

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP  
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐỈNH.  
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM  
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.  
XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN.**

---

Bốn Đé, Duyên Khởi, Tứ Niệm Xứ

<blockquote>Kalama tri ân bạn 77july2015, trantrang011991, ngoaiduong.tp ghi chép.</blockquote>

[15/09/2020 - 01:17 - ngoaiduong.tp]

Chúng tôi do dự đã được nhiều, khi phải nói chuyện này cho bà con nghe chút. Bây giờ nói 1 ít chuyện đời đó đi. Thì mình có thương nhau lắm thì cũng phải nói thiệt với nhau một hai câu. Dầu có lý dị cũng phải nói, các vị có nghe kịp không?. Chứ mà dấu hoài thì cây kim nó nằm trong bọc thì lâu ngày nó cũng lòi, giấy không gói được lửa .

Tôi mặc cái áo này 40 chục năm rồi. Tôi vô danh trong suốt nhiều năm. Và nó lạ lắm bắt đầu từ lúc tôi đi xa nói chuyện với bà con đó. Và các nhà quý vị Phật tử nào đó? Các vị có hiểu tôi nói gì không đó.

À trong mấy hôm tôi đặt chân đến xứ Úc đó tự nhiên tôi có trước sau tôi nhìn cuộc đời bằng một cặp mắt thôi. Nhưng mà cuộc đời nhìn người bằng một cặp mắt rất là khác.[1:20]

[23/09/2020 - 11:44 - ngoaiduong.tp]

Bắt đầu từ lúc có thiền viện Kalama rồi lúc nói bằng chuyến đi Úc... bắt đầu tôi nghe có cái mùi chướng duyên, tôi tìm cách nói nhẹ thiệt là nhẹ đó. Từ lúc tôi bắt đầu khởi có bắt tay vào cái thiền viện Kalama rồi từ lúc có những chuyến đi lưu diễn? hoàng pháp ở xa đó thì bắt đầu tôi đã nghe cái mùi chướng duyên. Tôi hông biết mấy hôm nay bà con có nghe cái gì về tôi hay không nhưng mà tôi chỉ trước khi bắt đầu buổi giảng hôm nay cho tôi nói vài câu thôi.

Đêm hôm qua khi nói về lịch sử kinh điển, các vị có nhớ tôi nhắc đến một nhân vật đó là Ngài Cưu Ma La Thập, không biết các vị còn nhớ không? Ngài Cưu Ma La Thập là một trong tứ đại dịch giả hàng đầu của Trung Quốc, một trong bốn vị dịch kinh tiếng Phạn sang tiếng Hán. Truyền thuyết kể rằng Ngài thuyết pháp rất là hay và Ngài với Ngài? bốn đại vị dịch giả trong đó thì dân hay... tiêu biểu là Ngài và Huyền Trang. Ngài và Ngài Huyền Trang tiêu biểu là bởi vì Ngài Cưu Ma La Thập chủ trương là nghĩa dịch còn Ngài Huyền Trang là chủ trương là trực dịch.

Nghĩa dịch là sao? Nghĩa dịch có nghĩa là đọc một đoạn ngoại ngữ mình hiểu họ nói cái gì rồi thì chép lại bằng ngôn ngữ của mình. Đó gọi là nghĩa dịch.

Còn trực dịch? Trực dịch nghĩa là one by one, chữ ra như là it is raining cats and dogs thì dịch là nó đang mưa chó mưa mèo đó là Ngài Huyền Trang dịch, còn Ngài Cưu Ma dịch là nó đang mưa tầm tã, mưa lớn lắm, mưa to. Đó là Ngài Cưu Ma La Thập, Ngài dịch.[3:24]

[17/12/2020 - 05:56 - ngoaiduong.tp]

aVà Ngài Huyền Trang Ngài dịch vậy đó. Ngài Huyền Trang gặp chữ hot dog thì Ngài dịch là chó nóng, còn Ngài Cưu Ma La Thập Ngài dịch là xúc xích Mỹ, các vị nghe hiểu không? đại khái như vậy. Hoặc là root beer Ngài Cưu Ma La Thập dịch là xá xí, chứ Ngài không dịch là bia gốc. Ngài huyền Trang dịch là bia gốc. Tui nghe có nhiều người Việt Nam qua Mỹ, lúc mới qua đó họ là

người Bắc họ gặp root beer (...) hot dog mua 2 thứ đó về nhậu thôi thì lúc mua về thì mới biết trót quót. Bởi họ là đệ tử của Ngài Cưu Ma La Thập nói lộn Ngài Huyền Trang.... Bây giờ hiểu chưa. Bây giờ mới hiểu là tại sao mà rất nhiều cái ông nội của tôi bị hỏ, hỏ bởi vì họ theo Ngài Huyền Trang. Rồi. Tôi nói một dòng cho bà con tình ngữ bây... giờ tôi quay trở lại. Thì tương truyền Ngài Cưu Ma La Thập dịch kinh rất hay nhưng Ngài thuyết pháp còn hay hơn nữa. Vua quý Ngài lắm. Và một trong những cái lễ vật mà Vua hiến cúng cho Ngài đó có một món bà con đó nghe chắc nhảy dựng lên tới óc luôn. Bởi gì Ngài dịch, cái thứ Ngài cần... rất là nhiều người mài mực. quét dọn rồi, nấu ăn rồi, giặt dũ bla, bla, bla...cho nên.. Vua mời Ngài Cưu Ma thuyết pháp, còn mấy ông quan lớn đại thần mời về dinh thuyết pháp. Thì một trong những món lễ vật họ hỷ...cúng đến Ngài đó là một cô hầu. Cô hầu ngày xưa nói các vị có lẽ khó tin đó là đến cả đời nhà Tống mà những người phụ nữ mà nhà nghèo đó được xem như một món hàng. Các vị biết không?... Tức là trong nhà giàu tôi đại phú hào mà tôi lỡ tay tôi đánh chết một cô hầu thì coi như... Nếu mà ở trên xuống hỏi thì tôi xia một số tiền thì vụ đó coi như xù. Chưa hết cái này mới ghê. Các vị có biết Tô Đông Pha hay không? Tô Đông Pha là một trong bát đại nhân gia đời nhà Tống(Liễu Tông Nguyên(...))thì cái lúc mà ông bị lưu đày đó từ tràng an mà đi qua Hải Nam hoặc Hàng Châu đó thì trước khi ông đi thì người bạn ông mới tiễn ông, làm tiệc tiễn ông. Tức là (..) ông người bạn có tặng ông con ngựa quý có thể đi đường dài mà không có mệt, thì ông cảm kích lắm. Ông mới nói thế này“ Bạn bè với nhau mà khách khí quà cáp làm gì. Tôi sắp đi xa không biết tôi có trở về mà đèn đáp Ngài hay không. Con ngựa Ngài là con ngựa ngàn vàng. Khổ quá. ok. Tôi có con hầu. Hiểu ý lắm, người đẹp, đẹp người đẹp nét ok đôi.[6,17]

[11/05/2022 - 05:23 - ngoaiduong.tp]

Nghĩa là Ngài tặng tôi món, tôi đổi Ngài món. Thì Cô hầu đó có cô ái .. lắm. Cô khóc. Cô nói ,, Cả một đời con gái của con, con theo hầu ông chủ. Con coi ông chủ như cha, con đòi cho đến lúc này ông chủ coi con ngang với con ngựa. Ông chủ xưa nay kêu con con chết là con chết nhưng mà đây là lần đầu tiên mà cũng là lần cuối cùng, con không có còn ông chủ. Xin ông chủ nhận con một lạy coi như tế sống. Cô nói xong cô đâm đầu cô chết. Tôi đánh một vòng xa vậy tôi nói về tôi ... Tô Đông Pha, Cưu Ma La Thập, Ngài Huyền Trang. Tôi nói về trầm. Thì... cứ mỗi lần ông thuyết pháp như vậy đó là vua, mấy quan lớn tặng ông một cô, tổng cộng ông có tất cả là 13 cô. Các vị tưởng tượng, bây giờ mà các vị gặp tôi với một cô trong phòng là thôi nó rồi chùa rồi. Mà bây giờ trong chỗ có ba cô mà cô nào mặt ngọc cũng được lắm, mặc áo lam mà mặt ngoài ngọc cũng được thì người ta đồn ra... Thì cái bữa đó thì ông vào ông thuyết pháp trong cung đó mà trước khi ông vào thuyết pháp thì ông nghe cái người ta đồn tùm lum hết rồi. Thì bữa đó trước mặt ông có bình hoa...hoa đó. có bữa thì hoa cúc, hoa lài, hoa lý hoa ngẫu, hoa hồng, hoa sứ. Bữa đó người ta chung một bó hoa sen kể đến phiên ông bắt đầu thuyết pháp ông bắt đầu rút cái hoa ra khỏi mọi người, ông xè cành hoa bông hoa mọc từ đâu vậy. Tôi nói mọc từ sinh, ông nói vô lý. Sinh lầy là một cái thứ dơ bẩn tại sao có thể ra được... sen, cả mớ sinh là sinh sen là sen. Không ai đem sinh lên đây nhưng mà sản phẩm của sinh lại đem lên đây... có hiểu không? ông nói tôi đây tôi có ra sao đi nữa điều tui nói là sen còn tôi là sinh, các vị hiểu không? Quý vị hiểu ý tôi nói không? Tôi không biết các vị nghe gì về tôi nhưng mà làm ơn nhớ dùm tôi chuyện đó. Đó là một giai thoại về Ngài Cưu Ma La Thập, còn giai thoại thứ 2 cũng là Ngài Cưu Ma La Thập. Tương truyền rằng vì Ngài là Pháp Sư mà Ngài lại là một đại dịch giả rất nổi tiếng. Cho nên khi mà Ngài có trong chùa của Ngài có mười ba cô hầu như vậy đó thì có 2 cái dư luận trái chiều.

Cái nguồn dư luận thứ nhất, người ta nói rằng tại sao tu hành mà lại trong chùa toàn là con gái không? Nhưng mà có một nguồn dư luận thứ hai nói rằng ông được tại sao tôi không được? Why not? Hiểu không? Thế là có nhiều vị Thầy cũng muốn kiếm hai cô đem về chùa. Ngài Cưu Ma La Thập nghe như vậy, Ngài mới tổ chức một cái buổi Tăng hội họp mấy cái vị đó lại, đông lắm. Ngài mới đem ra một cái bình bát, ...bình bát là cái tô mà mấy Thầy ăn cơm. Ngài đem ra Ngài hót vô một nắm kim, kim mình may đồ.. Hót một nắm, Ngài bỏ vô trong đó, Ngài chế nước vô Ngài lấy ngón tay Ngài khuấy. Ngài khuấy xong rồi Ngài mới nói là ,,Anh em huynh đệ ở đây đều muốn có phụ nữ trong chùa giống như tôi. Tôi thấy cái chuyện đó bình thường, tôi được thì anh em cũng được, nhưng mà xin anh em nhớ dùm một chuyện, muốn có phụ nữ trong chùa cũng được nhưng

mà xin anh em bắt chước tôi bắt chước cho giống. “Có Hiểu tôi nói không? „anh em muốn được như tôi thì phải bắt chước cho giống. Tức là anh em cũng phải thuyết pháp, anh em cũng phải dịch kinh... và anh em phải làm được chuyện tôi làm. Anh em uống hết cái bát này , bát nước này nè, Trước mặt mọi người thì người ta thấy ông hốt nguyên một nắm kim ông bỏ vô ông khuấy thì ông hỏi các vị vậy chứ „ai ở đây có thể uống hết cái bát nước này“. Các vị nghe kịp không? Ai ở đây tưởng có thể uống hết bát nước này tưởng đi, thì các vị ai có uống không? Vì những cha nào muốn có phụ nữ thì họ là những tay không có công phu. hiểu không? Khi họ muốn phụ nữ thì họ không có công phu. Hiểu chữ công phu không? (10,26). Công phu tức là một cái quả chứng. Mà khi họ không có quả chứng thì bà cố nội họ cũng không dám uống tới cái này. Ngài hỏi lại một lần nữa ở đây anh em nào muốn có phụ nữ trong chùa như là tôi, uống bát nước này . Tất cả đều im lặng. (10,43).

Ông nói thôi thì bát này tôi lỡ khuấy tôi uống. Nếu ai nghi ngờ cái bát nước này là ... là cái trò trick thì cứ lên uống . Nếu mà anh em tin là thì tôi uống cho anh em thấy để cho anh em thấy rằng. Muốn có tai tiếng như tôi cũng được nhưng mà phải giống tôi. Có hiểu không? Phải có hi hiển và đóng góp cũng giống như tôi. Ngài nói xong rồi ngài cầm bát nước ngài húp cái rột và Ngài úp bát xuống cho người ta thấy rằng trong đó không còn nước nữa. Ok tôi không phải là Ngài Cư Ma La Thập mà tôi chỉ nói với bà con một chuyện bà con muốn bà con coi tôi là sinh nhưng mà khi nghe tôi nói cái gì bà con nghe kĩ coi tôi nói cái gì? Có hiểu không?. Và trước mặt bà con có smartphone bà con có thể check xem ông nói cái gì? Ở đâu ông nói cái này, có hiểu không? (11:35).

