Thiền (3)

[15/03/2026 - 05:57 - thuongthoicogidau]
Kinh Phật gồm có nhiều đời.
Đời một là những gì Đức Phật và các vị đại đệ tử của ngài á thuyết giảng. Đó là kinh Phật đời 1. Tiếng Pali gọi là tí bí tác cá tức là tam tạng.
Đời hai là những cái chú giải của kinh điển đời một thì gọi là ách cà tha Chánh sớ.
Kinh Phật đời ba là chú giải những cái điểm gọi là gốc tối của đời hai. Đời hai là Chú thích cho đời một những cái điểm mà khó hiểu. Đời hai là đời ba là chú thích những cái điểm mà khó hiểu của đời hai.
Đời bốn là chú giải những cái chỗ khó hiểu của đời ba.
Và đời năm là chú giải những cái điểm khó hiểu của đời bốn.
Và người cuối cùng đóng lại. Tại các cái đời kinh điển sau đời của người đó thì không có vị nào có đủ tư cách để mà thêm đời thứ sáu. Đó là ngài Ledi Sayadaw người Miến Điện ngài viết chú giải kinh điển sanh năm 1846 và tịch năm 1924.
Sa đ dâu á. Và có một chuyện đặc biệt nữa là cái hội cái hội Politech Society của anh họ lúc đó là người Anh họ đang đô hộ miếng điện. Cái chuyện đó không ta còn nhớ không?
Đó người anh á họ đô hộ miếng điện thì lúc đó là họ cũng biết ngài là nhân vật cộm cán nhất của Phật giáo Miến Điện cho nên họ đã liên lạc với ngài và liên lạc bằng ngôn ngữ gì ta?
Tiếng Pali. Dạ. tiếng Pali thí dụ như trong đó có chữ London thì tiếng Pali á ngài phải viết theo tiếng Bali là lanh đánh á thì người bên kia họ hiểu đó là chữ linh hiểu không? Đấy và cả hai bên như cô cô Hner cô Hner hoặc là bà giáo sư Ray Davis thì họ liên lạc với ngài bằng tiếng Pali họ viết thơ và ngài cung cấp tài liệu cho họ trước khi ngài mắt ngài có đi đảnh lễ đi đảnh lễ bên Ấn Độ rồi ngài mới về ngài tình và ngài trong chùa của ngài á thì không gọi là ngài đệ tử ngài không có nhiều nhưng mà trong đó có bảy vị thân cận nhất bảy vị sư và ngài không có gọi là nói theo bắt tông á là không có truyền y bát cho ai mà ngài lại truyền cho ông cư sĩ ừ ông cư sĩ mới cái trình độ tiểu học thôi nhưng mà nói theo bắt truyền là đắc pháp tới ngài ông đó là ông thép mà tiếng miếng điện á ông thầy người ta kêu là sao cho nên là kêu ổng là sa Th mà hễ mà mình tôn trọng ai đó thì mình thêm chữ chi là sao. Thí dụ như Candô tế điện Candô là hồ nước. Mà cái hồ nước mà mình muốn gọi trân trọng cái hồ đó đó mình gọi là Candhi cũng là hồ thôi nhưng mà có chỉ chi là biết cái hồ đó là cái hồ lớn hồ nổi tiếng. Ừ cho nên ông này ông tên là ông thết mà tại vì người ta trọng ổ ta kêu là thầy thết tế biến điện kêu là say thet rồi thêm chữ chi sao thành sayi rồi cái mấy độc giả này sao mà không t bi miếng tiếm miếng điện thì cứ kêu ông sachi. rất là dài. Cái kia ông thết là đúng rồi. Ông x ngài Lady ngài ngài viết chú giải Tam Tạng và sao viết bằng tiếng Pali và những gì ngài viết được đưa vào trong bộ đại tạng của Phật giáo Nam truyền. Và sau đời ngài Lady năm 1924 thì năm đời kinh điện Pali chính thức khép lại. Không ai có tư cách thêm bớt gì nữa. Hôm nay các vị vào internet các vị đánh giùm tôi cái chữ TPAK.org thì các vị sẽ thấy trong đó có các đời tâm tạng, các đời kinh đời một là Titaka, đời hai là Atak, Tika Ma tica, nutica và có để chữ Lê Di say là ngài đó. Thì đến năm 1924 thì ngài Tịch ngài trước khi ngài Tịch ngài dạy thiền cho ông Thết ông Thết mới sau đó ổng dạy cho Uberin. Upakin mới dạy cho Ga là hết. Thì Ga mới tịch đây đó thì nói cho c biết cái gốc nó khủng khiếp như vậy. là ngài Lady ngài dạy cho ông ông Th ông Th dạy cho ông Uberkin Uberkin mới dạy cho Genka thì tới Ga thì dạy là cho Việt Nam đấy xong chưa bây giờ đó nãy giờ nãy giờ đó là chỉ tảng mạng bên lề thôi đó bây giờ bắt đầu chính thức bài học sáng nay hôm bây giờ bắt đầu ghi nè
Chúng ta đã biết đến hai loại thiền thiền tập trung và thiền soi rọi. Thiền tập trung là samatha còn thiền soi rọi là Vipassana. Ở bậc đại căn thì thời gian chứng ngộ chỉ trong chớp mắt. Từ một người không thiền đến lúc chứng xong phi tưởng phi phi tưởng Chỉ mất vài phút. và thời gian luyện thông cũng chỉ vài phút. Đơn giản như lấy ra một món đồ từ túi áo. ở thiền Vipassana cũng vậy. Bậc đại căn chỉ mất một nháy mắt, để Từ phàm phu trở thành bậc la hán
Riêng đối với người bình thường thì mỗi đề mục Samatha (trong 10 cathina) phải trải qua ba giai đoạn có khi cách nhau nhiều năm. Người ta thì nháy mắt còn mình trải qua giai đoạn mà mà có khi cách nhau nhiều năm.

