

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

Nhật tụng Kālāma – Kinh tụng trích điểm 2023

Kinh Chánh Kiến (2) – 09/07/2023

Kālāma tri ân cô Diệu Hỷ ghi bài

Bài kinh Chánh tri kiến này riêng chúng tôi rất rất là tâm đắc. Là bởi vì nội dung giáo lý, nội dung tu tập, hướng dẫn nhận thức, hướng dẫn hành trì rất rõ ràng cụ thể. Đặc biệt, nếu bà con đọc Chú giải, Sớ giải bài kinh này mới thấy thật bất hạnh cho người nào đến với Phật giáo mà không biết những mảng giáo lý này và không hề biết gì về bài kinh này thì rất rất đáng tiếc, rất rất đáng buồn.

Tôi ôn lại nội dung nhắc kỹ trước. Đó là: Các vị tỳ kheo hỏi ngài Xá Lợi Phất làm thế nào thành tựu Chánh Kiến/ Chánh Tri Kiến?

Như các vị cũng biết: Con người khỏe, giàu, đẹp gì đi nữa chỉ cần không thấy đường là thấy thua rồi. Mình đẹp cách mấy, mình khỏe cách mấy, mình giàu cách mấy mà mình không thấy đường là trong sinh hoạt là thấy mệt mỏi rồi. Đó là nói con mắt thôĩ đó.

Nói về nhận thức, kiến thức thì mù tịt về quan điểm xã hội, chính trị, tôn giáo, tâm linh thì cũng không làm ăn gì được hết. Gom chung gọi là Chánh tri kiến = Cái thấy, cái biết mà không xong thì kẹt lằm. Chính cái thấy mới quyết định đường hướng hành động, chính cái thấy mới quyết định tư duy cho mình.

Ngài Xá Lợi Phất trong bối cảnh này, với một hội chúng cử tọa như vậy, ngài chọn 3 vấn đề mà ngài đề nghị nên thấu suốt để trở thành một người thành tựu Chánh Kiến.

1. Vấn đề Thiện, Ác: **Thiện – Ác** phải hiểu như thế nào mới thành tựu Chánh Kiến.

2. Bài giảng sáng nay, chúng ta lấy ra 1/3 nội dung kinh này đó là **Tứ Thực**, Thực nghĩa đen là đồ ăn, nghĩa bóng là điều kiện sinh tử, điều kiện hiện hữu của một chúng sinh gọi là thực, tứ thực, thực phẩm.

Chúng ta đồng ý với nhau rồi. Đó là, thân xác hình hài máu thịt xương da này không thể nào sống được nếu không có nguồn thực phẩm, dinh dưỡng từ móng tay, sợi tóc, làn da, răng cở, ... tất cả đều có nguồn dưỡng tố nó mới có thể phát triển từ bụng mẹ ra tới bên ngoài, từ đứa bé, một người thành niên, trung niên, một ông cụ bà lão. Hễ có hình hài là có chuyện ăn uống. Đó là nói về thể xác.

Nói về tâm linh, tinh thần tuyệt đối phải có những nguồn dinh dưỡng. Chúng ta thử không có học xong 12 năm giáo dục cơ sở là không được, mình không có bằng tú tài mình không chết nhưng khả năng mình bị hạn chế rất nhiều, rồi chúng ta giảng đở đại học, rồi chúng ta hoàn tất đại học, rồi chúng ta có kiến thức chuyên môn về lãnh vực nào đó. Thứ nhất là học xong trung học hay dở dang trung học, học xong đại học hay dở dang đại học, có hay không có kiến thức lãnh vực nào đó, mình thấy rất nhiều trường hợp.

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

Tùy thuộc những nguồn "dinh dưỡng" đó, rồi sách báo, những người mình thường tiếp xúc, gặp gỡ trong đời sống thường nhật, ... tất cả những cái đó là nguồn dinh dưỡng cho tinh thần của mình.

Khả năng suy tư của mình 100% lệ thuộc trên những nguồn "dinh dưỡng", dưỡng tố đó. Tùy thuộc cái thấy, cái biết của mình.

Như vậy, tôi chốt lại vấn đề: Cả thân, và tâm đều cần đến những nguồn tiếp liệu. Nguồn tiếp liệu đó đức Phật gọi là āhāra = Những điều kiện, những nhân tố làm nên sinh tử luân hồi và cuộc hiện hữu của mỗi người chúng ta, cái đó được gọi là āhāra. Nghĩa đen là thực phẩm, vật thực, đồ ăn. Nghĩa bóng là những điều kiện.

Tất cả chúng ta có vô số những điều kiện bắt buộc phải có để tiếp tục mãi hoài sinh tử và hiện hữu. Nhiều lắm, vô số điều kiện, nhưng nói gọn lại có 4 thôi:

1/ Chuyện đầu tiên là **Đoàn thực**, tức là Thức ăn sinh học cho thể xác xương thịt này.

Ngài Xá Lợi Phất nói, muốn thành tựu Tri kiến chuyện đầu tiên phải biết rõ Thiện, Ác là gì; Tiếp theo ngài dạy mình phải biết rõ cái gì gọi là cấu tố, thành tố, nhân tố, yếu tố làm nên cuộc hiện hữu này. Cái biết thứ ba là biết rõ diễn trình, quy trình nào mà nó làm nên cuộc sinh tử, đó chính là 12 Duyên khởi - Bài giảng chủ nhật sau. Còn sáng nay mình học về Tứ Thực – Những điều kiện để làm nên cuộc sinh tử, làm nên sự hiện hữu của mình.

Đầu tiên, ngài nói, hễ có hình hài thân xác là có ăn uống, cái này sâu lắm không phải như mình nghĩ đâu. Lắng nghe nè.

Không phải tất cả chúng sinh trong đời này đều sống nhờ ăn uống. Vì tất cả chúng sinh trong đời này, trong thế giới này, trong vũ trụ này và vô lượng vũ trụ khác chia làm 3 cấp:

1. Dục giới
2. Sắc Giới
3. Vô Sắc Giới

Cấp 1 : Dục giới – họ phải sống lệ thuộc điều kiện dinh dưỡng sinh học. Thí dụ, mình thấy con người, con thú phải có ăn uống. Tại sao tôi nói chuyện này nó sâu? Nó sâu chỗ này, nghe cho kỹ.

Tùy thuộc mức độ tham ái thô hay tế, chúng sinh cõi dục họ tận hưởng, tận dụng cả 6 căn, 6 trần trong đó gồm có mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm, ý tư duy; Họ tận hưởng cả 6 trần và họ tận dụng cả 6 căn, tận dụng 6 ăn để mà tận hưởng 6 trần, từ đó cái sướng cái khổ của chúng sanh cõi dục đi qua 6 cửa đó luôn. Khổ là vì từ những cái mình thấy, mình nghe, mình ngửi, mình nếm, mình đụng, tư duy.

Trong khi đó chúng sinh cõi **Sắc giới** không có cái đó, họ không có tận dụng 6 căn tận hưởng 6 trần nên họ không có cái khổ từ 6 cái nguồn đó như mình. Thí dụ mình thấy ở dưới đây mình nhìn thấy đồng rác, mình nhìn thấy cái gì đó máu me, dơ bẩn, bạo lực, bạo hành là mình thấy đó

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

là những hình ảnh đáng ghê, đáng sợ. Rồi âm thanh, không biết bao âm thanh làm cho mình thấy thoải mái, chưa nói là đau khổ. Có bao nhiêu mùi, có bao nhiêu vị làm cho mình phải đau khổ, mặc dù những cái gì mình gọi là hưởng thụ cũng qua 6 nguồn đó.

