

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

Pháp Bất Thối 3

<blockquote>Kalama tri ân bạn vuihtv ghi chép.</blockquote>

[28/06/2022 - 01:05 - vuihtv]

Kinh Pháp Bất Thối (3)

7 Pháp Bất Thối đức Phật Ngài dạy.

Ngài dùng Vô lượng phương tiện để hướng dẫn chúng sinh tu hành giải thoát. Đặc biệt loạt pháp bất thối này Ngài cũng vận dụng vô lượng phương tiện để xây dựng Tăng đoàn, mình nói xây dựng Tăng đoàn, thật ra là xây dựng đời sống tu học cho mỗi cá nhân tỳ kheo. Khi mỗi cá nhân tỳ kheo được ok thì Tăng đoàn đương nhiên, cô nhiên, hiền nhiên, mặc nhiên được ok. Đó là sức mạnh của Tăng đoàn.

Sức mạnh Tăng đoàn không phải là sức mạnh hành chánh như là Vatican, như là bên Cơ Đốc mà sức mạnh bên Phật giáo là Nội lực tự mỗi cá nhân, cá thể, đó là sức mạnh thực sự của Phật giáo. Có nghĩa rằng là Phật giáo không cần đến một hệ thống hành chánh quy mô, hoành tráng, chặt chẽ như là Cơ Đốc. Mà Phật giáo cần đến tinh thần tự giác ở mỗi cá nhân. Khi mỗi cá nhân được hoàn thiện thì tập thể được hoàn thiện, Tăng đoàn được hoàn thiện, bốn chúng được hoàn thiện, và giáo pháp được duy trì tồn tại lâu ngày ở đời. Đó là tinh thần của Phật pháp.

Tôi không phủ nhận giá trị của phương pháp hành chánh nhưng nếu mình coi nặng hành chánh mà coi nhẹ chất lượng, nội dung mỗi cá nhân thì không xong. Thà là trên mảnh đất Việt Nam, mảnh đất Úc Châu mệnh mông đó không có giáo hội hành chánh nhưng lại rai mình gặp đây đó những vị có tài, có đức, có giáo lý, có hành trì thì vẫn tốt hơn là một hệ thống chặt chẽ mà toàn là những thành viên thuần túy máy móc mà trong đầu không có nội hàm, Phật chất. Thì trường hợp đó là không tốt cho Đạo. Nếu được cả 2 thì tốt. Nếu tối thiểu thà là những có cá nhân có nội hàm, có Phật chất, có nội dung vẫn tốt hơn. Đây chính là lý do vì đâu mà Thế Tôn đã dạy một loạt pháp Bất thối. Qua đó, các vị tỳ kheo tự hoàn thiện bản thân và cũng kín đáo xây dựng, đóng góp, củng cố tăng đoàn mình đang có mặt, đang góp mặt.

Mình đã học xong 2 nhóm pháp bất thối trước, giờ mình học qua nhóm thứ 3.

Nhóm thứ 3 này nếu bà con đọc lướt qua thì thấy “hiểu rồi, hiểu rồi” Nhưng nó không đơn giản vậy đâu.

7 Pháp bất thối tiếp theo là, đức Phật Ngài dạy: Khi nào mỗi cá nhân tỳ-kheo có được 7 điều kiện tâm lý sau đây, thì khi đó, bản thân vị đó được tốt đẹp và tăng đoàn cũng nhờ vậy mà được củng cố.

7 giá trị tinh thần đó là gì?

Ở đây, khi đức Thế Tôn Ngài kể ra thì mình thấy có trước sau, có số 1, số 2, số 3, số 4, nhưng mà kỳ thật 7 cái này phải được cùng một lúc phát triển đồng bộ, có nghĩa là cái này hỗ trợ cho cái kia trong chuyện tu học nói riêng và trong bản chất hình thái vận động của vũ trụ nói chung là sự đồng bộ của các thành tố, không có vự trước sau. Nhớ nha. Không có trước sau.

Thí dụ, để nuôi dưỡng một cây hoa thì mình thấy có đất, rồi có nước, rồi có nắng, rồi có gió, rồi có sương, đúng không? Thì mấy cái này nó phải đồng bộ, chứ không thể nào nước riêng, đất riêng là không được. Nắng, gió, mưa, sương, phân, đất, nước, mấy cái này phải cùng có mặt thì cây mới phát triển. Nhưng khi kể ra thì bắt buộc phải kể có trước có sau, kể ra đầu tiên là phải có đất trước, rồi tiếp theo là nước, tiếp theo là phân, tiếp theo là nắng, là gió, là không khí,... Nhưng kể là phải có trước sau. Nhưng mình phải hiểu ngầm là mấy cái này có mặt cùng một lúc.

1/ Cái đầu tiên: Khi nào một vị tỳ-kheo thành tựu được niềm tin thì lúc đó bản thân vị đó chuyện tu học mới có hi vọng.

Mà niềm tin ở đây là gì?

Niềm tin ở đây không phải nhắm mắt cảm đầu tin cậy một đối tượng, lời dạy nào đó. Mà niềm tin phải song hành với trí tuệ. Trong khi, trí tuệ ở đây Ngài kể cuối cùng. Nên nhớ, trong Kinh Phật mình lưu ý chỗ đó. Khi kể có trước có sau, cái kể trước không hẳn là quan trọng nhất, cũng không phải cái đầu tiên là cái sơ cơ, bắt đầu; chưa hẳn. Cũng không phải cái sau cùng là vì nó không quan trọng hoặc không phải vì nó quan trọng nhất, mà vì có nhiều lúc là như vậy, nhưng có nhiều lúc mình phải hiểu, đó là chuyện bắt buộc thôi.

Chuyện đầu tiên, niềm tin. Vị tỳ-kheo nói riêng và người tin Phật nói chung, ở đâu có niềm tin? Mình thấy rõ ràng, chính trong kinh dạy: Muốn có niềm tin phải nhờ đến nhiều yếu tố:

1- Chỗ ở: Mình ở đâu? Mình ở chỗ mà dễ dàng tiếp xúc mình sư thiện hữu, mình ở nơi chốn mà mình có dễ dàng mau chóng tìm được những câu trả lời thỏa đáng cho những thắc mắc, hoang mang của mình. Chứ còn ở chỗ tòng teng cheo leo thì khó lắm. Ngày nay có internet rồi thì cái đó không sao. Nhưng nói theo kiểu ngày xưa là chỗ ở rất quan trọng. Thứ nhất là mình ở đâu?

2- Thường gặp ai?

3- Khả năng khéo tư duy - Yoniso manasikara, có nghĩa là mình suy nghĩ đúng cách, đúng hướng, hợp lý thì gọi là khéo tư duy. Ngài Minh Châu dịch là Như lý tác ý đó.

Có những điều kiện này mình mới có được chánh tín nghĩa là có niềm tin đúng đắn, niềm tin của người có chánh kiến.

