Nhật tụng Kalama – Kinh tạng trích diễm

Kinh Mũi Gai – 31/08/2025

Kalama tri ân cô Diệu Hỷ ghi chép.

Thưa đại chúng,

Bài kinh tiếp theo cho buổi giảng chủ nhật hôm nay là bài kinh Mũi Gai.

Trong chú giải giải thích, *Kaṇṭaka* = Mũi Gai = thorn. Trong bản chú giải nói chữ này, trong bài kinh này là *vijjana* = Xuyên thủng, xuyên thấu, phá nát.

Thế nghiệp/ Đạo nghiệp/ lộ trình tu chứng cần điều kiện để hoàn tất thì cũng có trở ngại ngăn chặn. Mình muốn làm giàu, đẹp, khỏe, nổi tiếng thì phải biết điều kiện để có mấy thứ đó và phải biết cái gì ngăn chặn ước mơ của mình. Chuyện tu hành cũng vậy.

Bài kinh này đức Phật dạy: Muốn tu hành giải thoát phải biết cái gì là trở ngại. Mình chỉ biết điều kiện để có nó là mới biết một nửa. Phải biết cái gì phá hoại, ngăn chặn, tiêu hủy, đối lập nó là cái biết thứ hai - Một nửa cái biết cần thiết cho chuyện tu hành giải thoát.

Tây có câu: Muốn ong bướm về thì chỉ có 2 cách: Trồng nhiều hoa/ Ráng có cái gì ong bướm thích Và Cố tránh những gì ong bướm ghét. Chỉ nhiêu đó thôi, không cần lạy lục, van xin,...

Chuyện tu hành cũng vậy.

Đức Phật đưa ra 10 trở ngại cho chuyện tu tập thành tựu đạo nghiệp.

1. Chuyện đầu tiên, chúng bắt buộc phải biết: **Cứu cánh tối hậu, tối thượng, sau cùng, rốt ráo của lời Phật dạy là Giải thoát.**

Chúng ta còn phàm nói là có vợ chồng, cha mẹ, con cái, bạn bè, gia đình, đồng bào, tổ quốc, có này có kia, thật ra chúng ta luôn một mình. Một mình có 2: Một mình tầm bậy & Một mình đạo hạnh.

Một mình tầm bậy = Một mình tham, sân, si, tà kiến, ngã mạn. Mình cô quạnh lẻ loi, đau đớn, quằn quại,...khi bệnh tật, tai nạn,.. cũng một mình mà mình sống đạo hạnh, kham nhẫn, thiền định, ... rốt ráo cũng một mình. Cuộc đời này vốn dĩ là chúng ta một mình. Tất cả gia đình, bạn bè, con cái là lúc vô sự thôi. Còn hữu sự, giây phút tận tuyệt rốt ráo thì còn mình mình.

Một mình có 2 cách : Một mình để bất thiện, một mình để khổ và một mình an lạc, một mình tiến bộ thì mình chọn cái một mình nào? Bắt buộc phải chọn cái một mình để an lạc, một mình để tiến bộ rồi.

Trở ngại lớn nhất của nếp sống một mình là Quần tụ, Tụ Tập - **Muốn tu tập đừng Tụ tập**.

Vừa rồi chúng ta có lớp học 12 ngày ở Thụy Sỹ ai cũng dễ thương, điều kiện ok, quan hệ từng thành viên lớp học rất ok, chia tay rồi thương, nhớ nhưng mà nhẹ vì biết chắc cái dễ thương đó mà kéo dài 2 tuần nữa nó sình. Chắc chắn. Phàm phu mà xáp vô ít ít, rút lẹ thì đẹp, xáp vô lâu quá thì trong kinh nói: Chỉ có Tham / Ưu. Ở lâu nó thương mến, dính mắc nhau là cái họa. Khả năng sau là ở lâu nó bực mình. Ai cũng có mấy cái nắp đậy, van, ở lâu nó ra mùi. Đó là một tập thể tu học đó. Còn tập thể không tu học là chết.

Muốn sống an lạc, rốt ráo cho đạo nghiệp, cho đời sống tâm linh tinh thần phải có khả năng sống một mình.

Tây có câu: Làm nhiều việc nặng chưa phải người mạnh, sống được một mình an lạc mới là người mạnh.

