Pháp, bắt đầu hiểu như pháp đang là

Pháp đàm của Achaan Sujin Boriharnwanaket, ngày 24 tháng 5 năm 2025

Nghe bài pháp: youtu.be/6D32UpOZndU

Người dịch: Lộc Phan

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa.

Tất cả các pháp đều là vô ngã

Chúng ta cùng nói và đàm luận về Giáo lý của Đức Phật nhé? Sau khi giác ngộ, Ngài đã nói gì? Tất cả các pháp (dhamma) đều là vô ngã (anattā). Có đúng vậy không? Tất cả các pháp đều là vô ngã. Chẳng phải đó là điều Ngài đã nói sau khi giác ngộ hay sao? Nhưng chúng ta chưa hiểu được sự thật của Pháp. Chỉ riêng chữ *dhamma* thôi, nó là gì? Đấy, có người sẽ nói đó là Giáo lý của Đức Phật, nhưng là về cái gì? Ngài dạy về cái gì?

Về sự thật của từng khoảnh khắc: chân pháp (sacca dhamma). Pháp là bất cứ cái gì có thực, nó có đặc tính riêng của nó, hiển lộ để được hiểu rằng nó chỉ là cái có thực: nó là một thực tại. Và đó là Thánh đế thứ nhất trong Tứ Thánh Đế. Thánh đế thứ nhất là Khổ Thánh đế (dukkha ariya sacca). Nếu ta không biết sự thật (sacca) là gì và khổ (dukkha) là gì, làm sao ta có thể hiểu được Giáo lý của bậc Giác Ngộ?

Đó là sự thật tối hậu của bất cứ cái gì đang xuất hiện, bất cứ khoảnh khắc nào, kể cả ngay lúc này. Nếu Ngài không dạy về cái đang xuất hiện ngay lúc này, làm sao có thể có sự hiểu về khoảnh khắc này, và các khoảnh khắc khác, từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, những gì đang xuất hiện, chúng có thực hay không? Vì vậy nó không phải chỉ là mơ mộng về sự thật, về minh sát (vipassanā), về bất cứ điều gì, mà không có chút hiểu biết nào về sự thật của khoảnh khắc này như nó đang là. Trước khi nghe Giáo lý của Đức Phật, ai biết được cái gì đang xuất hiện hiện giờ?

Chẳng phải đó là điều Ngài đã dạy trong bốn mươi lăm năm hay sao? Vi Diệu Pháp (Abhidhamma), Kinh (Sutta), Luật (Vinaya), tất cả đều là pháp, tất cả đều là pháp chân đế

(paramattha dhamma), sự thật tối hậu. Nó không thể bị thay đổi. Bất cứ cái gì đang xuất hiện thì nó là như vậy, không ai có thể làm cho khoảnh khắc ấy, khi nó đang xuất hiện, trở thành khác đi.

Khổ Thánh đế

Vậy cái gì có thực hiện giờ? Chẳng phải Đức Phật đã liễu ngộ sự thật và dạy về cái có thể được biết, cái vốn không thường hằng, hay sao? Khổ Thánh đế: bất cứ thực tại nào đang xuất hiện đều sinh và diệt, không bao giờ trở lại nữa. Ngay cả cái thấy hiện giờ, chỉ có đúng khoảnh khắc thấy ấy, rồi diệt đi, không bao giờ trở lại. Vậy làm sao có thể là "tôi" thấy, con chó thấy, con mèo thấy, ai đó thấy? Bởi cái thấy chỉ sinh khởi rồi diệt đi. Chẳng phải đó là ý nghĩa của Khổ Thánh đế, Thánh đế thứ nhất, hay sao?

Có đúng vậy không? Ba la mật chân thật (sacca pāramī). Hiểu được sự thật là ba la mật trí tuệ (paññā pāramī). Không có sự phát triển trí tuệ (paññā) ngay từ bước đầu để liễu ngộ sự thật thì đó không phải là Giáo lý của Đức Phật. Nhưng sự hiểu thì khác với vô minh: không có chút hiểu biết nào về cái thấy cả, chỉ mơ mộng việc liễu ngộ Tứ Thánh Đế, Thánh đế thứ nhất. Nhưng Thánh đế thứ nhất là: bất cứ cái gì sinh khởi thì diệt đi, không bao giờ tồn tại lâu, tất cả mất đi tức thời.

Vậy điều đó có dễ chịu không? Từ không có gì trở thành một cái gì, rồi lại không có gì. Vậy ích gì, lợi lạc gì trong việc chỉ sinh khởi rồi diệt đi? Nó y như trước khi nó sinh khởi, nó không còn ở đó nữa. Chẳng phải đó là điều Ngài đã dạy hay sao? Chẳng phải đó là lời của Đức Phật hay sao? Khổ Thánh đế, bất cứ cái gì sinh khởi thì diệt đi tức thời, rất nhanh, rất chóng, cái nọ tiếp cái kia.

Vì vậy sự sinh khởi và diệt đi của từng cái bị che lấp bởi sự nối tiếp quá nhanh từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, ngay lúc này. Khoảnh khắc này không phải khoảnh khắc trước, không phải một khoảnh khắc tương lai, chỉ một khoảnh khắc tại một thời điểm rồi diệt, từ sinh đến tử.

Phức hợp làm sao, cái gì đang xuất hiện hiện giờ? Nhiều thứ, dường như cùng trong một khoảnh khắc, nhưng trong sự thật, cái có thực chỉ nằm trong một khoảnh khắc tích tắc. Có đúng vậy không? Chẳng phải điều này nằm trong Tam Tạng (Tipiṭaka) hay sao? Chẳng phải

đó là Vi Diệu Pháp, Kinh và Luật hay sao? Tất cả chỉ nói về sự thật tối hậu của cái đang xuất hiện như là vô ngã: tất cả các pháp đều là vô ngã.

Vì vậy Giáo lý của Đức Phật phải theo từng giai đoạn, từng mức độ. Như vậy, có ba lần chuyển của Tứ Thánh Đế, bốn Thánh đế (ariya sacca). Lần chuyển thứ nhất là hiểu trên mức độ tư duy sự thật của cả bốn Thánh đế: Khổ Thánh đế (dukkha ariya sacca), Khổ Tập Thánh đế (dukkha samudaya ariya sacca), Khổ Diệt Thánh đế (dukkha nirodha ariya sacca), và con đường, Đạo Thánh đế (magga ariya sacca). Lần chuyển ấy dẫn tới việc hiểu trực tiếp cái đang xuất hiện, rất gần, vì nó ở đó từ đầu đến chân.

Thế giới đang ở đó: cái thấy ở đó, cái nghe ở đó, suy nghĩ ở đó, thích ở đó, không thích ở đó. Bất cứ cái gì trong cuộc sống, từ đầu đến chân, không bao giờ có thể thoát ra được. Có đúng vậy không? Không phải chỉ để tin, mà để hiểu xem nó có thật hay không, để có tín tâm vào sự thật, rằng sự thật là sự thật. Khoảnh khắc thấy không phải khoảnh khắc nghe, và mỗi khoảnh khắc khác nhau được tạo duyên bởi những duyên khác nhau. Cái thấy thấy những đối tượng khác nhau, chúng có thể tạo duyên cho dính mắc hay sân (dosa) do duyên, đấy. Mỗi khoảnh khắc đều có thể được nghiên cứu, có thể được học, có thể được phát triển. Có thể có sự hay biết trực tiếp về bản chất của nó như nó đang là, để dần dần buông bỏ hiểu biết sai và ý niệm về một cái gì, một ai đó, hay "tôi" ngay lúc này.