Thấy được cái mình muốn, nghe được cái mình muốn, ngửi được cái mình muốn, nếm được cái mình muốn, đụng được cái mình muốn, nhưng trong đời có bao nhiêu phần trăm cơ hội để mình được thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng một cách như ý? Toàn là bất toại không. Thí dụ người ta giàu có thì cơ hội người ta như ý nó nhiều. Còn như mình nghèo cơ hội như ý rất là ít. Đó là nói tổng quát thôi. Nói chi tiết, kể cả người giàu có đâu phải lúc nào cũng được như ý vì sao? Vì sao? Vì mọi sự đâu phải do mình quyết định mà do đời quyết định, xã hội quyết định, thế giới quyết định, nhân loại quyết định, thời tiết, thiên nhiên, khí hậu, ... chớ không phải mình có một núi tiền rồi mình nói : Không, tui muốn là tui được. Sai. Đừng có nói vậy. Có những tình huống mình giàu, mình giỏi, mình đẹp, tiếng tăm, uy tín,... đủ thứ hết nhưng mà nó bệnh. Rồi, xong. Thịt rỗng ăn cũng không được. Hoặc là có một tâm trạng nào đó, có chuyện phải lo, rồi xong chuyện ăn uống, đẹp. Bình thường mình thích nước hoa, mình thích hoa tươi, dầu thơm, ăn ngon, thích nhìn cái gì đẹp, vui, sáng sủa nhưng chỉ cần một chút chuyện để mình bận lòng ưu tư, chỉ cần một chút trục trặc trong cơ thể là xong. Tất cả những cái đó dầu người ta đưa tận miệng đi nữa mình cũng không thưởng thức được. Nó khổ vậy đó.

Cho nên, cái đầu tiên trong Tứ Thực nó là Đoàn thực. Đoàn thực có nghĩa là thức ăn nuôi cơ thể này.

Tại sao tôi nói cái này nó sâu? Là vì tùy thuộc mức độ tham ái của chúng sinh mà chúng ta có cần loại thực phẩm đầu tiên này không.

Tây có câu: Anh nói tôi biết anh chơi với ai tôi sẽ nói con người anh thế nào.

Còn trong đạo mình thì chúng ta có thể nói khác đi tí: Tôi chỉ cần nhìn anh sống bằng cái gì thì tôi có thể cho biết con người của anh nó như thế nào.

Có những người Phật tử mình chớ không phải ai xa hết buồn vui của họ được quyết định bởi vợ, chồng, con cái, công việc, thu nhập, nhà cửa, xã hội, thời tiết,... Chính những cái đó, một núi thành tố đó nó quyết định chuyện buồn vui sướng khổ của họ. Tôi nhìn tôi mắc mệt.

Trong khi nếu các vị học giáo lý căn bản, nếu các vị là hành giả tứ niệm xứ thì chuyện đầu tiên, nhu cầu các vị đơn giản lắm, một ngày chỉ cần sáng điểm tâm, trưa bữa chánh là xong, không cần quần là áo lụa, dầu thơm, nước hoa, không cần những quan hệ gia đình, xã hội,...mình là hành giả là mình chỉ đi, đứng, nằm, ngồi, chánh niệm, ăn uống, tắm rửa, vệ sinh trong chánh niệm, chỉ cầu trời đừng bệnh thôi. Hành giả chỉ lo bệnh thôi chớ còn ăn uống sao cũng được, mặc áo quần sao cũng được. Nhu cầu càng ít thì hi vọng an lạc nó càng nhiều.

Nhu cầu càng nhiều thì khả năng an lạc càng ít. Là vì sao? Vì làm sao anh giải quyết thỏa đáng để thỏa mãn tất cả những nhu cầu, những ước vọng, những kiếm tìm được. Khó lắm. Có thể nói là

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

không được chứ không phải là khó. Không thể nào mình giải quyết thỏa đáng để thỏa mãn tất cả những gì mình mong muốn được hết, cho nên anh càng đơn giản anh càng an lạc.

Cho nên, anh hãy cho tôi biết anh sống bằng cái gì, anh buồn vui sướng khổ nhờ vào cái gì thì tôi có thể nói con người anh là người thế nào.

Cho nên, trong 3 cõi Dục – Sắc – Vô Sắc, mình nghe ai mà phải ăn mới sống được là biết cõi Dục rồi. Đó là chuyện thứ nhứt.

Chuyện thứ hai, đức Phật dạy người không học giáo lý, không tu tập tuệ quán, họ coi cái ăn là hưởng thụ, ngay cả ngoài đời nó kêu tứ khoái, có cái ăn mà.

Nhưng người biết đạo rồi thì hiểu như thế này: Ăn là chuyện bất đắc dĩ. Giả định mình không ăn bằng miệng không có mũi, không có lưỡi, chỉ bằng một cái lỗ tới bữa nhồi nhét, thồn, dzong vô trong đó, cái này cái kia để mình sống, thì lúc đó mình mới thấy là một cực hình. Tôi giả định đầu gối có cái lỗ, mỗi ngày tới giờ mình nghe bao tử nó kỳ kỳ, mình mới lấy cái này cái kia, chỗ cái lỗ đó không có mũi, lưỡi, không nếm, không ngửi được, tới giờ nghe trong bụng kì kì mình lấy cơm canh đồ chiên, đồ nướng, đồ chiên, đồ xào,... dồn vô lỗ đó, xong mình lấy nước trà, lấy nước coca, lấy xá xí mình cũng đổ dồn vô cái lỗ đó, rồi xoài, măng cụt, sầu riêng, bánh cam,... nhét vô lỗ đó, mà tôi nói trước không có mũi, không có lưỡi nha, chỉ có cái lỗ thôi, thì lúc đó mình mới thấy ăn là cực hình. Nó gồm muốn chết. Mà phải nhét, phải dồn, phải dzong vô trong cái lỗ đó. Nhưng mà nhờ mình có cái lưỡi, có cái mũi, và do tập khí Dục ái nhiều đời mình mới thích ăn, thích mùi này vị nó, mình mới coi ăn là sự khoái lạc, sự hưởng thụ. Nếu không có cái mâm này mình sống không có nổi. Không có tô cơm này là mình không qua được 24h tiếp theo thì lúc đó mình mới hiểu tại sao đức Phật dạy như thế này:

Này các tỳ kheo, tỳ kheo khi thọ dụng thức ăn hãy tâm niệm ta đang ăn để sống, để tu học, ăn một cách bất đắc dĩ giống như người qua sa mạc buộc phải ăn thịt đũa con vậy đó.

Tôi biết trong room nhiều người nghe cái này rất là shock. Nói cái gì ghê vậy, ăn thịt người đã thấy ghê rồi còn ăn thịt con mình nữa thì quá khủng khiếp. Mà chuyện đó có thật.

Ngài kể giả định có cặp vợ chồng đi qua sa mạc đói rã rời hai vợ chồng bàn nhau, con không có đũa này tìm được đũa khác, mạng 2 người mình không giữ được thì mất hết; cuối cùng họ phải cắn răng làm thịt đũa con ăn để có sức mà vượt qua sa mạc.

Ở đây cũng vậy.

Chỉ có người có học giáo lý, chỉ có người có thực tập hành trì, và thứ ba phải có duyên lành giải thoát, phải có chút Ba La Mật mới thấm chỗ này, mới thấm tại sao ăn nó quan trọng. Là bởi vì, nếu trong đời sống này, các vị hứa với tôi là chuyện ăn uống nó đơn giản, chỉ ăn để nuôi mạng tu học thôi, là tôi dám đảm bảo các vị an lạc 70% rồi. Tôi dám nói. Ăn mặc ở, nếu không bị nhu cầu này nọ về nhà cửa, không bị nhu cầu về ăn, mặc, ở, chỉ cần các vị đơn giản 3 cái này, dồn hết thời

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

gian, công sức, tâm tư cho chánh niệm nghe vậy là tôi biết các vị ít nhất 70% an lạc. Tôi rất muốn nói 90%, nói cho đã là 90%. nếu mình bị lệ thuộc 3 cái này không cách nào an lạc được.

