

BÁT CHÁNH ĐẠO
LỚP CHÁNH KIẾN
Tập 11

Trưởng Lão THÍCH THÔNG LẠC

BÁT CHÁNH ĐẠO
LỚP CHÁNH KIẾN

(Tài Liệu Chuyên Ngữ Pháp Âm)



Tập 11

NHÓM BẢO TỒN CHÁNH PHÁP

MỤC LỤC

101-(LCK-0400)	7
* Vấn đạo Chánh niệm tỉnh giác	
* Thân hành niệm	
* Đuổi bệnh	
102-(LCK-0410)	49
* Vấn đạo phương pháp đuổi bệnh	
* An tâm	
* Phân biệt Đại thừa, Tiểu thừa	
103-(LCK-0420)	81
* Trình pháp Tứ Niệm Xứ	
* Vấn đạo làm ma chay đúng chánh pháp	
104-(LCK-0430)	109
* Trình pháp Tứ Niệm Xứ	
* Vấn đạo đức Phật trong Niết Bàn	
* Cõi trời	
* Giao cảm với Thầy	
* Nhẫn nhục	
105-(LCK-0440)	169
* Phục hồi trí nhớ	

- * Áp dụng tri kiến vào Tứ Niệm Xứ
- * Vấn đạo Tứ Chánh Cần trên Tứ Niệm Xứ

106-(LCK-045A) 207

- * Đạo Phật là đạo đức nhân bản nhân quả

107-(LCK-045B) 225

- * Đạo đức nhân bản nhân quả
(Nguyễn Thanh)

108-(LCK-045C) 255

- * Vấn đạo Tứ Vô Lượng Tâm
- * Nhân quả * Tu tốt
- * Đắc đạo * Hộ trì chân lý
- * Tình thương * Địa ngục
- * Tứ niệm xứ

109-(LCK-045D) 291

- * Đạo đức nhân bản nhân quả
- * Sách tấn Huệ An
- * Vấn đạo Tứ Niệm Xứ
- * Định vô lậu xả tâm
- * Sách tấn



101-(LCK-0400)

- * Vấn đạo Chánh niệm tĩnh giác
- * Thân hành niệm
- * Đuổi bệnh



(Chú ý: fine này vấn đạo của tu sinh, người gõ đã rất cố gắng để gõ cho được đầy đủ, nhưng những đoạn tu sinh vấn đạo nói rất nhỏ không nghe ra nên người thực hiện đành bỏ cách. Quý bạn khi nghe lại gắng bỏ sung dùm – Kính ghi!)

[Tu sinh]:...Cái này thì mình yên tâm, không có gì phải sợ nữa rồi, vì tập một phút thì thế nào không được, như vậy là trong bốn thời khóa, mỗi thời khóa như vậy có khi chỉ một lần, hai lần là bị thôi, trong độ 3 tiếng đồng hồ đấy thì chỉ một, hai lần phản nghịch, thế thì cái phần đấy con thấy hoàn toàn lạc quan và yên tâm không sợ gì môn này nữa rồi. Thế thì sang đến tuần thứ ba, thứ tư vừa rồi. Bạch Thầy! Hôm nay có lẽ cũng vì cái câu chuyện không hiểu của con thế thì nó động về cái chuyện con phải lo cái chỗ giấy tờ ngoài kia, thế rồi cái việc chỗ

chú Hòa là trong đầu, cứ đang tập như thế này thì nó lại nảy ra cái ý ấy, cái ý phải đối phó chuyện này, đối phó chuyện kia, cách làm thế này, cách làm thế kia, thì bạch thầy con lại ngồi xuống con tác ý “việc nào ra việc ấy trong lúc này là tập Chánh Niệm Tỉnh giác, không được nghĩ trở lại” cứ như thế tác động đúng là con phải vật vã với nó. Nên là có khi là ba vòng đi thì ba vòng đều có khởi, thế nhưng có cái khác hơn là nó khởi cái là bắt đầu biết ngay. Nên nó chớm khởi một cái như bắt đầu Thầy dạy là biết ngay, thế thì con cũng xác định được rằng, à như thế cũng có thể coi như là nhiếp tâm. Bởi vì nó mới biết cái là mình đã biết ngay rồi, thế nhưng dẫu sao thì nó biết cái chuyện như thế chứ nó không biết ... thì bạch Thầy xin Thầy đại xá cho việc này, mới cả công việc thì con cũng vẫn cứ phải làm, vẫn cứ phải sẽ thỉnh thoảng lại gặp trao đổi công việc với chú Hòa. Còn cái việc con phải đợi giấy tờ ngoài kia thì cũng có thể như thế, thế nhưng mà cố gắng Thầy cảnh giác ngay trong cả những chuyện con, mặc dù những chuyện nó xảy ra để mình chủ động biết cái việc mình phải làm, làm cái việc đó là biết mình làm để cảnh giác ngay trong những việc đó. Thì cách nghĩ của con thì là như thế như

những gì Thầy dạy.

Bạch Thầy! Đồng thời thì sau khi cái chuyện ấy nó xảy ra thì con thấy ở trong con nó diễn biến lại có một loạt những cái chuyện khác nó cũng xảy ra kèm theo, thí dụ như là cái việc, ăn, ngủ, độc cư, nó cũng lại đồng thời kèm đi hơn, nó không được như trước.

Thí dụ, như cái việc ăn thì trước đây là con đã không nghĩ gì đến cái chuyện ăn, thế nhưng mà gần đây thì đồng thời với những cái việc con nói là cái Chánh Niệm Tỉnh Giác nó xảy đến những việc như thế, thì tự nhiên cái ăn lại nghĩ đến những cái món mà mình thích từ trước đến giờ. Con biết nó khởi đến như thế thì con lại phải tác ý nó, con lại phải quán, con phải quán cái thân là vô thường, ăn uống là vô thường, thế rồi con nghĩ đến những ngày của thầy trong lúc ăn rau rồi sống, rồi tu tập như thế, mình phải như thế này là quá sung sướng rồi, quá tốt rồi, quá dư thừa rồi, không được nghĩ đến nữa, hoặc là cũng quán tất cả mọi chuyện mình đã từ bỏ, mình không còn nghĩ gì đến nữa và bây giờ chỉ còn có một là chứng đạo, hai là chết khổ, chọn lấy con đường nào đi, thì quán như thế. Như thế cũng là cái cuộc đấu

tranh để thường xuyên xảy ra, thế nhưng mà con không lường sao đến cái giai đoạn này những cái đó thấy hình như nó đồng loạt nó đều trỗi dậy, đây là về ăn.

Về ngủ, thì từ trước đến giờ con ngủ là con tỉnh, chuông đồng hồ chỉ báo là con biết rồi, thế hôm nay thì báo thì biết, dậy ngồi mà chưa bao giờ con lại có cái hiện tượng dậy xong ngồi đấy đầu nó nảy ra cái ý định là mệt mỏi quá. Ngồi định đi, gần như thay chỗ ngủ tức là nó rất ma quái ở trong đầu nó xảy đến ý nghĩ như thế, không nằm ngủ, không chịu nghỉ, thế nhưng nó lại nhắc khéo là ngồi kiết già lên, xong rồi vô thức đi, cũng như gần như là được ngủ, thế là con phải vùng ra khỏi cái trạng thái như thế đứng dậy, những lúc ấy con nhận thấy nếu mình không dùng nỗ lực, dùng ý chí mạnh dạn thì lập tức mình bị gục luôn trong tất cả những cái trạng thái không phải là ý thức rõ rệt, nhưng mà ở trong đầu nó rất nhanh một cái ý nghĩ như thế. Thì con thí dụ cái thứ hai là ngay cả đến cái ngủ cũng như thế..

Thế còn đến độ cư thì con đã kiên quyết rồi, kiên quyết là Thầy đã dạy như thế, và không thể con đường khác hơn được. Thế bây giờ tiếp xúc, gặp gỡ không gặp gỡ chuyện

trò nhưng mà tránh những cái chuyện trong việc lao tác, trên đường gặp gỡ nhau. Nói một, hai câu, kiểu như thế cũng cần phải chấm dứt ngay lập tức, không thể tiếp tục tình trạng xảy ra được vì tu thì phải tiến lên từng ngày phải thấy mình tiến lên bằng cách là tu được đúng pháp, giữ được đúng... như thế cũng là sự tiến lên còn nếu không làm như thế tức là dậm chân tại chỗ. Mà dậm chân tại chỗ thì tức là tự mình đào thải mình, cho nên không còn có cách gì khác hơn nữa là phải cố gắng nỗ lực. Con trình về Thầy nó có một số các hiện tượng nó xảy ra như thế, bây giờ thì cái phương hướng của con là lúc bình thường thì con vẫn tập theo đúng thời khóa, nhưng mà khi nào nó buồn ngủ, có hiện tượng gì thì con lại bắt đầu viết bài, tức là ngay lúc đó viết bài, mình định rồi mình viết bài, mình tập trung vào việc đó thì con thấy một cái sức tỉnh tốt hơn, kết hợp 30 phút tập Chánh Niệm Tỉnh Giác 30 phút lại bắt đầu đọc, viết một đoạn. Viết một đoạn xong thì lại tiếp tục tập, cứ như thế. Trong những ngày vừa rồi, cái tuần vừa rồi con tập theo kiểu ấy và viết theo kiểu ấy kiểu như thế, vừa định, vừa Chánh Niệm Tỉnh Giác. Kính bạch Thầy! đó là vấn đề thứ hai.

