

Nên hay không nên

Pháp thoại
Sư Giác Nguyên giảng
tại Chùa Phật Pháp 27.11.2024

Kalama tri ân đh Nguyễn Thị Ngọc Ánh ghi chép.

Ngài xá Lợi Phất là đệ nhất trí tuệ, đệ nhất Thịnh Văn của Đức Phật và có rất là nhiều lần, rất nhiều và rất nhiều lần có khi được đề nghị, có khi tự Ngài, có khi tự Ngài xét thấy cái đề tài thích hợp thì Ngài giảng cho Chư Tăng, cho Phật tử. Thì đặc biệt có một cái pháp thoại, có một cái nội dung pháp thoại mà tôi cho rằng ai nghe cũng được, không cần phải giỏi giáo lý, cũng không cần phải là cái người trí tuệ cao siêu mà chỉ cần có lòng tu. Lòng tu ở đây là cái gì? Lòng tu ở đây là cái gì? Lòng tu ở đây là thấy được cái sự có mặt của mình là khổ, là không cần thiết, thấy cái thân xác này nó là gánh nặng và muốn giải thoát, thì cái người như vậy là cái người có lòng tu. Chứ còn định nghĩa gì đi nữa thì cũng không có bằng cái định nghĩa đó, tôi khẳng định như vậy.

Cái chuyện đầu tiên là anh phải thấy là cái cuộc sống này nó là một cái chuyện vô ích, nó không cần thiết để kéo dài và muốn sớm chấm dứt nó. Chấm dứt một cách thông minh chứ không phải chấm dứt theo kiểu tự sát, không phải, hoặc là chấm dứt ở đó để mà đi về một cái cảnh giới nào đó tốt hơn cũng không phải, mà mình phải thấu đáo rất ráo đó là cái cuộc đời này tuyệt đối không có một cái hình hài nào, một cái thân xác nào, là sung sướng tuyệt đối, không có một cái hình hài nào, một thân xác, một cảnh giới nào xứng đáng để mà mình nhắm đến như là một cứu cánh vì sao? Vì ở đây ai có học một tí khoa học cũng thấy, một tí khoa học, một tí tâm lý học thì sẽ thấy:

- Thứ nhất là vạn vật nó phải tùy thuộc vào vô số điều kiện để nó xuất hiện và tồn tại, chỉ cần một ít cái điều kiện trong đó nó bị trục trặc thì cái sự tồn tại nó cũng bị ảnh hưởng.
- Chuyện thứ hai ai học vật lý thì biết, không có cái gì trong vũ trụ này mà nó đứng yên mà nó tồn tại được hết. Bởi vì mọi hiện hữu nó là một cái hành trình gọi là tiêu thụ năng lượng, tiêu thụ năng lượng để vận động và nói như vậy thì nó thuận ứng với lý Tam Tướng của Nhà Phật.

Rồi xét về mặt Tâm lý học chúng ta vui là vì hai lý do:

- Một là mình có được cái mình thích.
- Hai là mình có được cái mình chưa từng có.

Chỉ có hai cái này làm cho mình vui thôi. Một là mình có được cái mình thích. Hai là mình có được cái mình chưa từng có.

Còn trên nguyên tắc thì hồi này cái định đề một, tôi nói không có cái gì đứng yên, không có cái gì đứng yên mà tồn tại. Cho nên cái thích, cái ghét của mình nó cũng vậy, nó không có đứng yên. Mình thích cái đó, Mình thích cái vật đó, Mình thích cái người đó. Một là cái vật đó, cái người đó sớm muộn gì nó cũng phải thay đổi, mà nếu mà cái vật đó, cái người đó chưa kịp thay đổi thì bản thân mình, tâm sinh lý của mình cũng phải thay đổi. Cái tâm tình, cái cảm xúc, cái thích, ghét của mình nó cũng theo đó mà nó bị thay đổi. Cho nên là các vị tưởng tượng mình được ở gần cái người mình thương, cái chỗ mình thích, có được cái vật mình muốn mà nó kéo dài suốt 5 tỷ năm, 10 tỷ năm, các vị nghĩ coi nó có chán không? nó phải thay đổi nó mới vui. Tôi biết tôi nói điều này nhiều người thấy tôi dễ sợ lắm, thấy tôi là người phụ bạc, nhưng mà đó là sự thật. Các vị tưởng tượng đi trong biển người thiên hạ mệnh mông làm sao mà mình có thể chết với một người được. Trời đất mệnh mông làm sao mình chết với một cảnh được. Trời đất mệnh mông bao nhiêu thứ trong thiên

hạ là sao mà...bao nhiêu thứ trong thiên hạ mà mình thích hoài một vật được. Thế là mình, cái vật đó, cái người đó, cái cảnh đó chưa kịp thay đổi thì mình phải thay đổi trước. Mà xét cho cùng thì mọi hiện hữu nó đều là do duyên mà có và đều là vô ngã, vô thường thì cái người nào thấy như vậy mình gọi là người có lòng tu. Xong chưa? rồi, hồi này giờ tôi đi một vòng để tôi chỉ định nghĩa có một chữ là “lòng tu” là sao đó?