Còn tin thì theo A Tỳ Đàm, ai cũng có niềm tin hết. Tâm sở Tín, Niệm, Tàm, Quý, ... Tâm sở Tín này ở đâu cũng có, ai cũng có: Hồi giáo, Do Thái giáo, Ấn giáo, Thiên Chúa, Tin Lành, đạo bà Tư, bà Tám, đạo nước sôi nước lạnh, đạo dừa, đạo ổi,... đạo nào cũng có niềm tin hết. Nhưng Tin đức Phật Ngài nói ở đây là Chánh Tín. Niềm tin được thiết lập trên nền tảng trí tuệ. Trí tuệ về cái gì?

(1) Trí tuệ về Tam Tướng: Có nghĩa là, biết rõ mọi thứ do duyên mà có, đã có rồi phải mất. Mọi thứ không có gì đứng yên mà có thể tồn tại, nói theo Vật lý hiện đại, mọi thứ luôn trong tình trạng tiếp nhận năng lượng và tự hủy để có thể tồn tại; hoặc nói gọn nữa: Mọi thứ đang trên đường tự hủy để tiếp tục chuyển đổi hình thức hiện hữu. Nói nó hơi cầu kỳ chút vậy đó. Luôn luôn tự hủy có nghĩa là nó luôn luôn tự mất đi thì nó trở thành một cái khác. Luôn luôn nó trở thành một cái khác. Đây là lý do vì đâu trong kinh có nhiều từ để gọi vạn pháp hữu vi trong đó có chữ bhūta có nghĩa là “sự hiện hữu”. Chỉ là sự hiện hữu của từng khoảnh khắc, ở từng khoảnh khắc. Tất cả chỉ là sự hiện hữu chứ ở đây không có gì ghê gớm hết. Sự hiện hữu của từng khoảnh khắc với sự hỗ trợ của vô số điều kiện, vô số nhân duyên.

(2) Trí tuệ Nhân - Quả: Luôn luôn “Nhân lành cho quả vui, nhân xấu cho quả khổ”. Luôn luôn nhớ rằng “Mọi thứ do duyên mà có không phải ngẫu nhiên mà có, không phải do đáng cao siêu nào đó an bài, sắp đặt, ban phát mà có, mà mọi thứ nó do các duyên, do vô số nhân duyên tác động, đó gọi là trí tuệ Nhân Quả. Chữ Nhân Quả ở đây ý nghĩa rất rộng.

Hiểu được như vậy là Trí tuệ.

Bất cứ niềm tin nào thuận ứng, không chống trái, không mâu thuẫn, không đi nghịch lại trí tuệ nhân quả, và trí tuệ tam tướng thì niềm tin đó được gọi là chánh tín. Đây chính là thứ niềm tin đức Phật kêu gọi ở vị tỳ-kheo.

Chứ còn mình cứ cảm đầu cảm cổ mình tin: “trong kinh nói vậy, sư phụ nói vậy, bà con nói như vậy, mọi người nói như vậy, thiên hạ nói như vậy, quần chúng nói như vậy cho nên tôi tin. Không lẽ chừng đó người đều sai hay sao?” Mình cứ nghĩ như vậy ráng mình tin theo thì không được. Mà niềm tin phải dựa trên cơ sở, nền tảng thuyết phục.

Giờ có chuyện nằm ngoài đời tu, tôi nói chuyện đời, chuyện đốt giấy vàng bạc.

Bác sỹ, kỹ sư,.. nhiều người vẫn đốt. Vì họ thấy má đốt, bà ngoại đốt, dì cô thím cậu đốt, láng giềng, hàng xóm đốt, thiên hạ đốt chừng đó người không lẽ người ta làm bậy, thế là dầu trí thức nhưng vẫn đốt giấy vàng bạc.

Chưa kể nó có trường hợp này nữa. Có người nằm mơ thấy người thân về kêu đốt cái này cái kia, đốt nhà lầu xe hơi, đốt iphone, đốt mấy túi xách LV, Gucci, tùm lum hết, mình thức dậy mình đi mua mấy cái đó về mình đốt. Rồi còn đi kể nữa chứ, kể là nếu mấy ông thầy nói đúng thì sao tôi mơ vậy. Má về má kêu đốt túi xách LV giờ má ở dưới shopping xài túi nike dờm quá, thì mắt mặt với đám vong ở dưới quá, giờ má cần mấy cái đồ hiệu. Thì, rõ ràng mình thấy đúng quá, đúng không? Rõ ràng cái vong dưới âm phủ, cửu tuyền hoàng tuyền họ cần họ mới về họ báo, đúng không? Nhưng mà không phải như vậy. Không. Không.

Vì đâu có giấc mơ đó? Vì trong cái đầu của mình xưa giờ trót tin chuyện đó. Bên tai mình cứ văng vẳng lời bà con mê tín, rồi cuối cùng là do tình thương của mình với má. Mình biết má lúc còn sống má rất mê shopping, má rất mê hàng hiệu. Chính vì lòng thương má + mê tín xưa giờ = giấc mơ.

Nếu quý vị tin mơ là có thật thì tôi hỏi các vị nha: Các vị nghĩ sao, các vị mơ thấy các vị bay được. Các vị nghĩ sao? Lúc đó mình mới “À, giấc mơ luôn là giấc mơ”. Nhớ nha.

Chứ đừng có nói mơ là đúng, cái gì tui thấy trong mơ là đúng.

Tại sao mình mơ thấy cái đó? Như tôi vừa giải thích. Xưa giờ mình vốn có một tí mê tín trong người rồi, cộng với tình thương đối với má, bản thân mình quan tâm đồ hiệu, thế là mơ vậy. Thấy má về má đòi má xin đủ thứ đồ hiệu, má kêu đốt này đốt kia.

Một người chánh tín, người có trí họ không tin chuyện đó, dầu họ nằm mơ thấy cái giống gì đi nữa.

Chẳng hạn, ngày xưa ở Việt Nam lúc tôi còn trẻ, cách đây ba mấy năm, có cô đó cổ đi chùa, cổ thích nghe pháp lắm, chứ không thích tụng kinh nha, cổ thích lá y chú tạng Nam Tông, thích lắm, có chuyện cổ không thích là thấy mấy sư ăn nước mắm là cổ không thích. Tôi về mơ thấy má về, má nói: Nói đừng đi chùa đó nữa chùa đó ăn mặn. Thế là nằng bở chùa luôn. Một thời gian dài gặp bạn đạo, hỏi : Sao không đi chùa? Bà nói: Má về má kêu.

Tới hồi sư phụ tôi nghe chuyện đó, sư phụ tôi nói đùa thôi, nhấn với cổ cẩn thận, coi chừng má về má kêu bỏ Nam Tông bỏ, ít bữa ba kêu đi theo đạo Hồi, cổ đi theo đạo Hồi là chết luôn, rồi bà nội về kêu theo Tin Lành, bà cố về kêu theo đạo đờn, đạo chuối... rốt cuộc cổ là thân gái 12 bến nước biết theo bên nào hồi bỏ này hồi theo cái kia là khùng luôn. Nói cổ cẩn thận, cẩn thận với chiêm bao. Sư phụ tôi chỉ nói đùa vậy thôi, tôi hiểu ngầm đó là lời nhắc nhở. Nói cô cẩn thận, vì nay người này về báo thế này, mai người kia báo kia là chết luôn. Hoặc lỡ có người thân về xúi đi ăn cướp nhà băng thì tính sao? Chiêm bao mà.

