

Kinh Trung Bộ số 010

Kalama tri ân đh nick lethao.5192 & 77july2015 ghi chép

[08/01/2021 - 03:00 - 77july2015]

009:20

Kính thưa quý vị, duyên khởi của bài kinh này là một thời Đức Thế Tôn ở xứ Cú-rú, thành phố ---. Cả hai tên này đều được sử dụng rộng rãi cả, cái tên nào cũng đúng, nhiều khi do cách viết. Ví dụ: Sài Gòn/ Tây Cống; Sài Gòn là do người Tàu họ gọi, người Quảng Đông gọi.

Dân chúng ở xứ Cú-rú này, sức khỏe của họ tốt. Chúng tôi phải nói dài dòng vì có nhiều vị giảng Kinh Tứ Niệm Xứ đều giải thích rõ chỗ này, nên chúng tôi cũng nên làm tròn trách nhiệm đó. Họ khỏe mạnh lắm, Thế Tôn xét thấy nhân duyên sức khỏe và tâm lý của họ rất lạ quan, yêu đời mà tại sao có chuyện này. Như chúng ta biết rồi, điều kiện xã hội, bối cảnh nhân văn có tác động rất lớn đến nhân tâm con người. Thí dụ, năm nay chúng ta đọc các thông tin của các nhà xã hội học trên Thế giới bây giờ, họ cũng nhìn nhận rằng Thụy Điển là đất nước có tỉ lệ tự tử dẫn đầu. Mà tại sao như vậy, mặc dù chúng ta cũng biết đời sống dân trí của Thụy Điển khá cao, phúc lợi hàng năm tính theo đầu người khá cao, ngay cả Chính phủ Thụy Điển còn đi cứu giúp những xứ nghèo trên Thế giới, những công trình nhân đạo cũng nhiều, kinh tế rất khá, tỉ lệ người đọc báo cao nhất nhì Thế giới và dân số không đông. Họ có nhiều thứ đặc biệt lắm, nhưng tỉ lệ tự tử cao là vì sao?

Vì xứ sương mù lạnh lẽo quá, thời gian mùa đông tháng giá dài, đi làm một thời gian rồi họ lại nghỉ đông. Họ có thời gian dài chỉ ăn và trở qua trở lại, không đi đâu, còn ở ngoài đường thì lạnh quá. Chính những chỗ đó làm cho người ta bị trầm uất, người ta buồn và chết. Nhưng có những xứ họ rất vui, nói như ở Tây Âu có xứ Hà Lan, họ sống năng động (14:14)

[11/01/2021 - 01:37 - 77july2015]

có nghĩa là, sau khi thành đạo rồi, trong bài pháp đầu tiên Đức Thế Tôn đã có nói đến Tứ Niệm Xứ nhưng Ngài không gọi tên là Tứ Niệm Xứ. Dựa trên căn bản Phật pháp của bài Kinh Chuyển Pháp Luân, toàn bộ nội dung của Kinh Chuyển Pháp Luân là nói về Tứ Đế. Mà trong Tứ Đế, lại có Bát Chánh Đạo. Mà trong Bát Chánh Đạo, thì có chánh niệm, mà chánh niệm lại là Tứ Niệm Xứ. Nghĩa rằng, ngay trong thời pháp đầu tiên vào rằm tháng sáu, sau khi thành đạo vào rằm tháng tư, Đức Thế Tôn đã thuyết kinh Tứ Niệm Xứ rồi mà Ngài nói cách sơ lược thôi. Và các vị A-la-hán thời đó chỉ có nghe thôi. Năm anh em Kiều Trần Như lúc đó còn phàm, chỉ nghe thôi mà cái mệnh họ thấy ổn rồi, họ đắc quả. Nên Đức Thế Tôn không nói nhiều nhưng nếu như theo năm tháng thời gian Đức Thế Tôn hoằng pháp trong kinh chia giáo pháp Đức Phật thành ba thời gian: sơ giác thời, trung giác thời và hậu giác thời. Nhân đây chúng tôi cũng nói cách phân chia này không có liên hệ gì đến vấn đề ngũ thời thuyết giáo của tứ khai đại sư hết. 15 năm đầu sau khi Phật thành đạo, 15 năm giữa và 15 năm cuối trong đời hoằng dương của Đức Phật, 3 lần 15 cộng lại thành 45 năm. Theo trong kinh, 15 năm đầu Đức Phật Hoằng Pháp rất là thoải mái. Tức là Ngài chỉ hoằng pháp vấn tất, sơ sài thì người ta nghe cũng có thể lãnh hội rồi liễu ngộ. Nhưng 15 năm giữa, coi như số người đại duyên đại phước, như Ngài Xá-lợi-phất, Ngài Mục-kiền-liên, Ngài A-nan, Ngài Ca-díp,... bắt đầu giảm, thậm chí không còn, mà chỉ còn những vị cũng có phước có duyên nhưng không xuất sắc cho bằng. Nhưng mà 15 năm cuối, giáo hội kém nhất trong 45 năm Hoằng pháp của Đức Phật, thành phần đệ tử Ngài so

LƯU Ý: BẢN NHẬP CHỮA HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN
(c) www.toaikhanh.com

với 2 thời gian đầu kém hết. Cho nên khi Đức thế Tôn giảng kinh, hoặc là Ngài chế định tạng luật cũng là trung giác thời trở đi, chứ còn 15 năm đầu, Giáo hội của Ngài rất tốt, gồm những vị đại trí đại phước. Kinh Tứ Niệm Xứ này, Đức Thế Tôn thuyết giảng vào khoảng trung giác thời; cho nên thời này, chúng sanh, nói theo trong kinh, có tất cả 4 hạng. Hạng thứ nhất là chỉ nghe qua một lần là đắc, hạng thứ hai là nghe giảng hơi khá khá thì mới đắc, hạng thứ ba là cho nghe rồi phải hướng dẫn cách mặc y mặc bát, rồi đưa vào trong rừng sâu núi thẳm, rồi kèm cặp kể bên, rồi nhắc nhở nay niệm cái này và làm như vậy như vậy thì mới đắc được. Hạng thứ tư chỉ có biết trên mặt chữ nghĩa thôi, chứ không thể chứng đắc được gì. 15 năm đầu có đủ cả 4 hạng, đặc biệt hạng nghe qua đắc liền rất đông.

[16/01/2021 - 12:07 - 77july2015]

Nhưng mà ở hai kì sau, ở 30 năm sau thì bắt đầu giảm dần và cho đến thời chúng ta bây giờ thì chỉ còn lại hạng thứ tư, bát-đá-bá-rá-mô tức là tinh thông Phật pháp mà thôi, chứ còn chứng đắc thì nó hiếm, hiếm dữ lắm. Đó là lí do chúng tôi phải đi dài dòng, bởi vì chúng tôi muốn nói, y theo kinh sợ rằng, kinh Tứ Niệm Xứ, là Đức Thế Tôn triển khai nội dung của Bát Chánh Đạo đến mức tận cùng bằng số. Tức là Ngài chia chẻ ra, thay vì ở trong thời pháp đầu tiên, cho các vị thiện nghi thì Ngài chỉ nói sơ qua là các vị hiểu rồi, còn ở thời kì này, chỉ riêng chữ "chánh niệm" thôi là Ngài phải phân tích nó ra. Chánh niệm ở đây là gì, thế nào là niệm xứ, thì chữ sati là niệm, trong tiếng Anh là "ghi nhớ", dịch là "mindfulness" tức là sự tỉnh thức hay là sự ý thức, không mê lầm, không ignore trong chuyện đi đứng nằm ngồi ăn ngủ suy nghĩ mình không có chuyện lãng quên trong đó. Còn người không có chánh niệm, xin lỗi họ như xác chết biết đi vậy. Họ cũng ăn uống nằm ngồi nhưng mà họ không có được sự tỉnh thức hay là chánh niệm. Cho nên là, nếu làm và nói mà không có được sự ý thức, sự tỉnh táo, không biết rõ mình đang làm cái gì thì rất có thể mình sẽ làm bậy, nói bậy và nghĩ bậy. Còn nếu sống có chánh niệm thì khi họ làm gì họ biết họ làm đó, họ nói cái gì họ biết họ sắp nói cái đó thì tự nhiên họ sẽ hạn chế rất nhiều chuyện làm bậy và nói bậy. Một số người Phật tử có chút học vấn ngoài đời, cộng thêm khả năng lí luận chút đỉnh, họ nghe mấy kinh Tứ Niệm Xứ này họ cười, họ nói cái kinh gì mà lần thân, tướng Phật pháp cao siêu, đốn ngộ, trực chỉ nhân tâm, ngộ nhập tri kiến Phật. Còn kinh gì đâu mà dạy làm gì biết vậy thì cái đó có gì đâu cao siêu. Trên đây chúng tôi cũng xin thưa, là người Việt Nam mình có cái xuất sắc, tức là thích xài những từ ngữ, khái niệm đao to búa lớn, nhưng mà mình quên cái căn bản. Suy cho cùng, chỉ có người tu Tứ Niệm Xứ mới có quyền nói lên những khái niệm như là thiện căn ở tại lòng ta, chữ tâm kia mới bằng ba chữ tài. Hoặc là Phật tại tâm, hoặc là phiền não tức cảnh bồ đề, hay là Phật ở nhà chứ đâu ở đâu xa. Tất cả những câu này chỉ có hành giả Tứ Niệm Xứ họ mới nói được thôi, còn mình không tu Tứ Niệm Xứ mình nói mấy câu đó, xin lỗi nghe như vẹt nói thôi chứ mình không hiểu Phật trong lòng mình là Phật như thế nào. Như trong chuyện làm gì biết vậy, nói gì biết vậy mới nghe qua thì nó tầm thường và không đáng gì hết nhưng kì thực, toàn bộ quá trình gìn giữ chánh niệm là toàn bộ công phu tu chứng của mình. Mới nghe qua tưởng dễ nhưng không phải dễ, như hôm trước chúng tôi có kể chuyện nhà thơ Bạch Cư Dị đi vào chùa hỏi pháp một vị hòa thượng rằng: Đạo Phật là gì? (23:24)

