**Khenpo Tsultrim giảng ngày 17/06/2018**

Thầy tiếp tục giảng về **Bát nhã tâm kinh**,

Chúng ta bắt đầu bằng Bát nhã tâm kinh. Các phần chính của Bát Nhã Tâm Kinh phần trước thầy đã giải thích rồi, Sắc tức là Không, Không tức là Sắc, thầy đã giải thích rất kỹ ở phần trước. Phần này tương tự là Thọ tưởng hành thức, để giải thích như là Sắc.

tất cả các Pháp được chia làm 3 loại:

1. các Pháp thuộc về thế gian
2. các Pháp thuộc về A La Hán
3. các pháp thuộc về Thanh Văn

tất cả các Pháp đều là rỗng rang cả.

Các **Pháp thuộc về thế gian**: tất cả các Sắc đều là không. Không tướng, không sinh, không diệt, không nhớp, không sạch, không thêm, không bớt. Sariputra, cho nên trong Không không có sắc, không thọ, không tưởng, không hành, không thức, không mắt, không tai, không mũi, không lưỡi, không thân, không ý, không sắc, không thanh, không hương, không vị, không pháp, không có nhãn giới, không có ý giới, cho đến cũng không có ý thức giới.

Tất cả Hành và Thức – đều do các yếu tố của tâm lý, nên chia ra làm 18 xứ (?). Khi chúng ta có mắt, mũi, tai, lưỡi, thân – tất cả các cơ quan của chúng ta tiếp xúc với cảnh trần, sinh ra Thọ. Từ Thọ, chúng ta mới có Hành và Thức. Từ 18 xứ này, mới sinh ra 6 thức (?). Giống như con khỉ được nhốt trong căn nhà trống, nhà trống đó có rất nhiều cửa sổ, mọi người nhìn qua cửa sổ đó thì nghĩ rằng trong nhà có rất nhiều khỉ, nhưng thực ra chỉ có 1 con khỉ thôi. Tương tự như vậy chúng ta cũng chỉ có 1 tâm trí, khi 6 căn của chúng ta tiếp xúc với 6 trần, sẽ sinh ra các thức – các thức khác nhau nhưng thực ra chỉ có 1 tâm trí duy nhất (?).

**Thức** phát sinh như thế nào, ví dụ: khi mắt tiếp xúc với 1 cảnh trần nào đấy – ban đầu sẽ không đem lại 1 niệm nào, sau đó có 1 thông tin gửi về tâm trí, và bắt đầu xuất hiện 1 ý thức – bắt đầu nghĩ rằng đó là tốt hay là xấu, đấy là đẹp hay là không đẹp. Chúng ta có 5 cửa - đó là 5 uẩn: tai, mắt, mũi, lưỡi, thân. 5 cửa này mỗi lần tiếp xúc với 1 cảnh trần, sẽ sinh ra 1 thông tin – truyền về tâm trí của chúng ta. Tâm trí luôn luôn bận rộn với các thông tin nhận qua 5 cửa này, và sẽ sinh ra Thức. Từ Thức này, mới bắt đầu có Thọ, - chúng ta cảm thấy tốt xấu, hay điều gì đó. Bản chất tai, mắt, mũi, lưỡi, thân, khi mới tiếp xúc với cảnh trần thì chúng ta chưa có ý thức nào cả. Tất cả thông tin chúng ta nhận được khi 5 cửa – 5 uẩn của chúng ta tiếp xúc với cảnh trần, được truyền về A lại da thức – như 1 kho lưu trữ thông tin, cảm giác. Mặc dù chúng ta không nghĩ, không… gì, A lại da thức sẽ phát đi những gì đã lưu giữ trong cái kho này. Đặc biệt khi chúng ta có những xúc tình tiêu cực – cũng sẽ được gửi đi từ A lại da thức. A lại da thức cũng được tính như Thức thứ 7 của chúng ta (sau Thức là A lại da thức). Chúng ta chỉ có duy nhất 1 tâm trí thôi, nhưng từ A lại da thức phát sinh rất nhiều thông tin, nên tâm trí của chúng ta cứ luôn luôn chạy theo thông tin – nên tâm trí được coi như con khỉ. Bên Duy tâm tông: khi A lại da thức sinh ra xúc tình tiêu cực – được coi là thức thứ 8. Duy tâm tông chỉ có đối trị với xúc tình tiêu cực đó thôi. Quan điểm của Trung quán tông: chỉ có 7 thức (chúng ta chỉ dừng ở A lại da thức).

