

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

28/09/2023 – Bốn trọng tâm (Giảng tại Hà Nội)

Không có gì bậy cho bằng khi nói chuyện với bà con mà chuẩn bị trước, ra gặp đám người răng giả mà mời mía, gặp em bé mà mời đồ ăn người lớn, khó. Nói các vị buồn, phải nhìn mặt mới được.

Thưa với bà con ở bên Thụy Sĩ, người học chút ít địa lý biết rằng thủ đô Thụy Sĩ là Bern, đó là thủ đô hành chính, nhưng thủ đô kinh tế nằm ở Zurich, và thủ đô chính trị nằm ở Geneve. Việt Nam cũng vậy. Thủ đô là Hà Nội, nhưng theo tôi và nhiều người đồng ý với tôi, thủ đô Hà Nội là thủ đô chính trị, nhưng trọng điểm kinh tế là Sài Gòn, Đà Nẵng.

Tại sao tôi bắt đầu bài giảng bằng chuyện ruồi bu như vậy?

Là bởi vì tôi muốn nói thế này, nhỏ xíu như Thụy Sĩ mà vùng trọng điểm còn chia ra mấy khu vực, Zurich là trung tâm tài chính, ngân hàng lớn nhất nằm ở đó, Bern là trung tâm hành chính, Geneve là trung tâm chính trị, các đại sứ quán đều nằm ở đó. Việt Nam cũng vậy. Sài Gòn, Hải Phòng, Đà Nẵng, Hà Nội, mỗi nơi có một tầm quan trọng riêng. Muốn nói cái gì? Giờ tôi tiếp tục lạc đề nữa.

Trong người của chúng ta, theo các vị cái gì quan trọng nhất? Tôi tuyệt đối không đồng ý, vì tim, phổi, bao tử,... cái nào cũng quan trọng hết. Các vị nhớ hôm covid không, phổi mà nó không work là khó sống. Cho nên, chuyện tôi muốn gửi đến đại chúng đêm nay là mong một lúc nào đó, đại chúng ngồi nghĩ lại, xem trong một đất nước có bao nhiêu vùng trọng điểm, trong cơ thể con người có bao nhiêu bộ phận trọng điểm, và đây mới là nội dung buổi giảng đêm nay: Cuộc đời của chúng ta có bao nhiêu cái đáng được gọi là trọng điểm. Tùy vào căn cơ và cơ địa mỗi người mà trọng điểm đó nó nằm ở đâu?

Đêm nay, tôi muốn nói đề tài trọng điểm.

Người đi chùa, người tham gia giao thông trên đường, người có mặt trong pháp hội đêm nay, tôi đoán chắc 1000% cái gọi là trọng điểm mỗi người không giống nhau. Có đúng không? Có người ngồi trước mặt tôi cười cười gật đầu, chấp tay nhưng trong bụng nghĩ đến tiền, có người nghĩ đến tình, tan buổi giảng này về ăn chè ăn cháo coi phim với ai, tôi biết, có.

Có người tiền, có người tình, có người nghĩ chuyện học giáo lý, có người nghĩ chuyện ngồi thiền, có không? Trọng điểm của chúng ta hoàn toàn khác nhau.

Thứ nhất là trọng điểm mỗi người khác nhau. Và, ở mỗi người những trọng điểm ấy cũng được đánh giá khác nhau. Các vị muốn tin lời tôi nói đúng hay sai các vị nhớ lại đi, trong một ngày 24 giờ đồng hồ mình dành thời giờ cho cái gì nhiều nhất? Mình nghĩ cái gì nhiều nhất? Đó là một chuyện.

Chuyện thứ hai, mỗi lần các vị nghĩ đến chur tăng trong Nam ra giảng đạo các vị nghĩ đến vị nào nhiều nhất? Và khi vị đó ra đây, vị đó giảng trong một bài giảng 2 giờ đồng hồ các vị tâm đắc chỗ nào nhất? Và khi các vị rời khỏi chỗ này, các vị ra về thì cái gì mà các vị nhớ lâu nhất. Đó chính là cái gọi là trọng điểm.

Sống trong đời sống, không xác định được trọng điểm chúng ta là một con thuyền không bến. Rất là quan trọng.

Bởi vì thời gian chúng ta có mặt trên đời này không có nhiều. Cho nên, chúng ta không xác định được cái gì là quan trọng nhất. Thì chúng ta biết đầu tư, ưu tiên cho cái gì? Phải có cái ưu tiên. Vì thời gian của chúng ta không có nhiều.

Các vị phải đồng ý với tôi, trên mâm ăn nó cũng phải có món ưu tiên chứ. Tôi nhớ ngày xưa tôi học ngành báo chí, ông thầy dạy tôi ông có nói kinh nghiệm thế này: Các anh chị viết tin, viết theo công thức kim tự tháp, đỉnh và đáy của tam giác đều. Có nghĩa là thế này, viết theo mô hình đó lỡ mình đưa cho tòa soạn họ cần cắt họ cắt rất là dễ. Họ cắt ngắn đi mà nội dung tin đó vẫn còn nguyên, chứ còn mình viết lan man lỡ bữa đó bài đôn nhiều quá, số chữ của tin không nhiều như vậy mình phải viết sao cho người ta dễ cắt, là một; Thứ hai, cắt làm sao không mất đi nội dung tin đó.

Tôi kể các vị nghe chuyện này, chuyện ruồi bu cho đỡ buồn ngủ.

Có anh đến thăm bạn, anh bạn bán cá tươi, anh bạn đeo tấm bảng “Tại đây có bán cá tươi”. Anh này nói là: Tao thấy mày thừa, mày bán ở đây chứ đâu bán đằng kia, mà phải để chữ “tại đây”, như vậy thì bô, chỉ để chữ “Có bán cá tươi” thôi. Ít bữa sau anh chàng quay lại, Tại sao để chữ “có” chi? Chữ có không cần thiết. Như vậy chỉ còn lại “bán cá tươi”, vài ngày sau anh chàng kia quay lại “mày nghĩ kỹ lại coi, ở đây bán hay mua? Cá bày một đồng thế này bộ nó đui hay sao mà nó không thấy là bán? Như vậy thì bô chữ bán” như vậy còn lại cái gì? “Cá tươi”. Bữa sau, mày nghĩ kỹ lại đi, mầy con này con cá hay con trâu? Con cá, tại sao ghi cá chi? Thế là còn lại chữ “tươi”, rồi giờ nghĩ đi, đồ tươi không bán không lẽ bán đồ ôi thiu à? Nghe kịp không?

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

Chuyện đó chuyện ruồi bu nhưng nó có một giá trị, có ý nghĩa rất quan trọng trong bài giảng của tôi, đó là: Sống trong đời sống mình phải biết cái gì là trọng điểm để khi cần **bỏ đi không có nghĩa là làm mất cái quan trọng mà bỏ đi là dành thời giờ cho cái quan trọng**. Có hiểu không?

Ông Einstein có câu nói tôi rất tâm đắc, ông nói thế này: **Đơn giản là cần thiết nhưng đơn giản quá coi chừng thiếu, đầy đủ là cần thiết nhưng đầy đủ quá coi chừng thừa/ dư**.

Và, đa phần chúng ta đều mắc lỗi đó.

Ở Kālāma năm nay là 2023, sau 3 năm dịch, chúng tôi trở về đó thì có một số Phật tử Việt Nam qua giúp. Có anh đó đơn giản đến mức mà ảnh đi chỉ đem theo cái balo thôi, qua tới nơi ảnh mới biết ảnh quên đem quần soọc và sạc điện thoại. Các vị hiểu không? Có nghĩa là ảnh thích đơn giản nhưng ảnh đơn giản tới mức mà thiếu. Và có những người họ đầy đủ đến mức mà dư. Vì sao? Vì 2 người này không để ý chữ trọng tâm, trọng điểm.

Đêm nay tôi muốn nói, xin gợi ý các vị trong bài giảng ngắn thôi: **Cái gì là trọng điểm của người Phật tử?**

Cuộc đời của mình mấy chục năm, thế giới thì mênh mông, bao nhiêu thứ rắc rối, phức tạp giữa một núi rắc rối, phức tạp làm sao mình có thể dễ dàng chọn ra cái trọng điểm?

Đức Phật Ngài dạy thế này, thế giới đâu có đa dạng cách mấy thì gom gọn lại nó chỉ là danh và sắc, có nghĩa là nói theo từ ngoài là đời là hồn và xác. Phân tích rộng hơn một chút, thì thế giới này chỉ gồm 5 uẩn thôi: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

- Sắc là hình hài sinh học của mình.
- Thọ là thế giới cảm giác.
- Tưởng là thế giới của kinh nghiệm, của hồi ức.
- Hành là khía cạnh thiện, ác.
- Thức là cái biết của 5 giác quan

Nói mà các vị thấy rối cho nên tôi chỉ nói gọn thôi. Cái gọi là chúng sinh, trong đó có mình, thì gồm có phần hồn và phần xác – phần danh và phần sắc thôi.

Thì mình thấy trong một ngày đời sống của mình rõ ràng nó nằm gọn trong 2 cái này. Còn nếu nói rộng ra thì đời sống của mình nó nằm gọn trong 6 phần: Mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

Thì đầu mình quan sát cuộc đời của mình, thân phận của mình, từng ngày của mình thành 2 phần hay 6 phần thì chốt lại nó vẫn là danh và sắc/ phần hồn và phần xác. Mỗi ngày các vị xem các vị sống nhiều với căn nào trong 6 căn (Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý). Có người sống nhiều với con mắt, buồn vui với con mắt, giàu nghèo với con mắt, chẳng hạn như các họa sĩ, có người sống nhiều với lỗ tai, buồn vui với lỗ tai, chẳng hạn như các nhạc sĩ, và những người thích nghe nhạc, có những người sống nhiều với cái lưỡi, sống nhiều với cái mũi, thích nước hoa, thích dầu thơm, thích chăn êm nệm ấm. Có những người đời sống của họ nặng về cái gì trừu tượng, triết học, chính trị, văn hóa, nghệ thuật,...

Nếu chốt lại mình nhận ra được: Khi mình làm gọn cuộc đời mình lại, mình làm gọn thân phận, mình hài mình lại, thì mình cũng thấy rõ ràng, trong một ngày mình sống nhiều cho tâm linh hay cho thể xác, sống nhiều cho tinh thần hay cho vật chất, là mình thấy ra được. Chắc chắn thấy. Một ngày mình sống nhiều với căn nào trong 6 căn.

Rồi, đi bước thứ hai – trong một ngày như vậy mình thường buồn, vui với cái gì? Mình sống nhiều với căn nào trong 6 căn là đúng rồi, nhưng câu tự vấn thứ hai là một ngày như vậy mình thường buồn nhiều với cái gì, vui nhiều với cái gì, và buồn vui ấy có thật sự hợp lý hay không? Hợp lý là sao? Là nó có thật sự cần thiết hay không, hay nó chỉ là cái ảo tưởng, như mình thích đá gà, mình thích đánh bài khi mình được chơi 2 trò này mình thấy hạnh phúc. Chỉ cần mình bình tâm lại mình nghĩ, 2 trò đó có thật sự làm cho mình hạnh phúc một cách hợp lý hay không? Mai này cái bệnh ập đến, tuổi già ập đến, rồi bao nhiêu vấn đề tiền nong, cơm gạo, áo tiền thì 2 cái trò chơi này nó có khả dĩ giúp gì được cho cuộc đời của mình hay không?

Nhớ nha. Mỗi ngày xem mình sống nhiều với căn nào trong 6 căn? Buồn vui thiện ác nhiều với trần nào trong 6 trần? Và tự xem coi những cái đó, những cái làm cho mình vui, những cái làm cho mình buồn, những cái làm cho mình nặng lòng có thật sự cần thiết không? Các vị hiểu chữ trọng điểm chưa? Tôi nhắc lại hoài.

Khi đức Phật thành đạo rồi, ra đi từ gốc Bồ Đề, bài giảng đầu tiên của Ngài là bài giảng Bốn Diệu đế, đêm nay tôi muốn nhắc lại cái đó. Trong bài giảng chiều hôm qua ở Sài Gòn tôi nói về 12 Duyên khởi, và

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

24 Duyên hệ, trong bài giảng chiều nay ở Hà Nội tôi nói về Bốn Đé. Đây là những nội dung rất là quan trọng.

Tôi xin nhắc lại, rất nhiều người Phật tử nghĩ rằng tôi nghe rồi, tôi biết rồi, cũ xì, cái gì nghe thường thì cái đó bình thường, cái gì bình thường cái đó tầm thường, bởi vì, cũng một vấn đề đó nhưng mà tùy theo tuổi đời, tùy theo tâm thái, tâm cảnh, tâm trạng, cảm xúc, trình độ, hoàn cảnh mỗi nơi mỗi lúc mà chúng ta có nhận thức riêng, có một Chiều nay tôi nhắc lại vấn đề Tứ Diệu Đế để mô tả, minh họa đề tài trọng điểm.