Đương nhiên, trong room các vị có nhiều người không đồng ý, các vị nói tui nè tui nè tui ăn mặc đơn giản. Đừng nói như vậy, có lòng ly dục, từ bỏ, quay lưng với những nhu cầu đó, chỉ giữ lại cái gì tối yếu, tối cần cái đó mới khác, cái đó mới kể ở đây. Còn thứ muốn không được thì không nằm trong trường hợp này. Đừng nghe ba chớp ba nhoáng rồi nói: Ồ vậy mấy người nghèo xơ xác, đầu đường xó chợ là tu đúng thì là sai; Giống như Phật tử Việt Nam có nhiều người cho rằng tu là phải ăn mặc cho tả tơi, rách rưới, mới đúng là tu thì tôi không đồng ý.

Bởi vì, Ly dục là gì? Tự bản tâm của anh không có nhu cầu đó, anh không có nhu cầu sướng, thơm, sạch, đẹp. Cái đó mới là tu. Chứ còn quất bộ rách tả tơi nói là tu tôi không đồng ý. Mà nhất là mình mặc để cầu danh trục lợi thì cái đó không kể.

Ly dục mà trong Chú giải nói nó mới ghê.

Chuyện đầu tiên là mình không thiết tha trong nhu cầu vật chất; Đó là Ly dục cấp 1. Cấp 2 là không mong người ta biết mình ly dục. Cái này mới là cái quan trọng.

Cái một là Từ chối nhu cầu hưởng thụ vật chất. Cấp 2: Không mong đợi, không hi vọng, không muốn người ta biết mình tri túc, mình ly dục. Cái này mới ăn tiền. Chứ còn đói, nghèo, rách nát mà gọi là ly dục vậy thì cứ nghèo gọi là ly dục hay sao? Sai. Sai. Dốt vừa vừa. Vì nếu cần người ta có thể diễn được. Người ta có thể diễn được mà. Một là do quá nghèo không cần diễn. Hai là không đến nỗi nghèo nhưng vì muốn diễn người ta vẫn đói rách được.

Cái quan trọng của đạo Phật là nó phải từ nội tâm. Chuyện đầu tiên là bản thân anh không thích thú trong cái đó, anh không thiết tha, mong đợi, kiếm tìm những nhu cầu đó. Cái thứ hai cái này mới đáng mình lạ, mình để trên đầu mình, cá nhân người đó không muốn người khác biết.

Đầu đà có nhiều hạng.

Thứ nhất, chỉ sống gốc cây, ăn đồ khát thực, mặc y phẩn tảo – y may từ vải lượm. Đó mới là Đầu đà cấp 1. Nhưng nó có nhiều trường hợp, cấp 1 này mình ăn mặc ở mức tối giản nhưng mình lệ thuộc vào người, vào địa điểm.

- Lệ thuộc vào người: Tôi sống đầu đà, tôi đi bát nhưng tôi chỉ đi bát khu vực có đệ tử của tui, có người nhà tôi thôi vì tôi biết chắc tôi đi bát họ để đồ ăn vừa miệng tôi không. Tôi cũng khát thực, tôi cũng đầu đà nhưng tôi biết chắc tôi bước ra đệ tử bu quanh, để toàn yến sào, bào ngư, nhân sâm không. Thì cái đó không được. Đó là lệ thuộc người.
- Lệ thuộc chỗ: Tôi cũng đầu đà nhưng chỗ này ở thích hơn.
- Lệ thuộc 3- Lệ thuộc Tham ái: Tôi đầu đà mà tôi muốn người khác biết tôi đầu đà.

Cái thứ nhất là lệ thuộc người, tôi đầu đà tôi muốn đi bát trong khu vực có đệ tử, có người quen; Thứ hai là địa điểm, phải điểm A, điểm B tôi mới ở được. Còn cái thứ ba là tôi đầu đà mà

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

muốn người khác biết. Cho nên, có những vị khi biết có người để ý mình để cúng dường, lễ bái, chăm sóc, xưng tụng, tung hô lập tức bỏ đi. Khi biết mình được phát hiện, bị phát hiện, người tu tập là họ bỏ đi chỗ khác.

Nói vậy không có nghĩa người tu kiếm chỗ khổ đút đầu vô. Sai. Tôi không nói cái đó nha. Tôi không nói người tu phải kiếm chỗ khổ đút đầu vô. Tôi chỉ xác nhận, bậc ly dục thực sự khi thấy mùi tanh tanh có sự tung hô là họ lìa bỏ. Còn bậc thánh thì không nói. Bậc thánh thì các ngài bất chấp. Các ngài là Vô nhiễm. Cảnh trần với các ngài như hạt cải đầu kim, nước lá sen, gió qua màn lưới, cái đó mình không nhắc tới, như đức Phật 19 năm ở chùa Kỳ Viên, ngay trung tâm phồn hoa của Kỳ Viên mình không nói. Các vị biết Ngài là ai mà, chuyện đó không sao.

Nhưng với người phàm phu mình, chớm chớm nghe mùi tanh tanh của sự tung hô của sự xưng tụng là phải lập tức có cái gan mà bỏ đi, đặc biệt là trong đáy lòng không mong người khác biết là mình có tánh hạnh, có đức độ, có công phu như vậy. Đó mới gọi là tu.

Có bà tu nữ, ông sư nào rách rưới là ly dục. Cách đây hơn 10 năm có bà Phật tử bên Pháp bị viêm xoang loại nặng bị đến mức hư mũi luôn, bả có mớ đệ tử, nói giờ bả là Phạm thiên rồi vì Phạm thiên chỉ có nhãn, nhĩ thôi; chứ còn tỷ, thiệt, thân họ không có thần kinh khứu giác, vị giác, xúc giác, đệ tử nói giờ thầy mình như Phạm thiên, chỉ thấy với nghe thôi không màng tới mùi. Nghe tôi buồn, vì nhận thức Phật tử. Tại sao không màng? Nó bị hư, chứ không phải bả không màng. Hai cái này khác nhau.

Cho nên, chuyện đầu tiên, Đoàn Thực khi còn đam mê ăn uống là chưa khá. Còn lệ thuộc quá nhiều vào chuyện ăn uống, còn dồn cho chuyện ăn uống quá nhiều thời gian là chưa khá.

Đức Phật dạy phải ăn uống bằng tâm trạng như vậy đó. Dĩ nhiên trong room nhiều người nghe họ sợ lắm, giảng kinh phải nói thiệt, trong kinh nói vậy đó. Tức là phải đưa thực phẩm vào trong người mình bằng tâm trạng bất đắc dĩ. Tại sao mình thấy ngon? Là vì cái nghiệp tham ái dục giới cho nên mình mới còn thấy nó ngon, chứ thật ra, mình cứ tưởng tượng có cái lỗ ở đầu gối mà không mũi, không lưỡi, mỗi ngày phải nhét đồ vô đó, hoặc bao nhiêu thức ăn thay vì nuốt vào miệng mình cứ nhai rồi nhả trong bịch nylon, một túi đầy như vậy đó, rau cải, đồ xào, đồ nấu, đồ nướng, đồ chiên, đồ tươi, gỏi, rau xà lách, coca, bánh ngọt, trái cây, nhai rồi mình nhả cái túi trước ngực mình thì mình ngủ không được, nó gớm nhưng vì nhờ mình nuốt vào nó khuất mặt mình không thấy, mình gọi nó là bữa ăn ngon. Phải hiểu như vậy đó.

Chứ nếu cũng chừng đó thực phẩm mà bây giờ mình nhai rồi nhả vô túi nylon mình nhìn nó kinh hoàng cỡ nào. Hoặc mình ăn mình mửa thấy dễ sợ lắm. Bản thân mình còn gớm nói gì người khác. Giờ mình thấy thằng Tí, thằng Tèo, con Lan, con Cúc đưa nào cũng một túi nylon trước ngực như vậy mình nhìn mình không dám lại gần nó nữa chứ đừng nói mà nằm chung với nó. Rồi yêu thương, hun hít với nhau. Khó lắm.

