

Kinh Ukkacela và Sedaka

Kalama tri ân đh Nguyễn Thị Ngọc Ánh ghi chép.

[07/05/2026 - 07:09 - anhlibrary]

Đêm nay theo đề nghị của thầy trụ trì chúng ta nói chuyện với nhau về cùng lúc hai bài kinh luận. Bài kinh thứ nhất là kể về cái thời điểm ra đi, viên tịch của hai vị đệ tử lớn nhất của Đức Phật là Ngài Xá Lợi Phất và Ngài Mục Kiền Liên. Ở đây có ai biết không ta? ở đây có rất nhiều người không biết. Nhìn cái mặt như chắc bên nhà thờ hôm nay đóng cửa hay sao, chạy qua chùa, chứ còn nhìn cái mặt thấy đã thật.

Rồi, là hai vị Thánh lớn, hai vị Thánh Tăng là đệ tử lớn nhất của Đức Phật, là Ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên. Và các vị biết rằng hai vị này đó là làm rất là nhiều việc để mà phải nói là duy trì cái mạng mạch của Tăng đoàn. Hai người anh cả mà, hai người anh lớn làm rất là nhiều việc và tiếp độ cho vô số cư sĩ trong đó gồm có chư Thiên, Phạm thiên. Nói chung là độ rất là nhiều người, hai vị làm được những việc mà các cái vị đệ tử khác của Đức Phật không làm được phải nói như vậy, không làm được, hai vị này tu rất là nhiều đời, nhiều kiếp và kiếp cuối cùng, hai vị thành tựu những cái hạnh lành và những cái khả năng mà các vị đệ tử khác của Đức Phật không sánh bằng. Mà tại sao tôi phải nói dài dòng như vậy là bởi vì đó khi hai vị này ra đi đó, thì vào cái buổi chiều, ngay sau khi hai vị viên tịch, hai vị viên tịch tức là mất, qua đời chỉ cách nhau có nửa tháng thôi. Thì Đức Phật Ngài dạy chư Tăng thế này, cái đám đông Tỷ kheo trước mặt chúng ta bây giờ, ta nhìn thấy nó có một sự trống vắng rất là rõ ràng bởi vì đó là sự vắng mặt của hai vị đại đệ tử. Tuy nhiên, tuy nhiên Đức Như Lai nói riêng và chư Phật ba đời nói chung thì dầu luôn luôn là viên tịch sau hai vị đại đệ tử nhưng mà các Ngài không có buồn, bởi vì các Ngài luôn luôn biết rõ và sống trọn vẹn. Biết rõ và sống trọn vẹn trong cái nhận thức rằng mọi thứ đều là giả hợp. Mọi thứ đều là giả hợp. Có nghĩa là sao? giả hợp có nghĩa là mọi thứ nó do duyên mà có, thành một cái khối tổng hợp mà mình đặt tên là thầy, trò, vợ, chồng, cha mẹ, con cái, nhà cửa phải không? Mọi thứ nó do duyên tổng hợp và nó thành một khối tổng hợp mà thiên hạ gọi vậy thôi, chứ còn mọi thứ nó là giả. Mọi thứ đều là giả. Và Kinh nói rằng cái dòng luân hồi của mình là một cái chuỗi dài thời gian của những cái vở kịch mà mình là những diễn viên đóng tới, đóng lui, không mệt mỏi. Có những người bây giờ mình gọi đó là mẹ, kiếp trước từng là vợ. Có những người bây giờ là vợ, kiếp trước từng là mẹ.

Có những người kiếp trước từng là kẻ thù của mình, bây giờ nó là bạn của mình. Có những người bây giờ là bạn của mình nhưng nó từng là kẻ thù của mình. Vân vân và vân vân. Đấy cho nên nó là một cái vở kịch được diễn đi diễn lại đời này sang đời khác thôi, chứ Đức Phật biết rất rõ người thiện thì bản thân được an lạc và giúp được cho người khác cũng được an lạc như mình. Người ác là cái người bản thân không được an lạc và cũng khiến cho người khác đau khổ như mình. Thì Ngài nhìn hai vị đại đệ tử, Ngài Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên Ngài biết đây là hai cái người lành giúp được cho nhiều người khác. Bây giờ hai người lành đó mãn thọ, mãn duyên thì ra đi giống như Ngài vài tháng sau thì Ngài cũng đi.

Cho nên Ngài biết như vậy đó, mà hỏi này tôi nói có một chữ mà các vị không không để ý. Ngài biết rõ và luôn sống trọn vẹn với cái Ngài biết. Luôn biết rõ mọi thứ do duyên mà có. Mọi thứ là giả hợp, do các điều kiện mà có, có rồi phải mất đi. Ngài luôn luôn ý thức rõ như vậy và sống trọn vẹn trong cái ý thức đó. Tôi nhấn mạnh cái chữ sống trọn vẹn. Còn tất cả chúng ta ngồi ở đây nè, miệng nói như két. Nói là ngũ uẩn giai không, cái gì cũng là bào ảnh, là bọt sóng, là sương khói. Chứ thử bây giờ mình bước ra mất chiếc xe, cái tự nhiên cái sương khói nó làm cho mù mắt luôn. Thấy chưa? đó không phải giỡn đâu. Cho nên là trong bài giảng này tôi đặc biệt nhấn mạnh cái này. Các vị có thể tin Phật hay không, không cần biết. Tôi không cần biết chuyện đó. Tôi chỉ nhắc một chuyện thôi. Coi kỹ Đức Phật dạy mình cái gì. Ngài dạy mình hãy nhớ rằng mọi thứ ở đời là rất là

mong manh. Tại sao phải nhớ như vậy? Nhiều người vô chùa thích niệm Phật để cầu phước báo, bỏ thí cầu phước báo, chùi cầu, rửa chén cầu phước báo.

Nhưng mà trong Kinh nói rất rõ có hai cái phước báo mà người tu Phật không thể không biết. Và tôi mong trước mặt tôi các vị có giới, có đốt cờ nào cũng nhớ hai cái phước đó, nhớ nha. Có nghe tôi nói gì không? Đi chùa tôi không cần biết các vị đang ngồi trước mặt tôi bao nhiêu tuổi? tôi không cần biết. Tôi chỉ nhắc chừng. Có hai cái phước mà các vị bắt buộc là phải trau dồi, phải thực hiện kể từ bài giảng hôm nay của tôi.

1/ Một, luôn nghĩ về tất cả chúng sinh bằng cái tâm bao dung tha thứ. Đối với người tốt mình gọi đó là người dễ thương. Đối với người xấu mình gọi nó là người đáng thương. Luôn luôn nghĩ về chúng sanh như vậy. Đêm đêm trước khi ngủ, sáng sáng trước khi đi làm, luôn luôn niệm giùm cái câu đó. Mong cho muôn loài chúng sanh được như tôi bây giờ. Có nghĩa là được thoải mái bây giờ, được sống bằng tâm lành bây giờ. Mong muôn loài chúng sanh được như vậy. Nghĩa là cái phước báo đầu tiên đó là luôn luôn nghĩ về tất cả chúng sanh bằng cái tâm từ bi và hết lòng chân thật mong cho mọi loài được sống trong cái sự tốt đẹp nhất, thì các vị có thể không tin thì tùy nếu mà cái chỗ khác tôi không dám nói nhưng chỗ này tôi dám nói.

Người phước nhiều sẽ tin cái điều này. Còn người mà thiếu phước, thiếu trí thì cứ nghe hoang mang, nói ủa sao pháp môn gì lạ tôi đâu có nghe. Nhưng mà tùy hỷ, bà con không nghe tôi còn mừng nữa bởi vì tôi không có muốn gặp là mấy đũa ngu. Cái phước báo đầu tiên đó là luôn luôn sống bằng cái từ tâm nghĩ về vô lượng chúng sinh trong vô lượng vũ trụ nha. Cái phước báo đầu tiên.