Giai đoạn một là giai đoạn sơ tướng. (par câm parâ) : Ví dụ như hành giả nhìn vào một miếng đất đường kính bằng khuôn mặt mình hay một tô nước có đường kính tương tự rồi tập trung tư tưởng nhìn vào đó niệm hoài một chữ : đất đất đất đất , đất đất hoặc nước. Lúc này mắt phải luôn nhìn vào đề mục.
Giai đoạn hai là giai đoạn nhiếp tướng. (Úc hát Niết mất tác út gá ni mất tác út gá hát n m tá) lúc này hình ảnh nước hay đất hoặc đệ mục nào đó trong 10 cáxina đã thật sự nhập tâm , hành giả nhắm mắt lại vẫn thấy chúng rõ ràng như đang nhìn bằng mắt.
Giai đoạn ba là giai đoạn trợ tướng hay quan tướng. (bá tí bà gá bá tí bà ha gá tí bà ha gá n m tá) là hình ảnh đề mục lúc này tự phát sáng như Một vầng trăng hay chiếc đĩa bằng kim loại đã được đánh bóng. Chữ bốn nã có ba mà chữ pháp gá có nghĩa là tương tợ. Tiếp hai cái có nghĩa là tương tợ. Khuôn đất hay tô nước lúc này vẫn là đất hay nước. Vẫn là đất và nước. Nhưng đẹp hơn và không còn giống như thực tế.
Người hữu duyênsau giai đoạn quan tướng sẽ đắc được sơ thiền, nội tâm vắng mặt năm triền cái, thành tựu năm chi thiền, có được một sự an lạc mà xưa giờ không một thứ dục lạc nào có thể đem lại. Dục lạc là cái gì? Ăn ngon mặt đẹp rồi đó gọi là dục lạc. Chăn êm, niệm ấm, quần là áo lụa, tiện nghi, vật chất thì gọi là dục lạc.
Người đắc sơ thiền trở lên có thể ngồi yên an hưởng thiền lạc trong suốt nhiều ngày. Không biết gì là nóng lạnh đói kháy hay nhu cầu tiểu tiện, thậm chí ngồi yên bất động như một xác ngồi. Như vậy thì sáng nay tôi chưa giờ hết là tôi trước hết là tôi dạy bà con về thiện chỉ trước. Có nghĩa là mấy cái đề mục đó ở trong 40 đề mục thiền chỉ thì trong đó có 10 cái casina là nó muốn tu. Bởi vì tại sao tôi đặc biệt tôi nhớ nhắc nhắc mạnh tới 10 cái ông này bởi vì 10 cái ông này là 10 cái đề mục mà giúp mình đắc đắc định mà cũng là hiện thông. Còn mấy cái đề mục kia chỉ giúp mình đắc định và đắc định xong rồi nhập định để hưởng cái thiền lạc rồi chết sanh về phạm thiên thôi. Riêng 10 cái đề mục này là giúp mình đắc định mà giúp mình hiện thần thông được. Thí dụ như người niệm đề mục đất khi mà đắc thiền mà đề mục đất vị đó có thể đi trên nước đi trên hư không. Vị đắc thiền bằng đề mục nước có thể độn thổ và có thể bi tạo ra nước như mình muốn. Rồi vị đắc thiền bằng đề mục lửa vị đó có thể tạo ra ánh sáng tạo ra hào quang và có thể đương nhiên là tạo ra lửa. Lửa ánh sáng hào quang tạo ra hơi ấm hơi nóng. Gió vị mà đắc thiền bằng đề mục gió vị đó có thể là tạo ra cuồng phong bão tố như ý muốn. Vị đó có thể xê dịch làm rung động lai chuyển những gì mà kiên cố chắc chắn nhất trên đời. Thí dụ như trong kinh kệ cái chuyện mà mình xê dịch một cả một ngọn núi hay một căn nhà đó thì vị đó có thể là nhập vô đề mục gió có thể làm xê dịch nó được. Rồi đất, nước, lửa, gió rồi tới xanh, đỏ, trắng. Khi mà đắc định bằng cái đề mục màu xanh. Cứ là để cái miếng màu xanh hoặc là màu đỏ niệm hoài xanh xanh xanh xanh xanh niệm. Lúc niệm vậy nó cũng trải qua ba giai đoạn là sơ tướng, nhiếp tướng và quang tướng nha. Rồi thì khi mà đắc định bằng cái đề mục màu xanh thì vị đó có thể tạo ra cái gì? Có thể biến mọi thứ thành màu xanh như mình muốn. Và đặc biệt là với cái khả năng của cái người mà đắc định bằng đề mục màu xanh họ có thể tạo ra bóng tối. Chứ nếu mình không học cái này mình không biết mình đắc thần thông bây giờ mình làm mình tạo bóng tối bằng đề mục gì thì muốn tạo ra có khả năng tạo ra tạo ra ánh sáng thì mình mới về học lửa, còn muốn tạo ra bóng tối thì đề mục màu xanh và cái người mà họ đã luyện thông quen thuộc họ muốn tạo ra màu xanh họ không cần phải nhập vào đề mục màu xanh mà họ chỉ nghĩ thôi họ nói tối đi là lập tức là tối chứ không có cần phải ngồi xếp bằng rồi niệm xanh xanh là lúc đó là quá chậm rồi. Lúc mà chỉ nghĩ là họ nghĩ tối thui đi là tối thui. Màu xanh là biến mọi thứ thành màu xanh như mình muốn và đặc biệt có thể tạo bóng tối. Vàng cũng vậy. Vàng có thể tạo ra ánh sáng và biến mọi thứ thành màu vàng như mình muốn. Đỏ cũng vậy. Tạo ra ánh sáng và biến mọi thứ thành màu đỏ như mình muốn. Cái màu trắng mới đặc biệt cái màu trắng nó có thể tạo ra ánh sáng và biến mọi thứ thành màu trắng. Hư không niệm đề mục hư không tức là niệm qua cái khe hở cái niệm hư không hư không hư không niệm hoài khi mà đắc định bằng đề mục hư không vị đó có thể xuyên tường xuyên núi và không có một cái vật chướng ngại nào có thể ngăn vị đó được bởi vì đối với vị đó lúc tất cả đều là trống lỏng hiểu không. Rồi tới đề mục ánh sáng là cái đề mục thì nghe tới ánh sáng là biết rồi để một cái trong kinh nói rằng đốt một ngọn lửa rồi lấy miếng vải mỏng che. Bởi vì nếu mà đốt một ngọn lửa mà không có che thì lúc giờ ta thành ra đề mục

đề mục lửa. Bây giờ muốn có đề mục ánh sáng thì lấy một cái tấm vải hoặc tấm giấy che lại. Thì lúc giờ mình không thấy ngọn lửa mà mình chỉ thấy ánh sáng thôi. Thì mình niệm ánh sáng và khi đắc định bằng đề mục ánh sáng vị đó có thể tạo ra ánh sáng và đặc biệt là vị đó có khả năng soi rọi những cái nơi chốn tăm tối mà mình muốn.
Người mù không có đắc được thiên nhãn là bởi vì sao? Vì trong kinh nói tuy thiên nhãn là khả năng nhìn bằng thần thông nhưng mà đương sự muốn có được thiên nhãn vì nó phải tu bằng mắt, tu bằng tu bằng ánh sáng thì trong đó bất cứ một cái chỗ tăm tối nào thì chuyện đầu tiên là vị đó phải nhập vào cái đề mục ánh sáng để khiến cho chỗ đó nó sáng lên mình thấy được.
Là 10 đề mục sẽ ra đất,nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng
Khi ta đang sống trong vật chất, lệ thuộc vật chất, buồn vui với vật chất, thích ghét trong vật chất thì ta không thể chinh phục được vật chất. Khi ta có lòng ly dục, đối với vật chất thì ta mới có thể quay ngược lên làm chủ nó được. Cái câu này rất là quan trọng, vô cùng vô cùng quan trọng.
Các vị có nghe cái câu theo tình tình phụ phụ tình tình theo không? Ở trong tình cảm khi mà mình là kẻ lụy tình mình rất dễ bị đối phương bỏ rơi nhưng mà mình bạc tình thì nó bị bỏ nhanh hơn. Nhưng mà trong vật chất, trong cái pháp tu thiền nó giống như vậy. Khi ta bị lệ thuộc vật chất, đam mê trong vật chất, Thích và ghét trong vật chất, nặng lòng với vật chất thì ta chỉ là nô lệ cho vật chất. Nhưng ở một người đắc thiền không lệ thuộc vật chất thì họ có thể làm chủ vật chất thông qua 10 cái đề mục Kasiṇa. Họ có thể biến một biến đất thành thứ không phải đất. Thứ không phải đất trở thành đất. Thứ không phải nước thành ra nước. Và biến nước thành không phải nước. Làm chủ được nó. Đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng. Bởi cho nên cái câu này câu rất quan trọng. Khi không bị dính mắt lệ thuộc trong vật chất thì ta mới có thể làm chủ được nó. Thế nào trong lớp cũng có người hỏi làm chủ nó để được cái gì? Xin thưa làm chủ nó không quan trọng mà quan trọng là cái khả năng làm chủ đó trước mắt nó làm cho ta không có phiền não.
Tây phương có câu ngạn ngữ như sau. “Giàu sang và quyền lực không quan trọng bằng việc ta trở thành người thế nào sau khi có được hai thứ ấy.”
Vì sao? Vì có rất nhiều người bắt đầu khởi nghiệp bằng tay trắng tới lúc có tiền rồi thúi quắc. Có không? có. Nó thành ra một cái thứ mà không có xài được. Có hiểu không? Ta có không? Có. Và có rất nhiều người cũng đi làm chính trị giúp nước lợi dân tới hồi mà nó ngồi được cái ghế cao thì nó sao ta trùm tham nhũng. Có không? Hồi đầu thì cũng ghê lắm. Hồi đầu cũng ghê lắm nha. Hồi đầu là cũng lo quốc gia dân tộc tới lúc mà nắm được rồi đó thì
thôi ôi thôi rồi lượm ơi. Hoặc là hồi mới vô tu thì cũng tâm quyết rồi. Dữ dội lắm tới hồi cất được cái chùa có 1000 Phật tử xong là xong luôn. Có không?
Thì ở đây cũng vậy. Cái chuyện mà làm chủ vật chất không quan trọng mà cái quan trọng là để trở thành con người như vậy anh đã lần lượt lìa bỏ năm triền cái rồi cái gì nữa? Có khả năng an lạc bất cứ lúc nào mình muốn. Thứ ba là chết về Phạm Thiên. Bốn là tu quán cực dễ. Cái người mà đắc sơ thiền trở lên tu quán cực dễ. Đó là bốn lợi ích của người mà đắc thiền.
Một là lìa bỏ năm triền tâm tư nhẹ nhàng hơn. Rồi cái gì nữa ta?
Thứ hai là khả năng an lạc hiện tại.
Thứ ba là chết về phạm thiên. Mà tại sao cái phạm thiên nó quan trọng? Các vị dò trong cái dòng luân hồi mới thấy ghê. Cái thời gian về phạm thiên rất là lâu. Nhờ vậy mình hạn chế rất là nhiều cái ác nghiệp. Nếu mà mình chờ Phật ra đời là về Phạm Thiên là chắc ăn nhất. Chờ mẹ đi chợ về đó thì tốt nhất là ở nhà của thầy giáo. Rồi khi mình mình trú mưa mình cũng muốn trú cái chỗ khô ráo rồi an toàn trú mưa thì tôi thích đứng ở quán cà phê hơn là quán nhậu đúng không?
Thì dòng luân hồi cũng vậy. Nếu mà phải tắp vô một chỗ nào đó mà chờ gặp Phật thì mình nên tắp vô cõi cõi lành. Rồi sao nữa? Nếu mà phải gặp thì gặp người người lành. Và muốn có được chỗ lành và người lành thì mình phải lành. Còn mình không lành thì đừng hòng về chỗ lành, đừng hòng gặp người lành. Mà nếu mà thiếu ba cái lành này thì cái chỗ mình trú mưa đó ghê lắm. Toàn là dân xâm trổ hổ báo. Đó mà đi trú mưa mà thân gái dặm trường mà đứng trú mưa mà ngay cái chỗ đó về còn nguyên vẹn về cũng chuyện lạ
Thứ 4 tu tuệ quán dễ dàng
bốn lợi ích này có đủ để mình mình đắc sơ thiền không? Quá đủ luôn nha. Quá đủ luôn rồi. Nó quan trọng cái đó.