[17/01/2021 - 09:16 - 77july2015]

LƯU Ý: BẢN NHẬP CHƯA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẢN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

23:23 Thì vị Hòa thượng mới nói: Không làm ác, chỉ làm thiện, giữ gìn tâm trong sạch, đó là lời chư Phật. Ông Bạch Cư Dị mới nói: Con nít ba tuổi cũng biết. Vị Hòa thượng nói: Đúng, về lí thuyết thì đứa con nít ba tuổi cũng biết, nhưng để thực hành thì ông già 300 tuổi chưa chắc đã làm nổi. Thì ở đây, chúng tôi muốn mượn câu chuyện của nhà thơ Bạch Cư Dị để nói một điều: Một khi chúng ta tìm đạo giải thoát, để chúng ta thoát mê những lí luận, những bộ kinh sách quan trọng. Cứ nghĩ là mình xem cái đó mới ngộ nhập tri kiến Phật, là tối thượng thừa, là pháp vũ phật phân, ăn thua chuyện căn bản là mình sống không có tỉnh thức. Một vị sư người da trắng có kể lại câu chuyện trong cái quyển Seeing The Way của 19 tác giả, đã dịch ra tiếng Việt rồi, Họ Đã Nghĩ Như Thế, thì có một vị đại đức người Tây phương kể rằng: Khi người ở Ăng-lê có đến thăm một học giả nghiên cứu về Trung Quán Luận của Ngài Long Thọ, ông này được xem là người rất uyên bác và có thẩm quyền về Trung Quán Luận, thậm chí ông gần như thuộc lòng nguyên văn bằng tiếng Phạn của bộ Mulamadhyamakakarika (tiếng Phạn). Trong lúc chư Tăng đến thăm thì ông mãi mê huyền thuyên trời đất rồi mời chư Tăng uống cafe sữa; ông bỏ đường bỏ sữa vô li cafe và đưa cho mỗi vị và quên rót nước. Khi chư Tăng nhận thì các vị nhìn cái ly rồi nhìn tới ông thì ông mới sorry vì ông lo nói chuyện mà ông quên. Vị mà viết câu chuyện đó, vị dấu tên mà nói rằng: nhiều khi sự uyên bác không giống với công phu tu chứng bởi vì ông học giả đó tinh thông nguyên cả bộ kinh, thậm chí thuộc lòng, vậy mà đời sống ông không tỉnh thức. Các vị hãy tưởng tượng ngay trong lúc mình còn khỏe, mình còn sống mà mình không tỉnh thức, còn làm nhiều chuyện sai lầm như vậy thì nói gì giây phút lâm chung mình yếu đuối, tâm hồn leo lét như ngọn đèn thì làm sao mà niệm phật được. Đó là giây phút rất quan trọng của mình, nếu mình không có chánh niệm thì phiền lắm. Điều quan trọng trong đời sống phật tử muốn học cái gì cũng được, muốn nghiên cứu cái gì cũng không ai cấm, nhưng làm ơn giữ chánh niệm trong đời sống của mình. Vì có đời sống tỉnh thức rồi, mình sẽ hạn chế rất nhiều bậy bạ trong tam nghiệp. Khi anh làm gì mà anh biết rõ là anh đang làm cái gì, anh nói cái gì anh cũng tỉnh thức biết rõ anh nói cái gì, khi anh suy tư thì cũng biết rõ mình đang suy tư chuyện tốt hay chuyện xấu thì người mà làm gì cũng hiểu rõ mình như vậy thì người này sẽ tránh được nhiều lầm lỗi trong cuộc sống. Ở đây chúng tôi không nói chuyện đắc đạo, đắc quả, đắc thánh, thành phật chi mà chỉ nói về căn bản - đó là tam nghiệp của mình. Người mà tỉnh thức làm gì cũng biết rõ, nói gì cũng biết rõ, suy tư gì cũng biết rõ, trước mắt là người ít làm lỗi. Tất cả làm lỗi trên Thế giới này chỉ xảy ra từ một lí do duy nhất, nói gọn lại, đừng nói là phiền não chi cho mệt, đó là do thất niệm, tức là không có chánh niệm. Người ta làm mà không biết điều đó có lợi cho mình, cho người, đời này đời sau hay không, họ không màng tới, kể cả chuyện mình khùng bố, làm máu đổ thịt rơi, chết hàng trăm hàng ngàn người. Kể cả những tội ác nhỏ nhỏ như móc túi, ăn cắp vặt trái cà, trái ớt, từ tội ác tà trời đến tội ác cõn con, một câu nói rủa xả người ta, người hàng xóm, hoặc là câu nói li gián giữa hai quốc gia; khẩu nghiệp đó dù nặng hay nhẹ, thân nghiệp đó dù nặng hay nhẹ đều xuất phát từ một chữ "thất niệm". Vì người ta nói và làm mà không suy nghĩ, không có tỉnh thức, cho nên người ta mới làm bậy, nói bậy, chứ một người trước khi làm bậy mà có suy nghĩ thì làm sao mà làm được, nó khó lắm. Trước khi mình nói mà mình biết là nói bậy thì cũng khó, trước khi mình làm mà mình biết là việc làm bậy thì cũng khó. Chính vì mình nghĩ chuyện đó nó đúng, chuyện cần thiết thì mình mới làm, mới nói, mới suy tư. Chứ nếu trước khi mình làm, mình nói, mình suy tư có thói quen dẫn đo lợi hại của mình với người thì mình đâu có làm bậy. Tại sao chúng ta phải đi vòng vòng như vậy? Là bởi vì đó là trong bài kinh đức phật muốn nhắn gửi cho chúng ta, đó là hãy luôn luôn tỉnh thức ở trong tất cả những gì thuộc về hình hài này, từ

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮ HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

bản chất đến sinh hoạt của nó, cái hình trạng của nó ra sao thì mình biết rõ. Mình thọ quán một xíu, tất cả cảm giác buồn vui đóng một vai trò rất lớn, rất quan trọng trong đời mình. Vị tì kheo hay vị hành giả Tứ Niệm Xứ cũng biết rõ, rồi cái tâm quán cũng vậy trong tâm mình thiện ác, có thiền hay không thiền, nó sao thì mình biết vậy thì gọi là tâm quán Niệm Xứ. Còn pháp quán Niệm Xứ thì đòi hỏi phải có kiến thức Phật học, tâm khởi lên ừ thì mình biết tui vừa niệm cái kia, vừa xả cái kia, tĩnh cái kia, định cái kia. Còn nếu không học Phật pháp thì có thể chỉ tu được ba niệm xứ đầu mà thôi. Còn pháp quán thì phải là người biết Phật học, biết pháp quán niệm xứ để định danh được từng thứ thiện ác trong lòng thì phần này chúng tôi sẽ trình bày sau, còn phần dẫn nhập của bài kinh niệm xứ chúng tôi muốn cho quý vị thấy tại sao cái này quan trọng. Ngài nói rằng, cho dầu mình có làm vua hay ăn mày thì đời sống mình cũng gói gọn trong 4 niệm xứ này thôi, mà người tu một xíu là người luôn luôn biết rõ thân tâm danh sắc của mình thì là người tu Tứ Niệm Xứ. Nếu như mình sống mà không biết rõ mình làm gì nói gì, suy nghĩ gì thì cai sống đó như người biết rồi, có điều cái xác chết đó biết đi mà thôi, đây là điểm rất là quan trọng khi mà chúng ta nghiên cứu về

[19/01/2021 - 01:03 - 77july2015]

kinh Tứ Niệm Xứ. Có nhiều khi, chúng ta nên nhớ một điều, đọc bài kinh lần thứ nhất, chúng ta có cảm nghĩ khác, có cách thâm thía, thấu đáo khác. khi đọc lần 2,3, lần thứ 5, thứ 10, thứ 100 thì mỗi lần đọc có cách thâm thía khác. Bài kinh Tứ Niệm Xứ là một trong những bài kinh kiểu như vậy.