2/ Cái phước báo thứ hai đó là luôn luôn nhớ rằng mọi thứ do duyên mà có, do các điều kiện mà có, đã có rồi phải mất đi. Dầu đó là phàm, thánh, thiện, ác, sướng, khổ. Sáu cái nhớ nha. Phàm, thánh, thiện, ác, sướng, khổ, tất cả đều là do các điều kiện tập hợp mà có, đã có rồi thì phải có lúc mất đi. Đức Phật mình nói riêng và chư Phật ba đời mười phương nói chung, tu hành biết là bao lâu nhưng tới lúc thành Phật rồi thì chỉ trụ thế được có ít lâu thôi, rồi thì cũng đi vào sương khói, nói gì là chúng ta, là cát, là bụi, là con ong, cái kiến. Nhớ bao nhiêu đó, nhớ bao nhiêu đó thôi.

Có hai công đức rất là lớn mà phải làm. Một là tu từ tâm, luôn luôn nghĩ về muôn loài chúng sanh từ con ong, cái kiến, ruồi, muỗi, kiến gián cho tới cái gì ta? cho tới những cái vị thiên thần, tiên ông, tiên bà, tiên đồng, ngọc nữ, cho đến vua chúa, những người quan quyền tiếng tăm, quyền lực cho đến kẻ vô danh, nghèo khó dưới gầm cầu quán chợ, tất cả mình đều nghĩ về bằng cái lòng từ bi, mong cho người ta luôn ai cũng được an lành, an lạc, an toàn nha. Nhớ.

Cái điều thứ hai là luôn nhớ rằng tất cả những phàm thánh, thiện ác, sướng khổ ở đời có rồi mất. Mất đây có nghĩa có hai cách. Một là nó biến chất, hai nữa là nó không có tồn tại nữa.

Thì Đức Phật Ngài dạy rất là rõ, là hai vị đệ tử ra đi Ngài không có buồn là vì Ngài thấy mấy cái điều này nè.

- Ngài thấy và Ngài sống trọn vẹn với cái Ngài thấy. Còn mình thì sao? có thấy, có nghe, có hiểu, có nhớ nhưng không có sống hết mình với cái mình thấy. Cho nên khi mà đối diện với thử thách hay cám dỗ là mình nổi điên lên, điên lên. Lúc đó hoặc là lúc sợ hãi, lúc đó niệm Phật, tôi cho rằng không có cái gì nó bậy bằng cái chuyện mà tin rằng Phật độ mình hết. Chuyện đó là chuyện tào lao. Bây giờ tôi hỏi các vị là nếu mà nói rằng Phật độ mình như vậy mà khi mình gian ác Phật có độ không? Đó là chuyện thứ nhất, phải không? Mà nếu nói không mình tu hành Phật mới độ, nếu nói vậy thì cứ việc cấm đầu lo làm lành lánh dữ đi nha. Rồi còn chuyện Phật độ hay không tính sau, nhưng chị trước mắt là phải sống thiện trước. Đó là chuyện thứ nhất.

- Chuyện thứ hai nếu mà các vị tin Chúa với Phật mà có thể phù hộ cho mình, tôi hỏi các vị câu thôi. Hai đội bóng ra sân bên nào cũng cầu Phật độ. Vậy thì sao ta? Hả? Huề một điều, mà các vị tưởng tượng bóng đá thế giới mà trận nào Phật cũng thò tay vô thì mấy thằng cha cá độ sống kiểu gì? có hiểu tôi nói gì không? Tức là nhiều khi mình ngồi, mình ngẫm ngẫm thấy nó sai sai cái gì đó. Thí dụ như mình nói trên đời này có một cái đấng gì đó tạo ra muôn loài, mình thấy cũng được, cũng hay. Nhưng mà ngồi nghĩ nghĩ lại cái đấng đó ác thiệt. Tạo ra trên đời này cái thằng mà nghèo nhiều hơn thằng giàu đúng không? Thằng sướng ít hơn thằng khổ, mà thằng xấu nó nhiều hơn thằng đẹp. Đúng không ta? Có đúng không? Mà thêm cái này tôi mới giận nè. Cái đấng nào nó sao không cho tôi sống 3000 tỷ năm đi. Cái đấng gì đó mà cho tôi sống của mấy chục năm mà mới có 50 tuổi

đi mở thận rồi. Cái đáng gì mà ác, mà vì Ngài tạo muôn loài Ngài tạo cho tôi phải 1,8m, 6 múi phải không? Nhìn vô là phải rõ dãi, đấng này Ngài tạo ra nhìn vô người ta ói không kịp, thì cái đáng đó hơi bị ác. Hơi bị ác, có hiểu không? Cho nên nếu mình là người Phật tử mình ngồi ngẫm ngẫm mình thấy cái suy nghĩ của mình nó phạm lắm. Mình tin một cái đáng gì đó tạo ra muôn loài, mà mình quý, mình lạy xì xụp cái kẻ mà đã làm khổ mình, mà phạm phu mình hay có cái màn đó lắm. Hay do tuyên truyền, mình do bị nhồi sọ mà mình quý mình lạy cảm ơn cái kẻ mà đã làm khổ mình. Cái học thuyết cái đường lối chính sách mà đã làm khổ mình. Hiểu không? những cá nhân, những đoàn thể đó làm khổ mình, như mình đi mình thờ một cái đáng gì đó, mà mình tin rằng đáng đó là nó tạo ra muôn loài rồi mình ăn, rồi mình quý súp, mình quý lạy thì tôi nghĩ rằng...hiểu không? Cái đó nó có cái vấn đề.

Chuyện thứ hai mình tin Phật phù hộ thì hãy đêm nay hết về tự hỏi lòng mình đi, hỏi tự hỏi lòng mình đi chứ nếu mà Phật mà ai Ngài cũng phù hộ thì những tình huống này tôi đưa ra thì Ngài sẽ tính làm sao phải không? Cho nên vì hiểu rất rõ những chuyện này, cho nên khi hai vị đại đệ tử ra đi, Đức Phật vẫn là đứng đưng. Không phải là Ngài không thương mà Ngài biết rất rõ rằng chính thân Ngài vài tháng nữa cũng đi. Hai vị này ra đi vào tháng 10 và tháng 11 thì tới tháng tư sau đó là Đức Phật cũng viên tịch. Nhớ cái đó, tôi nhớ hoài ở bên Mỹ có cái bà cụ đó bà sợ ma, bảy mươi mấy tuổi, mà U80 bà vẫn còn sợ ma. Bà hỏi tôi chứ Sư, Sư có cái cách nào Sư giúp cho tôi bớt sợ ma không? Tôi nói không nên niệm Phật càng niệm... hể nhớ Phật là nó nhớ ma. Bây giờ bà cô cứ niệm dùm tôi câu này. Người ta sắp sợ mình rồi, tại sao mình phải sợ ai? Và sau đó bà gọi phone bà cảm ơn rồi rít, bà nói đúng. Con bây giờ con sắp thành ma rồi con đâu có ngán ai nữa. Hiểu tôi nói không? Cứ đêm hôm mà khi mà sắp sợ ma mà con nhớ con câu đó thôi là người ta sắp sợ mình rồi nha. Thì Đức Phật Ngài hiểu rất rõ chuyện đó cho nên là Ngài rất là thanh thản tự tại, bình thản khi mà nhìn thấy các đệ tử lần lượt, lần lượt ra đi. Đó, nhớ cái đó và cái câu này mới ghê nè.

Sau khi Ngài nói rằng hai vị đại đệ tử lớn của Ngài ra đi mà Ngài không buồn thì Ngài mới kết câu, tại sao Ngài không buồn? Bởi vì Ngài đã hiểu và đã sống trọn vẹn với tinh thần Tứ Niệm Xứ. Tứ Niệm Xứ là cái gì? Tứ Niệm Xứ, tôi lựa cách nói bình dân nhất, dễ nuốt nhất cho những người không có răng.