Cuộc sống chỉ trong một khoảnh khắc

Cuộc sống chỉ ở đúng khoảnh khắc này, mỗi lần chỉ một khoảnh khắc. Vậy cuộc sống hiện giờ, khoảnh khắc này, là gì? Đó là khoảnh khắc của cái thấy. Vậy đó có phải là cuộc sống không? Cái thấy là một phần của cuộc sống, hay là một khoảnh khắc của cuộc sống?

Bởi chúng ta sinh ra để thấy, để nghe, để ngửi, để nếm, để xúc chạm, và để suy nghĩ về bất cứ điều gì sau khi thấy, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm. Nghĩ về cái đã có đó dưới dạng hình dáng và hình thể, như dấu hiệu của một cái gì được biết đến: như con người và đồ vật. Nhưng trong sự thật, cái được thấy không thể là bất cứ thứ gì hay bất cứ ai cả.

Chỉ sinh ra để thấy, để nghe, để ngửi, để nếm, để xúc chạm, và để suy nghĩ, ngay lúc này, phải vậy không? Sự thật là bất cứ cái gì sinh khởi đều được duyên (paccaya) tương ứng làm cho sinh khởi. Cái in dấu lên nhãn căn tạo duyên cho cái thấy thấy đúng cái đang xuất hiện, đang in dấu lên nhãn căn. Ngay lúc này, ai biết được? Đây là những lời của bậc Giác

Ngộ. Vậy Đức Phật đã liễu ngộ hay giác ngộ điều gì? Bản chất, thực tại ngay lúc này như nó đang là: cái thấy chỉ là một khoảnh khắc, sinh khởi để thấy rồi diệt đi.

Cái nghe không phải cái thấy, chúng không bao giờ có thể ở cùng một khoảnh khắc, mà ở những khoảnh khắc khác nhau, từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác trong cuộc sống, từ sinh đến tử. Chẳng phải đó là Giáo lý của Đức Phật hay sao? Không có gì thường hằng, bất cứ cái gì sinh khởi thì diệt đi tức thời. Nhưng cái gì sinh ra và cái gì chết đi? Không ai cả, chỉ có thực tại được sinh ra hay sinh khởi để kinh nghiệm đối tượng của nó, từ khoảnh khắc đầu tiên trong cuộc sống, nó ở đó, chỉ sinh khởi để kinh nghiệm đối tượng của nó.

Nhưng đối tượng của khoảnh khắc tái sinh thì không được biết đến, bởi nó không phải đối tượng của thế giới này, nó không phải cái được thấy, được nghe, được ngửi, được nếm, được xúc chạm và vv. Mỗi khoảnh khắc đều khác nhau do duyên. Đức Phật đã dạy chi tiết về từng khoảnh khắc và về các duyên cho bất cứ cái gì sinh khởi, chi tiết đến như vậy.

Vậy, đó là cách để dần dần buông bỏ sự dính mắc vào cái đang xuất hiện với vô minh (avijjā) và dính mắc (lobha), bởi không có sự hiểu về sự thật rằng nó không còn ở đó nữa, ngay cả lúc này. Có đúng vậy không? Chỉ cần lắng nghe, suy xét sự thật. Rồi đến khi ấy, ở khoảnh khắc hiểu được sự vi tế của thực tại ngay lúc này, mới là lúc biết được ai là bậc Giác Ngộ, ai là Đức Phật. Và Giáo lý của Ngài nói về điều gì: sự thật của từng khoảnh khắc trong cuộc sống.

Nếu đó không phải Giáo lý để hiểu sự thật của bất cứ cái gì đang xuất hiện trong cuộc sống, từng khoảnh khắc, thì liệu đó có thể là cái mà chúng ta gọi và đảnh lễ là Đức Phật, bậc Giác Ngộ, hay không? Liệu đó có thể là sự thật hay không? Và chân thật với sự thật chính là ba la mật chân thật. Chỉ có sự hiểu, sự tín tâm vào sự thật của cái đang xuất hiện như nó đang là, mới là con đường duy nhất để phát triển sự hiểu về từng thực tại sinh khởi rồi diệt đi trong tích tắc.

Không có một ai hay một "tôi" có thể cố gắng phát triển, cố định tâm, cố thực hành thiền. Để biết cái gì? Đó có phải Giáo lý của Đức Phật không? Vậy là chúng ta hiểu sai chữ "thiền" hay "hành thiền" hay "quán chiếu", hay bất cứ chữ nào bạn dùng, bởi nó không phải chỉ là ngồi xuống và làm một cái gì, tập trung, mà không có chút hiểu biết nào cả, chỉ muốn kinh nghiệm một cái gì, không biết đó là cái gì. Nhưng nó không phải cái hiện giờ, cái để được

biết, bởi nó đang cố làm một cái gì, cố biết một cái gì, và không biết đó là cái gì. Có đúng vậy không? Phải chân thật với sự thật.

Thông thường *bhāvanā* được dịch là "thiền", và người ta lập tức có ý niệm, như Achaan đã đề cập ở đầu, về việc ngồi xuống và tập trung, theo một pháp hành. Vậy hiện giờ chúng ta có đang phát triển tâm trí (bhāvanā) không? Bố thí (dāna), trì giới (sīla). Đó có phải bhāvanā, chỉ là khoảnh khắc thiện (kusala)? Vậy hiện giờ chúng ta có đang ở bhāvanā, ở mức độ bhāvanā, hay chưa?

Pháp là gì

Đó có phải Giáo lý của Đức Phật không? Hay Đức Phật không nói gì về khoảnh khắc này? Bằng không thì làm sao Ngài trở thành Đức Phật, bậc Giác Ngộ, mà không hiểu sự vi tế của khoảnh khắc hiện giờ như là không ai và không cái gì, chỉ là pháp, những pháp khác nhau?

Vậy pháp là gì? Nó là một thực tại. Làm sao ta biết nó là một thực tại? Nó có đặc tính riêng hiển lộ để được biết. Có cái thấy ngay lúc này, ai cũng biết. Cái thấy thấy cái được thấy, cái in dấu lên nhãn căn. Nó không thể được cho là bất cứ thứ gì: chỉ một điểm, một khoảnh khắc thấy tích tắc. Nó không thể thấy cái toà nhà cao kia, cái cửa sổ, hay cái ghế, hay cái giường, hay con chó. Nó chỉ là một điểm, từ điểm sang điểm, điểm sang điểm, cho đến khi nó tạo duyên cho hình dáng và hình thể, to hay nhỏ, nâu hay đỏ, thành cái mà ta cho là một cái gì, qua những hình dáng và hình thể khác nhau.