Đức Phật Ngài dạy, trong bài kinh Chuyển pháp luân, nghe cho kỹ, cái này rất quan trọng. Mọi thứ ở đời đều là khổ.

Người chưa làm quen với Phật pháp nghe cái này sốc. Bởi vì rõ ràng tôi đẹp, tôi giàu, tôi trẻ, tôi khỏe, tôi giỏi mà tại sao nói đời là bể khổ? Nó khổ như thế này: Khổ có 2 là Khổ cảm giác và Khổ bản chất. Khổ cảm giác là cái gì làm tôi khó chịu. Nhưng khổ bản chất là chỉ chung cho cái gì bấp bênh, bất trắc, khó lường, cái đó được gọi là Khổ bản chất. Cái gì là bất trắc? Cái gì là khó lường? Toàn bộ con người chúng ta, toàn bộ những gì chúng ta có đều là bất trắc, khó lường. Tại sao tôi nói như vậy? Là chỉ vì giờ các vị ngủ một đêm, sáng ngày dậy, liệt nửa người thì 800 tỷ cũng bằng 0, nếu nặng lòng với cuộc sống hôn nhân thì người vợ hoặc người chồng mình có người khác thì 800 tỷ cũng bằng 0, đừng nghĩ rằng 800 tỷ đó có thể xóa nhòa, phủ lấp cơn đau của một cuộc hôn nhân đổ vỡ. Không dễ đâu. Chỉ cần một cọ quẹt, một va chạm nhỏ trên đường, chỉ cần một cơn bạo bệnh, trọng bệnh, chỉ cần một cơn trục trặc trong hôn nhân, chỉ cần con cái có vấn đề thì bao nhiêu tiền bạc cũng bằng 0. Đó là bằng chứng cho thấy những gì chúng ta có rất là bất trắc. Bất trắc theo 2 hướng: Một là mình bỏ nó mà đi, hai là nó bỏ mình mà đi, ba là mình không còn thiết tha với nó nữa. Căn bản là một là nó bỏ mình, hai là mình bỏ nó.

Cho nên, đức Phật Ngài dạy, chuyện đầu tiên, **mọi thứ ở đời đều là Khổ**. MỌI THỨ. Không loại trừ cái gì hết, kể cả tám thân 32 hảo tướng của đức Phật Ngài vẫn gọi đó là Khổ. Là vì sao? Vì trong hình hài đó Ngài vẫn phải đói, lạnh, già, bệnh và cuối cùng, phải bỏ nó mà đi, gọi là Khổ, Khổ bản chất; còn khổ cảm giác thì đức Phật vẫn bị lạnh, bị nóng như mình, mặc dù trong kinh nói Ngài có một thể lực rất là tốt. Nhưng mà tốt có nghĩa là không tệ chứ còn Ngài vẫn phải bị bệnh, vẫn phải bị già, vẫn phải bị nóng, vẫn phải bị lạnh, vẫn bị muỗi chích đốt như mình vậy thôi. Không cần thân thánh hóa đức Phật một cách cuồng tín, mù quáng.

Chuyện đầu tiên, MỌI THỨ LÀ KHỔ.

Cái thứ hai, nếu mọi thứ là khổ thì NHỮNG GÌ TA THÍCH, TA GHÉT ĐỀU LÀ KHỔ. Ta thích cái gì cũng là thích trong khổ, mà khi ta thích trong khổ = ta đang kín đáo đầu tư một cái khổ mới.

Sự thật thứ ba, MUỐN HẾT KHỔ ĐỪNG THÍCH TRONG KHỔ NỮA. Ngày nào không còn thích trong khổ nữa ngày đó được gọi là chứng Diệt Đế. Khi mình sống bằng 3 nhận thức này:

- (1) Mọi thứ đều là khổ
- (2) Thích cái gì cũng đều là thích trong khổ và đầu tư trong khổ
- (3) Muốn thoát khổ thì đừng có thích trong khổ nữa.
- (4) Sống và hành động bằng 3 nhận thức này chính là con đường thoát khổ.

Với chừng đó giáo lý tự nhiên chúng ta thấy được cái gì là trọng điểm rồi.

Đức Phật Ngài dạy, một người trong đời nếu biết Phật pháp phải chia sự cố gắng, nỗ lực ra 4 thứ:

- (1) Mình còn cái thân này mình phải chăm sóc và nuôi dưỡng nó, cũng phải có chút nỗ lực chứ.
- (2) Mình còn sống giữa cuộc đời này mình còn có những quan hệ gia đình, quan hệ xã hội thì như vậy, để sống được ở đời chúng ta phải dành cho chuyện đối nhau, thù tạc nhau, quan hệ cộng đồng xã hội một phần nỗ lực.

Nỗ lực thứ nhất là lo cho tám thân sinh học này. Thứ hai là chúng ta phải có chút cố gắng giữ quan hệ xã hội gần hoặc là xa, trực hay gián tiếp.

- (3) Làm gì thì làm, sống phải vui, sống phải có được nụ cười trên môi. Đó là cái nỗ lực thứ ba. Làm sao ngay trong đời sống này mình được vui. Chứ còn mình nói mình là người trí thức, mình là người giàu, mình là tăng, là ni, mình là Phật tử trong khi mình không có khả năng sống an lạc ngay tại đây và bây giờ, chưa xong, không thể xong được.

Nhớ nha. Nỗ lực thứ nhất là đối với tám thân sinh học này, tắm rửa, ăn uống, chăm sóc, còn mấy bà mấy cô thì phấn son, soi gương, quần là áo lụa, mắt kính, đồng hồ, dây nịt, giày dép; còn mấy ông gọn hơn một tí nhưng có nhiều ông cũng fitness, cũng gym, 6 múi, 3 múi, 2 múi, còn người không quan tâm ngoại hình ít nhất cũng phải giữ cho được đường trong máu, không ăn quá mặn, không ăn quá ngọt, bảo đảm

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

sức khỏe cho tim mạch, cholesterol, nó cũng là cố gắng. Cố gắng đầu tiên là cố gắng duy trì tâm thân sinh học

Cố gắng thứ hai là cố gắng duy trì quan hệ xã hội.

Cố gắng thứ ba là làm sao có đời sống vui vẻ.

- (4) Cố gắng thứ tư, bắt buộc phải có, đó là đời sống tâm linh. Giả định như có đời sau kiếp khác, thì kiểu sống của mình bây giờ liệu có phải là sự chuẩn bị tốt hay không? Nếu có đời sau kiếp khác. Trong bài giảng tại Hà Nội này tôi thử, tôi không xem các vị là Phật tử, tôi đang nói chuyện với các vị không phải là Phật tử, sẽ hiểu tôi dễ hơn.

Giả định như có đời sau kiếp khác, thì những nỗ lực chăm sóc thân thể có giúp gì cho kiếp sau hay không? Giả định có đời sau kiếp khác thì những nỗ lực củng cố quan hệ xã hội có giúp gì hay không? Thứ ba, giả định có đời sau kiếp khác thì những nỗ lực có đời sống vui vẻ trước mắt có giúp được gì hay không? Nếu không thì chúng ta bắt buộc cần đến nỗ lực thứ tư: Đó là trang bị, chuẩn bị cho mình một đời sống tâm linh.

Tôi chỉ giả định thôi, giả định như Phật nói đúng. Giả định như đối với chuyện luân hồi tái sinh, giả định như trên đời này có đau khổ thì có giải thoát, có phàm thì có thánh, giả định như vậy, thì liệu đời sống hiện tại của ta có đủ để xem là một chuẩn bị cần thiết hay không? Đó chính là trọng điểm của đêm nay.

Như vậy cuộc đời mình có 4 trọng điểm:

- Trọng điểm thứ nhất, đừng cực đoan cho rằng tu là bất chấp, cái đó tôi thấy có hơi bị nhiều, ăn chay xong xanh lét thiếu tùm lum chất, ăn ngọ bất chấp đau bao tử, không được. Phải xem nó là một trọng điểm. Nhưng vừa phải thôi. Vì sao? Vì Einstein có nói “Đơn giản quá coi chừng thiếu, đầy đủ quá coi chừng dư” Cho nên, dầu nó là trọng điểm cũng phải xăm lên người câu đó. Xem cái gì là trọng điểm vẫn phải xăm nó lên “Đơn giản quá coi chừng thiếu, đủ quá coi chừng thừa”.

Theo lời Phật, mình không thể nào cực đoan, phiến diện, một chiều, một lè. Con đường phải có lè phải lè trái chứ, con người phải 2 tai, 2 mắt, 2 cánh tay, không thể nào một chiều được hết. Cho nên, chuyện đầu tiên, trọng điểm thứ nhất đó là chăm sóc sức khỏe.

Trọng điểm thứ hai, sống sao cho dễ thương chút. Đó là quan hệ xã hội. Chứ tôi không bắt các vị quen biết ông này bà nọ. No. Tôi chỉ đề nghị sống sao cho dễ thương tí. Dễ thương là sao? Anh hãy đối xử với người ta theo cách mà anh muốn được người ta đối xử. Đó là công thức vàng. Anh hãy đối xử với thiên hạ theo cách anh muốn được người ta đối xử. Anh muốn được người khác tôn trọng anh trọng người ta một tí, anh muốn người khác thương anh anh phải thương người ta một tí.

Trong bài giảng chiều hôm qua ở Sài Gòn tôi có kể một đoạn kinh. Lần đó Thế Tôn đến thăm viếng 3 vị tỷ-kheo Ngài hỏi: Các người trong mùa an cư vừa rồi có an lạc lắm không? Anh em có hòa thuận, đoàn kết không? Ba vị mới trả lời: Bạch Thế Tôn, chúng con rất là an lạc, rất là đoàn kết, rất là hòa thuận, vì chúng con sống theo nguyên tắc - Bỏ tâm mình chạy theo tâm người, nghĩa là quét nhà, xách nước, dọn dẹp, phủi bụi, lau dọn, thấy điều nghĩ đến người khác, mong người khác được thoải mái.

Liệu chúng ta có sống được như vậy không? Khó lắm.

Mình chỉ biết lo cho cái người của mình thôi. Khổ vậy đó.

Sẵn đây tôi nói luôn, chúng sanh trong đời có 5 hạng, tự xem mình là hạng nào. Hạng thứ nhất, chỉ biết có mình thôi. Đó là một số động vật cấp thấp, những động vật không biết sống bầy đàn, các vị biết con gì mà, rất là nhiều con không biết sống bầy đàn, chỉ biết sống có mình nó thôi. Trong đó có con người nữa. Những người chỉ biết sống cho mình đó là động vật cấp thấp.

Phân loại của đạo Phật không hề giống phân loại của khoa học. Phân loại khoa học là chủng loại sinh vật, nhưng trong đạo Phật không dựa vào chủng loại mà dựa vào cái tâm.

Có lần đó, Easop ông làm nô lệ cho một ông nhà giàu, tánh ông rất là ki bo, ganh tị, cả đời ông không biết tiệc tùng gì hết, ông thấy hàng xóm ai tiệc tùng ông ghét lắm. Bữa ông thấy hàng xóm đông người vào ra, nói cười vui vẻ, thấy hình như có mùi thức ăn, ông mới kêu ông Easop qua coi tụi nó làm gì bên. Easop về nói, tụi nó ăn tân gia. Ông chủ hỏi, đông không? – để con qua con coi lại lần nữa. Ông qua ông đếm xong ông về ông nói, bên đó có 1 người. Ông chủ nói, mà có khủng không? Nó la um sùm như vậy mà tại sao có 1 người? Dạ, trong hình hài thân phận này con đâu có dám vô trong, con đếm từ bên ngoài thôi, con đếm bằng cách, con khiêng một khúc cây, con để trước cổng coi ai đi ngang coi họ làm sao, thì con thấy nguyên đám tiệc ai đi ngang cũng tránh, có một anh ảnh cúi xuống đời nó qua một bên, đối với con đó là con người.

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

Các vị hiểu rồi.

Đối với tôi nếu các vị hỏi tôi ai là Phật tử, chắc có lẽ tôi lấy câu chuyện đó ra tôi đo lại. Đối với tôi, đừng có hồng mà áo lam, pháp danh, chuỗi, đồng phục, chưa chưa. Cho tôi hỏi 3 câu thôi, trả lời xong tôi mới nói là Phật tử. Chứ nhiều người tôi hay nói hoài “ở ngoài áo lam ở trong dao lam”, cho nên khó nói lắm.