Đó là, nghe cho kỹ, xưa giờ trong vô lượng kiếp luân hồi, vô lượng kiếp luân hồi, mình và mấy con lợn không có khác nhau bao nhiêu hết, theo đuổi cái mình thích và trốn chạy cái mình ghét. Nghe kịp không? mình có cái đó không ta? Có không? Mình có cái đó không? Từ nhỏ lúc mình còn nằm ngửa bú bình cho đến lúc 98 tuổi 100 vào quan tài. Mình chỉ làm có hai việc thôi.

Theo đuổi cái mình thích và trốn chạy cái mình ghét. Đúng không? Có được cái mình thích mình gọi đó là hạnh phúc. Mà né không được cái mình ghét mình gọi nó là đau khổ. Mà nó xui chỗ này, chính cái thích nó là mẹ ruột của cái ghét, mà cái ghét nó là bố ruột của cái thích. Là vì sao? Là vì khi mình thích cái gì mình sẽ ghét cái ngược lại. Đúng hay sai? Và khi mình ghét cái gì mình sẽ thích cái ngược lại. Đúng vậy không ta? Rồi giờ bây giờ tự hỏi lại đi. Có mấy ai trên đời này có được cái mình thích và né được cái mình ghét? Nếu có được cái mình thích thì mình có được bao nhiêu phần trăm. Tôi nói hoài các vị quên. Tôi là thầy chùa không vợ, không con, không tài sản. Vậy chứ các vị biết cái chuyện mà tôi toại nguyện chỉ được có 1% các vị có biết không? Các vị phải tin chuyện đó chứ, nói gì là những người có tóc. Tức là mình muốn tùm lum hết tron. Nhưng mà cái mình toại nguyện chỉ 1%. Rồi qua tới mình ghét. Tôi có 100 cái ghét tôi chỉ né được có một hai cái thôi, mà nay né được mai không né được. Các vị có biết gì đó không? Hay là bắt tôi phải vậy phải kể ra. Cho nên là trong vô số kiếp luân hồi không hề biết rằng mọi thứ chỉ là sóng và hạt, mọi thứ chỉ là chớp tắt, mọi thứ do duyên mà có rồi cũng do duyên mà mất đi.

Duyên đây tức là các điều kiện. Các điều kiện, ở đây thế nào cũng có người hoang mang điều kiện là cái gì? Tôi hỏi các vị nè. Nãy giờ các vị không biết cái chai này là chai gì? Các vị biết tôi khổ lắm. Chai này là chai khổ qua rừng. Mỗi một ngày tôi phải uống hết một chai này để nó giúp cho cái tuyến tụy nó làm việc. Quý vị có biết cái đó không? Hiểu không? Uống kèm tiểu đường mà mỗi ngày tôi phải uống cái đó. Uống để chữa bệnh.

Rồi bây giờ tôi quay trở lại. Chính vì có nhiều cái tôi không thích nhưng mà tôi né không có được. Thí dụ tôi đâu có muốn bị sỏi thận, tôi đâu muốn bị tiểu đường nhưng mà hể bị cái đó bắt buộc tôi phải uống. Xong chưa? mà hể có cái thích là phải có cái ghét. Mà có cái ghét là có cái thích. Mà cả

đời cứ đi theo đuổi hai cái đó hoài. Bây giờ tu Tứ Niệm Xứ là cái gì? Trong bài kinh này Ngài dạy đó, Tứ Niệm Xứ là cái gì? Là kể từ bây giờ mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm và ý suy nghĩ. Trong từng cái hoạt động của đầu óc và cơ thể. Nghe cho kỹ. Trong từng hoạt động của đầu óc và cơ thể, cái gì mà nổi bật nhất mình ghi nhận cái đó.

Thí dụ như bây giờ mình đang nằm trên giường mình nghe nó nức, mình biết đó là khó chịu, mình biết mình đang khó chịu rồi mình biết rằng mình đang muốn mở quạt, mình biết rõ, nghe rất là kỳ, mình thấy cái pháp môn gì lạ ta, nhưng mà làm thử đi. Có nghĩa là cái gì nổi bật nhất mình ghi nhận cái đó. Sáng ngủ dậy, giật mình trên giường biết là mình vừa thức giấc. Mình chợt nhớ đến chuyện chết cha ai nấu ăn cho thằng con đi học ta, nấu điểm tâm ta. Thì ngay lúc đó mình biết rằng đây là tham ái, biết liền. Hiểu không? Rồi bỏ chân xuống giường, mình trở bộ mình bỏ.. lúc mình quơ cái chân xuống là mình quơ với toàn bộ sự tỉnh thức. Mình chỉ nghĩ đến cái chân mình thôi. Quơ mình để chân xuống đất đứng lên. Biết rõ mình đang đứng biết rõ, rồi từ từ bước vào trong nhà tắm, từng bước đi, mỗi bước chân cứ nhớ mỗi bước chân trị giá ngàn vàng, cái đó là kinh nói chứ không phải tôi nói bước chân chánh niệm, mỗi bước chân lúc đó trị giá ngàn cây vàng, cứ mỗi bước biết rất rõ, biết rất là rõ, không phải nói vậy là đi kiêu mới xuất viện đi lừ đừ, không phải, cứ đi đứng bình thường nhưng mà mình chỉ tập trung cho bước chân mình, đi tới cái nắm cửa, nắm nắm cửa chụp nó cũng toàn bằng toàn bộ cái nhận thức, nắm cửa vặn, bước vào cũng hoàn toàn bằng sự tỉnh thức. Thò tay bấm cái đèn cũng hoàn toàn bằng sự tỉnh thức. Nói vậy các vị hiểu không? Cứ như vậy các vị thử giùm tôi một ngày, chết tôi chịu. Quý vị hỏi sự chịu bằng cách nào? Muốn gì cũng được không có mất gì hết mà nó lạ lắm. Làm thử một ngày đi. Mà tại sao mình phải sống như vậy? Tại sao? là bởi vì hồi nãy tôi nói rồi, vô lượng kiếp luân hồi mình đang ăn mà cái đầu nghĩ chỗ khác, đang đi mà cái đầu nghĩ chỗ khác, đang nói mà cái miệng nói mà cái đầu nghĩ cái chuyện khác, có không? Chính vì vậy cho nên mình liên tục bị khổ bởi hai thứ thích và ghét. Thích cái này, ghét cái này, thích cái này, ghét cái này. Phải không? Nhưng mà kể từ bây giờ mình chỉ tập trung vô cái chuyện mình đang làm, biết rất rõ rằng toàn bộ những cái gì đó đang diễn ra, vừa xảy ra, đang xảy ra và sẽ xảy ra đều do các điều kiện tác động mà có. Khi mà nó đủ duyên thì cái chuyện đó nó xuất hiện, thiếu duyên thì tự động cái chuyện đó nó biến mất. Phải nhớ đêm nay tôi mong những người mà dốt nhất trong đám này phải nhớ pháp môn Tứ Niệm Xứ là vậy thôi. Sống hết mình với cái gì mà nó đang diễn ra trong đầu của mình, trong tay chân của mình. Thì thử một ngày thì nó gọi là pháp môn Tứ Niệm Xứ. Đó có nghĩa là sống tỉnh thức hết mình rồi biết ô cái này là ganh tỵ nè, cái này là bủn xỉn nè, cái này là oán giận nè, cái này là ác ý nè. Biết nó xong rồi bắt đầu tiếp tục đi. Nó gọi là thiền hành, đi cứ mỗi bước chân đỡ lên bằng toàn bộ tỉnh thức và đặt để chân xuống bằng toàn bộ tỉnh thức. Và lúc đó có cái khó chịu biết rõ cơn đau đang có mặt, đứng lại, tại sao nó đau? Có cần đi bác sĩ không? Hay là chỉ xoa thôi hay là uống thuốc? Thấy OK rồi tiếp tục bước đi cũng bằng toàn bộ chánh niệm trong từng bước đi.