[15/05/2022 - 12:27 - trantrang011991]

11:40 - 14: 11: Mình đã học về 12 duyên khởi có đúng không? 12 duyên khởi được bắt đầu như thế này: 12 duyên khởi là cái dòng luân hồi được mô tả qua một công thức:

Do Vô minh trong bốn đế không hiểu được mọi thứ ở đời là khổ cho nên chúng sanh chia thành 2 nhóm.

Nhóm 1 là trốn khổ tìm vui bằng cách chuyện gì cũng làm ( ác đức, bất thiện cỡ nào cũng làm)

Nhóm 2 là trốn khổ tìm vui bằng cách làm lành lánh dữ để mong về các cõi vui( làm các hạnh lành để được sanh về các cõi vui)

Và các vị phải đồng ý với tôi rằng, trong một căn nhà đang cháy thì dầu các vị có chung xuống sàn hay leo lên nóc thì kết quả cũng giống nhau đó là chết, dứa thì chết ở dưới thấp, dứa chết trên cao

[15/05/2022 - 02:25 - trantrang011991]

14:12 - 20: 23: dứa chết như giò chéo quẩy, dứa thì chết giống như cục thịt quay vậy đó,nó chỉ khác nhau tí tí đó thôi. Cho nên do vô minh trong bốn đế không hiểu được mọi thứ ở đời là khổ nên chúng sanh chia làm 2 nhóm:

Nhóm một: trốn khổ tìm vui bằng cách làm các việc ác (câu cá, săn bắn, lừa đảo, lật lọng....)

Nhóm hai: trốn khổ tìm vui bằng cách làm lành lánh dữ, chết rồi được sanh về các cõi nhân thiên kể cả việc tu tập thiên định, bao gồm luôn cả cái việc bố thí, trì giới, phục vụ...

Và các vị biết rằng làm ác bị đọa chuyện đó không có gì để bàn nhưng mà cái chuyện làm thiện đó thì cái quả lành được sanh về các cõi lành thì sao ta, cuối cùng hết tuổi thọ nó có thể rút trở về bước thứ nhất . Cứ như vậy, tất cả chúng ta trong nhiều kiếp luân hồi chúng ta cũng y chang như vậy. Có kiếp sanh ra thì làm bậy làm bạ để mà kiếm sống, có kiếp sanh ra làm toàn việc lành để mà sanh thiên, cứ như vậy. Như vậy thì cái công thức được bắt đầu như thế này: Do vô minh trong bốn đế cho nên người ta mới tìm ra cái giải pháp giải quyết đau khổ bằng cách kẻ làm thiện kẻ làm ác như vậy do vô minh nó mới tạo ra các nghiệp thiện ác.

Bước thứ 2: Do các nghiệp thiện ác nên có các tâm đầu thai về các cõi. Do có tâm thiện nên có tâm đầu thai sanh về các cõi vui, cõi lành. Do có tâm xấu thì cho nên sanh về các cõi đọa .

Tiếp theo, do có cái tâm đầu thai nên mới sanh về các cõi và từ đó nó mới có cái chuyện là chúng ta sở hữu 6 căn.

Do vô minh trong bốn đế mới có nghiệp thiện ác, do có nghiệp thiện ác nên mới có tâm đầu thai các cõi, do có tâm đầu thai các cõi nên chúng ta mới có 6 căn. Từ cái chỗ có 6 căn, nảy ra cái nhu cầu đón nhận 6 trần, mà từ chuyện đón nhận 6 trần nó mới nảy ra cái chuyện là tứ thủ. Tứ thủ là gì? Tứ thủ đó là chấp chặt ở trong các cái khoái lạc là dục thủ, chấp chặt trong quan điểm nhận thức gọi

là kiến thủ, chấp chặt trong đường lối hành trì gọi là giới cầm thủ, chấp chặt trong ý niệm tôi là của tôi đó là ngã chấp thủ. Từ cái bốn thủ này nó lại dẫn đến 2 hữu đó là nghiệp thiện và nghiệp ác.

Do cái nghiệp thiện nghiệp ác đời trước kiếp này ta có thân người, có 6 căn, nếu mà có 6 căn mà ta dùng nó để tu tập thì giải thoát luân hồi không có chuyện gì để nói, còn đàng này do nghiệp thiện ác nên bây giờ ta tiếp tục có mặt ở đây và tiếp tục có 6 căn, có 6 căn rồi ta mới dùng 6 căn đó để mà đón nhận 6 trần bằng phiền não, phiền não là sao, gặp cái thích thì đắm đuối mê, gặp cái bất mãn thì nổi điên nổi dịch nổi khùng nổi giận. Như vậy thì do vô minh đời trước nên mới có nghiệp thiện ác, do có nghiệp thiện ác nên mới có thân này, do có thân này nên ta có 6 căn, do có 6 căn nên ta tiếp tục tạo các nghiệp thiện ác để có thêm đời sau kiếp khác. Vậy tu tứ niệm xứ là tu sao? là tu chỗ này, do các nghiệp thiện ác đời trước nên mình mới có 6 trần, mới có 6 căn, nhưng mà thay vì cái người không có tu hành thì khi mà có 6 căn, họ theo đuổi 6 trần và sống trong phiền não, còn cái người có tu thì sao, 6 căn khi mà biết 6 trần thì họ lấy cái cơ hội đó để mà sống thiện. Có một chuyện quý vị phải đồng ý với tôi, nói theo từ chuyên môn thì đời sống của chúng ta chỉ là cái chuỗi này hoạt động của 6 căn. Đó là nói theo từ chuyên môn, còn nói theo cách nói nôm na thì tất cả hành động thiện ác lớn bé của chúng ta đều là hoạt động của 6 căn, tôi hỏi quý vị ăn có phải là hoạt động của 6 căn không? lúc đó có xài mắt không?, mũi, lưỡi, thân, có ý không? May mà ăn không nó quất một núi rồi, bởi vậy khi đánh răng, súc miệng, rửa mặt, đi toilet cũng hoạt động 6 căn. Tui lay Phật, tui nghe Pháp, tui tụng Kinh có phải làm việc 6 căn không? Đó thấy chưa, như vậy là do nghiệp thiện ác nên tôi mới có các tâm đầu thai đi về các cõi nhưng có một điều con chó con heo nó cũng do nghiệp thiện ác mà nó đầu thai nhưng nó cũng có 6 căn như tôi đứng không nhưng mà vì cái tâm đầu thai của nó được tạo ra bởi nghiệp xấu cho nên 6 căn của nó không có giống 6 căn của tôi. Con chó con heo nó có thể nghe được tiếng động nhưng nó không thể nghe Pháp được đúng không? hiểu chưa?

[12/07/2022 - 12:09 - 77july2015]

20:31 Trong khi mình cũng có 6 căn mà 6 căn của mình được tạo ra bởi nghiệp lành. Cho nên, từ chuyện có 6 căn tạo ra từ nghiệp lành, 6 căn đó có khả năng làm được nhiều việc hơn 6 căn của mấy loài đọa. Có 1 điều, mang thân người thì 6 căn của mình tốt hơn đám dưới, nhưng có 1 điều, anh dùng cái tốt đó anh làm chuyện gì thì lại là chuyện khác. Có người dùng 6 căn đó để đi đánh bài. Các vị nghĩ đánh bài có dùng cái này không? Đánh cờ tướng, lừa đảo, lật lọng mấy cái đó phải xài cái này. Nhưng thay vì sự thông minh của họ có thể dùng cho chuyện khác. Sự thông minh đó giống như con dao vậy, thay vì mình lấy con dao để làm việc, họ dùng con dao để gây ác. Con dao người lành được gọi là dụng cụ, còn con dao của người xấu gọi là hung khí, tang vật. Cũng 6 căn đó thôi, mà của những bà nội trợ thì gọi là dụng cụ, đồ bếp; nhưng của mấy tên sát nhân thì gọi là hung khí, để khi cảnh sát họ lục được thì gọi là tang vật, tang chứng. Trước khi nó thành tang vật, tang chứng thì nó đã tạo ra những tang lễ. Ai mà nghe băng giảng, một họ nói tui là thần hai là alzheimer.

Nhắc lại, do vô minh trong 4 đế, không biết rằng mọi thứ ở đời đều là khổ nên người ta mới invest thiện và ác. Đứa ngu thì invest cái ác, đứa khôn invest cái thiện. Nhưng cả thiện lẫn ác đều là con đường dẫn vào luân hồi, dẫn vào ngôi nhà đang cháy. Hễ có nghiệp thiện ác thì có tâm đầu thai các cõi, hễ có tâm đầu thai các cõi thì đương nhiên có 6 căn. Và với 6 căn ấy, kẻ có tu hành thì dùng 6 căn làm phương tiện để chấm dứt sanh tử, không còn 6 căn đó nữa. Kẻ không có tu hành thì họ lấy 6 căn đó làm phương tiện tiếp tục tạo ra 6 căn khác. Như vậy ta tu tứ niệm xứ là sao? Là tu ngay chóc chỗ đó. Lấy 6 căn hiện tại làm phương tiện để giải thoát. Còn không học đạo thì mình tiếp tục, cũng mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm, ý suy tư nhưng dùng 6 căn đó làm phương tiện sanh tử, thích cái này ghét cái kia thương cái này bất mãn cái nọ suốt cuộc đời từ lúc trong bụng mẹ (quý vị ở đây đơ quá nên tui nói cái nào dễ hiểu); từ bụng mẹ lọt ra là bắt đầu trốn khổ tìm vui. Có hiểu 4 chữ đó không?

Em bé khi nào nó thấy mát mát êm êm là nó cười. Khi nào nó nghe ngứa, nghe nức, nghe đau là nó khóc. Đó chính là trốn khổ tìm vui. Khi nó lớn lên, biết nói bập bẹ, biết đi chập chững thì khả năng càng lúc càng rõ. Cuối cùng dậy thì rồi, trưởng thành rồi, trung niên rồi, già cỗi. Nguyên hành trình đó, dù là thủ tướng hay ăn mại, du đảng nguyên hành trình sống của họ cũng là trốn khổ tìm vui hiểu không? Có người giải quyết cái khổ bằng cách học hành cho thiệt nhiều để có tiền. Có người

giải quyết cái khổ bằng cách buôn bán, có người giải quyết cái khổ bằng cách trở thành tội phạm. Vì có cái thân thì phải hoạt động để mà tồn tại.

Khi Phật ra đời mới dạy cho mình biết, thế giới này là gì? Chỉ là chỗ gặp gỡ của 6 căn và 6 trần thôi. Không có cái gì trong tất cả vũ trụ nằm ngoài 6 căn 6 trần. Ví dụ, mặt trời có nằm trong 6 căn không? Mặt trời có phải đối tượng 6 trần không? Trong trường hợp nào, khi ta nhìn nó thì nó là visible object 25:25

[12/07/2022 - 07:21 - 77july2015]

25:28 khi ta nghĩ về nó thì nó là pháp trần, mental object. Mặt trời nó xa như vậy vẫn là object, nghĩa là nó là 6 trần, đã là 2 trần trong 6 trần đúng không? Còn những thứ mình sờ chạm được đều là trần hết. Ví dụ gói trà này là mấy trần trong 6 trần. Thường hỏi, cứ la nó là sắc trần không à. Thực ra nó đủ 6 trần đúng không? Khi nào tui nhìn nó thì nó là sắc, [lắc lắc nghe tiếng] thì nó là thanh, tui dùng mũi đó là khí, tui le lưỡi tui uống nó là vị, tui nhắm mắt tui sờ thì nó là xúc, tui nghĩ về nó là pháp. Như vậy chỉ bịch trà này không đã là 6 trần rồi.

Tùy loại chúng sanh trong đời này, hôm qua tui nói trình độ tạo ra thái độ. Tùy trình độ và phước duyên mỗi người, trước 1 cảnh trần ta có bao nhiêu cách để đón nhận nó. Thí dụ, đối với 1 người mù thì nó là mấy trần trong 6 trần? Phải trừ cái trần đầu tiên. Đối với thằng cha điếc thì phải trừ cái trần thứ 2 đúng không? Đối với bà đang cảm nặng, nghẹt mũi thì phải trừ cái trần thứ 3 đúng không? Do nghiệp thiện ác về trước mà bây giờ ta có 6 căn nhưng tùy thuộc hoàn cảnh và vô số điều kiện mà vạn vật trong đời này nó là trần nào trong 6 trần và thái độ của ta đối với 6 trần đó ra sao.

Một người được giáo dục đảng hoàng, khi họ nghe người khác chửi thì phản ứng của họ khác với người thiếu giáo dục đúng không ta? Có người cả đời không biết chửi thề, có người kể chuyện vui họ cũng pha tiếng đan mạch (...) Quý vị có thấy người ta chào nhau thấy bình thường, còn có người không chào họ xài có ngón giữa không à. Tui không nói đùa đâu, tui đang nói nghiêm túc. Có nghĩa là cũng có tay chân nhưng có người họ làm vậy nè,... Khô cái là tui giảng cho bà con, chuyện gì tui cũng móc ra tui nói hết tron.