Cho nên, chuyện đầu tiên, Đoàn thực, Ngài dạy, mình thấy cái đầu tiên nó thường nhưng thật ra trong suốt quá trình sanh tử của mình thời gian ở cõi Dục nhiều gấp tỷ lần thời gian mình ở cõi

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

Sắc, Vô Sắc; gấp tỷ - 9 con số 0. Phước nhiều thì làm Dục thiên = chư thiên hưởng dục, người, còn đa phần thời gian còn lại là đọa: Ngạ quỷ, A Tu La, bàng sanh, địa ngục, đi tới đi lui đa phần. Lâu lâu nhờ cái phước cũ nào đó mình trôi lên được ít lâu. Trong thời gian mình trôi lên mà mình gặp hiền thánh, mình kính lễ cúng dường thì mình còn trôi lên được mớ lần nữa. Còn xui không gặp minh sư thiện hữu, thánh hiền, là trôi lên trớt quớt, lặn xuống nữa, lặn xuống cống sanh tử. Trong suốt thời gian đó mình sống bằng loại thực phẩm đầu tiên: Đoàn thực. Mỗi loài có thức ăn riêng, côn trùng, trái cây, củ, lá, rễ, trái, rong rêu, thịt sống máu tươi, xác động vật, ... rất nhiều thứ thực phẩm trong tự nhiên mình thấy.

Cho nên, cái đầu tiên Ngài dạy có thân phải có ăn nhưng nhớ ăn là nguồn thực phẩm nuôi thân này thôi. Nuôi thân làm gì? Để tu tập thôi chứ tuyệt đối không phải để hưởng thụ.

Nãy giờ tôi nói một tăng về thực phẩm, đầu tiên là món ăn sinh học nuôi dưỡng tấm thân này. Tùy thuộc món ăn mà mình khỏe hay đau. Tùy thuộc vào chuyện mình có nhu cầu hay không có nhu cầu ăn ngon mà chất lượng đời sống mình khác đi. Cái này tôi hứa 1000%. Tùy thuộc mình có nhu cầu nhiều hay ít trong chuyện ăn uống mà đời sống tinh thần mình ra sao. Một ngày mà dùng quá nhiều thời gian, công sức, tâm tư cho chuyện ăn, mặc, ở thì tôi thề rằng thời gian cho đời sống tinh thần không có. Đó là nói về thời gian. Còn nói về tâm lý, khi anh dành quá nhiều thời gian cho ăn, mặc, ở thì anh không có tâm lý nào cho đời sống tinh thần hết. Tinh thần ở đây là từ chuyện tu học đến đời sống tâm linh, văn hóa, nghệ thuật, chính trị, triết học, chứ đừng nói chuyện Phật pháp. Mình chỉ nói chuyện đời thôi. Anh quá coi nặng chuyện ăn, mặc, ở.

Cho tôi mở ngoặc làm phiền phụ nữ chút.

Tại sao phụ nữ đi học trung học không thua người nam, vô học đại học cái gì cũng không thua, có thể giỏi hơn nữa, cần cù, tỉ mỉ, tấn mẫn hơn đàn ông; ấy vậy mà top trong các lãnh vực văn hóa, nghệ thuật, khoa học, chánh trị, tôn giáo... hể top là đàn ông? Kể cả chef cook, đầu bếp hàng đầu thế giới, thợ may hàng đầu thế giới, nhà thiết kế thời trang hàng đầu thế giới,... đều là nam? Tại sao vậy? Là vì đàn ông không mất nhiều thời gian cho cái ăn, cái mặc, không mất nhiều thời gian cho chưng diện, làm đẹp. Nhưng phụ nữ thì không. Họ dành rất là nhiều thời gian. Xin lỗi, cho tôi xin lỗi trước, xấu hoắc luôn cũng phải mặc đẹp, phấn son, mỗi lần ra khỏi nhà cũng mất nửa tiếng, về còn phải tẩy trang mất nửa tiếng nữa, mà ra ai mà nhìn, xấu hoắc, cũng phải dành thời giờ cho cái đó. Mà khi mình dành quá nhiều thời gian cho hình thức thì nội dung của mình coi như xong. Đây là chi tiết rất dễ làm phiền lòng. Nhưng phải nói cho nó hết.

Tức là, dầu nam hay nữ, Tăng hay tục đời hay đạo mà dành thời gian quá nhiều thời gian cho đời sống vật chất thì thời gian cho đời sống tinh thần coi như zero hoặc 0,1; 0,8; hoặc là 2%, 3%, nhiều đó không có đủ.

Cho nên, đầu tiên, nguồn sống đầu tiên của mình là gì? Ăn – Mặc - Ở cho tấm thân sinh học.

Tiếp theo là 3 thành tố, nhân tố, cấu tố, yếu tố làm nên cuộc sinh tử, làm nên sự hiện hữu của mình, mà tôi mới giảng cái đầu tiên là **Ăn** (mặc, ở)

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

2/ Cái thứ hai là **Xúc thực**.

Cái thứ nhất là Đoàn thực = thực phẩm sinh hoạt, những gì mình ăn, uống, nhai, nuốt kể cả thuốc men, serum, nước biển mà chuyển cho người cũng kể là đoàn thực dù trong kinh chỉ kể là ăn nhưng mà phải hiểu ngầm vậy, trong kinh đầu kể trăm ngàn thứ như mình. Nguồn tiếp liệu nào đưa vào cơ thể qua các ngã nuôi dưỡng thân này gọi là Đoàn thực.

Cái thứ 2: Xúc thực = Những gì mình tiếp xúc cũng là nguồn thực phẩm. Ghê không?

Tức là những gì mắt thấy, tai nghe,... nó cũng là nguồn thực phẩm. Cái này bắt buộc các vị phải hiểu và phải tin.

Hồi đó giờ mình cứ tưởng thực phẩm là những cái gì mình đưa vào miệng của mình. No. Những cái gì mình thấy, mình nghe thường xuyên trong ngày, những gì mình tư duy thường xuyên trong ngày cũng là thực phẩm.

Các vị nói giá định mỗi bữa ăn tôi chi 100 \$, một là ăn tiệm hai là có người đầu bếp nấu tại nhà cho tôi ăn. Tôi nghe như vậy tôi không chắc các vị an lạc không. Vì sao? Vì bữa ăn 100\$ chỉ là một trong những nguồn dưỡng tố thôi. Còn mấy nguồn sau nữa. Các vị có Tâm trạng, Não trạng, Thể trạng thế nào? Có 3 cái trạng này: Tâm trạng – Não trạng – Thể trạng. Tâm trạng là bữa đó buồn hay vui. Não trạng là khả năng tư duy; Còn thể trạng là tình trạng sức khỏe.

Các vị có nấu thịt rỗng ăn đi nữa mà tâm trạng các vị có ok không, não trạng là khả năng nhận thức các vị thế nào, thể trạng- bữa đó các vị có bị đau răng, bị sỏi thận, bị ruột dư, bị loét bao tử, bị này nọ, có không? Các vị có bị cao máu, cholesterol, tiểu đường,... không?

Như vậy:

- Nguồn thực phẩm thứ nhất là thực phẩm sinh học.
- Nguồn thứ hai là vừa sinh học vừa tâm lý, đó là xúc thực - những gì anh thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng, tư duy cũng là một nguồn thực phẩm rất rất là quan trọng.

Vợ chồng con cái đang ngồi trước mâm ăn cao ngang lỗ mũi, dùng một phát thẳng con kiếm chuyện gây, bà vợ kiếm chuyện gây, ông chồng kiếm chồng gây, người già kiếm chuyện gây, trẻ con kiếm chuyện gây. Các vị nghĩ sao? Mâm ăn, ăn kiểu gì? Đồ ăn thì có rồi đó, đoàn thực có rồi đó, thực phẩm sinh học là chuẩn bị rồi nhưng mà thực phẩm tâm lý, thực phẩm tinh thần tính sao đây?

Những gì mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng và tư duy nó cũng là nguồn thực phẩm. Nó quan trọng lắm.