Đang đi mà nhớ ai đó mà bằng cái sự nhớ thương biết đó là phiền não. Nghĩ tới ai mà bằng cái sự nóng giận biết đây là phiền não. Chỉ vậy thôi. Chỉ vậy thôi. Nhớ đêm nay đi chùa gặp cái bà đó thấy ghét thiệt. Chỉ vừa nghĩ tới đó biết đây là phiền não, biết đây là vọng tưởng bỏ liền. Chỉ tập trung lo đi thôi. Còn ngoài cái lúc đi ra, ngoài lúc đi, đứng thì một ngày mà đứng không bao nhiêu, bỏ cái đứng mà dẹp đi, chỉ lấy cái đi thôi. Ngoài những lúc đi ra thì hai cái tư thế nào nhiều nhất ta? Ngồi và nằm.

Thì khi ngồi và nằm bà con chỉ làm giùm tôi một chuyện thôi. Theo dõi hơi thở. Theo dõi hơi thở, để tự nhiên không điều khiển nha, đại kỵ, tuyệt đối không được điều khiển, không được cố gắng, không được sắp xếp tổ chức điều hành, NO, để tự nhiên nó ra cạn phổi thì tự động nó vào, nhìn nó, nhìn nó mới biết rằng hơi thở không phải của mình.

Mình sống bằng hơi thở mà hơi thở không phải của mình, có nghĩa là cái cục này không phải của mình. Tại nó tự làm việc với nhau. Hiểu không? Cứ cho nó ra cạn thì tự động nó vào. Nó vào đây thì tự động nó đi ra. Tôi giảng cái này riết luôn liên tục và liên tục. Nó vào đây thì tự động nó ra. Mà trong lúc đang theo dõi như vậy thì vẫn tiếp tục theo cái công thức cũ. Cái gì nào nổi bật xuất hiện mình biết liền. Mình biết, biết đây là phiền não. Cái này là phiền não. Phiền não. Hoặc là khi nào mình có cái tâm lạnh, mình biết đây là tâm lạnh. Nhưng mà biết thôi vẫn quay lại hơi thở nha. Chứ đừng có nghĩ đây là tâm lạnh. Rồi cứ ôm chặt là sai.

Thí dụ tâm lành là gì? Thí dụ như mình đang ngồi, mình nói trời ơi hoan hỉ quá ngày mai mua hoa, mua trái lên cúng chùa, biết liền, biết liền mình đang vọng tâm, phóng tâm, biết liền, phải quay trở lại hơi thở liền, quay trở lại hơi thở, chứ đừng có tưởng là ngày mai cúng chùa là chuyện tốt rồi mình được phép mình ngồi mình suy nghĩ ngày mai nhờ ai chở ta? Táo, táo mùa này nó đang hạ giá nè, mà táo Tàu chứ còn táo New Zealand nó mắc lắm, rồi hỏi nó mất cha nó bữa ngồi thiền, hiểu không? Rồi chùa nào? Quận 6 mấy ông sư trẻ quá, chùa nào mà có hòa thượng mà mình Thủ Đức kiếm cái chùa nào ở quận 2, quận 9, hiểu không? rốt cuộc làm cho ban hành cái buổi ngồi thiền, sai, nó tốt kệ nó, mình cứ lo cái chuyện của mình nha.

Bởi ở trong thiền nó có mấy cái chữ là bất gì? Bất tác, bất diệt, là sao? Có nghĩa là đừng có cái ý muốn tạo ra cái gì, đừng có ý muốn giữ cái gì, mà đừng có muốn diệt cái gì. Bất tác, bất nhậm, bất diệt. Không biết có ai biết bốn cái đó không? Có nghĩa là sao?

- Nhậm có nghĩa là theo một số trường phái cho rằng thiền không có cần cố gắng, cứ ngồi nhìn gió thổi, may bay rồi biết rằng ở trong lòng mình đang có may bay, gió thổi cái thành Phật à, cái đó không phải, cái đó là không được, không được, phải thường xuyên kiểm soát nó, không thể, gọi là bất nhậm.

Nhưng mà bất chỉ, bất diệt là sao? có nghĩa là đừng có ý chặn phiền não rồi đắc cái này, chứng cái kia không được. Không, người tu hành không có cố gắng nhớ nha, thiền là đại kỵ cái theo đuổi một cái gì đó, tổng khứ cái gì đó.

Thí dụ đang ngồi thiền, nó đau quá, ước gì nó bớt đau chứ bây giờ này giờ mình trở bộ mấy lần bà con họ nhìn hoài kỳ quá. Trời ơi mà nó ngứa, mà gãi cũng kỳ nữa. Bởi vì gãi nó động dậy người ta nói người không có định tâm, không có định lực, mà trời ơi mình nó thêm gãi. Lúc này phải ai mà gãi được một cái mình cảm ơn biết bao nhiêu, tại tôi từng bị đó tôi biết. Nhất là ngồi trước mặt Phật tử nó khổ lắm, phải diễn, cuối cùng tôi phát hiện ra khỏi có diễn nữa. Ngứa là cứ gãi thôi. Nhưng mà gãi bằng chánh niệm. Hiểu tôi nói không? Nó ngứa biết rằng mình đang khó chịu, biết sự khó chịu đang có mặt, từ từ đưa cái tay lên, nói từ từ chứ không phải làm vậy, mà cứ cũng đưa tay lên gãi từ từ vậy nè. Làm bằng toàn bộ nhận thức, rồi để tay xuống bắt đầu theo dõi tiếp tục, không bỏ sót một cự chỉ nào hết. Nhớ nha. Nhớ. Đó là cách một là theo. Theo là vậy đó. Theo đây có nghĩa là nó sao thì... nó vào biết rõ nó vào, tự nó vào đầy rồi tự động nó đi ra. Mà nó ra cạn thì tự động nó đi vào. Nhớ cái này rất là quan trọng. Và cái đó là cách một, cái cách của thiền quán có nghĩa là không can thiệp chỉ quan sát.

Còn cách thiền chỉ là sao? Là đếm. Đếm là sao ta? Nghe nè. Hít vào, không có hít, tự động để nó vào đây. Tự động nó vào đây. Tự động nó ra. Nói hiểu không? không điều khiển được không? Được không? Ai làm được cái đó không? Sao không dám gật? Đừng có điều khiển nha. Để tự động nó đặc biệt lắm. Lúc đó thấy ồ thì ra cái hơi thở của mình nó không như mình nghĩ. Nó ra cạn tự động nó vào. Nó vào cạn tự động nó ra. Đếm một. Nó ra xong bắt đầu nó đi vào, tự động nó vào rồi nó đi ra. Đếm hai thì tất cả là sáu nhóm.

- Nhóm một là mình đếm từ 1 tới 5.

- Nhóm hai là từ 1 tới 6.

- 1 tới 7.

- 1 tới 8.

- 1 tới 9.

- 1 tới 10.

Tổng cộng là mấy nhóm? Sáu nhóm. Nhớ không? Thì đêm nay về làm thử đi, để tự động nó vào. Tôi nói lần nữa không điều khiển, không cố gắng thở nha. Không được cố gắng nha. Không, để tự động nó vào đây rồi tự động nó ra đếm một. Vào đây, ra đếm hai. Cứ như vậy cho tới năm, rồi quay trở lại. Vào đây thở ra đếm một, vào đây thở ra đếm hai mà kỳ này tới 6, hiểu hả? Vậy hiểu không ta? Rồi 7, 8, 9, 10, maximum là 10, mà minimum tối thiểu là 5, thì bà con nào mất ngủ mạn tính, tôi hứa với bà con là bà con quát chừng vài chập là nó đi tới đâu luôn hay lắm quý vị hoặc bị stress, bị trầm cảm rất là hay, tin tôi đi, hay lắm mà cơ duyên cho phép là coi như đắc luôn đó, ngủ nhớ hé cửa sổ có gì bay, không có vướng dây điện. Rồi, hỏi này giờ tôi giảng xong chưa? Đó là Tứ Niệm Xứ là như vậy. Có nghĩa là kể từ bây giờ mình làm chủ thân tâm. Làm chủ là sao? Nó vô ngã. Mà làm chủ cái gì? Làm chủ đây có nghĩa là chúng ta không thay đổi được cái bản tánh của nước đúng

