầu tức là không còn tham dục nữa.

Đây là cách Thầy lay Phật: *“Con kính lễ Đức Thế Tôn! Ai Thế Tôn cũng thương, điều gì Ngài cũng biết và công đức lành nào Đức Thế Tôn cũng có; Con xin kính lễ Đức Thế Tôn! Ngài không đưa con đi khắp mọi nơi nhưng Ngài dạy cho con dù có đi đâu thì cũng thế thôi (nghĩa là dù đi đâu trong 31 cõi thì cũng trong ngôi nhà lửa); Con kính lay Đức Thế Tôn! Ngài không giúp cho con không chết nhưng Thế Tôn dạy cho con không sợ chết!”* và câu này mới hợp với bài học hôm nay nè đại chúng: ***“Con kính lễ Đức Thế Tôn! Thế Tôn không cho con những gì con muốn nhưng Ngài dạy cho con không muốn gì!”*** Nghe tới đây mình thấy thương Phật vô cùng. “Không muốn gì” tức là không còn tham dục và xa hơn là tham sắc và vô sắc. Đức Phật không cho những gì mình muốn nhưng Ngài dạy cho mình không muốn gì hết, đó là khi chúng ta đoạn kiệt sự tham dục gọi là vô tham. Cho nên ngày nào mình còn tham dục và sân thì mình còn nặng nề, quá trình tu là những tham dục mình đắm vào thì bỏ được cái gì thì bỏ. *“Hãy cứ xem cuộc đời như bản nhạc, đoạn nào buồn ta bỏ bớt cho vui”*.

Đại chúng nhớ lại xem trong các bài học Thầy hay nói vị Phạm Thiên Sắc giới thường chỉ dùng ba căn: căn mắt, căn tai và căn ý. Nếu ở cõi Dục, ai khiếm khuyết về mắt, tai, ... thì mình nói là người đó bị thiếu phước. Nhưng trên cõi Sắc giới, chư Phạm Thiên không dùng 3 căn còn lại bởi vì các Ngài không cần,

càng lên cao thì càng đơn giản nhẹ nhàng. Vì vậy quá trình tu học, những tham dục bỏ bớt được bao nhiêu thì rảnh bỏ, càng bỏ càng nhẹ nhàng và càng đỡ rắc rối bấy nhiêu. Tại sao chai nước lọc này để lâu mà vẫn uống được? Vì nó đơn giản, không có nhiều tạp chất. Cũng vậy, chúng ta muốn đi lên cao thì phải càng đơn giản, mà muốn càng đơn giản thì phải bỏ bớt, bỏ nhiều nhất có thể. Bỏ được 5 triền cái thì vô Sơ thiên, bỏ các kiết sử để đắc Thánh quả. Rốt ráo của tu học là quá trình buông bỏ. Quý Phật tử cứ nhớ càng tham dục là càng sân nhiều, nhiều khi chúng ta như những đứa bé, được cái gì thì hí hửng lên, vui mừng, hăm hở, hoan hỷ, đắm đuối và mãnh liệt lắm như đụng chuyện gì đó không làm chủ được mình là giận là dùng dưng sống chết vì cái chuyện đó.

Có câu chuyện vui thế này: Hai ông bà cưới nhau và sống rất hạnh phúc đến tuổi già. Có người hỏi bằng cách nào mà hai người sống hạnh phúc vậy, ông mới kể là ngày xưa khi lấy bà về rồi, hôm đó đi chơi trong vườn hoa bà cười con ngựa, con ngựa trượt chân nên bà té bị ướt. Bà không nói gì ngoài câu: *“Lần thứ nhất nhe mầy”*. Lúc đó ông nói trong lòng sao mà bà hiền và dễ thương quá. Rồi con ngựa nó đi trượt lần thứ hai, bà lại nói: *“Lần thứ hai nhe mầy”*. Đến lần thứ ba con ngựa lại té, bà không nói gì hết mà giơ tay lấy khẩu súng làm cái “Bùm” chết luôn con ngựa. Bà ít nói lắm mà bà chỉ hành động thôi. Sau đó ông mới nói: *“Em*

oi! Sao em làm như vậy, con ngựa này mình thuê rồi tiền đâu mà đền?”. Lúc này bà không nói nhiều mà chỉ quay qua nói với ông đúng một câu: *“Lần thứ nhất nhe anh!”*. Thế là từ đó ông im và hiền luôn tới giờ luôn. Đó là bí quyết hạnh phúc của ông bà.