Có đúng vậy không? Không có màu, những màu khác nhau, thì có thể có hình dáng và hình thể nào để được cho là một cái gì hay không? Đôi giày, cái gương, cái tivi, đấy. Chẳng phải đúng vậy sao? Không phải chỉ để tin, mà để suy xét sự thật hiện giờ, khoảnh khắc này. Chúng ta đang nói về cái đang xuất hiện như nó đang là, cái đã được bậc Giác Ngộ, chính Đức Phật, liễu ngộ.

Sau khi giác ngộ, Ngài đã nói gì? Pháp rất vi tế, nhưng nó có thể được nghiên cứu, có thể được biết, có thể được liễu ngộ. Có thể được. Bằng cách nào? Bằng cách lắng nghe lời nói về nó, như nó đang là, để suy xét nó, như nó đang là, bắt đầu hiểu như nó đang là, từng chút một, cho đến khi hiểu biết đúng đủ mạnh, đủ sắc, đủ sâu để liễu ngộ sự thật của cái đang xuất hiện ngay lúc này, từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, do duyên: vô ngã.

Một người đang bắt đầu hiểu các thực tại là gì, và những cái khác là khái niệm (paññatti), hay ý niệm. Vậy hiện giờ có Pháp không? Có. Hiện giờ đó là pháp gì? Cái nghe, cái thấy. Được, tại sao nó là một pháp? Bởi nó có thực, phải không? Ở khoảnh khắc nghe, cái nghe là có thực. Vậy bất cứ cái gì có thực đều là pháp. Và âm thanh cũng là pháp chứ? Tại sao âm thanh là một pháp?

Bất cứ cái gì có thực. *Dhamma* nghĩa là bất cứ cái gì có thực, trong các ngôn ngữ khác nhau, trong tiếng Anh, tiếng Thái, và tiếng Pāli, *dhamma* là bất cứ cái gì có thực. Tại sao là có thực? Bởi nó ở đó. Cái thấy ở đó hiện giờ, cái thấy. Cái nghe ở đó hiện giờ, cái nghe. Âm thanh ở đó hiện giờ, được nghe. Bất kể thể nào, cái gì có thực thì có đặc tính riêng của nó, để là cái có thực. Bất cứ cái gì có thực đều là một pháp, phải không?

Vậy nó không phải con mèo, không phải con chó. Nó là gì? Khi bạn thấy cái mà bạn cho là con chó hay con mèo, trong sự thật, cái gì đang xuất hiện? Cái gì là thật? Cái gì có thực? Vậy cái thấy là cái thấy, hay cái thấy là con chó? Cái thấy không phải con chó, cái thấy chỉ là cái thấy. Vậy cái thấy không phải bất cứ ai, nó là chính cái thấy. Và đây chính là sự hiểu về sự thật, sự thật tối hậu của Pháp: bất cứ cái gì có thực đều có đặc tính riêng của nó, phải không?

Âm thanh không thể là mùi, nhưng nó có thực. Âm thanh có thực, mùi có thực, cái thấy có thực, suy nghĩ có thực, dính mắc có thực, sân có thực. Bất cứ cái gì đang xuất hiện đều có thực. Vậy mỗi ngày, những cái đang xuất hiện không thể là bất cứ ai hay bất cứ thứ gì, chỉ là những thực tại do duyên khác nhau sinh khởi rồi diệt đi từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, từ sáng đến chiều, những khoảnh khắc khác nhau, sinh khởi rồi diệt đi. Đó có phải khổ không? Vâng, đó là khổ.

Và khi một người đau bệnh, đó có phải khổ không? Đó cũng là khổ. Khi ấy cái gì đang xuất hiện? Bản chất của cái mà ta gọi là bệnh tật là gì? Bản chất của nó là gì? Khổ đau là gì? Hiện giờ chúng ta đang học về cái đang xuất hiện trong từng khoảnh khắc của cuộc sống, chẳng xa xôi gì cả, rất gần. Vậy khi có thọ khó chịu, cái gì có thực?

Đây là nghiên cứu Pháp, đây là bhāvanā, bắt đầu hiểu, phát triển sự hiểu rõ ràng từng chút một. Vậy cái gì đang xuất hiện ở khoảnh khắc của thọ khó chịu? Thọ có phải một pháp không? Đó là pháp gì? Đó là thọ tâm sở (vedanā cetasika). Đúng, bởi khi ta nói nó là một pháp, nó là thọ tâm sở, thì thọ (vedanā) là gì và tâm sở (cetasika) là gì? Rõ dần và rõ dần, từng chút một.

Đấy, chúng ta học về chữ, bạn có thể nhớ được nó, nhưng hiện giờ chưa có duyên để nghĩ về nó, nhưng cái đang được học thì đã được học trước đó, phải không? Năm uẩn (khandha). Vậy, thọ. Thọ có thực không? Thọ khó chịu, thọ dễ chịu? Thọ có thực, thọ là một pháp. Đúng vậy, bởi nó ở đó, nó cảm nhận, phải không?

Nó ở đó, vui; nó ở đó, khó chịu. Vậy nó là một thực tại. Vì vậy chúng ta học để hiểu những gì đang xuất hiện trong cuộc sống là những thực tại khác nhau. Không phải bất cứ ai, không phải bất cứ thứ gì. Không ai có thể làm cho nó sinh khởi, bởi ngay cả khi chúng ta đang nói chuyện đây, cái thấy vẫn sinh khởi suốt. Sao vậy? Do duyên. Nhưng cái thấy là một thực tại, thọ là một thực tại, cứng là một thực tại. Bất kể thể nào, nếu nó có thực, nó là một pháp.

Và bất cứ cái gì đang xuất hiện sinh khởi rồi diệt đi. Cái thấy không tồn tại lâu chút nào; vừa sinh khởi là nó diệt đi tức thời. Vì vậy tất cả các pháp, tất cả các pháp do duyên sinh, các pháp hữu vi (saṅkhāra dhamma). Chúng ta học để hiểu thêm một số chữ mới, nhiều dần lên, từng chữ một. Chúng ta học để biết pháp là gì, và rồi cái đang xuất hiện được tạo duyên để sinh khởi bởi nhiều duyên.

Chúng ta học để hiểu hai mươi bốn duyên, dù ta không gọi tên chúng, nhưng bất cứ cái gì sinh khởi đều phải có các duyên cho sự sinh khởi của nó, các duyên (paccaya), như là duyên. Vậy, bất cứ cái gì do duyên sinh thì nó phải sinh khởi khi nó ở đó, được tạo duyên. Đó là pháp hữu vi, học thêm một chút nữa về pháp. Bất cứ cái gì sinh khởi đều phải do duyên, nên nó là pháp hữu vi, được tạo duyên bởi nhiều duyên, điều mà ta có thể học sau. Nhưng ta biết không ai làm cho nó sinh khởi, mà nó sinh khởi do duyên, sinh khởi để thấy, sinh khởi để nghe. Vậy, bất cứ cái gì có thực là pháp, và bất cứ cái gì sinh khởi là pháp hữu vi. Có đúng vậy không? Để hiểu pháp hữu vi, không phải chỉ nhớ chữ, mà hiểu pháp hữu vi nghĩa là gì.