Sau khi dẫn nhập như vậy rồi, chúng tôi mới trình bày đi sâu vào nội dung của bài kinh này. Trước hết, chúng tôi đi vào quán thân. Chữ "tứ niệm xứ" đi từ tiếng Phạn ra là Satipatthana. Chữ sati là mindfulness hay là chánh niệm, tức là sự ghi nhớ, biết rõ. Còn chữ patthana trong nhiều tập sớ có nhiều nghĩa gần gũi, khít khao nhất để chúng ta có thể hiểu, đó là cơ sở, nền tảng cho chánh niệm. Ở đây, gồm có 4 nền tảng để vị hành giả có thể thiết lập và an trú chánh niệm của mình lên đó. Thì 4 cái đề mục, đối tượng đó chính là, nói gọn là thân - thọ - tâm - pháp, còn mà nói rộng ra thì mênh mông. Quán thân ở đây, đức Phật dẫn vị tì kheo đi đến khu rừng, gốc cây, ngôi nhà trống, ngôi kiết già, lưng thẳng, an trú chánh niệm trước mặt. Các vị có Chánh kinh sẽ thấy rõ câu này. Thế nào là an trú chánh niệm trước mặt? - tỉnh giác vị ấy thở vô, tỉnh giác vị ấy thở ra, thở vô dài vị ấy tuệ tri tôi thở vô dài. Đây là phần chánh kinh, chúng tôi không đọc ở đây làm chi, chúng tôi chỉ giới thiệu như vậy thôi. Hơi thở, mình gọi là một sinh hoạt thì hơi quá, chứ nó chính là một phần đời sống của chúng ta, không lúc nào chúng ta không thở được. Không ăn, không uống, chúng ta không chết nhưng không thở thì chết. Khổ một nỗi, có bao giờ mình nghĩ đến chuyện tập trung vào hơi thở hay không. Kiểu như chuyện đó rõ ràng không cần thiết; tôi không biết thì tôi cũng thở, mà anh biết hơi thở ra, hơi thở vào thì anh cũng thở. Vậy anh với tôi có khác nhau cái gì? Nhưng xin thưa rõ một điều, nếu đơn giản như vậy thì đâu có bài kinh Tứ Niệm Xứ này, cũng đâu có chuyện chư Phật ba đời dùng đề mục hơi thở để mà chứng đắc đâu. Chỉ có hơi thở, là một phần sinh hoạt của cơ thể mà được xem vừa thường trực, vừa vi tế nhất trong cơ thể của mình. Hay ở chỗ nào, lúc nào, nơi đâu hay không gian, thời gian nào, chúng ta cũng đều thở. Đó là điều thứ nhất. Điều thứ hai của đề mục hơi thở đó là nó rất là vi tế, vừa đủ để ta còn có thể ghi nhận được, chứ không phải vi tế đến mức chúng ta không thể nhìn ngắm nó. Cho nên điều đặc biệt của đề mục hơi thở đó là, lúc nào mình cũng tu hơi thở được, vì lúc nào mình cũng thở, điều này các vị dễ thấy. Còn điều thứ hai, nó vi tế và tại sao lại đặc biệt? Khi mà chúng ta lâu ngày dài tháng

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮA HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

có đủ sức theo dõi sự liên tục của vi tế này, chúng ta mới có thể theo dõi tâm của mình. Khi mình đi mình biết mình đi, khi mình nằm mình biết mình nằm, cái đó tốt, cũng là chánh niệm. Nhưng sự vi tế của các oai nghi này, xem ra không bằng sự vi tế của hơi thở. Hành giả tu lâu ngày dài tháng sẽ nhận ra một điều rất là đặc biệt, khi ta chánh niệm kiên cố, thường trực vào hơi thở của mình thì đến lúc nào đó, tâm mình sẽ an, an khi nào mình không hay. Nếu tâm mình mà an rồi, hơi thở của mình đến lúc đó sẽ vi tế theo. Đây là điều kì cục, mà vừa đặc biệt, xuất sắc, mà các vị nên để ý cái đó. Theo dõi hơi thở một lúc, tâm mình tự dừng lắng lại, vì sao? Ngài Xá-lợi-phất, Ngài dùng một cái ví dụ rất đặc biệt, Ngài nói giống như mình đánh tiếng chuông mà đánh nó luyên, lúc cái dùi mới rời khỏi cái chuông, nó chạm vô chuông mà rời ra thì mình có thể vừa nghe hát cải lương mà vừa nghe tiếng chuông hay là nhất tâm nhị dụng cũng còn được. Nhưng khi tiếng chuông gần chấm dứt, chỉ còn tiếng ngân thôi - để nghe được, ta phải lắng tâm và lắng tai, hai cái lắng chứ không phải một cái lắng đâu. Lắng tai tức là phải chú ý để sợ lắng mình mới nghe được dư âm, dư hưởng của tiếng chuông còn sót lại. Khi mà hành giả theo dõi hơi thở đến một mức độ nào đó, tâm của hành giả cũng lắng yên. Các vọng động, vọng niệm như tham, sân, si, ngã mạn, sợ hãi, ganh tị, âu lo, tiếc nuối,... thì những cái đó cũng vắng mặt. Vì mình cứ lo nhìn ngắm hơi thở của mình mà. Những cái vọng niệm lúc đầu còn chui ra chui vô, rồi giảm dần giảm dần. Đó là lí do tại sao, khi càng theo dõi hơi thở thì ta càng an. Chứ không có phép lạ nào hết. Chỉ là điều đơn giản. Khi anh tập trung tư tưởng, tâm anh không thể biết hai cảnh một lúc. Nếu anh chỉ biết cảnh hơi thở, các cảnh khác bị dạt một bên, bị xô đẩy qua một bên. Thế là khi mình chỉ ngó vào hơi thở, thì những chuyện vọng động bị đẩy ra.

Chúng tôi ở đây cũng nên thưa rõ một chuyện rất là đơn giản, và cũng rất quan trọng, đó là chúng ta hãy cẩn thận khi theo dõi hơi thở thì phải khách quan, các vị Phật tử hãy chú ý. Khách quan là sao? Chúng ta theo dõi hơi thở chứ không phải điều khiển hơi thở. Tức là khi thở ra, ta biết ta thở ra, khi thở vào ta biết ta thở vào. Khi bị ám ảnh thở sao biết vậy, thật ra ta đang điều khiển hơi thở chứ không phải theo dõi hơi thở. Ta phải hoàn toàn khách quan, tức là nó với mình là hai cái rời nhau, mình không can dự, tham dự vào nó, thì mới thấy được vô ngã của tâm thân này. Thật ra chuyện hơi thở không mắc mớ gì mình hết, tự do tâm thân này đòi hỏi như vậy thôi. 39:27

[24/01/2021 - 11:28 - 77july2015]

để thấy sự vô ngã, tức là mình dù muốn dù không thì tâm thân này vẫn thở; cũng giống như nhịp đập của tim, dù mình không nhớ đến nó nhưng mỗi lần đặt tay lên cổ tay, cái mạch vẫn nhảy tung tung, cái tim vẫn co bóp mỗi giây, trừ lúc mình qua đời thì thôi. Có như vậy ta mới thấy tâm thân này thật sự vô ngã, không mắc mớ gì đến mình. Mình chỉ có trách nhiệm ăn, ngủ, kiêng khem, khi nào nó khát thì cho nó uống, nó đói thì cho nó ăn, khi nào nó bị trục trặc trong lục phủ ngũ tạng thì mình đi bác sỹ. Đó là những cái mình có thể nhúng tay vào mà thôi, ngoài ra, thiết tình nó muốn sao thì nó muốn chứ mình không thể nào điều khiển được. Nói như vậy, khi hành giả theo dõi hơi thở ra, hơi thở vào, có những điều cần lưu ý như sau. Thứ nhất, ta chỉ theo dõi nó một cách khách quan. Một điều tuyệt đối cần tránh là chúng ta không phải điều khiển hơi thở. Nó đi ra hay đi vào thì biết nó đi ra hay đi vào, nhìn ngắm nó như là một người lính gác thành, thấy người ta đi ra, thấy người ta đi vào thì biết người ta đi ra đi vào chứ không phải nắm tay người ta kéo ra kéo vào; mà hành giả tu thiền hơi thở rất dễ bị lỗi này. Khi nghe nhắc là theo dõi thì rốt cuộc họ lại nắm hơi thở kéo ra và nắm hơi thở kéo vào, đó là một điều rất bậy, hỏng phải.

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHƯA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ÁN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

Một điều nữa cần nhớ là như Ngài Xá - lợi - phát nói lắng nghe tiếng chuông lúc mới đánh thì ầu ơ dí dẫu mình vẫn nghe nhưng khi tiếng chuông gần như sắp tắt chỉ còn tiếng ngân mà thôi thì lúc đó nếu chúng ta không lắng tai, lắng tâm thì không nghe được. Điều đó đối với hơi thở cũng vậy, hành giả mới vô tu thì tâm còn vọng động và chúng ta mắc vào lỗi điều khiển hơi thở, sau đó chúng ta từ từ khách quan được từ từ mình tản tản không còn can dự vào nó. Một khi chúng ta đạt đến mức độ đó thì tâm chúng ta nó tịnh, vắng lặng và các phiền não dần dần.... Ở đây chưa phải là thánh nhân gì hết trọn, chỉ là tâm tịnh, khi mà tâm tịnh, huyết áp của mình ổn định. Cách đây không lâu, chúng tôi đọc trên VNexpress cho chúng tôi được biết một tin rất thích, đó là đời sống tâm lí và sinh lí của một người mà sống tỉnh thức - làm gì biết nấy thì đời sống của người đó xem ra ổn hơn những người bình thường, thậm chí trong đó họ cho biết những người sống có sự tỉnh thức, có sự ý thức trong mỗi hành động thì không bị stress hay trầm uất và họ yêu đời, lạc quan hơn những người bình thường. Ngay cả những chức năng tiêu hóa, hô hấp của người này cũng tốt hơn người bình thường, chúng tôi xem cái đó rất là hoan hỉ và lập tức save bài báo đó vào My Documents để giữ làm kỉ niệm. Bà con nào có ai cần thì mình cũng có thể gửi cho người ta, nhiều khi nghe pháp nghe kinh người ta ngán nhưng khi đọc cái đó người ta lại thông. Tóm lại, đời sống một người có sự tỉnh thức thì rất quan trọng, nó giảm stress và giữa thế giới hôm nay đầy xe cộ và kể cả đi máy bay cũng bị stress, đi xe hơi cũng sợ bị khủng bố, xuống lộ lái xe, vô công sở rồi về nhà, đọc video xem phim ảnh làm cái gì cũng làm ta stress cho nên đời sống thư giãn relax theo tinh thần thiền quán cực kì cần thiết. Cho nên khi mình theo dõi được hơi thở, đó là mình đã thực hiện được phép dưỡng sinh tuyệt hảo; bởi vì hơi thở lúc nào cũng có, ở đâu cũng có, trong cái tâm lúc luyện tập hơi thở thì cái tâm được lắng, mà cái tâm lắng thì hơi thở vi tế, và ngược lại hai cái nó kéo theo nhau. Trong sớ nói là, hành giả khi theo dõi hơi thở lâu ngày đạt đến mức vi tế gần như mình không còn hơi thở nữa, mình không thấy nó nữa. Thì sao ạ? (44:38)