Khi thực hành thiền tâm an trụ, tâm trí giống như con khỉ luôn luôn nhảy nhót khắp nơi, chúng ta cần có dây thừng giữ cho con khỉ không chạy lung tung khắp nơi nữa và chỉ có ở 1 chỗ thôi. Giống như vậy, khi thực hành thiền tâm an trụ, chúng ta cố gắng cho tâm trí của chúng ta không nhảy nhót, không chạy theo các hướng khác nhau, và làm thế nào để tâm của chúng ta được bình an, được thả lỏng, không bị quá bận rộn với tất cả các niệm hay các ý thức niệm. Tâm trí luôn luôn bận rộn với các cảm giác do các uẩn đem lại, mặc dù có 1 tâm trí thôi, mà chúng ta không nhận thấy, nên chúng ta tìm làm thế nào để giữ được tâm trí luôn luôn được lắng đọng, yên bình. Giống như cách giữ con khỉ, tâm trí phải nhìn qua quá nhiều cửa sổ, vì vậy phải làm thế nào đó để giữ cho tâm trí được yên bình.

Khi Thọ sinh ra từ các Pháp, từ hiện tại và quá khứ: tai, mắt, mũi, lưỡi, thân gặp các Cảnh trần mới sinh ra được Thọ như vậy – sinh thành 18 xứ. Trong tương lai, tai, mắt, mũi, lưỡi, thân: chưa gặp cách Cảnh trần trong tương lai, nhưng chắc chắn sẽ gặp, vì chưa gặp nên không chia làm 18 xứ, mà được chia làm 12 xứ, được gọi là Ayantayana. Trong tương lai, chúng ta chưa phát sinh ra những Thọ, vì các Uẩn chưa gặp Cảnh trần như vậy.

Con đường của Độc giác: không có vô minh cho đến không có hết vô minh, không có già chết cho đến không có hết già chết. Tương tự, không có Khổ Tập Diệt Đạo.

Đây là con đường thuộc Độc Giác – con đường thiền về Thập nhị nhân duyên – 12 nhân duyên.

Con đường Độc giác: khi bài giảng của đức Phật Thích ca mậu ni đã chấm dứt rồi, đức Phật Di Lặc trong tương lai chưa đến, đó là khoảng giữa của thời gian này. Trước đấy có những vị đã tu trên con đường trở thành A la hán, nhưng họ đã chết trước khi đó và trước khi họ thành đạo, và họ có ước nguyện trước khi chết là sẽ sinh vào thời không có vị thầy nào, và bản thân họ sẽ thực hành để thành đạo – nên gọi là con đường Độc giác.

Khi nghiên cứu về **Thập nhị nhân duyên**, các vị đó quan sát, đó là chuỗi quá trình liên lục:

1. Bắt đầu từ Vô minh
2. sinh ra Hành
3. Thức
4. Sắc và danh
5. Lục nhập
6. Xúc
7. Thọ
8. Ái
9. Thủ
10. Hữu
11. Sinh
12. Lão tử

Các vị đó thấy tại sao lại có sự chết ở đây: vì có từ Sinh – vì có từ Hữu – Thủ - … - khởi đầu tất cả là do Vô minh. Tìm được nguồn căn của nó là vô minh, các vị mới tìm cách thoát khỏi Samsara này (Luân hồi): duy nhất là các vị Thanh Văn tìm ra được là Vô ngã – từ đây mới không phát sinh, phát khởi được Thập nhị nhân duyên này – mới không có vòng sinh tử luân hồi. Không có sự vô mình thì đương nhiên không có những hành vi xấu, từ đấy không sinh ra những ý thức, dần dần, cuối cùng là không có Chết – mới thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi. Đó là cách của những vị tu theo Thanh Văn, họ nguyện giữa thời 2 đức Phật, sẽ tự thực hành là như vậy.