Cho nên, chánh tín là như vậy. Nhớ nha.

Muốn có chánh tín ở đâu ra? Trong kinh nói rất rõ: Minh & Người.

Dựa vào mình = Minh phải có Yonoso manasikara, phải có khả năng tư duy hợp lý trên nền tảng văn, tư, tu.

Dựa vào Người = Dựa vào minh sư thiện hữu. Có nghĩa là thấy kỳ kỳ là kiếm người hỏi liền, kiếm người trao đổi, kiếm người tham khảo liền.

Nhớ. 2 cái.

Cho nên, điều kiện trong kinh nói điều kiện có chánh tín & chánh kiến, gom chung, nó có 2: (1) Paraghosa – Học hỏi từ người khác, từ thầy từ bạn; (2) Yoniso manasikara – Khéo tư duy.

Có 2 cái này nó mới có trí tuệ, nó mới có chánh kiến, mới có chánh tín. Còn không có 2 cái này là chết. Cái này thì không phải riêng tỷ-kheo mà cả cư sĩ, cả 4 chúng trong đạo đều phải ghi nhớ 4 cái đó. Có nghĩa là, muốn có chánh tín là phải có 2 cái này: Một là phải có thầy bạn; Hai là bản thân phải khéo tư duy trên nền tảng trí tuệ hồi nãy tôi nói rồi.

Hôm nay các vị hỏi tôi: Chỗ tôi ở không có thầy, bạn tôi phải làm sao? Thì mình có internet. Mình có kinh sách mà. Thì đó cũng là minh sư thiện hữu đó. Nhớ nha. Kinh sách dầu bằng giấy hay online cũng là minh sư thiện hữu trong trường hợp mình không tìm được người bên cạnh, ít ra kinh sách cũng là minh sư thiện hữu.

Đó là Chánh Tín.

2 & 3 Tàm. Tàm & Úy là một cặp.

Tàm là cái gì? Tàm là biết thẹn. Trong Chú giải & Chánh tạng ghi rất rõ.

Tàm có nhiều trường hợp, hỏi đó giờ mình chỉ nghe phớt thôi, Tàm là biết thẹn khi làm bậy. Tàm có nhiều cách giải thích rộng rãi. Có 2 trường hợp:

1- Tàm có nghĩa là vì thẹn mà không làm điều bậy. Thẹn ở đây là sao? Thẹn vì nghĩ đến mình, nghĩ rằng: Người như mình, Phật tử như mình, nhà sư như mình, gia thế như mình, dòng dõi như mình,... tại sao đi làm chuyện đó). Đó là nghĩ về mình mà không làm. Thứ hai là nghĩ đến người, nghĩ rằng: Đoàn thể mình đang có mặt là đoàn thể thiêng liêng, tứ chúng là một đoàn thể thiêng liêng mà mình làm vậy là mình bôi vấy đoàn thể của mình. Đó là lòng thẹn đối với tội lỗi, đối với điều xấu khi nghĩ về mình, về người. Đó là một cách phân tích.

2- Lỡ làm rồi mà biết thẹn không làm nữa. Cũng là thẹn.

Trong Chánh tạng ghi rõ thế này: Khi mình sắp làm chuyện gì, mình phải nhớ thế này. Cái này trong Kalama có, Nhật tụng Kalama quyển 4, có bài kinh này. Khi mình hữu sự, mình biết cầu chư Thiên, mình mong chư Thiên dùm ngó để giúp mình. Mà khi mình làm bậy mình quên chư Thiên cũng đang dùm ngó mình. Nhớ cái đó.

Nhớ nha.

Khi mình hữu sự mình mong chư Thiên luôn dùm ngó mình, thí dụ, máy bay chao lác, biển sóng thuyền sắp chìm, đi lạc trong rừng tối, đêm hôm ở một mình, bệnh hoạn đau đớn, hoặc là hấp hối cận tử,... những lúc đó mình nghĩ đến chư Thiên, mong chư Thiên giúp mình vì mình tin rằng họ đang luôn luôn ngó mình, mình hồi hướng cho họ thì họ nhìn mình. Nhưng tới lúc làm chuyện tàm bậy thì quên mất rằng, chư Thiên họ cũng nhìn mình được vậy.

Đó là Chánh Tạng nói.

Đức Phật nói: Khi vị tỳ kheo sắp làm chuyện quấy nhớ rằng: Có những Sa-môn, Bà-la-môn có thần thông hoặc có những thiên tử, có những chư Thiên, có những phi nhơn khuất mây khuất mặt cũng đang nhìn mình, tỳ-kheo nghĩ như vậy nên không có làm. Đó được gọi là thẹn đó.

Úy = Sợ, có 4:

1. Sợ cắn rút lương tâm: Có nghĩa là, nếu làm chuyện này cả đời mình không yên tâm.

2. Sợ tiếng đời dị nghị: Có nghĩa là, mình làm cái này mà đến tai đại chúng nó biết được là mình chết.

3. Sợ pháp luật: Có nghĩa là chuyện này pháp luật mà sờ gáy là mệt lắm. Chuyện này không nên làm.

4. Nhân quả báo ứng : Có nghĩa là, chuyện này mà làm kiếp sau mình mệt. Thí dụ, tôi ví dụ chuyện nhẹ, Nhà, phòng mình, mỗi gián chuột kiến nhiều quá mình lấy đồ mình diệt, mình giết nó, đặt bẫy, xịt thuốc gì đó, mình nghĩ là đôi lấy sự sạch sẽ, sự thoải mái trong phòng, mà mình giết nó. Giờ nó bị mình giết thì nó là con gián, con kiến, con mối, con chuột, nhưng mai sau quả nó trở có 2 hướng:

1/ Vì nghiệp sát mình có thể bị đọa 4 đường khổ.

2/ Nhẹ hơn chút, khi làm người bị bệnh tật, yếu thọ, tàn phế. Nghiệp sát nó độc vậy đó.

Các vị chắc trong room này cũng có người thắc mắc là tại sao sát sanh mà bị yếu thọ là hiểu rồi nhưng Tại sao bị tàn phế, bệnh hoạn là sao? Vì khi mình sử dụng thuốc, mình đặt bẫy mình không kể tình trạng bầm dập đau đớn của con vật đó. Các vị tưởng tượng nó ăn vào nó dẫy dụa, hoặc bẫy đập xuống, nếu nó thoát nó bị gãy chân,... Nên nghiệp sát nó dẫn đến bệnh tật, tàn phế, yếu thọ. Nghĩ cái đó sợ. Đó gọi là báo ứng.

Úy đây có 4: 1- Sợ cắn rút lương tâm; 2- Sợ tiếng đời dị nghị; 3- Sợ pháp luật trừng trị; 4- Sợ Nhân quả báo ứng đời sau.