Bây giờ bước hai, khi có lòng tu là tu cái gì? giống như mình thích ăn ngon, mà mình phải ăn ngon là ăn cái gì? Phải cụ thể chứ, thích ăn ngon mà thích chung chung đâu có được, ăn ngon là thích cái gì? Nấu nướng, chế biến ra làm sao? Phụ liệu, nguyên liệu nó gồm cái gì chứ còn mình đâu có thể nói tôi thích ăn ngon mà mình không nói cụ thể thích cái gì. Thí dụ mình thích ăn phở, hủ tiếu, bánh canh, bánh ướt, bánh xèo thì mình cũng phải biết đó là cái gì và làm sao mà có được nó, chế biến, nấu nướng ra làm sao chứ? Cho nên khi mình có lòng tu thì mình phải có cái định hướng tu tập, phải có cái lộ trình tu tập, mà bây giờ Phật pháp mình không biết gì hết thì tu cái gì? Đây, thì đương nhiên là chúng ta có nhiều lứa tuổi khi mà biết được Phật pháp chúng ta ở nhiều lứa tuổi khác nhau. Có người biết được Phật pháp khi còn trẻ thì còn có nhiều thời gian, rồi có người biết Phật pháp khi mà tuổi đã cao thì làm gì có thời gian để mà học Phật pháp, thì phải làm sao? thì chúng ta phải đành phải quay lại cái bài, cái nội dung pháp thoại của Ngài Xá Lợi Phất mà tôi đã giới thiệu từ đầu bài giảng. Ngài giảng cái gì?

Ngài nói rằng toàn bộ cái cuộc tu học này nè đối với một cái người không có nhớ giỏi, không có hiểu nhanh chỉ cần nhớ một chút xíu nội dung thôi là đủ để tu tập một đời rồi và toàn bộ Phật pháp, toàn bộ con đường giải thoát chỉ nằm trong có cái pháp thoại đó thôi. Đó là NÊN và KHÔNG NÊN, nghe rất là thường đúng không? Nên và Không Nên. Và bản thân chúng tôi thì cho đến bây giờ, cho đến khi chết, tôi cũng coi bài kinh đó là bài kinh gối đầu.

Thay vì nhớ tùm lum, thì nhớ nhiều đó thôi: NÊN và KHÔNG NÊN.

NÊN và KHÔNG NÊN là cái gì? Chuyện gì nên làm và không nên làm, đời sống này là nó nằm gọn...nghe cho kỹ nha. Đời sống này nó nằm gọn ở trong cái lý nhân quả, đời sống này nằm gọn trong lý nhân quả. Cái chữ nhân quả này nếu mà có điều kiện tôi nói cho các vị nghe một tháng chưa có hết. Thôi bây giờ mình nói nôm na đi. Đời sống này là nó nằm trong lý nhân quả, nhân quả báo ứng đó. Thật ra chữ nhân quả này nghĩa nó rộng lắm luôn, rộng lắm, vô lượng vũ trụ và tất cả chúng sinh đều nằm gọn trong cái chữ nhân quả này. Bây giờ mình chỉ lấy có một phần nhỏ của chữ nhân quả, đó là nhân quả báo ứng. Còn cái nhân quả kỹ thuật thì nó mênh mông lắm. Mình nói nhân quả báo ứng.

Thì toàn bộ đời sống của một người cầu giải thoát là nằm gọn trong cái chuyện gọi là xác định, phân định rõ ràng cái gì nên và không nên. Cái chuyện gì nên làm và chuyện gì không nên làm. Cái điều gì cần nói, và điều gì không nên nói, cái suy nghĩ nào nên tiếp tục và suy nghĩ nào nên chấm dứt. Tại sao vậy? tại sao có cái Nên và Không Nên?

Hồi này tôi đã nói rồi toàn bộ cái đời sống này nó nằm trong cái nhân quả. Anh nói gì, anh làm gì, anh nói gì, anh làm gì mà nó để lại cái hậu quả khổ cho anh và cho người khác, khổ cho đời này, khổ cho đời sau thì anh tránh, anh tránh cái hành động đó, anh tránh cái lời nói đó, tránh cái suy nghĩ đó. Chỉ vậy thôi. Nhưng mà bài Kinh này Ngài nói rộng lắm. Một bài Kinh rất là gọn nhưng mà dài, nghe kỳ không? gọn mà dài là sao? Gọn có nghĩa là nội dung mình có thể chốt lại trong hai câu thôi. Nhưng mà nó dài là vì Ngài kể chi tiết.

Ngài nói thế này: có những chuyện nên làm và không nên làm. Có những thứ thực phẩm mình ăn được, mà có những thực phẩm mình nên tránh. Có những cái chỗ ở mình nên tiếp tục, và có những chỗ ở mình phải ra đi càng sớm càng tốt. Có những người bạn mà mình nên tiếp tục gần gũi mà có những người bạn mình không nên tiếp tục gần gũi. Chưa, còn nữa. Có những niềm vui, nỗi buồn

cần phải được trân trọng giữ lại và có những niềm vui, nỗi buồn cần phải tránh xa, bởi vì niềm vui nỗi buồn đó nó chỉ có hại thôi. Trong đó ghi rất rõ cái đó. Vui không chưa đủ, có cái buồn nữa, có những cái buồn, cái lo, có những cái sợ mà nó không có lợi gì cho mình. Nhưng mà có những cái buồn, cái lo, cái sợ mà nó có lợi cho mình.

Thí dụ: Như trong đó nói thường xuyên nghĩ về cái tấm thân mong manh, bất tịnh này. Hãy thường xuyên nghĩ đến cái bệnh, cái già, cái chết và sự sa đọa. Phải thường xuyên nghĩ đến cái dòng sanh tử thăm thẳm. Nghĩ đến ba cái này thì vừa lo, vừa sợ, vừa buồn. Nhưng cái lo, cái sợ cái buồn đó là nên có. Là bởi vì nhờ có ba cái cái sợ, cái lo, cái buồn đó mà mình sẽ sống tốt hơn, dễ sợ không? lo, sợ, buồn, mình nghe ba cái chữ này mình thấy nó đâu có hay ho gì, nhưng mà Ngài nói Nên. Nếu mà có những cái mối ưu tư mà nó làm cho mình khá hơn thí dụ như là ở ngoài đời bà con không có biết Phật pháp mà họ nghe cái sự sợ chết, họ nghe cái nỗi sợ là họ thấy không nên có. Nhưng trong đạo mình nên có.