Sống một mình an lạc phải có nội lực, nội hàm ghê gớm. Đặc biệt, Giới – Định – Tuệ lộ trình Tam học, Lộ trình Bồ Đề phần là lộ trình dành cho một người. Pháp môn Tứ Niệm Xứ gọi là ekayano = Lộ trình buộc mình phải sống một mình. Nó có nhiều nghĩa. Nó là con đường duy nhất, là con đường độc đạo không quẹo đâu hết, tấp vô thành tựu hài lòng là không được, còn phiền não là còn đi, còn mầm mống luân hồi là còn phải đi, thẳng đường, không quẹo, quẹo là dính.

Muốn hoàn tất đạo nghiệp phải sống một mình. Đám đông, trong kinh nói 2 người trở lên là đông. Eka = 1. Aneka = nhiều = >1, không phải 1 là nhiều rồi. Hơn một người là ra vấn đề. Chỉ trừ những vị đạt Vô Sở Trụ - thánh nhân thì 1 triệu vị ở với nhau không vấn đề. Tất cả là những ốc đảo không va chạm nhau, tuyệt đối có khả năng sống độc lập.

Phàm phu mình gần nhau mà không xáp vô là không có. Có 2 cách xáp: Xáp bằng thù ghét, xáp bằng dính mắc, Học giáo lý, thực tập thiền định, thiền tuệ bắt buộc một mình, trao đổi với thầy bạn được nhưng chỉ trong chừng mực cần và đủ thủ thôi, trao đổi rồi rời nhau liền. Ngay cả cha mẹ, vợ chồng, con cái, chí thân chí ái, đã tu học thì đôi bên phải cho nhau thời gian độc lập. Chúng tôi luôn kêu gọi học nhóm nhưng ngoài cái đó ra là một mình.

Cốt lõi đời sống tu học là làm việc với tâm của mình. Trong đó không hề có chỗ trống cho chuyện trao đổi thù tạc.

Mình không thể cô đơn 100 % nhưng ở mức cần & Đủ. Cần = Thiếu không được. Đủ = Không dư không thiếu. Ngoài ra là thừa. Trong tất cả mọi mối quan hệ chỉ gặp nhau khi không thể không gặp.

Đủ = Mức độ, thời lượng nào đó thôi. Hơn nữa thì nó dư, thiếu thì không đủ để làm việc.

2. Người muốn buông bỏ thế gian phải thấy, phải có bằng được nhận thức: Thế giới không có gì đẹp. (Asubha = Bất mỹ)

Đẹp = 6 trần, không có gì ngọt ngào, cuốn hút trong cảnh sắc, cảnh thinh, cảnh khí, cảnh vị, cảnh xúc, cảnh pháp. Còn thấy nó hay, nó đẹp, nó ngon, cuốn hút, một hình ảnh, màu sắc thấy ra khía cạnh để thích để dính mắc là mình đã tìm cái đẹp trong đó. Mùi, vị cũng vậy.

Muốn lìa bỏ thế giới phải lìa bỏ ý niệm đi tìm cái đẹp, xác định cái đẹp trong thế giới.

Với người này kỵ ý niệm đi tìm cái đẹp. Còn có chút trông đợi, kiếm tìm cái đẹp. Ngay ý niệm, vọng tưởng, móng tâm, điên đảo tưởng đó là nguồn cơn cho vô số thứ về sau.

Muốn ra khỏi Tam giới phải nhìn nhận: Không có gì để nắm níu. Muốn thấy thế giới không có gì để nắm níu thì đừng đi tìm, đừng xác định chi tiết ngọt ngào nào của nó hết. Nói một cách rốt ráo, đức Phật nói thế giới này không có gì bền, Ngài không khen, không chê, Ngài chỉ nói không có gì bền, tất cả chỉ chớp tắt.

Buổi đầu mình chưa tu còn xác định cái ngon, cái đẹp, cái thích, cái vui. Biết đạo thì quan tâm thiện để làm, ác để tránh. Hành giả tinh tấn miên mật, có giáo lý, tuệ quán thì thương thích ghét sợ là không quan trọng, ngay cả thiện ác là quy vào: Cái gì đang có mặt, Mọi thứ do duyên mà có, có rồi mất đi. Biết rõ tính Sanh Diệt, tính Duyên tạo. Cuối cùng, biết rõ mọi hiện hữu là khổ. Thích cái gì cũng là thích trong khổ. Muốn hết khổ không thích trong khổ, không thích trong cái gì nữa. Cái thấy này mới dẫn đến Tuệ giác giải thoát.

Buổi đầu mình chú ý cái đẹp, cái thích, cái vui > Thiện Ác > Thiện ác buồn vui chỉ để nhìn, không có lòng đầu tư nữa.