Một người tu học nhớ mấy cái này đỡ lắm, đỡ rất là nhiều.

Đây là 7 pháp bất thối, bắt đầu bằng niềm tin. Tôi đã giảng hơi kỹ về niềm tin. Ngắn thôi nhưng mà nhớ, niềm tin phải vậy đó.

Thứ hai, Tàm là sao, Úy là sao. Với mình nhớ thế này: Tàm Úy là dấu hiệu tâm lý chỉ có ở chúng sanh cao cấp. Nhớ nha.

Tàm Úy là dấu hiệu tâm lý, dấu hiệu đạo đức chỉ có ở chúng sanh cao cấp, còn mấy loài thấp kém là không có không có khả năng Tàm, Úy. Khi mình sống nhiều Tàm, Quý có nghĩa là mình đang xây

dựng thói quen của chúng sanh cao cấp. Muốn về trời, muốn trở lại thân người thì phải chuẩn bị một nền tảng tâm thức loại người, của thứ động vật cao cấp. Còn nếu mà trong đời sống thường nhật, tâm lý của mình nó có quá ít yếu tố tâm lý cao cấp thì mình không thể sanh vào cảnh giới cao cấp. Đây là chuyện rất là nhân quả, rất là khoa học.

Anh muốn về sống ở đâu anh phải có những chuẩn bị tương thích.

Thí dụ, anh muốn về Châu Âu anh sống. Anh muốn về Mỹ anh sống, thì chuyện đầu tiên anh phải có cái gì? Anh phải có tiền. Rồi anh phải có tiếng, có tiếng là anh phải có ngôn ngữ, anh phải có khả năng xoay xở bằng ngoại ngữ. Đúng không? Chứ đâu phải tự nhiên anh đang bán vé số, anh đang mò cua bắt ốc, mặc bộ đồ vest rồi anh leo lên máy bay anh bay qua bên Mỹ anh sống. No. No. No.

Anh phải có những chuẩn bị tương thích, anh phải có tiền bạc, giấy tờ, anh có tùm lum tà la anh mới về Mỹ anh định cư được đúng không?

Hoặc giờ mình từ vùng đầm lầy nước đọng mình muốn lên phố mình sống, nhà ở đâu? Nhà ở đâu trên phố mà ở? Phải có chỗ mình mới về phố được chứ.

Ở đây cũng vậy, trong 3 cõi nhân thiên, ở đâu cũng cần những điều kiện tương thích:

- Muốn về Phạm Thiên thì phải đắc thiên.
- Muốn về Dục thiên phải có thập thiện.
- Muốn sa đọa thì cứ sống bằng tâm thức của loài sa đọa.

Đơn giản như vậy. Ở đâu có điều kiện ở đó. Không phải khơi khơi muốn dọn vô Phú Mỹ Hưng là dọn, không phải khơi khơi muốn dọn về New York là dọn, không phải muốn về Tokyo, muốn về Zurich, muốn về Vienna, muốn về Copenhagen là được. Không được. Không được. Anh muốn về đâu anh phải có chuẩn bị tương thích. Nhớ nha.

Cho nên, cái Tâm – Úy nó quan trọng như vậy đó.

4/ Đa văn:

Đa văn ở đây có nhiều nghĩa, ít nhất là 2 nghĩa. Cái này cũng kinh nói không phải tôi nói. Tôi biết cái gì mà nói. Tôi biết cái gì mà tôi nói. Đa văn ở đây, trong Chánh tạng giải thích có 2 trường hợp.

1- Đa văn là thông suốt năm lòng kinh điển hoặc một phần lớn kinh điển, thí dụ: Thuộc lòng cả Tam Tạng, hoặc là 2 tạng, 1 tạng, hoặc thuộc lòng trung bộ, trường bộ, thuộc lòng chú giải,... đó gọi là Đa văn.

Trường hợp 2- Đa văn là hiểu thấu suốt một vài bài kinh cũng gọi là đa văn.

Thí dụ, bài kinh Tứ Niệm Xứ.

Hồi đó giờ kinh sách mình không có đọc nhiều, nhưng mà hôm nay, bằng vào tất cả khả năng kiến thức, ta tìm hiểu đến đâu đến đấy, nội dung bài kinh Tứ Niệm Xứ. Tôi ví dụ, trong room này bà con nào đọc được Tiếng Anh đánh đùm Soma Thera - Mindfulness, tức là quyển sách về Chánh niệm của ngài Soma Thera, ngài dịch chánh văn kinh Niệm Xứ của kinh tạng, đồng thời dịch kèm chú giải luôn.

Cho nên, tôi khẩn thiết, thiết tha kêu gọi trong room, ai là người thấy tiếng Việt mình trong sáng, tự tin được tiếng Anh thì chuyển bộ đó sang tiếng Việt đùm, rất là ngắn. Tính theo khổ giấy 15x20 khoảng chừng 200 trang thôi. Lặn cuốn đó vô bóp đằm, đi đâu cũng mở ra coi mở ra coi. Trong đó giải thích rất rõ kinh Tứ Niệm Xứ, hiểu tới nơi tới chốn bài Kinh Tứ Niệm Xứ (Trung Bộ, Trường Bộ); Hoặc là hiểu tới nơi tới chốn kinh Trạm Xe (Trung Bộ Kinh). Đọc hiểu cho tới nơi tới chốn kinh trạm xe, cũng gọi là đa văn.

Thậm chí, trong Pháp Cú, đức Phật Ngài dạy, hiểu thấu suốt bài kệ 4 câu cũng gọi là đa văn.

Vì cái dốt có nhiều trường hợp:

- 1- Biết cái không đáng biết.
- 2- Không biết cái đáng biết.
- 3- Biết không tới nơi tới chốn cái đáng biết.

Như vậy, tổng cộng có 3 cái: 1- Không biết cái đáng biết; 2- Biết cái không cần biết; 3- Biết lờ mờ, biết lan man, lảng máng, biết mơ hồ, không rõ ràng, không tới nơi tới chốn thì gọi là cái dốt thứ ba.

Đa văn là gì? Đa văn là 1- thông suốt bộ kinh này qua bộ kinh kia, tạng này qua tạng nọ; 2 - hiểu tới nơi tới chốn bài kinh mình thấy tâm đắc có thể hỗ trợ tốt cho chuyện tu học của mình, mình tìm

hiểu tới nơi tới chốn. Và, hôm nay, có internet rồi, chuyện bà con tìm hiểu nội dung một bài kinh nó càng bội phần dễ dàng so với ngày xưa. Ấy vậy mà vẫn không chịu.

Tôi xin nói một chuyện buồn, đó là tôi gặp rất nhiều người, gặp tôi họ nói : Họ muốn học cái này, muốn học cái kia,... có người nói muốn học A Tỳ Đàm, muốn học tiếng Pali để đọc kinh tụng tụng hết, nhưng cuối cùng họ chốt câu "tiếc quá con không có thời gian". Các vị biết, lúc đầu tôi tin, sau đó tình cờ tôi phát hiện ra, nguyên một lũ nói dóc không. Trên đời hiếm người nào không có thời gian, thời gian học đạo. Hiếm lắm. Đốt đuốc đi tìm.