Thái Tử Tất Đạt đi dạo cửa thành, đi chơi, thấy người già, người bệnh và cái xác chết là Ngài không yên, Ngài không có yên, Ngài quay qua Ngài hỏi cái người đánh xe: bộ ai cũng già, chết, bệnh giống nhau? Cái ông đánh xe nói: dạ phải.

Tại vì Ngài ở trong cung mấy chục năm vua cha không có cho Ngài nhìn thấy cái sự thật của đời sống đó thôi chứ không có ai trong cái trời đất này kể cả phụ vương của Ngài và bản thân Ngài thì cũng có lúc bệnh, bệnh mà bệnh coi như bệnh mà chịu không nổi, bệnh mà bệnh chết, bệnh giẫy dụa, quần quại và cả phụ vương lẫn Ngài cũng phải có lúc lưng còng, má hóp, da nhăn, răng rụng, tóc bạc, run rẩy, mắt mờ tai điếc, trí nhớ giảm suy, đó. Bắt buộc phải có lúc đó, nếu không chết sớm, nếu không chết sớm và phụ vương và bản thân Ngài chắc chắn phải có lúc tắt thở, xuôi tay, muốn thở mà thở không được, cứ ngáp ngáp rồi đi luôn. Chắc chắn phải có lúc đó. Thì Ngài nghe qua cái đó ngài ớn quá đi, thì Ngài về, trên đường Ngài về, Ngài nhìn thấy...hồi này Ngài đi Ngài thấy có trời xanh, mây trắng, nắng vàng, hoa cỏ, nhà cửa phố xá đông đúc, quần hồng, áo lục, đập diu tài tử giai nhân đẹp lắm luôn. Nhưng mà bây giờ trên cái đường về nhìn đâu cũng một màu đen hết đó, Ngài ngán quá đi. Thì ngay cái ngày bữa trưa hôm đó là bà Da Du sanh ra hoàng tử là Rahula, con trai đầu lòng. Con trai, mà đầu lòng là mình thấy mừng lắm. Mà ngay cái ngày đó, Ngài nghe tin mà sanh con trai Ngài ngán, Ngài nói, rồi, thêm một cái sự trói buộc nữa rồi. Nói vậy thôi, nhưng mà ngay đêm hôm đó, ngay đêm hôm đó là Ngài bỏ hoàng cung Ngài đi xuất gia biệt cho đến khi thành Phật. Lòng không có yên, lòng không có yên cứ thấp thỏm từ sáng tới chiều, tới khuya mà cứ nhớ ai cũng già, ai cũng bệnh rồi ai cũng chết, nhớ. Cho nên nếu mà hỏi một cái người mà không biết Phật pháp thì tu là tu cái gì? Thì Ngài Xá Lợi Phất Ngài dạy bài Kinh đó là bài kinh tiếng Pali là Sevitabba-asevitabba sutta, có nghĩa là bài kinh NÊN và KHÔNG NÊN là vậy đó. Có nghĩa là nên làm cái gì và không nên làm cái gì. Làm, nói, suy nghĩ những gì mà nó để lại cái hậu quả khổ mình, khổ người, khổ đời này, khổ kiếp sau thì nên tránh. Chỗ ở nào mà mình ở lâu ngày mà mình bị lui sụt về sức khỏe, lui sụt về tinh thần thì phải bỏ nó mà đi. Nói chung là cái đời sống mình nó trở nên bệ rạt, nó tệ lậu, nó xuống cấp, nó tiêu cực hơn, thì mình phải bỏ nó mình đi. Thí dụ như là tôi ghét nhất cái vụ mà than cho đã nhưng mà cái hoàn cảnh sống của con bây giờ bị trói buộc gia đình, vợ chồng, với con, với cái, bởi nhà cửa, bởi công việc. Nhưng mà, tôi nghe đến đó tôi hết muốn nghe rồi. Bởi vì tôi nhớ tôi đã trả lời thế này: Khi các vị chưa bỏ được cái chữ "nhưng mà" thì các vị đừng tới đây tìm tôi, nha.

Bởi vì các vị hãy tưởng tượng đi có một cái thằng nào đó nó đến nó nói với quý vị như thế này: tôi muốn bỏ rượu, muốn bỏ thuốc lá, tôi muốn bỏ bài bạc, tôi muốn bỏ chích hút, nhưng mà, thì mình nghe tới đó mình hết muốn nói chuyện với nó rồi, bởi vì mình biết nó chưa có sẵn sàng, nó chưa có sẵn sàng để thay đổi thành một con người mới. Và mình nghe nó nói cái chữ nhưng mà, mình biết cái thằng này:

- Thứ nhất là nó bị nghiện nặng lắm rồi.
- Thứ hai là thằng này nó chưa có thật sự thấy cái tác hại của mấy cái món đó.