[07/02/2021 - 01:22 - 77july2015]

44:21 Trong kinh mới nói, giống như một người mục đồng chăn bò, khi thấy mình bị mất bò rồi, đi tìm, tản quanh khu rừng thì thấy duy nhất một hồ nước mà thôi, mình đi lại xem trước sau gì con bò đi ăn xong rồi cũng tìm đường uống nước. Con thú thì khứu giác nó rất nhạy, khi mà nó khát nước thì khả năng đi tìm đồ ăn, đi tìm nước của nó bén nhạy hơn con người. Nếu mình tìm hết rừng núi mà không thấy rồi thì mình tìm chỗ nào có nước gần nhất trong khu vực khả nghi, chờ ở đó, con bò sẽ đến uống. Dĩ nhiên đây chỉ là ví dụ để hiểu, chứ đừng đem so với thực tế. Khi hành giả theo dõi hơi thở vào ra một cách bình tĩnh, khách quan, không can dự; theo thời gian thì hơi thở cũng có mối quan hệ mật thiết với tâm lí của mình. Tâm mình mà lắng rồi thì hơi thở cũng lắng theo, lắng đến mức mình không thấy nó nữa thì sao? Thì mình chú ý vào hai chỗ, một là ở trên lỗ mũi, hai là ở vùng bụng dưới, hiểu nôm na là vùng rốn. Chú ý đến chỗ đó, để chi? Để biết rõ rằng hơi thở không thể nào mất được đối với những người còn đang sống bình thường. Chẳng qua là nó vi tế quá, mình không thấy mà thôi. Trong sớ dạy như vậy, hành giả cứ lặng lẽ theo dõi như vậy, nó ra như thế nào thì mình biết là đang thở ra, hay thở vào thì biết thở vào. Các vị Phật tử đang trông đợi gì ở chúng tôi sẽ trình bày những pháp cao siêu nào, có lẽ các vị thất vọng, ...46:10 Thà sinh hoạt như thế nào thì biết rõ như vậy thôi. Nhiều người xem thường chuyện tu thiền, chuyện ấy có đáng gì đâu nhưng mà như chúng tôi đã nói, rất là quan trọng. Khi mà anh theo dõi được hơi thở của anh khi nó động khi nó tịnh, anh mới hiểu rõ bản chất của con người anh nó ra sao. Những khi mình không tu tập, mình không biết con người mình tánh nóng, không biết tính mình đa tham đa dục, nhưng khi mình lắng

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮ HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

tâm lại phẳng lặng như mặt hồ, không có gió, không có gợn lăn tăn, nó yên và nước trong thì mình nhìn thấy ở dưới gầm có lá cây, rác rến. Còn khi mặt hồ bị đục, gió thổi lăn tăn thì mình không thấy gì hết, cứ tưởng cái hồ đáy không có rác, cái mình mức nước lên uống tinh bột, rồi tắm lội mà không thấy gợn. Nhưng khi để mặt hồ trong vắt thì mới thấy rác rến, thấy gợn.

Ở đây chúng tôi kể câu chuyện hơi tào lao mà rất cần thiết. Bà con của mình, ai ở Việt Nam có biết mấy hàng rong quán chợ người ta bán vòng vòng mé sông, mấy cái ghe bán cháo, bán chè... 47:49 mình đâu có biết

[07/02/2021 - 11:53 - 77july2015]

47:49 mình đâu có biết. Mà nhờ khuất mày khuất mặt mình đâu có gợn, chứ nếu mình thấy họ mức nước dưới sông lên thì mình gợn chết đi. Nước ở đâu mà đem lên sẵn, thì nước dưới sông chứ đâu mà có. Ngoài ra có 1 chuyện nữa, là bà bán cháo bán nước dưới sông, bà có 1 cái xô nước thì coi như 108 anh hùng lương sơn bạc ăn rồi cũng để rửa trong đó, bà đó rửa xong rồi úp lên cái đòng gánh, lát ai tới thì bà lấy cái chén đó ra, mức cho ăn, ăn xong thì khuấy khuấy trong xô đó hai, ba cái gọi là rửa rồi úp lên cho khô, rồi sau dùng tiếp. Từ sáng tới chiều, bà bán mấy chục khách mà có chục cái chén, mình không thấy thì mình không nói gợn, mình không thấy không có nghĩa là xô nước đó không dơ. Giống như cái tâm mình vậy, khi mà mình không có tu thiền, cái tính khí của mình còn không thấy sao biết nó gợn. Ngoài ra, chúng tôi cũng thích dùng ví dụ về nền nhà đất và nền nhà gạch, khác nhau chỗ nào? Tức là nền nhà đất, bản thân là đất, thì bao nhiêu bụi bặm, đất cát bên ngoài có phủ lên nền nhà chúng ta thì cũng không phát hiện được. Vì cái bụi ở ngoài và cái bụi ở nền nhà, có thể nói là một, trừ ra là rác hay cùi bắp, không thôi thì tờ giấy, tờ tiền mình còn thấy, còn quét hay là lượm vì mình phân biệt được. Còn bụi đất bên ngoài mà bám vô nền nhà mình, chúng ta cũng không cho là vấn đề gì vì tụi nó là họ hàng với nhau. Nếu trong một nền nhà bằng gạch bóng loáng, bằng cẩm thạch, thì chỉ cần một xíu bụi, đi cái chân thấy khảm khảm là thấy khó chịu rồi. Vì sao, sự bóng loáng của gạch không đồng họ với cát bụi, nên khi gặp nhau tụi nó không mix với nhau được, mình thấy là xác định liền. Tâm tư của các hành giả tu chánh niệm, giống như nền nhà lót gạch, khi nội tâm mình có xíu lợn cợn, lẩn cấn là mình biết ngay. Trong khi đó, một người không tu thiền thì cái tâm y chang như cái nền nhà bằng đất, có bao nhiêu bụi cát rớt lên cũng không biết. Nhưng không biết không có nghĩa nền nhà vẫn sạch. Mình không biết, không thấy không có nghĩa là không có, nhiều khi nó có mà họ không thấy. Mà tại sao Đức Phật dạy mình tu bằng cách quá đơn giản như vậy. Biết rõ thân tâm là mình đã đi một đoạn đường rất rất quan trọng trên quãng đường thực chứng. Một trong những nẻo đường đó là chuyện theo dõi hơi thở. Mới xem qua thì thấy đề mục hơi thở, xem nó ra vào thì có gì đâu dẫn đến thắng trí 51:25 . Nhưng mà cứ lo lót nền nhà bằng gạch đi, lót nhà bằng gạch rồi sẽ thấy dớp bụi là biết ngay. Cũng xin thưa là Viên Minh xuất thân nhà nghèo nhưng cũng biết cảm giác cái chân của mình bước trên nền gạch sạch trơn, còn bước trên nền đất nó dơ cũng không thấy. Nội tâm hành giả có tu tập, chánh niệm lâu ngày là người có thẩm quyền để nói rõ "Phật tại tâm". Hành giả tu Tứ Niệm Xứ là người có thẩm quyền, có tư cách nói "phiền não tức cảnh bồ đề" còn mấy người không tu chánh niệm mà bắt chước người ta nói cũng giống như con vẹt thôi. Nói "Phật tại tâm" vậy Phật ở đâu, nói "phiền não tức cảnh bồ đề" đến khi gặp cảnh sốc mình chịu không nổi, là tại vì mình không có tập. Vậy thì mình theo dõi tâm là cách nhắc mình nhớ đến cái tâm của mình. Chúng tôi thường nhắc đi nhắc lại một điều rất đơn giản nhưng quan trọng trong cuộc tu của mình. Tại sao một người tu hành xuất gia hay tại gia, khi mình bị người ta nói xấu, nói

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮ HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẨM PHỔ BIÊN

(c) www.toaikhanh.com

nặng mình thì mình bị sốc, chịu không nổi. Mình biết phật pháp, mình biết là vô ngã, vô thường nhưng sao khi bị người ta chê thì mình chịu không nổi. Lí do là mình không có tập. Ở đây không nói đến thánh nhân - ở cảnh giới đặc biệt rồi, đang nói tới phàm mình á. Có nhiều người phàm họ nhin rất hay, là vì họ có tập luyện. Còn những người không tập luyện, không có sự hàm dưỡng thì khi họ gặp cảnh đó họ sốc. Bây giờ bình thường mình không lo tu, mình cứ lo tiền lo bạc, lo nhà lo cửa, lo xe lo cộ, lo tình cảm, lo ăn chơi, gia đình, đến khi đụng chuyện, gặp cảnh sợ hãi thì lập tức miệng niệm phật, lúc hớp hớp thì mời thầy về tụng kinh hoặc gặp cảnh thị phi cũng niệm vô ngã, vô ngã, vô thường vô thường, không người không ta, ước nguyện đâu không thấy, phiền não còn y nguyên, rồi mình nói phật pháp không linh. không phải phật pháp không linh mà do mình không luyện. 53:51