Cái thấy có phải pháp hữu vi không? Vâng, cái thấy là một pháp hữu vi, một tâm quả (vipāka citta). Chúng ta học mỗi lần chỉ một chữ để có tín tâm và hiểu biết đúng về chữ đó. Chẳng hạn, pháp là bất cứ cái gì có thực, bất kể đó là âm thanh, nó có thực, nó là một pháp. Cứng là pháp. Vậy cái thấy là pháp và thọ là pháp. Bất cứ cái gì sinh khởi, mà không có duyên tương ứng của nó, thì không thể sinh khởi. Không có mắt, không có cái in dấu lên mắt, cái thấy không thể sinh khởi.

Vì vậy bất cứ cái gì sinh khởi đều được tạo duyên bởi nhiều duyên khác nhau, để được học từng chút một, về sau. Nhưng hiểu rằng bất kể thể nào, ngay cả cái thấy, nó không thể tự mình sinh khởi hay chỉ nhờ cái mắt, bởi khi không có gì in dấu lên nó, lên mắt, thì không bao giờ có thể có cái thấy. Vậy, ngay cả một khoảnh khắc của một thực tại đang xuất hiện sinh khởi, tất cả đều do duyên.

Vì vậy một chữ khác cho các thực tại do duyên sinh là pháp hữu vi. Chúng ta đã nghe nhiều lần về thuật ngữ *saṅkhāra* và cả pháp hữu vi, về sau là hành uẩn (saṅkhārakkhandha), và về sau nữa là *saṅkhāra* trong Lý Duyên Khởi (paṭicca samuppāda), vi tế hơn, từng chút một. Và đây không phải của bất cứ ai: Vi Diệu Pháp, rất vi tế, rất phức hợp và rất sâu, nhưng nó có thể được học, từng chút một. Và học để hiểu theo từng giai đoạn chính là bhāvanā, sự phát triển hiểu biết ngay từ bước đầu. Vì vậy chúng ta không hấp tấp muốn hiểu cái này cái kia, mà để có tín tâm vững chắc vào sự thật của vô ngã và của pháp. Rồi về sau, bất kể chúng ta nghe điều gì, nó là pháp, là pháp hữu vi, đấy.

Thế giới trong tối

Vậy hiện giờ, không còn hoài nghi về pháp nữa, phải không? Không còn hoài nghi về pháp hữu vi. Vậy cái gì đang xuất hiện hiện giờ? Lại nữa, lại nữa và lại nữa, để được nhắc nhở. Câu trả lời có thể là bất cứ điều gì bạn đã hiểu. Cái gì đang xuất hiện hiện giờ? Có câu trả lời nào không? Cái thấy, cái nghe. Mỗi lần chỉ một cái, để hiểu thêm một chút về sự vi tế của sự thật. Chúng ta nói về cái thấy hay cái nghe?

Cái nghe. Nhắm mắt lại, có thể có cái nghe không? Có. Vậy ở khoảnh khắc nghe, trời tối, phải không? Vâng, tối. Thế còn ở khoảnh khắc ngửi, chẳng phải cũng tối sao? Ngửi, nếm, xúc chạm, suy nghĩ, tất cả ở trong tối, phải không? Vậy thế giới, sự thật không hiển lộ như nó đang là. Vì vậy sự thật bị che lấp hoàn toàn, từng khoảnh khắc, không như nó đang là.

Vì vậy hãy học để chân thật với sự thật: những gì đang xuất hiện, từng khoảnh khắc, trong tối? Chỉ một điểm sáng ở khoảnh khắc thấy là không tối, nhưng hiểu biết đúng có thể hiểu bất cứ cái gì đang xuất hiện trong tối như nó đang là. Hiểu biết đúng hiểu cái đang xuất hiện như nó đang là, trong tối. Vì vậy, thế giới không hiển lộ như khi không có chút hiểu biết nào về sự thật cả. Vì vậy hiểu biết đúng thật dũng cảm, khi hiểu được sự thật rằng thế giới là tối, và chỉ khoảnh khắc thấy là sáng.

Và cái được thấy thì chưa thể là bất cứ hình dáng và hình thể của thứ gì cả. Ở khoảnh khắc thấy, nó chỉ kinh nghiệm cái có thể in dấu lên nhãn căn, rất nhỏ bé, bởi nhãn căn rất nhỏ bé, phải không? Rất nhiều khoảnh khắc của những điểm và điểm và điểm, chỉ để tạo duyên cho một hình dáng và hình thể được biết như một cái gì. Ở khoảnh khắc cho nó là một cái gì, đó không phải cái thấy, nó là như vậy.

Khoảnh khắc kinh nghiệm từ môn này sang môn khác, rất nhanh, không ai có thể tách chúng ra được cả, không một ai. Nhưng sự thật vẫn là sự thật. Vậy trí tuệ (paññā) bắt đầu hiểu sự thật rất vi tế, để khi nó đủ sắc, đủ rõ và đủ nhạy, nó kinh nghiệm thực tại như nó đang là. Vì vậy học để có tín tâm vào sự thật, đó chính là ba la mật chân thật. Mỗi khoảnh khắc hiểu được cái đang xuất hiện đều tạo duyên cho khoảnh khắc thiện, bởi thấy được hiểm họa của bất thiện (akusala). Chỉ một khoảnh khắc thôi, nó cứ được cộng thêm và cộng thêm, thêm một chút vô minh và dính mắc và các loại bất thiện khác trong một ngày, so với khoảnh khắc thiện.

Vì vậy hiểu biết đúng tạo duyên cho các khoảnh khắc thiện lành, đôi khi có hiểu biết và đôi khi không, nhưng chúng là thiện lành, để thấy hiểm họa của bất thiện. Vậy hiện giờ, tại sao chúng ta đến đây và nghe về cái ở khắp quanh ta, giản dị như âm thanh hay cứng hay bất cứ thứ gì, nhưng chưa từng được biết đến trước đây, như nó đang là, như nó đang xuất hiện, chỉ khi nó hiển lộ.

Dường như có cả thân này, từ đầu đến chân. Trong sự thật, không có gì cả, chỉ một khoảnh khắc kinh nghiệm một đối tượng rồi diệt đi, không được biết đến bởi sự nối tiếp của sinh và diệt quá nhanh. Vì vậy chúng ta sống trong thế giới của tự ngã (attā), luôn luôn một cái gì, luôn luôn một ai đó, lúc nào cũng vậy, nước này, nước kia, cái cây, bông hoa và vv.

Cái chết sát na

Thế giới của ý niệm, của một cái gì, của tự ngã, cho đến khi có sự phát triển hiểu biết về Tứ Thánh Đế. Lần chuyển thứ nhất: hiểu từng thực tại như nó đang là, là khổ, bất cứ cái gì sinh khởi thì diệt đi. Nhưng dù vậy, vẫn qua tướng (nimitta) của một thực tại, bởi chỉ một khoảnh khắc thấy không thể được kinh nghiệm trực tiếp bởi trí tuệ, mà phải theo lộ trình: phải có tâm (citta) trước cái thấy, rồi cái thấy diệt đi, và tâm tiếp theo không thấy nhưng kinh nghiệm cùng đối tượng ấy, bởi cái được thấy chưa diệt đi.