Mà một cái đũa mà nó mê, nghiện đến cái mức mà nó bỏ không được, đũa đó đối với tôi hết hy vọng. Cái đũa mà tuổi này rồi mà nó không thấy tác hại của mấy cái thứ đó, thì đối với tôi cái đũa đó cũng hết hy vọng. Thì bây giờ là một cái người mà nói gì thì nói mà người, vật, cảnh mà có hại cho đời sống tâm linh tinh thần của mình mà mình không có cái gan mình cắt mà mình nói nhưng mà thì tôi là người nói Pháp tôi cũng vẫn phải nói một câu rất là tàn nhẫn: cho mày chết, tại vì mình phải nhớ rằng không biết là mình sống được bao lâu? Mà giờ này là 8 giờ 15 rồi, ngày X, tháng Y năm 2024, giờ này đầu hai thứ tóc, giờ này mà còn nhưng mà là những cái gì, nhưng là những cái gì? Đấy, cho nên Ngài Xá Lợi Phất, Ngài nói rằng phải khẩn cấp như Đức Phật Ngài cũng dạy là hãy tu tập như là một cái người tử tù mà đội cái chén dầu ở trên đầu, vua ra lệnh nếu mà một giọt dầu đổ xuống là sẽ bị chém lập tức thì cái người tử tù đó sẽ cẩn trọng với cái chén dầu ở trên đầu như thế nào, hoặc là tu tập như là một cái người mà bị lửa cháy trên đầu là họ phải phải khẩn cấp chứ không có cái màn mà bị lửa cháy trên khăn trên nón mà cứ đứng đó cười cười làm thơ là không có, nha. Thì nếu mà một người mà đúng là nhất dạ tu hành đó, một dạ tu hành thì phải nhớ là Ngài Xá Lợi Phất, Ngài nói nếu mình dờ quá mình không nhớ thì mình chỉ nhớ chừng đó thôi. Vui cái nào có lợi, né cái vui nào có hại. Cái buồn lo nào có lợi và cái buồn lo nào có hại. Chỗ ở nào có lợi và chỗ ở nào có hại. Cái con người nào bên cạnh mình, mà mình sống gần nó có lợi và người nào mà sống gần có hại. Thức ăn cũng vậy. Thức ăn, thức uống, thuốc men cái món nào mà mình nạp vô mà nó hại mình là mình...hại đây có hai cách: hại là hại sức khỏe, hại tính mệnh hoặc nó hại cho cái đời sống tinh thần của mình là mình phải bỏ, đó. Cái nội dung Phật pháp nó gọn vậy, và toàn bộ Tạng Luật tôi nói: toàn bộ Tạng Luật, toàn bộ Tạng Kinh, toàn bộ Tạng A Tì Đàm, ba Tạng cũng thì nội dung cũng chỉ có dạy có hai chuyện thôi: Nên làm cái gì và Không Nên làm cái gì. Tối nay về suy nghĩ kỹ coi đúng không? Như trong Tạng Luật mấy trăm giới của Tăng Ni, gom lại có hai điều là nên làm cái gì và không nên làm cái gì. Cho nên là chỉ nhớ chừng đó thôi. Người nào mà mình thấy rằng đây đưa vô chỉ làm phiền mình thôi, rồi chỗ ở nào mà mình ở lâu nó chỉ có hại mình thôi. Vật, cảnh, người, sinh hoạt, đề tài tư duy, đề tài tư duy, cái chuyện gì mình nhớ nghĩ tới nó mà nó chỉ làm cho mình xuống cấp, né. Cái đề tài nào mình suy tư về nó mà nó nâng cấp mình lên thì nên giữ lại, nên phát triển, nên bảo trì. Còn nếu mà một người không có lòng tu thì tôi không có gì để nói. Hồi này tôi đã định nghĩa rồi. Có lòng tu là cái gì và khi có lòng tu thì dứt khoát phải có cái định hướng. Định hướng của đường tu là cái gì? Thì vẫn là bài Kinh của Ngài Xá Lợi Phất. Tôi cho rằng bài Kinh rất là căn bản của Đạo Phật. Cả ba Tạng đều nhắm đến một nội dung thôi đó:

- Là nên làm gì và không nên làm gì.
- Niềm vui nào nên có và niềm vui nào không nên.
- Việc âu lo nào nên có và việc âu lo nào không nên có, đấy.

Các vị nhớ thế này nè. Có rất nhiều chỗ Đức Phật Ngài dạy thế này:

- Tu hành là một cái hành trình làm việc với 6 Xúc.
- Có chỗ Ngài nói tu hành là một cái hành trình làm việc với 6 Thọ.
- Có chỗ Ngài nói rằng tu hành là một cái hành trình làm việc với 6 Tư.
- Có chỗ Ngài nói là làm việc với 6 Tưởng.

Mình nghe mình thấy rất là kỳ, mình nói trời ơi cái gì đâu nghe nó khô quá đi, thật ra, có học một tí Phật pháp rồi sẽ thấy cái mà nội dung của nó sâu ghê lắm.

- 6 Xúc là cái gì? Nhân xúc, Nhĩ xúc. Ngày xưa mình chưa biết đạo là cứ đi tìm cái này, cái kia để nghe, nhìn, thưởng thức, nếm, trải, đúng không? 6 Xúc của mình hoàn toàn bỏ ngỏ. Nhưng từ khi mình biết đạo rồi thì Nhân xúc, Nhĩ xúc, tức là có những cái mình không nên để mắt tới, có những cái mình không nên lắng tai nghe, đó.
- Cả 6 trần có những cái trần nó chỉ làm mất thì giờ, chỉ làm cho mình mệt mỏi, nó chỉ làm cho mình sa đà, hư đốn, xuống cấp, để trở nên gọi là đau khổ, trở nên phàm hơn, kéo dài cái sanh tử hơn thì mình không nên gọi là va chạm, tìm tới với nó nữa đâu. Đó là tu với 6 Xúc.
- Còn tu với 6 thọ là sao? Có nghĩa là hồi xưa chưa biết Phật pháp, cái gì mình thích là mình sáp vô, cái gì nó làm cho mình vui là mình sáp vô. Cái làm cho mình khổ, cái làm cho mình sướng nó