Được gọi là Phật tử là chúng ta có nội hàm, có cái bên trong. Trong ngoài phải ok.

Cho nên, bốn cái trọng điểm của mình là gì?

Thứ nhất, **phải biết chăm sóc sức khỏe**. Tại sao đêm nay tôi nhấn mạnh cái đó? Bởi vì, đã nói pháp tu, trong kinh dạy rất rõ, muốn tu Tuệ quán mà được tiến bộ tốt đẹp là phải quan tâm cái gì?

- Thực phẩm
- Trú xứ
- Y phục
- Pháp môn
- Thầy bạn

Chứ không phải đơn giản đâu. Thực phẩm không thích hợp, trú xứ không thích hợp, thầy bạn không thích hợp, pháp môn, đề mục không thích hợp thì không dẫn đi đâu đâu. Điều đó cho thấy rằng, mặt sinh học, mặt thể chất rất quan trọng, nó cần được chăm sóc. Đó là trọng điểm 1. Nhưng nên dành cho nó bao nhiêu phần trăm?

Cái thứ hai là **mối quan hệ xã hội**. Không cần mình phải quen biết người này người kia, mà chỉ cần **sống dễ thương, ai gặp mình họ cũng mến, đó là quan hệ xã hội**.

Cái thứ ba, **sống sao cho vui**. Cái đó được gọi là đời sống an lạc trước mắt.

Nhưng có cái thứ tư mới ghê.

Giả định như có đời sau kiếp khác, giả định có luân hồi – giải thoát thì chúng ta sống như thế nào? Giả định có cõi trời, giả định có cảnh giới an lạc thì kiểu sống của mình bây giờ có đủ đưa mình về đó hay không? Và đó chính là một pháp quán niệm trong kinh Thanh tịnh đạo, trong cả Tăng Chi, Chánh tạng cũng dạy rất rõ, trong các pháp quán niệm của người tu Phật có pháp niệm Thiên.

Niệm Thiên đây không phải là cầu trời phù hộ, không phải. Mà niệm Thiên là xét rằng chư Thiên trên các cõi vì đâu, nhờ đâu mà được về trên đó, nhờ những hạnh lành nào? Hào sảng, từ tâm, thông cảm, trí tuệ, kham nhẫn, thiền định, chánh niệm, tâm, úy, chánh tín, ... với những đức lành đó họ mới về các cõi trời. Mình tự xét xem hôm nay đời sống tâm linh, đời sống tu học của mình có đủ để mình về với họ hay không?

Mỗi ngày thay vì vào lễ Phật đọc những thứ mình không hiểu, làm ơn nhắm mắt lại xét dùm đi, **xét dùm những vị trời từ Dục thiên tới Phạm thiên họ nhờ đức lành nào họ được về trên đó, thì giả định những cõi đó có thiệt thì liệu Phật chất, Phật tâm của mình có đủ để cho mình về cộng trú, cộng hưởng, cộng sinh với mấy vị đó hay không?**

Chuyện đơn giản thôi.

Hôm nay trong thân phận một con người chúng ta phải có những điều kiện tối thiểu để chúng ta có thể sống với một tầng lớp nào đó trong xã hội, chúng ta có biết không? Hà Nội tôi không rành nhưng tôi biết Sài Gòn có những con phố mà anh phải có khoảng chừng trăm tỷ anh mới vô đó được, ít nhất giữa anh với tôi có điểm tương đồng đó là tiền. Và có những chỗ trên đất Hà Nội này hình như thiếu nhan sắc vào không được, có đúng không? Có không? Có. Ở đất Hà Nội này có những chỗ anh thiếu nhan sắc anh vào không được, anh thiếu tiền anh vào không được, anh thiếu thể lực anh vào không được, anh thiếu quan hệ xã hội anh vào không được, anh thiếu quyền lực chính trị anh không vào đó được. Có đúng không?

Cho nên, trong kinh dạy rất rõ, có những giống cây chỉ mọc ở sa mạc, có những giống cây mọc ở vùng nước lợ tí mặn tí ngọt, có những giống cây nó sống hẳn vùng mặn và có những giống cây sống hẳn vùng ngọt, có những giống cây nó sống dưới sinh, có những giống cây nó sống trên cát, có những giống cây nó sống trên đất phèn, có những giống cây nó sống trên đất đỏ, ... ở đời này giả định như luân hồi, tái sinh là có thiệt thì tôi đoán chắc 1000% chúng ta sẽ trở về nơi chốn nào tương ứng với bản chất của mình. Nghe kịp không? Nếu mình là giống cây sống đất mặn thì nó về chỗ mặn nó sống.

Chúng ta có 2 cách cộng nghiệp để về sống với nhau:

- Một là do cộng nghiệp chúng ta phải về sống với nhau theo chương duyên. Là sao? Về để đày đọa nhau. Có không ta? Bao nhiêu đứa nó không lấy nó lấy đúng cái thằng về nó đánh má nhìn không ra. Bao nhiêu con nó không ưa nó ưa ngay chóc con Lan, con Cúc, tẻ hơn vợ thằng Đậu. Tại sao

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHƯA HIỆU ĐỊNH – XIN TRÁNH IN ẮN PHỔ BIẾN

vậy? Vì có cái cộng nghiệp, giữa 2 người có điểm tương đồng nào đó, để nó về với nhau, nó đày đọa nhau, nó làm hiu hắt đời nhau.

- Có trường hợp nó cộng nghiệp để nó về sống với nhau theo hướng tích cực. Nó về nó làm cho đời nhau đẹp hơn, vui hơn, tươi hơn, tiến bộ hơn. Có đúng không?

Cho nên, có 4 trọng điểm:

- Trọng điểm một, sức khỏe trước cái đã, có sức khỏe mới làm nền cho cái khác, mặc dù sức khỏe không phải là tất cả. Tiền không phải là tất cả nhưng thiếu tiền tất cả không làm thành. Sức khỏe cũng vậy, phải có sức khỏe.
- Trọng điểm thứ hai là quan hệ xã hội.
- Trọng điểm thứ ba là niềm vui trước mắt trong đời sống. Đừng có lo tâm linh quá mà quên đi sự thoải mái nhất định trong đời sống.
- Cái thứ tư là chuẩn bị cho đời sống tâm linh. Đời sống tâm linh đó là gì?

Tôi đã nói 100 lần giả định, giả định như luân hồi có thật, giả định như có một cứu cánh Niết Bàn, giả định như có đời sau kiếp khác thì nếu có một cứu cánh Niết Bàn, có đời sau kiếp khác thì địa điểm, nơi chốn ấy chắc chắn chỉ dành cho người nào có nội hàm, có nội dung tâm linh tinh thần tương ứng với những thành quả đó.

Các vị tưởng tượng đi. Tham sân si một bụng, niệm Phật trên môi mà cầu về cõi Phật là Phật nào chứa? Tu ở đâu thành ở đó. Tu ở miệng là sen nở ở miệng, nguyên phần còn lại phàm. Mà các vị nghĩ có cái tật nào cho bằng sen mọc trên môi. Một chút xíu là sút môi rồi nói gì nó mọc nguyên một đóa trên đó. Tôi không nói đùa. Chỉ biết ngồi thiền thôi mà tâm không thiền, thì sen nở dưới móng mình. Tôi đang nói rất nghiêm túc. Ngồi thiền, niệm Phật, lần chuỗi vẫn là tâm. Nghe kịp không? Tâm có tịnh.

Lạy Phật là lạy cái gì? Ân đức Phật mênh mông, nhiều lắm, mình chỉ lạy mấy điều thôi:

- Thứ nhất là Bi đức. Ai Phật cũng thương, dầu người muốn giết Ngài hay người hiến mạng Ngài thì Ngài coi như nhau. Ngài nhìn chúng ta như người mẹ nhìn bầy con đứa xấu đứa đẹp đứa giàu đứa nghèo đứa khùng đứa tỉnh đều thương hết. Đó gọi là Đại Bi của Phật.
- Cái thứ hai là Đại Trí của Phật. Cái gì Phật cũng biết.
- Cái thứ ba là Đại Tịnh đức của Ngài. Đức lành nào Ngài cũng có: Từ Bi, kham nhẫn, trí tuệ, hành xả, tinh tấn,...

Bi đức, Trí đức và Tịnh đức, lạy Phật là lạy ba cái đó. Nếu thấy không rõ thì lạy thêm 3 lạy nữa.

- Thứ nhất, Thế Tôn không thể giúp cho con đời đời không chết nhưng Thế Tôn có thể giúp cho con không còn sợ chết nữa. Nếu con hiểu đúng và làm đúng lời Thế Tôn.

Nói đến đây tôi phải nhắc câu chuyện quan trọng lắm.

Có một anh tín đồ Hồi giáo ảnh vào gặp vị giáo sĩ, hỏi Thưa thầy con yêu đời này quá, con không muốn chết, thầy coi kỹ trong kinh Coran coi có cách nào giúp cho con đời đời bất tử không chết hay không? Con không muốn chết, con sợ chết lắm thầy; Ông giáo sĩ Hồi giáo, ông cười, con muốn đời đời bất tử con phải lập gia đình đi. Không ai hiểu được, kể cả anh chàng đó. Ảnh nhắc lại: Thưa thầy, thầy có nghe rõ câu hỏi của con hay không? Con không muốn chết, con sợ chết lắm, có cách nào mà con không chết không thầy. Ông thầy nhắc lại lần nữa. Đã nói rồi, về lập gia đình đi, lấy vợ đi. Ảnh nói, thầy giải thích cho con nghe được không? – Được, con lấy vợ rồi con thấy không còn muốn sống nữa.

Tôi biết 99.9% pháp hội nghĩ đó là câu chuyện đùa, tuyệt đối không. Vô cùng vô cùng nghiêm túc và Phật chất đầy ắp trong câu chuyện đó. Tại sao phải tu Tứ Niệm Xứ? Tại sao? Tu Tứ Niệm Xứ là chánh niệm và trí tuệ, tu Tứ Niệm Xứ là biết rõ 2 chữ How và What. How = tôi đang như thế nào? Đi đứng, nằm, ngồi, tiêu, tiểu, tắm, rửa, cầm lên, để xuống, nói cười, biết rõ. Còn Tuệ là gì? Tuệ biết rõ cái gì đang diễn ra, đang xảy ra. Tôi đang uống nước với tâm sân, tôi đang ăn cơm với lòng bực bội, tôi đang ngồi với sự dễ chịu, với tâm tham ái, biết rất rõ. Và khi mình sống chánh niệm như vậy các vị sẽ không thấy đời sống ngọt như mình nghĩ.

Nhắm mắt lại, ngồi yên trong vòng 10 phút thôi, nó đau nó ngứa nó nhột từ trên đầu xuống tới cái mông, thử đi.

10 ngày nữa chúng tôi ra, chúng ta sẽ thử nghiệm thế này. Mỗi ngày chúng ta có 1 giờ đồng hồ pháp luận, các vị hỏi tôi trả lời hoặc tôi giảng, xong mình tắt đèn mình ngồi với nhau 30 phút. Phải có ngồi như vậy nó mới nảy ra vấn đề mình lấy ra ngồi với nhau tiếp. Tại sao có cái đó? Bởi vì có một số người mời chúng

LƯU Ý: BẢN NHẬP CHƯA HIỆU ĐỊNH – XIN TRÁNH IN ÁN PHỔ BIẾN

tôi trưa nay, chứ không phải chúng tôi ra đây. 10 ngày nữa chúng tôi trở lại. Tức là chúng ta sẽ nói chuyện với nhau 1 giờ, ngồi với nhau nửa tiếng. Và tại sao không thể nhiều hơn? Nhiều hơn nó sẽ ngủ ngon lắm. Cho nên, 10 ngày nữa chúng ta sẽ có dịp thử.

Lúc đó các vị sẽ có dịp thăm thía cái tôi đang nói.

Sống đúng lời Phật, chánh niệm đi thì sẽ thấy thế giới này nó lạ lắm, nó không như mình nghĩ, mình sẽ thấy mình và thế giới này ở một chiều không gian khác.

Nếu các vị không tin tôi chứng minh ngay bây giờ khỏi cần thiên gì hết. Các vị có tin cũng trong căn phòng máy lạnh đó cũng với sự phục vụ chu đáo đó mà có lúc chúng ta thấy thoải mái, có lúc chúng ta thấy như ngồi trên lửa. Có không? Hiểu chưa? Bởi vì lúc đó chúng ta đang nhìn thế giới ở một chiều không gian khác. Đúng không?

Mình đưa bà hàng xóm đi bệnh viện vì bà neo đơn, mình ngồi ngoài mình chờ, nó khác với chuyện mình đưa người chí thân của mình đi nhập viện và mình ngồi mình chờ, tại sao vậy? Vì cái nhìn của mình về 2 đối tượng nó khác nhau. Có đúng không?