không? Nhưng chúng ta có thể đào nương để dẫn nước theo cái hướng mình muốn được không ta? Rồi chúng ta không thể điều khiển cái chuyện sống chết, không thể điều khiển cái chuyện sướng khổ nhưng mà mình kiểm soát được tâm của mình trước cái sanh tử, sống chết. Nghe hiểu không? Đó, nhớ cái chuyện nó rất là quan trọng nha. Rồi bây giờ tới tiếp theo nè. Tứ Niệm Xứ là như vậy. Tứ Niệm Xứ có nghĩa là không có cái là...nó có tới 1001 cách để nói về cái pháp môn Tứ Niệm Xứ. Thì đêm nay tôi lựa cái cách mà đơn giản nhất có nghĩa là tu tập Niệm Xứ thông qua các cái tư thế sinh hoạt, thông qua hơi thở và thông qua cái hoạt động của 6 Căn. Mắt nhìn cái gì đó, không có thêm bớt, không có chế biến, không có chế tác trần cảnh. Hiểu tôi nói không? Mình khổ là vì mình hay chế tác lắm.

Thí dụ như mình nhìn người ta tự nhiên mình thấy cái môi người ta sệ sệ cái mình nghĩ người ta biểu môi, có không? Các vị có nghe thấy cười điều không? Mà tự nhiên thì cái kiểu cười bầm sinh người ta như vậy mà tự nhiên mình ngồi mình định nghĩa là nó cười điều, cái là mình mình giận, mà cho dầu nó cười điều thiệt đi nữa đó, thì vị A La Hán không có giận là bởi vì điều là phần của người ta còn phần của Ngài là sao? hít thở rồi gì nữa? sống qua ngày chờ qua đời.

Cái câu này rất là quan trọng, thật ra chúng ta không có thời gian để giận người khác. Các vị có biết chuyện đó không? Có tin chuyện đó không? Các vị có biết cái chuyện này mới khiếp nè? Nghe cho kỹ nè. Tờ 100 đô la đổi ra năm tờ 20. Giá trị của mỗi tờ đó giống nhau không, hả? Nhưng nếu 100 năm của đời người chia thành 5 lần 20 thì giá trị của mỗi lần 20 đó giống nhau không?

- 20 năm đầu đời thì chưa biết gì.

- 20 năm cuối đời thì? Quá đã, quá xá đã luôn. Có hiểu không ta?

5 tờ 20 đô la giá trị tuyệt đối bằng nhau, nhưng 5 lần 20 năm thì giá trị khác nhau. 20 năm đầu đời là coi như vất đi.

- 20 năm cuối đời vất đi.

Khoan còn cái này nữa, mình còn lại mấy chục năm giữa đúng không? bệnh, buồn, giận, sợ, ghen tuông, tiếc nuối, rầy rứt. Nếu mà mình trừ cái thời gian của mấy cái đó ra đó, thì cái 60 năm nó còn là cái gì? Hiểu tôi nói gì không? Mà các nhà khoa học họ cho mình biết còn chuyện còn nản nữa. 1/3 thời gian trong đời mình là trừ 20 năm ngu và 1/3 ngu. Trừ thời gian mình bệnh hoạn, sợ hãi, ghen tuông, đau khổ thì cái thời gian mà mình sống sáng suốt, mình mãn và sung sướng được bao nhiêu? Có hiểu không? Mình không có gan để mình nhìn cái đó. Không có cái gan. Cứ là... trong Kinh nói là mình như trẻ con, mình như người mất trí. Có nghĩa là sao? Rất dễ quên cái bài học cũ lắm. Mà nghe, đêm nay nghe cho kỹ chỗ này quan trọng nè. Tại sao pháp môn Tứ Niệm Xứ khuyên mình nên sống chánh niệm, không để cái tâm mình nó bị trói buộc bởi cái thích và ghét. Tại sao? Cái này nghe cho kỹ nè. Ai quen sướng khi gặp khổ chịu không nổi? Đúng hay sai hả? Quen xài máy lạnh khi cúp điện chỉ có nước treo cổ. Đúng hay sai? Ai thích khen khi bị chê chịu không nổi. Ai thích nổi tiếng khi bị mang tiếng chịu không nổi. Có không? Ai mà thích quần tụ đến lúc cô đơn chịu không nổi. Tin trầm đi. Cái đó 1000%. Kẻ nào mê ngọt, gặp đắng, gặp cay, gặp chua, gặp chát, chỉ có khóc thôi. Kể từ bây giờ nhớ khi ta làm chủ được mình trước những cái ngọt bùi, thơm tho, ngon lành thì khi gặp đắng cay, chua chát mình mới trụ nổi. Tin tôi đi. Khi thích khen thì bị chê, chịu không nổi. Khi thích sướng bị khổ chịu không nổi.

Cho nên chúng ta phải tu tập Tứ Niệm Xứ để chi? Để thấy rằng sướng khổ đều là mù sương. Phải tập thấy như vậy. Buổi đầu nó là tự kỷ ám thị. Biết tự kỷ ám thị không? Tức là ráng tin như vậy, ráng tin như vậy, ráng tin như vậy. Đây, mọi thứ là mù sương, mọi thứ là mù sương. Thì sẽ có lúc mà mình đi vào bệnh viện mà nằm trên cái băng ca mà nó đẩy vô, người thân đứng ở ngoài chúc may mắn đó. Thì lúc đó là gia đình đang run nhưng mà mình vẫn an lạc. Mà ở đây tôi thấy trước mặt tôi là mấy cái vị mà tóc bạc hơi bị nhiều nha. Hơi bị nhiều đó. Mà đó là tóc bạc. Còn những người tóc xanh, tóc đen thì cũng chắc gì là mình đi sau người ta. Tôi không tin. Buồn buồn tôi hay mở ngón tay tôi coi lắm, quý vị biết không? Không chắc là ai đi trước. Khó nói lắm. Không phải khó nói, không thể nói chứ không phải khó nói, không thể nói nha. Mà chưa kể có cái vụ này nữa nè. Nhiều khi đó mình đi 40 tuổi nó tốt hơn 80 tuổi là tại sao? mình đi cái lúc mà mình đang tinh táo, mình mãn, vui vẻ nghe kịp không? Còn hơn là cái thứ đi mà 90 tiêu tiêu tại chỗ, rồi con cái thì nó đi tản sạch hết, rồi đêm hôm mà nghe cắc kè, thằn lằn nó kêu trên vách, rồi đèn khuya leo lét, gió thổi lùa qua song, đau nhức rêm môi, thêm miếng nước thấm môi không có, hiểu không? ước gì

ngày xưa mà đi cha nó hồi 40 cho nó ngọt, ngọt nước, hiểu tôi nói không? cho nên đi sớm, đi trễ chưa biết đưa nào hay hơn đưa nào? mà anh đi kiểu gì? Anh đi kiểu gì mới ngon? Tôi chỉ mong là tôi được chết trong cái lúc tôi đang thuyết pháp, nó đông như thế này, tôi đang như thế này, tôi bèn đi luôn, chứ tôi sợ cái điều khoản mà đưa vào bệnh viện ò e, ò e. Rồi nhìn quanh thì đâu có ai, thì ở đây chắc chỉ có cái bà Hảo bả đi theo tôi chứ đâu có ai. Bà Hảo với bà Huyền hai bà cộng lại Hảo với Huyền. Rồi ngoài Đà Nẵng tôi có quen một cặp tên là Nghĩa với Trang. Rồi thì cái bôn đưa nó đưa tôi đi, hảo huyền với Nghĩa Trang mà cái ò e, ò e vô bệnh viện là xong. Thì nói vậy thôi, chứ đưa vô tới phòng cấp cứu, lúc mà đem vô mà tưng xèo, lăn tri thì có một mình trầm thôi. Hiểu không? Cho nên ngay bây giờ các vị có thể nghi ngờ tôi, các vị nói ông nói ông có tu không ta? Chuyện nhỏ, cứ nhớ thế này. Ông U60 rồi, bây giờ mà ông tu tào lao thì coi như là ông sẽ có một cái chết kiểu gì. Hiểu tôi nói không? Tự mình hiểu thôi. Nếu mà ông tu tào lao thì ông sẽ chết kiểu gì? Các vị tự xét không ai ép mình tu hết. Tự mình hỏi mình sẽ chết kiểu gì, chết cái kiểu mà hoảng loạn, sợ hãi hay là tiếc nuối. Rồi đó là xong bài kinh một, thì tôi qua bài kinh số hai.