Khi ta lệ thuộc vật chất ta không thể làm chủ nó. Khi ta lìa bỏ nó, ta mới làm chủ nó. Việc ta làm chủ nó không quan trọng bằng việc ta trở thành con người thế nào khi làm chủ nó. Cái câu đó rất quan trọng.
Khi lệ thuộc vật chất thì ta là nô lệ vật chất. Khi ta lìa bỏ nó thì ta mới là ông chủ của nó. Việc làm ông chủ vật chất không quan trọng bằng việc ta trở thành người thế nào khi đã là một ông chủ. Cái chuyện mình thành triệu phú không quan trọng bằng mình trở thành con người thế nào sau khi thành triệu phú.
Loại thiền Thứ hai đó là Vipassana còn gọi là tuệ quán.
Người hữu duyên tu tập thiền định trong thời gian nháy mắt. Nhưng chúng ta phải cảm ơn những người kém duyên nhờ họ kinh điển mới ghi rõ. Có hiểu không? Chứ nếu mà ai cũng như ngài Xá Lợi Phất là chết cha mình rồi. Hiểu không? Ngài Xá Lợi Phất các vị biết ngài đắc bằng cái gì không? Ngài đắc tu đồ quờn bằng cái câu vạn pháp do duyên mà có, vạn pháp do duyên mà mất. Bậc đạo sư đã nói rõ duyên sanh và duyên diệt ấy. Rồi ngài đắc a la hán bằng câu gì? Tất cả cảm thọ đều vô thường ta cảm nhận được gì từ cái vô thường ấy. Bản thân cảm thọ ấy cũng vô thường bèn đắc A La Hán.
Mọi thứ đều vô thường. Ta bị hay được gì từ cái cái vô thường đó.
Rồi mình phải nhìn lại cái tâm mà nhìn lại cái vô thường đó tâm nó cũng vô thường.
Tại vì thường là Phật tử mình bị cái này rất là nặng. Thấy rằng tôi đang thở ra đang thở vào, đó là sắc vô thường xong chưa? Thấy rằng hồi nãy vui bây giờ buồn, hồi nãy thiện giờ ác đó là tâm vô thường. Nhưng mà họ quên một chuyện là tôi đang tu. Đúng là có cái tôi đang tu không? Không không. Cái vô thường nó quan sát cái vô thường, tâm sau nhìn lại tâm trước. Nó nhìn lại một thứ không còn nữa bỏ xót cái đó. Đó hành giả phải luôn luôn nhớ là cái vô thường đang quan sát cái vô thường. Cái vô thường sau nó nhìn lại cái vô thường trước thì ngài Xá Lợi Phất đắc ngay chỗ đó. Đó tại vì sao? Vì ông cậu ruột của ngài vào khoe với Đức Phật Đó thưa tôn giả Gotama trên đời này không có cái gì làm cho con thấy thích hết ông khoe vậy đó thì Đức Phật hỏi vậy chứ ông có thích với cái cái trình độ đó không, cái trình độ mà không thích gì đó thì ngài Xá Lợi Phất nghe ngài đắc quả. Nhớ cái đó cái đó rất là quan trọng.
Bây giờ học thiền quán, Thiền quán là chánh niệm và trí tuệ, ghi nhận, quan sát bản chất cùng hoạt động của thân tâm. Ta thế nào (nội thân) thì người khác cũng vậy (ngoại thân). Hành giả biết rõ thân tâm này vô ngã vô thường để lìa bỏ sự dính mắt đối với bản thân. Khi thấy được rằng ta thế nào thì người khác cũng vậy. Thì lìa bỏ được sự dính mắt đối với tha nhân. Dính mắt ở đây gồm có hai đó là thích và ghét tức là tham thích và bất mãn. Từ chuyên môn gọi là tham ưu.
Rồi các vị nghe câu chuyện này tôi mong là các vị biết viết tắt
Một thiền sinh hỏi thiền sư rằng hành giả trong Thiền Viện có được phép dùng email hay không? Thiền sư trả lời được nhưng đừng attachment. Cái chữ này có mấy nghĩa? Hai nghĩa.
Nghĩa đen có nghĩa là gì? Viết đơn giản thôi. Đừng gửi kèm cái file nào hết. Nhưng mà chữ này nó còn có nghĩa nữa là dính mắc.
Chúng ta có hai cách dính với cuộc đời này dính bằng cách là ghét và thích. Cả hai đều dính hết. Thích là dính thì ai cũng thấy nhưng mà ghét có dính không?
Các vị có giận ai mà đem người đó vào giấc ngủ không? Có.
Đem lên mâm ăn lúc lái xe, lúc đi bộ đó thấy chưa? Ghét mà mình đem nó theo còn nhiều hơn thương nữa. Mà đó giờ mình nghe nó dính mắc mình tưởng là chắc phải thương. NO.
Cũng như ở trường hợp thiền Samatha, người hữu duyên có thể chứng đạo trong nháy mắt. Vậy nhưng với người kém duyên thì việc tu tập phải là một lộ trình công phu đòi hỏi nhiều thời gian và do vậy phải qua nhiều giai đoạn hay nhiều cấp độ tâm linh với những độ nhận thức khác nhau. Ở bậc đại trí thì các thiền tuệ chỉ là những khía cạnh tâm lý có mặt cùng lúc trong một khoảnh khắc , Nhưng ở người trí chậm thì thiền tuệ là những giai đoạn phải cần đến nhiều thời gian. Người mà trí nhanh thì nó chỉ là những khía cạnh có mặt trong cùng lúc. Còn người trí chậm thì những cái khía cạnh đó nó bị tách ra thành giai đoạn. Một cái là detail, một cái là period. Tức là một cái là chỉ là khía cạnh là chi tiết thôi. Còn cái đó là những giai đoạn
Các giai đoạn nhận thức trong hành trình Tuệ Quán thường được trình bày như sau.