Vì sao tôi nói vậy?

Là vì, nếu mình dốc lòng tự nhiên nó lòi ra thời gian. Tôi hỏi các vị một câu thôi: Nếu mỗi ngày các vị dành 2 tiếng nghiên cứu nghiêm túc kinh Phật để giúp bệnh tiểu đường của mình hết, ung thư hết, tim mạch hết, cao máu hết, ... thì các vị có dành ra 2 tiếng không? Tự hỏi lòng mình đi, tự hỏi lòng mình đi. Nếu mỗi ngày mà mình nhờ bỏ 2 tiếng nghiên cứu kinh Phật nhờ vậy giảm được hoặc trị hẳn bệnh Ung thư, tiểu đường, cao máu, tim mạch, tim thông, tim lớn gì đó, thì có dành thời giờ không? Tôi tin chắc 1000% bà con sẽ, vì lúc bấy giờ chuyện học kinh điển nó là chuyện cứu mạng. Còn đàng này khi quý vị không xem chuyện học kinh điển là quan trọng, thì quý vị mới thấy mình không có thời gian. Rồi thà lấy cái phone bấm tầm bậy tầm bạ, chat đầu này, chat đầu kia gửi tin nhắn viber, messenger, facebook, email, tụng tụng hết thì được, mà ai kêu tui học là “em không có thời gian chị ơi, em bận quá, trời ơi, em thấy chị học mà em ham luôn á. Trời ơi, em tiếc quá, em tiếc quá” Nói dóc. Mà khi cái đầu mà nó súc vật như vậy, tôi nói hơi nặng đó, thì đừng có trách tại sao mình không có chánh tín. Không có chánh kiến. Vì mình đốt giáo lý mà.

Khi mình đốt giáo lý đừng hòng có chánh tín, đừng hòng có chánh kiến. 2 cái này không có thì hoạt động, sinh hoạt của mình lấy đâu mà có được cái soi đường dẫn lối, ở đâu? Thế là mình hoạt động thuần túy theo bản năng, theo cái dốt của mình thôi.

Tôi nhắc lại lần nữa.

Đừng nghĩ Phật pháp biết được thì tốt.

Cái này là một cái rất là bậy của Phật tử mình. Nghĩ rằng, Phật pháp là một cái gì đó biết được thì tốt. Thật ra Phật pháp không phải là cái biết được thì tốt mà Phật pháp là phải biết. Phải được biết, không phải biết được thì tốt.

Thí dụ, tôi nói hoài.

Kiến thức về Yoga, về thái cực quyền, về chưng hoa, kiến thức nấu ăn, kiến thức làm vườn,... mấy cái đó biết được thì tốt, không biết không chết thảng Tây nào hết. Nhưng Phật pháp không phải vậy. Phật pháp không phải thứ biết được là tốt. Nếu anh thấy đời này khổ, thân này là gánh nặng, anh muốn tuổi già an lành, an lạc, anh muốn có cái chết thanh thản, an nhiên thì bắt buộc anh phải biết Phật pháp. Chứ Phật pháp không phải là thứ biết được thì tốt. Nếu nó là thứ biết được thì tốt thì không biết không sao, đúng không? Nhưng mà không.

Nó xui một chỗ là tui đang giảng chỗ này, cái bụng tui nhắm tới mấy người có niềm tin, còn người không có niềm tin họ nghe họ thấy mệt lắm “trời ơi, vô mở cuốn sách ra thấy rối quá”. Đây cũng chính là lý do vì đâu, chúng tôi đã tận lực giới thiệu cho các vị Thiền quán, giới thiệu cho các vị A Tỳ Đàm, giới thiệu cho các vị Kinh Tạng thông qua bộ Kalama, với thiện chí, giúp bà con Phật tử không thấy sợ kinh điển nữa. Bà con có thể thông qua tôi, tìm thấy một niềm cảm hứng nghiên cứu kinh điển, rồi tìm đến vị khác, chuyện đó no problem, miễn là tôi thổi vào cho các vị một làn gió mới, một nguồn sinh khí, một động lực, một hơi ấm, để thúc đẩy các vị lên đường dần thân vào hành trình nghiên cứu, tham khảo, tìm hiểu, soi rọi kinh điển, vậy là tôi vui rồi. Nhưng tôi nhắc lại. Tôi muốn thông qua những gì tôi làm, những gì tôi nói bà con có cảm hứng tìm đến kinh điển một cách thích thú, tinh tấn.

Chứ còn là Phật tử, kể cả người xuất gia không có hứng thú khi nghiên cứu kinh điển thì kẹt lắm. Cho nên, đây là lý do vì đâu đức Phật Ngài dạy, một điều kiện quan trọng cho việc tu học là phải Đa văn là vậy đó. Phải học, chứ còn cái đầu phạm phu của mình, không có kiến thức bơm vào thì với não trạng bầm sinh, của mình tôi hỏi các vị, các vị sống kiểu gì? Tư duy kiểu gì? Hành động kiểu gì? Tự hỏi lòng mình đi.

Với não trạng bầm sinh của mình, với kiến thức trường lớp của mình đủ mình sống đời không? Tôi e là không đủ. Phải không ngừng bổ sung, bổ túc, bồi dưỡng, tài bồi. Nhớ cái đó. Không ngừng.

Bởi vì, đầu mình giống cái cây, có nghĩa là nó phải liên tục được chăm sóc. Cây Bonsai không chăm sóc nó lẩn ra nó chết. Đừng có nghĩ, “Ôi, trời đất thiên nhiên bao la, có biết bao nhiêu cây, không chăm sóc sao nó sống”. Cái đó là chuyện của nó. Chuyện nó sống được là chuyện của nó. Riêng mình, mình phải nhớ: Cây phải được chăm sóc mới hi vọng khả năng sống sót nó cao hơn.

Ở đây cũng vậy.

Não trạng của mình nó phải được chăm sóc, dòm ngó thì mới may ra, chứ còn với não trạng bầm sinh của phàm phu mình nó rắc rối hơn cái cây gấp tỷ lần, cái cây nhiều khi mình không chăm sóc nó có thể nhờ nắng gió mưa sương mà nó tự phát triển, nhưng não trạng của một con người nó không phải như vậy. Nó cần sự chăm sóc, dòm ngó liên tục và liên tục, đặc biệt nó phải được liên tục bồi dưỡng những vốn liếng, những hành trang, chứ còn 12 năm trung học, thêm 4 năm đại học không đủ đâu quý vị. Quý vị biết mà. Còn có trường đời nữa. Giờ mình có thêm trường đạo, là môi trường thực tập để từ đó cái biết, cái hiểu của mình nó mới được chứng thực. Nhớ nha. Rất là quan trọng.

Tôi nhắc lại.