[11/02/2021 - 05:51 - 77july2015]

53:51 Ngoài ra, có một điều quan trọng nữa, là khi mình được người ta khen, được tán thán, được khích lệ thì mình vui, mình không có chánh niệm. Nếu mà mình được người ta khen, mình đam mê và không có chánh niệm thì đến lúc bị người ta chê, mình không có khả năng điều tiết nội tâm. Trong khi đó, một hành giả Tứ Niệm Xứ lúc khen người ta cũng chánh niệm; điều này rất quan trọng, khi anh được khen, khi anh nếm vị ngọt cuộc đời mà anh đam mê thương thức trọn vẹn thì khi anh bị chê, hưởng vị đắng cuộc đời thì anh cũng thấm thía tốt độ. Còn với người lúc nào họ cũng thấy rõ nó từ đầu đến đuôi, chính nhờ vậy khen hay chê đối với họ coi như đồng mẩu số. Khi mà thấy nó tương đương nhau, cái nào cũng là tiếng thị phi thì lúc đó mới thấy công phu là quan trọng. Còn đằng này, hồi mà ngọt ngào thì không chịu tu, đến lúc cay đắng chỉ muốn lập tức tu để khỏi thấy khó chịu, xin thưa, chuyện đó lúc đó đã tràng. Chúng tôi chỉ lấy bằng kinh nghiệm của mình về chỗ này để nói rõ khi mà mình được khen mà không chánh niệm được, có nghĩa là khi bị chê mình cũng không tài nào mà chánh niệm.

Tại sao Đức Phật ngài dạy tu chánh niệm, quán sát từng vấn đề nhỏ của thân tâm, đặc biệt, đang nói về hơi thở, là bởi vì: Có tu tập hơi thở, ta mới có chánh niệm. Hơi thở là một đề tài, một cơ sở để giữ chánh niệm. Vì khi giữ chánh niệm thì phải có cái gì cho người ta tập chứ, đấy hơi thở là bài tập đấy. Khi mà mình có theo dõi hơi thở bất cứ nơi đâu, lúc nào cũng tu được, cứ tập trung vô nó. Trước mắt có những cái lợi là: thân và tâm tịnh, nuôi dưỡng chánh niệm để lúc mình gặp cái ngọt, mình cũng tỉnh bơ; mà hễ khi gặp cái ngọt mà mình tỉnh bơ được thì khi mình gặp cái đắng thì mình cũng tỉnh bơ. Thử hỏi trên đời này có cuộc đời nào sung sướng cho bằng một con người gặp đắng gặp ngọt đều tỉnh bơ. Các vị đừng hiểu lầm cái tỉnh bơ này giống cái tỉnh bơ của mấy thằng khùng, mình chửi chửi nó cũng cười, mình khen nó cũng cười; cái đó không phải nha. Cái tỉnh bơ đó không phải là chánh niệm. Cái chúng tôi đề nghị ở đây là tỉnh bơ có trí tuệ; chứ thằng khùng nó tỉnh bơ là vì nó không hiểu con khỉ mốc gì hết. Xem hình thức nó giống nhưng nội dung nó khác. Hành giả tỉnh bơ là vì hiểu quá nhiều. Chúng ta đau khổ là vì chúng ta ở chỗ giữa, khùng thì chưa khùng, tỉnh bơ như thánh nhân thì cũng chưa tới. Thánh không phải là thánh, khùng không phải là khùng. Sự tỉnh táo của mình đem so với thánh thì cũng không bằng, mà nói đạt cảnh giới vô ngã như thằng khùng thì chưa vô ngã nổi. Miệng thì nó vô ngã chứ thực ra nó khó lắm. Riêng cái chánh niệm nó cho mình cảm giác minh triết như thánh nhân, thoải mái như thằng khùng. Phải nói chánh niệm cho mình cảm giác như vậy! Minh triết ý là nói trí tuệ như thánh nhân, ở đây chúng tôi không dám nói nó bằng, "như" ở đây nghĩa giống giống đó, về nội dung nó có chỗ giống. 58:18

[11/02/2021 - 08:13 - 77july2015]

53:51 Ngoài ra, có một điều quan trọng nữa, là khi mình được người ta khen, được tán thán, được khích lệ thì mình vui, mình không có chánh niệm. Nếu mà mình được người ta khen, mình đam mê và không có chánh niệm thì đến lúc bị người ta chê, mình không có khả năng điều tiết nội tâm. Trong khi đó, một hành giả Tứ Niệm Xứ lúc khen người ta cũng chánh niệm; điều này rất quan trọng, khi anh được khen, khi anh nếm vị ngọt cuộc đời mà anh đam mê thường thức trọn vẹn thì khi anh bị chê, hưởng vị đắng cuộc đời thì anh cũng thấm thía tốt độ. Còn với người lúc nào họ cũng thấy rõ nó từ đầu đến đuôi, chính nhờ vậy khen hay chê đối với họ coi như đồng mẩu số. Khi mà thấy nó tương đương nhau, cái nào cũng là tiếng thị phi thì lúc đó mới thấy công phu là quan trọng. Còn đằng này, hồi mà ngọt ngào thì không chịu tu, đến lúc cay đắng chỉ muốn lập tức tu để khỏi thấy khó chịu, xin thưa, chuyện đó lúc đó đã tràng. Chúng tôi chỉ lấy bằng kinh nghiệm của mình về chỗ này để nói rõ khi mà mình được khen mà không chánh niệm được, có nghĩa là khi bị chê mình cũng không tài nào mà chánh niệm.

Tại sao Đức Phật ngài dạy tu chánh niệm, quán sát từng vấn đề nhỏ của thân tâm, đặc biệt, đang nói về hơi thở, là bởi vì: Có tu tập hơi thở, ta mới có chánh niệm. Hơi thở là một đề tài, một cơ sở để giữ chánh niệm. Vì khi giữ chánh niệm thì phải có cái gì cho người ta tập chứ, đây hơi thở là bài tập đấy. Khi mà mình có theo dõi hơi thở bất cứ nơi đâu, lúc nào cũng tu được, cứ tập trung vô nó. Trước mắt có những cái lợi là: thân và tâm tịnh, nuôi dưỡng chánh niệm để lúc mình gặp cái ngọt, mình cũng tỉnh bơ; mà hễ khi gặp cái ngọt mà mình tỉnh bơ được thì khi mình gặp cái đắng thì mình cũng tỉnh bơ. Thử hỏi trên đời này có cuộc đời nào sung sướng cho bằng một con người gặp đắng gặp ngọt đều tỉnh bơ. Các vị đừng hiểu lầm cái tỉnh bơ này giống cái tỉnh bơ của mấy thằng khùng, mình chửi chửi nó cũng cười, mình khen nó cũng cười; cái đó không phải nha. Cái tỉnh bơ đó không phải là chánh niệm. Cái chúng tôi đề nghị ở đây là tỉnh bơ có trí tuệ; chứ thằng khùng nó tỉnh bơ là vì nó không hiểu con khỉ mồm gì hết. Xem hình thức nó giống nhưng nội dung nó khác. Hành giả tỉnh bơ là vì hiểu quá nhiều. Chúng ta đau khổ là vì chúng ta ở chẻ giữa, khùng thì chưa khùng, tỉnh bơ như thánh nhân thì cũng chưa tới. Thánh không phải là thánh, khùng không phải là khùng. Sự tỉnh táo của mình đem so với thánh thì cũng không bằng, mà nói đạt cảnh giới vô ngã như thằng khùng thì chưa vô ngã nổi. Miệng thì nó vô ngã chứ thực ra nó khó lắm. Riêng cái chánh niệm nó cho mình cảm giác mình triết như thánh nhân, thoải mái như thằng khùng. Phải nói chánh niệm cho mình cảm giác như vậy! Minh triết ý là nói trí tuệ như thánh nhân, ở đây chúng tôi không dám nói nó bằng, "như" ở đây nghĩa giống giống đó, về nội dung nó có chỗ giống. Tức là hiểu được vấn đề và cũng được phân thanh thân như thằng khùng vậy. Đời nó thị phi nên bữa nay nó khen, bữa mai nó chê. Đức Phật cũng dạy là ... 58:36 Ở trên đời này, kiếm một người mà không bị chửi, kiếm hông ra. Đó là Phật nói, chứ hông phải tôi nói nhá. Đến cả Đức Thế Tôn, tướng-sanh-từ-phụ-phi-nhân-sư bậc thế tôn mà còn không thể tránh được chuyện chúng chửi. Ví dụ bây giờ, Phật có ra đời thì Thiên Chúa cũng chửi ngài, đạo Hồi cũng chửi ngài, chưa hết, có một số người cũng chửi ngài Tiểu thừa vì thấy ngài cũng đi bát, cũng quần quần y rồi thấy ngài về chùa Nam tông, sống vậy là ngài tiểu thừa rồi chứ gì nữa?! Cho nên ngay cả Phật thời xưa cũng có lục đại môn phái cho nên họ ăn rồi cũng chửi ngài. Nếu ngài ra đời lúc này, ngay các đệ tử ngài cũng chửi ngài tiểu thừa bởi vì cái nhân quả của ngài rất là giống Phật giáo Nam tông cho nên cũng bị chửi. Thế là sao? Vấn đề bị chửi giống nắng sớm mưa chiều, mà cái quan trọng là cuộc đời ra sao, ... 59:33 Bà nói một câu rất là hay: Nếu ta không thay đổi được cuộc đời thì ít nhất ta cũng thay đổi được cách nhìn của mình

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

về cuộc đời. Chúng tôi nghĩ rằng trong phạm vi bài kinh Tứ Niệm Xứ này chúng ta nên nhớ câu đó cũng rất là xuất sắc.