Thế còn vấn đề thứ ba con xin trình Thầy! Con hỏi thêm Thầy để Thầy dạy cho. Trước đây vào khoảng cuối thập kỷ 80 thì con cũng yếu, cũng bị bệnh, thì con được một người cán bộ giảng dạy đại học họ cũng hướng dẫn cho con cái họ dạy cho con là Đạt Ma Dịch Cân Kinh, thì bây giờ con tập thời gian thì con thấy tốt lắm, bệnh tụt lui, sức khỏe rất là tốt, thế rồi con hướng dẫn cho một số người thì họ tập họ khỏi một số bệnh. Họ gặp con họ rất xúc động, thí dụ như cái bị kiết lị rồi bị cái bệnh trĩ thế mà họ tập cái đó xong thì họ khỏi, còn nhiều bệnh khác nữa họ khỏi, tốt lắm, trong những năm qua thì con thôi, con không tập nữa, con bỏ bẵng đi từ đó đến giờ. Nhưng mà một hôm ở trên Tổ Đường này Thầy có hướng dẫn về tập luyện và tất cả tu sinh có trình thì hôm ấy chú Hòa chú có trình cái pháp là khi buồn ngủ thì chú có làm một số các động tác như thế để cho nó hết ngủ, thì tự nhiên con nảy ra trong đầu động tác đánh tay ra đằng sau chính là cái động tác mà con đã tập cách đây cuối thập kỷ 80 từ hôm con nảy ra ý định là khi nào mất ngủ thì mình thử tập lại cái này một số lần xem sao? thì con thấy là nó có hiệu quả rất là tốt, thế thì bây giờ con sợ là nó xen..vào mất chính xác

thì bây giờ con mới quyết định là hết giờ rồi, thí dụ sáng tập đến 5 giờ rồi thì từ 5 giờ đến 5:30 ngoài giờ, con tập 30 phút cái bài này, Thì bạch Thầy con tập từ hôm ấy đến nay là khoảng mấy tuần rồi, con tập từ 5 giờ đến 5:30 giờ con tập thì con thấy như thế là nó cũng giúp cho cái việc Chánh Niệm Tỉnh Giác bởi vì trong khi tập thì mình cũng theo dõi ngay cánh tay của mình đánh lên, đánh xuống, thế rồi đầu mình tập trung vào một điểm, con cũng thấy có cái gì đó mình có thể hướng nó và thiện xảo nó trở thành Chánh Niệm Tỉnh Giác. Thì bạch Thầy bây giờ, con xin thưa Thầy thêm vào cái động tác nữa để thêm chương trình, Thầy xem hướng cho con như thế có được không?

Thí dụ, con đứng hai chân mở bằng với vai, và thóp bụng lên, hậu môn co co lên, lưỡi con lên chạm vào cái hàm ếch ở trên và đánh về đằng trước thì để tự quán tính của nó về đằng trước, còn đánh mạnh về phía đằng sau, sau đó thì đầu mình tập trung theo dõi cho cái tay của mình đi lên hay đi xuống, mắt thì tập trung nhìn về phía trước, đánh như thế này. Bạch Thầy cái động tác con nói thì như thế. Đây là con xin Thầy để Thầy dạy cho con ...

[Trưởng lão]: Được, cái đó thuộc về Pháp Thân Hành Niệm không mà con, đối với đạo Phật thì cái đó là được gọi là Thân Hành Niệm, khi đó mình tập trung trong cái thân hành. Khi mà con đưa tới, đưa tới thì nhẹ, còn đưa sau thì diệt cái mạnh con đưa ra sau, còn đưa tới thì nhẹ, cái đó là cái phương pháp Dịch Cân Kinh có phải không mấy con, Thầy cũng có đọc sơ, sơ chứ còn Thầy thì không có tập, nhưng Thầy biết đó là cái phương pháp Thân Hành Niệm chứ không có gì, để khi con tập vậy, con tập trung ở cái tay con đưa tới, dứt mạnh lại sau, nó có cái sự chú ý sự tu tập ở trong đó, thì tốt chứ không có gì đâu con. Bởi vì đó là một cái pháp Thân hành Niệm của Phật, cái phương pháp để chúng ta tập luyện để cơ thể chúng ta nó không có bị bệnh tật.

Như sư Phước Tồn, con có thể tập cái vấn đề đó được, bởi vì cái vấn đề đó con biết không?

[Tu sinh]: Dạ bạch Thầy bài này con có tập qua rồi

[Trưởng lão]: Con có tập qua rồi hả?

[Tu sinh]: Thưa Thầy trong thời gian qua con ..

[Trưởng lão]: Về vấn đề Thanh Quang, con tập luyện con thiện xảo như vậy, trong khi này là trong cái giai đoạn mình đang chiến đấu từ cái tư tưởng này mình chiến đấu với tư tưởng kia cho nên nó có hữu sự thì nó bắt đầu khởi lên nhiều cái điều kiện nó nhờ cái duyên kia mà nó tạo ra, nó phóng ra nhiều, cho nên lúc này là lúc có cái duyên sự như vậy rồi thì nó nương vào những cái đó nó phóng ra những cái khác, cái niệm đó nó phóng ra, do đó con chiến đấu, lúc này là lúc con chiến đấu rồi, con dùng pháp con chiến đấu mà thiện xảo như vậy là Thầy Thấy hay, để thứ nhất là mình lo cái sức tỉnh thức của mình nó có, tức là nhiếp tâm cho được, nhiếp tâm được tức là mình tỉnh, dù cái niệm đó vô mình vẫn tỉnh, không bị mê, đó là mình nhiếp tâm. Còn an trú được thì tốt, còn an trú chưa được thì vẫn giữ nhiếp, tức là vẫn giữ để không mất cái sức tỉnh của mình, là mấy con đã giữ đúng, không có sai đâu, nhưng mà trong khi tu tập, đòi hỏi cái sức của mình đang đấu tranh với cái tư tưởng, tư tưởng này đấu tranh với tư tưởng kia, cho nên những cái mà con học là tạo cái tư tưởng thiện, đấu tranh với cái tư tưởng ác, của nó chứ không có gì khác. Cho nên mình phải có cái sự học hiểu như vậy nếu

không học hiểu như vậy mình không có đủ sức mình đấu tranh con hiểu không? Cho nên cái đường lối của Đạo Phật nó cụ thể nó rõ ràng, mà thiện xảo áp dụng, như con Thầy nói sẽ thành công, con cố làm đi, rồi con đừng có để bị thất bại, làm gì làm.

Thí dụ như khi mà con thức dậy nó làm cho con uể oải, nó làm cho con coi như là muốn ngồi, muốn nằm, không muốn tu tập gì hết, nó làm như vậy đó mà mình cố gắng mình biết cái này sai rồi, nó trật rồi, phải nỗ lực thực hiện, phải chiến đấu với nó tận cùng với nó, đừng có để mà mình làm theo nó. Tức đó là cách thức ngăn ác, cái đó là cái rất ác, tức cực ác chứ không phải thường, cho nên vì vậy phải cố gắng, Thầy biết trong khi tu tập mấy con, Thầy cảm thông được cái sự khổ cực của mấy con nhiều lắm. Thầy biết cho nên Thầy sách tấn mấy con ghé góm lắm là tại vì Thầy biết cái sự tu tập rất là khó, không phải dễ, cuộc đấu tranh nó là cái cuộc đấu tranh tư tưởng của mình, mình đấu tranh với tư tưởng của mình mà. Các con ráng, các con, như vậy là thiện xảo chứ không có gì, không có trật. Còn cái Dịch Cân Kinh mà mấy con vừa tập luyện để giúp cho cơ thể mấy con được khỏe mạnh, nó có

bệnh gì đi nữa nó cũng được phục hồi lại để mấy con có sức mấy con chiến đấu với tư tưởng của mấy con, những cái nghiệp của mấy con chứ không phải để đâu, cho nên mình có những cái phương pháp đúng con..

[Tu sinh]: Tu như vậy thưa Thầy tu như vậy có được an trú gì không

[Trưởng lão]: Cái tâm của mình khi mình đưa tới mình chú ý mấy con, mình giựt mạnh mình chú ý ra sau con, mục đích của mình làm như vậy để thứ nhất nó ổn định được cái cơ thể của mình, nó có cái chướng ngại gì và thứ hai như vậy để cái sức tập trung của mình, khi con gằn tay mạnh thì cái sức tập trung con nó ...

[Tu sinh]: Trong khi đó phương pháp con làm con sẽ đếm từ 1 cho đến 100.