Ngày nào vị tỷ kheo không thiết tha tìm hiểu giáo lý thì tôi phải nói, chuyện tu hành của vị đó có vấn đề. Đừng đi nhất ma tôi nói rằng: Vị đó trong sạch lắm, vị đó đi chân không mang dép, vị đó không nhận tiền, vị đó đi bát, vị đó ngủ ngò, vị đó không giữ y dư, vị đó không tiếp xúc phụ nữ,... Tùm lum hết, nhưng tôi chỉ hỏi có 1 câu thôi, vị đó có hứng thú trong chuyện tìm hiểu kinh điển không? Họ nói không, vị đó dành thời giờ để hít thở thôi. Là không được.

Tôi nhắc lại. Các vị có tu bằng ông Goenka không? Có bằng không? Mình tu mình không làm chuyện so sánh, nhưng mình phải biết ngó vào những tấm gương. Nhớ nha. Chứ mình so sánh để tự ti, tự tôn thì không nên. Tôi nhắc lại, mình tu mình không nên nhìn người khác để tự ti, tự tôn, hoặc là để coi thường người này, thần tượng người kia là sai. Nhưng mà mình phải biết nhìn những tấm gương tốt, và tấm gương xấu để mình chỉnh sửa mình. Chứ còn mình tu với ý niệm so sánh là không nên, nhưng nhìn để học tập để rút kinh nghiệm thì nên chứ.

Mình nhìn ông Goenka mình thấy, ông là thiền sư, bản thân ông là hành giả, dạy người ta và bản thân ông cũng hành thiền, nhưng cả đời ông cứ đầu đầu chuyện xây dựng bộ đại tạng online và ông đã làm được, đó chính là bộ Pariyatti Tipitaka online. Và có hẳn một nhà xuất bản Pariyatti để phổ biến kinh sách chính thống, kinh sách dòng 1, cấp 1, là sao? Là những kinh điển trực tiếp từ Chánh tạng, chú giải. Còn những nội dung kiểu thiền học Tây phương, Kinh nghiệm Tuệ quán thì phải nói là tham khảo thôi, phải nói thẳng luôn là tham khảo thôi. Và, kể từ sau cuốn Kinh nghiệm Tuệ Quán tôi quyết định không dịch nữa, không mang loại sách đó nữa. Bởi vì, muốn bà con có khái niệm, có cái nền thì giới thiệu bộ đó, chứ còn nếu chính thức bước vào chuyện tu tập hành trì thì chỉ có Tam Tạng, Chú giải thôi.

Nói như vậy có nghĩa là, mình phải thường xuyên tiếp xúc với kinh điển, chứ còn, tôi nhắc lại. Não trạng bầm sinh của mình không đủ đâu. Tự nhiên nghe ông thầy nào ông dạy pháp hơi thở tâm đặc quá tối về cứ toàn thở không mà không dành tí thời giờ nghiên cứu kinh điển là không được. Mù tịt. Đạo Phật không phải chỉ là hơi thở.

Bởi vì, nên nhớ. Bà La Môn cũng có thở, khí công, Yoga cũng có thở, nhưng lý tưởng, tinh thần, nội dung của họ nó khác mình. Nhớ nha. Chứ không phải nói thở là tu là tôi không đồng ý. Còn nội dung thở bằng chánh niệm, thở bằng trí tuệ, biết rõ đang thở ra thở vào là chánh niệm, biết rõ thiện ác buồn vui đang xảy đến cho mình, cái nào thiện, cái nào ác, biết rõ mọi thứ do duyên mà có, biết rõ mọi thứ có rồi phải mất đi. Nhớ nha. Thở vậy mới đúng.

Chứ còn chú ý hơi thở ra hơi thở vào thì cũng hay đó, nhưng nên nhớ: Không có Phật pháp thì pháp môn đó vẫn được ngoại đạo biết đến. Nhớ nha.

Chứ còn, không học giáo lý mà chỉ hít thở mỉm cười, thì không được.

Cảm ơn kẻ nào post quyển này lên, Soma Thera – The way of mindfulness. Nãy giờ tôi giảng tôi nhắm mắt, giờ tôi mở tôi thấy rồi. Bà con tìm cho bằng được cuốn này, tôi cũng nói luôn nếu đọc

thẳng bằng bản tiếng Anh thì quá tốt. Còn không, có siêng bà con dịch quyển này ra tiếng Việt, phổ biến cho bà con.

Tôi đang muốn nói một câu, biết bậy mà không thể không nói.

Tôi Toại Khanh, thiết tha mong mỗi bà con trong nước, nên dành thời giờ mỗi ngày 2 tiếng hoặc mỗi tuần 4 tiếng, nếu bận thì mỗi tuần 4 tiếng, rảnh thì ngày 2 tiếng, học ngoại ngữ đi. Học không cần nói, học để đọc sách. Tiếng Anh hoặc tiếng Thái, hoặc tiếng Miến Điện. Các vị hỏi tui Ai dạy? ai dạy? Dạ thưa, tại các vị làm biếng + ngu bầm sinh nữa, ngu mà lười nữa, chứ nếu muốn học, trong tăng ni Việt Nam một tỷ người biết tiếng Thái, một tỷ người họ biết tiếng Anh, một tỷ người họ biết tiếng Miến. Trong Việt Nam mình á. Có. Tới lạy lục người ta nói người ta dạy cho 6 tháng, 1 năm đọc hiểu.

Tại sao tôi đề nghị như vậy? Bởi vì, tôi xét thấy 2 chuyện. Đọc kinh Phật mà thông qua bản dịch nó kẹt lắm.

1- Ăn rồi chờ người ta dịch, người ta ban cái gì đọc cái đó, trong khi kinh điển trên thế giới minh mông trùng điệp, mà cứ ngồi chờ bản tiếng Việt thì đau quá. Đối với tôi đau.

2- Mình đọc kinh Phật qua văn phong, ngữ khí người ta kẹt lắm. Đọc sách tiếng Anh là uống café nước 2 rồi. Đọc kinh Phật qua tiếng Anh tiếng Thái là uống café nước 2 rồi. Café nước 1 là tiếng Pali, còn không nữa cũng đọc bản tiếng Anh, tiếng Thái, tiếng Miến. Chứ còn, từ đó mà chờ người ta dịch qua tiếng Việt là coi như mình uống café lâu, café kho. Trong room biết café lâu không? Tức là có thời khó khăn, thời bao cấp, mấy tiệm café người ta pha cho khách uống xong, người ta lấy mấy cái phin chồng lên, gọi là café lâu. Có nghĩa là chế nước từ trên đi xuyên qua bao nhiêu lớp phin dưới, cuối cùng nó cũng ra nước đen sì là café lâu, nó nhiều tầng lắm. Rồi còn café kho là sao? Nó lấy café bỏ vô vọt bằng vải, bỏ cái vọt vô nồi nước sôi, ấm nước sôi, nó ngâm cho mày suốt ngày luôn, là kho đó. Khách tới nó rót ra cho khách uống. Nói chung là mình uống nước đen chớ không phải uống café, nước đen thôi vì mùi mòng nó ban hành không còn café nữa. Cái đó là café kho. Thì các vị tưởng tưởng đi, mình là dân uống café mà uống café kho, café lâu, thì các vị có chịu nổi không. Thà nhịn đi, chứ uống café đó nó kỳ lắm, uống vậy xúc phạm café lắm. Uống vậy ông Lê Nguyên Vũ, ông Trung Nguyên ổng biết ổng buồn lắm. Cho nên, đọc kinh Phật, nước 1 là Pali, nước 2 là Anh, Thái, Miến. Rồi còn tới nước 3 chờ bản dịch tiếng Việt. Mà tôi nói nó đau chỗ này, chờ người ta ban cho nó đau lắm. Kinh Phật minh mông, mà lâu lâu canh me ai dịch thì kiếm về đọc.

