Nhật tụng Kalama – Kinh tạng trích diễm

Kinh Vô Minh – 13/07/2025

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép.

Hôm nay chúng ta học tiếp bài kinh Vô Minh. Bài kinh này có thể nói là bài kinh căn bản cho chuyện tu học của người sơ cơ hay người biết nhiều Phật pháp đều có thể xem là khuôn mẫu để tu học.

Chúng ta biết rằng: Tất cả nỗi khổ trền đời có 2 thứ: Khổ xa & Khổ gần. Người không biết Phật pháp định nghĩa:

- Những gì chịu đựng bây giờ, trước mắt = Khổ gần
- Những gì tháng tới, năm sau, của tuổi trung niên, tuổi già,... = Khổ xa.

Người không biết đạo nói đời có sướng, có khổ. Biết đạo thì biết chỉ có Khổ không có Sướng. Khổ gồm Khổ xa & khổ gần.

- Khổ gần – Tất cả những gì nằm gọn trong Thân & Tâm này do tác động của tiền nghiệp quá khứ, thí dụ mình mang thân này là thân nam, thân nữ, Yếu, khỏe, đẹp, xấu, khôn, khờ... = Khổ Quả.
- Khổ Nhân = Ngay bây giờ phải sống nhiều, vật lộn với thích, ghét, sợ, chán...

Người không biết Phật pháp chỉ sợ khổ quả, chỉ sợ nghèo, đói, bệnh, tai tiếng, kiện tụng, tù ngục, ...; Người biết Đạo thì sợ Khổ Nhân = Ngày nào còn sống nhiều với phiền não, đi tìm cái mình thích và trốn chạy cái mình ghét, ngày nào vật lộn với 2 nhu cầu đó thì thời khắc đó là chúng ta đang vật lộn với Khổ gần; Khổ xa = Không chỉ riêng kiếp này mà ngay sau khi chúng ta rời kiếp sống này, nếu chúng ta tin có tái sinh.

Khổ xa & Khổ gần theo kinh Phật đều khởi nguồn từ Vô Minh trong Tứ Đế = Không biết 4 sự thật:

1. Không biết Mọi hiện hữu là Khổ - giọt lệ hay nụ cười, gai góc hay bông hoa, miễn có mặt là khổ. Mình chỉ biết đắng cay chua chát là khổ nhưng thơm ngon béo bùi là khổ gián tiếp mà mình không biết. Không biết Khổ Đế.
2. Không biết - Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Thích = Đầu tư. Đầu tư Khổ.
3. Không thấy - Chỉ hết thích mới hết khổ. Ngoài đời nói hết khổ là có cái mình thích, né cái mình ghét. Trong Đạo thì- Không còn thích cái gì nữa mới hết khổ. Không biết sự thật này nên mình tìm cứu cánh thoát khổ bằng hình thức hiện hữu, sở hữu, hưởng thụ nào đó, là sai. Không kẹt trong 3 cái này thì mới hết khổ.

4. Luôn luôn sống và hành động bằng 3 nhận thức về 3 sự thật trước. Đó chính là con đường thoát khổ = Bát Chánh Đạo = Sống & Hành động trên ý thức về 3 đế: Khổ - Tập - Diệt

Vì Vô Minh nên cả đời phân biệt >>Sướng, khổ.

Vô minh ở đâu ra? Có nhiều cách để nói nguồn gốc vô minh.

Chẳng hạn trong kinh nói vô minh đời trước làm nền vô minh đời sau cũng là một cách nói. Tứ lậu/ phiền não đời trước làm nền vô minh đời sau, cũng là một cách nói. Kinh này, trên tinh thần đó, Ngài dạy cho người sơ cơ không biết gì hết cho họ dễ hình dung, dễ hành trì: **Vô Minh Khởi đi từ Năm triền cái.**

Năm triền cái kể là 5, thật ra là Tham- Sân- Si, cũng chính là 10 Kiết sử, 10 phiền não nhưng được chẻ là 5. Vì Ngài nhìn căn cơ người trước mặt Ngài muốn hướng dẫn cho họ lộ trình Tam Học: Giới – Định – Tuệ. Không phải với người nào Lộ trình này cũng hướng dẫn giống nhau. Tinh thần Tam học thì luôn luôn như vậy nhưng cách trình bày thì không phải theo một khuôn mẫu. Trong bài kinh này, Ngài dạy, Vô minh được nuôi lớn bởi 5 triền cái:

- Thích trong Ngũ dục, Ngũ trần/ Dục Ái (Dục triền cái)
- Bất mãn trong Dục trần (Sân triền cái)
- Hôn thụy = Làm biếng, buồn ngủ.
- Trạo hối = Phóng tâm & day dứt chuyện cũ.
- Hoài nghi = Hoang mang nghi hoặc : Mình là ai? ở đâu tới? Mình sẽ đi về đâu? Hoang mang về Tam Bảo: không biết Phật có thật không? Phật dạy gì? Thánh chúng có đúng giải thoát như Ngài nói không? mình có khả năng trở thành một phần Thánh chúng đó không? Con đường mình đang đi có đúng không?

Vô Minh được nuôi lớn từ 5 triền.

5 Triền được nuôi lớn từ **3 Ác hành: Thân ác hành, Khẩu ác hành, Ý ác hành.**

Khi mình không làm chủ được bản thân, không kiểm soát được chính mình không thể nào tránh 3 ác hành.

Đời sống chúng ta từ 1 vị trời trên thiên giới, đến con ruồi, con lợn, ông vua, bà hoàng,...thì gom gọn có 3 nhu cầu sống:

- Nhu cầu hoạt động.
- Nhu cầu giao tiếp.
- Nhu cầu sinh tồn/ nhu cầu kiếm sống.

Người không làm chủ được trong 3 nhu cầu thì dứt khoát mắc 3 ác hành: Thân ác hành, khẩu ác hành, ý ác hành. Kể là 3 chủ yếu mình phải hiểu ngầm cái chính là Ý- Ý ác hành = Sống nhiều với Thích, Ghét >>> Tỵ hiềm, bủn xỉn, lo âu ray rứt, bất an,... Bao nhiêu thứ phiền não đi ra từ thích, ghét; từ trong kinh đức Phật gọi là Tham, Ưu. Chính vì cái Tham, Ưu tác động mình không

làm chủ được bản thân, không kiểm soát được chính mình. Cho nên, trong 3 nhu cầu đời sống chúng ta thiếu Chánh ngữ trong nhu cầu giao tiếp, Chánh nghiệp trong nhu cầu hoạt động, Chánh mạng trong nhu cầu kiếm sống. 3 cái này mình kể thấy hơi thiếu nhưng mà không; Muốn hoàn tất 3 cái này phải có ý lành, phải có Chánh kiến, Chánh tư duy; Phải có Chánh niệm, Chánh định, Chánh tinh tấn. Bát Chánh Đạo không rời nhau được.

Chánh Kiến - Cái nhìn đúng đắn phải được hỗ trợ bởi 7 chánh còn lại trong Bát Chánh đạo. Chánh Tư Duy – gồm vô tham, vô sân, bất hại cũng phải được nuôi dưỡng bởi 7 Chánh còn lại. Mỗi Chánh phải được hỗ trợ bởi 7 cái kia mới gọi là Chánh, thiếu là không được.

Bát Chánh Đạo có tên gọi khác là Tứ Chánh Cần, dù Tứ Chánh Cần là một phần Bát Chánh Đạo. Mở 37 Bồ Đề phần coi phải không. Khi nào muốn kể chung thì kể, muốn kể riêng thì Tứ Chánh cần là một phần Bát Chánh Đạo.

Tôi giảng sơ sơ thôi. Muốn gì phải chuyên sâu. Tôi nói sao cỡ nào nghe cũng được.

Vô Minh được hỗ trợ bởi 5 triền cái. 5 triền cái được hỗ trợ bởi 3 Ác hành : Thân làm bậy, khẩu nói bậy, ý suy nghĩ bậy. Hễ sống, hoạt động bằng 3 cái bậy thì nuôi lớn 5 triền cái. 3 cái bậy đi ra từ đâu? – Từ chỗ: **Không thu thúc lục căn** = Không kiểm soát được khi thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng; cứ bị cái thấy, cái nghe,... dắt mình đi. Khi thấy, nghe,... cái mình bực thì mình sẽ hành động, nói năng theo cái thích đó.