Tại sao có người khi buồn lại đi câu cá, săn bắn, uống rượu, đánh bài? Tại sao vậy? Là vì đời sống họ được nuôi dưỡng bằng những cái đó, bằng những kiếp sống đó. Có người buồn đi shopping, có người buồn đi ăn, có người buồn đi kiếm bạn, có người buồn đi uống trà, uống rượu, có người buồn thì bài bạc, có người buồn đi dạo một mình trong rừng vắng, có người ra bãi biển,

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

công viên. Tại sao vậy? Là vì đời sống của họ phải nhờ vào những cái đó. Đó là những người buồn.

Giờ vui. Muốn trốn buồn họ tìm đến một số thứ; mà tìm vui cũng đi tìm nữa nha. Có. Trốn cái buồn thì đi tìm cái này cái kia, mà có người đi tìm vui họ cũng tới cái này cái kia. Có. Tôi hứa là có.

Trốn buồn tìm đã đành giờ đi tìm vui cũng có. Tìm vui cũng đi câu cá, săn bắn, bài bạc, ăn nhậu, mua sắm, chạy bộ, tắm biển, lái xe, ngồi nhìn mưa rơi ngắm trăng tàn trên hè phố, vô nghe nhạc, ngâm thơ, đọc sách, nấu ăn, trang trí nội thất,... tề tề bò xuống đất chơi với con cháu, chơi với chó, mèo. Có không? Có. Thấy chưa?

Như vậy thì những buồn vui của chúng ta đến từ nhiều nguồn. Mà những nguồn đó là những nguồn tiếp liệu. Những nguồn tiếp liệu ấy có tên gọi là Thực phẩm. Cho nên, nói tới tứ thực sâu lắm.

Cho nên, muốn có Chánh tri kiến:

1. Hiểu Thiện, Ác là gì. Đừng hiểu thiện, ác theo nghĩa cạn và hẹp như xưa giờ.
2. Hiểu đời sống mình được xây dựng, kiến tạo, thiết lập trên nền tảng nào.

Ghê vậy đó. **Mình luôn để ý xem mình đang buồn, đang vui bằng vào những tác động nào.** Đây là một nhận thức rất quan trọng, quan trọng lắm. Mình để ý cái gì làm mình buồn, cái gì làm mình vui được.

Tây có câu hay lắm: Giá trị một con người tương đương với những gì làm cho anh ta buồn, làm cho anh ta vui, nổi giận, phẫn khích.

Các vị đang nghe, vạch áo lên coi còn chỗ nào trống xăm câu này vô. **Giá trị mỗi người tương đương với cái gì có thể làm cho anh ta vui, buồn, nổi giận và phẫn khích.**

Các vị đừng nói với tôi là các vị có bằng cấp, đừng nói với tôi các vị có tài sản, có nhan sắc, có sức khỏe, có quan hệ tốt trong xã hội, mỹ mãn trong tình yêu, trong quyền lực, trong tiếng tăm ... tôi không cần biết cái đó, tôi chỉ biết một chuyện thôi, các vị có thể vui, nổi giận với cái gì, có thể sung sướng, có thể bất mãn, phẫn khích với cái gì, tôi chỉ cần biết cái đó thôi. Cái gì có thể làm cho các vị vui, buồn, nổi giận, phẫn khích. Tôi chỉ muốn biết nhiều đó thôi. Chỉ chừng đó thôi là tôi biết các vị ra sao. Chứ tôi không màng đến học vị, gia tài, quyền lực, tiếng tăm, chức vụ,... tôi không cần. Tôi không cần biết. Cái đó ở các vị.

Tôi chỉ cần biết:

- Cái gì làm you vui.
- Cái gì làm cho you buồn,
- Cái gì làm cho you nổi giận,
- Cái gì làm cho you phẫn khích.

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

Đủ rồi. Tôi nghe you trả lời là tôi biết mức độ you ở tầm nào, you là loại người nào. Nếu you là tăng ni, Phật tử, thì chỉ cần nghe là biết người đó ở tầm nào. Họ là người như thế nào. Họ có thành tựu thế nào về đạo, về đời, thế nghiệp và đạo nghiệp. Cái này quan trọng lắm.

Đây là lý do vì đâu mà đức Phật dạy 6 Xúc cũng là một nguồn sống. Ở đây, trong kinh này tôn giả Xá Lợi Phất một lần nữa nhắc lại cho chúng ta điều đó. Chúng ta sống bằng những nguồn tiếp liệu nào, thì chính nguồn tiếp liệu đó nó làm nên phẩm giá, phẩm chất và đẳng cấp của chúng ta.

Cho đến một ngày chúng ta không còn chút nhu cầu nào trong 6 trần nữa thì lúc đó không còn sanh tử nữa.

Hễ còn một chút nhu cầu thôi, không có nhu cầu vật chất nhưng còn khoái chuyện lẩn tẩn, mát lạnh của thiền định là chưa khá. Phải có một ngày mình không có nhu cầu hưởng dục vật chất đã đành, mà cũng không có nhu cầu hưởng lạc thiền định, không cần chuyện an lạc, tĩnh tâm, trong sáng. Đẹp. Đẹp. Chỉ thấy Mọi hiện hữu là khổ. Còn một giây để thở là khổ, còn một giây để tư duy là khổ. Còn một giây hiện hữu của Danh – Sắc là khổ, đầu đó là sự hiện hữu của một đức Phật Chánh Đẳng Giác, Vô Thượng Điều Ngự, Thiên Nhân Sư, Tứ sanh Từ phụ. Kể cả sự hiện hữu của một nhân cách lớn như vậy chỉ cần còn một giây để thở cũng là một giây để khổ.

Khổ có 2: Khổ cảm giác (=cái gì làm thân tâm khó chịu), Khổ bản chất(=cái gì bản thân nó là sự vô thường, bản thân nó là bất trắc, bất toàn, sinh và diệt, thay đổi).

Tôi giảng thì tôi tận lực tôi giảng chứ tôi nghĩ trong room này chắc vài ba phần trăm hiểu tôi nói cái gì. Chứ còn thấy kỳ quá.

Có người nói nếu nói vậy thì còn gì sống. Đúng. Đức Phật đâu khích lệ mình sống, Ngài đâu khích lệ mình tiếp tục hiện hữu, Ngài khuyến khích mình KHÔNG CÒN SANH TỬ.

Ngài đã dạy như thế này, trong Kinh kālāma tôi có trích bài kinh đó, tôi gom hết mấy bài kinh kiểu này tôi đưa vào Kālāma.

Ngài dạy, này các tỳ-kheo, nó giống miếng phân người nhỏ xíu dính trên đầu que tăm dầu chỉ chút xíu ta nói rằng chút xíu đó cũng đáng gớm. Một bãi lớn, một đống lớn gớm đã đành mà chỉ cần một miếng nhỏ xíu dính trên đầu tăm, que gỗ vẫn là phân. Ở đây cũng vậy, này các tỳ-kheo, ta nói rằng, một chút phân cũng đáng gớm thì một chút hiện hữu, một phút giây hiện hữu cũng là chuyện không nên.

Khủng khiếp như vậy đó. Đọc bài kinh đó mới thấy khiếp. Ngài nói MỌI HIỆN HỮU, không chừa cái gì hết; dầu là một phút giây làm vua, một phút giây làm nữ hoàng, tổng thống, giáo hoàng, Tăng trưởng, hoặc là giai nhân tài tử tiếng tăm lừng lẫy cỡ nào đi nữa, kể cả thánh hiền mà một giây phút hiện hữu là mệt mỏi, nó không có lý do, nó không có ý nghĩa gì hết; Tại mình thích thì mình nói.

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

Hỏi tại sao tôi không học giáo lý, tôi không tu tập nói tôi phải dành thời giờ tôi làm chùa hoặc thôi phải tập trung thời gian học giáo lý tôi không hành thiền, hoặc là tôi phải đi cất chùa, tôi phải đi hoạt động xã hội... đó là do mình muốn làm, mình muốn học giáo lý hoặc mình muốn hoạt động xã hội, muốn xây cất chùa chiền, muốn kiến tạo danh phận trong đạo, ngoài đời mình mới nhân danh một lý do tôn giáo, xã hội nào đó chứ thật ra nói rất ráo là chúng ta không có lý do gì để có mặt trên đời.