Chúng ta học để hiểu sự thật, để cho hiểu biết đúng làm việc của nó. Bởi vô minh không thể hiểu được gì cả. Dính mắc thì che lấp sự thật rằng cái đang xuất hiện đã diệt đi, trong khi dường như nó vẫn còn ở đó, ngay lúc này.

Vì vậy có nhiều mức độ hiểu biết. Khi không có sự nghe về sự thật nào cả, không ai biết rằng cuộc sống ngắn ngủi đến thế, ngắn chỉ như một khoảnh khắc tích tắc. Vì vậy có chữ *khaṇika-maraṇa*: *maraṇa* là chết, và *khaṇika* là sát na, tức cái chết sát na. Y như cái chết, bởi khi khoảnh khắc này đã mất đi, không ai cả, như hiện giờ không ai lấy nó từ thân tôi, cuộc sống của tôi, cả.

Duyên mới, khoảnh khắc mới, chỉ tiếp nối khoảnh khắc chết tức thời, không có thời gian để hối hận, để tiếc, để sầu về cái này cái kia cả, bởi nó chỉ trong tích tắc: thấy lại, nghe lại, ngửi lại, những đối tượng khác nhau, những ý niệm khác nhau từ kiếp này sang kiếp khác, chỉ có thế. Vậy, đó là khoảnh khắc vô cùng quý giá, khoảnh khắc hiểu được sự thật, dù chỉ một chút, rất ít thôi, về sự thật, nhưng nó có thể được phát triển cứ thế và cứ thế, sâu hơn, lớn hơn, với nhiều tín tâm hơn, cứ thế và cứ thế.

Ba la mật chân thật và các bất thiện ngủ ngầm

Vì vậy hãy chân thật với sự thật, ba la mật chân thật rất quan trọng. Đức Bồ tát (bodhisatta) đã phát triển thiện pháp, các ba la mật. Có những kiếp Ngài có thể đã phạm một số giới hay đã có những khoảnh khắc bất thiện, nhưng ba la mật chân thật thì bất kể thế nào, Ngài vẫn luôn chân thật với sự thật. Vì vậy ba la mật chân thật tạo duyên cho ba la mật trí tuệ ấy, cứ tiếp tục thấy hiểm họa của vô minh và lợi lạc của việc hiểu sự thật.

Bằng không, sẽ không có khoảnh khắc nào hiểu được sự thật của cái sinh khởi rồi diệt đi trong tích tắc, ngay lúc này, cứ thế và cứ thế, để rồi thành buổi chiều này và tối nay và ngày mai, từng khoảnh khắc. Nó cứ bò dần từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác, từng chút một, dần dần, rất dần dần, không ai biết. Vì vậy, bất kể là ai, để giác ngộ Tứ Thánh Đế, phải có ở đó hiểu biết đúng cùng với mọi loại thiện pháp: bố thí, trì giới, phát triển tâm trí, cho đến khi bớt dần khoảnh khắc bất thiện và nhiều hơn khoảnh khắc thiện có hiểu biết.

Ba la mật chân thật tạo duyên cho ba la mật tinh tấn (viriya pāramī), ba la mật kham nhẫn (khanti pāramī), ba la mật quyết định (adhiṭṭhāna pāramī), ba la mật xuất gia (nekkhamma

pāramī), mọi loại ba la mật. Bằng không, vô minh và dính mắc vẫn luôn ở đó, ở những mức độ khác nhau: qua lậu hoặc (āsava), rồi bộc lưu (ogha), ách (yoga) và vv, không được biết đến, cách chúng vận hành, các thiện pháp, đấy.

Vậy, Đức Phật đã dạy về các thực tại, để được hiểu từng chút một, để chân thật với sự thật, ba la mật chân thật, từng chút một, để rồi một ngày sẽ có đủ duyên để trực tiếp kinh nghiệm sự thật, một cách bất ngờ. Vô ngã đến thế, ngay cả lúc này, mỗi khoảnh khắc đều là vô ngã, không ai biết khoảnh khắc tiếp theo sẽ là gì, nhưng nó ở đó, do duyên, trồi lên mà không được biết, cho đến khi nó trồi lên để được biết rõ ràng đến thế, không có ai ở đó. Và đó là Giáo lý dẫn tới việc phát triển thêm hiểu biết về sự thật, bớt vô minh và bất thiện, từng chút một.

Vì vậy, bất kể sẽ mất bao lâu để phát triển hiểu biết về khoảnh khắc này, nó phải là sự hiểu về cái đã sinh khởi hiện giờ, bởi nó ở đó, do duyên. Vậy, dần dần, những lời của Đức Phật được bắt rễ sâu hơn và sâu hơn và sâu hơn, rằng chúng thật đến thế. Vậy, điều này tạo duyên cho tính cách thiện lành, trở nên thân thiện hơn, với tâm bi, sự tha thứ. Vì vậy cuộc sống trở nên trong sạch hơn và trong sạch hơn, bởi tín tâm sở (saddhā cetasika) ở đó, làm trong sạch tâm và các tâm sở sinh khởi cùng nhau, không cho các tâm sở bất thiện đến gần, hay lọt vào chút nào.

Chẳng phải đúng vậy sao? Chẳng phải đây là sự hiểu sao? Không phải chỉ làm một cái gì mà không có chút hiểu biết nào, chỉ hy vọng, chỉ mong muốn kinh nghiệm. Nhưng kinh nghiệm cái gì? Khi không có hiểu biết, làm sao nó có thể hiểu cái đang xuất hiện? Bởi tất cả đều là pháp, những thực tại bất ngờ, khoảnh khắc bất ngờ, lúc nào cũng vậy, từ nay cứ thế mãi.

Vậy, hiểu biết đúng từ sự nghe, sự suy xét: lần chuyển thứ nhất của Tứ Thánh Đế, nó phải là hiểu biết rõ ràng, hiểu biết rất sắc, hiểu biết lớn, đủ để tạo duyên cho lần chuyển thứ hai của Tứ Thánh Đế. Người ta không hiểu như nó đang là, ba lần chuyển của Thánh đế, mà không có chút hiểu biết nào, chỉ mong đợi kinh nghiệm cái này cái kia. Thế còn ngay lúc này? Nó không được biết đến, vậy nên chúng ở đó: vô minh lậu (avijjāsava), hữu lậu (bhavāsava), kiến lậu (diṭṭhāsava), dục lậu (kāmāsava), không được biết đến, cái bất thiện ngủ ngầm đến thế.

Hiểu cái đã sinh khởi

Vậy, hãy học để hiểu sự thật và chân thật với sự thật, ba la mật chân thật. Nó sẽ tạo duyên cho mọi loại ba la mật nữa, để hỗ trợ khoảnh khắc có tín tâm vững chắc vào sự thật. Đừng bao giờ làm một cái gì, bởi cái đang xuất hiện chỉ ở ngay lúc này. Hãy hiểu cái đã sinh khởi ngay lúc này. Có đúng vậy không?