Cái đầu tiên, trí phân biệt danh sắc (Nāmarūpa-pariggaha-ñāṇa): với chánh niệm và trí văn trí tư. Hành giả phân biệt được danh là gì, sắc là gì. Thấy rằng không hề có việc "Tôi uống nước, mà thấy rõ rằng ý muốn uống nước là danh pháp, nước và cơ thể của mình là sắc Pháp. Cả danh và sắc này liên tục thay đổi, Không hề có một thứ gì ở đó có thể gọi là tôi hay của tôi.
Trí nhận diện các duyên.(Paccaya-pariggaha-ñāṇa): Hành giả thấy rằng mọi thứ ở đời đều do các điều kiện tác động, không gì tự nhiên mà có. Từ những giây phút buồn vui thiện ác, cho đến từng động thái sinh hoạt lớn nhỏ cũng đều do các điều kiện tác động từ tâm sinh lý bản thân. Hay từ bên ngoài như người khác hay thiên nhiên.
Trí nhận diện tâm tướng (Sammasana-ñāṇa)

[11/06/2026 - 11:40 - thuanphap27]
Buổi 32. Thiền (3)
Kèm bà con cái gì mà bà con phải vất vả đó thì tôi giúp còn nào mà bà con tự thấy được.
Nhưng mà sẵn nghe tôi nhớ nhớ tôi nghe cái này nè.
Kinh Phật gồm có nhiều đời, cái này phải nghe ông áo xanh này nè.
Kinh Phật gồm có nhiều đời,
Đời 1 là những gì Đức Phật và các vị Đại Đệ Tử của Ngài thuyết giảng, đó là Kinh Phật Đời 1.
Tiếng Pali gọi là Tipiṭaka tức là Tam Tạng.
Đời 2 là những Chú Giải của Kinh Điển Đời 1 thì gọi là Aṭṭhakathā, Chánh Sớ.
Kinh Phật Đời 3 là Chú Giải những điểm gọi là gốc tối của Đời 2.
Đời 2 là chú thích cho Đời 1 những điểm mà khó hiểu.
Đời 3 là chú thích những điểm mà khó hiểu của Đời 2.
Đời 4 là Chú Giải những chỗ khó hiểu của đời Đời 3.
Đời 5 là Chú Giải những điểm khó hiểu của đời Đời 4.
Nghe cho kỹ.
Và người cuối cùng đóng lại các đời Kinh Điển sau đời của người đó thì không có vị nào có đủ tư cách để mà thêm Đời Thứ 6.
Đó là ngài Ledi Sayadaw, người Miến Điện.
Ngài viết Chú Giải Kinh Điển.
Ghi cho rõ, sanh năm 1846 và tịch năm 1924 cùng năm với Lenin, chết cùng năm với Lenin.
Tức là 5 năm sau Cách Mạng Nga 1917 đó, thì năm 24 đồng chí Lenin đã vĩnh viễn ra đi thì ngay năm đó là ngài Ledi cũng tịch.
Và trước khi ngài tịch ngài phải trải qua 3 năm bị lòa không thấy đường, vì suốt mấy chục năm trời làm việc trong điều kiện ánh sáng cực kỳ gọi là tệ, xài đèn dầu.
Và có một chuyện đặc biệt nữa là hội Pali Text Society của Anh, lúc đó là người Anh họ đang đô hộ Miến Điện thì lúc đó là họ cũng biết ngài là nhân vật cộm cán nhất của Phật Giáo Miến Điện cho nên họ đã liên lạc với ngài và liên lạc bằng ngôn ngữ gì ta?
Tiếng Pali, dạ tiếng Pali.
Thí dụ như trong đó có chữ London thì tiếng Pali ngài phải viết theo tiếng Pali là Landana thì người bên kia họ hiểu đó là chữ London.
Và cả hai bên như như cô Horner hoặc là bà giáo sư Rhys Davids thì họ liên lạc với ngài bằng tiếng Pali, họ viết thơ. Và ngài cung cấp tài liệu cho họ.
Và trước khi ngài mất ngài có đi đảnh lễ, ngài đi đảnh lễ bên Ấn Độ ngài mới về ngài tịch.
Và trong chùa của ngài thì gọi là ngài đệ tử ngài không có nhiều, nhưng mà trong đó có 7 vị thân cận nhất, 7 vị sư.
Và ngài không có gọi là, nói theo Bắc Tông là không có Truyền Y Bát cho ai mà ngài lại truyền cho ông Cư Sĩ, ông Cư Sĩ mới có trình độ tiểu học thôi.
Nhưng mà nói theo Bắc Truyền là Đắc Pháp với ngài.
Ông đó là ông Thet, mà tiếng Miến Điện ông thầy người ta kêu là Saya, cho nên kêu ổng là Saya Thet.