Cho nên tay chân ai cũng có giống nhau mà cách anh xài nó khác nhau. Ai cũng có khả năng nói chuyện nhưng mỗi người có kiểu nói khác nhau với mục đích và ý nghĩa khác nhau. Người việt thì ai cũng biết nói tiếng việt, nhưng có kẻ thì dùng tiếng việt để buôn bán, có người dùng tiếng việt để giao tiếp, có kẻ dùng tiếng việt để truyền tải kiến thức, có người dùng tiếng việt để truyền tải tình cảm là những người ca hát.

Sáu trần ai cũng có, đối tượng 6 trần chính là 6 căn, ai cũng có nhưng tùy trình độ mà ai cũng có thái độ khác nhau trước 6 trần. Thái độ đó có mũi tên phản ứng, tiếng mỹ gọi là reaction, nghiệp chính là reaction, còn có 1 tên gọi nữa là cause tức là nhân, mà hễ có nhân là có effect nghĩa là quả. Nhân quả không phải vấn đề của riêng phật giáo mà đó là quy luật của vũ trụ.

Mấy vị nghe tui gõ nè. Cái gõ là nhân mà âm thanh là quả. Âm thanh đó là nhân, tui nghe được là quả. Như vậy bất cứ việc gì ở đời này là do nhân quả mà có. Bản thân nó vừa là nhân, tạo ra cái khác, nó vừa là quả vì có 1 cái khác tạo nó, hiểu không ta? Như vậy thế giới này là duyên khởi trùng trùng 29:46

[13/07/2022 - 07:52 - 77july2015]

33:39 Cũng cái người đó ngày xưa mình mất ngủ vì mình không quen được họ; 40 năm sau mình mất ngủ vì nó không chịu kí giấy li dị. Cũng 1 cái trần đó thôi. Ai từng đi mua đồ, trả đồ rồi? Lúc mình mua mình nôn mình vui lắm, lúc mua về thấy không vừa ý là đi kiếm cái receipt muốn chết luôn. Bên đây trả đồ có cần receipt không? Có lúc tui mua 1 món đồ 100 mấy chục đồng, đối với thầy chùa là loại lớn, tui về mới biết xài không được, lúc mang về hí hửng mình đâu có mang tới cái receipt, trầm vò trầm giục, tới lúc tới trước khi đi ngủ trầm nhớ món đồ hồi chiều mua thì mới moi ra và biết không xài được, không vừa với mình, đem đi trả mà giờ cái giấy nằm ở đâu? Một thân một mình gà trống nuôi con, lục tung cái nhà lên để kiếm cho được cái receipt, mà nó ngộ lắm. Tuần trước thấy nó mắc không dám mua, lúc quyết định mua nó hồi hộp lắm vì đi trễ thì sợ đóng cửa. Tới hồi muốn trả, lại hồi hộp nữa, không biết cái receipt nằm ở đâu.

Cho nên cũng 6 trần đó thôi mà tùy lúc, tùy bối cảnh mà ta có thái độ ra sao. Và tu tứ niệm xứ là gì? Là kiểm soát được cái nhận thức và cảm xúc của mình trước 6 trần. Sáu căn đó là quả của thiện ác đời trước, người không biết tu thì lấy 6 căn này tiếp tục tạo ra 6 căn mới. Còn hành giả tứ niệm xứ lấy 6 căn này là phương tiện để dựng cầu qua sông.

Cũng khúc gỗ đó có người xẻ làm 3 đóng bàn đóng tủ ở lại hoang đảo. Cũng khúc gỗ đó có người xẻ ra đóng bè trở về đất liền. Nói tới đó mà không hiểu, uống thuốc truyền kiếp, tự sát tập thể. Có kẻ chấp nhận ở lại hoang đảo, chẻ nó ra làm bàn làm ghế suốt đời làm chúa đảo. Và chúng ta đã không biết bao nhiêu kiếp làm chúa đảo như vậy. Bao nhiêu kiếp sống cô đơn lạnh lẽo ngoài trùng khơi. Chúng ta hài lòng với cái hoang đảo trước mặt, bỏ hết mọi thứ.

Tu tứ niệm xứ là vậy. Cùng lúc đêm nay tui ôn cho bà con về 4 đế, 12 duyên khởi và tứ niệm xứ nghe kịp không? Nói chậm như vậy đó. Do vô minh trong 4 đế, không biết được 4 sự thật này. Một, mọi sự đều là khổ. Hai, những gì ta thích đều nằm trong khổ. Ba, muốn hết khổ đừng có thích trong khổ. Bốn, sống bằng ba nhận thức trên chính là con đường thoát khổ.

Do không hiểu được 4 sự thật này nên người ta làm các nghiệp thiện ác. Làm ác là do ngu. Làm thiện thì do... ngu gấp bội. Nhà đang cháy lẽ ra phải vọt ra ngoài, đằng này đưa chui xuống sàn, đưa leo lên nóc. Phật nói không được nha. Nhà đang cháy bằng mọi giá phải vọt ra ngoài chỉ trừ trường hợp đặc biệt, mình nấn ná để lấy cái gì đó. Như anh chàng trong chuyện cổ tích VN, nhà cháy ảnh cứ loay hoay gỡ cánh cửa, ảnh không lấy món đồ khác, hàng xóm tưởng ảnh giấu vàng trong đó. Ai ngờ khiêng cánh cửa ra ngoài mới biết trong đó ghi chi chít những ngày tân gia, đám giỗ, sinh nhật để đi ăn chực. Chỉ trừ trường hợp đặc biệt đó, người ta nấn ná để gỡ cánh cửa đi thôi. Còn tất cả tình huống, nhà cháy, nếu thông minh anh phải vọt ra ngoài.

Phật dạy tam giới như hỏa trạch, tam giới như 1 ngôi nhà đang cháy. Cháy bởi cái gì, cháy bởi sanh già đau chết, cháy bởi tham sân si ái mạn kiến nghi. Chúng ta luôn luôn ở trong tình trạng đi về phía trước, dù muốn hay không từng người ở đây đang từng bước đi về cái quan tài. Các vị có hiểu chuyện đó không? Và có 1 chuyện, tôi lấy làm lạ là cái đó thật sự tui thuyết pháp cho bà con nghe chính bản thân tôi nhiều lúc cũng nghi ngờ chuyện đó là tốt hay xấu.

Lâu lâu, cách đây vài năm, có lúc ban ngày, có lúc ban đêm, lúc thưa lúc khít, lúc ngày lúc đêm tự nhiên nghĩ tới cái chết mà tui điếng người. Nhưng mà nói theo kinh Phật thì cái đó rất tốt, nếu khéo rất tốt. Vì nó kèm tui rất nhiều. Nó kèm mình nhiều chuyện hay lắm. Muốn tha muốn giận cái gì nhớ tới nó 1 cái là nó lặn liền, không invest những cái không cần thiết. Ví dụ, thiền viện lẽ ra tui đã lên máu 30 lần rồi, từ lúc kêu gọi tới lúc có tiền, mà không biết làm sao chuyện vô, nó lo lắm.

Tui nhớ câu chuyện của hòa thượng nhất hạnh lúc mà hòa thượng làm chương trình vượt người vượt biển. Có thuê 2 con tàu ở Malaysia Universe, hòa thượng nói có 1 đêm đó ở ngoài báo vào cho biết đã vớt được mấy chiếc tàu VN rồi, mà vào bờ không được vì sóng to gió lớn quá. Hòa thượng nói lúc ở trong bờ, tìm nó muốn nhảy ra ngoài luôn, bởi vì, các vị hiểu sao không? Hai cái chiếc đó do mình mượn, mình đi vớt đồng bào của mình mà bây giờ, sóng to gió lớn không biết vào bờ được hay không. Lỡ có bề gì, khẩu nghiệp không biết nói sao. Lúc đó hòa thượng mới chực nhớ 1 chuyện. Lúc đó trước 75, hòa thượng từng ở trên bảo lộc có 1 phương bồi am (...) trước thập niên 60, có 1 cái am thuyền duyệt thất của ôn thanh từ lúc cũng ở trên đó, ôn thanh văn, ôn từ mặc. Có cái chụp đèn, hòa thượng viết trên đó 4 chữ dục an tất an, muốn yên thì nó yên. Chuyện đó thành quá khứ rồi; mà chiều hôm nay trong buổi chiều trên đất mã lai hòa thượng chợt nhớ lại chụp đèn năm xưa ở phương mỗi am, dục an tất an. Rất là quan trọng, đó là do thái độ của mình thôi.

Ở đây hành giả tu tập tứ niệm xứ là sao? Cũng trước 6 trần cảnh đó, lòng mình bồn chồn thì khác, muốn yên là nó yên. Trường hợp của tui cũng vậy. Nếu nói theo người đời bình thường, mình sống ám ảnh bởi cái chết là chuyện không nên, đời sống sẽ u ám. Nhưng theo trong kinh Phật, chính cái suy tưởng và trí nhớ về nỗi chết, nó kèm mình rất nhiều chuyện. Tin tui đi.

Nó bậy 1 chỗ, văn hóa VN và văn hóa tàu, họ vốn dĩ kỳ cái gì nó phảng phất cái xui. Hôm nay bên tàu họ rất kỳ số 4 vì chữ tứ đọc như chữ tử. Tết họ thích treo hình con cá, chữ ngư-dư, lộc là con nai đọc giống chữ lộc phước, phúc đọc giống bức con dơi. Hôm nay trong văn hóa tàu, ở mấy cái thiệp có hình con dơi. Thật ra con dơi là con vật thấy ghê lắm, nhưng tại sao họ thích, họ đọc chữ bức con dơi, thì giống đọc chữ phúc phước. Lộc nai cùng âm với lộc phước lộc. Chính vì họ quá tin vào cái

tào lao đó thì nó ám vào cái đầu người VN mình, ngại nghe cái gì negative. Đi nghe pháp mà nghe tới tóc lông móng răng da thịt cơ xương cái là mình kêu thấy ghê. Nói pháp là phải nghe thom ngát mùi trầm, mùi sen. Cõi phật thì phải hào quang, thơm ngát, mát lòng. Gì đâu vô tu hành mà nghe phân nước tiểu gì không gớm quá. Thật ra, anh không thấy được sự thật thì anh tiếp tục ở tù. 43:23 [14/07/2022 - 08:08 - 77july2015]

43:23 Tui nhớ có 1 câu chuyện rất là thông minh, tui e là tui kể câu chuyện cho 1 đám người... Có anh đó ảnh ở tù, ở bên nhật, do đường xá xa xôi cho nên bạn bè có người muốn thăm mà không đi thăm được, có người cũng làm biếng thăm. Đại khái, chẳng có ma nào đi thăm ảnh hết. Khi ra tù thì nguyên đám bạn tới thăm an ủi - tao mà biết mày..., tao quen với ông kia, là tao lo mày ra rồi. - tao muốn đi thăm mày mà lỡ vợ có chửa - ... Ảnh nghe cho đã xong xuôi mới nói: - cảm ơn mấy anh có lòng nghĩ tới tui; thiệt ra ngày trong tù tui thanh thân lắm, vì đối với tui tù hay không tù cũng giống nhau. Mấy người bạn trừng mắt dòm ảnh. - nói sao kì vậy. - đối với tui tù hay không tù chỉ khác nhau ở chỗ, khóa trong hay khóa ngoài và đưa nào giữ chìa khóa. Mấy anh biết mà, trước khi tui vô tù, tui thường hay ở trong phòng, tui nhốt mình ở trông đúng không? Khi tui ở nhà tui cũng ở trong căn phòng và tui khóa cửa lại, có điều tui khóa bên trong và tui là người giữ chìa khóa, đâu ai nói tui là tù đâu. Thế mà có người đem tui qua chỗ khác, bỏ tui vô 1 căn phòng khóa lại, khóa ngoài và nó giữ chìa khóa, thế là tui bị gọi là tù.

Đời sống nó là 1 thái độ thôi. Cái chết cũng vậy, cái chết trong cách nghĩ của mỗi người là cái gì đó tang tóc, u ám, đáng sợ, là điểm kết thúc, là điểm dừng, là dấu chấm của cuộc đời. Nhưng trong cái nhìn triết của phật pháp, trong cái nhìn của 1 hành giả thì phật đã dạy 26 thế kỉ trước. Nếu mà nói rõ ráo thì tất cả chúng ta đang chết trong từng phút, các vị có biết không? Thân và tâm chúng ta luôn luôn thay đổi sanh diệt. Từng tế bào, từng phân tử trong người chúng ta luôn luôn thay đổi, luôn luôn sanh diệt. Chúng ta đang sống bằng cái mới, còn cái cũ bị thay bằng cái mới. Chính vì không biết hoặc biết mà không nhớ, cho nên chúng ta cứ nghĩ rằng chúng ta là 1 cái line đường thẳng vô tận. Lẽ ra chúng ta cần hiểu mình chỉ là những cái dots chấm chấm, những đời sau là những dấu chấm chấm.