không liên hệ gì đến cái con đường giải thoát nó chỉ thuần túy là cảm xúc thôi, ngày xưa đó. Nhưng bây giờ mình biết Phật pháp rồi mình thấy có những cái...hồi nãy mới giảng đó, có những cái niềm vui mà nó có lợi cho mình về tâm linh, về sức khỏe, về tuổi thọ, về sinh hoạt thì tốt. Còn có những cái niềm vui mà nó có hại thì tránh. Từ nãy giờ không biết trong room thế nào cũng có người ngạc nhiên, thế nào cũng có người ngạc nhiên tại sao tôi hay nói là tôi nói đến lợi hại, tôi hay nhắc đến cái sức khỏe đó. Bởi vì nhiều khi mình tưởng là mình tu khổ hạnh là tốt, chứ mình coi cái kiểu tu nó có lành mạnh, có healthy hay không? Bởi vì cái healthy đây có hai: cái healthy gọi là mental healthy và cái physical healthy. Cái physical healthy là thí dụ như bây giờ mà mình, mình pháp môn tu tập đề mục của mình ngon lành rồi, Phật pháp mình giỏi rồi. Nhưng mà cái chỗ đó nóng quá, bụi quá, ô nhiễm quá, đầy, thức ăn chỗ đó nó không kiểm soát được. Cái này tôi nói thiệt, không biết trong room này cái bài giảng này có lọt vào tai người Việt Nam hay không? chứ nếu mà xét theo trong chú giải của Kinh Đại Niệm Xứ thì Việt nam không phải là cái chỗ để tu Tứ Niệm Xứ là vì sao? Là vì cái khí hậu nó rất là khắc nghiệt, hầu hết là nóng quanh năm. Nóng, bụi, ồn, hôi, rác rưởi, cống rãnh. Một cái xứ mà y tế của mình rất là kém, kém lắm luôn, thuốc không biết thuốc giả thuốc thật. Bác sĩ bằng giả, bằng thật, bệnh viện thì hai người ngồi chung một giường, rồi người nuôi bệnh thì không...nhà nước không có một cái policy nào hết, tức là chun xuống sàn nuôi bệnh, nằm kề bên cái ống nhỏ, còn không thì tràn ra ngoài hành lang. Chỉ riêng cái mặt y tế, thuốc không biết thuốc thiệt, thuốc giả, bác sĩ cũng không biết bác sĩ giỏi hay dở, chỉ bây nhiêu là mình thấy ớn rồi. Còn thức ăn là không biết có ăn được hay không? từ trong nhà hàng ra tới thức ăn via hệ mình ớn muốn chết. Ngay cả về nhà Phật tử họ nấu cho ăn mình cũng sợ, bởi vì sao? là vì mình biết những cái thứ nguyên liệu mà họ nấu đó là đều lấy từ chợ, đấy, mà đã hàng chợ rồi thì tin không có được. Thì tôi ở đây tôi không nói vấn đề chính trị, tôi chỉ nói đến một cái vấn đề rất là vật lý thôi. Tức là một cái nơi chốn mà từ khí hậu, nhiệt độ, thức ăn, rồi chưa kể là giao thông thì vô cùng mạo hiểm. Cái ông mà Sean Connery của Anh mà ông đóng James Bond 007, ông qua Hà Nội thì phóng viên Việt Nam hỏi ông cảm nhận gì về Hà nội trước khi mà cho.... ông cho cái cảm nhận trước khi rời Việt nam: ông nói các bạn, thức ăn ngon, hiếu khách, xứ sở có nhiều thắng cảnh, everything, cái nào cũng good, nhưng có một chuyện là trong phim 007 tôi dám lái xe, chứ tôi không dám lái ở Việt Nam. Sean Connery nói như vậy, James Bond là ..các vị biết là lái xe bạt mạng, nhưng mà ông nói không, lái ở đâu cũng lái, lái ở Do Thái, lái ở Nhật, Hồng Kông, lái ở Mỹ, ở Đức, Thụy sĩ ông lái tuốt hết, nhưng mà lái xe ở Việt Nam ông không dám lái. Thì mình thấy ở một cái nơi chốn mà nó bị trục trặc như vậy đó, bị một mớ trục trặc ảnh hưởng đến cái đời sống sinh học của mình đó thì chắc chắn có ảnh hưởng đến đời sống tâm lý của mình. Cho nên, trong Kinh cả Đức Phật lẫn Ngài Xá Lợi Phất và đương nhiên tất cả các Hiền Thánh đều có nội dung kiến giải giống nhau khi các Ngài nói rằng tu hành là một cái hành trình làm việc với 6 Xúc: cái gì cần thấy, cần nghe, cần nhìn và cái gì không cần thấy, không cần nghe, không cần nhìn, đấy. Cái gì nó có hại, có lợi cho mình. Thọ cũng vậy, có những niềm vui nên có và có những niềm vui không nên có, đấy.

Rồi Xả, có những sự hờ hững nên có và có những hờ hững không nên có, cái hờ hững nào mà liên hệ đến đạo tâm, đạo nghiệp thì nên có.

Tu là một hành trình làm việc với 6 Tướng, 6 Tướng là sao? Tướng là gì? Tướng là toàn bộ những gì thuộc về kinh nghiệm, hồi ức, kiến thức, khái niệm, những cái knowledge, những cái opinion, hay là những memory hay là experience, tất cả những cái đó, những concept tất cả những cái đó đều được gọi chung là Tướng.

Thì là trong một ngày như vậy, thí dụ như mình ngồi mình cái đầu mình chìm trong nhạc, trong hội họa, trong thơ ca, trong văn chương, trong cái chuyện du lịch, trong cái chuyện...nói chung là bao nhiêu chuyện tất tần tạt trong cuộc đời này thì mình coi những cái Tướng đó là tục tướng, đó là đọa tướng, nó là tham tướng, nó là dục tướng. Những cái Tướng đó nó không có lợi gì cho đời sống mình hết, thà dành thì giờ đó mà coi Kinh, coi sách, hiểu được bao nhiêu thì hiểu, suy tư về Phật pháp, làm sao mà cần là mình có Phật pháp tràn ra liền, cần là có, cần là có, cái đó cũng là Tướng thôi, nhưng mà cái Tướng đó là cái Tướng nên có, còn Sắc Tướng, Thinh Tướng... mấy cái Tướng

này đa phần chỉ có hại cho mình thôi. Mình coi cái Tướng nào có lợi cho mình, đó là tu với 6 Tướng.