Mà hễ mà mình tôn trọng ai đó thì mình thêm chữ Gyi đằng sau, thí dụ như Kandaw, tiếng Miến Điện Kandaw là hồ nước mà hồ nước mà mình mình muốn gọi trân trọng hồ đó đó mình gọi là Kandawgyi.
Cũng là hồ thôi nhưng mà có chữ Gyi là biết hồ đó là hồ lớn, hồ nổi tiếng.
Cho nên ông này ổng tên là ổng Thet mà tại vì người ta trọng ổng người ta kêu là thầy Thet, tiếng Miến Điện kêu là Saya Thet thêm chữ Gyi đằng sau thành là Saya Thetgyi.
Mấy độc giả đời sau mà không biết tiếng Miến Điện thì cứ kêu ông Saya Thetgyi rất là dài, kêu ông Thet là được.
Ngài Ledi ngài viết Chú Giải Tam Tạng và sau viết bằng tiếng Pali và những gì ngài viết được đưa vào trong bộ Đại Tạng của Phật Giáo Nam Truyền.
Và sau đời ngài Ledi năm 1924 thì 5 đời Kinh Điển Pali chính thức khép lại không ai có tư cách thêm bớt gì nữa.
Hôm nay các vị vào internet các vị đánh giùm tôi chữ Tipitaka.org thì các vị sẽ thấy trong đó có các đời Tam Tạng, các đời kinh.
Đời 1 là Tipiṭaka, Đời 2 là Aṭṭhakathā, Tīkā, Anutīkā và có để chữ Ledi Sayadaw, là ngài đó.
Đến năm 1924 thì ngài tịch.
Ngài trước khi ngài tịch ngài dạy Thiền cho ông Thet, ông Thet mới sau đó ổng dạy cho U Ba Khin, U Ba Khin mới dạy cho ông Goenka là hết, đó thì Goenka mới tịch đây đó.
Đó thì nói cho bác biết cái gốc nó khủng khiếp như vậy.
Là ngài Ledi ngài dạy cho ông Thet, ông Thet dạy cho ông ba U Ba Khin, U Ba Khin mới dạy cho ông Goenka, tới Goenka thì dạy cho lại cho Việt Nam.
Bây giờ đó nãy giờ đó là chỉ tản mạn bên lề thôi đó.
Bây giờ bắt đầu chính thức bài học sáng nay.
Bây giờ bắt đầu ghi nè.
Chúng ta đã biết đến 2 loại thiền, Thiền Tập Trung và Thiền Soi Rọi.
Thiền Tập Trung là Samatha, còn Thiền Soi Rọi là Vipassanā.
Cái đầu tôi nó làm ào ào ào mà quý vị mò kiểu này nó quên bà nó hết rồi.
Tôi nghi ngờ chắc có 1 cách này, tôi giảng vô trong một máy thâu, vẫn ngồi trước mặt nhưng mà tôi giảng ào ào vô máy thâu tôi đi về quý vị mở ra mấy vị chép lại.
Chứ còn mà cứ rặn rặn là lòi bò bò sạc sạc không chân kiểu này là con rắn nó bò mất.
Ở Bậc Đại Căn thì thời gian Chứng Ngộ chỉ trong chớp mắt.
Từ một người không thiền đến lúc chứng xong Phi Tưởng Phi Phi Tưởng chỉ mất vài phút và thời gian Luyện Thông cũng chỉ vài phút, đơn giản như lấy ra một món đồ từ túi áo.
Ở Thiền Vipassanā cũng vậy.
Bậc Đại Căn chỉ mất một nháy mắt để từ Phàm Phu trở thành Bậc La Hán.
Riêng đối với người bình thường thì mỗi Đề Mục Samatha (trong 10 Kasiṇa) phải trải qua 3 giai đoạn có khi cách nhau nhiều năm.
Dễ sợ không, người ta thì nháy mắt còn mình phải trải qua giai đoạn mà có khi cách nhau nhiều năm.
Giai Đoạn 1 là Giai Đoạn Sơ Tướng (Parikamma):
Ví dụ như Hành Giả nhìn vào một miếng Đất đường kính bằng khuôn mặt mình, hay một tô Nước có đường kính tương tự, rồi tập trung tư tưởng nhìn vào đó niệm hoài một chữ: Đất Đất Đất Đất Đất hoặc Nước Nước Nước.
Lúc này mắt phải luôn nhìn vào Đề Mục.
Giai Đoạn 2 là Giai Đoạn Nhiếp Tướng (Uggaha Nimitta):
Lúc này hình ảnh Nước hay Đất hoặc Đề Mục nào đó trong 10 Kasiṇa đã thật sự Nhập Tâm, Hành Giả nhắm mắt lại vẫn thấy chúng rõ ràng như đang nhìn bằng mắt.
Giai Đoạn 3 là Giai Đoạn Tợ Tướng hay Quang Tướng (Paṭibhāga Nimitta):
Là hình ảnh Đề Mục lúc này tự phát sáng như một vầng trăng hay chiếc đĩa bằng kim loại đã được đánh bóng.
Chữ Paṭibhāga có nghĩa là Tương Tợ.

Khuôn Đất, hay tô Nước lúc này vẫn là Đất và Nước, vẫn là Đất và Nước nhưng đẹp hơn và không còn giống như thực tế.
Người Hữu Duyên sau giai đoạn Quang Tướng sẽ đắc được Sơ Thiền, nội tâm vắng mặt 5 Triền Cái, thành tựu 5 Chi Thiền, có được một sự an lạc mà xưa giờ không một thứ Dục Lạc nào có thể đem lại.
Bây giờ mới thấy không có học đạo nghe mấy chữ này không hiểu, Dục Lạc là cái gì?
Ăn ngon, mặc đẹp đó gọi là Dục Lạc.
Chăn êm, nệm ấm, quần là, áo lụa, tiện nghi Vật Chất thì gọi là Dục Lạc.
Bởi do đó giờ đi chùa có nghe chữ này không?
Bây giờ quý vị mới thấy làm Cư Sĩ là nói gì thì nói bên mạng nó chửi thầy chùa chứ đúng ra làm thầy chùa nó có lợi là có thì giờ để mà đọc, học và nghiền ngẫm, làm quen với mấy này.
Còn Cư Sĩ xách một cọc tiền 5 tỷ vô cúng xong đi về đầu nó sình không.
Khổ vậy đó.
Cư Sĩ bây giờ khác Cư Sĩ thời Phật nhiều lắm.
Cư Sĩ thời Phật là nhớ Chánh Giải Thoát không?
Có 2.
Thì người ta Cư Sĩ thì người ta không có phá sạch Nhà Tù nhưng Cư Sĩ nào thời Phật người ta cũng cưa song sắt hết.
Cho nên mang tiếng nhốt nhưng mà thật ra là Cư Sĩ thời đó trong kinh rất nhiều bài kinh mà do Cư Sĩ thuyết giảng.
Tại vì họ cần nhà ở thì họ tạm thời họ ở trong nhà đó thôi nhưng mà không có gọi là Nhà Tù,.
Các vị còn nhớ định nghĩa Nhà Tù không?
Nhà Tù là khóa trong hay khóa ngoài và ai giữ chìa khóa, thì quý vị tự coi coi quý vị bây giờ ai giữ.
Thứ nhất là bây giờ đang khóa trong hay khóa ngoài nè? Khóa ngoài.
Toàn là khóa ngoài không, mà ai giữ?
Chồng, vợ, trời ơi bà này mất chìa luôn bà này mất chìa mất chìa luôn mới ghê, mất chìa luôn.
Chồng giữ nè, vợ giữ nè, con giữ nè, tiền bạc giữ nè.
Tui còn biết nhiều người còn độc nữa, thú cưng giữ nữa.
Thú cưng giữ, tôi biết có nhiều người không có dám đi xa vì lỡ nuôi 4 con chó, 8 con mèo, không có dám đi đâu hết.
Ghê vậy đó.
Mà chua nhất là thú cưng giữ chìa khóa mới ghê.
Cho nên là Dục Lạc là ăn ngon, mặc đẹp, chăn êm, nệm ấm, quần là, áo lụa, tiện nghi Vật Chất…
Người đắc Sơ Thiền trở lên có thể ngồi yên an hưởng Thiền Lạc trong suốt nhiều ngày không biết gì là nóng lạnh đói khát hay nhu cầu tiểu tiện, thậm chí ngồi yên bất động như một xác ngồi.
Khiếp vậy đó, họ an lạc vậy đó.
Như vậy thì sáng nay trước hết tôi đã dạy bà con về Thiền Chỉ trước.
Có nghĩa là mấy đề mục đó, trong 40 đề mục Thiền Chỉ, thì trong đó có 10 Kasina là nó muốn tu.
Bởi vì tại sao tôi đặc biệt nhớ nhắc mạnh tới 10 ông này?
Bởi vì 10 ông này là 10 đề mục mà giúp mình Đắc Định mà cũng là Hiện Thông.
Đắc Định và Hiện Thông.
Còn mấy đề mục kia chỉ giúp mình Đắc Định, và Đắc Định xong rồi Nhập Định để hưởng Thiền Lạc chết sanh về Phạm Thiên thôi.
Riêng 10 đề mục này là giúp mình Đắc Định mà giúp mình hiện Thần Thông được.
Thí dụ như người niệm Đề Mục Đất, khi mới Đắc Thiền bằng Đề Mục Đất vị đó có thể đi trên nước, đi trên Hư Không.
Vị Đắc Thiền bằng Đề Mục Đất có thể đi trên nước, đi trên Hư Không.
Vị Đắc Thiền bằng Đề Mục Nước có thể độn thổ và có thể tạo ra nước như mình muốn.
Vị Đắc Thiền bằng Đề Mục Lửa, vị đó có thể tạo ra Ánh Sáng, tạo ra Hào Quang và có thể đương nhiên là tạo ra lửa.
Lửa, Ánh Sáng, Hào Quang, tạo ra hơi ấm, hơi nóng.
Gió, vị Đắc Thiền bằng Đề Mục Gió, vị đó có thể là tạo ra cuồng phong bão tố như ý muốn.