Mỗi chữ đều rất sâu, bởi nó rất vi tế, nhưng ở khoảnh khắc hiểu, nó có thể hiểu được cái rất vi tế ấy, cái vẫn có thể được hiểu. Không phải bằng suy nghĩ, mơ mộng, hay làm một cái gì, mà bằng sự nghe và sự suy xét về những gì đang xuất hiện ở đúng khoảnh khắc ấy.

Không có ai cả. Vậy, những gì đang xuất hiện? Mỗi tâm đều có đặc tính riêng của nó, với những tâm sở khác nhau sinh khởi cùng nhau, mỗi cái đảm nhận chức năng khác nhau, bởi chính nó, bởi tâm là vị chủ trong việc kinh nghiệm cái đang xuất hiện hiện giờ.

Chúng ta chưa nói về bất cứ tâm sở nào, phải không? Chỉ đang nói về cái đang thấy hiện giờ mà vẫn chưa được biết như nó đang là. Dường như không có gì phải hoài nghi: nó là một thực tại, bởi nó thấy hiện giờ. Nhưng nó là gì? Đặc tính của nó không được để tâm tới, để biết rằng nó khác với cái được thấy.

Trong cuộc sống, có khoảnh khắc nào hiểu được sự khác biệt giữa cái thấy và cái được thấy hay không? Vậy, đã đến lúc nói *sawadii ka*.

Thành kính tri ân Achaan Sujin Boriharnwanaket đã ban bài pháp thoại này.

The English original

Dhamma discussion with Ajahn Sujin Boriharnwanaket, 24 May 2025

The original English, in the same sections as the translation above.

All dhammas are anatta

Shall we talk and discuss about the Teachings of the Buddha? What did he say after His enlightenment? All dhammas are anatta. Is that right? All dhammas are anatta. Isn't that what He said after his enlightenment? But we have not yet understood the truth of Dhamma. Just the word dhamma, what is it? See, some would say "it's the Teachings of the Buddha", but about what? What did he teach about?

About the truth of each moment: sacca dhamma. Dhamma is whatever is real, it has its own characteristic, appearing, to be understood that it's just real: it's a reality. And that is the first of the Four Noble Truths. The first truth is dukkha ariya sacca. If we don't know what is sacca and what is dukkha, how can we understand the Teachings of the Enlightened One?

The ultimate truth of whatever is there, any moment, even right now. If He didn't teach about what is there right now, how can there be the understanding of this moment, and the other moments, from moment to moment, what are there, real? That's why it's not just dreaming about the truth, about vipassana, about anything, without any understanding of the truth of this moment as it is. Before hearing the Teachings of the Buddha, who knows what is there now?

Isn't that what He taught for 45 years? Abhidhamma, Sutta, Vinaya, all are dhammas, all are paramattha dhammas, the ultimate truth. It cannot be changed, whatever is there it's as it is, nobody can change the moment when it's there to be different.

Dukkha ariya sacca

So, what is real now? Hasn't the Buddha realized the truth and taught about what can be known, which is not permanent? Dukkha ariya sacca: whatever is there, arising and falling

away, never to return at all. Even seeing right now, is there just that moment of seeing, and then gone, never to return. So, how can it be “I” see, a dog sees, a cat sees, someone sees? Because seeing just arises and falls away. Isn’t that the meaning of the dukkha ariya sacca, the first noble truth?

Is that right? Sacca parami. Understanding the truth is pañña parami, without the development of pañña from the very beginning to realize the truth, it is not the Teachings of the Buddha. But the understanding is different from ignorance: no understanding of seeing at all, just dreaming to realize the four noble truths, the first truth. But the first truth is: whatever arises falls away, never lasts at all, all gone instantly.

So, is it pleasant? From nothing to be something and then nothing again. So, what’s the use, what is the benefit of just arising and falling away? It’s just like before it arose, it’s not there anymore. Isn’t that what He taught? Isn’t that the word of the Buddha? Dukkha ariya sacca, whatever arises, falls away instantly, so very rapidly, very quickly, one after the other.

So the arising and falling away of each one is covered up by the rapidity of the succession from moment to moment, right now. This moment is not the previous moment, it’s not a future moment, just one moment at a time and gone, from birth to death.

So complex, what are there now? Many things, it seems like in a moment, but in truth, what is real is just in a moment of a split-second moment. Isn’t that right? Isn’t this in the Tipitaka? Isn’t it Abhidhamma, Sutta and Vinaya? It’s just all about the ultimate truth of what is there as not self: all dhammas are anatta.

That’s why the Teachings of the Buddha have to be stage by stage, level by level. So, there are three rounds of the Four Noble Truths, the four ariya sacca: the first round, understanding intellectually the truth of all four ariya sacca: dukkha ariya sacca, dukkha samudaya ariya sacca, dukkha nirodha ariya sacca, and the path, the magga ariya sacca: leading to understand directly what is there, so very close, since it’s there from head to toe.

The world is there: seeing is there, hearing is there, thinking is there, liking is there, disliking is there, whatever in life, from head to toe, can never be got away. Is that true? It’s not just to believe, but to understand whether it’s true or not, to have confidence of

the truth, that the truth is the truth. The moment of seeing is not the moment of hearing, and each different moment is conditioned by different conditions. Seeing sees different objects, they can condition attachment or aversion by conditions, see. Each moment can be studied, can be learned, can be developed, there can be directly awareness of its nature as it is, to let go gradually of wrong understanding and the idea of something or someone or "I" right now.

Life is just one moment

And life is just at this very moment, only one moment at a time. So, what is life now, this moment? It's the moment of seeing. So, is that life? Is seeing part of life or a moment of life?

Because we were born to see, to hear, to smell, to taste, to touch, and to think about anything after seeing, hearing, smelling, tasting, touching; thinking about that which was there by shape and form, as sign of something known: as people and things, but in truth, what is seen cannot be anything or anyone at all.

Just born to see, to hear, to smell, to taste, to touch, and to think, right now, isn't it? The truth is that whatever arises is conditioned to arise by its proper conditions, that which impinges on the eye-base conditions seeing to see just that which is there, impinging on the eye-base. Right now, who knows? These are the words of the Enlightened One. So, what did the Buddha realize or enlighten? The nature, the reality right now as it is, seeing is just a moment, arising to see and then gone.

Hearing is not seeing, it can never be at the same moment, but at a different one, different moments from moment to moment in life, from birth to death. Isn't that the Teachings of the Buddha? Nothing is permanent, whatever arises falls away instantly, but what is born and what dies? No one, only the reality which was born or arose to experience its object, from the first moment in life, it's there, just arising to experience its object.

But the object of birth's moment is not known because it's not the object of this world, it's not that which is seen, heard, smelled, tasted, touched and so on. Each moment is different by conditions. The Buddha taught the details of each moment and the conditions for whatever arises, so very in details.

So, that is the way to gradually let go of the clinging to what is there with ignorance and attachment because of no understanding of the truth that it's not there anymore, even right now. Is that true? Just listen, consider the truth. By then, at moment of understanding the subtlety of the reality right now, it's time to know who's the Enlightened One, who's the Buddha. And what His Teachings are about: the truth of each moment in life.