Mà cái nản nhất là đọc thông qua bản dịch, ví dụ luôn, cái này tôi xin kính cẩn cúi đầu khi nói chỗ này. Có nhiều bản kinh rất hay nhưng thông qua bản dịch, thí dụ, tôi nói thẳng luôn, quyển Vô Ngại Giải Đạo của ông Nguyễn Văn Ngân, trước khi dịch ông không đọc kinh tạng của ngài Minh Châu, ông không học giáo lý, ông đọc tùm lum hết nhưng đặc biệt ông không đọc của ngài Minh Châu cho nên ông dịch Vô Ngại Giải Đạo không có Phật chất. Việt ngữ trong đó không có Phật chất, không phải của người thâm thía tương chao. Ông dịch cái ông không hiểu. Vấn đề nó là ông dịch một thứ mà ông không biết. Ông bước chân vào một lãnh vực mà ông không có am tường. Ông vào trong đó tung tẩy rồi ông đi ra bằng tiếng Anh của ông. Theo tôi, bản thân tiếng Việt của quyển đó đã có vấn đề. Bởi, một người tiếng Việt cứng không đành lòng hạ bút viết xuống một câu không thuộc về tiếng Việt. Tôi nói nghiêm túc.

Ai là soạn giả dịch giả chắc đồng ý câu này. Một người đàng hoàng, nghiêm túc, có trách nhiệm, không đành lòng, không nở hạ bút viết xuống, viết ra một câu không thuộc về tiếng Việt. Viết tiếng gì nó phải ra tiếng đó. Các vị học tiếng Anh các vị biết. Tiếng Anh thế giới giờ có nhiều loại tiếng Anh lắm. Tiếng Anh của người Anh, tiếng Anh English – American English, Tiếng Anh Singapore, tiếng Anh của Hongkong, tiếng Anh của Mã Lai, tiếng Anh của Ấn Độ, các vị biết cái đó mà. Biết chứ không phải không biết. Cho nên, mình thông qua người ta là mình mệt lắm.

Thì tiếng Việt giờ nó có loại tiếng Việt của người Việt và tiếng Việt của Âu Mỹ nữa. các vị đọc kỹ có không. Là có những tay dịch giả dịch sách bằng từ điển. Có nghĩa là bên kia nói sao họ dịch y chang như vậy đó. Dĩ nhiên, cái đó tôi không có chê, nhưng có trường hợp mình phải làm chuyện này, mình đọc đoạn đó, đọc câu đó coi người ta muốn nói câu gì, rồi mình mới viết lại ý đó bằng

tiếng Việt Nam, đối với tôi đó cũng là một cách dịch. Mình đọc câu đó coi người ta muốn nói cái gì, xong rồi mình viết.

Cho nên, khi các vị đọc Bùi Giáng, đọc ông Bùi Giáng dịch các vị thấy lâu lâu ông không ngần ngại phang vô mấy câu Kiều, mặc dù chuyện đó hơi quá, nhưng chính ông là bậc thầy, tổ sư dạy cho chúng ta cách dịch sách. Có những chỗ ông không ngần ngại ông chen vô “Tuồng bây giờ là bao giờ - Rõ ràng trước mắt, còn ngờ chiêm bao”; “Một lời đã nghĩ đến ta, muôn chung nghìn tứ cũng là có nhau” Lâu lâu ông chen vô mấy cái đó.

Là như vậy. Nhớ không.

Đa văn. Nãy giờ tôi nói mà cái ghé nó cứ quay, tôi nhắm mắt tôi đâu có biết, tôi nói mà con mắt tôi nó xoay hướng khác. Các vị có thấy nó kỳ không. Hôm nay tôi giảng mà tôi quay hướng khác.

5/ Tinh tấn

Giờ còn lại mấy điều tôi nói nhanh nhanh nhanh.

Tinh tấn là sao?

Khi các vị có chánh niệm, có trí tuệ, có tâm, úy, có đa văn thì sao ta? Thì không thể lười biếng được. Có trí tuệ, có đa văn, có tâm úy thì không thể sống làm biếng được. Vì sao? Vì thời gian không chờ chúng ta.

Cái quan tài đang lơ lửng trên đầu chúng ta, hơi thở chúng ta đang ngày một mòn hao. Thời gian để thở mỗi lúc một ngắn đi. Đây, đây chính là tâm trạng phải có ở một người tu học nghiêm túc. Nhớ cái đó.

Cái quan tài nó đang lơ lửng trên đầu. Bước chân chúng ta đang càng lúc tiến gần lò thiêu, tiến gần nghĩa trang, tiến gần tới mộ địa. Và, sau cùng, trí óc chúng ta đang ngày càng mòn hao, trí nhớ đang giảm dần, trí hiểu đang giảm dần, tuổi thọ đang giảm dần, sức khỏe đang giảm dần, lực phủ ngũ tạng đang hư dần. Và tốc độ nói dần nhưng cái dần của thằng Tèo, không như cái dần của thằng Tí. Có người nói nó hư dần, mòn dần mà tốc độ max 1, có người max 2, tốc độ không gian đó. Có người chỉ có 5 năm thôi, má nhìn không ra. Sức khỏe nó tuột như vậy. Có người nó kéo dài tới 90 năm, nó hư từ từ. Có người 50 tuổi 60 tuổi đem ra không biết còn cái gì để xài nữa. Cho nên, cứ nhớ thế này.

Mọi thứ đang đi vào phân hủy, ta đang từng bước đi vào lò thiêu, đang từng bước đi về quan tài. Thời gian không chờ ta. Nhớ bao nhiêu đó, không thể làm biếng.

Nhớ rằng Phật pháp rất khó gặp. Nhớ rằng, thân người rất là khó được. Trong vòng luân hồi nhiều lắm là mình chỉ được mang thân người chứ không gặp Chánh pháp. Hoặc có lúc Phật ra đời thì mình không được mang thân người. Hoặc khi gặp Phật ra đời mình được mang thân người thì nhằm lúc mình trời ơi đất hỡi. Nó có cái đó. Giờ gặp được Phật pháp, có được thân người, mà lại có được chánh tín, chánh kiến, chỉ cần nhớ bao nhiêu đó, thì không lười được. Lười trong cái gì? Không có lười trong chuyện học đạo, hành đạo. Không có lười được. Nhớ nha.

Sẵn tôi có chỉnh nhẹ một chuyện.