Chết đâu phải là kết thúc mà còn là điểm bắt đầu. Trong kinh dạy rất rõ những điều mà 1 người cận tử, hấp hối nên nhớ. Một, cái chết ta đang sợ hãi đây thực ra nó đã diễn ra liên tục trong mấy chục năm qua. Hai, cục nợ này bây giờ nó cũ xì, xấu quác mà nó đau nhức, nặng nề, bỏ nó đi lấy cái mới xài tốt hơn. Ba, đã có sanh ra thì phải có mất đi, chuyện đó đâu phải của 1 mình mình đâu mà mọi người trong vũ trụ đều như vậy hết, mà tại sao ta sợ chết, bởi vì ta đã yêu mê cái sống, vì ta hiểu lầm nó nên yêu nó. Bữa nay, tui hi vọng được 3 người hiểu là tui lấy vốn rồi. Tại sao ta sợ chết là vì ta yêu yêu sự sống, tại sao, vì ta hiểu lầm, ta tưởng nó hay ho lắm. Lẽ ra ta phải hiểu rằng có mặt ở đời là khổ. Tại sao ta không thấy được cái đó? Vì ta không có trí, hai là có trí mà thiếu niệm, do thiếu niệm nên ta không thường trực nhớ điều đó.

Bây giờ mới biết trong kinh thường xuyên dạy cuộc đời này không màu hồng để chi ta. Ngay lúc sống, không thấy nó màu hồng để sau này không thấy cái chết là màu đen.

47:35 Tu tứ niệm xứ, tu thiên quán là để thấy cuộc đời này... lúc đầu - cái này quan trọng, dùng để xăm lên người nè, lúc đầu mới tu căn cơ thấp kém, trí tuệ hạn chế, ta còn xem kinh, nghe kinh bằng trình độ sơ cơ ta thấy đời màu đen. Nhưng mà liên tục tu tập, ta sẽ không thấy nó đen nữa. Lúc chưa tu thấy màu hồng, tu rồi thấy nó đen thui, tu thêm bước nữa thấy nó không màu. Bởi vì nó chỉ còn mù sương, mà mù sương làm gì có màu. Mặc dù nó nhiều quá mình gọi nó là màu trắng, nhưng từng cái li ti coi có màu không? Nước vốn không màu.

Ngày chưa biết đạo ta thấy đời màu hồng, biết sơ cơ ta thấy đời màu đen. Bước thêm xúu nữa ta thấy đời mù sương, tức là cái màu nó không quan trọng nữa. Tôi đang nói chúng ta hiểu lầm, ngày chưa biết đạo chúng ta nghĩ đời là màu hồng nên ta yêu đắm, say mê nó. Đến lúc ta biết phật pháp 3 mớ rồi thì ta hiểu lầm tưởng là Phật bôi tro trét trấu nói xấu cuộc đời. Học kĩ lại, tu kĩ lại chút, Phật không có nói đời này là đen hay trắng, đen hay hồng. Phật không nói đời này buồn hay vui, Phật chỉ nói đời này là mù sương. Đời này là 1 nắm tuyết; nếu nó là mù sương hay nắm tuyết thì nó màu gì có quan trọng nữa không? Khi nó đã là sương khói thì nó màu gì không quan trọng nữa. Xưa nay

mình tưởng nó là khói, kim cương, cục đá lúc đó màu mới quan trọng. Giờ nó chỉ là hình sương và bóng khói thì màu gì không còn quan trọng nữa.

Sẽ có 1 ngày các bạn hiểu rằng buồn hay vui, nó chỉ là sự thế chỗ cho nhau, hạnh phúc chỉ đơn giản là sự vắng mặt của đau khổ và đau khổ chỉ đơn giản là sự vắng mặt của hạnh phúc. Đêm nay, bắt đầu tui nói toàn chuyện nhưc đầu không đó. Chỉ mong mỗi 1 điều rất nhỏ, bà con có huệ căn nghe có thể hiểu được, giá mà mấy năm trước tui được nghe được những lời này thì đời tui đã khác. Tui nghe hơi trễ, ngày xưa tui học đạo khô lắm, bắt tui học thuộc lòng không, không ai ngồi mà rì rả thăm thì thủ thủ thỏ thỏ như hôm nay tui làm với quý vị đâu. Mà hôm nay quý vị đơ cái mặt ra các mặt nghĩ tui quăng tiền ra mua cái vé..50:24 ông nào cũng giảng y chang như vậy. Mở con mắt ra coi một có ai vậy không? Có ai chịu cục với quý vị như vậy hay không. Cái mic không chịu thay, mà người ta vẫn kiên nhẫn ngồi người ta nói. Có bữa ly nước không có nắp đậy người ta cũng ráng người ta uống,... Ở xa người ta nghe nhục cho biết. Đêm nay tui nói xấu sydney 50:56

Cho nên tui ôn tới ôn lui cho bà con biết được tại sao mình phải học 12 duyên khởi? Là để mình thấy rằng cái gọi là tôi, của tôi được cấu tạo như vậy đó. Được cấu tạo bởi nhân duyên, điều kiện, ngoài nhân duyên, điều kiện ra thì không còn gì hết. We are nothing but relationships. Chúng ta không là gì hết, chúng ta chỉ là những mối quan hệ thôi. Được gọi là chồng vì có những đứa chịu làm vợ; được gọi là vợ vì có đứa chịu làm chồng; mai này hai đứa không chịu làm vai trò đó nữa thì thế là người dung. Ngày xưa, trước khi tui nó là vợ là chồng thì tui nó là người dung. Gió đâu gió mát sau lưng Dạ sao dạ nhớ người dung thế này. Sau hai câu lục bát đó, tui nó cưới nhau về với nhau, vài bữa chán nhau rồi, tui nó trả nhẫn xé hôn thú làm người dung như cũ. Có nghĩa rằng đời này nếu chưa bị quan hệ xã hội, quy ước, mặc định,..

Được gọi là mẹ bởi vì có 1 đứa chui ra từ cái hình hài này, từ đó thánh phong là mẹ. Tại sao có chữ gia đình. Tiếng mỹ chữ gia đình là family, gồm father & mother, i love you. Cộng lại có phải như vậy không? F A M I L Y. Tại sao có chữ news? North East West South, tin tức nó chỉ là chuyện của 4 phương thôi. Trong tiếng tàu tại sao gọi là cổ; cổ là chữ thập nằm trên chữ khẩu; chuyện gì được truyền tới truyền lui quá 10 đời được gọi là chuyện xưa. Thế giới này nó chỉ là lắp ráp thôi chứ không có gì lạ hết. Cho nên, chỉ vì các nhân tố, các điều kiện mà có cái này cái kia, chúng ta không hiểu, không nhớ các nguyên tắc đó, nên tưởng mình là cái gì đó hay ho ghê gớm. Hôm qua tui nói rồi, các vị có là thủ tướng, là hoa hậu mà quên thờ 15 phút thì ai cũng không dám đụng tới quý vị, người thân ở nhà ôm chút đỉnh hỏi nó cũng thấy ón rồi đấy ra.

Tui nhớ tui có dự đám tang với 1 vị thượng tọa (...) 53:29 tới lúc trước khi chết cũng còn cười 1 cái, ông giỡn suốt. Thì đi đám tang chung với vị đó, có cô con gái lúc đấy quan tài má cô vô cái lò. Ở VN có cái lò thủ công, bên đây bấm nút chứ ở bên chất củi bom dầu đấy nắp chặm lửa, VN làm thủ công y như nó quay heo vậy đó. Có nhiều khi nó bỏ củi vô không đủ, cháy không hết, nó phải đưa củi vô 2 3 lần. Mà đặc biệt, tại sao tui rành, vì hồi tui đi học tiếng phạn là nó ngay cái lò thiêu, cho nên, cứ quờn quờn ghé coi. Con người mình ngộ lắm, cái cục này là cháy chặm nhất. Cháy hết rồi còn cái cục này chắc dầu mỡ nó nhiều mà solid 1 cục như cao su cháy hoài không hết. Chuyện thứ 2, thiêu lò điện thì không thấy, thiêu lò củi mới thấy, khi nó cháy được 1 hồi thì cái nắp hòm nó cong nó bung ra, cái xác có cái gân nó rút lại, nguyên cái cục hủ chao này nó cháy chặm nhất. Mà hồi sáng duyên dáng, má phấn, môi son, cái một hồi vô đó em nào cũng như em này, thúy kiều hay thị nở y chang. Ở xa tưởng thúy kiều lại gần mới biết người yêu chí phèo. Vô trong đó nó y chang, không có khác nhau cái gì hết, mà nó đẹp bằng trời thì lửa nó liếm qua 5 phút là đứa nào đứa này như bao công vậy đó, chỉ thiếu 1 vàng trắng. Nó bạc lắm. Mà nó cháy tùy thuộc củi và than có nhiều hay không, nếu nhiều thì nó cháy mau. Ở trên là cái giàn, ở dưới là cái vỉ, cháy xong xuôi hết thì xương nó rớt xuống, gia đình ra kêu kêu chỉ biết khóc rì rì vậy đó. Cô con gái cô khóc, cô nhào lên, xiu lên xiu xuống. Lúc người ta đẩy quan tài thì cô chạy theo cô muốn đi theo luôn đó. Gia đình mới cản, ông thượng tọa tính bơ - muốn đi thì cho nó đi luôn đi. Vừa nghe như vậy là cô nhào ra ngoài cái ào, thì ra này là bà khóc bà diễn, nhào theo là bà diễn. Mà ông nói cũng không có cười - cô muốn đi thì cho nó đi luôn đi; vừa nghe cái là cô ào ra, cô gài số de, té cái rằm hồng thấy mặt trời. 56:31

[15/07/2022 - 11:43 - 77july2015]



56:31 Nó bạc vậy đó, khi mà nó tắt thở rồi, gia đình ai cũng lạnh xương sống. Còn chuyện này nữa bên mĩ. Có 1 vị thượng tọa đi đám tang, sáng tụng 1 châu, chiều tối tụng 1 châu, cái đêm đó vị đó tụng xong là chào tang gia - quý vị ở lại khỏe hoặc lái xe cẩn thận nha bây giờ chúng tôi về trước. Vị đó chào xong, ra parking lái xe về chùa thì gia đình đi theo, vị đó nói - mọi người cứ vô đi, tối rồi để tui tự đi được rồi, tối rồi. - dạ dạ để tui con tiền thượng tọa ra ngoài xe. Đi ra parking đó xa lắm, mà trời gió lạnh dữ, vị thượng tọa đó đi ra xe chung với mấy sư, gia đình xin đi theo - mấy vị cứ đi vô đi. Lúc đó họ mới cử 1 cô già nhất - dạ thiệt chứ thua không có quý thầy tui con không dám vô. Hồi nãy không phải nó tiền mà nó đeo. Vị thượng tọa đó không tin. - dạ bỏ quên cái giỏ xách mà không dám vô lấy. Mà hồi nãy nó khóc, nó nhào tới nhào lui má ơi ba ơi. Giờ nó bỏ quên cái túi gucci chanel gì đó mà không dám trở vô. Ông thượng tọa phải dất nguyên cái đoàn quân nguyên trở vô để mà lấy cái giỏ. Tui nói không phải để cho các vị cười, nghiêm lại, chỉ để cho các vị thấy đời nó bạc bẽo, mĩa mai, phủ phàng. Thờ nào đầu gối tay ấp, kê vai tựa má, tắt thở rồi nó lạnh như..

Rồi một bà cụ bây giờ ở houston nay 90 rồi - cả đời con chỉ có 1 tâm sự duy nhất, sợ ma. Điều con sợ không phải là cái chết, mà con sợ con chết rồi nó để con 1 mình. - Cô ơi, lúc đó, người ta sợ cô không kịp chứ ở đó mà... 80 mấy tuổi mà bà nói hồn duyên dễ sợ. - Cái chết con không sợ bởi vì có sanh là có tử, con biết hết, Phật dạy rồi có sanh là phải có diệt, chuyện đó bình thường lắm. Chỉ có ngại cái là trong kinh không nói chuyện năm 1 mình nó hơi đen. Bây giờ bà ở bên mĩ, bà đang lo là bà chết năm 1 mình. Tui quay trở lại, mọi thứ ở đời do duyên..59:06

Một nụ cười mình nghĩ miệng, răng, môi của mình, mình muốn cười là cười. Sai bét. Mọi sự ok mình mới cười được. Nhiều người còn kêu tui nói 1 nụ cười cũng phải nhờ người gieo duyên. Tui nói cổ check phone coi. Đọc có 1 cái email rồi nhắn tin gì đó, chẳng những nó không cười mà nó còn khóc nữa. Nhức đầu, nhức răng, sổ mũi, chóng mặt, tiêu chảy của mình, những chuyện đó xảy ra trong tự thân. Rồi nợ nần, thù oán, pháp luật, tiếng xấu, tin đồn, tất cả những cái đó không có cái nào làm cho mình cười nổi. Chỉ trừ trường hợp đặc biệt thôi.