Trong Bát nhã tâm kinh: không có Vô minh, cho đến không có hết Vô minh, không có già chết, cho đến không có hết già chết.

Chính là muốn nói đến Thập nhị nhân duyên. Nhìn về Vô minh, cũng tương tự như là chúng ta nhìn về: Sắc tức là Không, khi Vô minh đã là rỗng rang, là tính không, thì thực tế Vô minh này không tồn tại 1 cách cố hữu. Trong Thập nhị nhân duyên, Vô minh đã rỗng rang như vậy rồi, thì các nhân duyên khác cũng như vậy. Tương tự với Sắc cũng là như vậy.

**Điều cơ bản: tất cả các Pháp không tồn tại 1 cách cố hữu.**

Tương tự Khổ Tập Diệt Đạo: là phần thứ 3 của các Pháp thuộc về A la hán. Các bài giảng của đức Phật về Tứ diệu đế: có 3 lần.

* Lần 1: đức Phật nói về Khổ đau, nguyên nhân của Khổ đau, cách diệt trừ Khổ đau, và con đường đi tới Đạo.
* Lần 2: giảng về chúng ta phải hiểu về Khổ đau, làm thế nào để diệt trừ được tất cả Khổ đau, làm thế nào để đi trên được con đường dẫn tới đạo.
* Lần 3: đức Phật giảng không có Khổ đau, không có nguyên nhân Khổ đau, không có sự diệt cũng như không có con đường.

Đó chính là 3 lần đức Phật giảng về Tứ diệu đế, giảng từ tương đối đến tuyệt đối, từ lúc đầu Khổ đau có tồn tại cho đến cuối cùng, thực ra Khổ đau đó tồn tại là rỗng rang. Điều này giúp chúng ta hiểu được Vạn pháp là thế nào.

Tiếp theo, bản kinh: không trí, không đắc, cũng không có không sở đắc.

Trí ở đây là trí tuệ, là hiểu biết, kiến thức của chúng ta. Các Pháp không tồn tại, tức là các Pháp tồn tại là rỗng rang, tức là tính không rồi, thì đương nhiên không có Trí, từ đấy không có Đắc, và không có Sở đắc. Lúc đó, Niết bàn hay Luân hồi cũng chỉ cùng 1 vị thôi. Cái nhìn của chúng ta không còn thế nào là Luân hồi hay Niết bàn nữa, mà lúc đấy cái nhìn của chúng ta đã vượt ra ngoài tầm rồi.

**Pháp bảo của sự giải thoát**

Lần trước chúng ta dừng ở phần người ngu hay người câm, về 8 điều kiện để có được sự tự do. Bây giờ thầy nói tiếp về 10 thuận duyên: có 5 thuận duyên thuộc về cá nhân và 5 thuận duyên thuộc về các hoàn cảnh bên ngoài. Khi thực hành Pháp, đương nhiên chúng ta cần có những thuận duyên.

5 điều kiện **thuận duyên** thuộc về cá nhân, để có thể thực hành được Pháp:

1. **Sinh ra làm con người**:

Có đầy đủ bộ phận thân thể, của nam, nữ

1. **Sinh ở nơi trung tâm của đất nước**:

Ở nơi có các bài giảng Pháp. Ở những nơi không có, thì gọi là biên địa.

1. **Sinh ra có đầy đủ các giác quan**:

Không bị câm, ngu ngốc, có thể nghe, nhìn được, tất cả các giác quan đều hoạt động. Như vậy mới có cơ hội để thực hành pháp được.