Ba ác hành được nuôi lớn bởi Không thu thúc lục căn. Không thu thúc lục căn được nuôi lớn bởi **Thất niệm = Không chánh niệm trong Thu thúc lục căn**. Có nghĩa là mình thấy, nghe... mà không làm chủ được. Cái này rất khó.

Đạo Phật/ Lời dạy Thế Tôn chỉ dành cho một loại người = Người sợ khổ, Người muốn thoát khổ, Người hiểu Mọi hiện hữu là Khổ, là Vô nghĩa, vô ích, vô vị, vô duyên. Mọi hiện hữu phải được hiểu bởi mấy chữ vô, người đó mới có nhu cầu học đạo, hành đạo. Nếu tự xét mình không phải người như vậy thì nên tắt máy đi ngủ. Nếu thấy đời đẹp quá, màu hồng, mình còn sống lâu, chết rồi là hết, chết rồi là được đoàn tụ ông bà, hoặc được đi cảnh giới nào thơm ngát mát lạnh thì không nên nghe mấy bài giảng này.

Phải là người thấy thế giới Vô Nghĩa, Vô Duyên, Vô vị, Vô Dụng. Phải vậy mới thấy tại sao thu thúc lục căn quan trọng.

Tất cả những gì mình thấy, nếu hiểu rốt ráo không có gì cho mình dính trong đó bằng thích, ghét; Vì nó chớp tắt. Mình thấy hoa nó đẹp vì sống trong ảo giác là hoa thật. Thật ra nó là sự ghép nối của vô số thứ. Khối tổng hợp đó có thể lụi tàn trong thời gian rất gần có thể vài giờ, vài hôm, vài tuần. Về nội quan - Con mắt, tâm tư khi ngắm hoa của mình không bền. Hoa đẹp mình tập chú nhìn được bao lâu, nhiều lắm là mình nhìn 15 phút rồi cũng nhìn cái khác. Nhìn hoài cũng chán. Hiểu vậy mình không dính.

Người thu thúc lục căn hiểu cái này mới ghê: Tùy thuộc Tiền nghiệp, Khuynh hướng tâm lý, Môi trường sống, chúng ta thích gì trong cuộc đời này.

Có người mê hoa, hoa gì cũng được miễn nhiều màu; có người mê hoa, hoa gì cũng được miễn thơm. Có người mê hoa, chỉ mê lan. Có người chỉ thích trái, ăn chứ không ngắm. Có người thích chơi đá, thích rêu, thích rong, thích cỏ dại, thích cây rừng, nhánh cây khô ghim đúng chỗ,... Có người thích Âm nhạc/ hội họa/kiến trúc/ bài bạc/ nhậu nhẹt/ tình cảm nam nữ/ tiếng tăm/ quyền lực,... Mỗi người nặng một thứ. Chúng ta không thấy cái đó nên mình tưởng đó là cái gì đó ghê gớm. Không chắc. Thí dụ, mình nghĩ rằng: Tất cả nữ đều thích nam, tất cả nam đều thích nữ, chưa chắc. Hoặc đói bụng mình thấy bánh xèo là số 1; nhưng có người đói thì nghĩ hủ tiếu; có người đói nghĩ bánh mì; có người đói nghĩ bánh cam, bánh ít, bánh ú,.... Chỉ riêng con người là đã khác nhau vời vợi rồi nói gì khác chủng loại, như con lợn, con trâu, con rắn, con chuột, con bướm, con ong,... sở thích mỗi con mỗi khác; Cả thế giới này ở mỗi loài chính là cái mình thích và cái mình ghét. Thường trực sống trong quán niệm như vậy mới mong không vướng kẹt.