If they're not the Teachings to understand the truth of whatever is there in life, each moment, could that be what we call, and pay respect to, as the Buddha, the Enlightened One? Could that be the truth? And to be true to the truth is sacca parami, only the understanding, the confidence in the truth of what is there as it is, is the only way to develop the understanding of each reality which arises and falls away in split seconds.

Without someone or "I" that can try to develop, to concentrate, to meditate... to know what? Is that the Teaching of the Buddha? So, we have wrong understanding of the word meditation or meditating or contemplation, or any word you use, because it's not just sitting and doing something, concentrating, without any understanding at all, just wanting to experience something, unknown what it is. But it's not now, to be known, because it tries to do something, to know something, unknown what it is. Isn't that right? To be truthful to the truth.

Usually bhavana is translated as meditation, and people immediately have the idea, like you mentioned at the beginning, of sitting and focusing, following a practice. So, are we now bhavana? Dana, sila. Is it bhavana, just the kusala moment? So, are we now bhavana, at level of bhavana, or not yet?

What is dhamma

Is that the Teachings of the Buddha? Or Buddha didn't say anything about this moment? Otherwise how can He became the Buddha, the Enlightened One, without understanding the subtlelty of the moment now as no-one and no-thing, just dhamma, different dhammas?

So, what is dhamma? It's a reality. How do we know that it is a reality? It has its own characteristic appearing to be known. There is seeing right now, everyone knows. Seeing

sees that which is seen, which impinges on the eye base, it cannot be taken for anything: just one dot, one split second moment of seeing. It cannot see that tall building, the window, or the chair, or the bed, or the dog. It's just a dot, from dot to dot, dot to dot, until it conditions the shape and form, big or small, brown or red, as what we take for something, by different shape and forms.

Is that true? Without color, different colors, can there be any shape and form to be taken for something? The shoes, the mirror, the television, see. Isn't that true? It's not just to believe, but considering the truth now, this moment. We are talking about what is there as it is, realized by the Enlightened One, the Buddha Himself.

After His enlightenment, what did He say? Dhamma is so very subtle, but it can be studied, it can be known, it can be realized. It can. How? By listening to the word about it, as it is, to consider it, as it is, begin to understand the way it is little by little, until right understanding is strong enough, sharp enough, deep enough, to realize the truth of what is there right now, from moment to moment, by conditions: anatta.

One is beginning to understand what realities are, and the others are concepts, or ideas. So, is there Dhamma now? Yes. What dhamma is it now? Hearing, seeing. Okay, why is it a dhamma? Because it's real, isn't it? At moment of hearing, hearing is real. So, whatever is real is dhamma. And is sound also dhamma? Why sound is a dhamma?

Whatever is real... Dhamma means whatever is real, in different languages, in English, in Thai, and in Pali, dhamma is whatever is real. Why is real? Because it's there. Seeing's there now, seeing. Hearing is there now, hearing, sound is there now, heard. No matter what, whatever is real, it has its own characteristic, to be real. Whatever is real is a dhamma, right?

So it's not a cat, it's not a dog... what is it? When you see what you take for a dog or a cat, in truth what is there? What is true? What is real? So, seeing is seeing, or is seeing a dog? Seeing is not a dog, seeing is just seeing. So seeing is not anyone, it's seeing itself. And this is the understanding of the truth, the ultimate truth of Dhamma: whatever is real has its own characteristic, right?

Sound cannot be smell, but it's real. Sound is real, smell is real, seeing is real, thinking is real, attachment is real, aversion is real, whatever is there is real. So, each day what are

there cannot be anyone or anything, only different conditioned realities arising and falling away from moment to moment, from morning to evening, different moments, arising and falling away. Is that dukkha? Yes, it's dukkha.

And when one gets sick, is that dukkha? That is also dukkha. What is there then? What is the nature of that we call sickness? What is its nature? What is suffering? Now we are learning about what is there each moment in life, not far away at all, so close. So, when there is unpleasant feeling, what is real?

This is studying Dhamma, this is bhavana, beginning to understand, developing clear understanding little by little. So, what is there at moment of unpleasant feeling? Is feeling a dhamma? What dhamma is it? It is vedana cetasika. Right, because when we say "it's a dhamma", "it's a vedana cetasika", what is vedana and what is cetasika? Clearer and clearer, little by little.

See, we learn about the word, you might remember it, but now no condition to think about it yet, but what is being learned, it has been learned before, right? The five khandas... so, feeling... is feeling real? Unpleasant feeling, pleasant feeling? Feeling is real, feeling is a dhamma. That's it, because it's there, it feels, right?

It is there, happy, it's there unpleasant, so it's a reality. That's why we learn to understand what are there in life are different realities. Not anyone, not anything, nobody can make it arise because even while we are talking now, there are seeings all the time. How come? By conditions. But seeing is a reality, feeling is a reality, hardness is a reality, no matter what, if it's real, it is a dhamma.

And whatever is there arising and falling away, seeing, does not stay long at all, as soon as it has risen, it falls away instantly. That's why all dhammas, all conditioned dhammas, sankhara dhammas, we learn to understand some new words, more and more, word by word. We learn to know what is dhamma and then what is there is conditioned to arise by many conditions.

We learn to understand the 24 conditions, even we don't name them, but whatever arises has to have conditions for its arising, paccayas, as conditions. So, whatever is conditioned, it has to arise when it's there, conditioned. That is sankhara dhamma, learning a little more about dhamma, and whatever arises has to be conditioned, so it is sankhara

dhamma, conditioned by many conditions, that we can learn later, but we know no one makes it arise, but it's arising by conditions, to see... arising to hear... So, whatever is real is dhamma and whatever arises is sankhara dhamma. Is that right? To understand sankhara dhamma, not just remembering the word, but understanding what it's meant by sankhara dhamma.

Is seeing sankhara dhamma? Yes, seeing is a sankhara dhamma, a vipaka citta. We learn just one word at a time to have confidence and right understanding of that word. For example, dhamma is whatever is real, no matter it's sound, it's real, it's a dhamma, hardness is dhamma, so seeing is dhamma and feeling is dhamma. Whatever arises, without its proper condition, it cannot arise. Without the eye, without that which impinges on the eye, seeing cannot arise.

That's why whatever arises is conditioned by many different conditions, to be learned little by little, later on. But understanding that no matter what, even seeing, it cannot just arise by itself or just by the eye, because when nothing impinges on it, on the eye, there can never be seeing. So, even a moment of a reality that is there arising, all by conditions.

That's why another word for conditioned realities is sankhara dhamma. We've heard many times about the term sankhara and also sankhara dhamma, later on sankhara khandha, and later on sankhara in paticca-samuppada, more subtle, little by little. And this is not anyone: abhidhamma, so very subtle and very complex and very deep, but it can be learned, little by little. And learning to understand stage by stage is bhavana, the development of understanding from the very beginning. That's why we are not hurrying to understand this and that, but to have firm confidence of the truth of anatta and dhamma. So later on, no matter what we hear, it is dhamma, sankhara dhamma, see.