Trong khi có rất nhiều người họ chỉ mong có một cảnh giới nào đó để mà vãng sanh về đó để mà tiếp tục tu, tiếp tục ngồi thiền, tiếp tục niệm Phật, tiếp tục thơm ngát và mát lạnh. Không. Cõi đáng kính nhất của cửa Tam giới là Ngũ Tịnh Cư - Đó chính là cõi Tịnh Độ của Nam Tông; Bên Bắc Tông cõi Tịnh độ là Tây Phương của đức Phật Di Đà, còn bên Nam Tông, cõi Tịnh độ của Nam Tông là Ngũ Tịnh Cư, dành cho các vị A Na Hàm, chưa chứng La Hán về đó tá túc, trước khi hoàn tất đạo nghiệp, trước khi chứng quả A La Hán thì về đó. Trên 5 cõi Tịnh cư đó toàn thánh không, có những vị về trên đó vẫn tiếp tục A Na Hàm, đang tiếp tục tu, có những vị lên đó xong chứng La Hán nhưng chưa đến lúc mãn thọ nên tiếp tục sống, sống trên đó; Nhưng lúc về đó phải Tam Quả mới sanh về đó. Về đó chứng La Hán nhưng chưa tới lúc viên tịch, người ta cũng còn trên đó. 5 cõi này là: Vô phiền, Vô Nhiệt, Thiện Hiện, Thiện Kiến, Sắc cứu cánh. Thánh nhân không.

Nếu lấy cái nhìn phàm phu nói trời ơi đó là cõi đáng về. No. Người ta kẹt phà, chờ đò, người ta mới ghé quán nước uống. Chứ trời đất ơi trong đó nóng le lười, lấy cái nón quạt phành phạch nực muốn chết. Tại mình thấy quán nó nằm kế bờ sông, gió riu riu, có cô hàng nước thắt đáy lưng ong, có ông đi qua, bà đi lại,... mình thấy nó hay. Chỉ có người trong cuộc mới hiểu người trong kẹt. Nó mệt muốn chết.

Ở đây cũng vậy, với một cái nhìn rất ráo thì ngày nào còn 6 căn thì còn 6 xúc để mà làm việc với 6 trần và đây là một cái hành trình mệt mỏi lắm. Mệt. Nhưng hễ chưa thấy **Mọi hiện hữu là khổ** thì mình sẽ không hiểu được điều tiếp theo, mình còn kiếm tìm, trốn chạy, là vì sao? Vì còn phân biệt, chọn lọc; Nhưng khi hiểu mọi thứ là Khổ thì chỉ muốn kết thúc thôi, chứ không có kiếm tìm, trốn chạy, chọn lọc, chọn cái này để trốn, chọn cái kia để tìm. No. Xác định nó là đồng rác chỉ muốn nhấn nút biến mất khỏi đồng rác thôi chứ hơi đâu mà ngồi bươi ra cái này là vỏ chuối, cái này là vỏ dưa, cái này là xác chuột, cái này là tã em bé,... No. No. Không cần. Chỉ cần biết đó là đồng rác là một tay bịt mũi một tay ...dọt thôi, không thể nào ở đó phân loại từng thứ rồi ngửi, nếm từng miếng rác là không.

Chính vì mình không biết, mình không tin lời Phật, mình chưa từng sống thấm thía hết mình với lời Phật nên mình mới dùng cái miệng, cái mũi mình lựa chọn từng thứ trong đồng rác đó, để mà thích cái này, để mà ghét cái kia, và tự hện với lòng mai kiếm cái này tìm cái nọ.

Nói rất ráo phải nói như vậy đó.

Như vậy thì: 6 Xúc cũng là nguồn tiếp liệu cho mình sống.

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

Tôi nói thật, bài giảng này tôi muốn giảng 4 buổi nó mới phí, nó mới hết sức, nhưng bây giờ dồn vô một buổi nó uống lắm.

3/ Tư niệm Thực = Đầu tư ý thức, Tâm sở Tư. Nó cũng là một nguồn tiếp liệu. Vì sao? Là vì chuyện tại sao anh làm chó làm heo? Tại sao anh làm Thiên tử, Đế Thích? Tại sao anh làm Phạm thiên Sắc, Vô Sắc. Cái gì nó đưa anh đi? Đó chính là Tư niệm thực, đầu tư ý thức, trong A Tỳ Đàm gọi là Tâm sở Tư. Trong tâm thức có thành tố tâm lý tích cực, tiêu cực, trung tính, thì trong 13 tâm sở trung tính có Tâm sở mang tên **Tâm sở Tư - Cetana - Chủ ý trong hành động, lời nói, tư duy.** Những cái chủ ý đó gọi là Cetana. Chỉ riêng cái chủ ý này thôi, là một thực phẩm. Là sao? Chính nó đưa chúng ta vào 3 cõi 6 đường.

2 người cùng bố thí hết nhưng có kẻ bố thí của họ là Bố Thí Ba La Mật để chấm dứt phiền não. Còn có người cũng bố thí như vậy mà chỉ đủ làm thập thiện luân hồi trong các cõi nhân thiên thôi. Cũng là chuyện mua bán giống nhau, cũng thu nhập giống nhau, cũng tờ tiền mệnh giá giống nhau nhưng có người lấy tờ tiền đó đi đánh bài, đá gà, cá độ, ăn chơi trác táng; có người lấy đồng tiền đó đi làm từ thiện hoặc đi đầu tư buôn bán, tùy mình.

Ở đây cũng vậy, công đức của mình nó tương đương như tiền nhưng mình đầu tư vào chuyện gì. Cái đầu tư nó mới mệt; mình đầu tư đồng tiền đó vào chuyện gì, thì cái Đầu tư ý thức chính là Chủ ý trong hành động.

Cũng ngồi thiền ngồi mà ngồi cho người ta thấy vì nghe nói ngồi thiền chữa bệnh nhức đầu, ngồi chữa stress, ngồi vì bạn nó rủ đi lần cho biết; cho nên ngồi thiền là chụp hình, quay phim giống nhau y chang. 100 hành giả ai cũng lim dim, và đa phần như tôi nói, Việt Nam đa phần là thiền Mông Cổ chứ không phải thiền Ấn Độ. Thiền Mông Cổ = Giữ cổ cho thẳng, giữ mông cho vững, chứ trong tâm mình, chủ ý để mà ngồi thiền viện nó không giống nhau. Cổ thì thẳng, mông thì vững rồi đó, đúng, nó mới hình thức thôi, nhưng trong lòng mình, chủ ý mình là cái gì? Tìm sự an lạc hay chữa bệnh stress, chữa bệnh nhức đầu, hay chữa migraine, hay là cầu giải thoát?

Mà trong những có lý tưởng tu hành có 2 nhóm:

- Nhóm hành thiền để chứng thành
- Nhóm ngồi thiền để không còn là phàm.

Tôi thích làm nhóm thứ 2. Ngồi để không là phàm hay hơn ngồi để chứng thánh. Bởi vì Thánh mình đâu biết Thánh sao đâu, thấy ghê lắm; bữa nào thấy lạ lạ tưởng thánh là thấy bà luôn. Cái thứ này nhiều lắm. Thứ ngồi thiền để chứng thánh nhiều lắm. Bữa nào thấy nó mát lạnh, thấy nó rợn rợn, bữa nào quên mặc áo khoác, gió lùa cửa sổ tưởng thánh. Đã không? Trong khi mình tu để không còn là phàm nó chắc ăn hơn. Vì sao? Vì mình biết phàm là gì? Là tham, sân, si, ái, mạn, kiến, nghi, ganh tị, tị hiềm, bủn xỉn, toan tính, ích kỷ, nhỏ mọn,... tại mình biết cho nên hễ ngày nào mình thấy tanh tanh là biết mình còn phàm. Hết là phàm tự nhiên nó là thánh. Cái thánh mình không có lo. Đừng có lo. Chứ đừng có nói: Trời ơi, sư nói vậy đâu có được, mình tu phải thành thánh. Nguy hiểm.