Vì mình không hiểu cho nên đẻ ra đụng đâu dính đó: Lọt lòng mẹ là dính mùi của mẹ, nhịp tim của mẹ, vòng tay của mẹ, nụ hôn của mẹ, sự vuốt ve của mẹ, sự chăm sóc của mẹ; Từ từ dính cái nôi, mấy món đồ chơi; Từ từ lớn dính trường lớp, thầy bạn;... tới lúc dính người dưng, rồi từ từ nó thích danh vọng, quyền lực, tiếng tăm... Một đứa đó thôi mà mỗi quãng đời có cách dính, đối tượng dính khác nhau.

Người hiểu cái này mới thấy tại sao đức Phật dạy mình nên Thu thúc lục căn. Muốn thu thúc lục căn phải có Chánh niệm. Chỉ có niệm mới cho mình đủ tỉnh táo thấy mình đang ruồi bu cỡ nào.

Cười nói ở đây mà đầu chỗ khác là không được. Phải có chánh niệm. Luôn luôn biết rõ và hành động một cách cẩn trọng. Nói theo từ ngoài đời là Ý tứ chưa đủ, phải tỉnh táo, rất rõ biết mình đang rót nước.

Nhiều định nghĩa về Chánh niệm, tôi nói vắn tắt - Khi rót nước chỉ biết chuyện rót nước; đang rót nước nghe đùng biết hết hồn, đứng dậy với tất cả sự chú ý, tỉnh táo, bước về chỗ đó. Tùy. Mình chánh niệm trong cái gì thì tùy người, có người chú ý tâm thái, cảm xúc - họ biết họ giận, họ sợ, họ mừng,...có trường hợp nghe đùng ngó ra gặp người quen mà mình rất thương, rất quý đã lâu không gặp; hoặc mình gặp con rắn, con chồn, con chuột,... lúc đó mình phải biết rất rõ cái gì đang diễn ra. Niệm chỉ là vậy thôi. Nhất là những người có tuổi. Những người có tuổi cái niệm quan trọng. Mấy bậc thang, bậc thềm, chỗ trơn,.. thất niệm là gãy xương như chơi.

Chưa nói tu hành giải thoát, chỉ nói chuyện An lạc, an toàn là cần chánh niệm.

Có 3 lý do để Chánh niệm:

- Không biết mình sẽ chết lúc nào. Không biết những gì bất trắc sẽ đến, gồm có tai nạn và chết chóc.
- Nếu người liên tục chánh niệm cơ hội chứng đạo rất cao. Đừng nghĩ mình có Ba La Mật như có tiền trong nhà băng muốn xài lúc nào thì xài. Sai. Trong kinh nói rõ, người có Ba La Mật trừ Chánh Đẳng Giác, Độc Giác; Chứ còn Thinh văn trễ dịp là phải chờ dịp khác. Trong một đời của người đủ Ba La Mật chỉ có vài lần là họ có thể chứng đạo thôi không phải lúc nào muốn chứng là chứng. Trong kinh có kể chuyện cặp vợ chồng già đến gặp đức Phật thì khi họ về đức Phật nói: Nếu cặp này gặp ta sớm hơn thì họ chứng La Hán, trễ

hơn chút thì họ chứng A Na Hàm, Trễ hơn chút họ chứng Tư Đà Hàm; Ở tuổi này chỉ chứng được Sơ Quả cũng là chuyện khó. Thấy rõ ràng họ có Ba La mật. Nhưng trong đời sống chỉ được vài lần. Vì sao? Túc duyên là một phần, điều kiện hiện tại khó: Trú xứ, thầy bạn, sức khỏe, điều kiện sinh hoạt, bối cảnh xã hội, thuốc men, thời tiết, khí hậu,... . Có cơ hội tận dụng thời khắc chứng đạo không lỡ dịp.

- Khi có chánh niệm mới kiểm soát được sắp tới mình sẽ làm gì. Người không có chánh niệm không biết sắp tới mình tạo nghiệp gì. Nếu thất niệm rất dễ làm chuyện bất thiện.

Có 3 lý do để chánh niệm liên tục : Đề phòng bất trắc; Không bỏ lỡ cơ hội chứng đạo & Chận đứng được nhiều ác nghiệp. Khi một người làm chủ được trong 3 cái này để sống chánh niệm thì được: An Lạc & An toàn.