Chúng tôi vẫn dùng cái ví dụ tiếp theo: Nếu ta không thể thay đổi được màu trời thì ít nhất ta cũng thay đổi cái nhìn của ta về màu trời bằng cách đeo vào một cặp kính mát. Cả bầu trời thì làm sao mình phũ phếp mình thay đổi được đây. Nó đang nắng thì mình cũng phải chịu thua thôi. Nhưng mà thôi, giờ tôi không muốn cho nó chói nữa thì tôi đeo vào một cặp kính mát để cho nó bớt. Do mình thôi. Vị tỳ kheo hay vị hành giả tu Tứ Niệm Xứ là sao? Ở đây chúng tôi không nói người tu đeo kính mát nhưng chúng tôi muốn nói là cách nhìn của mình, cái thái độ của mình về cuộc đời rất quan trọng. Cuộc đời không sửa được, chúng sanh họ tham, họ sân, họ si làm sao mình sửa được. Ai còn tham, còn sân, còn si thì họ còn chửi bới người khác, còn thị phi thì làm sao mình dẹp được chuyện đó đây. Thế là chỉ có một cách duy nhất. Chuyện đời mình sửa không được thôi, mình sửa mình. Chúng tôi nhớ trong văn học Hồi giáo họ có một câu chuyện về ông Na-thu-lin, ông nói một câu mà tôi rất là chịu, mà chúng tôi nghĩ là trích dẫn ở đây đúng chỗ chứ không sai: Tuổi trẻ, tôi nuôi mộng thay đổi thế giới, tuổi trung niên tôi hi vọng thay đổi những người xung quanh, tuổi già tôi thấy mình chỉ cần thay đổi bản thân là quý lắm rồi. Cái chuyện đó là chuyện của Hồi giáo nhưng mà chúng ta cũng đừng bị ám ảnh bởi Osama bin Laden mà chúng ta chê; bởi vì ông Osama bin Laden chưa học được câu này. Chúng tôi thấy câu trên này rất là quan trọng. Cho nên hành giả tu Tứ Niệm Xứ là như vậy, đừng mong mà thay đổi cuộc đời, mà chỉ mong thay đổi được cái nhìn, thái độ của mình đối với cuộc sống, nhân quan của mình đối với cuộc sống, nhân sinh quan đối với cuộc sống, nó khác đi nhiều lắm. Mà tại sao chúng ta khổ, tại vì cuộc đời trước sau như vậy, mình không sửa được nhưng mình khổ là bởi vì mình nhìn nó từ một góc độ 1:02:27, nhìn nó từ một góc độ bệnh hoạn, tự nhiên thấy cuộc đời nó nản thôi.

Chúng tôi vẫn ví dụ, một vị mới nghe qua thì thấy nó bậy nhưng trong thực tế.. Cũng người đó 30 năm trước mình mất ngủ không gần được họ, nhưng cũng người đó 30 năm sau mình mất ngủ vì không bỏ được họ. Có phải đau lòng hay không? Vì sao? Vì 30 năm trước mình chưa có mình ham, mình đi tìm, mà 30 năm sau chó chê mèo mửa nhìn ngán quá rồi, đâu còn cái gì nữa mà mong. tình chỉ đẹp khi còn dang dở đời mất vui khi đã vẹn câu thề. Thư viết xong, thuyền trôi chớ đỗ. Cho nghìn sau.. lơ lửng.. với nghìn xưa. Ở đó ông Hồ Dzếnh đã nói như vậy rồi. Cái gì nó dở dở dang dang thì nó còn đẹp, mà nó tới nơi tới chốn thì nó còn gì nữa. Cho nên ý nghĩa quan trọng của đời sống nhiều khi nó không phải là mục đích mà là cái hành trình, đôi khi nó nhiều sắc màu hơn là cái mục đích. Vì khi đi đến nơi nó không còn gì hết. Cho nên các vị nghe trong kinh nam tông kể có một chuyện nghe rất sợ. Khi Đức phật thích ca nói riêng và chư Phật nói chung khi thành đạo rồi thì rất hoan hỉ. Cái thành quả mơ ước bấy lâu nay bây giờ cũng đã thành tựu nhưng sau đó khi nhìn thấy chúng sanh trong đời vô minh, ái dục nhiều quá thì thấy cái pháp mình chứng ngộ rất khó khăn. Giờ đem ra giảng cho người khác nghe thì được mấy người hiểu đây. Rồi thêm cho các vị thấy, rằng cái chuyện tiếp tục sống, tiếp tục duy trì thọ mạng trên cõi đời cũng chỉ chừng đó thôi. Các vị biết một người biết rõ về tương lai vô số năm, hàng triệu hàng tỉ năm muốn biết về tương lai bao nhiêu cũng biết, về quá khứ muốn biết được bao nhiêu thì cũng biết - người mà biết rõ quá khứ - vị lai như vậy thì họ nhìn cuộc đời này còn vô biên tan thương, còn cái gì nữa mà sống. Cho nên các ngài có tư tưởng niết - bàn, muốn viên tịch, tức là không muốn sống nữa. Lúc đó, chư Phật nào cũng vậy khi mà các ngài có suy nghĩ như vậy thì có một phạm thiên xuống thỉnh các ngài 1:05:04

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

[17/12/2023 - 05:00 - caoxuankien]

tiếp tục trụ thế để hoằng hóa độ sinh, chứ nếu ngài ra đi như vậy thì chúng sanh sẽ bị thiệt thòi, tổn thất. Nếu mình lấy tâm phàm mà suy nghĩ cho mình cái khả năng dời non lấp biển làm mưa làm gió, muốn tu ở cảnh tiên nào cũng tu được, vào rừng vào núi đầu đầu cũng là cảnh đẹp trên thế giới mình đều có thể đến được thì mình còn ham sống sợ chết. Nhưng riêng ngài khi ngài có được tất cả rồi thì Phật giới nó khác đi. Như mình hồi còn bé làm con nhà nghèo chỉ mơ ước là lớn lên có một thỏi chocolate để ăn là đã mãn nguyện lắm rồi. Nhưng thử tưởng nếu mình đã qua Mỹ, làm một ông bác sĩ, kỹ sư có tiền, rồi nghĩ nhớ hồi nhỏ mình mơ ước có được trái táo, một miếng chocolate để mình ăn, thì cái mơ ước đó giờ nó không còn nữa. Vì sao? Vì giờ nó đã khác, nó thừa. Giờ đôi khi mình còn diet nữa là khác. Bây giờ mình muốn ăn mình chỉ ra đường búng ngón tay là có đủ tất cả những thứ đó. Cho nên bây giờ mình không còn tha thiết mấy thứ đó nữa. Và mình nói về bậc thánh nó cũng khác.

Có lần có người hỏi ngài Xá lợi Phất:

- Tâm trạng của ngài nghĩ về cái chết ra sao?

Ngài nói đôi với cái chết không có sự sợ hãi.

- Vậy ngài có yêu đời không?

Ngài nói sự sống còn không có gì đáng yêu thích.

- Không sợ chết cũng không yêu đời. Vậy thì đối với sự sống chết ngài nghĩ như thế nào?

Ngài nói: Ta không tha thiết với đời sống, Ta cũng không tha thiết với cái chết. Có điều ta không muốn là trái còn xanh mà phải rụng. Đối với ta mọi thứ nên để cho nhân duyên.

[09/03/2024 - 07:28 - lethao.5192]

1:07:11

Ở đây chúng tôi trở lại nội dung của buổi giảng đêm nay đó là vấn đề hơi thở trong Tứ Niệm Xứ thì hành giả đối với các pháp trong đời không đánh giá nó là tốt, là xấu hay là vui hay là buồn mà lúc nào cũng sống an trú chánh niệm vào thân, vào tâm của mình mà ở đây trước hết là Đức thế tôn ngài dạy cho mình về pháp tu hơi thở. Chúng tôi nhắc lại, mới nghe qua thì nó không có cái gì là cao siêu nhưng mà toàn bộ cuộc sống, cuộc tu hành của mình, toàn bộ giá trị nhân văn của mình gói gọn trong chánh niệm mà thôi và ở chánh niệm ở đây là an trú trong hơi thở. Một người mà luôn luôn tỉnh thức trong từng hơi thở thì người này mới có cơ hội, mới có điều kiện để mà kiểm soát tam nghiệp của mình. Còn nếu như mà mình đến cả chuyện ăn, chuyện uống, nằm, ngồi, thở ra, thở vào mà mình cũng không có được cái sự tỉnh thức, cái sự biết rõ, không có được cái sự tự chủ thì đừng hòng nghĩ đến chuyện tự chủ được trong cái thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp. Và một trong những điều hấp dẫn, xuất sắc và thú vị của niệm hơi thở đó là hành giả đi đâu và lúc nào cũng có sẵn hơi thở để mà mình theo dõi. Ví dụ như mình đang lái xe thì tạm thời mình không có tu tập đề mục hơi thở được nhưng bởi vì lúc mình đang cần cái sự tập trung vào cái sự khác, chỉ trừ những trường hợp đặc biệt đó mà thôi. Nhưng mà nói như vậy không có nghĩa là hành giả tu Tứ Niệm Xứ lúc lái xe không có tu. Nếu mà mình muốn thì mình vẫn tu được, giờ mình bước xuống đất thì mình ở cái điều kiện thuận lợi thì mình tu đề mục hơi thở mình để ý đến chánh niệm cho nó quen, đến lúc mình lái xe mình lái trên đường có thể mình không theo dõi hơi thở được nhưng mà thói quen chánh niệm lúc bấy giờ chuyển hướng qua cái chỗ khác, bây giờ mình không có tập trung cái tư tưởng của mình và cái hơi thở được thì tập trung vào cái tâm trạng, tức là mình vẫn ôm vô-lăng mắt vẫn nhìn phía trước nhưng mình biết rõ cái tâm trạng mình như thế nào, bây giờ nó đang