Tu với 6 Tư là sao? 6 Tư nghĩa là cái Cetanā mà trong lúc thấy, nghe, nghĩ đó, thì cái Cetanā nào mà nó nhắm đến cái thiện, cái chủ ý thiện là nên có, làm cái gì cũng nhắm đến giải thoát được. Đó gọi là Cetanā, cái chủ ý giải thoát. Còn mà hể mình làm cái gì kể cả lên chùa tụng kinh, niệm Phật, nghe pháp, ngồi thiền mà thiếu cái chủ ý giải thoát thì cái đó được xem là sống với cái Tư sinh tử, cái Tư luân hồi.

Thì tôi chốt lại là cái tinh thần mà Ngài Xá Lợi Phất Ngài giảng trong bài Kinh Sevītabba-asevītabba sutta là cái gì? Là toàn bộ đời sống nó chỉ nằm ở trong cái cặp đối đãi tương quan thôi, chuyện gì nên và chuyện gì không nên:

- Nên làm, không nên làm.
- Nên nói, không nên nói.
- Tư duy không nên tư duy.
- Người nào nên gặp, và không nên gặp.
- Chỗ ở nào nên tiếp tục, và nên bỏ đi.
- Cái mối quan hệ nào là cần thiết và không cần thiết.
- Cái đề tài suy nghĩ nào nên tiếp tục và không nên tiếp tục.

Chỉ nhớ bao nhiêu đó, mình dứt mình chỉ nhớ bao nhiêu đó thôi. Bây giờ tắt máy, mình bước vào giường, là mình chực nhớ chuyện gì đó là mình nhớ văng vẳng lời kinh nói rằng có những suy nghĩ nên và không nên. Rồi bây giờ mình nghĩ đến một cái trò chơi nào đó, mình chợt nhớ lại cái này vui thiệt nhưng mà nó không nên. Có những niềm vui nên, có những niềm vui không nên, đấy. Rồi có những cái âu lo, mình có những cái âu lo và mình nhớ chực lại những âu lo nên có và những âu lo không nên có. Âu lo để mà tinh tấn tu hành thì nên, còn cái thứ âu lo vớ vẩn để mà cho nó cao máu, cho nó trụ tim, cho nó bị u xơ bao tử, cho nó suy nhược thần kinh thì cái âu lo đó không nên có, âu lo để mà tu tốt hơn thì âu lo đó nên có. Vật dụng xài ở nhà cũng vậy, muốn mua, muốn sắm cái gì cũng suy nghĩ nhớ văng vẳng bên tai là có những thứ mình nên xài và có những thứ không nên xài. Thí dụ như bây giờ tôi nói huych tẹt như đôi dép, mình thấy cái đôi dép nó củ xì thì mình tính mua đôi khác, mình cũng phải suy nghĩ coi có cần thiết không? bây giờ mà phải lái xe ra phố rồi đi lục lạo mất bao nhiêu tiếng đồng hồ, thay vì bây giờ mình mở cái băng giảng của ông Sư ra mình chép được bao nhiêu mình chép. Còn bây giờ chỉ vì muốn có một đôi dép mới từ đôi dép màu nâu chuyển qua đôi dép màu xanh nước biển, màu tím hoa sim gì đó, cái mình chạy ra phố mất bao nhiêu tiếng đồng hồ.

Và có một bài Kinh mà bà con coi thường mà tôi lại mê bài Kinh đó, tức là cái bài Kinh mà kể chuyện ông Cấp Cô Độc mà lúc mà ông đi tìm Phật trong đêm tối, ông đến ông thăm ông anh, rồi ông nghe ông anh nói ngày mai thỉnh Phật, thì ông nghe tới cái chữ Phật là ông không ngủ được. Thì ông mới ra ông hỏi ông anh vậy chứ anh nói anh thỉnh Phật mà bây giờ Phật đang ở đâu? mà mai tới đây được? chứ phải ở gần đây chứ ở xa làm sao mà tới, trong cái tầm đi bộ, vì Phật đi bộ mà, gần đây trong tầm đi bộ mai Phật mới tới ăn cơm được chứ, thì ông anh nói em có thấy cái rừng, cái khóm, cái bụi, cái dây rừng trước mặt mình không? đó, thì ngay trong rừng đó đó, thì mình băng qua khoảng đồng đó mình chun vô rừng đó là gặp Ngài. Trời đất ơi, ông nghe ông anh nói xong rồi là ông từ đầu hôm đến nửa khuya ông không ngủ được, ông cứ nhắm mắt, ông nghe chữ Phật, Phật, Phật chịu không nổi, mà tôi nói ở đây có thể bà con có thể không tin chứ tôi nghĩ kiếp sau khi mà tôi gặp Phật đủ duyên mà làm người, đừng làm chó, nếu mà đủ duyên làm người khi mà nghe Phật chắc tôi cũng có lẽ bị sốc, bị sốc lắm. Bởi vì cái chữ Phật đó mình niệm mà niệm hiểu, chứ niệm cứ như niệm bùa, nghe tới chữ Phật là mình quýnh lên mới được, đấy, quýnh lên, trong Kinh nói giống như bò con mà nghe mùi bò mẹ vậy đó. Đó là Kinh nói chứ không phải tôi nói nha, lát tôi kể cho nghe, thì ông nghe nói Phật ở bên rừng, ông ngủ không được, cái nửa đêm ông