[Trưởng lão]: Phải rồi, nó đến cả trăm lặn kia, cũng được không có sao hết. Như vậy là con cũng tập trên pháp Thân Hành Niệm của Phật chứ không có mất gì. Cái sức tập trung của con, con phải nương theo chứ không phải giựt không vậy đâu. Cứ đưa tới giựt, con đếm thí dụ như con, 1, 2, 3 con đếm vậy tới 100 cái con mới nghỉ con có thể cái sức tập trung định tĩnh của con ở trên

cái thân hành cái tay con đưa ra, đưa vô. Cũng như là con bước đi vậy, không có gì, cái này thay vì con bị hôn trầm con bước đi rất mạnh con đạt sức rất mạnh, vì cái này giựt rất mạnh cũng mục đích phá cái hôn trầm của mấy con, mấy con làm thử đi, mấy con phá hôn trầm được.

[Tu sinh]: Nhưng cái pháp này thì tu tập con thấy sự tỉnh giác rất là cao, khi mình thóp cái bụng lên, nếu mình không chú ý vào ...14:36

[Trưởng lão]: Nó tỉnh thức thôi chứ có gì đâu

[Tu sinh]: Con tập như vậy thì con thấy nó tốt quá, con tập như vậy là 1200 cái là vừa đúng là 30 phút, từ 5 giờ đến 5h30 là đúng được 1200 cái, thế thì có những cái 100 cái là không có một cái niệm nào, mình phấn đấu, chiến đấu với nó cũng vật vã, cũng bao nhiêu kinh mạch không khác tí nào cả, thí dụ như một trăm cái này bị vọng một hai lần con bảo không được, như thế sẽ trừ đi cho mày 100 lần, bắt mày đi 100 lần nữa thành 1300 thế là tiếp tục, nếu lại bị nữa thì kéo thêm nữa, kéo cho đến 6 giờ thì thôi. Chính nó cũng sợ và bản thân là có nhiều lần giữ

100 cái không hề có vọng niệm, 100 cái tức là được 2,5 phút thế thì con thấy nó bổ trợ thêm, cái thứ hai nữa là hôm bắt đầu con mới bắt đầu tập thì sau 30 phút xong chân con run và tê lại, nó giật giật chân, mãi mới đi được, thế mà tập hôm ấy đến nay thì bước đi bình thường, không bị nữa rồi, chân mà nó cứng và vững ra rất nhiều, thế hoặc là khi bị đầy hơi, thì tập theo cái đó là hơi đi hết, thì con thấy sức tỉnh giác của nó rất là tốt, và nó giúp cho cái buồn ngủ rất là tốt. mà các cái pháp đi để chống lại cái buồn ngủ thì con đã tập nhiều, thí dụ như động tác đi nghiêm của Quân đội giáng chân mạnh lắm. Kinh nghiệm trước đây người ta đi nghiêm điểu qua lễ đài đi khoảng 20m là đã mệt lắm rồi, Thế mà bây giờ con đã đi quen có thể đi 70m, 100m con vẫn đi được, thế thì cái động tác ấy rất mạnh, nhưng mà nó vẫn không bằng cái Dịch Cân Kinh, đánh về phía đằng sau, con thấy nó rất tốt.

Con thưa Thầy vừa rồi Thầy dạy cho như thế con cũng thấy yên tâm là con không hiểu tại sao? Hai cái tuần vừa qua ở đây nó lại nổ ra, mọi thứ đối với con nó cứ như thế, toàn bộ riết là trong tất cả các mặt vật chất và tinh thần và cơ thể thì tự nhiên nó nảy ra

như thế ý thèm ăn. Trong khi con phải đấu tranh với nó quyết liệt. Tự nhiên tập thì thấy cái mùi sắn nướng, thấy cái mùi cái cây củ dong nướng, thế và con đã bị họ đi qua cái người làm lễ họ đi qua họ nhổ cây sắn của con, mấy cái củ sắn họ vứt ra, thế là con vơ những cái lá ở trên nóc nhà con quét xuống thì không có kiến, thế thì con đốt ở sân rồi con vứt những củ dong, củ sắn ấy vào. Thế nhưng khi cầm ăn con tự thấy xấu hổ, con thấy những cái việc làm như thế này không...không chính trực, không phi thời xấu lắm, không được phép như thế.

Thế nhưng không dễ dàng đâu, vài hôm sau nhiều lần, rất nhiều lần nó thúc dục con làm tiếp tục những việc như thế đi. Thế thì con nhất định không làm, kiên quyết không làm, dứt khoát không làm. Tác động ý là kiên quyết không làm nữa, hoặc như là chỗ 17:32 có cái tính rất là xấu, thí dụ như đi qua có những cái rau, cái quả, cô út cô bảo bỏ vào lấy, thì con phải đấu tranh quyết liệt lắm. Thưa thầy quyết liệt lắm mới thắng nổi, chứ không phải không đâu, tại vì nói vấn đề rất nhẹ nhàng, không .. thế nhưng cái nhu cầu ở trong thân tự nhiên nó lại xảy ra tất bậy mà từ trước tới giờ chưa từng xảy

ra như thế, ... Vừa trong đầu nó lại nảy ra những cái ý nghĩ, thí dụ như gia đình rồi con cháu, trong suốt thời gian con về từ đợt trước đến giờ là hầu như con không nghĩ đến nhà, gần như vậy, vắng hẵn đi, không nghĩ đến nữa. Thế nhưng trong mấy cái tuần này, kính bạch Thầy là cái hình ảnh những người trong nhà nó cứ lúc nào nó cứ hiện trong đầu lúc nào nó cũngcon thương những đứa con sống ở nước ngoài nó sang đây cả bố mẹ đất khách quê người nó ở Hà Nội, chồng thì về bên ấy, cứ như thế, loáng một cái như thế thì con lại bắt đầu dừng lại lại để Định Vô Lậu quán tất cả mọi chuyện đều là vô thường, kiếp này nó ở đây nó làm con cái mình, nhưng nó ở bên kia Châu Âu mình ở bên này Châu Á dính líu gì đến nhau đâu? Tất cả mọi cái do nhân duyên hội tụ đến với nhau, kiếp này mình nghĩ đến, thế nhưng trước một kiếp nữa vợ ở đâu, con ở đâu, cháu ở đâu, cả những chuyện ấy nữa không bao giờ ta nghĩ đến mà tại sao đây ta lại chấp cái này ...

thế nhưng có cái khác là cứ nó cứ nháng đến, không rõ hình ảnh chỉ có những chuyện láng thế ở trong đầu, thì lại dừng lại quán ngay, bạch Thầy đúng như Thầy dạy

con mới yên tâm, con thấy nó nổ ra toàn diện, trong khi đó cơ thể thì xảy ra đau mắt, đau mắt mấy hôm nay, nhức xương ở trong ... nó nổ ra liên tục. Vào dịp năm ngoái đúng ngày mồng 1 Thầy có triển ... thì năm nay con thấy nghiệp nổ ra với con đúng kiểu như thế, nó khác đi một chút thôi, mấy hôm vừa rồi huyết áp lên, nó lên tới mức độ 170, đến mức độ như thế, thì bây giờ con lại tập luyện rồi tác ý đối với nó, trong khi đó gia đình thì một bà chị mới mất bữa trước con có thưa Thầy đấy, còn một bà chị cũng trong dịp này ở Thành phố Hồ Chí Minh này chuẩn bị mất, nhà cũng điện lên báo tin như thế. Thế thì con thấy tất cả nghiệp nó quay, nó có một cái chu kỳ của nó như thế nào đó, và dịp cuối năm vào tầm tháng 12 thì nó vòng trở lại và nó nổ ra. Thế nên tất cả mọi cái đều nổ cùng một lúc thế hôm nay trình Thầy thì con được Thấy một điều rằng trong chính lúc này là cái thời cơ để mình chiến đấu với nó, nếu mình mà không vượt được lên nó thì tức là thua nó, mà đã thua nó thì cuộc đời đằng sau nó sẽ rất dài

[Trưởng lão]: Đúng rồi, cuộc chiến đấu đó

[Tu sinh]: Con kính thưa Trưởng lão,

con có cái ý kiến ở cái chỗ này này để nó ...
đề cái thời gian thưa hỏi như vậy thì trong
vòng một tiếng đồng hồ thôi, nếu mà khi nào
nhắm mà không có ai thì khi đó mình nói
lâu dài, có nhiều người như vậy thì ...

[Trưởng lão]: Không có sao, Thầy chỉ cần làm sao tu được thôi, mấy con tu được thôi, đồng thời cũng là cái điều rút tĩa từ kinh nghiệm từ người này qua người kia để mình tập, Thầy không có nề một giờ, thay vì một giờ nói vậy chứ sự thật ra năm giờ Thầy cũng chiều

[Tu sinh]: Con rất ý thức vào việc làm mất thời gian của Thầy nên con rất ít khi xin gặp Thầy và ít khi thưa hỏi, sớm tối trong ngày cũng thế, thì khi nào thật bí, cần thiết lắm con mới xin gặp thưa thôi, con xin phép Thầy con về tập.