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

vui, nó đang buồn, cái gì nó cần thiết. Khi mình vẫn đang lái xe như vậy thì mình có một cái câu chốt nhớ đến một người nào đó làm cho mình nổi giận, hoặc là mình chốt nhớ đến món đồ nào đó làm cho mình tham đắm thì mình biết ờ cái đó là cái phiền não. Chỉ nghĩ như vậy thì nó sẽ biến mất, chứ các vị đừng có nghĩ rằng là lúc đang lái xe như vậy thì không tu thiền được. Cái suy nghĩ đó có chỗ đúng mà cũng có chỗ sai. Nó đúng ở chỗ là trường hợp như đề mục hơi thở khi mình đang lái xe mình đâu có theo dõi được, nhưng có một quan hệ rất là lớn với đề mục hơi thở. Bình thường mà mình có tu đề mục hơi thở thì trong những lúc mà không có tu tập được thì cái thói quen bình thường đó nó sẽ nuôi dưỡng cái nội tâm, nó hàm dưỡng nội tâm mình trong những lúc không có tu theo hơi thở được, lúc đó nó sẽ chuyên qua cái tâm quán hay là cái thọ quán hay là các quán niệm xứ được chứ không phải không được. Bởi vì cái tốc độ tâm của mình nó sinh diệt rất là nhanh, bằng chứng là vẫn có thể theo dõi được, vẫn lái xe, vẫn nhìn đường không có nhảy lên bất ngờ, vẫn lái đúng len của mình, vẫn giữ đúng tốc độ, vẫn có thể kịp nhìn thấy cảnh sát, vẫn nhìn thấy những chiếc xe sau nó muốn qua mặt mình hoặc là họ muốn nói cái gì đó với mình mình vẫn có đủ cái điều kiện, đủ cái thuận lợi để mà ghi nhận hết những điều đó trên mặt đường chứ không phải là không. Nhưng mà mình vẫn có thể biết rõ nội tâm mình lúc đó chứ đừng có nghĩ rằng tôi đang bận lái xe tôi không biết được tôi không tu thiền được. Nếu nói như vậy đang lái xe ta có thể suy nghĩ chuyện tâm bậy tâm bạ được hay không? Được chứ. Ở đây các vị, hầu hết là ở bên phía Mỹ nà, những ai ở bên Mỹ thì điều biết cái chuyện lái xe cả, mà ai mà biết lái xe thì có lẽ cũng đều hiểu một chuyện đó là lúc lái xe chúng ta cũng có thể suy nghĩ được, vậy chứ đâu phải không được. Mà đã suy nghĩ thì dứt khoát thì phải có chuyện tốt chuyện xấu, mà lúc mình đang lái xe mình có suy nghĩ mình vẫn lái được mà. Điều đó có nghĩa rằng là mình vẫn có thể theo dõi được tư tưởng của mình, bởi vì theo dõi nó cũng là một cách suy nghĩ. Nói một cách nôm na như vậy đi, nếu phân tích ra thì nó không phải suy nghĩ đâu nhưng mà nói một cách nôm na như vậy. Mình suy nghĩ bậy được thì tại sao mình chánh niệm, mình kiểm soát nội tâm mình được. Bởi vì cả hai cái như cái chuyện mình nghĩ bậy và cái chuyện kiểm soát nó đều nằm ở trong tâm thức mình cả, đều thuộc về tâm thức mình hết. Cho nên, cái chuyện quan trọng đó là bình thường giữ hơi thở, giữ đề mục hơi thở hoặc là giữ chánh niệm trong một cái oai nghi nào khác, một tư thế, một cái sinh hoạt nào khác. Đề chi? Đề mà cho nó trở thành một thói quen, khi mình còn trẻ mình tập được chánh niệm, khi mà đến tuổi trung niên chánh niệm mình sẽ vững hơn, tốt hơn. Mà khi ở tuổi trung niên mình có chánh niệm vững vàng như vậy thì khi lão niên mình sẽ có chánh niệm tốt hơn nữa. Nếu ở tuổi lão niên mình chánh niệm trở thành thói quen như vậy rồi thì trên cái giường chết, cái giờ phút hấp hối, một người có chánh niệm, một người có sự tỉnh thức thì cái sự ra đi của họ rất là tốt. Còn nếu như tuổi trẻ nói rằng thôi để vài năm nữa lớn lớn mới tu thiền thật ra họ quên một chuyện tu thiền không phải là cái chuyện mà cho tuổi lớn mới làm mà tu thiền đó là lẽ sống, đó là đạo sống, đó là phép sống. Mà nếu nó là lẽ sống, là đạo sống thì tuổi nào mà nhắm làm được thì nên làm chứ không đợi đến tuổi già. Xin thưa một chuyện, cái cách nghĩ mà người già tu thiền, cái cách nghĩ đó là một cách nghĩ rất rất là sai lầm. Vì sao? Sai lầm ít nhất phải 3 lý do. Một, tuổi trẻ là tuổi lý tưởng nhất để tu thiền, mà mình lại đổ cho tuổi già đó là cái sai lầm thứ nhất. Cái sai lầm thứ hai, là mình có chắc là mình có sống đến già hay không. Trên thế giới này không ai kể cả những nhà tỷ phú hay là con cái, em út tỷ phú, rồi con em của tổng thống có thể đoán chắc rằng mình có thể sống đến già, không ai có thể đảm bảo mình sống đến già. Tuổi trung niên mà mình còn chưa biết mình có qua nổi hay không chứ đừng có nói mà tuổi già. Chúng tôi ôn lại cái sai lầm thứ nhất

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

mình để đến già mình tu mình quên rằng cái tuổi trẻ là tuổi lý tưởng nhất. Cái sai lầm thứ hai là mình có chắc là mình sống được tới già hay không. Cái sai lầm thứ ba là mình tưởng tu thiền ở đây đó là đẹp hết, đang học đại học là đẹp luôn, đang đi làm bác sĩ đẹp phòng mạch, làm luật sư thì bỏ văn phòng, làm gì bỏ nấy để về tu. Không phải. Ngày nào mình còn nghĩ tu thiền mà đòi hỏi những việc mà đẹp bỏ hết mọi thứ như vậy đó (không nghe rõ) Chuyện nó cũng gần đó thôi, nếu mà tuổi trung niên và tuổi ấu niên trai trẻ thanh niên mà mình có cơ hội biết Phật pháp, biết tu chánh niệm thì cũng nên tranh thủ để cho tuổi già của mình, ở tuổi trung niên tốt hơn. Nếu biết đạo muộn màng hơn chút thì tuổi trung niên cũng nên tu tập chánh niệm để cho có tuổi già tốt hơn. Mà nếu tuổi già mới biết đạo thì cũng nên tốc tức tu chánh niệm. Khi tuổi già mà mình không biết mình già, mình vẫn còn đam mê một số trò chơi của thời tuổi trẻ, dĩ nhiên là nó nói theo một cách nói nào đó thì về tuổi già mà vẫn sống lạc quan yêu đời là một chuyện tốt. Tuy nhiên, nói theo đạo là lạc quan yêu đời đó là một chuyện khác. Mình có được cái chánh niệm, có sự tỉnh thức trong cuộc tu hành lại là cái chuyện khác. Chứ đừng có lầm lẫn nói như vậy, nghĩa là chúng tôi đề nghị các vị một cái tuổi già lơ lơ chậm chạp. Không phải. Nhưng mà cái việc tỉnh táo trong thiền định nó không giống như lơ lơ đó là chúng tôi đã có nói rồi, thì cái chánh niệm nó có giá trị là nó nâng cao cái xung phong của mình.

Hỏi này, có một người lúc chúng tôi đang giảng mà tại vì lúc đó cúng tôi có một cái ý nên chúng tôi không có ngưng lại để giải thích là bởi vì sợ là nó bị quên cái ý đó đi, bởi vậy bây giờ chúng tôi mới trở lại.

Hỏi: Tùy duyên bách biến hay bất biến.

- Chúng tôi xác định là tùy duyên bất biến, bất là không đó, tùy duyên bất biến tức là theo cuộc đời nó xô đẩy là sao thì giống như vậy nhưng mà không có thay đổi cái lý tưởng đó là tùy duyên **BẤT BIẾN**.

- Dạ đúng rồi cái câu mà "Thư đừng lạc đạo" thì không phải của Đức Phật mà cái câu của người đời sau nhưng mà nhiều khi về trình bày qua cái vấn đề gì đó mà mình thấy có cái chỗ trích dẫn mà mình thấy nó cần thiết thì chúng tôi cũng trích dẫn chớ không phải là chúng tôi không có phân biệt cái nào là lời Đức Phật, cái nào là lời của người đời sau.