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

Cứ tu để không còn là phàm nó an toàn hơn. Nhớ cái đó. Cho nên Chủ ý trong hành động rất quan trọng. Hình thức thì ai cũng về thiền viện hết, mặc đồng phục Pa Auk hết. Sẵn nói cái này tôi mới nhớ một chuyện: Tại sao phải mặc đồng phục? Vì mình không mất nhiều thời gian cho chuyện lựa là. Ăn mặc như vậy cũng là chủ ý. Đời sống mình làm gì cũng chủ ý.

Chủ ý gì? Thứ nhất, thiện với ác là mình chọn chủ ý thiện.

Thiện có 2:

- Thiện hữu lậu = Cầu quả nhân thiên, cầu lợi ích trước mắt, thí dụ để chữa bệnh;
- Thiện vô lậu = Biến tất cả công đức thành Ba La Mật hết, mong rằng đời này đủ duyên chứng thánh thì thôi, không đủ duyên thì tất cả chuyển hết về tài khoản giác ngộ.

Ở đây mình nên nhớ chuyện này. Chủ ý quan trọng chỗ này. Làm cái gì coi cái mục đích của hành động này nó dẫn về cái gì, đó là chủ ý thiện – ác, thứ hai, coi mình có thật sự chán sợ sanh tử hay không. Người chán sợ sanh tử họ làm gì cũng là Ba La Mật hết, chuyển khoản tự động, không cần nguyện, miễn là họ sợ sanh tử là họ làm. Họ nguyện một lần thôi: Tất cả công đức nào của tôi làm đều chuyển hết cho tài khoản giác ngộ.

Và cái này mới quan trọng. Nhớ cái này mới quan trọng, vạch áo lên coi còn chỗ trống xăm cái này vô.

Trung Đạo 84000 nghĩa lặn, tôi lấy 2 nghĩa thôi.

Người tu học không nên mặc cảm, khiêm tốn nhưng không mặc cảm, tự ti. Tự tin nhưng không tự đắc.

Em biết thân em phận gái nhà nghèo, tôi biết tôi thiếu duyên, kiếp này niềm tin, trí tuệ vậy sao mà đắc, ai nói? Ai nói? Ai nói các vị không đủ duyên đắc? Thời đức Phật có nhiều người trước khi gặp Ngài là gái điếm, là ăn cướp, là giết người như ngóe, mà khi duyên tới 3 nốt nhạc là họ chứng thánh. Cho nên mình không thể nào nói Tôi nhớ dờ, tôi hiểu chậm, tôi nghèo, tôi đâu có cúng dường, bố thí, giữ giới với tôi cũng là cả vấn đề, tôi phải đi làm ăn, tôi không bát quan được,...

No. No.

Khiêm tốn, thấy mình chỉ là hạt bụi trong trời đất nhưng đừng tự ti. Cứ tận lực đi. Nếu thấy hiện hữu là khổ. Nếu tin Phật nói đúng thì cứ học giáo lý, sống chánh niệm, đủ duyên thì chứng. Không phải cầu may mà hi vọng. Never expect but hope - Không bao giờ kỳ vọng, trông đợi mà chỉ nên hi vọng.

Đừng kì vọng, trông đợi nhưng phải có niềm tin, phải có hi vọng.

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

Ở đây không phải công đức nào cũng tôi đang vun bồi Ba La Mật, tôi đang trau dồi Ba La Mật. Mình có đủ hay thiếu mình chưa có biết. Chuyện đầu tiên là tận lực học giáo lý, sống chánh niệm. Đủ duyên chứng thánh đời này, thiếu thì đời sau kiếp khác.

Trong kinh nói có 5 quả báu của người tu học đúng mức:

1. Chứng thánh ngay thuở bình sinh,
2. Chứng lúc cận tử,
3. Nếu về trời gặp các vị thánh nhân trên đó,
4. Nếu về trời vẫn không đắc gì, tiếp tục sanh tử thì khi gặp Phật ra đời là vị tốc chứng, tốc chứng = chứng nhanh, không có vụ trèo non, lội suối, ma thiêng, nước độc, lam sơn, chướng khí mới đắc. No. Vừa gặp Ngài, Ngài nói một câu là bừng sáng.
5. Nếu lâu quá không gặp Phật với sự chín muồi, già dặn, thuần thực của Ba La Mật, tự động chuyển qua Độc Giác.

Vậy là 5 quả báu: 1- Chứng quả lúc bình sinh; 2 – Chứng lúc cận tử; 3 – Chứng lúc về trời; 4 - Gặp Phật thành bậc tốc chứng; 5 – Tự chuyển qua Độc Giác, tự thành không cần thầy.

Cho nên, người tu phải **KHIÊM TỐN NHƯNG KHÔNG TỰ TI. TỰ TIN NHƯNG KHÔNG TỰ ĐẮC**. Có nghĩa là sao? Mình cứ luôn tâm niệm, tận lực đi đủ duyên thì chứng. Chỉ vậy thôi. Chứ không mặc cảm, không tự đắc thấy ta hay, ta có giáo lý nhiều, nghe sư phụ khen trí nhanh, nhớ giỏi, mình đại gia, cúng dường nhiều, quen biết cao tăng, quen biết hết trơn, bao nhiêu giảng sư, pháp sư nổi tiếng liên lạc được hết; tôi cũng cúng dường nhiều, tôi cũng ngồi thiền, bát quan mỗi năm 3 tháng hạ,... No. Không có đủ; một khi nó đã thiếu thì các vị có ở trên lên núi Tuyết Sơn ngồi thiền cũng không đắc. Duyên đủ rồi vô quán bar cũng đắc. Đủ duyên vô quán bar đèn nhạc, um sùm bát nhã nhấp nháy nó cũng đắc, nếu mình đủ duyên; Tôi nói vậy thôi chứ đừng có nghe vậy rồi bữa nào nhào vô quán bar tu thiền đồ thừa tôi thì không, tôi không chịu trách nhiệm nha.

Người tu:

Khiêm tốn nhưng không tự ti.

Tự tin nhưng không tự đắc.

Đó là chuyện cần phải nhớ.

Loại thực phẩm thứ ba mà tôi muốn nhắc là Chủ ý trong hành động; Luôn chọn cái thiện để làm nhưng phải xem chủ ý của thiện đó là gì? Là tiếp tục sanh tử, hưởng thụ quả báo nhân thiên hay kết thúc sanh tử? Cái đó cái quan trọng.

Cũng là hành động bố thí, cúng dường một chén cơm trắng chứ không có thực phẩm gì ngon lành hết, nghèo quá mà, chỉ có chén cơm trắng nhưng với chủ ý của mình chén cơm đó hoàn toàn có thể dẫn mình đến ngôi vua cho kiếp sau, chén cơm đó có thể đem đến cho mình ngai

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

vàng cho kiếp sau, chén cơm đó có thể làm mình thành đại gia lừng lẫy, chén cơm đó có thể biến mình thành bậc trí tuệ, bậc thiền định, bậc giới hạnh.

Trong room không tin. Đó là sự thật. Vì cái chú ý khi mình cúng dường.

Trong kinh nói, **khi cúng dường mình chú ý khía cạnh nào. Có chú ý mới có chủ ý. Có chú ý khía cạnh nào mình mới có chủ ý hành động.**

Thí dụ, mình để bát cho chư Tăng hoặc như Phật Độc Giác. Mình chỉ mong đức Phật là bậc khả kính mà con với chén cơm này con đang nuôi dưỡng con người khả kính, con nuôi dưỡng nhân cách khả kính đó, con mong đời sau con có những tánh hạnh Ngài đang có: Giới – Định – Tuệ, Giải thoát, Giải thoát Tri kiến. Với chén cơm thôi, mình chú ý cái gì, từ cái chú ý nó có cái chủ ý.