The world in darkness

So now, no doubt about dhamma, right? No doubt about sankhara dhamma. So, what is there now? Again and again and again, to be reminded, the answer can be anything that you have understood. What is there now? Any answer? Seeing, hearing. Just one at a time, to have a little more understanding of the subtlety of the truth. Shall we talk about seeing or hearing?

Hearing. Okay, hearing. Close your eyes, can there be hearing? Yes. So, at moment of hearing, it's dark, isn't it? Yes, it's dark. And what about at moment of smelling, isn't it also dark? Smelling, tasting, touching, thinking, all in darkness, right? So, the world, the truth does not appear as it is. That's why the truth is totally covered up, each moment, not as it is.

That's why learn to be truthful to the truth, what are there, each moment, in darkness? Only a dot of light at moment of seeing only is not dark, but right understanding can understand whatever is there in darkness as it is. Right understanding understands what is there as it is, in darkness, so, the world does not appear as when there's no understanding of the truth at all. That's why right understanding is so brave, to understand the truth that the world is dark, and only moment of seeing is light.

And what is seen cannot be any shape and form of anything yet. At the moment of seeing, it just experiences that which can impinge on the eye base, so very tiny, because the eye base is so very tiny, right? So many moments of dots and dots and dots, to just condition a shape and form to be known as something. At moment of taking it for something, it's not seeing, that's the way it is.

The moment of experiencing one doorway to the other doorway, so very rapidly, no one can separate them at all, no one, but the truth is the truth. So panna begins to understand the very subtle truth, so that when it's sharp and clear and keen enough, it experiences the reality as it is. That's why learning to have confidence of the truth, that is sacca parami, each moment of understanding what is there conditions moment of kusala, because of seeing the danger of akusala, even just a moment, it is added and added, a little more ignorance and attachment and other kinds of akusala in a day, compared to moment of kusala.

That's why right understanding conditions wholesome moments, sometimes with understanding and sometimes without understanding, but they are wholesome, to see the danger of akusala. So now, why we come here and listen about that which is all around, just as simple as sound or hardness or anything, but which has not been known at all before, as it is, as it's there, only when it appears.

It seems like there is the whole body, from head to toe. In truth, nothing at all, only one moment of experiencing an object and then gone, unknown because of the rapidity of the

succession of the arising and falling away being so very fast. That's why we live in the world of atta, always something, always someone, all the time, this country, that country, the tree, the flower and so on.

Momentary death

The world of idea, something, atta, until the development of understanding the Four Noble Truths, the first round: understanding each reality as it is, dukkha, whatever arises, falls away, but even so, by way of nimitta, of a reality, because just one moment of seeing cannot be experienced directly by paññā, by way of process: there must be citta before seeing, and seeing falls away, and the next citta does not see but experiences the same object, because that which is seen hasn't fallen away yet.

We learn to understand the truth, to let right understanding work its way. Because ignorance cannot understand anything, attachment, it covers up the truth that what is there has fallen away, while it seems like it's still there, right now.

That's why there are many degrees of understanding. When there's no hearing about the truth at all, no one knows that life is so short, as short as just a split-second moment. That's why there is the word khaṇika-maraṇa, maraṇa is death, and khaṇika is moment, momentary death. Exactly the same as death, because when this moment has gone... nobody, as now one takes it from my body, my life, at all.

New conditions, new moment, just follows the death moment instantly, no time to regret, to be sorry, to sorrow about this and that at all, because it's just in split seconds, seeing again, hearing again, smelling again, different objects, different ideas from life to life, that's all. So, it's the very precious moment, the moment of understanding the truth, even just a little, so very little, about the truth, but it can be developed on and on, deeper, greater, with more confidence, on and on.

Sacca parami and the latent akusala

That's why be truthful to the truth, sacca-parami is so very important. The bodhisatta developed kusala, parami. Some lives he might have broken some rules or had unwholesome moments, but sacca-parami, no matter what, always been truthful to the

truth. So sacca-parami conditioned that paññā parami, keeping on seeing the danger of ignorance and the benefit of understanding the truth.

Otherwise, there will not be any moment of understanding the truth of that which arises and falls away in split seconds, right now, on and on and on, to be this evening and tonight and tomorrow, each moment. It just crawls on from moment to moment, little by little, gradually, so very gradually, no one knows. That's why, no matter who, in order to become enlightened to the four noble truths, it has to be there, right understanding with all kinds of wholesomeness, dana, sila, bhavana, until less moment of akusala and more moments of kusala with understanding.

Sacca-parami conditions viriya-parami, khanti-parami, adhitthana-parami, nekkhama-parami, all kinds of parami. Otherwise, ignorance and attachment is always there, different degrees: by way of asava, and then ogha, yoga, and so on, unknown, the way they work, the kusala dhammas, see.

So, the Buddha taught about realities, to be understood little by little, to be true to the truth, sacca-parami, little by little, in order to, one day there will be enough conditions, to directly experience the truth, unexpectedly, so anatta, even right now, each moment is anatta, no one knows what will be next moment, but it's there, by conditions, popping up unknowingly, until it pops up to be known so clearly, no one there, and that's the Teachings which lead to develop more understanding of the truth, less ignorance and akusala, little by little.

That's why, no matter how long it will take to develop understanding, of this moment, it has to be understanding of that which has arisen now, because it's there, by conditions. So, gradually, the words of the Buddha are enrooted deeper and deeper and deeper, that they're so true. So, this conditions the wholesome character, being more friendly, with compassion, forgiveness, so life gets purer and purer, because of saddha cetasika being there, purifying the citta and cetasikas which arise together, not allowing the akusala ones to get closer, or getting in at all.

Isn't this right? Isn't this understanding? Not just doing something without any understanding, just hoping, wishing to experience... what? When there's no understanding, how can it understand what is there? Because all are dhammas, unexpected realities, unexpected moment, all the time, from now on and on and on.

So, right understanding from hearing, considering: the first round of the Four Noble Truths, it has to be clear understanding, very sharp understanding, great understanding, enough to condition the second round of the Four Noble Truths. People do not understand the way it is, the three rounds of ariya sacca, without any understanding, just expecting to experience such and such. What about right now? It's not known, so, they're there: avijja-asava, bhava-asava, ditthi-asava, kama-asava, unknown, the very latent akusala.

Understanding what has arisen

So, learn to understand the truth and be truthful to the truth, sacca parami, it will condition all kinds of parami too, to support the moment of having firm confidence of the truth. Never do anything, because what is there just right now, understanding that which has arisen right now. Is that right?

Each word is so very deep, because it's so very subtle, but at moment of understanding, it can understand that which is so subtle, but can be understood. Not by thinking, dreaming, or doing something, but by hearing and considering what are there at that very moment.

No one at all, so, what are there? Each citta has its own characteristic, with different cetasikas arising together, each performing differently, by itself, because citta is the chief of experiencing what is there now.

We don't talk about any cetasika yet, right? Just talking about that which is seeing now is not known as it is yet. It seems as there's no doubt: "it's a reality, because it sees now", but what is it? Its characteristic is not attended, to know that it's different from that which is seen.

In life, is there any moment understanding the differences between the seeing and that which is seen? So, it's time now to say sawadii ka.