1. **Không có những hành động ma quỷ**:

Luôn luôn giữ giới luật trong Phật pháp, không chỉ với tăng và ni, mà những giới luật này dùng cho tất cả mọi người kể cả những người thực hành nói chung, kể cả những người bình thường đều dùng. Nếu không có niềm tin tưởng vào các giới luật thì đương nhiên chúng ta không thể thực hành được. Giới luật là nền tảng cho tất cả. Đức Phật có 3 bài giảng về Tam học: Giới Định Tuệ. Nếu không giữ gìn các giới luật và đạo đức thì đương nhiên chúng ta không thể nào thiền định được, và không thể nào có trí tuệ được. Chính vì vậy Giới luật, đạo đức là nền tảng rất quan trọng đối với người thực hành, và chúng ta phải có niềm tin tưởng sâu sắc vào các giới hạnh này và phải giữ rất tốt mới thực hành được.

Tiếp theo: chúng ta không phạm vào 5 trọng tội (ngũ nghịch trọng tội): không giết cha mẹ, không làm chảy máu thân Phật, không chia rẽ tăng đoàn. Nếu phạm vào 1 trong 5 trọng tội này, thì ở đời này không có cơ may nào có thể chúng ta tự giải thoát được cả.

1. Có niềm tin vào các bài giảng Pháp:

5 **điều kiện** bên ngoài:

1. **Đức Phật đến vào thời đại này:** Nếu vào thời không có đức Phật đến, chúng ta không có nhiều cơ may để học được Pháp.
2. **Đức Phật phải thuyết pháp:** Nếu đức Phật đến nhưng không thuyết pháp thì chúng ta lại không được học.
3. **Bài giảng của đức Phật phải được bảo vệ và lưu truyền**: những người đệ tử đã bảo vệ và lưu truyền, nên những bài giảng vẫn còn tiếp tục với chúng ta đến ngày hôm nay.
4. **Có vị thầy tâm linh**: nếu không thì sẽ không có ai hướng dẫn cho chúng ta, không có ai giảng về giáo pháp. Nhờ các vị thầy, chúng ta mới có cơ may hiểu được các bài giảng của đức Phật.
5. **Có lòng yêu thương, sự tử tế** (?): đó là sự hỗ trợ cho tất cả sự thực hành của chúng ta. Ví dụ: bản thân thầy sống nhờ đồ cúng dường của mọi người: quần áo, thực phẩm… Đó là nhờ sự tử tế yêu thương, hỗ trợ của mọi người. Nếu không có sự hỗ trợ như vậy thì các thầy không thể nào tiếp tục cuộc sống và giảng dạy cho chúng ta về giáo pháp.

Khi chúng ta có đầy đủ 2 thứ: **thuận duyên** và **điều kiện** bên ngoài hỗ trợ, thì lúc đó mới nói rằng chúng ta có cuộc sống làm người trân quý. Vì trân quý giống như viên ngọc như ý, có thể cho tất cả những gì chúng ta ước, nhưng viên ngọc chỉ giúp được chúng ta trong đời này thôi. Thân người thậm chí còn quý hơn cả viên ngọc đó, vì nó không chỉ giúp cho chúng ta trong đời sống này mà còn giúp cho chúng ta trong các kiếp sống sau, và giúp đạt được quả vị Phật. Thân người bình thường thì không nói làm gì, còn thân người trân quý thì thực sự khác biệt. Giống như Milarepa gặp 1 người thợ săn, nói rằng: số người có cuộc sống như ông rất là nhiều, ông sử dụng cuộc sống những việc vô ích, chỉ có chạy theo ác nghiệp, săn bắn mà thôi. Tại sao mới nói chúng ta có đầy đủ các thuận duyên và điều kiện bên ngoài thì mới có cuộc sống làm người trân quý.

Trân quý vì 1 điều đó rất khó đạt được, không dễ 1 chút nào, và 2 là vì điều đó mang lại lợi lạc rất lớn.

*Trong Bồ tát đạo:*

*thật là khó để làm người,*

*thật khó để giữ được kiếp sống nhân loại,*

*thật khó để có thể tìm được các bài giảng Pháp linh hiển,*

*thật khó để khi 1 đức Phật xuất hiện.*

Để sinh được làm người thật không dễ 1 chút nào. Khi được làm người rồi thì không dễ gì gặp được giáo pháp cả, và để gặp được giáo pháp trân quý cũng rất là khó. Và không phải lúc nào đức Phật cũng xuất hiện trên trái đất, mà chỉ đến vài lần thôi. Chúng ta thực sự may mắn khi có đầy đủ sự thuận duyên như vậy. Khi có được cuộc sống làm người trân quý rồi, thì chúng ta đừng để phí phạm.