Khi mà ta tự tu ấy thì cũng có nghĩa là ta đang đóng góp rất lớn cho thế giới. Có nhớ bài kinh đó không? Khi ta bảo vệ người khác thì ta cũng bảo vệ cho mình. Khi ta tự bảo vệ mình thì ta cũng đang bảo vệ người khác. Là sao? Khi mà anh tu hành ngon lành thì tự động anh không còn là cái mối đe dọa, không còn là niềm đau và nỗi buồn cho đũa khác nữa. Hiểu tôi nói không? Các vị có tin chuyện đó không? Khi các vị là một cái người tốt bụng, hào sảng, không có gian dối, lừa đảo thì các vị chưa có cho tôi cái gì. Tôi chỉ cần mà các vị là người lành thì các vị đã là một sự đóng góp cho tôi rồi. Tôi tôi ngủ thẳng căng và tôi nói thiệt luôn là mình cũng không có sợ bị mất mát gì trong nhà, mà mình có ngủ quên không ai vô bóp cổ mình. Còn mình ở, có nhiều cái chỗ trên trái đất mà bây giờ mình ngủ, một là nó vô nó bóp cổ, nó giết, hai là vô nó chôm đồ mình. Có không? Mình sống làm sao mà những người ở gần mình nó yên tâm. Hiểu không? Khi mà mình sống chánh niệm đó là mình đã tự vô hiệu hóa tất cả những cái nguy hiểm của bản thân. Đừng tiếp tục làm người nguy hiểm, đừng có trở thành cái mối đe dọa cho bất cứ ai hết. Đây cái pháp môn Tứ Niệm Xứ nó hay cái chỗ là anh tu trong núi anh đào cái lỗ anh chun xuống đi nữa, thì bản thân anh cũng là một sự đóng góp rất lớn cho người khác, rất lớn, rất rất lớn, đây cho nên đừng có e ngại rằng là nếp sống tiêu thừa của mình không đóng góp, sai, anh có ngon thì anh nhào ra anh đi làm từ thiện, anh đi chùi cầu, quét chợ, hút cống gì đó tôi không biết, nhưng mà nếu mà anh ở yên trong một cái am thất vắng vẻ điu hiu hoang vu mà anh sống bằng chánh niệm trí tuệ, và từ tâm, luôn nghĩ về muôn loài bằng cái tâm tu hành hiền lương thì bản thân anh đã đóng góp rất là nhiều, đó là tôi nói ngay kiếp này. Còn nói về kiếp sau, cái người mà sống bằng từ tâm, bằng tâm từ bi, chánh niệm, trí tuệ hã, nó đâu thai lại nó đi đâu nó cũng là chói ngời và lúc đó là điểm tựa cho rất là nhiều người có đúng không ta? trên đời này có bốn hạng.

1/ Muốn giúp người mà không có điều kiện.

2/ Rồi có kẻ có điều kiện mà không muốn giúp người.

Có không có hạng này không ta? Có hả? Có nhiều người muốn giúp người mà không có điều kiện.

Rồi có kẻ có điều kiện mà không muốn giúp người.

3/ Hạng thứ ba là có điều kiện và cũng có lòng giúp.

4/ Hạng thứ tư là không muốn giúp và cũng không có điều kiện, tự hỏi lòng mình, mình thuộc hạng nào.

Trong đó ngon nhất là cái hạng nào ta? Có điều kiện và có lòng giúp. Còn nếu mà tệ thì mình là hạng nào ta? Không có điều kiện nhưng có lòng giúp. Xong chưa? Mà nếu hiểu như vậy thì kể từ bây giờ thấy cái nghèo, cái bệnh của mình nó không còn vấn đề nữa, có đúng không ta? Bởi vì nó nghèo, nó bệnh, nó xấu, kệ nó, miễn là mình, miễn là mình lọt vô cái hạng thứ hai là cái hạng mà có lòng mà không có sức nó vẫn tốt hơn là có sức mà không có lòng. Đúng chưa? Như vậy thì kể từ hôm nay các vị phải cảm ơn trăm là trăm đã cho các vị thấy rõ ràng. Nghèo mà tốt bụng hơn giàu mà xấu bụng, xấu bụng là bụng không tốt bị tiêu chảy. Thì bây giờ có tin chuyện đó không? giờ phải tin, phải tin chuyện đó. Nghèo mà tốt bụng vẫn hơn là giàu mà xấu bụng. Vì sao? Vì một mình có đầu thai 1000 lần làm cái tên nhà giàu xấu bụng thì mình cũng không có giúp ích gì cho vũ trụ và mình không có làm lúc lắc, lung lai được một cọng cỏ nào hết. Nhưng nếu mình là một người nghèo mà có lòng tốt thì mình có nhiều chuyện để làm lắm. Có không ta, có tin chuyện đó không? Và nó

đặc biệt thế này. Cái điều thiện cứ một lần làm nó sẽ được nhân lên thành theo cái mức lũy tiến. Biết không? biết lũy tiến không? Nó nhân lên, nhân lên. Cho nên cái con đường mà trở thành Đức Phật rất là khó, rất là lâu. Đó là trên lý thuyết. Nhưng mà chúng ta phải biết một cái chuyện nhỏ nhỏ này, đúng, thành Phật khó lắm mà còn cực hiếm nữa. Nhưng mà chúng ta phải biết chuyện này, phải biết chuyện này. Cái khó đó là đối với người khác thôi chứ đối với bản thân Ngài đó, thì càng lúc càng dễ. Tôi nhắc lại nha, đối với người khác thì thành Phật rất là khó. Nhưng đối với bản thân vị Bồ Tát mà muốn nguyện thành Phật thì càng lúc càng dễ là vì sao? mà tôi nói dễ với Ngài thôi nha, tôi nhấn mạnh chứ tôi không dám nói con đường đó dễ. Tôi chưa bao giờ nói nha. Tại sao dễ? Là buổi đầu Ngài thiếu phước, thiếu đức. Buổi đầu tiên sơ phát mà, sơ phát bồ đề tâm. Nhưng mà càng về sau, càng tu lâu, nếu không bỏ cuộc nhớ nha. Nếu không bỏ cuộc thì càng về sau, càng về lâu ngày dài tháng rộng cái tâm mà hành thiện nó quen, rồi cái phước báo mà do hành thiện nó nhiều. Mà thiện thì quen mà phước thì nhiều thì tự Ngài tu nó dễ hơn có đúng không ta? Đó. Cho nên trong kinh mới nói luật nhân quả có bốn mà Phật tử mình chỉ biết có một thôi. Có nhớ bốn nó không ta?

1/ Nhân tạo ra quả, nhưng mà mình chỉ biết tới đó thôi.

2/ Nhưng mà quả nó tác động quả. Khi mình nhận cái quả lành mình dễ nhận mấy cái quả lành khác lắm. Còn khi mà nhận quả xấu nó dễ kéo quả xấu bởi vì phước bắt trùng lai mà họa vô đơn chí đó, nó vậy đó. Đó là nó xui nó hay đi dây lắm, có biết đó không ta? tự nhiên cái vợ đẻ, con đau, cái đào có chữa, nó làm cho một dây như vậy, mà hả nợ rồi là hả có nợ bắt đầu nó hay kéo bệnh theo lắm. Có hả? Nợ nó hay kéo theo bệnh, mà bệnh nó kéo theo cái nhà dột lắm, rồi cái xe nó bị hư, nó hay làm cho chum vậy đó cho vui. Còn tới hồi nó hên, nó hên tùm lum hết trơn rồi. Thì cái đó là chuyện của thế gian.