[Đền Phước Tôn]: (không nghe rõ 22:00)

[Trưởng lão]: Mau quá, nhập định gì mà mau quá, thôi không có sao đâu con cố gắng khắc phục mình nhiếp vậy đó, đừng có ngồi, biết nó dễ đánh mình như vậy đó, mình cứ đi kinh hành, không mình tập pháp Thân Hành Niệm, mình tác ý, để mình tránh

nó đi, cái giờ đó mình biết không thể nào mà ngồi, coi tỉnh nó vậy chứ mà ngồi coi chừng nó đánh mình vô một cái gục liền ngay tức khắc, nó đánh thần tốc, con có cái nghiệp sao mà nó đánh thần tốc quá, cái kiểu đó là cái kiểu nghiệp nó đi học ở đâu, Hi Mã Lạp Sơn đâu môn gì mà đánh kinh, đánh không hay gì hết. Nghĩa là năm hơi thở, hơi thở thứ 4 nó đi mất nó vô không hay, lẽ ra người ta có năm hơi thở đâu có lý nào mà mất cái tỉnh gì, cho nên vì vậy mà con chuẩn bị lúc bấy giờ cái thời gian đó con đừng có ngồi, con đừng có hít thở nhiều, hoặc con đi động thân con để con vượt qua cái thời gian đó, sau đó nó không có vô nữa không có nhớ, chứ nó vô rồi nó quen,

[Tu sinh]: trong khi đó thì con ...cái ngày hôm qua thì con thấy rõ ràng cái bệnh con nó giảm, con tập cái Pháp Thân Hành Niệm...24:24, con đi một vòng mất 10 phút thôi, mà con làm tới 20 phút và con rất kỹ lưỡng, con tu như vậy thì một tiếng đồng hồ có ba vòng, và 15 hơi thở, con thấy cái bệnh của con nó hạ xuống liền không còn trạng thái đầy hơi,

[Trưởng lão]: Tiến bộ đó

[Tu sinh]: Thứ hai là trong suốt cái buổi đó con không có thấy cái trạng thái hôn trầm, thù miên ...

[Trưởng lão]: Rồi được rồi, con thiện xảo như vậy, phải chiến đấu cho tận cùng đó con, cho nên những trường hợp xảy ra nó đánh con thần tốc thì con nên chuẩn bị cho mình cái phương pháp, nó đánh vô cũng được con hiểu không, con thiện xảo, đừng có cố chấp giờ này tôi phải tu cái pháp này, tôi tu không được tôi cũng bắt buộc tôi tu không được đâu. Đang mình đánh trận với nó, không có thể nào

[Tu sinh]: Theo con nghĩ thì con...như trong suốt thời gian ... con xoáy mạnh vào cái đề tài quán vô lậu trừ khi nào có trạng thái buồn ngủ hôn trầm thì con mới dùng thân hành niệm. ..

[Trưởng lão]: Thôi được vậy được rồi, con thử một vài bữa nữa rồi báo Thầy biết coi như thế nào? hướng dẫn thêm, rút tĩa cái kinh nghiệm

[Tu sinh]: Như trong trường hợp như con ... con xem thường ngày con có lỗi lầm gì không? (không nghe rõ)

[Trưởng lão]: Không có lỗi, con tránh

duyên, đồng thời thì con ráp chững mình, thay vì con bằng họ lần lượt con cũng ráp được, nhiều khi mình không biết mình ráp sai, có người biết người ta ráp được, vậy con tránh vậy là tốt, khéo phòng hộ giữ gìn chứ không khéo bị động, vì người ta thấy tốt bụng, người ta ráp dùm mình, tránh điều kiện tránh, sợ mình nói chuyện qua lại ...

[Tu sinh]: (không nghe rõ)

[Tu sinh]: Không con không có lỗi, không có lỗi gì hết. Khi người ta đến thất mình người ta trao cho mình, mình chỉ xá mình chào người ta thôi, không có gì hết, còn mình đứng lại nói chuyện là có lỗi đó

[Tu sinh]: (không nghe rõ)

[Trưởng lão]: Trong cái vấn đề đó, cái vị đó có lỗi đến hỏi cái gì đó này kia là có lỗi, còn con dặt lại con bỏ con đi, con không có lỗi, cái đó mình tránh, mình giữ cái hạnh độc cư, mình sợ nói qua, nói lại cái hạnh độc cư mình không giữ trọn mình sẽ phạm vào cái hạnh độc cư. Cho nên cái cách thức là mình từ chối tiếp duyên, mình bỏ mình đi, cũng như thấy người ta sắp sửa vào cửa mình, mình đóng cửa lại, đó người ta nói mình thiếu lịch sự, sự thật ở đây mình tu

tập cho chính mình, mà chính cái này bảo vệ cho họ bảo vệ cho mình, cái điều đó tốt, cũng như bây giờ cái cục xà bông con, cầm của con, có người đến, họ đến rồi họ đến rồi họ muốn nói này kia đó, thì con vứt cái cục xà bông rồi con bỏ con đi. Thì con phòng hộ cho mình và phòng hộ cho người, ... cái người này họ không thấy được cái giới cho nên họ phạm giới, chứ lẽ ra của người ta, người ta coi gì kệ người ta, mình đi ngang, mình đi luôn, còn cái này mình đến mình còn dòm coi mình có lấy cục xà bông người ta để mình còn muốn nói chuyện nữa thì cái này là cái sai của người đó hoàn toàn, con lấy cục xà bông con lại con đi không có sai đâu. Con lấy cục xà bông lại con đi, nó không sai đâu, phải làm như vậy mới đúng.

Theo ở đời là con thiếu lịch sự, theo ở tu là con giữ đúng, cố gắng

[Tu sinh]: Thưa Thầy có cần hỏi (nghe không rõ)

Tới con

[Tu sinh]: Bạch Thầy, ... Tứ Niệm Xứ nó ...lông sao nó ngứa ghê, tác ý câu ‘an tịnh thân hành, an tịnh tâm hành’ nó bớt ngứa có được không?

[Trưởng lão]: Được, bớt ngứa rồi, con tác ý rồi con nường vào cái hơi thở con, con tác ý, hơi cái nó hết thì nó nhanh hết

[Tu sinh]: nếu mà không tác ý thì nó ngứa hoài, chịu không nổi.

[Trưởng lão]: Nó ngứa hoài nhờ tác ý, con biết sử dụng đó, cái đó là cái biết sử dụng pháp

[Tu sinh]: Mà con tác ý cái đầu nó lạnh lạnh người, nó bớt ngứa lần lần lạnh run người, rồi cảm thấy nó mát trở lại

[Trưởng lão]: Hiện tượng của nó là chuyển biến cái trạng thái ngứa của con thôi, nó phục hồi, chứ không phải gì. Con cảm lạnh nên hơi lạnh lạnh chứ gì?

[Tu sinh]: Thưa Thầy con lạnh nhiều.

[Trưởng lão]: Đó là nó thay đổi để nó chuyển biến đừng có ngứa nữa chứ không có gì đâu con, thay đổi cái cơ thể của con, cái đó là cái hay, con biết sử dụng pháp đó. Có cái hiện tượng xảy ra, hiện tượng của nó, chứ không phải không đâu, mấy con tu như vậy là pháp mấy con có hiệu quả rồi, có đạo lực rồi đó. Con còn hỏi gì Thầy thêm không, hết rồi.

[Tu sinh]: Hết rồi

Bây giờ tới con

[Tu sinh]: Kính bạch Trưởng lão con xin có chuyện để con thưa riêng với Trưởng lão.

[Trưởng lão]: Rồi vậy thì mấy con hỏi trước đi con. Mấy con hỏi trước rồi tới Sư

[Tu sinh]: Câu chuyện của con, năm ngoái con bị 31:50 năm nay tình trạng trở lại như vậy... nó thêm sưng trắng, rồi nay nó thêm cái ... thưa Thầy! Vậy phải làm thế nào? Con vẫn định ăn những món đồ người ta cho, hôm nay cô Út nuôi tụi con 3, 4 năm nay. Hôm nay con coi như là tình mẹ con, giờ không chấp nhận cái đó, chuyện đối không chấp nhận phải không thưa Thầy

[Trưởng lão]: Không, con cứ chấp nhận cái lòng tốt chứ, cô út cô cúng dường con mà,

[Tu sinh]: Dem cơm tới, đem cơm nếp cẩm tới cho rồi giờ mình không lãnh thì cô buồn sao?

[Trưởng lão]: Thì giờ con lãnh có sao đâu, giờ con lãnh thì ra ngoài đó con sốt cơm ít lại, đâu có sao. Mình lượng, mình đừng có

lấy dư mình bỏ uống

[Tu sinh]: Dạ!

[Trưởng lão]: Thí dụ như ngoài kia người ta cho vậy, thì mình biết ở trong này cô Út cô cho gì rồi, thì mình lượng ngoài đó mình lấy ít lại,

[Tu sinh]: Hôm nay thì rau cải, ở ngoài đó thì con thấy những người già con đưa ý kiến, nếu thiếu rau cải đi cầu bón lăm nên con đưa ý kiến ra thưa Thầy hoan hỉ cho con, mỗi người già mà thiếu rau cải thì đi cầu khó đi lăm. Tại bây giờ những chứng bệnh của con, thưa Thầy, Thầy giúp cho con thế nào để giúp cho con đường tu nó dễ dàng.