Nghèo, có chén cơm trắng thôi nha. Lúc cúng mình chỉ nghĩ vậy, Ngài có tánh hạnh nào, nhân cách Ngài vĩ đại dường nào thì chén cơm này nuôi dưỡng tánh hạnh đó, nuôi dưỡng nhân cách đó. Hoặc Ngài là bậc trí tuệ, chén cơm này là chén cơm nuôi dưỡng người trí tuệ, nghĩ vậy đời sau sanh ra vừa giàu vừa khôn. Hoặc cũng chén cơm mà mong Ngài đủ thực phẩm, đủ sức khỏe vì không có chén cơm này làm sao ở sống đây, cho nên lúc đó mình chỉ nghĩ khía cạnh sức khỏe thôi, mong ở có bữa ăn no đủ thì đời sau sanh ra khỏe mạnh, giàu có.

Thấy chưa?

Cũng chén cơm đó thôi mà mình gieo duyên trí tuệ, gieo duyên tài sản, gieo duyên giác ngộ. Hoặc mình cúng dường mà mình nghĩ đây là bậc giới hạnh, nghĩ chén cơm này là nuôi dưỡng bậc giới hạnh, mình chỉ nguyện đời sau sanh ra khi nào con muốn giữ giới thì con có điều kiện.

Tôi biết trong room nhiều người nghe không hiểu chỗ này. Tại sao giữ giới phải có điều kiện? Có. Có những người họ có cái lòng muốn tu tập, giữ giới, tu thiền điều kiện tràn ngập; còn có người muốn khó lắm. Tại cái nghề mình nó buộc mình phạm giới mà giờ mình muốn tu, bỏ nghề đó kiếm nghề khác thì thu nhập không bằng, thì ai nuôi gia đình đây. Chưa kể, ông sư, 2 ông mà phát nguyện không giữ tiền mình thấy 2 ông khác nhau. Ông này không giữ tiền mà ở khỏe mạnh, ở không bệnh gì hết, có người chú ý tới ở coi ở cần gì là nó nhào tới nó bu, nó xếp hàng nó lo lắng tùm lum. Còn có nhiều vị cũng thông báo không giữ tiền, mà không giữ tiền là đói rã rời luôn. Có. Tôi thí dụ ngài Pa Auk chẳng hạn, ngài không giữ tiền mà ngài có thiếu cái gì không? Ngài muốn bay mà cái vé thương gia, vé business, first class, ok; bệnh hoạn, ho cái là rừng bác sĩ chạy tới, còn biết bao nhiêu vị khác bên Miến Điện, Thái Lan họ không giữ tiền là chỉ có đi chết đi. Nha.

Có tí việc thôi, nhứt cái răng nè, không lẽ lại gõ cửa Phật tử? Trừ trường hợp đặc biệt có Phật tử tới họ yêu cầu họ nói khi nào sư cần sư nói tui biết. Đâu phải vị nào cũng được cái đó. Mình đi bát cúng dường cho chén cơm, rau luộc; vô chùa gặp mình họ cũng đánh lễ, cũng chào vậy thôi có ai để ý mình giữ tiền hay không giữ tiền. Thấy chưa?

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

Chỉ riêng chuyện giữ tiền mà mình có phước mình cũng dễ tu hơn nữa. Mình có phước mình không cần giữ cũng sống ok. Còn nhiều lắm quý vị. Nhiều và nhiều lắm. Hễ có phước rồi tu giới, tu định, tu tuệ dễ hơn người bình thường, mặc dù mình tu không cần tài sản, tu không cần giàu có, đúng, nhưng người có phước bố thí họ dễ tu hơn. Tin tôi đi, chuyện đó có thiệt.

Giờ chuyện nhỏ thôi. Các vị muốn đi Pa Auk không, đi Pa Auk tu thiền, từ Việt Nam các vị muốn đi tu thiền qua Pa Auk các vị đi cách nào? Đi bộ à? Hay lội sông? Lội sông không được rồi, đi bộ càng không được, cũng phải bay, sao quá giang máy bay. Muốn qua Pa Auk phải có tí tiền, qua Pa Auk nghe kỳ kỳ cũng phải có tiền về đi bác sĩ liền chứ đâu phải mình tới Pa Auk là mình xong đâu. Đâu có xong. Qua đó thực phẩm không thích hợp, người bệnh hoạn, thời tiết không thích hợp – bệnh hoạn, hoàn cảnh sinh hoạt không thích hợp - cũng bệnh, khuya dậy sớm ngủ không đủ- cũng bệnh. Nắng quá, nóng quá, lạnh quá – bệnh, dị ứng phấn hoa – bệnh. Lúc đó tính sao? Trong khi mình có tài chánh, trời dân có tài chánh nó sướng lắm. Nó muốn đi đâu nó đi, tới nơi chỉ cần trực trực cái là 3 giây là cô cậu có mặt chỗ tốt nhất như có thể, đã không?

Mình nói mình tu không cần tiền, không cần tài sản, đúng; nhưng mà mình phải có khả năng xoay xở khi cần thiết; Còn nếu mình thiếu Ba La Mật, thiếu phước thì mình nói ngon tôi không cần, tôi không cần nhưng bữa nào nó nhức răng như mồm lợn thì quý vị biết tôi nói đúng hay nói sai. Nhức răng người ta đi ra nha sĩ còn mình cứ loay hoay hoài mình không có tiền, rồi sao? Thiền đi. Người ta quán Khổ, Lạc, Ưu, Hỷ, Xả, cái nào người ta cũng quan sát; còn mình lúc đó chỉ có quán Khổ thôi, quán Ưu thôi, chịu nổi không? Người ta có lúc dễ chịu, có lúc khó chịu còn mình bị bao tử, bị sỏi thận, bị ruột dư, bị đau răng, bị trĩ, trĩ nội, trĩ ngoại, lác khô, lác ướt, hắc bào, lãng ben, gàu tóc, nấm da, không có tiền. Đó. Ăn cho hết. Nha.

Cho nên, chú ý hành động rất là quan trọng. Mình nghèo, một chén cơm trắng mà nó cho mình vô số thành tựu phước đức, đó là chú ý. Chính cái chú ý, chú ý ly dục hay chú ý hưởng thụ.

Như hồi nãy tôi nói. Áo, y mà te tua chưa đủ đâu. Chú ý mới quan trọng. Tại sao anh ăn mặc đơn giản, rách rưới? Tại sao? Vì anh ly dục, phải không? Tôi tạm tin anh. Nhưng mà còn cái thứ hai, anh ly dục mà anh để cho cả rừng người nó biết là phải xét lại chú ý. Một vị ẩn tu thực sự họ không có thời giờ mà đi lang thang ta bà đầu này đầu kia, không có. Các vị nghĩ thiệt. Nếu thật sự có lòng tu mình không đi lang thang ta bà như vậy. Chú ý quan trọng lắm.

Mặc đồng phục thiền viện, chụp hình cúng facebook cho người ta thấy. Chưa. Chú ý mới quan trọng. Có đúng tu thiền hay không chuyện đó mới là chuyện quan trọng. Giữ giới, bố thí, học giáo lý, tất thấy đều như vậy hết;

Chính chú ý ly dục đưa mình về cõi sắc giới. Chính chú ý chán thiền Sắc mới đưa mình về cõi Vô Sắc; Chính chú ý nhàm chán Danh - Sắc mới đưa mình chứng thánh lìa bỏ sanh tử.

Trời đất ơi, hết giờ rồi. Ok. Xin hẹn các vị lần sau nha. Tớ thực mà mới giảng, mở mắt ra hết giờ rồi. Giờ tôi phải ngưng. Chỉ có chuyện ăn uống không đó. Ok. Bài giảng này rất là khô.

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

Tôi chính thức đề nghị bà con viết tóm tắt lại bài giảng, trước là cho các vị, sau là cho tôi xin, càng nhiều người càng tốt, ông Kiên tổng hết lên đó bà con tha hồ tham khảo./.