Hỏi: Vạn sự thắng duyên. Ở đây các vị nào biết chữ Tàu thì các vị có xem ở trong bao lì xì hoặc cái thiệp của người Tàu nhiều khi họ không có để là "Vạn sự như ý" mà nhiều khi họ để là "Vạn sự thắng ý" thì Vạn sự thắng duyên có thể hiểu gần như vậy. Vạn sự thắng ý mọi chuyện thì hãy đừng như ý đi, chữ thắng chúng ta tạm hiểu giống như chữ như vậy đó. Còn đây vạn sự thắng duyên thì mọi chuyện tùy duyên thôi, chứ mình không can dự vào trong đó, mình không cố ý sửa đổi nó. Thì đó là theo kiểu hiểu của chúng tôi trong chữ Tàu.

Hỏi: Vậy tụi con nít không có bản ngã nhiều phải không? Chúng tôi xin giải thích chỗ này, khi này chúng tôi đang nói về thiền Tứ niệm xứ thì chúng tôi muốn nói rằng chúng tôi dùng hình ảnh con nít để ví dụ thôi, ví dụ một cách tương đối dùng cái hình ảnh. Có nhiều cái ví dụ chúng ta không nên bị lụy vào cái ví dụ quá, chúng tôi chỉ tạo ví dụ về con nít. Mà riêng câu này chúng ta phải đi hơi sâu chút. Con nít không có bản ngã nhiều phải không? Xin thưa giữa trong giáo lý A Tỳ Đàm không có khác gì cả, chỉ có khác thế này. Mình gọi là con nít là chẳng qua là ngay lúc này nó con nít thôi nhưng mà nó từ một ông già một bà lão của đời trước nó sanh lại chứ không phải là nó từ trong bụng mẹ, nó chỉ đơn giản là từ trong bụng mẹ sanh ra được. Không phải. Mà từ ở một cái đời trước, có thể là một ông già, có thể nó là một bà lão rồi từ đó họ chết họ mới sanh vào ở trong bào thai mẹ kiếp này. Rồi từ bào thai mẹ họ sanh ra họ là một đứa bé đỏ hồng rồi từ từ họ lớn lên. Theo

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHỮ HIỆU ĐỈNH – XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

bên Không giáo thì họ nói "Nhân chi sơ tánh bản thiện". Rồi có nhiều người họ giải thích con nít, buổi đầu á, đầu đời con người tâm hồn nó hồn nhiên, trong sáng, lớn lên nó bị tập nhiễm bụi trần, nó dơ. Thì câu đó cũng có chỗ đúng chứ không phải không sai. Nhưng mà ở đây chúng ta lại hiểu rằng là theo giáo lý A Tỳ Đàm thì cái gọi là con nít nói theo kiếp này thôi chứ nó đã có tập khí sanh tử của nhiều đời rồi. Sở dĩ mình thấy nó có vẻ hồn nhiên là vì sao? Vì ngay trong kiếp này tạm thời nó chưa kịp, do sinh lý của nó, cơ thể của nó, nó tạm thời chưa kịp vì thời gian quá ngắn ngủi trong cuộc đời, nó mới co mặt trong cuộc đời quá ngắn ngủi, cái sinh lý chưa kịp có những đòi hỏi thì nó không biết gì hết. Nhưng mà nó không biết là không biết của kiếp này thôi chứ mọi thứ đã nằm sẵn trong đó, ở trong ni pháp cũng có nói đến, trong giáo lý A Tỳ Đàm Nam tông không có nói đến A lại da thức nhưng mà trong giáo lý A Tỳ Đàm có nói đến một cái gọi là thói quen, thuật ngữ của A Tỳ Đàm gọi là ...(tiếng Bali) tức là thói quen, là cái thường cận y. Ở đây nó gồm hai chữ tức là chữ ...(tiếng Bali) nó có rất là nhiều nghĩa và còn...(tiếng Bali) có nghĩa là thói quen, là thường cận y, cái thói quen nhiều đời. Nó không có nằm ở đâu cả, mà nó là một cái tướng, chúng ta tạm nghĩ nó là một cái trốn thôi chứ nó không phải là một CÁI gì đó để mà nó nằm trong đây rồi nó nằm ngoài kia, ở đây không có cái gì mà nằm ở đâu hết á, một cái tâm cũ nó diệt đi thì tâm mới nó xuất hiện, mà có cái trường hợp là tâm cũ nó tạo ra cái tâm mới. Tâm mới mà nó chưa có thời cơ thì nó chưa có xuất hiện. Ví dụ theo giáo lý A Tỳ Đàm ta bây giờ đồng hồ tôi bây giờ 10:55 PM ta có một tâm thiện thì cái tâm thiện nó chắc chắn nó sẽ tạo ra một cái tâm đầu thai nào đó trong tương lai để tôi sanh về cái cảnh an lạc như là cõi Trời hay cõi Người nhưng mà do cái tâm này mạnh hay yếu mà nó tạo ra cái quả kia nó gần hay xa. Nếu mà cái tâm bây giờ mà nó mạnh qua thì, tâm thiện bây giờ nó mạnh qua thì trong một tương lai gần tôi sẽ được sanh Thiên nhưng mà nếu tâm thiện nó mà yếu quá thì trong một tương lai xa mà cái xa đó là phạm phu mình không biết được thì tui sẽ đầu thai vào một cảnh giới an lạc nào đó và đầu thai bằng cái gì bằng một cái tâm, mà cái tâm đó bây giờ ở đâu, xin thưa không chỉ mình tui nó chưa có, đến thời cơ mà nhân duyên thích hợp thì tự động nó có. Ở trong Nam tông thì không có cái nào gọi là cái A lại da thức hay là CÁI gì đó luân lưu từ kiếp này qua kiếp khác hay nhiều kiếp. Cách hiểu một cái linh hồn hay cái thần thức ở bên các tông phái khác là không phải ở bên đây chỉ giải thích như vậy thôi. Cái mình gọi là đứa bé, con nít trong kiếp này tạm thời ngay bây giờ thì, mình lấy mắt mình nhìn thì tạm thời nó chưa có tham, sân, si GIỐNG NHƯ người lớn, thì tạm thời chưa thấy, cơ thể nó nhỏ quá làm sao nó biết rượu chè, nhậu nhẹt hay là nó nhỏ quá làm sao mà nó biết yêu đương nam nữ, nó còn nhỏ quá làm sao mà nó biết mối hận, mối thù của Quốc gia, của dân tộc, của dòng họ làm sao nó biết được cho nên những cái tham, sân, si của nó về hình thức thì xem ra không giống với tham, sân, si của người lớn từ đó chúng ta cho rằng con nít nó trong sáng, nó thanh tịnh hơn nhưng mà không phải. Nó không có những tham, sân, si về hình thức giống như người lớn nhưng nó có tham, sân, si theo kiểu của tui nó. Nó đói bụng, nó khát sữa là nó khóc óe lên, mà khi mà nó khóc mà mình lấy tay gãi gãi lưng của nó, mình đưa qua đưa lại, mình ru ru, dỗ dỗ nhẹ nhẹ vào lưng của nó ngủ thì lúc đó nó đang ăn doi với cái lời ru, nó đang ăn doi với cái sự vỗ về của mình, cái ăn doi đó là tâm tham. Nói về A Tỳ Đàm dứt khoát là phải như vậy thôi nhưng mà là vì mình không học A Tỳ Đàm rồi cộng với tình thương đối với trẻ thơ mình không nỡ gọi đó là phiền não, mình chỉ gọi đó là sự hồn nhiên thôi, trời ơi thấy thương không, nó hồn nhiên, nó ngây thơ quá, nó khát sữa mình cho nó uống sữa nó hết khóc, lúc nó đang khóc mình dỗ dỗ hai ba cái nó ngủ dễ thương quá, trong sáng quá, hồn nhiên quá nhưng thật ra chúng ta đâu có biết rằng những cái đó hoàn toàn là tham, là sân

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHƯA HIỆU ĐÍNH – XIN TRÁNH IN ẢN PHỔ BIẾN

(c) www.toaikhanh.com

không thôi chứ không có cái gì là hồn nhiên, trong sáng. Chẳng qua cái tham, sân ở đứa con nít là nó ở trong cái dạng chấp nhận được, cái dạng dễ thương. Mình gặp con nít khóc mà mình thấy dễ thương, gặp con nít nhõng nhẽo thấy dễ thương chứ còn người lớn khóc là mình dọng cho một phát, người lớn mà nhõng nhẽo mình thấy nó lố bịch, thấy ghét quá, thấy ghê quá, thấy kỳ cục quá, lớn mà đụng cái là khóc, dõ dõ hai ba cái mà nín cái đó là người lớn có vấn đề, người lớn gì kỳ cục vậy, người lớn gì dõ dõ hai ba cái là nín à, nhưng mà con nít thì được. Cho nên ở đây chúng ta có thể nói rằng tham, sân, si của con nít vẫn có y nguyên nó không khác gì với mình nhưng trong hình thức chấp nhận được, mình cho nó là chuyện tự nhiên. Còn tham, sân, si của người lớn thì sao? Thì mình không chấp nhận được vì lúc đó mình đã có tuổi đời, thời gian mình tồn tại tuổi đời này nó lâu quá, tập khí nó có cơ hội trỗi dậy, cái tham của mình lúc này nó quy mô hơn, nó có kế hoạch, cái sân của mình lúc này nó quy mô hơn, nó có kế hoạch. Chúng tôi tạm giải thích câu như vậy nếu ok thì rep cho một chữ, nếu không ok thì giơ tay một cái cho chúng tôi biết.

Dù sao thì đây cũng là một bài pháp, chúng tôi tạm thấy thời gian cũng khá rồi , cũng gần 2 tiếng đồng hồ cho nên. Cảm ơn! Cho nên xin tạm ngưng buổi giảng hôm nay.

Hết