Chánh niệm ở đâu ra? Niệm của người đời dễ lắm - Lái xe, làm thợ máy,... là có niệm rồi; Chánh niệm theo đề nghị của Phật, của người cầu đạo giải thoát phải có từ nền tảng từ **Tư duy hợp lý.**

Nhiều người họ vẫn nghi ngờ ý nghĩa, tác dụng, giá trị của Chánh niệm. Họ tưởng có lòng Tu = Siêng/ Ráng/ Nhẫn/ có Trí Huệ/ Có phước báu/ Có chỗ ngon lành thầy bạn ok... Không! Tư Duy Hợp lý rất quan trọng. Tư duy sao mới có đời sống chánh niệm hay không chánh niệm.

Khi mình muốn có Chánh niệm mà có tư duy không hợp lý, thí dụ: Người không nên gặp mình tưởng nên gặp; chuyện không nên làm mình tưởng nên làm; Nên tránh mình tưởng không nên tránh, thầy bạn, chỗ ở, thức ăn, nơi chốn, công việc,... nên hay không nên mình không phân biệt được, không xác định được = Thiếu tư duy hợp lý.

Thiếu tư duy hợp lý do đâu ra? Thiếu Niềm tin, Thiếu **Chánh Tín**. Trong bụng mẹ ra mình không biết gì đâu; phải có điểm tựa tinh thần, có tên là Chánh tín = Tin vào lời dạy, hướng dẫn nào đó trên nền tảng trí tuệ. Nền tảng của niềm tin ở đâu ra? Nhờ sự hỗ trợ những gì mình được nghe.

Trong bụng mẹ ra mình không biết mình phải học từ cuộc đời: Cha mẹ, anh chị, ông bà, bà con, thầy bạn, chòm xóm, xã hội, công sở, ... những gì mình tiếp xúc kể cả những website, báo giấy..., mình phải học từ cuộc đời từ nhiều cách.

Cái học ở đâu ra? **Phải gặp gỡ bậc chân nhân, bậc hiền trí**. Gặp ở 2 vai trò : Thầy/ Bạn. Để mình có cái mình nghe, mình học; Phải gần người lành mới nghe được điều lành. Nghe điều lành mới có niềm tin > Tư duy hợp lý > Chánh Niệm> Thu thúc lục căn > 3 Thiện Hạnh: Nói, Làm, Tư Duy đúng mức > Ngăn trừ 5 triền cái > Đối phó với Vô minh.

Cách kể này nghe dài. Nhưng Đức Phật nhìn vào căn cơ người trước mặt và Ngài dạy con đường sáng sủa, cụ thể, dễ hiểu, dễ hình dung như vậy. Có nhiều pháp thoại Ngài dạy gọn lắm. Có người Ngài nói một câu thôi: Vạn hữu là vô thường. Xong. Có nghĩa là, Thiện, ác, sướng, khổ, buồn, vui, phần hồn, phần xác, phần danh, phần sắc, thiên đường, địa ngục,.. người hay thú,... tất cả đều vô thường, không có gì để thích, không có gì đáng để ghét, sợ; Chẳng hạn, trong pháp hội cuối cùng khi Ngài viên tịch, lời dạy cuối cùng, chỉ gom có 1 câu thôi: Này các tỳ kheo, mọi hiện hữu

là vô thường, hãy tinh tấn tu học, đừng dễ ngươi. Tức là, hễ có mặt ở đời những gì mình có, cái gì mình sở hữu, cái gì mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng,... không tin được.

Có người Ngài phải nói dài, nắm tay dắt từng bước họ mới đi được. Có nhiều người Ngài chỉ nói đơn giản: Con thấy lu nước không? Tới thẳng đó đi. Xong. Rồi tự họ xoay xở để họ tới được lu nước, bậc thềm đó; Nhưng có người Ngài phải nắm tay dắt đi. Bài kinh này là Ngài nắm tay dắt từng bước.