[Trưởng lão]: Con có pháp rồi, biết sử dụng là nó hết bệnh, con có cái pháp Như Lý Tác Ý rồi, rồi có cái pháp Định Niệm Hơi Thở “an tịnh thân hành” rồi thì con cứ sử dụng nó thì con sẽ hết, con tin nó thì con sẽ nhiếp tâm, và an trú tâm ở cái thân hành của con, rồi con tác ý thì cái bệnh nào của con cũng hết, con sẽ phục hồi lại hết. Không có gì khó khăn đâu.

[Tu sinh]: Từ mấy chục năm nay không biết thể dục và cũng Thầy con dạy con tập

thể dục chim bay, cò bay, mỗi một bên bốn chục cái thì trong đó là 120 mươi cái, con giữ không có cái phóng tâm. Chim bay, cò bay con làm mạnh lắm rồi các động tác khác nữa, từ 5 giờ tới gần 5 giờ 30 con tập suốt. Con tắt đèn người ta tưởng con ngủ. Họ đâu biết

[Trưởng lão]: Thì con vận động vậy cái cơ thể con nó sẽ khỏe mạnh thôi, bởi vì cái phương pháp mà vận động được cái cơ thể như vậy thì Đức Phật đã dạy chúng ta pháp Thân Hành Niệm nó lấy cái niệm của thân, lấy hành động của Thân mà làm cái niệm, để tập luyện, vì vậy mà cái cơ thể của những người ở trong cái thời Đức Phật người ta ở rừng, ở bụi, con thấy lẽ ra ở những cái thời Đức Phật ngày xưa là bệnh đau lắm đó mà nhờ cái pháp thân hành niệm đó mà người ta không bệnh đau. Còn mình bây giờ ở trong nhà trong cửa kín đáo như thế này mà không luyện tập bệnh đau rề rề hoài mà không thấy sao? Con hiểu không, cho nên vì vậy mình nên cần. Bây giờ Thầy nhắc cái pháp Thân Hành Niệm mấy con cứ khuya mấy con thức dậy mà tập nó đi, tập cho tới sáng không có sao hết đâu, nó càng khỏe mấy con thêm.

[Tu sinh]: Rồi lại nữa, Không biết tạo tác từ sáng, cho rồi công chuyển...của mình thì con tập thể dục rồi con vệ sinh, vệ sinh rồi thấy ở ngoài rác rến thấy rồi ra quét chút xíu rồi người ta quét chiều hôm qua, con phải đóng cửa, coi bụi nó bay mịt mù, mà họ vẫn mở cửa, con đóng cửa vào, họ tưởng con ngủ . Chiều rồi mình quét làm gì, một đêm rồi có ai đi tới đâu nữa. Quét sáng cho sạch sẽ thôi.

[Trưởng lão]: Máy người đó bộ buồn ngủ quá, sách chổi đi quét bậy thôi, quét chiều rồi, lại sáng họ ngủ tới chừng 5 giờ 30 họ mới dậy thì con ra quét 20 phút cho rồi, rồi còn ta quét, lát nữa rồi 5:30 giờ con đi tắm, từ hồi tới đây tới đây tới giờ mấy năm rồi con đi tắm giấc sáng luôn, sợ lạnh.

[Trưởng lão]: Trời mùa đông này mà con tắm buổi sáng là giỏi đó chứ,

[Tu sinh]: Dạ con tắm sáng, con xối ào ào.

[Trưởng lão]: Giỏi à! Như vậy con sống giai đó, được, chịu lạnh được là sống giai được. Thôi bây giờ nhớ có bệnh đau thì con dùng cái pháp của Phật dạy, tác ý con, rồi mình nương vào cái cánh tay hoặc mình

nương vào cái hơi thở mình sẽ đuổi được bệnh, không có gì đâu, còn về cái vấn đề mà tập thể thao thì đó là đương nhiên đối với Đạo Phật xem đó là Pháp Thân Hành Niệm, vì từng hành động con, thí dụ đưa tay ra, vô là này 1,2,3 đều là có cái sự chú ý trong cái hành động mình đưa ra, vô hết.

[Tu sinh]: Máy chục năm nay con làm mỗi bên 40 cái, là 120 cái thưa Thầy, con giữ được không có phóng tâm.

[Trưởng lão]: Nó đỡ, nó đỡ được cơ thể con, con lớn tuổi rồi nó khéo mạnh, bởi vì vận động được các cơ bắp thì nó tối, không có sao. Thì những cái sự tu tập như vậy không có gì, ráng mà nỗ lực tu tập, rồi đồng thời ráng mà giữ cái tâm thanh thản, an lạc, của mấy con. Chính cái đó là cái nơi con sẽ trở về, và cũng chính cái mà cái nơi mà có thể nói rằng cái nền tảng tâm thanh thản an lạc vô sự, thì trong lúc đó con ngồi, khi nào mới con mới đi được không thưa Thầy, bởi vì con đi bộ dưới đất con thấy con quét một hồi chừng 5 phút con thấy trùng nó nổi lên nhiều quá con không có đi, con đi vòng trong cái thất, được không thưa Thầy.

[Trưởng lão]: Được, không có sao, con

ngồi rồi có thể nằm, nhưng mà mỗi hành động, đi, đứng, nằm, ngồi của con đều là cảnh giác.

[Tu sinh]: Con không dám nằm, sợ nó ngủ. Khi nào dậy cũng 2 giờ, mới 1 giờ con cũng ngồi dậy chứ không dám ngủ nữa. Ngủ nó ngủ luôn.

[Trưởng lão]: Phải rồi, cảnh giác vậy mới được con, tu tập là phải cảnh giác để mình chiến đấu với cái tâm si của mình.

[Tu sinh]: Ta nói ngủ một đêm bốn tiếng, con ngủ không tới 4 tiếng thưa Thầy.

[Trưởng lão]: Cố gắng vậy được con, ráng cố gắng.

[Tu sinh]: Dạ con có bao nhiêu đó xin trình Thầy.

[Trưởng lão]: rồi, con nhớ đuổi bệnh nghe không?

Con trình bày Thầy xem.

[Tu sinh]: Kính thưa thầy, con xin trình Thầy, cái pháp môn đưa tay vô, đưa tay ra. Pháp Thân Hành Niệm, xin Thầy chỉ cho con về cái động tác đó.

[Trưởng lão]: Bây giờ con ngồi ghé đi

con, ngồi trên ghế đi, ngồi cái ghế đó đi.

Bây giờ con tác ý trước, con tác ý trước rồi con sẽ đưa tay ra.

Ví dụ như: “Đưa tay ra, tôi biết tôi đưa tay ra”, rồi con đưa ra, đưa chậm chậm từ từ để mình chú ý trên cái hành động đưa ra, “đưa tay vô tôi biết tôi đưa tay vô”, rồi con đưa vô. Rồi bây giờ con lặng thinh con không tác ý nữa. Con đưa ra rồi con đưa vô, con đếm 1; đưa ra, đưa vô con đếm 2. Như vậy con đếm tới 5 thì con lại tác ý “đưa tay ra tôi biết tôi đưa tay ra, thì cái tay này con đưa ra, tay này nghỉ; đưa tay vô tôi biết tôi đưa tay vô, rồi con đưa vô. Rồi con làm thinh, con chú ý ở trên cái hành động, đưa ra, đưa vô, con đếm 1, đưa ra, đưa vô con đếm 2, đưa ra, đưa vô đếm 3, tới 5. Bắt đầu con thay đổi cái tay này, rồi con đưa ra, đưa vô, cái đó là tập Chánh Niệm Tĩnh Thức, tĩnh thức ở trên cái hành động đưa tay ra, vô. Nó giống như cái hành động hơi thở ra, hơi thở vô, nhưng vì hơi thở tập trung hơi thở ra, vô thì nó dễ bị rối loạn hô hấp, còn cánh tay đưa ra vô này nó không có bị ảnh hưởng gì hết, mà cái sự tập trung nó rất dễ dàng. Và đồng thời cái sức tập trung trên cánh tay đưa ra, đưa vô để áp dụng làm cái điều gì,

nó có cái lợi ích chứ không phải tập trung để tỉnh thức mà chơi, con hiểu không, nó phải có sự áp dụng.