Vị đó có thể ngăn chặn cuồng phong bão tố hoặc tạo ra ngăn chặn, hoặc tạo ra cuồng phong bão tố.
Và cái này mới quan trọng: vị đó có thể xê dịch, làm rung động, lay chuyển những gì mà kiên cố chắc chắn nhất trên đời.
Thí dụ như trong kinh kể những chuyện mà mình xê dịch cả một ngọn núi hay là một căn nhà, thì vị đó có thể là nhập vô Đề Mục Gió có thể làm xê dịch nó được.
Đất nước lửa gió.
Tới xanh vàng đỏ trắng.
Khi mà ngồi, khi mà Đắc Định bằng Đề Mục Màu Xanh, màu xanh là sao cứ là để miếng màu xanh hoặc là màu đỏ cứ niệm hoài xanh xanh xanh niệm.
Lúc niệm vậy nó cũng trải qua ba giai đoạn là Sơ Tướng, Nhiếp Tướng và Quang Tướng.
Thì khi Đắc Định bằng Đề Mục Màu Xanh thì vị đó có thể tạo ra cái gì?
Mấy cái này chắc phải ghi.
Có thể biến mọi thứ thành màu xanh như mình muốn.
Và đặc biệt là với khả năng của người mà Đắc Định bằng Đề Mục Màu Xanh, họ có thể tạo ra Bóng Tối.
Chớ nếu mà mình không học cái này mình không biết mình đắc Thần Thông bây giờ mình làm sao mình tạo Bóng Tối bằng đề mục gì?
Thì muốn tạo ra khả năng tạo ra Ánh Sáng thì mình mới vừa học Lửa.
Còn muốn tạo ra Bóng Tối thì Đề Mục Màu Xanh.
Và sẵn đây nghe tôi nói luôn.
Nghe thì nó hơi dài dòng nhưng mà người mà họ đã luyện thông quen thuộc, họ muốn tạo ra màu xanh họ không cần phải nhập vào Đề Mục Màu Xanh mà họ chỉ nghĩ thôi.
Họ nói "tối đi" là lập tức là nó tối.
Chớ không có cần phải ngồi xếp bằng rồi niệm xanh xanh là lúc đó là quá chậm.
Lúc họ chỉ nghĩ thôi họ nghĩ "tối thui đi" là nó tối thui.
Màu xanh là biến mọi thứ thành màu xanh như mình muốn và đặc biệt có thể tạo Bóng Tối.
Vàng cũng vậy, vàng có thể tạo ra Ánh Sáng và biến mọi thứ thành màu vàng như mình muốn.
Đỏ cũng vậy, tạo ra Ánh Sáng và biến mọi thứ thành màu đỏ như mình muốn.
Màu trắng mới đặc biệt, màu trắng nó có thể tạo ra Ánh Sáng và biến mọi thứ thành màu trắng và tạo ra Ánh Sáng.
Xanh vàng đỏ trắng.
Hư Không
Niệm Đề Mục Hư Không tức là niệm qua một khe hở cứ niệm Hư Không niệm hoài.
Khi mà Đắc Định bằng Đề Mục Hư Không, vị đó có thể xuyên tường, xuyên núi và không có một vật chướng ngại nào có thể ngăn vị đó được.
Bởi vì đối với vị đó lúc đó tất cả đều là trống rỗng.
Hư Không.
Tới Đề Mục Ánh Sáng.
Đề Mục Ánh Sáng là đề mục mà nghe chữ ánh sáng là biết, trong kinh nói rằng đốt một ngọn lửa lấy miếng vải mỏng che, bởi vì nếu mà đốt một ngọn lửa mà không có che thì lúc giờ thành ra đề mục Đề Mục Lửa.
Bây giờ muốn có Đề Mục Ánh Sáng thì phải lấy một tấm vải hoặc tấm giấy che lại, thì lúc giờ mình không thấy ngọn lửa mà mình chỉ thấy ánh sáng thôi.
Thì mình niệm ánh sáng.
Và khi Đắc Định bằng Đề Mục Ánh Sáng, vị đó có thể tạo ra Ánh Sáng và đặc biệt là vị đó có khả năng soi rọi những nơi chốn tăm tối mà mình muốn.
Và ở đây cũng phải ghi thêm cái này:
Người mù không có đắc được Thiên Nhãn.
Là bởi vì sao?
Vì trong kinh nói tuy Thiên Nhãn là khả năng nhìn bằng Thần Thông nhưng mà đương sự muốn có được Thiên Nhãn vị đó phải tu bằng mắt.
Tu bằng ánh sáng.

Thì trong bất cứ một chỗ tăm tối nào thì chuyện đầu tiên là vị đó phải nhập vào Đề Mục Ánh Sáng để khiến cho chỗ đó nó sáng lên mình mới thấy được.
Đó là 10 đề mục Kasina:

- Đất
- Nước
- Lửa
- Gió
- Xanh
- Vàng
- Đỏ
- Trắng
- Hư Không
- Ánh Sáng

Tất cả là 10 đề mục.
Cái này mới đặc biệt, cái này tôi nói tôi cũng hơi run bởi vì không biết bà con có hiểu không.
Nghe cho kỹ:
Khi ta đang sống trong Vật Chất, lệ thuộc Vật Chất, buồn vui với Vật Chất, thích ghét trong Vật Chất.
Nghe cho kỹ:
Sống trong Vật Chất, lệ thuộc Vật Chất, bằng sự thích ghét trong Vật Chất thì ta không thể chinh phục được Vật Chất.
Khi ta có lòng Ly Dục đối với Vật Chất thì ta mới có thể quay ngược lên Làm Chủ nó được.
Câu này rất là quan trọng, vô cùng vô cùng quan trọng.
Các vị có nghe câu: Theo Tình Tình Phụ, Phụ Tình Tình Theo.
Ở trong tình cảm khi mình là kẻ lụy tình mình rất dễ bị đối phương bỏ rơi nhưng mà mình bạc tình thì bị bỏ nhanh hơn.
Nhưng mà trong Vật Chất trong pháp Tu Thiền giống như vậy
Khi ta bị lệ thuộc Vật Chất, đam mê trong Vật Chất, thích và ghét trong Vật Chất, nặng lòng với Vật Chất thì ta chỉ là nô lệ cho Vật Chất.
Nhưng ở một người Đắc Thiền không Lệ Thuộc Vật Chất thì họ có thể Làm Chủ Vật Chất thông qua 10 Đề Mục Kasina.
Họ có thể biến biến Đất thành thứ không phải Đất, thứ không phải Đất trở thành Đất, thứ không phải Nước thành ra Nước và biến Nước thành không phải Nước.
Làm Chủ được nó.
Đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng.
Bởi cho nên câu này câu rất quan trọng:
Khi không bị Dính Mắc, Lệ Thuộc trong Vật Chất thì ta mới có thể Làm Chủ được nó.
Thế nào trong lớp cũng có người hỏi Làm Chủ nó để được gì?
Xin thưa, Làm Chủ nó không quan trọng, mà quan trọng là khả năng Làm Chủ đó trước mắt nó làm cho ta không có Phiền Não.
Bởi Tây nó có câu thế này, chắc phải ghi câu này:
Tây phương có câu ngạn ngữ như sau:
Giàu Sang và Quyền Lực không quan trọng bằng việc ta trở thành người thế nào sau khi có được hai thứ ấy.
Trời ơi nguyên một rừng người cho nên chỉ gật đúng ba người thôi.
Giàu Sang và Quyền Lực không quan trọng bằng việc ta trở thành người như thế nào sau khi có được hai thứ đó.
Không có đời sống tinh thần không có tới hồi nghe một câu sáng như ban ngày vẫn tiếp tục không hiểu.
Giàu Sang và Quyền Lực không quan trọng bằng việc ta trở thành người thế nào sau khi có được hai thứ đó.
Vì sao?