Mình nghe nói có người chết đuối, từ Việt Nam kêu là đuối nước, nếu trước khi đi mình nhìn quanh nhà không thiếu em nào hết thì mình sẽ đi coi với tâm trạng khác, nhưng khi mình nhìn quanh trong nhà thấy sót một người là mình đi với tâm trạng khác, đúng không? Hiểu chưa?

Trong đời này có bao giờ các vị mong rằng mình suy nghĩ sai không? Ai cũng muốn mình thông minh, ai cũng muốn mình luôn luôn chính xác, nhưng có bao giờ mình muốn mình phán đoán sai lầm không? Chẳng hạn như bà má mình bà bị lẫn, cả ngày nay không thấy, có người họ báo cho biết vừa tìm thấy xác người già dưới mé sông, chuyện đầu tiên là mình nghi đó là mẹ nhưng mình có mong đó là sai không? Giờ hiểu chưa? Mình nghe ông xã mình đang ngồi ăn chè ăn cháo với cô nào đó đẹp lắm, mình cứ mong đó là người bà con xa. Nghe kịp không? Có hiểu không? Mặc dù mình ghen nhưng mình cũng mong mình sai trong vụ này, lần đầu tiên mình mong mình ngu.

Tôi quay trở lại vấn đề. Thế giới này vẫn vậy thôi vấn đề là ta nhìn nó ở góc độ nào, từ nền tảng tâm thức nào. Cho nên, trọng điểm thứ tư là gì? Chúng ta không chỉ có chuyện ăn mặc, cơm gạo áo tiền mà nó còn chuyện nữa đó là đời sống tâm linh.

Có những câu kinh đặc biệt lắm mà mình không có để ý: “Này các tỳ-kheo, hãy buông bỏ những gì không thuộc về các con, nhờ vậy các con sẽ được an lạc” Nghe hiểu không? Hãy buông bỏ, đừng tiếp tục cầm nắm cái gì không thuộc về mình, nhờ vậy các con sẽ được an lạc. Tại sao vậy? Vì nó không thuộc về mình thì sớm muộn các con sẽ mất nó. Cái gì không thuộc về các con? Hình hài này và những gì các con nghĩ là của mình. Có nghĩa là bỏ sạch.

Bỏ ở đây có 2: Bỏ bằng tay và bỏ bằng tâm.

Bỏ bằng tay là mình buông nó ra, là bỏ bằng tay. Còn bỏ bằng tâm là ly khai ngay trong tinh thần. Cho nên, bố thí có 2: Bố thí theo cách thả chim và bố thí theo cách thả diều. Thả diều có nghĩa là mình kêu thả nhưng giữa mình với vật thả còn sợi dây. Còn thả chim thì sao? Buông nó ra thì giữa mình với con chim không còn ràng buộc nào nữa. Bố thí cúng dường mà lòng còn mong đợi gì đó, đó là bố thí kiểu thả diều. Hiểu không?

Cái này mới quan trọng, ai bố thí bằng tâm vô lượng thì công đức vô lượng. Ai bố thí bằng tâm hữu hạn thì công đức hữu hạn. Rất là logic, rất là khoa học.

Nói như vậy không có nghĩa là mình bố thí mình không cầu công đức, mà hãy nhớ câu kinh này. Trong kinh kể có một ông cư sĩ, ông ra đặt bát cúng dường cho một vị tỳ-kheo khát thực, đó là một vị A La Hán, ông cư sĩ này không biết đó là vị A La Hán nhưng ông để ý ngài nhiều ngày ông thấy nét mặt của ngài là nét mặt của người giải thoát, không giận, không tham, không thương, không ghét, ông để ý lâu ngày ông thấy, ngài không màng gì hết, ông ra ông để bát ông nguyện thế này “Do công đức cúng dường này, con xin nguyện một điều thôi, sẽ có một ngày con không còn gì để nguyện”. Hiểu không? Do công đức này, con xin nguyện một điều thôi, sẽ sớm đến một ngày con không còn gì để nguyện. Hiểu hả? Có một ngày con không cần giàu nữa, con không cần đẹp nữa, con không cần trẻ nữa, con không cần chồng con thương con, vợ con thương con, con không cần xã hội, một ngày nào đó con thấy đến và đi chỉ là một.

Chưa hết, chuyện này dành riêng cho mấy cô Hà Nội.

Lúc Thế Tôn viên tịch, báu thân còn để ở trong kim quan (áo quan) có rất nhiều thương gia, tướng lãnh, đại thần, học giả, tu sĩ muôn phương về châu hầu lễ bái trong đó có một cô tiểu thư giàu cực kỳ, cổ quý sụp xuống trước linh sàng có kim thân Thế Tôn, 2 tay cô nâng lên một cái mâm đựng đầy châu ngọc, thật ra không phải châu ngọc mà nguyên một bộ nữ trang, nó quý hiếm đến mức toàn Ấn Độ chỉ có 2 bộ thôi. Của bà Visākḥā một bộ và của cô một bộ. Bộ của bà Visākḥā thì phải đem phát mãi để xây chùa Đông

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

Phuong, còn bộ thứ 2 không ai biết, mãi về sau Thế Tôn viên tịch thì bộ đó mới xuất hiện. Có nghĩa là bộ kim cương của Elizabeth - rác rưởi. Nàng quỳ xuống nàng dâng mà nàng khẩn một câu mà tất cả phụ nữ Sài thành nên học tập, quỳ sụp xuống, lạy 3 lạy, khẩn “ Bạch Thế Tôn, Thế Tôn không còn nữa nhưng con vẫn khẩn như là Ngài đang ở đây, suốt một đời con coi đây là dụng cụ làm đẹp, con quý như là mạng của con, hôm nay con có dịp gặp Thế Tôn con cúng dường đê người ta dùng nó vào chi phí trà tỳ, tống táng Thế Tôn, con chỉ nguyện một điều thôi, kiếp nay con đẹp là nhờ nó, khi con cúng dường Thế Tôn bộ trang sức này con nguyện đời đời con không cần nó mà con vẫn đẹp”

Tôi mê mấy câu nói đó lắm:

- Câu thứ nhất: Sợ chết không muốn chết, muốn đời đời bất tử thì lập gia đình đi, lúc đó sống không bằng chết, chỉ có đũa đó mới không sợ chết, mà khi nó không sợ chết nó đâu cần bất tử.
- Câu nguyện thứ hai rất là hay, đó là: Bạch Thế Tôn, một đời này con xem bộ trang sức này là dụng cụ làm đẹp, con cúng dường cho kim quan Thế Tôn con chỉ mong một điều thôi là đời đời kiếp kiếp ngày nào còn sanh tử trăm luân con không cần đến nó mà con vẫn đẹp.
Nhiều người đeo cả núi vẫn xấu, có người không đeo vẫn đẹp. Tôi không nói ai ở đây hết, tôi giảng tôi nhắm mắt mà.

Như vậy đêm nay chúng ta nói với nhau cái gì?

Đó là trọng điểm thứ tư. Bốn trọng điểm nhưng cái này là trọng điểm của trọng điểm. Nếu có đời sau kiếp khác thì kiểu sống chánh niệm chính là kiểu sống mà được xem là sự chuẩn bị tốt nhất cho đời sau kiếp khác, là vì sao? Là vì thế giới này bị gọi là đau khổ là vì chúng ta sống mà không biết rằng mình đang sống, hoạt động mà mình không biết mình đang hoạt động, nói năng, tư duy mà không biết rằng mình đang nói năng, tư duy; từ chỗ hành động và sống trong sự vô tri cho nên chúng ta mới có khả năng mạnh động.

Chẳng hạn như, người tâm thần, người say rượu, trẻ con, người lú lẫn. Tôi nhắc lại, người tâm thần, người say rượu, trẻ con, người lú lẫn, đây là những người vô tri, từ vô tri nó mới mạnh động được.

Thì ở đây Tứ niệm xứ là gì? Đơn giản thôi, đừng lụy sách thiên nhiều quá, biến pháp môn Tứ niệm xứ thành ra một cái gì đó nó xa lạ với mình. Thật ra pháp môn Tứ niệm xứ chỉ đơn giản tiếp tục đi, đứng, nằm, ngồi như chính mình bao nhiêu năm nay, chỉ khác có một điều thôi, xưa giờ mình là một cái xác chết chưa có chôn, là vì mình ăn uống, đi đứng không biết, chỉ là cái xác chưa có chôn. Kể từ hôm nay mình hãy sống như một con người chưa chết, một cách tỉnh thức, không tham dự, không can thiệp. Có hiểu 2 chữ này không?

Không cầu tâm thiện, cũng không chạy trốn tâm ác, mà hãy bình thản xem cái gì đang xảy đến, tôi đang ganh tị biết tôi đang ganh tị, tôi đang thương nhớ biết tôi đang thương nhớ, tôi đang ghen tuông biết tôi đang ghen tuông, tôi đang ăn ngon miệng biết tôi đang ăn ngon miệng, tôi đang bực mình biết tôi đang bực mình, đang ngứa, đang nhột, đang đau nhức, tê buốt, biết; cái đó nó đang có mặt ở tôi. Chỉ vậy thôi. ĐỪNG KIẾM TÌM, ĐỪNG TRỐN CHẠY. Chỉ ngồi yên nhìn cái gì đang diễn ra. Để làm cái gì?

Buổi đầu thì không có gì nhưng nó sâu chỗ này nè. Khi ngồi yên quan sát mọi thứ đang diễn ra, chúng ta có được cùng một lúc rất nhiều bài học, thì ra sự hiện hữu này là khổ. Kéo dài đời sống trong cuộc đời này chỉ là của nợ thôi. Nó là khổ.

Thứ hai, khi quan sát mới thấy rằng thân tâm này, đời sống này nó là sự lắp ráp. Có nghĩa là không có gì là một hết, nó do nhiều thứ cộng hưởng lại, nó mới làm nên cái gọi là nụ cười hay giọt lệ, có đúng không? Các vị nói với tôi, răng của tôi, môi của tôi, miệng của tôi, tôi muốn cười lúc nào tôi cười, có đúng không? Chưa chắc. Đang ngồi nghe cái beng, móc cái phone ra thấy cái tin nhắn, cười không nổi, chỉ một tin nhắn thôi, mà nhiều khi người ta gửi lộn nữa. Tôi nhớ có cái ông đó, ông đang ngồi quán thì có phone gọi vô, anh à, có cái áo lông đẹp quá em lấy nha? Em cứ lấy. Anh à có chiếc nhẫn mới ra, em lấy nha? Em cứ lấy. Anh à, tháng tới em đổi xe nha? Em cứ lấy. Ông bạn ngồi ăn kế bên, trời ơi sao bữa nay anh bảnh quá vậy? – có gì đâu, lộn số. Chết cái thằng kia kia, không biết thằng đó là thằng nào, chắc chắn thằng đó không ngồi trong đây.

Có hiểu không? Chỉ cần một tin nhắn thôi đủ để làm đọa đày chúng ta rồi. Chỉ có tu Tứ niệm xứ chúng ta mới có dịp thấy ra được những bài học xuất sắc này :

Thứ nhất, thì ra hiện hữu đều là khổ.

Thứ hai, mọi thứ đều là lắp ráp, không có gì là một. Mọi thứ nó là sự cộng hưởng, cộng sinh, lắp ráp và ghép nối của vô số thứ.

Cái thứ ba, mình thấy rằng mọi thứ do duyên, mọi thứ không do đáng chí tôn nào sáng tạo, an bài, cũng không phải ngẫu nhiên mà mọi thứ đã đến do các điều kiện hợp lý. Có hiểu không?

LƯU Ý: BẢN NHÁP CHƯA HIỆU ĐỊNH – XIN TRÁNH IN ẤN PHỔ BIẾN

Tôi nhắc lại đoạn ngắn thôi. Chiều hôm qua tôi giảng ở Sài Gòn, đó là mọi thứ ở đời này do duyên mà có. Duyên có 2: Duyên trợ sinh & Duyên trợ lực. Duyên trợ sinh là những điều kiện mà giúp cho cái gì đó chưa có được xuất hiện; và duyên trợ lực là những điều kiện giúp cho cái đã có mặt rồi được phát triển, lớn mạnh.

Cả duyên trợ sinh và duyên trợ lực mỗi cái nó lại có 4 trường hợp:

- A giúp B bằng cách có mặt trước
- A giúp B bằng cách có mặt sau.
- A giúp B bằng cách cùng có mặt.
- A giúp B bằng cách vắng mặt.