Như bà đó, chồng bà làm thầy thuốc bác, bữa đó ông chồng đi vắng: - ở nhà ai tới hốt thuốc, xem mạch thì tới chờ tui về, nếu chờ không được thì kêu nó ghi địa chỉ, số phone, email, viber gì cho tui. Ông đi lát, mấy tiếng sau ông về hỏi có ai kiếm không, - ôi, khách quen không, cứ lật sổ ra đưa thuốc thôi. Có 1 bà đó bà lạ hơn, tui cũng coi mạch hỏi bệnh bà mới cho thuốc. - bà biết cái gì mà cho. - tui là vợ ông mà, dễ ợt, bà bị ho - bà cho bà uống thuốc gì? - cho uống thuốc xổ để bà không dám ho nữa. Thì đó là trường hợp đặc biệt thôi. Hiểu tại sao không dám ho không? Ho là bị loss control...1:00:51

[16/07/2022 - 04:53 - 77july2015]

1:00:58 Mọi sự ở đời đều do nhân duyên hết. Khi mình hiểu mọi sự là do nhân duyên thì nó có 3 cái lợi. Thứ nhất, mình sẽ sống trách nhiệm hơn, mình hiểu rằng mọi chuyện nhỏ nhất trong đời sống mình đều là cái có bắt đầu cho vô vàn những chuyện khác. Thứ hai, khi mình hiểu mọi sự là do duyên tạo thì mình sẽ có 1 sự cởi mở; thay vì hồi đó mình thương mình ghét cái này cái kia, bây giờ biết tất cả là đồ lắp ráp không à. Lợi thứ nhất, sống có trách nhiệm hơn. Lợi thứ hai, buông bỏ. Lợi thứ ba, đó là sống an lạc, hề buông được là tự nhiên an lạc. Bởi nhiều khi.. chúng ta hiểu 1 chuyện - ồ thì ra từ đó đến giờ mình khổ là tại vì thích cái này, ghét cái kia. Tin tui đi, khổ là do thích và ghét thôi. Tại vì mình không có chánh niệm, không có trí tuệ nên mình không có nghĩ ra cái chuyện rất đơn giản đó.

Tui nhắc lại, xưa nay ta khổ là vì ta thích cái này, ghét cái kia, thích không được là khổ, ghét mà tránh không được cũng là khổ. Cái ghét ở đây không chỉ là con người mà còn là những sự việc, sự vật như nóng quá là cái mình ghét đúng không, ngứa mà gãi không được, người đó không ưa mà gặp hoài, âm thanh đó ồn quá, mùi đó khó ngửi quá, chỗ ngồi đó cần không êm, nằm ngủ mà nực ngứa,... những cái khó chịu đó đều gọi chung là những cái khổ. Xưa giờ tại sao mình thấy cái đó là ngọt là đáng; vì mình không hiểu được lí nhân duyên. Nếu mình hiểu được lí nhân duyên, sở dĩ ta thích ghét cái đó là do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lí và môi trường sống, tui nói mọi người còn nhớ cái đó không? Nó không có gì ghê gớm hết.

Thằng nhật nó ăn món đó tại vì nó là người nhật ăn cái đó ngon, người tàu họ ăn tàu hủ thú thấy ngon vì họ là người tàu. Chính cái nghiệp quá khứ đẩy họ làm người tàu, Chính cái nghiệp quá khứ đẩy họ làm người campuchia thích ăn mắm bò hóc. Chính cái nghiệp đó đẩy làm cho họ làm cái con gì đó chỉ ăn cỏ, chính cái tiền nghiệp đẩy họ làm cái con ăn thịt sống, uống máu tươi. Chính cái nghiệp quá khứ đẩy mình vào môi trường sống đó, cộng với khuynh hướng tâm lí, cộng với môi trường hiện tại, khiến chúng ta thích cái này, ghét cái kia, từ thích ghét mới ra cái đau khổ và hạnh phúc.

Tui biết các vị lâu lâu nghe 1 lần khó lắm nhưng nếu các vị có huệ căn, sau buổi giảng này, thường xuyên sống trong tâm niệm như vậy. Cứ nhớ thế này, tất cả khổ của ta đều đi ra từ thích và ghét; mà thích và ghét chỉ là những giá trị mặc định, ước lệ, không phải là những hằng số bất biến, nó rất tương đối. Tức là cũng món đồ đó, con người đó, vào thời điểm khác, bối cảnh khác, mình không thích nữa. Nhưng cũng món đồ đó vào bối cảnh khác, môi trường khác mình sẽ rất thích nó. Nghĩa là những cái thích và ghét rất là tương đối.

Năm nay tui 50 tuổi, tui chỉ nhìn lại 1 số chuyện, 1 số người, 1 số vật, 1 số nơi chốn, tui thấy buồn cười cho tui tại sao ngày trước tui lại ghét cái đó như vậy, tại sao hồi đó tui lại thích cái đó như vậy. Đi theo năm tháng, tuổi đời thay đổi, tình trạng sức khỏe thay đổi, kinh nghiệm sống, khả năng nhận thức của mình thay đổi; cho nên cảm nhận của mình đối với thế giới cũng thay đổi - tất cả chỉ là mù sương.

Chẳng qua chúng ta sống thất niệm, chúng ta sống không có chánh niệm, không dùng trí tuệ để suy tư cho nên chúng ta thường xuyên sống theo lối mòn. Tui biết tui nói cái này rất là nặng, hôm tui nói rồi, chỉ có trâu quen ngõ, chó quen người, ngựa quen đường cũ, chỉ có động vật cấp thấp cả đời sống theo lối mòn. Còn chúng ta là con người chúng ta phải biết thoát khỏi lối mòn.

Cái tui sợ nhất là lối mòn, xưa sao là giờ vậy, không có gan nhảy ra, nhảy ra thì cô đơn, mạo hiểm lắm, thôi cứ theo lối cũ mà đi cho chắc ăn, cho nó lành. Cứ như vậy, hết thế hệ này, đến thế hệ khác, tui nhìn tui ngán quá đi. Có mấy câu tui tưởng là hay, ví dụ trai lớn lấy vợ, gái lớn có chồng tui nghe ón quá. Âu mã nó không như vậy, nó thấy nếu độc thân được thì nó độc thân, thậm chí nghiên con nít quá thì.. Còn mình không được, con gái không chồng mà có con là không được, hoặc gái lớn mà không có chồng là không được; cây độc không trái, gái độc không con, lấy chồng không con cũng không được. Nói chung nó quá nhiều cổ lỗ sĩ ở trong cách nghĩ xã hội, văn hóa, truyền thống, tập tục, những cái đó tạo ra lối mòn cho mình. Tới lúc biết phật pháp, đạo chúa, đạo hồi; từ quan điểm văn hóa xã hội là đã 1 đồng lối mòn để mình đi theo, lại rồi theo đạo lại 1 đồng lối mòn nữa.

Cho phép tui nói cái câu tui dễ bị chém nhất mà tui vẫn nói bởi vì tui hi sinh cho sydney mà. Có cái gì chán chường cho bằng, tui nói thiệt chậm, có cái gì bậy cho bằng tu theo lối mòn. Mình buồn mình đi chùa, hoặc là má, bà ngoại đi chùa thế là mình đi chùa, chuyện đó tui không nói, chuyện sau tui mới nói 1:07:21

[18/07/2022 - 12:00 - 77july2015]

1:07:21 Đi vô chùa sư phụ dạy niệm phật, trong khi mình không được học giáo lí, không biết Phật là gì mà cứ nam mô a di đà phật, nam mô bốn sư thích ca mâu ni, mình niệm hoài mà không được học giáo lí. Hết đời này sang đời khác, đi chùa được cái pháp danh nè, biết 2 3 câu niệm phật, có được cái áo lam, râu chuôi là về cứ đêm nào cũng niệm. Khá khá thì có cuốn kinh pháp quang mà đọc không hiểu gì hết cứ đọc hoài, pháp quang còn đỡ, ba cái độc chú mới ghê. 1:08:02 Tui không có ý bôi bác, tui mà có ý như vậy thì tui là cái thằng hèn, vừa tội, vừa mạo phạm thánh thần tui đâu có dám. Tui chỉ trách một chỗ là đừng có theo lối mòn, đọc không hiểu mà cứ theo... Bao nhiêu vấn đề của mình vẫn còn đây ra đó không được giải quyết; khổ vì tình cảm, khổ về tiền bạc, sức khỏe, bao nhiêu trần trở nhân sinh giải quyết không được mà tối ngày ăn rồi cứ (...) Cứ như vậy mà cho đây là 1 thứ lối thoát mà quên mất đây là lối mòn.

Một ông hoàng bỏ hết mọi thứ đi tu, trải qua bao nhiêu khổ ải cuối cùng trở thành vị Phật dưới gốc bồ đề. Tinh hoa, trí tuệ, tuệ giác của 1 vị Phật không có tâm thương, không có rề tiền đến mức để lại cho đời một kiểu tu hành quái gở như vậy. Một ông hoàng bỏ ngôi đi tu năm hai mươi mấy tuổi, vợ đẻ con ngoan, tướng sao thành Phật chư thiên rung động, cuối cùng chết để lại pháp môn (...) mà bao nhiêu thế hệ không chịu banh con mắt ra để mà nhìn, cứ theo con đường xưa em đi. Ai nói là

giận mới ghê chứ, thế là lại chạm vào cái thành trì tự ngã của mình, nó dám nói mình ngu, mình chỉ có khờ thôi mà, cứ đụng tới là giận.

Trường hợp đó có rất nhiều, cái tui sợ nhất là gì, hôm qua tui có nói rồi một người có não trạng bình thường hấp thụ 1 nền giáo dục bình thường đã thấy bất nhân, không cam tâm khi thấy con thú bị xiềng, con chim bị nhốt, con cá bị bỏ vô bồn, nhìn nó không cam tâm. Vậy mà mình lại tự xiềng mà mình không hay. Nhốt bởi cái gì? Bởi quan điểm chính trị, đạo đức, tôn giáo mới ghê chứ. Cái đó đau lắm quý vị, tự nhiên mình đang tự do trời cao đất rộng, tự nhiên bị ràng buộc bởi 1 hệ thống chính trị, ý tưởng, tôn giáo quái gở nào đó. Cả đời không dám đi ra ngoài lề lối đó, cứ theo cái lối mòn đó mà đi (...) 1:10:38 Tức là không dám đi ra ngoài mà cứ nghĩ 1 chiều thế này, nó khổ dữ lắm. Cái này mới hận nè, mẹ sanh mình ra, tay chân thoải mái, không ai giam nhốt lớn lên đi học đạo, học đời, học triết học, chính trị, bùm 1 phát mỗi đứa dòm xuống chân mình thấy sợi dây xiềng mà lại thấy mát mẻ, thoải mái, an toàn với cái dây xiềng dưới chân mình đó, can tâm bên trong.

Lần này tui về Úc, tui đem cái mạng tui ra để tui hoảng pháp. Tại sao tui nói ghê gớm như vậy? Vì họ thù tui dữ lắm. Kể cho nghe, cái mùi tử khí nồng nặc chung quanh mà tui vẫn nói. Bởi vì hôm nay tui chọc cười quý vị được, nhưng khi tui đi rồi, các vị sẽ hận vì mình cười khi nó chửi cha mình. Thật ra không phải. Tui được cái gì khi tui chọc cho các vị giận? Nghĩ kĩ đi. Tui muốn mua lòng quý vị, tui phải nói cho quý vị vui chứ. Làm ơn thông minh dùm 1 tí. Nếu muốn mua lòng bà con, tui sẽ khen... - Coi như đêm nay, từ đây đến cuối tuần, lẽ ra ở nhà đánh bài bạc, ăn uống, nhậu nhẹt, mà bà con hi sinh thời gian tới đây, toàn là những người chịu nhục thân bỏ tất đời hoảng pháp niết bàn, đại diện cho chúng sanh (...) Tui nói cho bà con vui, tui thổi phồng cái tôi của bà con lên sướng biết bao nhiêu. Nhưng không tui đề ra tui chửi tập thể. Tại sao? Bởi vì khi tui mong khi tui đi rồi, bà con nhớ ra hình như mình còn con mắt để nhìn, có cái này để suy nghĩ, cái cục này không phải để đội nón mà còn... 1:12:22

Cho nên chúng ta nhớ như thế này, lửa có nhiều công dụng lắm, sưởi ấm, thắp sáng, nấu chín thức ăn nhưng lửa cũng có thể dùng nó đốt nhà, đốt người, vấn đề là mình dùng lửa để làm cái gì. Con đường luân hồi là do chính mình, ngọn lửa đốt nhà hay là ngọn lửa soi sáng, sưởi ấm là do mình. Mình dùng 6 căn này để làm việc gì, cái đó mới là quan trọng. Và tu tập tứ niệm xứ là sao, là chúng ta làm theo 1 lời nói trong kinh, con đường ra rừng cũng chính là con đường vào rừng, vấn đề là ta quay lưng về phía nào.

Xưa giờ chúng ta đấm đuổi, đê mê trong 6 trần, thích cái này, ghét cái kia, bây giờ biết phật pháp rồi. Thấy biết là thấy, nghe biết là nghe, biết rằng mọi thứ vô ngã vô thường, mọi thứ do cơ duyên mà có, có rồi phải bị mất, không tiếp tục thích và ghét như xưa nữa. Dĩ nhiên, cái này nói thì nghe nó êm nhưng làm rất khó, nên phải tập.

Tui nói thế này, các vị về thử gác chân lên trán nghĩ coi có phải không. Nếu bây giờ các vị sống chánh niệm, làm gì biết nấy trong vòng 3 tháng có thể chữa được ung thư, các vị có tu không? Bây giờ ung thư kì cuối nè, bao nhiêu bác sĩ lừng danh nhất thế giới đều công nhận, đi đứng nằm ngồi tiêu tiêu ăn nói, làm gì biết đó, tui tin chắc điều đó. Nhưng tại sao khi nghe các vị thiền sư kêu gọi sống chánh niệm, mình lại không làm cho đúng? Bởi vì sao, đối với mình, chuyện sanh tử luân hồi không quan trọng bằng cái ung thư.