Vì có rất nhiều người bắt đầu khởi nghiệp bằng tay trắng, tới lúc có tiền, thúi quắc.
Nó thành ra một thứ mà không có xài được.
Và có rất nhiều người cũng đi làm chính trị giúp nước lợi dân, tới hồi mà nó ngồi được ghế cao thì nó sao ta?
Trùm Tham Nhũng.
Hồi đầu thì cũng ghê lắm, hồi đầu cũng ghê lắm nha.
Hồi đầu là cũng lo quốc gia dân tộc, tới lúc mà nắm được rồi thì thôi.
Ôi thôi rồi lượm ơi. Thôi rồi lượm ơi.
Hoặc là hồi mới vô tu thì cũng tâm huyết đồ dữ dội lắm tới hồi cất được chùa có 1 ngàn phật tử xong là xong luôn.
Thì ở đây cũng vậy, chuyện mà Làm Chủ Vật Chất không quan trọng, mà quan trọng là để trở thành con người như vậy anh đã lần lượt lìa bỏ 5 Triền Cái.
Có khả năng an lạc bất cứ lúc nào mình muốn.
Thứ ba là chết về Phạm Thiên.
Bốn là Tu Quán cực dễ.
Với người mà đắc Sơ Thiền trở lên Tu Quán cực dễ.
Đó là 4 lợi ích của người mà mà mà Đắc Thiền.
Một là lìa bỏ 5 Triền, tâm tư nhẹ nhàng hơn.
Thứ hai là khả năng an lạc hiện tại.
Thứ ba là chết về Phạm Thiên.
Mà tại sao Phạm Thiên nó quan trọng?
Các vị dò trong Vòng Luân Hồi mới thấy ghê.
Thời gian về Phạm Thiên rất là lâu, nhờ vậy mà mình hạn chế được rất là nhiều Ác Nghiệp.
Nếu mà mình chờ Phật ra đời là về Phạm Thiên là chắc ăn nhất.
Chờ mẹ đi chợ về đó thì tốt nhất là ở nhà của thầy giáo.
Chứ còn ở chỗ mà chơi game với bóng bàn đó thì nó không có...
Chờ mẹ đi chợ về thì...
Mà các vị đi chợ mà gởi con thì thích gởi ở đâu?
Gởi chỗ gởi chỗ sạch sẽ?
Hiền ghê luôn, tôi nhìn quý vị mà tôi nhớ Thiên Chúa quá.
Hiền như, em hiền như ma sơ.
Tức là khi mình gởi con mình cũng muốn gởi chỗ.
Khi mình trú mưa mình cũng muốn trú chỗ khô ráo an toàn.
Trú mưa thì tôi thích đứng ở quán cà phê hơn là quán nhậu.
Thì Vòng Luân Hồi cũng vậy, nếu mà phải tấp vô một chỗ nào đó mà chờ gặp Phật thì mình nên tấp vô cõi, cõi lành.
Nếu mà phải gặp thì gặp người người lành.
Và muốn có được chỗ lành và người lành thì mình phải, phải lành. Phải lành.
Còn mình không lành thì đừng hòng về chỗ lành, đừng hòng gặp người lành.
Mà nếu mà thiếu ba lành này thì chỗ mình trú mưa đó ghê lắm, toàn là dân xăm trổ hổ báo.
Đó, đi trú mưa mà thân gái dặm trường mà đứng trú mưa mà ngay chỗ đó mà về còn nguyên vẹn nó thuộc về cũng chuyện lạ.
Lợi ích

- Một là lìa bỏ 5 Triền, tâm tư nhẹ nhàng hơn.
- Thứ hai là khả năng an lạc hiện tại.
- Thứ ba là chết về Phạm Thiên.
- Thứ tư là Tu Thiền Quán dễ dàng.

4 lợi ích này có đủ để mình đắc thiền Sơ Thiền không?
Quá đủ luôn, quá đủ luôn.
Khi ta Lệ Thuộc Vật Chất ta không thể Làm Chủ nó.
Khi ta lìa bỏ nó ta mới Làm Chủ nó.
Việc ta Làm Chủ nó không quan trọng bằng việc ta trở thành con người thế nào khi Làm Chủ nó.

Câu đó rất quan trọng.
Khi Lệ Thuộc Vật Chất thì ta là nô lệ Vật Chất.
Khi ta lìa bỏ nó thì ta mới là ông chủ của nó.
Việc làm ông chủ Vật Chất không quan trọng bằng việc ta trở thành người thế nào khi đã làm một ông chủ. Đó mới quan trọng.
Chuyện mình thành Triệu Phú không quan trọng bằng mình trở thành con người thế nào sau khi thành Triệu Phú.
Và rất nhiều người thì họ thấy Triệu Phú quan trọng hơn nhưng mà tôi thấy không.
Tôi thành con người như thế nào.
Bây giờ qua Thiền Quán nè.
Qua Thiền Quán.
Loại thiền thứ hai đó là Vipassana, còn gọi là Tuệ Quán.
Thì sáng giờ, bây giờ những cái sáng giờ thì bà con biết bà con có biết hay là chưa biết?
Biết.
Ông thầy ổng lên ổng giảng thế này:
Hôm nay thầy giảng cho các em nghe về cấu trúc sinh học, hệ thống tiêu hóa của loài ếch.
Các em có biết chưa?
Nói biết, ổng nói biết khỏi học.
Bữa sau, hôm nay thầy giảng cho các em nghe về hệ thống hô hấp của loài ếch, các em biết chưa?
Nó dạ không biết, ổng nói không biết giảng làm chi.
Bữa sau ổng lên ổng hỏi bữa nay các thầy giảng về hệ thống tuần hoàn của loài cào cào các em biết không?
Nó chia phe ra, một nửa nói dạ biết, một nửa nói dạ không biết, ổng nói đám biết dạy cho đám không biết.
Cho nên không có ngày nào ổng dạy hết.
Bây giờ hồi nãy giờ hồi sáng giờ học cũ hay mới?
Thì đám cũ dạy cho đám mới.
Đi làm thầy không nên đố.
Nhưng mà nói biết rồi nhưng mà tôi vẫn tin bà con sáng giờ là cần thiết.
Tôi nhắc lại,
Một là Người Hữu Duyên tu tập Thiền Định trong thời gian nháy mắt.
Nhưng chúng ta phải cảm ơn những Người Kém Duyên nhờ họ Kinh Điển mới ghi rõ.
Chứ nếu mà ai cũng như ngài Xá Lợi Phất là chết cha mình rồi, Ngài Xá Lợi Phất các vị biết ngài đắc bằng gì không?
Ngài đắc Sơ Tu Đà Hoàn bằng câu:
Vạn Pháp do Duyên mà có
Vạn Pháp do Duyên mà mất
Bậc Đạo Sư đã nói rõ
Duyên Sanh và Duyên Diệt ấy.
Tóm tắt là chơi câu đó cắn lưỡi luôn.
Ngài đắc A La Hán bằng câu gì?
Tất cả Cảm Thọ đều Vô Thường.
Ta cảm nhận được gì từ Vô Thường ấy bản thân Cảm Thọ ấy cũng Vô Thường bèn đắc A La Hán.
Nghe nè: Mọi thứ đều Vô Thường, ta bị hay được gì từ Vô Thường đó.
Mình phải nhìn lại, tâm mà nhìn lại Vô Thường đó tâm nó cũng Vô Thường.
Tại vì thường là phật tử mình bị này rất là nặng.
Thấy rằng tôi đang thở ra đang thở vào đó là Sắc Vô Thường.
Thấy rằng hồi nãy vui bây giờ buồn, nãy thiện giờ ác đó là Tâm Vô Thường.
Nhưng mà họ quên một chuyện là tôi đang tu.
Đúng là có cái tôi đang tu không?
Không.
Vô Thường nó quan sát Vô Thường.