Ai thường nghe tôi giảng có nhớ nội dung này không? Có hiểu không? Có nghĩa là trong đời sống này tất cả những gì mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng tuyệt đối nó có thể là điểm bắt đầu cho một cái gì đó, nhờ vậy mình sống có trách nhiệm với mình, với cuộc đời hơn. Và để có được cái nhìn tinh tường, thấu suốt, rõ ràng, thường trực, liên tục, sít sao, khít khao thì bắt buộc chúng ta phải sống chánh niệm.

Giờ mới hiểu vì sao phải sống chánh niệm là như vậy. Sống chánh niệm – làm gì biết nấy. Thấy nó thường lắm, nhưng cứ sống chánh niệm sẽ thấy những gì nó lạ lắm.

Thí dụ, tôi nói các vị hạn chế thịt cá, dầu mỡ, thường ăn rau trái, tập thể dục, các vị thấy nó thường lắm nhưng thử đi, thử 3 tháng coi.

Nhiều khi mình thấy cái gì đơn giản quá mình thấy nó không có linh, đúng không? Tôi để ý người Việt Nam nó bị cái bệnh, cái gì rõ ràng thấy không có vui, cái gì nó mơ màng, mơ hồ, nó phải tầm tầm mù mù nó mới hay. Đó là lý do vì sao mỗi tình đầu bao giờ cũng đẹp vì lúc đó đang ngu. Chứ rõ rã cạp lại, nó yêu nhau mà nó tình quá nó giống hôn nhau dưới ánh đèn ngàn watt nó hôn không nổi. Nó phải mù mù mờ mờ mới ok. Mỗi tình đầu người ta thương nhau khi cả 2 đứa còn ngu.

Thì ở đây cũng vậy, có tu Tứ Niệm Xứ chúng ta không còn cơ hội để mà sống trong bóng đêm nữa. Và khi mình thấy rõ mọi thứ mình sẽ có cách nhìn khác về thế giới này. Đó chính là trọng điểm thứ tư mà đêm nay tôi muốn nói.

Bà con dầu coi cái gì là trọng điểm đi nữa thì làm ơn có một ngày sử dụng đèn cao áp để soi rọi những góc tối.

Tôi nói cái này rất dễ hiểu lắm nha, nhưng mà thiệt tình, đó là: Căn phòng nào, ngôi nhà nào, thân xác nào, xã hội nào, đất nước nào còn có quá nhiều góc tối chưa được soi rọi thì ở đó hẳn nhiên sẽ còn vô số vấn đề. Để giải quyết một hàm răng đau, thì sao ta? Ông nha sĩ có quyền phanh phui tất cả góc tối của 2 hàm răng, có đúng không? Có hiểu tôi nói không?

Nói tới đây tôi nhớ chuyện nữa.

Có 2 vợ chồng chờ nhau đi nhổ răng, bà vợ nói anh à, ghé chỗ đó đi, ông chồng hỏi tại sao? Chỗ đó người ta để là nhổ răng không đau. Ông chồng nói không đau nhổ chi?

Các vị hiểu tôi nói không? Cái đó mình hiểu sao? Nhổ răng không đau.

Bà vợ kêu ông chồng đi mua cháo lòng cho bà, ông đi về ông nói là ở ngoài đó hết rồi vì nó nói là “Hết lòng phục vụ quý khách”. Bán cháo lòng mà hết lòng thì bán cái gì.

Nhổ răng không đau thì các vị có nên ghé chỗ đó không? Cái chuyện này có thiệt, vào một ngày mưa có vị bệnh nhân vào cho nha sĩ làm việc, cô nha sĩ này sử dụng một lượng thuốc tê cực mạnh để cô làm việc trên hàm răng anh này. Bình thường một lượng thuốc tê vừa đủ thì nó sẽ mất tác dụng trong thời gian bao lâu, ảnh thấy cô này đeo khẩu trang, ảnh đâu biết là ai, ảnh nằm yên cho cô làm, ảnh ngủ quên, ảnh thức dậy, đi về ảnh thấy rằng: Ảnh đã bị nhổ sạch, lý do cô nha sĩ là người tình cũ ảnh bỏ rơi.

Chuyện này tôi không biết độ chính xác được bao nhiêu phần trăm nhưng phải nói đã man thiệt. Phật tử có mặt trong đây ai là nha sĩ làm ơn đừng trả thù kiểu đó.

Tôi muốn nói cái gì? Đất nước nào, cơ thể nào, cộng đồng nào, căn phòng nào, căn nhà nào còn có góc tối chưa được soi rọi ở đó chắc chắn có nhiều vấn đề.

Tu Tứ niệm xứ là gì? Là không để một khoảng tối nào tồn tại. Có hiểu không? Mình còn mơ hồ nghĩ rằng thân này, tâm này, đời sống này, nhà cửa này, tình yêu này, quyền lực này còn thấy nó hay, còn thấy nó đẹp, còn thấy nó cần thiết có nghĩa là chúng ta chưa soi rọi hết mức. Bởi vì nếu rọi hết mức chúng ta phải thấy rằng không có cái gì đáng để mà mình phải bán mạng cho nó.

Chỗ này rất là quan trọng. Hay là dân Hà Nội nghe cái này nhạy cảm? Tôi không có ý nói chính trị gì hết. Trong một hàm răng, trong một bộ phận cơ thể nào, các vị nghe nó đau đau, chuyện đầu tiên là phải thử đăm, thử phân, thử máu, scan, MRI, xray tại sao vậy? Người ta muốn phanh phui, lột trần, bóc tách toàn

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

bộ những góc tối trong cơ thể của mình để coi mình bị chỗ nào. Còn nếu mình đau mình dặn bác sĩ là chỉ được đụng một nửa người của em thôi thì bác sĩ chỉ có chết thôi. Phải giao cho ông coi hết.

Tứ niệm xứ là gì? Tứ niệm xứ là mình tổng kiểm tra toàn bộ thân và tâm này, tổng kiểm tra cái gọi là tôi và của tôi, để coi thật sự nó có như xưa giờ mình vẫn nghĩ hay không? Thật ra nó không như mình nghĩ. Giả định thôi, nếu phóng lớn 1000 lần cái gò má của ai đó chúng ta không dám hôn các vị có biết không? Chúng ta phóng lớn 1000 lần sợi tóc ai đó chúng ta không gọi là tóc mây mà nó những ống nước bị lung lổ rò rỉ dầu cặn. Có biết cái đó không? Nhưng mà nhờ chúng ta u u mê mê sống thơ ngây chết đại khờ cho nên chúng ta mới dễ dàng thỏa hiệp với cuộc đời này và yêu nó bằng mọi tình đầu. Mình yêu nhau không phải vì hiểu nhau mà vì hiểu lầm nhau. Chứ nếu mình hiểu nhau tất tặn tuốt tuốt thì có cho tiền cũng không dám. Nhưng nhờ mình hiểu lầm nhau.

Tứ niệm xứ là gì? Tứ niệm xứ là pháp môn giúp chúng ta hiểu rõ về mình, ta sao người vậy, người sao ta vậy, hiểu rõ về mình sẽ hiểu rõ về người khác vào hiểu rõ về thế giới. Nhờ vậy, buông.

Cho nên nhiều lần tôi nói. Cái chuông lẽ ra phải kêu là cái chuông mới đúng, mỗi lần nghe tiếng chuông là phải buông. Mỗi lần nghe tiếng trống là nghĩ đến chữ trống, bởi vì chữ trống là từ đồng âm đúng không? Mỗi lần nghe bùm bùm bởi vì trống là phải nghĩ đến trống. Mỗi lần nghe tiếng chuông boong là phải hiểu là buông.

Đạo Phật là không phải tu để đắc cái gì mà tu để bỏ được cái gì. Tu không phải để chứng thánh mà tu để không còn phàm. Nó giống nhau nhưng mà nó quan trọng lắm.

Tại sao tu không nên nghĩ để làm thánh? Bởi vì mặt mũi ông thánh mình không biết, cho nên cứ thấy lạ lạ tưởng là thánh. Chết. Thôi thì cái phàm mình rành hơn đúng không? Cứ tu sao mà thấy nó không còn làm phàm thì chắc ăn. Có hiểu tôi nói gì không?

Mình biết rõ cái phàm nó là gì thì chỉ cần mình thẳng một đường tu sao không còn là phàm nữa, không còn ganh tị, bòn xén, ki bo, nhỏ mọn, toan tính, hờn giận, ghen tuông,... mình tu sao không còn mấy cái này nữa là ok. Chứ còn tu lòng hướng thánh là 2 cái bất lợi:

- Cái thứ nhất, mình có thấy mặt mũi thánh giờ nào đâu? Thấy đường đi vời vợi, không thấy kết quả.
- Thứ hai là vì chưa biết thánh lần nào hết, cho nên rất dễ hiểu lầm, kinh gọi là Tăng thượng mạn, ngộ nhận một thành quả ruồi bu nào đó tưởng đó là thánh quả. Rất là kẹt.

Toàn bộ hành trình của cuộc tu là một cuộc đi. Anh không thể dừng lại dọc đường với những hoa bướm hai bên, cho đến bao giờ chưa đến chỗ mình cần đến thì có bao nhiêu hoa bướm phải bỏ nó, phải nhắm mắt lại mà đi. Cái đó rất quan trọng. Quan trọng lắm.

Pháp môn Tứ Niệm Xứ chỉ đơn giản thôi. Nhìn kỹ lại mình.

Suýt chút nữa là tôi định nghĩa Tứ Niệm Xứ là sống chậm nhưng mà không có đúng. Tứ niệm xứ không phải là sống chậm, bởi vì tốc độ, nhịp độ của hành giả nó vẫn y chang như cũ. Có một điều ngày trước mình làm mà mình không biết mình đang làm cái gì.

Có nhiều người nói với tôi, con bận rộn lắm, con không tu thiền được. Con bận rộn lắm, làm sao con đang lái xe mà con tu thiền được. Tôi mới hỏi họ câu thế này: cô đang lái xe có bao giờ cô vừa lái vừa nghĩ đến chuyện người nào đó cô vừa nghĩ vừa giận không? Có. Cô đang lái xe có nghĩ một món đồ cô sẽ mua chiều nay không? Có. Cô đang lái xe cô có nhớ chỗ nào người ta đang sale 70% không? Có. Thì kể từ bây giờ cô không như vậy nữa. Cô chỉ lái xe mà biết rõ mình đang lái xe.

Một người Phật tử đến gặp ngài Ajahn Chah, ông là đại gia thương gia, con nghe ngài giảng con thích quá thích con mong có một ngày con dọn xếp chuyện nhà, dọn xếp công chuyện làm ăn con vào con tu thiền mấy ngày? Hỏi sao không tu bây giờ? Bây giờ con bận quá. Cái ngài hỏi ông bận mà ông có thời giờ thờ không? Có chứ. Ngài hỏi, có thời giờ tắm rửa, ăn uống không? Có chứ. Bận gì thì bận phải ăn uống, tắm rửa, hít thở. Ngài nói: Y như vậy, không thêm gì hết, chỉ có một điều tắm biết là đang tắm, kì cọ, biết, mở nước, tắt nước, biết, không thêm bớt gì hết. Cứ sinh hoạt như cũ bằng nhịp độ, tốc độ như cũ, có một điều làm trong sự tỉnh thức. Nghe nó rất là kỳ.

Như hỏi này tôi nói, chạy bộ, ăn kiêng, tinh thần lạc quan thì sẽ khỏe, các vị không có tin, thử đi, không chết ai đâu, không tốn xu nào. Thử đi. Thử chánh niệm một ngày đi. Thử một ngày thôi. Lựa cái ngày nào thật là rảnh, thay vì đi đàn đúm với bạn bè, thử một ngày trên giường, mở mắt ra, làm một vài động tác nhẹ, trong chánh niệm, thông chân xuống trong chánh niệm, xỏ chân vào dép trong chánh niệm, mở đèn trong chánh niệm, đi từng bước vào nhà tắm, biết; cứ như vậy tắm nước lạnh trong chánh niệm rồi xuống ăn sáng.

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

Buổi đầu mới tập nên lựa cái ngày mình biết chắc không có chuyện gì hết, tắt phone. Thử một ngày. Mình phải miên mật như vậy, nguyên một ngày như vậy. Làm thử đi. Làm thử một ngày như vậy. Đương nhiên đông người quá mình làm không được. Ở đây tôi nói mấy người có điều kiện, điều kiện về thời gian, không phải điều kiện về tiền bạc. Thử một ngày. Nó lạ lắm. Khi mình sống bằng tâm thất niệm nó khác với chánh niệm nhiều lắm. Nó khác 1000 lần. Mà vấn đề là không chịu thử. Cứ nghe thầy bà nào nào tới nghe, nghe xong về bỏ xó đó, nghe thầy bà nào nổi tiếng nhào ra, hết hòa thượng này đến hòa thượng khác thì tôi thề độc với các vị, các vị đắc quả tôi chết liền. Bởi vì, cứ chụp hình bác sĩ, ghi âm bác sĩ về không ăn kiêng, không uống thuốc mà cứ nghe cha nào nổi tiếng nhào tới chụp hình, xin chữ ký về treo đây trên vách, làm sao mà đắc được? Không thể nào hết.