Bây giờ cái đầu con nhức này. Con nói “an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra” thì con đưa ra, con tưởng như cái đầu đau nhức của con nó sẽ theo cánh tay ra. “An tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay vô” thì con đưa vô, con không tưởng gì hết, con thấy như cái cơ thể con nó bình an, rồi bắt đầu con đưa ra thì con không tác ý nữa, nhưng mà con có cái dòng tư tưởng, cái nhức đầu của con sẽ theo cánh tay ra. Con cứ làm như vậy thì cái đầu của con chỉ trong vòng một phút, hai phút, cao lắm 3 phút nó sẽ hết, nó không có nhức nữa. Bất kỳ cái thân con đau chỗ nào sử dụng cánh tay của con đưa ra, đưa vô như thế này cái bệnh nó sẽ hết. Đó là lấy Thân Hành Niệm để đẩy lui chương ngại pháp trên thân, tâm của con. Cho nên cái phương pháp của Phật không phải để chúng ta tỉnh thức để mà vào thiền định. Mà dạy chúng ta tỉnh thức ở trên cái chỗ hành động của chúng ta để đẩy lui chương ngại pháp. Mà trên tứ niệm xứ gọi là trên thân quán thân để khắc phục tham ưu. Khi quán xét cái thân mình bị nhức cái đầu, đau cái

tay, đau cái bụng hoặc đau cái chân, mình quán xét mình thấy đau cái chỗ đó rồi. Thì bắt đầu mình dụng cánh tay đưa ra, đưa vô mình đẩy cái bệnh đó ra cho khỏi thân, gọi là nhiếp phục tham ưu. Con hiểu chỗ đó không? Có phương pháp mới nhiếp phục được tham ưu ở trên thân. Không có phương pháp thì không có nhiếp phục được tham ưu. Con về tập cái này cho thuần, rồi ngày một con sẽ gặp Thầy trình bày. Một pháp thôi, rồi Thầy sẽ dạy cái pháp thân hành niệm nữa. Con không có tu nhiều, tu ít vậy thôi, tu cho thuần cái đã.

Con hỏi thêm gì nữa con?

[Tu sinh]: Dạ Bạch Thầy! Bây giờ con hỏi xin Thầy con còn hai ba việc chưa giải quyết được, Thầy cho con đi một thời gian để đi giải quyết việc chưa xong. Con còn hai việc hay ba việc chưa xong. Khi xong thì con sẽ vào đây kê vai, sát cánh với Thầy để tu ...hôm nay xong thì chắc con cũ ra đi. Xin Thầy... cái động tác đưa tay ra, đưa tay vô, coi như giờ kê thì Thầy chỉ cho con để sau khi con đi cái đi, cái ngồi con chưa có rành, Thầy chỉ dạy, đưa tay vô, đưa tay ra và đi thôi, còn ngồi lên ngồi xuống con chưa có biết.

[Trưởng lão]: Rồi Phước Tồn, con thuộc cái bài pháp Thân Hành Niệm không con, vậy con hãy hành động.

[Trưởng lão]: Con tác ý đi, con tác ý từng hành động con. Tay phải để sau lưng, để sau lưng, tay trái để sau lưng, hai tay con để sau lưng, từng hành động con.

[Tu sinh]: Tay phải để ra phía sau, tay trái để ra phía sau, tay phải nắm tay trái.

Gót trái dở lên, dở chân lên, đưa chân tới, để chân xuống, hạ gót xuống.

Chân phải dở gót lên, dở chân lên, đưa chân tới, để chân xuống, hạ gót xuống.

Dở gót lên, dở chân lên, đưa chân tới, để chân xuống, hạ gót xuống.

Dở gót lên, dở chân lên, đưa chân tới, để chân xuống, hạ gót xuống.

Dở gót lên, dở chân lên, đưa chân tới, để chân xuống, hạ gót xuống.

Dở gót lên, dở chân lên, đưa sang phải, để chân xuống, hạ gót xuống.

Dở gót lên, dở chân lên, đưa chân vào, để chân xuống, để gót xuống.

Tay phải buông tay trái ra, tay trái để ra phía trước, tay phải để ra phía trước, Tay trái chống vào hông, tay phải chống vô hông, toàn thân ngồi xuống, tay trái chống ra phía sau, tay phải chống ra phía sau, thân ngồi xuống, chân trái để ra phía trước, chân phải để ra phía trước, chân trái để nằm xuống, tay phải nắm chân trái, để lên chân phải, tay trái để lên đầu gối chân phải, tay phải để lên đầu gối chân trái. Chân trái đỡ lên, chân phải đỡ lên, chân phải đưa ra, chân phải hạ xuống, chân trái hạ xuống, tay phải nắm chân trái, để lên chân trái, tay phải để lên gót chân phải,... tay trái để vào lòng, tay phải để vào lòng,... hít, thở; hít, thở; hít, thở; hít thở; hít thở. Tay phải để lên đầu gối chân trái, tay trái để lên đầu gối chân phải. lưng ngồi xuống, tay phải ... để xuống, tay phải chống ra phía sau, chân trái đỡ lên, chân phải đỡ lên, chân phải đưa vào, chân phải hạ xuống, chân trái hạ xuống, tay trái nắm chân trái để xuống, tay trái chống ra phía sau, chân trái dựng lên, chân phải dựng lên, chân trái đưa vào, tay về. Tay phải chống vô hông, tay phải chống vô hông, toàn thân đứng lên. Tay phải để xuống, tay trái để xuống,

Trưởng lão, hết, chu kỳ trở lại sau lưng

đó. Con về coi theo đó mà tập.

[Tu sinh]: Cái đó để tập Chánh Niệm Tỉnh Giác,

[Trưởng lão]: nó Chánh Niệm Tỉnh Giác nhưng tu tập cái lệnh, ra lệnh chứ không phải tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác thường đâu, mình đi mình biết mình đi đó là tỉnh giác, cái hành động. Hành động mình biết cái hành động là tỉnh giác, còn cái này tu tập cái lệnh, mình trì cái lệnh rồi mình cái hành động mình làm.

[Tu sinh]: Dạ bạch Thầy cho con trình! Giả sử trong một thời tu 3 tiếng nhưng trong thời gian đó mình có thể mình đi cả ba tiếng có được không?

[Trưởng lão]: Được, nhưng mà cái điều kiện là sau khi mình tu tập Tứ Niệm Xứ mình ly dục, ly ác pháp xong, mình đi suốt ba tiếng thì nó đủ Tứ Thần Túc, vì cái lệnh Như Ý Túc, pháp đó là cái pháp nó đầy đủ mười Như Lai lực.

[Tu sinh]: Con xin hỏi, trong cái năm hơi thở và tới chừng mình đem một cái pháp môn Định Niệm Hơi Thở, nhưng đây mình lấy cái chổi mình quét, coi như tôi ly tham, tôi ly tham tôi biết tôi ly tham, như

vậy mình hít vô mình thở ra mình lấy cái đó mình nhập vào liệu có được?

[Trưởng lão]: Không, không được, cái đó là định niệm hơi thở, cái đề mục đó khác.

[Tu sinh]: Không cho qua vô đó được.

[Trưởng lão]: Không đây là pháp thân hành, mà thân hành cái hành động nó chỉ hít vô, thở ra thôi, nó điều khiển cho nó hít. Tức là sau này nó điều khiển cái hơi thở tịnh chỉ không là do cái pháp này này, còn cái kia là mình dùng để an tịnh, quán ly tham, quán ly sân, nó khác, nó mới ly dục chứ không tịnh chỉ.

[Tu sinh]: Thưa Thầy con xin ... con xin phép con đi, con xin sám hối Thầy ba lạy con đi một thời gian.

[Trưởng lão]: Giải quyết cho xong.

Rồi Chân Thành lên hỏi Thầy coi:

[Tu sinh]: (56:00) (nói nhỏ không nghe được)

Con muốn trình bày với trưởng lão. Thứ nhất là về cái bệnh, thứ hai là về cái hôn trầm, con đang cố gắng để con nhiếp phục nó, để cho cái sự tu tập của mình nó tiến bộ,

nó không bị ...nó không có gì trở ngại, con hết sức cố gắng... nó huân tập từ ngày này cho đến ngày khác, hết tháng này cho đến tháng khác.

Về cái chỗ bệnh của con thì con cố gắng con ngủ buổi trưa, tối buổi chiều, buổi tối con không dám ngủ ... cho nên con không dám ngủ trong cái giờ đó. Rồi lúc sáng nay Trưởng lão cũng có dạy về...

[Trưởng lão]: (1:00) Không, nói chung là Thầy chưa có mệt, tại vì là thầy Thấy, dường như là Quý Thầy thấy nhiếp tâm và an trú tâm chưa chắc chắn, ...nếu mà Thầy mời ra thì coi như là những cái người mà được thì coi như là những cái người mà được thì thật sự ra có một hai người, thì coi như cái lớp của Thầy tiến tới chỉ có một, hai người thôi. Còn bao nhiêu người ...như vậy rất là cực, bởi vì một lớp mà dạy có mấy người rất khó, Thầy để mình tập cho nó khá rồi mình chọn lấy cho được. Có một số người, Thầy nhắc nhở mấy con ráng tập chứ lẽ ra tháng này này, tháng này gần hết rồi. Còn có bốn năm ngày là hết tháng này tức là một hai, tháng rồi đó. Hai tháng học, bắt đầu từ tháng 10, tháng này tháng 11 mà còn có mấy ngày nữa là hết tháng 11. Thầy chần chờ cho tới bây

giờ mà Thầy xem xét lại cái sự nhiếp tâm một phút, một phút mà vẫn còn bị đánh, không chủ động nổi, chỉ mới nhiếp tâm chứ an trú chưa được. Lúc được mà lúc không. Nên thầy nâng đỡ, nâng đỡ lên đề cho một phút được. Vậy mà trong suốt số người, có người chưa được một phút. Cho nên Thầy nâng đỡ, Thầy kéo dài cái tháng này, nếu mà Thầy sắp xếp Thầy viết thơ Thầy mời Thầy nói cái lỗi thì coi như là những người đó được không? được ở lại.