Có nhiều người nghĩ Thiền phải xếp bằng, phải thủ khẩu như bình, im lặng như nghêu sò ốc hến. No. No.

Ngay bây giờ quý vị vẫn có thể sống đời gia đình của một cư sĩ, nhưng mà tập. Chánh niệm. Chỉ vậy thôi. Hồi đó giờ mình làm mà mình không biết, giờ mình sống chậm lại, sống chậm lại, đó là một cách tinh tấn. Tôi đang kêu gọi quý vị sống chánh niệm nhưng mà tôi lại gọi nó là tinh tấn mới ghê.

Ráng sống chánh niệm, thì cái ráng được gọi là tinh tấn. Thấy lui sụt không muốn đọc kinh điển nữa thì nhớ những điều tôi nói nãy giờ để có thể tinh tấn nghiên cứu kinh điển, thì đó là tinh tấn đó. Tinh tấn trong pháp học, tinh tấn trong pháp hành, nhớ rằng thời gian mình ngồi trong ngày 3 tiếng 8 tiếng không quan trọng bằng thời gian mình có chánh niệm trong ngày. Nhớ.

Đi hỏi ông nào quý vị nê coi có đúng như vậy không. Thời gian ngồi, nó không quý bằng thời gian chánh niệm. Bởi vì, nếu chỉ là ngồi mà nó lãng xãng thì không có nghĩa lý gì hết, chỉ làm hại cơ thể thôi. Còn nếu mà ngồi mà có chánh niệm suốt luôn thì theo tôi, xem ra nó vẫn không bằng 4 tư thế sinh hoạt đáp đối cho nhau. Bởi vì sao, bởi vì anh hứa với tôi, anh chánh niệm được 12-18 tiếng trong ngày thì tôi chúc mừng anh. Nếu anh chỉ ngồi trong 12-18 tiếng trong chánh niệm, thì tôi vẫn

chúc mừng anh, nhưng tôi nói thiệt, tôi hơi lo lo. Ngồi nhiều quá. Mà cái quan trọng nhất là chánh niệm mà không phải anh ngồi được bao lâu.

Mà nhiều người cứ mơ có nhiều đó.

Họ nghe nói thiền là họ nghĩ thiền là phải ngồi. Trong khi họ quên, chỉ có thiền chỉ thôi. Thiền Samatha thiền tập trung thì ngồi hoặc là nằm. Chứ còn thiền quán là phải luân lưu 4 tư thế: Đi, đứng, nằm, ngồi. Nhớ cái đó nha.

Cho nên, Hành giả thứ thiệt nhìn họ mình không biết. Còn thứ gà mờ như mới xuất viện đi lim dim, dờ bước đạp, ăn đưa từ từ giống như sốt bại liệt, giống như mới mổ thâm mỹ sợ rách môi thứ đó là thứ dờm. Thứ thiền mà cho người ta biết là thứ dờm. Tôi gặp cái đó hoài. Tôi ghét lắm. Thiền mà nhìn thấy ghét lắm.

Còn cái thứ mà chánh niệm, mình nhìn mình biết. Chuyện đầu tiên, nó không thích nói. Nó không thích tiếp xúc, nó không kiếm thêm chuyện để nó làm, nó chỉ làm chuyện rất là cần thiết, thí dụ: quét nhà, hút bụi, lau dọn, mình nhìn cái cách mình biết nó làm những việc cấp thiết, không làm không được thôi, chứ nó không kiếm thêm.

Còn dăng này, ra chăm sóc bồn bông, luống hoa, treo lủng lẳng này kia, kiếm ông địa, thần tài, bày trong nhà, lọ hoa, trang trí bàn Phật, chụp hình cúng Facebook “bàn Phật em mới sửa, các bác thấy thế nào? Đây là chỗ em ngồi thiền mỗi đêm” thứ đó xàm, thứ đó thứ dờm.

Tinh tấn ở đây phải hiểu đúng như vậy.

6/ Niệm

Chánh niệm tôi không cần giải thích, tại tôi mới nói rồi.

Làm gì biết nấy. Nhưng trên nền tảng của người biết giáo lý.

Phần chánh niệm tôi nói rất đơn giản.

Làm gì biết nấy, nói gì biết nấy, nghĩ gì biết nấy nhưng trên nền tảng của người có học giáo lý.

Còn đừng nghe thầy bà nào nói “Tu là không cần học” rồi có người họ còn bài xích, ông sư nói đó: Chú giải là do ngài Buddhaghosa là một ông Bà La Môn đi xuất gia, còn kinh Phật là do người đời sau chép lại. Theo lời họ cuối cùng chỉ cần tin họ chứ không cần tin kinh điển.

Ok. Tùy duyên.

Nhưng mà tôi chỉ nhắc lại. Với cái gì tôi nghĩ, với cái gì tôi biết là phải học kinh Phật rồi sống chánh niệm. Vì 2 cái này trong kinh Phật gọi là pháp học & pháp hành. Nha.

Không có pháp học, không có pháp hành thì đừng hòng có pháp thành. Cho nên, cái chánh niệm ở đây, tôi nói rất đơn giản.

Dựa trên nền tảng giáo lý mà sống chánh niệm với riêng mình.

Và, tôi chốt lại một câu nữa.

Buổi đầu chánh niệm là một công phu hơi khó khăn, phải do cố gắng mà thành. Nhưng lâu ngày, sẽ có một lúc, chánh niệm nó là kiểu sống bản năng thứ 2 của mình. Giống như tôi thường nói, chuyện theo dõi hơi thở lúc đầu là một công phu phải nỗ lực, nhưng sẽ có một ngày mà nó là một sự hưởng thụ, nó là một sự sung sướng, nó là một chỗ ẩn náu, an lành cho mình, nó là sự an lạc. Mà tôi rất muốn xài chữ “hưởng thụ”, hưởng thụ. Cứ canh me vắng vắng là ngồi yên hít thở trong chánh niệm theo dõi nó. Đó là một sự hưởng thụ. Nó sung sướng. Không có gì sướng cho bằng trên tay không cầm, trên vai không vác, trên đầu không vắn vợ, mà chỉ có hành giả mới hiểu cái đó.

Buông hết. buông thiệt. Lúc đó, chánh niệm trong hơi thở nó là một sự hưởng thụ không phải là công phu.

Nhớ nha. Nó còn là công phu là không được. Nó phải chuyển qua hưởng thụ. Nó là một sự hưởng thụ, nó là một sự sung sướng, nó là một sự an lạc. Chữ Hưởng thụ nghe rất là phàm nhưng hành giả sẽ hiểu, tại sao tôi cố ý xài chữ hưởng thụ. Nó là một quyền lợi.

7/ Trí tuệ.

Cũng không cần giải thích luôn. Có nghĩa là, thông qua tất cả những gì tôi đã nói từ trên xuống dưới thì các vị hiểu Trí tuệ là cái gì? Trí tuệ hỏi này tôi đã giảng về phần đức tin rồi.

Ok. Chúc các vị một ngày vui. Mệt rồi.

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

WWW.TOAIKHANH.COM

TOAIKHANH.COM