rón rén ông mở cửa ông băng qua cái quảng đồng ông vô rừng ông kiếm Phật. Mà trời đất ơi, Ấn Độ họ có nhiều hình thức mai táng, an táng, nhiều hình thức an táng. Thí dụ như thả dưới sông gọi là thủy táng, đem đốt gọi là hỏa táng, rồi còn điều táng là cho chim ăn, không táng là để đại chỗ nào đó cho nó tự mục rã gọi là không táng, còn có cái lâm táng là ớn nhất, mai táng là chôn không ớn mà cái lâm táng là nó đem nó liệng, nó kiếm cái chỗ nào trong rừng, nó liệng chất đồng như Indonesia giờ còn, Indonesia nó có cái hòn đảo mà chuyên môn để làm cái chuyện đó đó, cứ là ai chết cái nó đem.....nó chia của nha, nó chia giống như Việt Nam dân thiếu số mình vậy đó: mùng mền, có cassette, có cassette, tivi, giày dép, đồng hồ, mắt kính, dây nịt, bóp đầm, nó mới xách xe nó đem nó chở chung với cái xác ra cái đảo đó nó để. Lâm táng là vậy đó. Thì cái ông Cấp Cô Độc này nè, ông vì thương Phật quá, ông muốn gặp Phật ngay trong đêm, nên ông mới băng qua khu rừng đó, ông đang đi, các vị biết khi một lòng nghĩ tới Phật, thì ông cảm như có ánh sáng nó rọi, ở đây không biết trong room có ai có kinh nghiệm đó chưa? Khi mà mình làm việc, cái việc gì mà mình thiết tha quá, mà mình bắt đầu từ lúc trời còn sáng tới lúc trời tối mình không có hay.

Thí dụ như mình viết thơ tình đi, viết thơ tình mà viết bằng đèn dầu, ngòi viết, viết đèn nó mờ, đau mắt thấy bà chữ ngòi viết được, viết ba cái chuyện tầm bậy nó hay lắm, thì lúc mà ông đang vui quá con mắt ông nó không thấy đường, tới lúc ông vấp, ông dòm xuống nguyên cái đầu lâu nó cười là ông chết điếng rồi, thì ông tỉnh quay về, lúc đó bên tai ông văng vẳng một câu nói. Cái này gặp mình chắc mình dọt còn lệ nữa, nhưng mà ông không dọt, có một cái vị dạ xoa tên là Sīvaka, Sīvaka là bạn, người bà con tiên kiếp của ông mới nói cho ông nghe thế này: hãy đi đi đừng quay lui, mỗi bước chân của ông bây giờ có giá trị bằng trăm ngàn ức vạn đồng vàng, người Ấn Độ họ xài tiền vàng, giống như mình bây giờ hãy đi đi mỗi bước chân của ông trị giá 5 triệu dollar, nói theo ngôn ngữ mình bây giờ cho dễ hiểu. Ông đừng quay lui, mỗi bước chân của ông bây giờ có trị giá 100 triệu dollar, cứ đi, ông thử tưởng tượng mỗi bước là 100 triệu dollar thì có đáng đi hay không? thì ông nghe như vậy thì ông đi, đi, đi cái ông vấp nguyên bộ xương ông té cái ạch, ông hết hồn, lúc đó cái câu nói văng vẳng bên tai ông hãy đi đi mỗi bước chân của ông trị giá một núi vàng đó, tự ông liệ. Thì ông nghe như vậy thì ông vấp đầu mấy lần là ông nghe tiếng gọi, một tiếng gọi rất là trầm ấm, ngọt, Sudatta hãy tới đây, Như Lai đang ở chỗ này. Ông nghe: cái Sudatta hãy tới đây, Như Lai đang ở đây là ông chết điếng rồi, bởi vì cái tên Sudatta là tên cúng cơm ở trong nhà, phải là người nhà mới biết cái tên đó. Mà nên nhớ ngày xưa nó đâu có phone, nó đâu có internet, ngày xưa nó đâu có xe hơi, cho nên cái người mà từ điểm A qua điểm B là đường hòng gặp người quen. Chứ còn ngày nay, thí dụ như ngày nay bà con ở trong room này mà đi qua Nhật gặp bà con ở Florida đó là chuyện bình thường, các vị qua Baiyun mà các vị gặp người quen ở Cali ở bên Baiyun chuyện đó bình thường. Mà thời xưa không có, hồi xưa mà cách nhau chừng một, hai trăm cây số mà gặp người quen rất là khó. Ngày xưa đi bằng cái gì? Chuyện mà sanh tử người ta mới đi, chứ không ai dám đi chơi mà đi từ điểm A qua điểm B mà hai, ba trăm cây số. Cho nên cái người mà biết tên ông là cực hiếm, hiếm lắm luôn. Thì ông nghe như vậy ông biết liền đây là Phật, chỉ có Phật mới biết cái chuyện này. Ông tới ông quỳ sụp xuống và Ngài tới thuyết pháp cho ông nghe, đặc Tu Đà Hườn. Lần này đương nhiên là ông đi về là ông đi nghinh ngang rồi.