Tâm sau nhìn lại tâm trước.
Nó nhìn lại một thứ không còn nữa, bỏ sót cái đó đó.
Hành Giả phải luôn luôn nhớ là Vô Thường đang quan sát Vô Thường,
Vô Thường sau nó nhìn lại Vô Thường trước.
Thì ngài Xá Lợi Phất ngài đắc ngài đắc ngay chỗ đó đó.
Tại vì sao vì ông cậu ruột của ngài vào khoe với Đức Phật nói thưa Thế Tôn Giả Gô Ta Ma, trên đời này không có gì làm cho con thấy thích hết, ông khoe vậy đó.
Thì Đức Phật ngài hỏi vậy chứ ông có thích với trình độ đó không?
Trình độ mà không thích gì đó.
Thì ngài Xá Lợi Phất ngài nghe vậy ngài đắc quả.
Nhớ cái đó rất là quan trọng.
Bây giờ mình học qua Thiền Quán nè.
Thiền Quán là Chánh Niệm và Trí Tuệ.
Thiền Quán và Trí Tuệ ghi nhận, quan sát bản chất cùng hoạt động của Thân Tâm.
Ta thế nào (Nội Thân) thì người khác cũng vậy (Ngoại Thân).
Các vị có nghe có nhớ câu mà quán Nội Thân trên Nội Thân, Ngoại Thân Ngoại Thân không?
Đó là bây giờ mới hiểu này nè.
Ta thế nào (Nội Thân), thì người khác cũng vậy (Ngoại Thân).
Hành Giả biết rõ Thân Tâm này Vô Ngã Vô Thường để lìa bỏ sự Dính Mắc đối với bản thân.
Khi thấy được rằng ta thế nào thì người khác cũng vậy thì lìa bỏ được sự Dính Mắc đối với tha nhân.
Dính Mắc ở đây gồm có hai, đó là thích và ghét.
Tức là Tham Thích và Bất Mãn.
Tham Thích và Bất Mãn.
Từ chuyên môn gọi là Tham Ưu.
Các vị chậm quá, các vị viết tôi nói các vị nghe các vị đau.
Chính vì các vị chậm đó tôi mất rất là nhiều bài các vị biết không?
Tại vì thứ nhất tôi quên, tôi vừa nghĩ ra tôi quên.
Thứ hai là tôi thấy chậm quá tôi bỏ bớt.
Tôi bỏ bớt, chậm quá chậm.
Bây giờ các vị mới thấy tại sao các trường mà cao cấp phật học người ta bắt phải lớp 12 đó.
Là tại vì vô trong đó mà ngồi mà viết mà i tờ mất thời gian vô cùng.
Các vị nghe câu chuyện này tôi mong là các vị biết viết tắt.
Một Thiền Sinh hỏi Thiền Sư.
Rằng Hành Giả trong thiền viện có được phép dùng email hay không?
Thiền Sư trả lời: Được, nhưng đừng Attachment.
Chữ này có mấy ý nghĩa?
Dễ sợ một rừng người chứ có hai người trả lời được thôi.
Bây giờ mới thấy bách khoa vẫn lợi.
Vẫn là lợi.
Có hiểu chữ Attachment không?
Chữ này có nghĩa gì ta?
Thiền Sư trả lời được nhưng đừng Attachment.
Có nghĩa là nghĩa đen nghĩa là gì?
Viết đơn giản thôi đừng gởi kèm file nào hết.
Nhưng mà chữ này nó còn có nghĩa nữa là Dính Mắc.
Chúng ta có có hai cách dính với cuộc đời này, dính bằng cách là ghét và thích.
Cả hai đều dính hết.
Thích là dính thì ai cũng thấy nhưng mà ghét có dính không?
Các vị có giận ai mà đem người đó vào giấc ngủ không?
Đem lên mâm ăn.
Lúc lái xe, lúc đi bộ.

Đó, thấy chưa.
Ghét mà mình đem nó theo còn nhiều hơn thương nữa.
Mà hồi đó giờ mình nghe nói Dính Mắc mình tưởng là chắc phải thương.
No. No.
Quý vị biết sao chứ người i tôi thương nhiều khi tôi còn quên chứ đứa tôi ghét tôi nhớ còn hơn là Tứ Niệm Xứ nữa.
Tôi về phòng tôi thấy từng khuôn mặt của quý vị luôn.
Dạy giảng hoài nó không hiểu.
Mà tôi tiếc ghê lắm, tôi tiếc lắm, các vị chính các vị mò mò rờ rờ bỏ tôi bỏ nhiều bài lắm, bỏ rất nhiều phải nói bỏ rất là nhiều.
Một là giảng không hiểu.
Thứ hai nói các vị chậm quá tôi sợ mất thời gian ấy tôi bỏ bớt hoặc là thấy giảng không hiểu có nhiều cái rất là thú vị.
Cũng như ở trường hợp Thiền Samatha,
người Hữu Duyên có thể Chứng Đạo trong nháy mắt,
nhưng với người Kém Duyên thì việc tu tập phải là một lộ trình công phu đòi hỏi nhiều thời gian và do vậy phải qua nhiều giai đoạn hay nhiều Cấp Độ Tâm Linh với những trình độ nhận thức khác nhau.
Ở Bậc Đại Trí thì các Thiền Tuệ chỉ là những khía cạnh tâm lý có mặt cùng lúc trong một khoảnh khắc,
nhưng ở Người Trí Chậm thì Thiền Tuệ là những giai đoạn phải cần đến nhiều thời gian.
Người mà trí nhanh thì nó chỉ là những khía cạnh có mặt trong cùng lúc.
Còn người trí chậm thì những khía cạnh đó nó nó bị tách ra thành giai đoạn.
Một cái là Detail, còn một cái là Period.
Tức là một là chỉ là khía cạnh là chi tiết thôi.
Còn cái là những giai đoạn.
('Detail': khía cạnh chi tiết, 'Period': những giai đoạn)
Thì mình thấy cái nào lâu?
Các giai đoạn nhận thức trong Hành Trình Tuệ Quán thường được trình bày như sau.
Đầu tiên, Trí Phân Biệt Danh Sắc:
Với Chánh Niệm và Trí Văn Trí Tư Hành Giả phân biệt được Danh là gì Sắc là gì.
Thấy rằng không hề có việc "tôi uống nước" mà thấy rõ rằng ý muốn uống nước là Danh Pháp, nước và cơ thể của mình là Sắc Pháp.
Cả Danh và Sắc này liên tục thay đổi, không hề có một thứ gì ở đó có thể gọi là tôi hay của tôi.
Trí Phân Biệt Danh Sắc (Nama-Rupa Pariggaha Ñāṇa)
Trí Nhận Diện Các Duyên (Paccaya Pariggaha Ñāṇa)
Hành Giả thấy rằng mọi thứ ở đời đều do Các Điều Kiện Tác Động, không gì tự nhiên mà có.
Từ những giây phút buồn vui thiện ác cho đến từng động thái sinh hoạt lớn nhỏ cũng đều do Các Điều Kiện Tác Động từ tâm sinh lý bản thân hay từ bên ngoài như người khác hay thiên nhiên.
Nhưng mà này là học lý thuyết nhưng mà lúc tu mới thấy.
Thứ ba là Trí Nhận Diện Tam Tướng.
Trí Nhận Diện Tam Tướng viết qua Pali luôn đi.
Sammasana Ñāṇa