Tui sẽ kể cho các vị nghe câu chuyện. Có thằng đệ tử hỏi sư phụ - xưa nay người ta, do tình yêu nam nữ mà tự tử, chứ không ai vì tình yêu bác ái mà tự tử hết, tại sao vậy? Sư phụ mới nói - bởi vì đối với phàm phu chúng sanh, người tình nó quan trọng hơn tình người. Cho nên người ta tự tử vì tình, chứ không ai tự tử vì lòng bác ái hết đó, tui yêu thương trẻ em mồ côi, yêu thương mấy người cùi, yêu thương cụ già, tui thương quá tui tự tử, có không? Mà tui tự tử vì tui quá yêu thương con lan, con yên, con cúc, con đào, mà nó không thèm nhìn; tui thương em mà em đâu có hay, mà em hay em cũng không thèm thương. Thế là.. Điều đó cho thấy rằng, xưa nay đa phần chúng ta toàn chết cho cái xấu, chứ không ai dám chết cho cái lành hết trơn.

Tu hành cũng vậy, chỉ việc cứu cái mạng mấy chục kí lô này, 3 tháng trời sống chánh niệm chúng ta sẵn sàng ăn kiêng, chạy bộ, uống thuốc chuyện gì cũng làm, vậy chứ nói tu để dứt phiền não, không còn sanh tử, nó ngập rách miệng luôn, không thèm nghe. Bởi vì lúc đó, lúc đó mình mới hiểu chuyện luân hồi, sanh tử, tái sanh nói nhẹ như là.. Tại sao vậy? Thánh nhân họ hiểu rõ điều họ tin,

cho nên họ tin chết bỏ điều họ hiểu. Còn mình không hiểu lắm điều mình tin, nên mình không tin lắm điều mình hiểu. Chính điểm khác biệt này, mới khiến bậc thánh nhân cả đời sống cực đẹp, bởi vì họ sống như họ hiểu. Còn mình không hiểu lắm điều mình tin, và mình không tin lắm điều mình hiểu, cho nên giờ cũng tu mà tu yếu xìu. 1:16:31

[21/07/2022 - 07:53 - 77july2015]

1:16:31 ... Cũng áo lam, cũng lạy, mắt cũng lim dim, nó gian, nhìn cái mặt là biết nó gian rồi. Nó tu nhưng phải chờ bị thúc gậy vào lưng nó mới tu tiếp. Tức là nó bị bác sỹ phán là bị cái gì rồi thì nó mới biết teo. Còn ông bác sỹ cứ khen, cụ tốt quá, 70 rồi mà huyết áp vậy, lượng đường vậy là hay quá. Nghe vậy là tiếp tục phê nữa.

Châm đốt thì bởi cháy, thiên thần đi bên cạnh mới nói - thánh à, tại sao tờ 100 ở dưới người ta quý lắm mà tại sao thánh lại đốt, còn tờ 1 đồng thánh lại trân quý đem vào bên trong thiên đường? Bởi vì dưới cõi trần, số 100 đi vô nhà thờ toàn là 1 đồng không à cho nên chùa cũng vậy. Ba cái tiền các á, nó đi vô chùa nhiều hơn tiền chẵn cho nên mấy tờ tiền nhỏ nhỏ nó đi vô chùa với nhà thờ. Tụi nó đáng đi lên thiên đường. Trong chùa ít khi có tiền lớn lắm, tui đi thuyết pháp, phật tử cho tui, mở ra toàn 5 đồng không à. Thường khi mỗi đêm tui tụng kinh, tui chúc phúc toàn tiền nhỏ không, còn tờ 100 lâu lâu mới thấy 1 lần. Nói đùa thôi. Hiểu không?

1:17:57 Minh tu tập tứ niệm xứ.. là gì? Là mình làm chủ được nhân quả. Có hiểu không? Do nghiệp thiện ác đời trước nên nay ta có thân này, thân này là quả của thiện ác đời trước. Nếu ta không tu thì tiếp tục ta lấy thân này, nó là quả của đời trước nhưng nó lại làm nhân cho cái thân sau. Còn khi ta tu hành thì ta lấy cái quả này làm điểm dừng không cho đi nữa. Như vậy gọi là làm chủ nhân quả. Còn nếu không, cứ vì cục thịt này, vì 6 căn này làm đủ thứ chuyện tội ác. Một là bị trừng trị ngay đời này, hai là chết đi xuống. Còn khá hơn 1 chút; vì cái cục này làm các điều lành để một sanh về cõi vui, hưởng cho đã xong rót cái búp trở xuống.

Còn nhớ bài thơ con muỗi tui đọc hôm trước không? Vì mày tao phải đập tao. Vì tao tao phải đập mày. Vì mày tao đập cả mày lẫn tao. Vì tao tao đập cả tao lẫn mày. Bài thơ nghe rất là thường nhưng mà nó rất sâu sắc. Tức là vì con muỗi mà ảnh đánh ảnh, vì ảnh mà ảnh đánh con muỗi. Khi chúng ta có 6 căn, cũng như vậy. Vì chiều chuộng 6 căn mà chúng ta làm bao nhiêu cái bậy. Vì 1 chai nước hoa, thỏi son, bộ áo đẹp đắt tiền, cái giỏ xách, cảm giác tình yêu nam nữ v.v.. chúng ta làm biết bao nhiêu chuyện tào lao. Giống như vì mày tao phải đập tao. Tức là vì chạy theo cái cảm giác này mà mình cảm cái đầu vào hố sâu tội lỗi mà không biết, cái đó quan trọng lắm, mà đối với 1 người hành giả tu tứ niệm xứ thì không như vậy.

1:20:08 Tất cả chúng ta tu tứ niệm xứ có mấy cái lợi sau đây. Thứ nhất, chúng ta sống chậm lại, không phải theo nghĩa chậm là nhanh chậm thời gian. Mà chậm ở đây có nghĩa là, trước đây trong cùng 1 lúc, ta làm rất nhiều việc, còn bây giờ, trong mỗi lúc, ta chỉ làm có 1 việc thôi, thì đó gọi là chậm. Hiểu không?

Mỗi lúc 1 việc là sao? Làm gì biết nấy thì đó được gọi là mỗi lúc làm 1 việc. Như hồi trước, mình vừa ăn vừa nói phone, vừa suy nghĩ tùm lum. Còn bây giờ, ăn là để toàn vẹn, dành trọn tâm trí vào cái chuyện ăn. Rửa mặt nhớ rất rõ, buổi sáng nằm trên giường đang ngủ ngon, dứt mình thức dậy là biết liền là mình vừa thức giấc. Lúc đó có chuyện gì làm cho mình nổi giận, chực nhớ mình đang nổi giận. Hoặc khi mình thức dậy là biết liền mình vừa thức giấc. Bên cạnh đó có 1 chuyện gì làm cho mình vui, ví dụ có 1 cái hẹn, chực nhớ biết liền mình đang vui. Tui biết ở đây có nhiều người phật tử bắc tông không có quen cái đó, nghe cái đó rất kì, pháp tu gì mà thấy ngớ ngẩn. Thử đi, sống hết mình, sống tận tuyệt với chánh niệm 1 ngày sẽ thấy nó hay kinh dị, nó hay dữ lắm.

Nghĩa là về tâm lí, suy nghĩa và cảm xúc nào đi qua mình đều ghi nhận và những hoạt động lớn bé của tay chân cũng đều phải được ghi nhận. Nhất là mình bực mình... Bây giờ biết là mình có ý muốn đi toilet, bỏ cái chân xuống thì biết mình bỏ cái chân xuống, bước đi thì biết mình bước đi, thò tay chạm công tắc đèn thì biết rõ tay mình đang switch on cái đèn, biết rõ mình đang vặn cái nắm cửa, biết mình đang xả nước, biết mình rửa mặt, biết mình đánh răng, biết mình đang lau mặt, biết mình máng cái khăn lên, biết mình xoay người, biết mình bước đi, biết mình khép cái cửa lại. Tui kể ra từng chi tiết như vậy bà con nghe nó nhưc đầu nhưng mà hiểu không? Tức là làm cái gì biết rõ, thử đi, 1 ngày không chết thằng tây nào, mà không tốn tiền.

Thứ 1 ngày đi, nó giống như 1 người chưa từng chạy bộ, chưa từng ăn kiêng, họ không tin rằng vận động cơ thể và ăn kiêng có lợi ích như thế nào. Họ hình dung không ra, đó giờ chỉ biết chích thuốc bổ, uống thuốc bổ, ăn đồ bổ thì nó mới khỏe, họ tưởng như vậy chứ không biết rằng, chạy bộ, ăn kiêng, chỉ sử dụng rau quả, hạn chế thịt đỏ nó khỏe, mà có điều cái đó nằm ngoài sự tưởng tượng của họ. Thế là họ không chịu làm.

Các vị thử đi, sống chánh niệm 1 ngày, người ta nói rằng, be mindfulness even if your mind is full. Cứ liên tục sống chánh niệm ngay cả khi đầu óc mình đầy ắp chuyện này chuyện kia.

Đó là sơ cơ đó, còn sâu một chút, khi có điều kiện rồi, đi hoặc nằm yên, thở ra biết thở ra, thở vào biết thở vào, chỉ quan sát, không điều khiển, không can thiệp. Để hơi thở nó vào hết mức thì tự động nó có nhu cầu thở ra, nó ra hết mức tự động nó có nhu cầu hít vào, nó vào hết mức tự nhiên có nhu cầu thở ra. Tin tui, đừng can thiệp gì hết, đó là dành cho người dễ.

Còn người khó, có những người thở như vậy thì tâm nó lãng xãng thì có cách chữa cho những người đó. Theo dõi hơi thở ra biết ra, vào biết vào, nó lãng xãng thì có cách chữa bằng cách này, trong kinh có giảng. Hít vô... để tự nhiên cho nó hít chứ mình đừng có hít nha. Hít vô thở ra đếm 1, hít vô thở ra đếm 2, nó vô nó ra đếm 3, cứ như vậy nó vô nó ra đếm 5. Nói lại, đó là turn 1. Giờ qua turn 2 nè. Hít vô thở ra đếm 1, hít vô thở ra đếm 2 cho đến hít vô thở ra đếm 6. Mỗi 1 turn như vậy thêm 1 số, minimum là 5 và maximum là 10, tổng cộng là 6 turns. Cái này có lợi dữ lắm, người hữu duyên theo cái đó, tâm họ định mạnh vô cùng, còn người kém phước, tối thiểu nhờ vậy cũng ngủ ngon hơn. Hiếm có em nào mà qua được cái tua thứ 6 lắm, tới thứ 5 là nó đi về xứ rồi, tốt vô cùng.

Hít vô thở ra đếm 1, hít vô thở ra đếm 2, nó vô nó ra đếm 3... Chắc chắn có những người ngồi đây thắc mắc là nãy giờ ông bày ra toàn chuyện kì cục không à. Chuyện thứ nhất, làm gì biết này, có gì đâu hay. Tui mới giải thích, tại sao nó hay? Khi mà anh làm gì biết này, tối thiểu anh luôn sống trong sự kiểm soát và tất cả bị kịch trên cuộc đời này đều đi ra từ sự thiếu kiểm soát của chúng ta, đúng không ta? Cái thứ hai, khi mà anh sống như vậy đó, nếu anh đủ duyên giải thoát sẽ có 1 ngày anh nhận ra những chuyện mà anh có năm chiêm bao anh cũng không thấy 1:26:13

[22/07/2022 - 11:28 - 77july2015]

1:26:14 Đó là gì? Khi mà anh sống chánh niệm, anh sẽ nhận ra những chuyện rất là lạ, thì ra mình đang là đồ ráp, vừa là đồ ráp vừa là đồ rác. Đồ ráp là gì? Lúc buồn, lúc vui, lúc thiện, lúc ác. Hồi nãy ngồi đâu có đau mà giờ nó đau, mình không muốn đau mà nó vẫn cứ đau, đó là vô ngã. Mình không muốn nó bị moi mà nó bị moi, đó là vô ngã. Vô ngã nghĩa là gì? Nó không phải là mình, nó không phải của mình, bởi vì nếu nó là của mình thì đã điều khiển được nó, hiểu không? Mà đấng này mình nhìn nó như là nhìn cái gì đó rất xa lạ. Lúc đó mình mới có dịp buông xả, tháo gỡ cái tôi của mình đi. Ngay lúc mình mới tu buổi đầu thì cái buông đó không nhiều đâu, mà càng về lâu về dài, mỗi ngày mình cứ thấm thía, đồ giả, đồ ráp, đồ ráp, đồ giả. Các vị có nghe câu tự kỉ ám thị không? Lâu ngày nó có lợi ích dễ sợ lắm.

Sống chánh niệm là gì? Một, mình luôn sống trong sự kiểm soát. Hai, nếu đủ duyên lành mình chứng thánh. Ba, thấy nó đơn giản như vậy mà nó làm quý vị hạnh phúc không ngờ. Xui một cái, không tu, không tin. Hạnh phúc cực kì, làm gì biết này, nó sướng lạ lùng. Xui là nó không có duyên lành, nghe thấy pháp tu gì không huyền bí gì hết. Người Việt thường thích cái gì mà mình không hiểu. Bởi người ta nói, ma túy là 1, mồi tình đầu là 2, tôn giáo là 3 là làm người ta lơ đãng mà nó sướng.