*Theo kinh Đại bi Liên hoa:*

*thật khó để tìm được sự hiện hữu làm người,*

*thật là khó để có thể đạt được sự giải thoát tuyệt hảo,*

*cũng thật là hiếm hoi để 1 vị Phật xuất hiện trên thế gian này,*

*thật là khó để có được niềm tin nơi giáo pháp,*

*cũng thật là khó để có sự đam mê tuyệt hảo.*

*Trong kinh Hoa nghiêm:*

*thật khó để có thể tìm được sự tự do từ 8 chướng duyên,*

*thật khó để tìm được sự sinh làm người,*

*thật khó để tìm được sự tự do toàn hảo,*

*thật khó để có thể tìm được sự xuất hiện của 1 vị Phật,*

*thật khó để đạt được chúng sinh tôn quý,*

*thật khó để có thể tìm được 1 vị thầy tâm linh chân thật,*

*thật khó để có thể thực hành toàn vẹn những gì được dạy trong giáo pháp tuyệt hảo,*

*thật khó để có được 1 nghề nghiệp đúng,*

*thật khó để tìm được mẫu người tạo nỗ lực trong cõi nhân theo đúng giáo pháp.*

Các điều trong này đã nói rất rõ rồi, 8 chướng duyên thầy cũng đã nói cho chúng ta rồi. Có 2 điều thầy muốn nói:

* Trong cuộc sống mà chúng ta phải sống theo những gì được dạy theo giáo pháp tuyệt hảo: nhất là chúng ta cố gắng không nói dối, không lừa đảo mọi người, làm những thiện hạnh, đừng tạo ra những ác hạnh.
* Thật khó để tìm được nghề nghiệp đúng: tìm được 1 nghề giữ được kế sinh nhai, nuôi sống mình. Chọn nghề kinh doanh: mua 1 mà bán lên gấp quá nhiều lần, như vậy là không tốt. Chúng ta cố gắng vừa phải, không có làm những gì quá, để trở thành những nghiệp xấu.

Trong Bồ tát hạnh: tự do và thuận duyên rất khó có được, những ví dụ để nói rằng có được cuộc sống làm người trân quý khó như thế nào, những khó khăn như thế nào, tại sao là khó đạt được như vậy. Trên đây là các câu hỏi:

* Cuộc sống làm người trân quý khó như thế: đức Phật nói khó khăn như con rùa đưa cái cổ vào cái ách trôi nổi trên đại dương bao la. Trong kinh điển, điều này được giải thích: con rùa sống trong đại dương (cả Samsara này là đại dương bao la), và trên mặt đại dương có 1 cái lỗ duy nhất là cái ách (để lồng vào cổ con trâu con bò). Cái ách trôi nổi trên sóng theo 4 phương, dưới đáy đại dương có 1 con rùa mù sống đã hàng ngàn năm, cứ mỗi 100 năm nó lại nhô lên mặt biển. Rất khó khăn để con rùa đưa được cái đầu của nó qua lỗ ách như vậy, nhưng nó vẫn có thể làm được. Sinh ra trong cuộc sống làm người trân quý còn khó hơn nhiều như thế. Cái lỗ của cái ách đã rất nhỏ, con rùa lại mù, mà đưa được đầu vào cái ách trôi nổi trên sóng như vậy vô cùng là khó và gần như là không thể nào đạt được. Việc chúng ta có được thân người cũng khó như vậy, như con rùa mù 100 năm mới ngoi lên mặt biển 1 lần, lại còn đưa đưa cổ của nó vào cái ách trâu.