Có khi mình đụng chuyện là giận lắm, khi chưa biết tu là làm mọi cách để thỏa cơn giận, rồi tưởng giận như vậy là mình mạnh. Nhưng giờ học Phật Pháp, quý Phật tử biết càng giận hờn, càng nóng nảy, bực bội là càng yếu đuối. *“Sông sâu tĩnh lặng, lúa chín cúi đầu”*; *“Nóng giận là bản năng, tĩnh lặng là bản lĩnh”*. Quý Phật tử càng giận là càng sống với bản năng tham, sân, si nhưng nếu làm chủ được, điềm tĩnh được là bản lĩnh.

Sân giận là không làm chủ được tâm cho nên mình sống với kiết sử này hoài. Rồi quý Phật tử tham nhiều, được cái này cái kia thì hí hửng vui mừng. Nhưng khi đụng chuyện thì giận ào ào, phản ứng ngay và liền, cảm xúc như tâm trạng của những đứa trẻ thơ.

Với người sắp đắc thiên hoặc đã đắc thiên, đắc Thánh thì không như vậy. Họ bớt lại, bớt lại. Cho nên bài Pháp hôm nay là liều thuốc nặng cho quý Phật tử. Thầy giảng kỹ về kiết sử tham dục và sân là vì hai loại này có mặt trong mình thường xuyên. Giờ biết tu là tâm gì khởi lên thì chỉ ghi nhận thôi. Minh tu tập để đoạn trừ tham sân, nhưng nếu có tâm tham sân sanh

khởi thì chánh niệm ghi nhận như lấy cái đèn pin rọi vào nó, gọi tên nó.

Như Thầy đã nói, mình sống càng đơn giản càng đỡ rắc rối, càng đỡ tốn thời gian sống trong tâm bất thiện thì lúc đó chúng ta mới có thời gian yêu thương cuộc đời. Khi quý Phật tử tu đề mục Từ - Bi - Hỷ - Xả, đây gọi là bốn đề mục phạm trú của Phạm Thiên Sắc giới. Mình gọi như vậy vì các vị ở cõi này đã buông rất nhiều rồi cho nên các vị có thời gian để yêu thương cuộc đời, biểu hiện lòng từ bi.

Còn chúng ta thì cứ bận đi buôn chuyện người, toàn chuyện bất thiện, lo đủ thứ chuyện thì làm sao có thời gian để chăm sóc cho cõi lành của từ tâm, cõi lành của trí tuệ nữa. Cho nên đã tu tập thì mình phải cố gắng bỏ bớt, càng nhẹ, càng nhẹ, càng nhẹ thì mình mới lên trên được. Hai kiết sử Tham dục và Sân ở đây thì chúng ta nên bỏ!

Thầy tổng kết lại Năm hạ phần kiết sử: thân kiến, giới cấm thủ, nghi, tham dục và sân.

- Trong 5 hạ phần kiết sử thì Thầy dành nhiều thời gian để giảng chỗ Tham dục và Sân vì hằng ngày chúng ta cứ tham dục và sân miết.

- Càng tham và sân là càng rắc rối, nặng nề, đau khổ và càng nhiều nước mắt. Sống với tâm tham sân

nhiều thì không có thời gian chăm sóc cho cõi lành của tâm từ, của trí tuệ.

- Vì cảnh trần là bất toại, thay đổi, sanh diệt, vô thường mà tâm của mình cứ tham muốn vậy hoài thì khổ lắm. Có tâm tham dục là có tâm sân, chúng là đôi bạn thân.

- Đại chúng ghi nhận và ráng sắp xếp, cái gì không cần thì bỏ, cái gì bỏ được thì bỏ đi. Quá trình tu là quá trình buông bỏ.

- Mình ráng làm sao để tập điềm tĩnh trước mọi tình huống, mọi hoàn cảnh, làm chủ được tâm mình. Đừng như đứa bé, được thì mừng vui hớn hở ra mặt, không được thì nổi sân bùng bùng. Đó là biểu hiện của người có nội tâm yếu đuối.