Chứ mấy thứ rõ ràng cập lại, thứ hôn nhân lần 2 3 nó không còn mộng mị nữa. Tui nhớ nó có bà lão 80 ông lão 82, bữa đó bà nói ông, lâu lắm rồi mấy chục năm nay tui thêm cái cảm giác thời con gái mà hẹn hò, hồi hộp, ước gì đêm nay ông cho tui lại cái cảm giác đó được không? Ông gấn cái răng giả vô - được, bà này vô duyên mà ok, chịu. Diễn là phải cho giống nha. Bà kêu được rồi, bà từ trong phòng đi ra bà thấy cái khe cửa có 1 miếng giấy viết mực tím, tối nay 9 giờ, cây rom sau vườn. Tối 9 giờ, 9 rưỡi, 10 giờ ông còn ngồi ngoài cây rom muối cắn gần chết, cuối cùng không thấy bà ra mới đi vô hỏi - Bà ở đâu? - Em không dám ra, sợ má la. Có hiểu không? Tức do diễn phải diễn cho giống mà đưa 80, đưa 82 mà coi như cũng mực tím, nhét cửa sổ,...

1:29:42 Nghĩa là, cũng chuyện đó, mà khi mình tỉnh quá, nếu ngày xưa lật ngược thời gian, mà má la đó, mấy sông cũng lợi, mấy đèo cũng qua, tới lúc nó già rồi thì nghĩ nào là đạo đức, nào là khôn

phép xã hội, sợ má la. Chứ hồi xưa, còn khuya đó, 8 má cũng là chuyện nhỏ, ảnh mới là chuyện lớn. Khiếp lắm. Cho nên càng tỉnh táo thì ta mới càng sống trong kiểm soát. Kẻ không học đạo, nghe nói chuyện đó không tin.

Kẻ không học đạo, có nhiều thứ không tin lắm. Thứ nhất, khó hình dung được cái chuyện, cái đầu nghĩ tới cái chết lại giúp mình sống tốt hơn. Kẻ không học đạo không tin rằng mình sống trong chuyện kiểm soát lại an lạc hơn, vì họ hiểu sống là phải tự do muốn làm gì thì làm. Đó là cách hiểu của người không biết đạo, người không biết đạo nghĩ rằng sống hạnh phúc nghĩa là sống tự do; tự do với nghĩa muốn làm gì thì làm. Nhưng đức Phật ngài lại không định nghĩa kì cục như vậy, ngài nói thế này. Tự do không phải muốn làm gì thì làm, mà tự do là không bị phiền não xúi bậy. Bắt đầu thấy đờ là nhiều. Không biết đạo thì cho rằng hạnh phúc nghĩa là sống tự do; tự do với nghĩa muốn làm gì thì làm. Tui muốn nhậu là nhậu, tui muốn đánh bài là đánh bài, muốn chém lộn là chém lộn, đó là tự do. Phật nói không, đó là con đang bị tù đó, con đang bị tham sân nó xiềng con mà con tưởng là con tự do.

Cho nên, ở đây hòa thượng viên minh có 1 câu hòa thượng dịch ra từ trong kinh hạnh phúc thật sự là an lạc trong cái người ta gọi là đau khổ. Và tự do thật sự là thoải mái trong mọi ràng buộc. Hạnh phúc thật sự là anh có khả năng cười trong mọi tình huống, và tự do thật sự có nghĩa là anh thấy thoải mái trong mọi tình huống. Cái đó mới gọi là tự do. Anh nói với tôi là anh tự do mà anh bị cái muốn và cái ghét điều khiển thì anh là 1 thằng tù chứ không phải tự do. Bậc thánh tự do là vì bậc thánh không bị 1 cái gì đó xúi, bậc thánh chỉ làm việc đó vì chuyện đó nó cần, bậc thánh không làm chuyện đó vì chuyện đó nó không cần. Cái đó mới đúng là người tự do đó. Cái đó mới đúng làm theo lời bác hồ đó, không có gì tốt hơn độc lập, tự do. Cái đó mới là tự do.

Đó mới là lí do tại sao phải sống chánh niệm, tại sao phải sống chậm, bởi vì trong cái sống chậm ấy, anh mới có dịp thấy anh là đồ rấp, mới có dịp anh thấy sự thật của anh, nhờ vậy anh mới không bị sai khiến, tác động, lôi kéo, thúc đẩy bởi những tạp niệm, dục niệm, ác niệm. Lúc đó anh mới thật sự tự do mà người không hành đạo, không tin chuyện đó.

Tiếp theo tại sao tu hơi thở. Hơi thở có gì đâu lạ, có đũa nào sống trên đời này mà không có thở đâu? Sai. Có thở nhưng mà đa phần chúng ta sống như 1 xác chết, trên đời này có nhiều hạng người. Thứ nhất chết rồi mà chưa chôn, thứ hai chôn rồi chưa chịu chết. Chết rồi mà chưa chôn là sao, lúc nó sống không có khả năng kiểm soát được, nó ăn mà không biết nó ăn, ăn mà cứ alo alo, nó giận nó chửi mà không kiểm soát được, nó là xác chết biết đi, nó là kương thi, nó là vampire, chứ không phải là con người. Hạng mà sống thất niệm được gọi là chết rồi mà chưa chôn. Hạng chôn rồi chưa chịu chết nghĩa là sao? Có những người đã ra đi khuất núi rồi nhưng những đóng góp của họ còn lại sau lưng. Chôn rồi chưa chịu chết còn có thể hiểu theo 1 nghĩa nữa là cứ mỗi phút giây mình liên tục sanh già đau chết nhưng người đó luôn sống trong chánh niệm, hạng người đó gọi là chôn rồi chưa chết. 1:34:31

[26/07/2022 - 04:48 - 77july2015]

1:34:31 Bên pháp có câu danh ngôn rất là kì, đó là 1:34:32 Có 1 ông tướng rất active, rất có trách nhiệm với đám lính, đùng 1 cái ông bị thương ngoài chiến trường rồi chết. Khi ông chết rồi, ông phó tướng viết lời diếu văn thế này: Chúng ta quân đội nước pháp đã mất đi 1 anh hùng, quân đoàn chúng ta đã mất đi 1 vị lãnh đạo. Ôi tướng quân rất mực khả kính của chúng ta, 5 phút trước khi chết ngài vẫn còn sống. Có hiểu câu này không? Câu này nếu mà hiểu theo tiểu học thì rất là huề vốn, 5 phút trước khi chết ngài vẫn còn sống, nghe nó rất huề vốn đúng không? Chị tôi lớn tuổi hơn tôi, mẹ tôi còn lớn hơn tôi rất nhiều, cái đó là chuyện đương nhiên. Không. Ở đây câu đó không phải huề vốn. 5 phút trước khi chết ngài vẫn còn sống, câu đó nghĩa là ông vẫn là vị tướng xứng đáng đứng đầu 3 quân tướng sĩ, đường đường 1 đồng.

Trên đời này có loại người chết rồi chưa chôn chính là những người không tu, nó sống như 1 cái xác biết đi, tui biết nói thế này có nhiều người rất sốc nhưng nó là sự thật, nó sống mà không có hiến, không có đóng góp nó chỉ biết lo cho nó thôi, là một. Thứ hai nữa là nó sống mà không nhận thức, ý thức được những gì nó đang làm, nó không ý thức được trong từng hoạt động lớn nhỏ của nó, lúc đó gọi là chết rồi mà chưa chôn.

Ở đây, cái hơi thở cũng vậy, chuyện hít ra thở vô có gì đâu hay. Không. Không có 1 hoạt động nào của cơ thể mà nó đều đặn và thường trực bằng hơi thở của chúng ta. Mình ăn cũng có lúc ăn lúc không, ngủ cũng có lúc ăn lúc không, đi đứng nằm ngồi cũng lúc có lúc không, riêng hơi thở thì liên tục. Và thời gian hơi thở cũng rất đều đặn, mặc dù không lâu, một hơi thở trung bình dưới 1 phút. Nếu người nào liên tục sống chánh niệm trong hơi thở nghĩa là người đó luôn sống trong tỉnh thức. Các vị nghe tui nói sống trong tỉnh thức và trong từng hơi thở thấy đâu có gì hay. Nhưng không, nó hay chỗ này. Tui nhắc lại. Vì hơi thở là hoạt động thường trực của chúng ta nên chánh niệm trong hơi thở chính là chánh niệm thường trực, cái này học trò tiểu học cũng hiểu được nữa.  $a=b$ ,  $b=c$  vậy  $a=c$  hiểu không, chuyện đó rất đơn giản. Vì hơi thở là hoạt động thường trực nhất của cơ thể nên khi ta có chánh niệm trong hơi thở nghĩa là ta có chánh niệm thường trực, mà chánh niệm thường trực có gì hay, này nói rồi, chúng ta luôn luôn sống trong kiểm soát.

Thứ hai, khi sống trong kiểm soát, chúng ta sẽ có điều kiện để nhận ra bản chất của mình 1 ngày nào đó khi ta hiểu được mình cũng có nghĩa ta hiểu được người khác đúng không ta, khi ta hiểu được mình chỉ là đồ lắp ráp, transition, transitional, compositional mình chỉ là đồ composition, trên đời này không có gì là matrix, không có gì là solid, không có gì là pure, tất cả đều là đồ ráp hết. Khi mà mình học như con vẹt, con két, con sáo thì mình thấy không có gì hay, nhưng khi mình đưa cái hiểu đó vào thực tập mọi thứ là đồ ráp thì mình được an lạc kinh khủng lắm.

Thứ hai, khi mình thường trực sống bằng chánh niệm thì mình luôn sống trong sự kiểm soát, ở đây không phải là sống trong gò bó mà trong sự tự chủ. Câu này phải xăm lên người nữa, sống trong chánh niệm không phải là gò bó mà là trong sự tự chủ, tự quyết, kiểm soát được quyền chủ quyền trên biển đảo.

Tâm có chánh niệm gọi là tâm tứ niệm xứ, tâm không tu tứ niệm xứ gọi là tâm tứ xứ. Xăm nữa, cái lớp này suốt 7 ngày trôi qua, 14 lớp học, 14 buổi trở thành đại ca hết, xăm từ trên xăm xuống. Nhớ cái đó rất quan trọng. Tại sao chúng ta phải xác định điều đó?

Đêm nay tui không tin là tất cả mọi người đều thấy pháp môn chánh niệm là quan trọng, có người ở đây nghĩ rằng đó là pháp tu của tiểu thừa, làm ơn, bây giờ lên internet đánh đùm tui cái chữ "sati mindfulness"; xem coi bao nhiêu người trên thế giới, bao nhiêu cái đầu kiệt xuất của thế giới đã nói gì về cái chữ sati mindfulness. Tại sao phải có chữ sati đằng trước? Bởi vì có chữ đó thì chữ mindfulness mới được nhắc đến như 1 pháp tu, còn không thì chỉ có chữ mindfulness không có chữ sati ké bên thì nó sẽ định nghĩa blah blah blah theo ngoài đời hiểu không ta.

Nó giống trong tiếng pháp chữ máu là gì ta sang, mà trong tiếng việt chữ sang nghĩa là..., tiếng mỹ nợ nần là loan mà trong tiếng việt chữ đó là loan quá đẹp, tiếng việt có con mình đặt tên là dung, tiếng mỹ dung là... sao cười? Người việt nghe chữ lao xao nghĩ khác, người mỹ nghe chữ lao xao (loud sound) họ nghĩ khác, ồn ào đúng không? Cho nên, tui nói gì mà nói xa quá trời vậy?...

1:40:41 Tại sao đánh (typing) chữ mindfulness phải có chữ sati phía trước? Khi đó bà con mới thấy từ trường đại học yale, stanford, harvard rồi sorbonne, cambridge, oxford tất cả những trường này đều có những công trình nghiên cứu cực kì nghiêm túc về cái gọi là tứ niệm xứ. Chỉ riêng dân việt ta thì cứ lục tự a di đà làm tới, niệm mà không hiểu kĩ gì hết. Phật pháp trùng trùng, có cái này không phải để đội nón; quý vị sẽ đăng gió hỏi nếu pháp tu chỉ đơn giản là cầu quan âm, cầu địa tạng, cầu a di đà thì xin hỏi suốt 40 mấy năm hồng pháp Phật nói cái gì, mấy tu kinh to đùng đó nói cái gì và mấy ông thầy tu uyên thâm bác học 1 rừng người quỳ lạy trong đạo phật chứa cái gì hay là chỉ chứa mấy câu niệm đó thôi? Lại đờ nữa, nếu chỉ thấy pháp tu đơn giản là 3+3 là 6 chữ lục tự di đà đọc hoài thành chánh quả thì xin nói câu này phạm thục, có ngu lắm mới nghiên cứu kinh điển. Bởi vì pháp tu đó chẳng phải là đủ rồi? Các vị đi hỏi ôn nhất hạnh làng mai, ôn thanh từ ba cái chữ lục tự thì mắc gì phải... tri vọng. Tri vọng là pháp môn của ôn thanh từ triển khai từ thiền viện trúc lâm đó. Trời đờ nữa, mình là bắc tông, cái ông nước mắm tới nói cho mình nghe, cho tháp tàu hủ nghe mà ông đem những chuyện của tàu hủ mà nước mắm biết, còn tàu hủ không biết. Động trời chưa, các vị thuộc về cái tông nào đây? Nam tông, bắc tông hay là xe tông? ...