Nhưng mà theo ở trong Kinh mình hiểu đó, khi mà ta sống thiện đó thì cái thiện này nó làm trốn cho cái thiện kia. Có hiểu không? Còn mà khi ta làm bậy nó hay kéo dây, tới hồi cái quả nó trở nó hay đi dây lắm. Giờ tôi kể cho nghe nè. Mình có đi chùa đó là cái trốn phải không? Vô chùa với lay Phật là phước phải không ta? Quét dọn, chưng hoa, rửa chén, chùi cầu rồi mới bắt đầu chăm sóc mấy cái cụ già đứng lên không nổi. Mình dắt cụ này, mình dìu cụ kia phải không ta? Rồi kính Phật, trọng Tăng, bố thí, cúng dường, học đạo, nghe kinh, ngồi thiền, nghe pháp bla, bla..thì cái thiện này nó kéo thiện kia.

Còn bây giờ bây giờ nghe chuyện tầm bậy nè. Đi câu cá là phải nhậu. Kéo bạn ra phải đem đồ nhậu nhệ, rồi câu cá, rồi muối ruồi đập banh chành hết. Hiểu không? Cái ác này nó kéo theo cái ác kia, chứ khi mình ở chùa mình đâu dám đập muối phải không ta? Nhưng mà khi đi chơi với bạn xấu đó là người còn đập xá gì muối đấy. Cho nên nó vô chừng một mớ rồi là đũa nào cũng đập hết. Cho nên có ông cha vợ ông kêu thằng rể tới nhậu, ông nói kêu tới nhậu, nó nói ba ơi từ đó giờ con không có nhậu được, cái ông nói bây giờ làm rể nhà này không nhậu thì coi như không xong, một là rượu mà nhậu thì có con gái tao, còn không nhậu là cút. Thì ảnh thấy không xong rồi ảnh nói thôi con tới con uống với bố nhưng mà bố phải cho con về chứ. Cái nói thì chừng nào mà say tao cho mày về, cái nó hỏi sao biết say? cái ông suy nghĩ nói khi nào mà kêu tao bằng mày rồi tao cho mày về, hiểu không? Tức là nó uống đến cái mức mà nó thấy ông già vợ là ngang tầm đó. Kêu bằng anh thì chưa có tới lắm. Nó phải lên tới mà kêu bằng mày là nó mới tới.

Thì cái nhân tạo ra quả dễ hiểu rồi. Nhưng mà quả tác động quả khi nhận quả lành nó dễ nhận quả lành khác, mà nhận quả xấu nó dễ kéo quả xấu khác.

3/ Và quả tác động nhân là khi nhận quả lành hay quả xấu nó sẽ làm cho mình hành thiện hoặc hành ác dễ hơn. Có không? Như có nhiều người ở đây muốn đi học giáo lý, muốn đi nghe pháp rất là dễ. Nhưng mà có nhiều người tôi thấy họ cứ coi đồng hồ hoài à. Vợ réo, chồng réo, con réo, bố réo và chủ hội réo. Bởi cho nên là giàu đôi bạn, sang đôi vợ mà thiếu nợ đôi số phone là chỗ đó, liên tục bị vấn đề dữ lắm. Cho nên là mới kỳ rồi đây nè, 30 tháng 4 nè thì có cặp tình nhân ở Sài Gòn thằng con trai nó hỏi đũa con gái vậy chứ nghĩ lẽ em đi đâu, cái nhỏ nó nói chắc em ở Sài Gòn luôn, hỏi mà ba má dưới quê sao? nói chủ nợ em ở dưới em không có dám về, rồi hỏi còn anh sao? nói anh chắc ở dưới đây luôn quá, hỏi sao kỳ? thì chủ nợ anh ở trên đó, thấy nó khổ như vậy đó, mà trong khi là chỉ vì cái chủ nợ mà không dám đi đâu hết, nghĩ coi có phải không? cho nên là khi mà gọi là quả tác động nhân là như vậy, bị lãnh cái quả này thì nó hay kéo ba cái nhân khác. Mà tôi nói tôi hài

hài nhưng mà biết tôi đang nói thiệt phải không? Phải biết chứ, cái này (cái đầu) phải xài chứ đừng có để đội nón.

4/ Rồi nhân tác động nhân là sao ta? Ác riết nó quen, mà thiện riết nó cũng quen. Thích học đạo thì nó sẽ tạch, tạch... Thích ngồi thiền thì tạch, tạch... thích vô chùa, thích trước nó kéo thích sau. Còn mà thích ăn nhậu, bài bạc, cá độ thì cái thích này nó hay kéo qua cái thích khác lắm. Có biết cái đó không? nhớ nha. Nhớ cái vụ đó.

Cho nên khi mà ta sống thiện thì ta bèn trở nên vô hại đối với người khác. Nói như vậy có nghĩa là khi ta sống thiện có nghĩa là ta đang sống cho mình và cũng là sống cho người khác. Hiểu không ta? Lúc bây giờ sống, lúc bây giờ đóng góp cho đời hay là cho mình, lúc bây giờ nó là một khối, nó không còn chia nữa. Hồi xưa đó thì mình tưởng là khi nào mình ngồi thiền là cho mình, học giáo lý là cho mình, còn khi nào mà đi phục vụ chúng sanh là cho người khác. NO, Đức Phật Ngài nói không, khi con sống thiện một mình con tắt đèn trùm mền, đóng cửa, sụp mùng con đã là đóng góp rồi. Vì sao? Vì người ta đi ngang nhà con, người ta không có sợ con nhào ra làm ầu. Hiểu không? Người ta gặp con trên đường khuya người ta cũng không có sợ bởi biết đó là thằng Tuấn con của bà Tám không bao giờ bậy bạ hiểu không? Biết chắc luôn, một người con gái ốm yếu, mong manh mà gặp anh Tuấn trên đường là khỏe.

Bởi vì nó có cái trường hợp có cái cô đó, cô đi ngang nghĩa trang đó, mà cô sợ ma mà cô phải đi. Cô đang đi cô thấy có cái đóm thuốc lá cở mừng lắm. Cô kêu anh anh, chú chú cho em, cho cháu đi chung. Cái người đi đằng trước nói muốn đi thì đi, cái đi dọc đường cở nói trời ơi làm con gái khổ ghê vậy, ban đêm mà sợ ma, cái ông kia ông nói ở hồi đó chú còn sống chú cũng sợ, đó thì nếu mà mình là coi như mình mà có lòng lạnh thì bản thân mình là sẽ đóng góp cho người khác, các vị hiểu không? chứ nó đâu phải là chuyện dễ, không có cần làm gì hết chỉ cần anh vô hại thôi, anh đã đóng góp rất là nhiều. Hiểu tôi nói không?