- Thân kiến là chấp ta và của ta.

- Giới cấm thủ là giữ giới đi ngược với tinh thần của Bát Chánh Đạo, ngược với tinh thần lời Phật dạy - không đưa chúng ta đến rốt ráo của Thánh Quả, Niết-bàn.

- Nghi là hoài nghi Phật – Pháp – Tăng - Giới; Nghi ta là ai? Bản chất ta ra sao? Ta từ đâu đến và đi về đâu? Nghi Thầy, nghi bạn, nghi con đường tu hành, ...

Năm thượng phần kiết sử là Sắc ái, Vô Sắc ái, Mạn, Phóng dật và Vô minh. Đây là những kiết sử trói buộc chúng sinh vào Sắc giới và Vô Sắc giới.

6. Sắc ái

Sắc ái hay gọi là tham ái ở cõi Sắc giới. Lúc này chúng ta học ở năm hạ phần kiết sử là có tham dục – tham ở cõi Dục giới, thì ở đây là Sắc ái - tham ở cõi Sắc giới.

Tham ở cõi Sắc đó là tâm đắm nhiễm vào các tầng thiền Sắc giới: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Tức là tâm đắm nhiễm vào bốn tầng thiền này và cõi Phạm Thiên sắc giới gọi là tham sắc, sắc ái

7. Vô Sắc Ái

Vô sắc ái là tâm đắm nhiễm, tâm tham đắm vào 4 tầng thiền Vô Sắc: Không Vô Biên Xứ, Thức Vô Biên Xứ, Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ.

8. Phóng dật

Phóng dật là tâm tán loạn. Bạc thánh Tam quả A-na-hàm dù đã đoạn 5 hạ phần kiết sử nhưng các Ngài vẫn còn, chưa đoạn tận 5 thượng phần kiết sử: tham sắc, tham vô sắc, trạo cử, mạn và vô minh. Đến khi đắc Thánh A-la-hán thì mới đoạn tận gốc cả 10 loại kiết sử. Đối với bậc thánh A-na-hàm vẫn còn

phóng dật nghĩa là còn sự phóng tâm. Dĩ nhiên sự tán loạn của bậc A-na-hàm chỉ nhẹ nhàng thôi.

9. Mạn

Mạn là sự tự cao, tự hào hay là sự tự ti. Mạn có ba khía cạnh so sánh: thấy hơn người, bằng người và thua người. Nhưng mạn ở bậc Thánh cũng rất là nhẹ nhàng.

10. Vô Minh

Vô minh là không hiểu về Tứ Đế, bát tri trong Tứ Đế và cũng có nghĩa là không hiểu các pháp duyên sinh, không biết nhân – quả (quá khứ, hiện tại, vị lai).

IV. KIẾT SỬ VÀ CÁC TÀNG THÁNH

- Muốn đắc Sơ quả Tu-đà-hoàn hay gọi là Thánh Thất Lai (Thánh Nhập lưu – *Sotapanna*) phải đoạn trừ 3 hạ phần kiết sử đầu: thân kiến, giới cấm thủ và nghi. Còn nhiều nhất 7 lần tái sanh ở cõi Dục.

- Muốn đắc Nhị quả Tư-đà-hàm (Thánh Nhất Lai - *Sakādhāgāmi*) ngoài đoạn trừ 3 hạ phần kiết sử đầu: thân kiến, giới cấm thủ và nghi, đồng thời làm muội lược tham dục và sân. Chỉ còn một lần duy nhất quay lại cõi Dục. Cái tham dục và sân của các Ngài vẫn còn nhưng chỉ như gió thoảng mây bay thôi.

- Muốn đắc quả Thánh A-na-hàm (Thánh Bất lai - *Anāgāmi*) phải đoạn trừ hoàn toàn 5 hạ phần kiết

sử. Trong đó các Ngài đã đoạn tận tham dục rồi cho nên không quay lại cõi Dục nữa nên gọi là Bất Lai. Mình có mặt ở cõi Dục này vì chưa đoạn tận tham dục, chưa chứng quả A-na-hàm. Khi đắc thiền thì chỉ không còn tham tạm thời, nhưng khi đắc Thánh là đoạn tận gốc.