Tại sao cuộc sống làm người lại khó tìm, thân thể này có được tự do và thuận duyên là nhờ những công đức của những thiện căn đã được tích lũy, còn chúng sinh trong 3 cõi thấp không biết làm thế nào để tích lũy được những đức hạnh, hơn nữa họ còn có những hành động ma quỷ, vì vậy chỉ những ai sinh ra trong 3 cõi thấp, với số lượng những nghiệp tiêu cực nhỏ bé, và những ai sinh ra mà những nghiệp của họ có thể trổ quả lành trong 1 kiếp tiếp đến, là những người có cơ hội sinh ra trong cuộc sống làm người. Với những người tái sinh vào 3 cõi thấp, thì cơ hội để họ quay lại thân người là rất khó, chỉ có những người có những nghiệp tiêu cực rất nhỏ và sau khi họ phải chịu trong 3 cõi thấp: phải chịu thiêu đốt, đau khổ… Sau khi trả xong nghiệp thì họ mới có cơ hội tái sinh lại vào trong thân người, nếu như chúng ta có quá nhiều nghiệp tiêu cực, thì cơ may qua lại cuộc sống làm người rất khó khăn - vì đã ở trong 3 cõi thấp này thì chúng ta sẽ tạo tác thêm càng nhiều nghiệp tiêu cực nữa.

Chúng ta tái sinh vào địa ngục là do nghiệp từ sự sân hận của chúng ta, những bám chấp sẽ đưa chúng ta tái sinh vào cõi ngạ quỷ, vô minh sẽ đưa chúng ta vào cõi súc sinh.

Bài nói về Lợi lạc lớn: thầy để buổi sau.

Thập nhị nhân duyên: chưa cần nhớ vội, buổi khác thầy sẽ giảng kỹ.

Nhưng tên của 4 bài giảng của đức Phật về Tứ diệu đế, chúng ta phải học thuộc lòng, phải nhớ. 10 cái thuận duyên cũng phải nhớ.

**Câu hỏi:**

1. Trong Kim cương tát đỏa, nói rằng, không bằng những nghiệp tiêu cực, chỉ cần đọc 100.000 biến Kim cương tát đỏa thôi, chúng ta cũng có thể tịnh hóa được **Ngũ nghịch trọng tội**, nhưng phải hoàn toàn có được tâm trí không xáo động – việc tụng đọc như thế là vô cùng khó. Ngay cả trong kinh Sangata đương nhiên nói như vậy Ngũ nghịch trọng tội được tịnh hóa, tuy nhiên chúng ta không thể nào đạt được Phật quả trong đời này.

Ngũ nghịch trọng tội vô cùng nặng nên rất khó để tịnh hóa. Khả năng để tịnh hóa, không phải tuyệt đối là không được, chỉ khi chúng ta dụng công, nỗ lực không ngừng, thì may ra chúng ta tịnh hóa được Ngũ nghịch trọng tội.

1. Con **bán hàng** online nhập từ Mỹ về, trừ tất cả chi phí con lãi khoảng 50%, hàng hóa đều chụp ảnh mẫu và thông báo trước, giá cả ai đăng ký mới nhập về, vậy đây có phải **nghiệp xấu** của con?

Thầy trả lời: đương nhiên ai cũng phải làm gì đấy để kiếm sống, và kinh doanh đương nhiên phải có lãi rồi, nhưng lãi đó phải hợp lý, không bị quá, nhưng cụ thể bao nhiêu thì chúng ta phải tự xem, thầy không thể trả lời 50% hay 60% là nghiệp hay không nghiệp của các bạn, vì các bạn còn phải trả tiền điện, nước, rồi nhu cầu của các bạn trong cuộc sống, nên các bạn phải làm thế nào cho hợp lý nhất. Nghiệp tiêu cực ở đây là các bạn nhập hàng giả về, và nói đó là hàng thật; hoặc nhập hàng hư, lỗi, mà nói rằng là hàng mới, thì đây mới là tạo nghiệp tiêu cực.

Thầy có xem clip bên Ấn độ: người ta đóng gói hoa quả rất tốt, nhưng có những người lấy chỗ hoa quả đó ra và cho những loại xấu vào, và đem ra bán lại, đấy mới là điều tạo nghiệp cho họ.