Nội dung bài kinh là gì? 3 điều

- Có trường hợp đức Phật dàn trải trong nội dung đầy đủ; Cũng nội dung này có chỗ Ngài dạy súc tích, ngắn gọn, nội dung vẫn vậy thôi: Tu học thì phải có mình & Có người. Tự thắp đuốc đi và tự đi bằng đôi chân mình nhưng mình không thể phủ nhận sự hỗ trợ từ người khác. Đây là nội dung đúc kết toàn bộ Phật pháp hoặc nội dung này là nội dung tán rộng các bài pháp thoại ngắn gọn.
- Ngài xác định cho mình thấy: Ngày nào còn có một tí phiền não thôi thì phiền não này sẽ hỗ trợ, tác động nuôi lớn phiền não còn lại.
- Toàn bộ sướng khổ, máu lệ, nụ cười của mình hoàn toàn do mình quyết định. Thầy, bạn chỉ là một phần nhỏ. Ngài xác định phải gần thầy, bạn tốt đẹp mình sẽ được một dây; Nếu nghe kinh một cách hồn nhiên – tôi phải đi kiếm thầy bạn. No. Thầy bạn chỉ là một mắt xích trong xâu chuỗi lộ trình tu học. Trong mắt xích đó, có người phải thêm cái này, có người không cần bớt cái này. Bài kinh này là lộ trình dễ hiểu nhất cho người sơ cơ nhất. Phải có này có kia; Tu phải có ta có người; Mình đổ hết cho người khác không được, phủ nhận người khác cũng không được; Chỉ lo phần xác quên phần hồn không được; Chỉ lo phần hồn quên phần xác không được.

Còn mình ngày nay thì sao? Khuynh hướng của mình ngày nay là cục bộ, phiến diện, một chiều, đóng khung. Tự nhiên vô đi tu dồn hết sư phụ, gần như nhờ sư phụ tu dùm. Bây giờ cái đó nhiều lắm. Kiếm một sư phụ nổi tiếng, sư phụ mà mình mến vô hộ trì, cung đốn, hầu hạ, phục dịch, .. ổng là xong; Phật pháp không thèm học, thiền tập, độc cư... dẹp. Tập trung lo sư phụ thôi. Nâng giấc từng miếng cơm, chén trà; quét lá, lo lắng ông thầy như ông cố nội. Cái đó cũng không được. Bất mãn mọi người đóng cửa một mình không cần trao đổi cũng không được. Lo tâm tư không để ý trang phục, trú xứ, điều kiện vật chất sinh hoạt cũng không được; Không cần tiện nghi, không cần sang trọng những cũng cần & đủ; đó là về vật chất; về tinh thần - Luôn coi cần thêm, bớt, chỉnh sửa gì. Không thể nhắm mắt đi theo con đường mình đã chọn, như lồng đèn đỏ treo cao nhìn cái đó thôi bất chấp cái khác là không được. Tu học phải có cái này có cái kia.

Mỗi mắt xích trong một dây xích đều quan trọng như nhau. Chánh niệm, Thu Thúc lục căn, Chánh Tín, nghe pháp, thân cận thầy bạn tốt đẹp,... mỗi cái là một mắt xích, không có cái nào mình coi thường được hết. Nếu có lòng chán sợ sanh tử, dứt khoát phải coi trọng từng mắt xích trong lộ trình tu học đó. Đại kỵ - Không cực đoan, không đóng khung.

Kinh này nói rộng như vậy nhưng kinh khác nói hẹp hơn. Mình phải xét tại sao nó gọn như vậy, tại sao nó rộng như vậy.

Mình tìm cái mình thích hợp nhất để theo đuổi; Phải luôn nhớ: Mình phải đi bằng đôi chân của mình; Phải tự mình cầm đuốc chứ không ai cầm cho mình. Đức Phật chỉ cho mình bản đồ. Không học giáo lý thì không có bản đồ. Chỉ lo học mà tay không cầm đuốc chân không bước đi thì 1000 bản đồ cũng không giúp được mình. Có đuốc, có chân mà mắt nhắm khít thì sao mà đi. Phải có Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ = Chân phải bước, mắt phải mở, đầu phải tỉnh, tay phải cầm đuốc,... mình mới tiến nhanh, tiến mạnh, tiến vững chắc. Chứ còn tiến nhanh, tiến mạnh mà không vững chắc. Một cái tiến quá độ không căn bản thế nào cũng sụp hố.

Một nửa bài kinh này sẽ giảng kỳ sau./.