OK, thì ở đây cũng vậy, bà con cứ nhớ trong đời sống, cứ nhớ bài kinh này, mỗi lần mà mình thích ghét, buồn vui cái gì cứ nhớ mang máng: cái này NÊN hay KHÔNG NÊN. Cái chuyện gì nó là NÊN thì lại nhớ bài Kinh Cấp Cô Độc, một phút giây mà mình làm chuyện này nè, nó có giá trị năm ngàn tỷ dollar nghĩa đen, tôi nói lần nữa không biết bà con có biết cái nghĩa đen, nghĩa bóng không? khô quá đi, trong lớp toàn Việt kiều không, nghĩa đen, nghĩa bóng có biết không? Nghĩa đen là nghĩa sát, nghĩa sát sườn, thì mỗi một cái giây phút mà bà con sống thiện là nó trị giá hàng mấy chục ngàn tỷ dollar, phải nói như vậy. Ai học A Tỳ Đàm mới tin cái này. Thì cứ nhớ cái này nên hay không nên, biết nó là nên rồi thì nhớ văng vẳng bài kinh nhớ rằng, nếu nó là nên thì giá nào nó cũng phải làm, nếu nó là nên thì giá nào nó cũng phải làm. Còn nếu nó là không nên thì giá nào ta cũng phải tránh, nhớ, cái đó rất là quan trọng. Thì theo đề nghị của Thầy trụ trì mình, bà con Phật tử sơ cơ thì làm ơn nhớ bao nhiêu đó, tức là Ba tạng Kinh điển chỉ nói đến hai nội dung thôi, NÊN làm hay KHÔNG NÊN làm. Toàn bộ đời sống của chúng ta: Nói năng, tư duy, ăn uống, đi đứng, sinh

hoạt, bận bẻ, tiếp xúc, chỗ ở v.v.. tất cả phải theo cái tinh thần của Ngài Xá Lợi Phất, theo tinh thần của Đức Phật. Đó là NÊN và KHÔNG NÊN, chỉ vậy thôi. Và ngôi thiên chỉ, thiên quán, giữ giới, bố thí cũng nằm trong cái nội dung đó: NÊN và KHÔNG NÊN, đấy. Thí dụ như bây giờ mình có 10 đồng bạc trong tay, mà mình muốn bố thí mình cũng phải tự xét thế này: NÊN hay KHÔNG NÊN. Bây giờ mình chỉ còn có 10 đồng đố xăng à, mà bây giờ mình cho rồi lấy cái gì đố dọc đường đây, thí dụ như vậy. Đó, sống bằng trí là chỗ đó. Hoặc là trong trường hợp mình hoàn toàn có khả năng làm phước mà mình nghĩ mình tiếc tiếc, mình muốn để dành để gửi cho đứa cháu nội ở Việt Nam hoặc là mình muốn để dành tiền để mà mình đi vacation, mình nghĩ nó có đáng hay không? cái cơ hội để mà làm phước nó không có nhiều, mà cơ hội để đi vacation, hoặc để mua một món đồ mà Black Friday thì năm nào cũng có, thí dụ như vậy. Thì thôi mình chọn cái nào nó cần thiết hơn, nó cấp thiết hơn.

Thì toàn bộ nội dung bài giảng hôm nay chỉ nhằm đến cái chuyện đó và đặc biệt tôi muốn nhắm đến là cái đối tượng Phật tử không chuyên. Bà con học cái gì tôi không cần biết, nhưng mà tôi dám bảo đảm đến lúc mà tuổi già xế bóng thì mình không còn nhớ ba con số 13, 18, 25, 41, 72, không có nhớ đâu, lúc đó chỉ còn nhớ cái gì gọn nhất để bỏ túi thôi. Giống như hồi xưa mình đi học trung học, mình biết Sin, biết Cos, biết đạo hàm, phương trình, hằng đẳng thức tầm lum, nhưng tới hồi trong cái giây phút mà thực tế đời sống là mình biết cái gì? Cộng, trừ, nhân, chia, hết. có bao nhiêu đó thôi. Hoặc khá khá tính ba cái diện tích, ba cái chu vi, rồi ba cái đường kính, bán kính, nhớ con số pi để mà về làm chuồng heo, đào giếng cho vợ thôi chứ không có cần phải nhớ nhiều hơn nữa, lúc cấp bách chỉ cần nhiều đó thôi. Cho nên nhiều khi trong tiếng Việt Nam mình học cho nhiều, ông bà xưa nói chỉ cần nhớ 8 chữ là sống được rồi: học ăn, nói, học gói, học mở, rồi thêm nữa là cộng, trừ, nhân, chia, bốn cái này nữa là 8. Học ăn, học nói, học gói, học mở, rồi cộng, trừ, nhân, chia, tám cái chữ này là đủ để làm người rồi. Chứ không có cần mà phải cao siêu, mầu nhiệm gì hết. Ai làm khoa học, học giả, nhà nhà khoa học, hay là tổng thống, thủ tướng là chuyện của người ta, nhưng mà mình nè, cỡ mình nè, bình dân như mình nè, thì nhớ 8 chữ đó sống được rồi. Thì nếu mà bà con xét thấy bà con có được một sức nhớ, một sức hiểu sánh ngang nhật nguyệt thì tôi xin hoan hỷ. Còn nếu bà con thấy mình yếu quá thì làm ơn tém tém cho nó gọn gọn cho nó dễ nhớ, mà nhất là cái lúc mà tuổi già, trọng bệnh hay là cận tử đó thì mình chỉ còn chốt lại cái gì CẦN và KHÔNG CẦN thôi, chứ giờ này mà 13, 18, 41, 52 làm sao nhớ nổi trời. Tôi biết nhiều vị Hòa Thượng là cuối đời chỉ còn có cái Niệm Phật thôi. Nhưng đừng có nghe vậy tưởng người ta giống mình. Người ta đem nguyên cái kiến thức một đời, người ta hiểu gì về Phật, người ta mới dồn vô cho cái chuyện Niệm Phật. Mình nghe vậy, mình khoái quá, mình nói ừ đúng rồi tôi thấy học chi cho nhiều, Niệm Phật thôi. Mà mình quên rằng Niệm Phật cái kiểu niệm của người ta đó công đức một tỷ, còn cái kiểu niệm của mình nó ba xu thôi, nha. Nghe mà nghe không có tới, bắt chước mà bắt chước không có giống.

OK, chúc các vị một ngày vui.