[Tu sinh]:(1:02:00)

[Trưởng lão]: Nói chung là con bị cái bệnh, cái bệnh nó bất tịnh, nó không có thanh tịnh, chứ nếu mà cái bệnh nó không có thì dễ. Vì nó có cái bệnh đó vậy Thầy mong rằng con tìm cách uống thuốc vì tự mình nhiếp tâm, an trú chưa được nó khó đẩy cái bệnh đó hơn. Khi mà con nhiếp tâm được chừng 10 phút hoặc 15 phút ...nó không phải thường đâu. Nhưng mà mình nhiếp tâm, an trú nó chưa được vì cái hôn trầm, thùy miên đánh con quá, con chưa có đủ sức, vì vậy cố gắng một thời gian sau nữa. Từ đây về sau con cố gắng con đi kinh hành khắc phục cái...

[Tu sinh]:(3:00)

[Trưởng lão]: Khắc phục được như vậy rồi từng lần lượt rồi tới cái tháng thứ 3 Thầy xem xét nếu mà được số chùng được 10 người thì Thầy mừng rồi.

[Tu sinh]: Như vậy thì Thầy phải kéo thêm một tháng nữa

[Trưởng lão]: Một tháng nữa, nhắc nhở cho người ta một tháng nữa.

[Tu sinh]:(1:03:35)

[Trưởng lão]:(1:03:50) Đó thì Thầy biết về cái tinh thần nó suy sụp ngay liền, nó hết chịu nổi. Thầy biết, Thầy hiểu cho nên vì vậy mà thầy kéo dài một tháng nữa. Rồi bắt đầu qua tháng thứ ba Thầy chịu khó Thầy ráng xét từng người một, Thầy hiểu cái đó là cái tâm lý mà con, cái đó là cái tâm lý.

[Tu sinh]: (1:04:13)

[Trưởng lão]: (1:04:42) Thầy cũng hiểu, Thầy cũng biết, không phải Thầy không biết nhưng mà Thầy muốn giúp đỡ nó, cũng là một cái đầu óc, cũng nhờ giai, chứ nhiều người đọc rồi không nhớ nữa. Nhớ giai mà viết có hệ thống lắm chứ không phải là không hệ thống đâu.

[Tu sinh]: Con Thấy Nguyên Thanh tri kiến ghê gớm lắm ...

[Trưởng lão]: Con cố gắng nỗ lực Thầy sẽ giúp đỡ cho.

[Tu sinh]: (1:05:21)

[Trưởng lão]:Nói chung cái vấn đề mà cái quy ước này là do ...chứ còn Chân Thành không biết gì hết, nhưng để Chân Thành lại bàn...

Phước Tồn vô chút rồi ra con.

[Tu sinh]: Bạch Thầy, con có một cái niệm ...giả dụ con đi Thân Hành Niệm mà con tác ý nó như vậy mà Thầy Chân Thành nghe thấy

[Trưởng lão]: Không có sao đâu con, bởi vì mình tác ý nó lớn, tạo cái lực của ý thức để cho nó tỉnh

[Tu sinh]: Tại vì con thấy con nếu mà tác ý thâm thì nó không hiệu quả,

[Trưởng lão]: không hiệu quả bằng tác ý lớn, cái lệnh mà, cái lệnh nó mạnh ...bởi vì cái người tu gần bên người ta phải cảm thông, con biết tại sao không? Cảm thông tại vì biết rằng trong cái thời gian đó con bị hôn

trầm, dễ bị hôn trầm cho nên phải tác ý lớn.

[Tu sinh]: (1:07:26)

[Trưởng lão]: Những cái người khác khi bị những cái âm thanh ở ngoài tác động thì người ta vẫn phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Người ta khéo léo người ta sẽ vô cái sức mà nhiếp tâm và an trú của người ta, người ta kêu nó vô, nhiếp tâm không có nghe bên ngoài nữa. Để thử cái sức nhiếp tâm của người ta, để còn không có cái gì vậy thì đâu có biết cái sức nhiếp tâm.

[Tu sinh]: Tại vì con tác ý lớn tiếng như vậy thì ...cả hai.

[Trưởng lão]: Cả hai chứ, bởi vì giúp cho cái người ở bên người ta nhiếp tâm. Còn cái người không có nhiếp tâm và an trú như vậy người ta mới trách, sao mà to tiếng quá trời! Tôi tu không được, người đó là biết nhiếp tâm chưa được. Người ta nhiếp tâm được người ta đâu có, con Thấy Thầy Chân Thành thầy nhiếp tâm vô đó. Mọi lần có cái thất bên sát ở phía sau sát bên Thầy đó, mở bãng quá trời, rồi xúm nhau 2,3 người mà ngồi nói chuyện mà ông mới nói “cái tai quay vô, không nghe”. nó biết nó quay vô không nghe. Cái đầu động nhưng mà cũng quen rồi

có sự tác chiến rồi.

[Tu sinh]: Từ 1 giờ đến 2 giờ con dùng pháp Thân Hành Niệm như vậy có tác hại gì cho con không?

[Trưởng lão]: Không, không có tác hại gì hết, như là con tập lính vậy, đi 1, 2; 1, 2 nói to tiếng đi cho nó đúng, tức cái pháp Thân hành Niệm là cái lệnh,

[Tu sinh]: Tại vì Thầy dạy tu tập chỉ nửa tiếng thôi, mà con tu tập cả một tiếng

[Trưởng lão]: Bởi vì con đang ở trong cái sự tu tập để mà tỉnh thức, và đồng thời cũng là cái phương pháp để tác động cho con có cái nội lực để trị bệnh của con. Được, không có sao đâu con, cứ nỗ lực tu đi. Con chưa có nghe cái chú lĩnh, chú ở cái nhà tường mà chú tác ý mà bên nữ ở bên kia đường mấy cô này nói cô Út trời đất ơi! Ông này ông điên, ông la quá trời, thì con biết không khuya thì buồn ngủ, người ta la cho nó khỏi buồn ngủ chứ sao. Tức người ta phá. Sau này ta hết rồi ta đâu có la nữa. Hồi đó thì buồn ngủ, khuya dậy trời đất ơi! chì muốn ngủ không. ...

[Tu sinh]: Nếu mà trong trường hợp mà con thấy pháp hành con lại sửa đổi, con

đâu có.

Theo con nghĩ thì nếu mà dùng pháp này thì cái hôn trầm thùy miên của con, con không còn sợ nữa, và cái bệnh của con nó cũng giảm, Theo con thấy trong thời gian mấy ngày qua thì con thấy nó có cái sự giảm rõ rệt. Khi mà cái bụng của con nó đầy hơi lên thì con tác ý, khiến nó dừng, hạ xuống.

...

Trưởng lão, con khéo léo mà tu tập, thiện xảo.

Rồi bắt đầu được rồi, chỉ cần phá cái hôn trầm của con, tuổi trẻ của con cái hôn trầm này nó bị mạnh lắm.

[Tu sinh]: Kính thưa Trưởng lão: Con làm cái bài quán vô thường rồi.

[Trưởng lão]: Cái bài quán vô thường rồi, Quán Thân vô thường con, bắt đầu bây giờ con làm cái bài kế tiếp là các pháp vô thường.

Đúng rồi, phải hoàn thành được, thành ra một cái tập sách đạo đức. Đạo đức nhân bản.

102-(LCK-0410)

- * Vấn đạo phương pháp đuổi bệnh
- * An tâm
- * Phân biệt Đại thừa, Tiểu thừa



Kính bạch Thầy!

Qua sự hỏi thăm, chúng con được biết Chư tôn đức là những bậc Thầy phạm hạnh, khả kính, là một Bậc chân tôn chi kính.

Qua sự tìm hiểu, chúng con được biết Thầy đã, đang mở lớp **Bát Chánh Đạo** đầu tiên để đào tạo các bậc A la hán ra đời, nhằm cứu độ chúng sanh và duy trì chánh pháp. Với tất cả tâm tình tha thiết gởi trọn niềm tôn kính với chư tôn đức cũng như để chia sẻ bớt phần nào khó khăn của Tu viện.

Hôm nay đầy đủ phước duyên lành, chúng con xin thành tâm đóng góp chút tịnh tài, tịnh vật kính cúng dường gửi về chư tôn đức. Nguyện lòng ân Tam Bảo gia hộ cho chư Tôn Đức pháp thể khinh an, tuệ đấng thường chiếu mãi là bậc Thầy khả kính, luôn dìu dắt chúng con trên lộ trình giải thoát.

Nguyện đem phước báu này hồi hướng cho cha mẹ, ân bằng quyền thuộc chúng con được thanh tâm thường lạc, phước thọ tăng long. Đồng cầu nguyện cho khắp pháp giới chúng sanh đều trọn thành Phật đạo. Nguyện mong trên chư tôn, thiên đức từ bi ai mãi cảm thọ cho chúng con được ân niệm công đức.

Nam mô bốn sư Thích Ca Mâu Ni Phật!