Đây cho nên hai bài kinh gom lại thành một. Và như thầy trụ trì có nhắc nhở chúng ta đêm nay chúng ta có 20 người tới quy y. Quy y là cái gì? Quy y ở đây không hề có nghĩa là được phong thánh, rồi trở thành một cái thứ ghê gớm trong vũ trụ, không phải. Nó là chỉ là kết nạp đảng. Còn cái chuyện mà anh là đảng viên tốt hay không là chuyện của anh. Có hiểu tôi nói không? Nhưng mà tinh thần kháng chiến của anh OK quá. Nhân danh bác, đảng. Chúng tôi kết nạp anh dưới địa đạo Củ Chi và mong kể từ bây giờ cho đến khi đất nước thống nhất thì anh tiếp tục phục vụ phải không? Hoặc là bên Thiên Chúa có lễ gì ta? Lễ thụ phong. Cái lễ thụ phong đó không có nghĩa là ông trở thành ông thánh. Nhưng mà lễ thụ phong để xác định trước mọi giáo dân, tín hữu, các kitô hữu, rằng kể từ hôm nay trong giáo hội chúng ta còn có một kẻ thừa sai, còn có một vị gọi là kẻ kế thừa của Thánh tông đồ. Dù Thánh tông đồ đó nhiều cỡ, giáo hoàng cũng là kẻ thừa kế Thánh tông đồ. Các Hồng y, rồi các Tổng giám mục, Giám mục, rồi các Linh mục, đầu triều dòng, giám mục triều hay là giám mục dòng thì miễn là giám mục, linh mục và cuối cùng là giáo dân là con chiên thì đều là người kế thừa của Chúa, thì đối với giám mục thì khi nào nhận được lệnh của tòa Thánh thì kể từ giây phút đó là ông phải coi một đám Linh mục dưới và một cái vị Linh mục về nhận một cái nhiệm sở nào đó là để ông coi nguyên cái giáo xứ đó và mỗi con chiên đầu vô danh khi kể từ lúc mà được làm cái lễ sức dầu bí tích, lễ thêm sức thì kể từ hôm đó, người đó người đó đã trở thành con dân của nước Chúa. Thì bên đạo Phật mình cũng vậy. Mình không có cần một cái sự.. mình đừng có hiểu lầm là quy y xong là mình trở thành một cái gì ghê gớm đâu. Trước mặt đông đảo bạn đạo, trước mặt chư Tăng mình được xác nhận rằng kể từ hôm nay mình có Phật trên đầu, làm gì cũng nhớ Phật.

Con xin quy y Phật không theo tà sư. Có nghĩa là ba cái hướng, những cái vị mà hướng dẫn mà ngộ ngộ. Ngộ là sao? Phật dạy cả đời ta chỉ dạy có hai chuyện thôi. Hồi này tôi không có nói rộng chỗ đó bởi vì này không có thời gian. Cả đời ta chỉ nói có hai chuyện thôi.

- Một ta xác định rằng mọi thứ ở đời này đều là khổ. Thích cái gì cũng là thích trong khổ.

- Chuyện thứ hai muốn hết khổ đừng thích trong cái gì nữa mà làm sao không thích? Thì con hãy sống chánh niệm để con thấy rằng mọi thứ con thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng đều là phù du.

Những cái mà con thích, ghét cũng đều là tương đối. Tại sao vậy? Vì tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống đó khiến cho con thích cái này, ghét cái kia. Và cái tiêu chuẩn để thích ghét không giống nhau. Cho nên cái hạnh phúc và đau khổ của mỗi người không giống nhau. Chính

vì hiểu rõ nguyên một loạt vấn đề này cho nên cái người mà tu tập Tứ Niệm Xứ đó, chỉ nhìn cuộc đời bằng một cái cặp mắt không có phán xét, không có chọn lọc. Nó là sao biết như vậy? Chỉ làm việc cần làm, không có vì thích hay ghét. Có hiểu tôi nói không? chỉ làm việc cần làm, không vì thích hay ghét. Đó chính là tinh thần và hành động của người tu Tứ Niệm Xứ. Đó là pháp môn tu Tứ Niệm Xứ mà tôi nói mềm nhất như có thể. Và khi bà con sống đúng như vậy, chuyện đầu tiên tôi không biết bà con đắc cái gì? mà chuyện đầu tiên là bà con tháo ra từ từ. Niết bàn là gì? Niết bàn nó có nhiều nghĩa lắm.

Nhưng mà trong đó có một nghĩa là gì? Là tháo gỡ. Tôi chưa biết tháo cái gì mà các vị chỉ nghe cái chữ tháo gỡ các vị nghe hình như nghe nó nhẹ phải không ta? Không biết tháo cái gì? tháo một cuộn chỉ rối, một cuộn len rối, một cuộn kẽm gai, cọng kẽm, một cuộn chỉ dù. Tôi không biết, mà tôi chỉ nghe cái chữ tháo gỡ là tôi nghe nó nhẹ.

Còn tôi nghe nó mà nó quăn, xoắn là tôi nghe nó mệt rồi. Ruột xoắn, chỉ xoắn, chỉ cuốn, chỉ rối, tôi mệt lắm mà tôi nghe nói tháo gỡ là tôi thấy nhẹ rồi. Nhớ. Nên tinh thần của Phật pháp là gì? Từ vô thủy, vô số kiếp luân hồi. Ta khổ là vì ta không biết mình được cấu tạo ra sao? bản chất của mình thế nào và vận hành hoạt động của mình là gì? Kể từ hôm nay, ta nhớ rằng ta chỉ là một khối tổng hợp giữa cuộc đời này nha. Cái khối tổng hợp đó nó vận hành, nó hiện hữu, nó xuất hiện theo bốn cái luật nhân quả là nhân tạo ra quả, quả tác động nhân, nhân tác động nhân. Chỉ vậy thôi. Trong nhiều kiếp nếu mà ta đã làm việc lành thì kiếp này ta được sung sướng.

Ta đã làm việc xấu thì bây giờ ta bị đau khổ. Người mà không có biết đạo, không có tu tập, không có tu hành Tứ Niệm Xứ, khi mà hưởng quả lành thì dính mắc, đắm say, mà khi hưởng quả xấu thì đau khổ quần quai. Còn cái người biết đạo thì khi hưởng quả lành thì cũng bằng chánh niệm và trí tuệ. Khi phải chịu cái quả xấu cũng bằng chánh niệm và trí tuệ.

Lúc bấy giờ trong hoàn cảnh nào thì cái người có chánh niệm, có trí tuệ cũng có thể thu hoạch lợi ích. Có hiểu tôi nói không? Người giỏi buôn bán cỡ nào nó cũng buôn bán được. Covid mà nó còn kiếm tiền được mà. Còn cái thứ mà nó đã dốt, làm ăn rồi đó, bỏ nó là tỷ phú thì nó vẫn phá sản như thường. Có hiểu tôi nói không? cho nên bài giảng hôm nay vẫn tắt như vậy và mong là bà con nhớ được bao nhiêu nhớ và chúng ta sẽ gặp lại nhau nhiều bài giảng khác.

Và chắc nhờ cái vong của má tôi phù hộ, tôi mới nhớ chuyện này. Đó là tôi đang rất cần và rất cần cần ba cho tới năm người trong số trước mặt tôi. Ba cho tới năm người hoặc là những người sẽ nghe lại cái băng giảng đêm nay. Tôi, cần lúc bây giờ tôi còn đang ở Việt Nam tới 2 tháng nữa tôi mới đi. Tôi đang rất cần ba cho tới năm, chắc năm, ba cho tới năm người hiệu chỉnh lại cái bộ Kalama.

Hiệu chỉnh là sao? Nghe nè, tôi không có muốn tắt nữa. Biết chữ tắt không? Ba chấm á. Ở đây con đường thoát khổ gồm có chánh kiến, cái để ba chấm không được. Bây giờ phải viết xuống hết. Cả Pali cũng phải chép xuống hết. Thì bên đây cũng phải là Chánh kiến, Chánh tư duy, hiểu tôi nó không ta? Hiểu hả? Mà cái đó bắt buộc phải là người có thời gian mà có sức. Bà con hiểu tôi nói gì chưa? Thì thầy trụ trì sẽ làm việc với các vị.

Và xin nói rõ, tự xét mình có thời gian và có đủ kiên nhẫn, có đủ thiện chí thì nhận. Chứ còn tôi bị bà con gạt riết rồi bây giờ ai cũng giơ tay, dơ chân hết trơn, có người còn chống hông nữa mà cuối cùng nó đi mất, bởi vì các vị có biết rằng đó là Phật tử mình nó có cái chứng tử đạo hồi biết không, nó hứa rồi nó hỏi cho nên các vị làm sao liệu mà chết mà về bên Ả Rập đó làm. Chúc các vị một đêm ngủ ngon.