3. Thu thúc lục căn

Người trầm luân là do buông trôi, thả nổi, bỏ ngỏ lục căn. Đó là lộ trình luân hồi. Muốn giải thoát phải Thu thúc lục căn: Không đi tìm cái thích, không xác định cái ghét.

Kinh Trung Bộ, bài cuối, đức Phật gọi: Khi 6 căn tiếp xúc 6 trần không để tham thích, bất mãn. Sumano – Tham thích; Dummano – Bất mãn.

Thu thúc lục căn là công phu tuyệt đối quan trọng, cần thiết, duy nhất của người tu học cầu giải thoát. Cái gì là trở ngại cho công phu đó? Đó là Sự thưởng thức các hình thức biểu diễn: ca vũ, nhạc kịch, nói rộng là giọng nói, tiếng cười, nheo mắt, nhíu mày... cái gì mang tính diễn xuất, trình diễn, đặc biệt là cái đời gọi là diễn xuất từ đời sống đến sân khấu (*Visūkadassana*).

Nếu nhìn một người từ góc độ rốt ráo chỉ có Tham, Sân, Si, Đi đứng nằm ngồi.. Nếu chỉ nhìn vậy sao mình có thích, có ghét được. Mình phải soi sâu hơn, kỹ hơn mình mới ghét. Muốn thu thúc lục căn không quan sát thế giới từ những vẻ ngoài của nó, không đam mê, quan tâm vẻ ngoài của nó. Với người thu thúc lục căn, mọi hiện diện, hoạt động của một con người chỉ có khóc cười buồn vui, đi đứng nằm ngồi, ăn uống, sinh hoạt, ... nếu chỉ nhìn chừng đó đừng đi xa thì không có chuyện. Soi sâu, soi xa hơn bắt đầu nó lòi chuyện ra.

Kể từ bây giờ các bài kinh tạng tôi chỉ lướt qua, còn lại phải về lớp học. Tham khảo giáo lý thông qua các khóa học: Sau 10 ngày căn bản, sau đó mình cùng bơi – bơi sông, suối, hồ, biển, vào rừng, lên núi. Rừng, núi là những bài kinh tạng. Tôi có vài đề nghị các kiểu tham khảo giáo lý thông qua các khóa học. Sau 10 ngày căn bản tôi sẽ đi vào các bài kinh tạng, để ôn lại 12 duyên khởi, cảnh giới tái sinh, lộ trình tâm thức, diễn biến sắc pháp, thiền định, thiền quán, tứ niệm xứ, 24 duyên hệ; Hoặc mỗi buổi học chọn 1 link Phật học. Tiếng Anh là một ngôn ngữ phổ biến, viết

tiếng Anh có thể là một sinh viên Hongkong, Mã lai, Singapore, hoặc một nhà sư nào đó... rất nhiều thiền viện mọc lên nhiều nơi trên thế giới, đặc biệt giới trẻ Indonesia, Mã Lai, Hongkong, chưa kể Âu Mỹ để mình soi và so lại tuổi trẻ Phật tử Việt Nam đã và đang ra sao. Có nhiều bài viết rất độc. Có nhiều sinh viên năm 3, năm 4 Singapore, Hongkong, họ đọc được Pali, có người mình cảm giác họ không cần áo phao, bơi thẳng luôn. Hoan hỷ lắm. Muốn sâu là phải bay về Miến, Châu Âu: Thụy Sỹ, Pháp, Đức, Bắc Âu - Thụy Điển.

1. Muốn sống độc cư, một mình biệt lập tự tại phải né đám đông, tụ tập, họp mặt là một cái phiền, trở ngại cực lớn cho đời sống độc cư.

2. Muốn lìa bỏ điên đảo vọng tưởng về thế giới thì ý niệm xác định cái đẹp, cái ngon phải bỏ- Ý niệm đó là một trở ngại.

3. Phải thu thúc lục căn, muốn thu thúc Lục căn phải bỏ ý niệm thưởng thức thế giới.

4. Đời sống phạm hạnh: Đời sống cư sĩ phạm hạnh, đời sống giới học phạm hành, đời sống chỉ quán phạm hạnh.

Đời sống Cư sĩ phạm hạnh: Giữ 8 giới, học giáo lý, tu tập Chỉ - Quán. Mặc áo trắng - không thiết tha với màu, họ lựa màu căn bản nhất để mặc. Màu trắng - nổi bật nên khi mặc phải giữ mình. Nhưng mặc đồ trắng không làm gì được, phiền lắm.