Không có thầy bà nào cứu được mình, trừ khi chính mình có tham dự vào tương tác đó.

Đức Phật đại trí, đại bi như vậy đó nhưng không giúp được người không tự nỗ lực.

Cho nên đây là câu các vị phải xăm lên người: Phật lực vô biên, Phật trí vô cùng, Phật tâm vô lượng, không độ được người Vô duyên. 3 cái vô không làm được cái vô cuối cùng. Phật trí vô biên, Phật lực vô cùng, Phật tâm vô lượng mà gặp thẳng vô duyên là chịu thua.

Vô duyên đây là gì? Một là không có túc duyên giải thoát quá khứ. Hai là ngay hiện tại nó không chịu lắng nghe, không nỗ lực hành động. Bởi vì gọi là Duyên có 2: Duyên xưa và Duyên nay. Chỉ cần nó thiếu 1 trong 2 cái này là thua.

Cho nên, đêm nay tôi đi một vòng kể cho các vị nghe về thủ phủ tài chính Thụy Sĩ, Việt Nam, tôi đưa ra bốn trọng điểm của đời sống.

Đề tài này mới tinh, tôi nghĩ ra hồi lúc tôi đứng thang máy, mà thang máy đầy người quá tôi đi bộ lên. Các vị phải cảm ơn không có thang máy tôi mới nghĩ ra nói các vị nghe. Nhưng mà có một điều nói như thế nào thì bắt buộc cho tôi nhìn mặt, cuối cùng chúng ta cũng có buổi nói chuyện với nhau.

Bây giờ là 8h đúng rồi, tôi nói bao lâu rồi? 1 tiếng, mình còn giờ không?

Vẫn trong chủ đề trọng điểm.

Tôi đào sâu trọng điểm thứ tư, đó là Tứ niệm xứ. Tứ niệm xứ có nghĩa là không giữ lại một góc khuất nào đó về bản thân mình khi sống bằng chánh niệm thì chúng ta sẽ có cơ hội soi rọi rằng thân này, tâm này, buồn vui này, kiến thức này, hạnh phúc, đau khổ này giọt lệ và nụ cười này, những gì thuộc về tâm thân này tất cả nó không như mình nghĩ. Nó vô thường, nó do duyên mà có. Đừng nghe vậy tưởng dễ. Bởi vì sao? Tôi đang nói phần tiếp theo.

Đó là, cái khả năng tu tập tứ niệm xứ nó có 3 cách: Văn, Tư, Tu.

Có nghe giảng Tứ niệm xứ bằng 3 cái này chưa?

Tứ niệm xứ Văn là sao? Đâu có biết danh sắc là cái gì đâu, như vậy như vậy đó là đất, như vậy như vậy đó là nước, như vậy như vậy đó là lửa, là gió, là tham, là sân, là si. Nghe đồn thôi, rồi cứ về gặp thầy cái sân nào nó hơi bự bự, sân nào nó vài chục mét mới nhận ra. Sân vài chục mét là cơn giận kéo dài mấy chục phút. Cái nào nó dài thòng mình mới nhận ra. Còn không thì không đủ bén để nhận ra. Toàn bộ hành trình tu tập của mình toàn là dựa theo sách. Ngồi thiền vắng vắng bên tai lời giảng của sư phụ nào đó, một trang sách nào đó thì đó gọi là tu thiền bằng trí văn.

Trí tư là cái gì? Là những gặm nhấm, những thấm thía, những tiêu hóa.

Tôi nói rồi, một bữa ăn của chúng ta được hoàn tất viên mãn phải trải qua 3 giai đoạn: Tiêu thụ, tiêu hóa và tiêu dung.

Tiêu thụ = mình cắt bỏ, nhai nát, nuốt cái ực.

Tiêu hóa = nó vào trong bao tử, axit làm việc với nó, để đẩy nó xuống ruột non, ruột già.

Tiêu dung = trong phần ăn bữa đó có chất gì chất gì được phân bố các bộ phận cơ thể.

Các vị chỉ học thôi, chưa thấm thía gọi là tiêu thụ.

Học mà có hiểu về nghiền ngẫm gọi là giai đoạn tiêu hóa.

Nhưng tiêu dung có nghĩa là phải biến cái biết đó, đưa nó vào trong thực tế hành trì, đưa nó vào trong cái hành trình chuyển quá bản thân thì cái đó mới gọi giai đoạn chuyển hóa của tứ niệm xứ tu. Hiểu không? Chuyển hóa bản thân.

Tu đúng có nghĩa là làm sao mình được an lạc hơn, dàn xếp kiểm soát được phiền não của mình, ở đây có một nghịch lý nghe rất kỳ, tôi giảng mà tôi vừa giảng vừa run là không biết các vị có nghe kịp không.

Tu đúng thứ nhất là phải an lạc, tu mà về vợ chồng gây gổ, tu mà về bản thân mình bực bội là tu sai. Tu đúng là phải an lạc.

Cái thứ hai, tu đúng là mình phải có khả năng dàn xếp, kiểm soát phiền não tốt hơn.

Tại sao tôi vừa nói vừa run là vì sao? Vì đây là nghịch lý đặc biệt, lắng nghe chỗ này.

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

Tu đúng là mình càng tu mình càng an lạc nhưng bằng nguyên tắc sau đây: NGƯỜI HÀNH GIẢ KHÔNG CÓ LÒNG TRỐN KHỔ TÌM VUI. NÓ RA SAO THÌ LẮNG LÒNG NHÌN NÓ NHƯ VẬY. Khi mình không có lòng trốn khổ tìm vui thì tự nhiên nó được an lạc. Cái an lạc này nó đến từ chỗ nào? Nó đến từ chỗ mình không màng. Hiểu tôi nói không? Khi mình một lòng trốn khổ tìm vui thì mình chỉ có khổ thôi, vì sao? Vì trốn khổ thất bại lại là khổ. Tìm vui thất bại lại là khổ. Cho nên, khi mình có lòng trốn khổ tìm vui đừng hòng an lạc. Mà nó làm sao cứ nhìn nó y chang như vậy. Nghe kịp không?

Cái này hơi khó và rất là khó hiểu, thậm chí là mình phải tự xử lý. Có lòng trốn khổ tìm vui không thể nào an lạc được hết. Có hiểu không? Hiểu cho tôi mừng. Ngồi thiền mà nóng quá có cái quạt máy lại chiếu qua bên kia, có lòng mong như vậy khi ngồi thiền khổ ghê lắm.

Như tôi kể cho các vị nghe câu chuyện bà cụ đó cho cậu sinh viên thuê phòng trọ. Nhớ không? Cậu sinh viên mỗi đêm về nhậu say có tạt đá đôi giày, đá kêu bùm bùm bà chủ bả bực. Đêm đó bả lên bả nói, nếu ngày mai cậu về không cúi xuống tháo dép hoang cứ đá đôi giày ra là tôi đuổi cậu. Dạ, cháu nhậu say thì cháu quên nhưng cháu hứa mai không đá nữa, tháo nó ra ngoài. Hôm sau ông về ông xin, đá 1 chiếc ông nhớ ông không đá nữa. 4h sáng bả lên, bả đập cửa, cậu nói: Cháu nhớ nên cháu lỡ đá, cháu đá có một chiếc thôi. Bà nói: chính vì chiếc còn lại tôi chờ để tôi ngủ. Tôi chờ cậu mà cậu không chịu đá.

Có hiểu không? Cứ chờ hoài. Mà cái đó có thật. Bả nằm bả thao thức, còn chiếc đá luôn đi, đá cho người ta ngủ, mà nó không chịu đá, mà ảnh nhớ ảnh không chịu đá vì ảnh sợ bị chửi. Nhiều người nghĩ rằng câu chuyện đó là câu chuyện cười. No. Biết Phật pháp nhìn đâu cũng là pháp Phật.

Chuyện đó sâu lắm. Cho nên, muốn được an lạc chuyện đầu tiên là đừng đặt vấn đề trốn khổ tìm vui. Là vì sao? Khi mình nặng lòng với nó quá, thứ nhất trốn không được là khổ. Tìm không được là khổ.

Cái thứ hai, khi mình có lòng thích sướng sợ khổ thì sẽ thấy cái sướng đến rất nhanh, và khi có lòng sợ khổ thì thấy cái khổ nó ở lì. Có đúng không? Hiểu tôi nói không? Khi mình có lòng chọn lọc, đây là sướng đây là khổ thì chuyện thứ nhất tìm không ra nó cũng được cũng khổ. Tìm được nó rồi sẽ thấy nó rất là nhanh. Còn cái anh trốn khổ thì mình chạy trốn nó không được cũng là khổ, và khi nó có mặt anh thấy nó ở hoài, có đúng không?

Cho nên, muốn được an lạc, cứ trực diện với thực tế, nó ra sao cứ nhìn nó như vậy. Cái này mới ghê.

Khi người không biết đạo, hoặc là biết lơ mơ thì không tin chuyện này. Cảm giác khó chịu, đau đớn, tê buốt là cái đáng sợ, nhưng đối với hành giả thứ thiệt, họ lại, tôi xài chữ “cảm ơn” thì hơi quá nhưng gần như vậy, vì đó là cơ hội họ tỉnh táo nhất, cơ hội để nhìn mình rõ nhất. Cái này hơi khó hiểu.

Bởi vì hành tứ niệm xứ không phải là mình đi tìm cái khổ. Nhưng phải nói rằng, có thấy được thân tâm này nó là phiền, thì chuyện tu tập tứ niệm xứ nó mới tiến bộ.

Người Hà Nội có được nghe về Tứ niệm xứ chưa? Cho nên, đừng có lòng trốn khổ tìm vui, thì anh mới được an lạc, không có lòng tìm nó thì theo tình tình phụ, phụ tình tình theo là chỗ đó.

Cái thứ hai, tu đúng là có khả năng dàn xếp và kiểm soát phiền não. Nhưng nó lại có một chuyện rất khó hiểu và rất là khó tin, và cuối cùng là khó làm. Đó là: Ngày trước, khi học Phật pháp ba mớ, khi chưa học không biết gì khỏi làm, nhưng trường hợp thứ hai biết ba mớ thấy mình lúc này tham sân si nhiều mình buồn, lúc này mình ngồi thiền buồn ngủ, lúc này ngồi thiền thấy không tập trung mình thấy không được vui, đúng không? Có cái đó không? Nhưng mà sai bét.

Cả tâm thiện lẫn tâm thiện đều có giá trị như nhau khi nó là đối tượng để ta quan sát. Có hiểu không? Mình quan sát sự dễ chịu mình vẫn có thể đắc, thông qua sự dễ chịu mình thấy được lý tam tướng vẫn có thể chứng thánh. Thông qua sự đau đớn mà mình thấy được lý tam tướng vẫn chứng thánh, thông qua tâm lành mình chứng thánh và thông qua tâm bất thiện mình cũng tuyệt đối có thể chứng thánh, nếu nói như vậy thì đóa hoa hay đống phân gì giống nhau nếu mà cả 2 đều là đối tượng để chứng thánh. Cái này không phải trăm nói, kinh nói.

Trong quyển Kalama 4 có bài kinh này. Có người đến hỏi ngài Anan : Thưa tôn giả Anan, ngài là người biết nhiều, ngài cho con hỏi thế giới này gom gọn lại chỉ 6 căn và 6 trần, ngoài ra không có cái khác đúng hay sai? Nhiều người không dám gật. Bây giờ tôi hỏi các vị, mặt trời xa như vậy mà nó có phải là 1 trong 6 trần không? Mình nghĩ về nó được, mình nhìn nó được, có phải không? Một người thân đã mất mình có thể nghĩ về họ được không? Không sờ chạm, không nhìn thấy, không nghe tiếng, mình nghĩ về họ được, đúng không? Rồi hiện giờ mình có thể nghĩ về rãnh Marina sâu nhất thế giới được không? Mình có thể nghĩ đến đỉnh Everest được không? Mình nghĩ về Hà Nam Phủ Lý mặc dù mình đang ở Hà Nội được không? Nói như vậy có nghĩa là, bất cứ cái gì trên đời nó đều nằm trong 6 căn, 6 trần hết.