- Muốn đắc Thánh A-la-hán (*Arahanta*) phải đoạn trừ hoàn toàn 10 kiết sử (5 hạ phần và 5 thượng phần). Đây là lý tưởng, mục đích cuối cùng của phạm hạnh đó là chứng quả Thánh A-la-hán, Niết-bàn, chấm dứt tử sanh luân hồi.

Khi đắc Thánh quả A-la-hán thì: *“sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc cần làm đã làm, không còn trở lui trạng thái này nữa”*. Vị đắc Tứ quả gọi là bậc Vô Học, còn đắc Sơ, Nhị, Tam quả gọi là bậc Hữu Học. Hữu học nghĩa là vẫn còn phải học, phải hành, phải tu tập, đoạn trừ phiền não, đoạn trừ kiết sử. Hữu học là như vậy chứ không phải hữu học là còn đi học như mình đâu nha.

“1. Chỉ ở đây, này các Tỷ-kheo, có Sa-môn thứ nhất, có Sa-môn thứ hai, có Sa-môn thứ ba, có Sa-môn thứ tư, còn ngoại đạo khác không có Sa-môn. Như vậy, này các Tỷ kheo, các Thầy chơn chánh rống tiếng rống con sư tử.

2. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Sa-môn thứ nhất?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo do đoạn diệt ba kiết sử, là bậc Dự lưu, không bị rơi vào đọa xứ, chắc chắn hướng đến giác ngộ. Này các Tỷ-kheo, người này là Sa-môn thứ nhất.

3. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Sa-môn thứ hai?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Các Tỷ-kheo do đoạn diệt ba kiết sử, do làm cho nhẹ bớt tham và sân, là bậc Nhất Lai, còn đi lại thế giới này một lần nữa, rồi đoạn tận khổ đau. Này các Tỷ-kheo, đây là Sa-môn thứ hai.

4. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Sa-môn thứ ba?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo do đoạn diệt năm hạ phần kiết sử, được hóa sanh tại đây, chứng Niết-bàn, không phải trở lui từ thế giới ấy. Này các Tỷ-kheo, đây là Sa-môn thứ ba.

5. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là Sa-môn thứ tư?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo do đoạn diệt các lậu hoặc, tự mình với thắng trí ngay trong hiện tại, chứng ngộ, chứng đạt và an trú tâm giải thoát, tuệ giải thoát. Này các Tỷ-kheo, đây là Sa-môn thứ tư.

Chỉ ở đây, này các Tỷ-kheo, có Sa-môn thứ nhất, ở đây có Sa-môn thứ hai, ở đây có Sa-môn thứ ba, ở

đây có Sa-môn thứ tư, còn ngoại đạo khác không có Sa-môn. Như vậy, này các Tỷ kheo là chơn chánh rỗng tiếng rỗng con sư tử này.

(Trích Kinh Tăng Chi – Chương IV Pháp – Phẩm Nghiệp – Kinh Vị Sa-Môn)

Hôm nay Thầy giảng cho đại chúng bài Mười Kiết Sử để quý Phật tử gọi thật tên của 10 phiền não này. Trên con đường tu tập đắc Thánh quả thì chắc chắn chúng ta sẽ gặp những người bạn không mời mà đến, những người bạn đã đi cùng mình qua bao nhiêu kiếp luân hồi. Đây chính là những phiền não vê lên cuộc hành trình sinh tử đầy đau thương, nước mắt của chúng ta. Đoạn năm triền cái thì đắc thiền, đoạn 10 kiết sử thì đắc Thánh. Trong 10 kiết sử thì Thầy giảng kĩ chỗ kiết sử tham dục và sân vì đây là hai phiền não chúng ta thường gặp. Vì vậy quý Phật tử ráng buông được bao nhiêu thì buông, càng đơn giản càng dễ đi lên và đi ra. Quá trình tu học giống như câu: *“Hãy cứ xem cuộc đời là bản nhạc. Đoạn nào buồn, ta bỏ bớt cho vui”*. Thầy kết thúc buổi học tại đây.