Giới học phạm hạnh = Giữ tròn giới xuất gia, ngoài ra không biết gì hết.

Chỉ quán phạm hạnh = Chuyên tu Chỉ & Quán.

Mấy phạm hạnh này kỵ : Sự gần gũi, thân mật với nữ giới. Tại sao vậy?

Đạo Phật không kỳ thị nữ giới. Kỳ thị là sai. Tại sao chỗ này đức Phật nói rõ gần gũi nữ giới là trở ngại phạm hạnh? Vì người thì chỉ có dễ thương, dễ ghét; đàn ông dễ thương dễ ghét, ngoài đời dễ ghét là nó vác dao chém mình – không nói, nhưng trong đạo, chỉ cần trên đầu có Phật thì hễ đàn ông biết đạo là dầu dễ thương bằng trời hay dễ ghét bằng trời không ra chuyện, nhưng nữ thì không. Nữ mà ở gần họ ghét mình mình cũng khó sống, nó thương mình cũng tan nát. Về tham, sân :Mình ở gần có tham cũng bậy, có sân tâm cũng bậy. Về phía họ dễ thương hay dễ ghét đều phiền. Về phía mình mình nhìn họ bằng tâm tham, tâm sân cũng chết, vì họ là mầm rắc rối. Nói trên lý thuyết 50-50 nhưng mình phải nhìn nhận bên phía đàn ông dầu là con dòi cũng loe ngoe trong bãi của họ chứ không đi xa, nữ đã phiền rồi là phiền dữ lắm. Họ tốt mình cũng mệt, họ xấu mình cũng mệt. Họ ghét mình cũng mệt, họ thương mình cũng mệt.

Hòa thượng bên Houston (Mỹ) có lần chúng tôi đến thăm, năm nay ngài 90, lúc đó ngài 70, thấy ngài một mình, chúng tôi hỏi thăm: Hòa thượng ở đây một mình có bất tiện lắm không? Hòa thượng nói: đám nam thì nó không rảnh, chỉ có đám nữ rảnh. Nữ tới thì giúp 1 phá 10. Ngài có thói quen ai cũng kêu “ngài”. Tôi nói ngài hiểu không? Nó dễ thương mình cũng chết, nó thấy ghét mình cũng mệt. Nam nhìn mặt nhau sống không ok là tụi tui có cách xử.

Hiếm có người nữ nào nặng về đời sống trí tuệ và thiền định. Dù hành giả thiền viện nữ rất đông. Nói cho đúng mực - nữ bên khoản phục vụ, bố thí, còn đa văn, học chuyên sâu hiếm lắm. Thiền định chuyên sâu không có nữ. Khó lắm.

5- 9. Thế giới có 3 tầng: Dục, Sắc, Vô Sắc.

Hồi nãy là nói về Dục giới: (1) Muốn sống một mình kỵ đám đông, (2) muốn lìa bỏ dính mắc thế giới phải lìa ý niệm kiếm tìm cái đẹp, (3) muốn thu thúc lục căn phải né quan sát vỏ ngoài thế giới, (4) Muốn hoàn tất đời sống phạm hạnh phải né nữ giới.

Từ thứ 5 trở đi là thuộc tầng Đáo đại & Siêu thế. Khi ly dục lìa bỏ đam mê vật chất tu thiền phải nhớ: ồn ào là phiền cho tu thiền.

Sơ thiền là tầng thấp nhất trong thiền định. Còn yếu nghe ồn là không khá, mình sống trong tiếng ồn hoặc mình tạo tiếng ồn, còn thích nghe ồn, còn thích làm ồn không thể đắc Sơ thiền.

Ồn = trao đổi, nói cười, tiếp xúc, chung chạ, gần gũi, cọ quẹt, đụng chạm,...Tất cả cái này đều ồn. Kinh nói, 2 chiếc vòng nhỏ xíu vô tri gần nhau còn khua, còn cọ nói gì 2 con người.

Tiếng ồn của thác, suối, gió, mưa, bão, chim chóc, khỉ kêu vượn hú... không sao. Tiếng ồn đó có mà không. Tiếng ồn của con người dễ sợ lắm.

Muốn tu tập phải yên tĩnh, lắng đọng, vô thanh, vô tướng, mới vô sở trụ. Vô thanh = Không ồn ào. Vô tướng = Không chú ý lớn bé để thích, ghét, theo, chống.

Còn ồn thì không thể có vô sở trụ.