Người đến hỏi ngài Anan: Cái gì cũng nằm trong 6 căn 6 trần, con xin hỏi ngài, hình ảnh nào được xem là số 1, âm thanh nào được xem là số 1, mùi nào, vị nào được xem là số 1. Có hiểu không? Thế giới này

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

gom gọn trong 6 căn, 6 trần thì ngài Anan nghe nhiều hiểu rộng xin ngài Anan cho biết hình ảnh nào, âm thanh nào là số 1. Chẳng hạn mấy người thích hoa thì họ nói được hoa là số 1. Thích ngắm biển thì biển là số 1. Thích tranh ảnh thì tranh ảnh là số 1. Hiểu không? Thì cái người này hỏi ngài Anan hình ảnh nào là số 1? Âm thanh nào là số 1. Ngài trả lời các vị khó lường. Chính câu trả lời đó là nội dung tôi đang giảng đây. Ngài nói thế này: Trần cảnh nào mà thông qua nó ta chứng thánh thì nó được xem là số 1. Có hiểu không? Nếu nói về người đẹp, cảnh đẹp thì ta đã nhìn thấy vô số lần trong vô lượng kiếp có đúng không? Có đúng không? Và, đã vô số lần ta nghe được những nhạc khúc hay trong dòng luân hồi, trong vô số lần ta nghe được những mùi thơm xuất sắc trong vòng luân hồi, có vô số lần ta được ăn những món tuyệt vời trong dòng luân hồi, có vô số lần ta biết thế nào là chần êm nệm ấm lụa là trong dòng luân hồi, ta biết hết. Nhưng những cái đó không được gọi là số 1. Là vì sao? Vì nó được lặp đi lặp lại nhiều lần và bây giờ chúng ta vẫn còn ngồi lì ở đây trong thân phận phàm phu. Thế là ngài Anan nói: Hình ảnh đẹp nhất, âm thanh đẹp nhất chính là cái gì mà thông qua nó ta chứng thánh.

Thí dụ, nhìn một bộ xương mà thấy được lý tam tướng, vô ngã vô thường rồi chứng thánh thì bộ xương đó được xem là hình ảnh số 1. Trong vòng luân hồi hình ảnh này là hình ảnh đẹp nhất, đáng tôn quý nhất. Phật dạy : “này các tỳ-kheo, một nhà vua có 3 nơi chôn không nên quên, mà phải nhớ suốt đời: Một là chỗ mình sanh ra, hai là chỗ mình lên ngôi, ba là chỗ mình thăng trận đầu tiên” Ở đây cũng vậy. Đức Phật dạy trong đời một vị tỳ-kheo có 3 chỗ nên nhớ suốt đời: Một, chỗ mình thọ đại giới, hai là chỗ mình lần đầu tiên hiểu được Bốn Đệ, Ba là chỗ mình chấm dứt toàn bộ phiền não. Hiểu không? Có nghĩa đó là 3 nơi chôn rất quan trọng.

Chưa hết, khi Ngài Niết Bàn, Ngài dạy rằng: Này Anan khi ta ra đi không còn nữa đây là những nơi chôn mà những người tín tâm nên đến để nuôi dưỡng niềm tin nhờ vậy được sanh thiên. Rất nhiều và rất nhiều đến 99% thì đúng hơn, 99% những người xem kinh và nghe giảng chỗ này đều hiểu lầm, hiểu lầm bài kinh, bài kinh rất là hay. “Này Anan, khi ta không còn nữa, người đời sau nên đến bốn nơi này, nhờ vậy, với niềm tin trong sạch họ sẽ được sanh thiên: Một, họ đến Lumbini với tâm niệm đây là chỗ Như Lai đã ra đời, họ đến Bodh Gāya biết rằng đây là nơi Thế Tôn đã thành đạo, họ đến Isipitana biết rằng đây là chỗ Thế Tôn Chuyển pháp luân, và cuối cùng, họ đến Kusinara với tâm niệm đây là chỗ Thế Tôn Niết Bàn. Này Anan, khi ta không còn nữa những người hậu tấn, với niềm tin vào Như Lai nên đến bốn chỗ này để được nuôi dưỡng niềm tin, nhờ vậy sẽ được sanh thiên.

Đa phần, nghe như vậy hiểu lầm như thế này: Tới được chỗ thiêng liêng, tâm hoan hỷ bèn có phước. Đúng không? No. Không phải. Đây là chỗ đức Như Lai đản sinh. Mà Như Lai là gì? Như Lai là người đã đến như vậy, đã sống như vậy, đã ra đi như vậy. Như vậy là như cái gì? Y chang như chư Phật 3 đời vậy đó. Đã đến như vậy = cũng phải tu tập các hạnh lành như nhau; cuối cùng cũng thành Phật như nhau, hoằng pháp độ sinh như nhau, và mãn thọ rồi cũng Niết Bàn như nhau. Chư Phật là những người ngày xưa y như chúng ta, cũng là phàm phu rồ nhờ có đại bi, đại trí tu tập các hạnh lành cuối cùng đủ duyên chứng đạt Phật trí. Hiểu không? Hiểu Phật như vậy đó thì lúc bấy giờ lúc đi mới tâm niệm đây là chỗ ra đời của con người như vậy đó, con người mà nãy giờ tôi nói, nghe hiểu không?

Rồi đến chỗ thành đạo. Đây là chỗ Thế Tôn thành đạo, đây chính là chỗ con người đó thành đạo. Đây là chỗ chuyển pháp luân, là chỗ con người như vậy như vậy đó đã thuyết giảng về bài pháp đầu tiên. Nghe hiểu không? Có nghĩa là muốn đến 4 chỗ động tâm mà có phước nhiều thì chuyện đầu tiên là phải hiểu Phật, hiểu Pháp.

Trong bài giảng chiều hôm qua ở Sài Gòn, tôi có nói, một đứa bé do tai nạn ngẫu nhiên trong một sự cố sự kiện, nó xa mẹ năm nó mới mấy ngày tuổi, mấy mươi năm sau, có người đưa nó đến gặp một bà cụ và nói cho nó biết rằng đây là mẹ của nó, nó khó mà thương lắm, vì sao vậy? Vì nó chưa kịp sống gần với người mẹ ruột ngày nào, nó chưa kịp có một tình cảm, nó chưa kịp có kỷ niệm nào hết. Hiểu không? Hôm nay chúng ta cũng vậy, chúng ta đến với Phật vì nhiều lý do buồn cười lắm: ngoại đi chùa, má đi chùa, thế là con đi chùa; bạn đi đất mình đi, bồ đi đất mình đi, gần chùa mình tự đi. Cha chết, đem xương vào chùa, bà ngoại chết đem xương vào chùa, Vu Lan có người rú về phủ khánh mình cũng về đó. Nghe kịp không? Bất chước đi, thấy vui, nhang trầm thơm, bông chùa đẹp, vào chùa ăn cơm chay, thế là đi. Có trăm ngàn trường hợp để mình đi chùa, đi kiêu đó niệm Phật giống y như niệm ông hàng xóm vậy. Tôi đang nói rất là nghiêm túc. Niệm Phật kiêu đó y chang kêu tên thằng cha hàng xóm vậy. Bởi vì, không quen biết mà không biết về hành trạng cuộc đời, tâm tư, tình cảm, tánh của ông, mình mù tịt. Cũng giống như hôm nay mình niệm ông Putin, niệm ông Zelenski vậy đó, hoặc niệm ông Trump niệm ông Biden vậy đó. Có nghĩa là mình hoàn toàn mù tịt về những người đó. Không được. Niệm Phật là mình phải hiểu Phật kia.

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

Nghe hiểu không? Cho nên, ở đây có mấy chuyện rất là quan trọng. Đó là: Bốn trọng điểm, trọng điểm thứ tư là tu Tứ Niệm Xứ. Nghe Tứ niệm xứ nhiều người họ nghe họ ngán, thôi bây giờ tôi xài chữ :Sống tỉnh thức.

Có nghĩa là mình làm cái gì biết cái nấy và biết rõ cái gì đang xảy ra, đó là một chuyện. Để tu tập pháp môn này chúng ta có 3 cấp độ: Văn – Tư – Tu.

Văn = Thuần túy làm y chang ông thầy, nói sao làm vậy. Mặc dù lúc đó mình chưa hiểu lắm.

Tư = Tư bằng nhận thức. Nên nhớ, cái này dễ hiểu lắm lắm nha. Mình sống chánh niệm trên nền tảng của trí văn, trí tư chứ lúc đó không phải vừa giữ chánh niệm vừa ôn bài. Nhớ nha. Hiểu tôi nói gì không? Chắc phải định nghĩa lại quá.

Trường hợp một, tu tứ niệm xứ trên nền tảng của kiến thức bài vở.

Trường hợp hai, tu tứ niệm xứ trên nền tảng của những nhận thức do tự mình thâm thía.

Trường hợp ba, tu tứ niệm xứ ngay trên những kết quả thực chứng mà mình thực sự trải qua trong lúc tu tập. Lấy kinh nghiệm đó làm nền tảng thì trường hợp đó được gọi là trí tu.

Nãy giờ tôi nói chưa hết ý, tôi dừng lại ở trọng điểm thứ tư là như thế này. Văn – Tư – Tu, và tôi đang nói riêng chữ Văn. Chỉ riêng chữ Văn tôi nói tới một.

Tôi mong rằng, bà con trước là thương mình sau là thương tôi không nên giận những gì tôi sắp nói.

Văn là gì? Là nghe, là đọc. Hiểu không? Chúng ta không có nhiều thời giờ để đọc tất cả sách trên đời này. Các vị lờ mờ hiểu tôi nói gì. Cho nên, hãy biết chọn lọc như có thể. Rồi nghe cũng vậy. Đương nhiên, chúng ta đâu phải thần tiên ba đầu sáu tay, 12 con mắt mà chúng ta biết ông thầy nào là ông thầy nào.

Nhưng mà mình tự xét thế này, được gọi là minh sư, là có những điều kiện sau đây:

- Thứ nhất, mình biết rõ người đó chuyện đầu tiên không trông đợi gì ở mình. Có hiểu không? Không trông đợi gì ở mình có nghĩa là người đó chỉ nghĩ tới mình thôi. Hiểu tôi nói gì không? Hiểu chữ trông đợi không? Không trông đợi bất cứ cái gì. Có nghĩa, chuyện đầu tiên vị đó phải nghĩ đến lợi ích của người học trò.
- Thứ hai, là vị đó không nghĩ nhiều về mình, là tự mình thôi phòng, đánh bóng, tô hồng chuốt lục bản thân một cách kín đáo, ả dụ, hướng dẫn nhận thức người ta để cho người ta ngầm hiểu người trước mặt họ là số 1. Đó không phải là minh sư. Minh sư là người có khả năng coi thường mọi nhận xét của người khác. Vì trách nhiệm thì tôi phải nói nhưng các người nghĩ về tôi ra sao thì mặc xác các người, còn như từ trong Nam là kê cha các người, ok? Đó là minh sư, vì họ chỉ chia sẻ một cách chân thành và hết lòng, còn chuyện mình có đón nhận hay không, mình có ghét hay mình có thương là chuyện của mình.

Còn minh sư chuyện đầu tiên là phải biết nghĩ đến lợi ích của học trò; thứ hai ổng phải quên ổng đi.

- Cái thứ ba, lắng nghe mà không thấy ổng nhắc đến chữ “buông bỏ” tức là theo sư phụ dạy đủ cách hết mà không nghe ổng nhắc đến khái niệm buông bỏ, tức là ổng luôn luôn cố gắng xây dựng cái gì đó ở mình, ổng luôn luôn xây dựng cái gì đó ở mình, ổng luôn luôn xây dựng uy tín kín đáo cho ổng, ổng thiết lập một tình cảm giữa thầy và trò, một quan hệ giữa A và B. Nếu mà hiểu pháp Phật cho đúng, mỗi người nên buông và cái duy nhất mà chúng ta có thể giúp người khác là giúp cho họ buông.

Cho nên đó là 3 dấu hiệu minh sư: Một, phải biết nghĩ đến người đối diện; hai là phải biết quên mình đi; và ba là phải nhắm đến nội dung buông bỏ, vì buông bỏ chính là nội dung của giáo pháp đức Phật. Đó là nghe thầy.