1:43:05 Tại sao bao nhiêu cái đầu kiệt xuất nhất thế giới, người ta lại kêu mình sống chánh niệm? Nó có lí do, bao nhiêu vấn đề lớn bé của hành tinh này đều được khởi đi từ sự thiếu kiểm soát của tình người có đúng không? Tại sao có chửi lộn, đánh lộn, hờn giận, nhớ nhung, yêu đương, ghen

tuông? Tất cả đều là những giây phút thiếu kiểm soát mà chánh niệm là gì? Và điểm khác biệt duy nhất của người có học và không có học đó là khả năng kiểm soát. Và quý vị phải đồng ý với tôi 1 chuyện, trong đời sống này ai có khả năng kiểm soát nhiều thì người đó làm chủ thế giới có đúng không? Ví dụ một đất nước có khả năng kiểm soát về quân sự, chính trị, ngoại giao. Trong một cơ thể mà immune system mình có khả năng kiểm soát được, mình khỏe đúng không?...

1:44:09 Sống chánh niệm có nghĩa là chúng ta đưa mọi thứ vào dòng chảy của sự kiểm soát. Khi chúng ta không biết phật pháp, chúng ta sống lan man theo kiểu mây dạt, bèo dạt, như chiếc lá trên dòng, bèo dạt mây trôi thì đời sống thiếu kiểm soát, mà thiếu kiểm soát thì đồng nghĩa với bất trắc mà bất trắc đồng nghĩa với bất tường. Khi sống có kiểm soát có nghĩa là nó ổn định. Kiểm soát nó luôn luôn đi kèm với ổn định. Còn hề bất trắc đi kèm với bất tường, mà nghe 2 chữ bất là thấy lạnh xương sống rồi.

Cho nên pháp môn tứ niệm xứ là con đường đi rất khoa học mà từ đó phật pháp không phải là 1 tôn giáo, 1 religion theo định nghĩa của kinh điển, phật giáo không giống hồi giáo, thiên chúa giáo, công giáo,... mà phật giáo là đạo sống, là lẽ sống, là con đường sống, là cách sống, là kiểu sống. Phật pháp không phải là cái gì đó chúng ta biết được thì tốt. Mà là nên biết và hơn thế nữa, là phải biết. Vì sao? The world is what you see. Thế giới này chính là cái gì anh thấy. Anh thấy ra làm sao thì cuộc đời này là như vậy và phật giáo dạy ta cách nhìn về thế giới, cách nhìn về cái kiểu thấy có đúng không nha. Cách nhìn, mình look như thế nào, mình see như thế nào. Tui không tin là 1 thằng dốt tiếng mỹ đi giảng cho 1 rừng người kiến thức. Cách look tạo ra cách see, đôi lúc chúng ta look mà không see, là cách look tào lao. Chúng ta nhìn như thế nào, thì thấy như thế đó, quan trọng lắm. Cho nên thế giới chính là cái gì anh thấy, và đạo phật dạy anh ở cách thấy và nhớ 1 điều, câu này bắt đầu hơi khó nuốt nè. Một người phật tử thứ thiệt có nghiên cứu kinh điển sẽ không hết hồn khi nghe tôi nói câu này. Phật pháp thứ thiệt không hề dạy mình đội ai lên đầu hết, mà chỉ đội cái lẽ phải thôi. Trước khi Phật niết bàn Phật có nói, những điều ta dạy là thầy của các người. Câu đó hình như có đúng không ta? Chưa hết, còn 1 bài kinh lậm vô trong nữa. Lúc ngài mới thành đạo dưới gốc bồ đề đó, ngài có suy nghĩ thế này, ai trên đời này cũng có thầy có bạn có trên có dưới như vậy ta thì sao? Ngài xét thấy người bằng ta còn không có nói gì hơn ta? Trên thế giới hiện giờ, chư phật quá khứ không còn, chư phật như lai chưa đến, hiện giờ chỉ có mình ta, ta chỉ có thể làm thầy người khác chứ không ai... Nhưng có 1 điều, ta luôn sống theo pháp, bởi vì pháp chính là quy luật tự nhiên. Cho nên chư phật thờ pháp, chính pháp tạo ra chư phật.

Điều quan trọng của tôn giáo là gì, đạo nào cũng xúi mình thờ một thần tượng trên đầu, nhưng riêng phật giáo thì không. Ngay cả pháp môn niệm phật được hiểu đúng đắn nhất cũng là pháp môn niệm pháp. Niệm pháp không phải là niệm cá nhân người abcdef mà niệm cái quality của chư phật 3 đời 10 phương. Mà quality không phải là 1 cá nhân, không phải là 1 person mà nó là characteristic, quality, chứ không phải là 1 con người, đừng có hiểu như vậy. Nhớ cái đó rất quan trọng; ngay cả pháp môn tứ niệm xứ ở đây không hề là sản phẩm của đức phật, chư phật không phải là create giáo pháp mà chính là người find out thôi. Create nó khác find out nó khác.

Giống ngày hôm qua tôi nói, mới biết đạo là to give, biết đạo rồi là give up. Chưa biết đạo thì móc ra cho cầu phước báu, cầu công đức, đó là to give. Nhưng give up nghĩa là, cho đi mà không mong nhận lại, bỏ thí kiểu to give là bỏ thí kiểu thả điều, còn give up là thả chim. Hai cái khác nhau nhiều lắm.

Cho nên pháp môn tứ niệm xứ, pháp môn chánh niệm và trí tuệ không hề là của riêng đức phật và thông qua pháp môn đó có thấy bóng dáng của câu nào Phật dạy thờ ngài không? Không. Ngài kêu mình quay lại quan sát mình, qua đó các con sẽ tìm ra con đường giải thoát, vì là con đường ra khỏi rừng chính là con đường vào rừng, vấn đề là con quay lưng về đâu, con quay mặt về đâu. Ngài cho mình tự do suốt mùa kháng chiến mà không thèm, cứ thờ phật như 1 kẻ nô lệ là sai. Xem Phật là ông thần, ông chủ là sai. Phật là người thầy, có hiểu không ta?

Ông 1:49:49 có nói 1 câu tui biết ở đây nhiều người sốc dữ lắm, bởi vì ông dùng hình ảnh rất kì, rất phạm. Ông nói thế này, đức Phật là 1 cái lu nước để mình uống chứ không phải để lạy. Câu này nhiều người nói ngộ, phạm thượng - đức Phật là 1 cái lu nước, phải đọc luôn câu sau đó - đức Phật là 1 cái lu nước để mình uống chứ không phải để lạy. Phật dạy hay lắm, Phật dạy mình tự do, giải



thoát ngay trên lúc hành trì, Phật dạy hạnh phúc không phải đợi tới destination mà hạnh phúc ngay trên cái journey, on the street hiểu không? Khi ta đi trên con đường giải thoát thì con mới đến được mục đích giải thoát, còn nếu con đường của con là con đường nô lệ thì điểm đến của con chỉ là chỗ giam nhốt. Câu này xăm nữa. Con đi trên con đường giải thoát thì con phải thanh thản, tự do; còn đặng này ngay trên con đường đi mà xiề xích nhiều quá. Con đi bằng chiếc xe tù, chứ không phải con lái cái moto phân khối. Hiểu không? Đặng này cách hành trì của ta đa phần đi bằng xe tù. Xe tù là xe sao? Vẫn đồ xăng, vẫn lăn bánh, nhưng mà bị khóa từ bên ngoài. Chúng ta phải tự lái, chìa khóa xe phải mở được từ bên trong và mình có thể mở. Con đường tứ niệm xứ là con đường tu phải là tự do ngay khi còn phàm. Nếu mà con tu tập bằng cách thức tù đày, bằng ý thức nô lệ nghĩa là con đã chấm hết cuộc hành trình đạo nghiệp rồi.

Đêm nay tui ôn lại cho bà con 4 đế, 12 duyên khởi và tứ niệm xứ. Đêm mai mình sẽ nói nhiều thêm nữa về tứ niệm xứ. Chúng ta có 14 buổi, mình học được mấy buổi rồi? Có người ở đây rất là kì quái, hứng thì tự nhận mình là ban tổ chức, lúc có chuyện thì đơ như tông đơ. Coi như nửa rồi, tui mong là trong 7 buổi còn lại chúng ta phải giải quyết hết những vấn đề còn lại mà tui cho là cấp thiết, cần thiết trong cái nhận thức của người phật tử. Vấn đề không phải là học với ai, mà là học cái gì cho mình.

Tui nhắc lại 1 cái chuyện, trong mấy năm gần đây, tui hay bị giật mình và run bắn nửa đêm chỉ vì nghĩ đến cái vô thường nó xảy ra. Có lúc tui nghĩ về nó rất thanh thản, có nhiều lúc tui chết điếng, nói như trong kinh, có thể đó là điềm lành, nhưng cũng có thể là chuyện không nên. Ví dụ như run bắn mà không biết lợi dụng cái run đó thì là chuyện không nên, chính cái run bắn đó là 1 lời nhắc nhở. Bữa hôm tui có khoe với bà con, tui có 2 chuyện tui đang cố gắng làm đó là bớt sợ chết, nghĩa là bây giờ nghe bác sỹ phán trong đó có cái gì kì kì là mình không có sa sút, suy sụp, chèn bẹt như người không biết đạo.

Thứ hai là khả năng đối diện thị phi mà khả năng đó lại gắn liền với cái này. Khi anh nhớ nhiều về cái chết, thì khả năng chịu thị phi của anh tốt lắm. Khi các vị biết chỉ còn 3 tháng nữa mà chết, nó đứng trước nhà chửi cha mình, mình nhìn giỏi hơn. Tông đơ lần nữa. Có nghĩa là khi các vị sống bằng tâm trạng của người tử tù, tâm trạng của ung thư kì cuối đó, tu tốt lắm, còn thứ nghĩ còn lâu lắm, yêu đời cực kì. Khi nó thấy nó là ông hoàng bà chúa, đụng tới nó là nó giết cả họ, nhưng khi mình nghĩ mình chỉ là nắm cát chờ chực rã tan, nó dễ thương lắm quý vị. Họ chạm vào những điều rất là khoa học mà không chịu làm, cứ khoái làm những gì mơ mơ hồ hồ không rõ ràng, bởi vì mình thích sống theo kiểu yêu lần đầu, lơ mơ vậy nè, mà tui khoái cặp già già này hơn, sợ má la.

Thương thì có thương, mà tình yêu của cặp 80 tuổi nó tỉnh dữ lắm, 80 tuổi còn thương nhau không? Còn nhưng không còn mơ màng, viết mực tím, làm thơ,... không còn đúng không mà thương vì nghĩa nhiều hơn. Nói theo kinh phật, khi còn thương nhau bằng tham ái, bằng tình trai gái, cái tình yêu đó còn nông nổi, còn manh động, nhưng đến lúc chúng ta chuyển từ tình qua nghĩa lúc đó chúng ta thương nhau bằng từ tâm. Khi thương bằng từ tâm thì khả năng chịu đựng và tha thứ nó lớn hơn. Còn thương kiểu giọt buồn không tên, thương chỉ vì khoái thôi, thương không cần định nghĩa, thương là cho hết, kiểu mơ mơ hồ hồ đó là ghen nè, ràng buộc, giam nhốt, làm khổ và đọa đày nhau. Khi chúng ta thương bằng kiểu chúng ta nắm giữ người ta, thương người ta mà muốn người ta như ý mình muốn là sai. Phải thương kiểu từ tâm, đó là you có ra sao tui cũng thương. Đó là thương từ tâm. Không có cơ bắp, muốn đi olympics thì phải tập, chứ đó giờ xì ke không thì sao thi cử tạ được, rất khó. Khó phải tập chứ, quý vị tưởng tượng luân hồi bao nhiêu kiếp rồi, sữa mẹ mình bú nhiều hơn bốn biển, dùng 1 cái nghe phật pháp xong đòi giống được sư phụ này, giống được tui chết liền.

Ok khuya rồi bà con về. Trưa có 1 cô phật tử, cô lại chào tui cô về, tui theo thói quen tui nói lái xe cẩn thận nghe cô. Cô ra cô lo trời ôi không biết điem gì mà ông dặn tui vậy.

[hồi hướng] hết.

---

**XIN LƯU Ý:  
ĐÂY CHỈ LÀ BẢN CHÉP NHÁP  
CHƯA ĐƯỢC SỬ GIÁC NGUYÊN HIỆU ĐỈNH.  
QUÝ PHẬT TỬ TẠM THỜI CÓ THỂ DÙNG LÀM  
TÀI LIỆU NGHIÊN CỨU CHO RIÊNG MÌNH.  
XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN.**

---

[WWW.TOAIKHANH.COM](http://WWW.TOAIKHANH.COM)

TOAIKHANH.COM