Một vị thiền sư người Mỹ cho chúng ta một kinh nghiệm rất hay: Khi sống với Now (Ở đây) & Here (Bây giờ) >> Nowhere (Vô Sở trụ)

- Sơ thiền kỵ âm thành.
- Nhị thiền kỵ Tầm - Tứ. Tầm Tứ là dành biết cảnh thô. Phàm phu còn Tầm tứ vì chưa trừ được 5 triền.
- Tam thiền kỵ Hỷ - Ưu: Còn vui còn buồn là không được.
- Tứ thiền kỵ Khổ - Lạc. Khổ Lạc, Hơi thở đi liền nhau. Người đắc Tứ thiền là không còn khổ, lạc, hơi thở. Về Thọ : Không còn khổ lạc. Về thân: Không còn hơi thở. Khổ Lạc, Hơi thở đi liền nhau. Đây là lý do các vị đi bằng nhập xuất hơi thở ở Tứ Thiền rồi đi luôn. Vì sao? Vì đi bằng cách này ngọt, êm lắm, đau bằng trời vô tứ thiền là khổ lạc không còn, hơi thở tự mất. Đúng giờ khắc ra đi các ngài bèn ra đi, xuất khỏi Tứ thiền, tâm mệnh chung = tâm viên tịch xuất hiện bèn ra đi. Tâm này chỉ có đúng 1 sát na nên có như không. Trước đó dầu ung thư, máu me,... chỉ cần vô Tứ Thiền là Khổ, Lạc, Hơi thở không có. Lúc đang trú tứ thiền dứt khoát không có hơi thở.
- Thiền Diệt (Saññavedacitta) = Thọ, Tưởng. Tại sao chúng sanh có 5 uẩn thiền này chỉ kể 2 uẩn? Tứ Danh uẩn không đi thiếu nhau. Thọ - Tưởng - Hành - Thức. Chỉ cần vắng mặt Thọ - Tưởng thì Hành - Thức mất theo. Muốn nhập thiền này, đương sự phải có tối thiểu

Tam Quả - A Na Hàm, bên thiền định phải đạt tầng định tối đa Phi tưởng Phi phi tưởng. Người có 2 cái này khi nghỉ ngơi một cách triệt để rốt ráo, tuyệt đối họ nhập vào Phi tưởng Phi phi tưởng, họ ra rồi họ nguyện trong suốt thời gian 1 giờ, 2 giờ, 1 ngày, .. 7 ngày tâm thức hoàn toàn biến mất. Họ nghĩ vậy rồi tâm họ mất tiêu. Không có một sát na tâm.

Ngăn trở Thiền Diệt = Còn Thọ, Tưởng thì không có thiền Diệt. Có thiền Diệt thì không có Thọ, Tưởng.

Không thể nào học đạo mà sợ mất công, sợ tốn tiền, sợ mất thời gian. Tôi đâu kêu quý vị cho tiền tôi, dạy miễn phí, cứ bay thôi, bên Thụy Sỹ thì bà con cho ít tiền ăn vì bên đây đâu phải trung tâm Kalama đâu, bà con tự bỏ tiền ăn, tiền ở, ở khách sạn, không phải ở chùa. Thụy Sỹ là luxury retreat, về Kalama là bà con chỉ tốn tiền bay thôi, ăn ở miễn phí. Sắp tới vô khóa, có một vài chi tiết nhỏ. Người quyết định nhận ai không phải chúng tôi. Do một nhóm tuyển chọn nhân sự, vị nào tu học ok thì mở cửa, Kalama không phân biệt gì hết, nghèo như ăn mày, giàu như triệu phú thì về đó có chỗ lên giường, không thì xuống đất, có điều họ tránh những người theo họ không tu học. Tôi không can thiệp kể cả người tôi thương bằng trời cũng không tiện can thiệp vì họ học dở ẹc.

Tôi vừa xong khóa 12 ngày mệt kinh hoàng lắm, không muốn bà con chờ lâu, thôi vào giảng qua quýt chút giữ lửa. Nghe báo cáo số người nghe giảng ít dần. Ngày xưa thì nghe chạnh lòng, giờ thì phải nói là mong bà con có lòng đi học các khóa nên nghe kinh tạng. Nếu không muốn đi học thì thôi.

Năm nay khóa Thụy Sỹ 40 người thôi. Sang năm tiếp tục mở lại tháng 6, tầm 40 người, lớp vừa rồi họ ghi danh hơn 1 nửa, còn lại 10 ghế cho năm sau.

Chúc các vị một ngày vui./.