Còn giờ tôi nói qua tới sách. Cái này mới rồi. Sách quá nhiều sách thì biết lựa cái nào? Tôi nói kinh nghiệm của tôi thôi. Tôi nhắc lại lần nữa, đây là kinh nghiệm cực kỳ chủ quan, không hề có mang tính khoa học logic gì hết, mà tôi sao tôi nói vậy. Khi tôi đọc sách tôi chú ý tỷ lệ, xác suất, các vị hiểu 2 chữ này không? Tôi chú ý đầu tiên như quý vị thôi nhưng hơi khác chút, chuyện đầu tiên tôi chú ý tác giả nào nổi tiếng trong lĩnh vực đó. Chuyện đầu tiên tôi coi lĩnh vực nào, thí dụ tôi là tu sĩ thì sách Phật là sách tôi phải ưu tiên đúng không? Trong sách Phật, thông qua những gì tôi nghe, những gì tôi đọc tôi thấy tác giả nào được người ta chú ý nhiều nhất, nhưng đừng nghe như vậy tương tôi với các vị giống nhau, chuyện đầu tiên tôi ưu tiên cho mấy ông nổi tiếng nhưng ưu tiên đây không có nghĩa là tôi dành hết niềm tin yêu cho họ, mà ưu tiên nghĩa là tôi đọc họ trước, khi tôi liếc mục lục, và tôi lật ngẫu nhiên tôi thấy không ok. Bởi vì, khó mà giấu được cái dở, cái hay của một tác phẩm lắm. Nhìn mục lục, lật ngẫu nhiên. Giống như bói Kiều vậy đó. Ở đây ai bói Kiều không? Chẳng hạn “trăm năm trong cõi người ta, cái gì không biết thì tra google”.

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

Chuyện đầu tiên mình vẫn phải vay mượn con đường của đại chúng, đó là tìm đến những người có tiếng, nhưng mà sau đó thông qua mục lục, thông qua những trang ngẫu nhiên mình có thể nhanh chóng bắt mạch được tác giả, soạn giả, đó là một; đó là sách của người đời sau viết;

Còn đối với kinh điển, chúng ta có một rừng kinh Nam truyền, một rừng kinh Bắc tông, Nam tông, Mật tông chúng ta đọc cái gì? Vẫn phải xài kinh nghiệm cũ. Coi coi vấn đề lớn nhất của mình là gì? Nếu ngày nào mình không thấy được vấn đề của mình, không thấy được lý do vì đâu tôi đến với đạo Phật thì ngày đó theo tôi, tôi phải nói thẳng, các vị không có nhu cầu xem kinh, không có nhu cầu nghe pháp. Tôi nói thẳng như vậy.

Ngày nào các vị không thấy vấn đề lớn nhất của mình là gì thì ngày đó các vị không có nhu cầu nghe pháp, không có nhu cầu xem kinh. Nếu một người thấy được vấn đề của mình, thì sẽ tự thấy được nhu cầu của mình. Hai cái này không rời nhau. Ở đây tôi nói có ai hiểu không?

Xăm câu này: Có thấy được vấn đề mới thấy ra được nhu cầu, khi thấy được nhu cầu ta dễ dàng tìm đến chỗ cung. Có hiểu không?

Có biết mình đang đói mình mới bắt đầu để ý mình đi tìm chỗ bán đồ ăn. Khi mình có lòng tìm chỗ bán đồ ăn mình mới may ra tìm được chỗ bán đồ ngon. Còn đàng này không đói, không có nhu cầu tìm quán ăn, không có nhu cầu tìm đến chỗ bán thức ăn; nếu không có nhu cầu này thì làm sao biết chỗ nào bán ngon, bán dở và thể nào cũng có lúc mua lầm, đúng không? Phải bị lầm vài lần. Bởi vì sao? Khoa học là gì? Là Thử và Sai. Có ai biết định nghĩa này không?

Khoa học là Thử và sai. Sai nhiều lần nó khôn ra. Ai cũng nói mình nên học khôn tiên nhân nhưng thật ra, cái khôn của tiên nhân không dạy cho mình nhiều như cái dại của tiên nhân. Có đúng cái đó không?

Cho nên, ở đây kinh nghiệm của trí văn là gì? Nghe cẩn thận, đọc cẩn thận, luôn luôn tâm niệm ta không có nhiều thời gian cho quan hệ thầy bạn, chúng ta không có nhiều thời gian để mà lựa chọn cho nên, chuyện đầu tiên là cẩn thận. Một là đề phòng người nổi tiếng. Hai là đề phòng người nói có lý. Mấy bà mấy cô còn rẻ tiền nữa, giọng nói hay, hảo tướng đẹp. Giọng nói hay, hảo tướng hay, dễ nhìn, trắng trắng, đi nghe pháp kiểu đó tôi đề nghị vào mấy xưởng phim, một núi trồng. Kêu Đàm Vĩnh Hưng, Quang Dũng thuyết pháp cho nghe. Nếu đó là nhu cầu của mình.

Ờ quên nữa, phải kể mối hận xưa. Tại Hà Nội này, tôi phải nói một chuyện tôi là người đọc rất rộng, hôm nay các vị ép tôi phải nói nhiều về mình. Cái giống gì tôi cũng đọc hết, tại Hà Nội này, trong buổi họp mặt đầu tiên, không nhớ ở đâu, quán nem quán chả gì đó, tôi về đó tôi giảng, tôi có kể đến một cốt chuyện riêng, kể về một hiệp sĩ mù ở Nhật ổng bị ở tù, ổng bị người ta vu oan rồi ổng ở tù, khi ổng ra tù bạn bè đến thăm nói “trời ơi, thấy ông mù lòa ở tù tôi thương quá” ông hiệp sĩ mù trả lời thế này: Tù hay không tù nó nằm ở chỗ khóa trong hay khóa ngoài, và đĩa nào giữ chìa khóa. Hiểu không?

Có nhiều lúc chúng ta tự mình giam mình trong phòng cả ngày mà không thấy đó là tù. Giờ mình ở trong đó có ông nội công an bỗng sủng đứng trước thành ở tù, đúng không? Có hiểu cái đó không? Hiểu hả? Chỉ cần ông công an bỗng sủng cầm ở trước là đã ở tù rồi. Mà trong khi đó chuyện tự mình giam mình trong đó chơi game 3 ngày không phải tù, đúng không? Càng lâu càng tốt, đúng không? Cho nên ông này ông mới nói, mà tôi chịu câu đó lắm, tù hay không tù khác nhau ở chỗ khóa trong hay khóa ngoài và đĩa nào giữ chìa.

Mình giảng xong, mình đi về Nam, nó bèn thành lập một đội đặc nhiệm xia xói mình, họ nói ông sư thuyết pháp chỉ được kể chuyện trong kinh thôi, bởi vì có đi lạc vào thế gian mới biết mấy chuyện đời, từ đó tôi gàn như lập nguyện không ra ngoài xứ Bắc Kỳ này nữa. Và, kỳ này tôi có công chuyện tôi phải về Bắc mà tôi nghĩ là không. Người ta đề nghị tôi đi ra Hải Phòng, ghé Hà Nội, điều đó đúng ý tôi nhưng mà ở trong nhóm các vị có việc nhà các vị đòi ghé Hà Nội, tôi đi ngang tới Hà Nội tôi có cảm giác giống như một vết sẹo cũ vậy đó.

Mà tôi không ngờ các vị đến đông, tôi giật mình, rất rất giật mình, rất rất ngạc nhiên. Chứ cái xứ sở gì đâu mình thuyết pháp chỉ trích dẫn một câu chuyện rất là đạo, bèn trách cứ, bèn phê phán. Mà nếu quý vị muốn nghe đặc sệt kiểu đó thì trăm xin chào thua. Bởi vì Phật pháp bất ly thế gian pháp. Người ta dùng phương tiện gì cũng được, muông nào cũng là muông, múc cháo được thì thôi. Có hiểu không? Muông nào cũng là muông mà cứ bắt đúng muông tre thì ở đâu mà có tre? Đừng làm khó nhau.

Cho nên, tôi muốn kể lại kinh nghiệm này.

Cái đặc biệt của Phật pháp thoáng nghe qua nó rất là nghịch lý. Tu đúng thì sẽ được an lạc, tu đúng thì làm chủ được mình trước phiền não, tuy nhiên, phải làm được 2 việc đó trên 2 nguyên tắc bằng vàng này:

- Thứ nhất, chúng ta chỉ có thể an lạc khi không sống bằng ý niệm trốn khổ tìm vui. Chỉ lặng yên nhìn nó.

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

- Thứ hai, chúng ta chỉ có thể kiểm soát phiền não khi không màng đây là thiện, đây là ác, mà chỉ nhìn nó như là nó, nhìn nó như là một người khách đứng trên bờ, biết rõ đây là một nhánh hoa, đây là một cọng rác; nhìn mà không can thiệp, không tham dự vào đó. Có hiểu không?

Và, cái này kinh nói chứ không phải tôi nói. Nay các tỳ-kheo, vị tỳ-kheo phải quan sát mình như là một người đang ngồi nhìn người khác đang đi, một người đang đi nhìn người khác đang đứng. Giờ hiểu không? Các vị có hiểu tôi nói gì?

Đa phần hành thiên bị cái này. Hơi thở của tôi, tâm tham của tôi, tôi đang tu, có hiểu không? Mà mình phải có can đảm và khách quan nhìn mình như là nhìn người khác. Có hiểu tôi nói gì không? Nó thom nó hôi gì cũng là nó, cứ nhìn thôi. Có thông qua đó mình mới thấy:

- Thứ nhất, nó vô thường; chớp tắt chớp tắt lúc vậy lúc khác.
- Thứ hai, như khoa học, chỉ có sóng và hạt thôi. Thông qua đó mình mới thấy được lý Nhân – Quả, đủ duyên thì nó bèn có, thiếu duyên nó bèn không.

Ai hút thuốc thì biết, trong túi quần lúc nào cũng có hộp quẹt nhưng trong đó có lửa không? Không có lửa làm sao mình đốt thuốc được? Khi nó đủ duyên. Và khi duyên nó không đủ thì lửa nằm ở đâu? Hiểu không?

Mấy cái này nó sâu mà giá mà quý vị dành chút thời gian cho cái này nó đỡ quá.

Có một người đến hỏi vị thiền sư : Niết Bàn là gì? ở đây có ai biết Niết Bàn là gì không?

Con nghe nói mình tu hành để chứng Niết Bàn mà con phải biết Niết Bàn là gì con mới đủ hứng thú để con tu chứ. Vị thiền sư đã trả lời bằng một cách không thể hay hơn. Vị thiền sư dắt ông lên chánh điện, biết chánh điện không? Chánh điện là chỗ thờ Phật, chỗ lớn nhất trong chùa. Ở đó có ngọn nến, vị thiền sư kêu ông thổi đi, thổi tắt một ngọn. Tôi nói các vị có nghe kịp không?

Ông hỏi Niết Bàn là gì? Vị thiền sư dắt ông lên chánh điện, chỉ ông một cây nến, kêu ông thổi đi, thổi tắt. Vị thiền sư hỏi: Ngọn lửa đi về đâu?

Ở đây có ai hiểu không? Nếu một người có huệ căn họ hiểu. Ở đây các vị hiểu hay là để kỳ sau ra tôi giải thích?

Nghe kỹ nè, Niết Bàn là gì? Vị thiền sư dắt lên chùa, kêu ông thổi một ngọn nến, khi ngọn nến tắt rồi vị thiền sư mới hỏi: Ngọn lửa nó đi về đâu? Dù duyên thì ngọn nến cháy, hết duyên thì.

Chúng ta sẽ có nhiều thời gian. Đương nhiên, còn là phạm không thể nói về Niết Bàn, kể cả 2 vị A La Hán cũng không thể dùng ngôn ngữ để nói về Niết Bàn, nhưng ít ra mình cũng biết mù mờ.

Trong kinh có nói thế này: chúng ta hoàn toàn có thể là một người khát nước, nhìn thấy mặt nước ở đâu nhưng không uống được; Chứ không đến nỗi là không biết nước là gì. Có hiểu không?

Người không biết Phật pháp là những người khát nước, mà không biết nước là gì.

Học ba mớ, biết nước là gì nhưng không biết nước ở đâu.

Hạng thứ ba, tu tập ngon lành, biết nước là gì, biết nước ở đâu và thấy luôn mặt nước nhưng khi chưa chứng thì không chạm nước được. Ít nhất mình cũng phải làm loại thứ 3. Có hiểu không? Hiểu cho tôi mừng.

Cho nên, đêm nay tôi gọi đến quý vị một bài pháp thoại có tên là trọng điểm, nhưng mà thông qua đó tôi gọi đến bà con một số vấn đề tôi nghĩ là phải lưu tâm.

Đọc cẩn thận, nghe cẩn thận đó là trí vấn. Có trí vấn chín chu thì mới hi vọng trí tư ok. Trí tư ok thì mới hi vọng trí Tu. Còn đảng này nghe thầy bà nào cũng nhào tới nghe nhưng nghe một cách kiểu như đi coi phim thì tôi nghĩ thành thật chia buồn cùng tang quyền.

Ok. Tôi phải về./.