Một lần nữa Thầy xin biết ơn mấy con từ tp Hồ Chí Minh đã giúp cho cái lớp học của Thầy trọn vẹn, đến đây thì Thầy mong rằng mấy con về thăm Thầy có những gì mà mấy con cần hiểu biết các con cứ hỏi Thầy. Thầy sẽ sẵn sàng giúp mấy con, nhưng mà Thầy khuyên mấy con nhớ những gì Thầy dạy, mấy con về mấy con cố gắng thực tập nó sẽ đem lại lợi ích cho bản mấy con nhiều lắm. Nhớ con bệnh đau đó con, con nhớ tập theo những gì Thầy dạy, rồi bệnh đau của con sẽ hết thôi con. Con hãy cố gắng!

Ở đây con có hỏi gì Thầy nữa không con?

[Phật tử]: Dạ! Con muốn hỏi về tác ý đuổi bệnh, con biết có một số bạn cũng đang bị bệnh đó Thầy, tại vì hồi này Thầy

dạy về cái tác ý đuổi bệnh. Bạn con chưa có vào kịp, thì con xin Thầy dạy lại!

[Trưởng lão]: Trước khi mà muốn trị bệnh đó mấy con. Mà dùng cái phương pháp của Phật mà nhiếp phục được cái ưu phiền trong thân của mình bị bệnh. Thì đầu tiên các con về, dù bệnh nặng, bệnh nhẹ, bệnh ngặt nghèo gì cũng được hết, thì mấy con tập như thế này mấy con. Mấy con tập nhiếp tâm cho được. Về cái hơi thở mấy con không tập luyện được thì nó sẽ làm rối loạn hơi thở đó mấy con thì mấy con tập trong cánh tay của mấy con thôi.

Mấy con ngồi xếp bằng, hoặc ngồi bán già cũng được kiết già cũng được tùy theo cái khả năng của mấy con, nghĩa là ngồi xếp bằng thế này: Nghĩa là ngồi hai chân để chồng lên nhau như vậy, chéo chân, hai cái chân chéo nhau thì đó là kiết già. Thì mấy con có nhiều người không có ngồi cái thế kiết già nó không quen thì rất khó ngồi. Các con ngồi xếp bằng, lưng thẳng và mấy con để hai tay của mấy con, hoặc ở trong lòng, hoặc ở trên hai cái đầu gối của mấy con thì mấy con để ở trong lòng của mấy con như thế này rồi mấy con nhé.

Trước tiên mấy con nhắc cái bệnh của

mấy con, cái bệnh gì đó, mấy con nhớ, mấy con nhắc. Ví dụ: cái đầu mấy con đau, mấy con nói: **thọ cái đầu đau hãy đi ra khỏi thân ta, không có được đau**, con nhớ nói vậy. Rồi bắt bắt đầu con nhắc: **“an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra”** Thì cái tay mặt con đưa ra trước, tay trái con đưa ra sau, rồi mấy con nhắc **“ an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra, an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay vô”**. Con viết câu đó cho thuộc lòng nghe mấy con, rồi con nhớ con nhắc, người nào bệnh cũng vậy. Khi mình bảo cái thọ, cái cảm thọ đau của cái thân của mình, mình tác ý mình bảo: đi thì lúc bây giờ mình mới giữ thân mình ngồi thẳng rồi mình tác ý:

“An tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra” thì mấy con đưa tay ra, **“an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay vô”**, rồi mấy con đưa tay vô. Rồi bắt đầu bây giờ mấy con đưa tay ra mấy con không tác ý nữa, rồi đưa vô mấy con không tác ý nữa, rồi hễ đưa ra mấy con dùng cái tưởng của mấy con như cái đầu đau của mấy con nó sẽ theo cánh tay mà ra. Mà khi đưa vô thì con cảm thấy toàn thân con không có cái bệnh nó đi vô. Và cái đau ở trong thân con, bất kỳ cái đau bệnh

gì, con biết bác sĩ nói cái bệnh đó, là bệnh gan, bệnh tim, bệnh phổi hoặc là nhức đầu, nóng lạnh, tất cả những cái bệnh đó hoặc là nhức tay mỗi chân thấp khớp, bệnh gì cũng được mà phải nói đúng cái tên bệnh đó thì bắt đầu các con sẽ nói đúng cái tên bệnh đó.

Như Thầy nhức đầu, Thầy bảo: “cái nhức đầu này hãy đi khỏi cái thân này, thân này không còn nhức đầu nữa”. Rồi con nhắc: **“an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra, an tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay vô”**. Con nhắc rồi con đưa ra, đưa vô, rồi bắt đầu con đưa ra thì con dùng cái tưởng cái đầu nhức sẽ theo cánh tay mà đưa ra và đồng thời con đưa ra đưa vô như vậy, con tập mười phút thôi, đừng có tập nhiều, rồi con nghỉ. Một lát nữa, chừng một, hai giờ sau con tập lại lần nữa. Một ngày con tập ba, bốn lần tùy theo lúc nào con thấy được yên tĩnh thì con tập. Con tập như vậy thì một thời gian sau con đi khám bác sĩ con sẽ thấy cái bệnh của con nó giảm đi nếu mà với cái bệnh ngặt nghèo. Còn với cái bệnh bình thường như cái cảm, thì con tác ý đưa ra, đưa vô vậy thì trong vòng một tiếng, hai tiếng đồng hồ thì cái cảm đó nó sẽ mất đi, nó không còn nhức đầu nữa. Bệnh mà

thường thì nó mau hết lắm. Còn cái bệnh mà ngặt nghèo đó thì các con cứ cố gắng tập trong năm ngày mười ngày, một tháng, hai tháng thì bắt đầu mấy con cứ đi khám lại đi rồi mấy con sẽ thấy nó giảm một cách kỳ lạ là mình không uống thuốc mà sao lại bệnh hết. Nhưng mà không ngờ cái phương pháp nó giúp cho mình phục hồi cơ thể của mình, cái sức đề kháng của cơ thể của mình khi mình tu tập vậy đó, cái sức đề kháng của cơ thể mình rất mạnh, nó rất mạnh.

Bởi vì thường thường là cái người đau cái sức đề kháng nó yếu cho nên là vi trùng nó xâm nhập vào cơ thể của chúng ta. Còn cái sức đề kháng nó mạnh nó diệt vi trùng thì vi trùng nó không xâm nhập được vào cơ thể của mình, cho nên nó không đau, gọi là mình thích nghi, mình thích nghi được.

Cũng như bây giờ Thầy nói như thế này để mấy con thấy rõ ràng: khi mà chúng ta lên máy bay chúng ta đi máy bay, máy bay nó bay lên thì bắt đầu mình nghe cái lỗ tai nó lùng bùng, tức là nó chưa thích nghi với cái khí hậu đó. Nhưng mà khi nó lên một hơi thì cái cơ thể mình nó thích nghi, tức là có cái sự phản kháng, có cái sự phản ứng của cơ thể chúng ta để nó thích nghi với khí

hậu, để cho nó hoà được cái sự sống của nó, cho nên nó lên một lúc thì thấy nó bình yên nó không có lũng bùng lổ tai nữa. Mà khi cái máy bay nó sắp sửa xuống, với cái khí hậu dưới mặt đất của chúng ta thì cái lổ tai chúng ta nó có lũng bùng, làm như nó ù ù. Do đó khi mà nó xuống đất xong rồi thì nó gần xuống xong thì cái cơ thể nó có sự thích nghi, tức là nó có sự đề kháng nó chống lại, để từ cái không khí, từ cái khí hậu này chuyển qua khí hậu khác, thì nó chống lại, thì nó thích nghi cái nó hết. Đó là cái cơ thể mạnh, còn nếu mà cái cơ thể mà bị bệnh thì nó không có đề kháng được. Cho nên bây giờ nó đã bệnh, cái sức đề kháng nó yếu, nó đang đề kháng đó mà nó yếu do đó mà chúng ta trợ lực bằng cái phương pháp nữa thì nó lại mạnh lên. Chứ nó không có cái gì, nó rất là khoa học mấy con. Cái phương pháp đó nó rất khoa học, nó giúp cho chúng ta chứ nó không có thần thánh gì mà giúp chúng ta được đâu. Nhưng mà chính cái tinh thần chúng ta không dao động.

Thí dụ: Bây giờ chúng ta đang bị một cái cơn đau gì đó, đau quá đau, các con nói: ***“thọ là vô thường, cái tâm không có sợ hãi, đừng có dao động, chết thì thôi chứ***

sợ hãi gì cái đau”. Con cứ nhắc nó vậy, cái nghị lực con nó vững vàng, nó không sợ, mà nó không sợ thì tức là nó giảm xuống. Ví dụ nó đau mười thì nó giảm xuống còn năm. Rồi mấy con nường vào cánh tay mấy con làm như vậy đi, thì mấy con lo, mấy con cứ ráng nhớ trong cái cánh tay đưa ra, đưa vô. Một hơi sau nó quên mất cái đau mà nó còn biết cánh tay nó đưa ra đưa vô, rồi mấy con dừng lại, rồi mấy con thấy cái đau nó mất.

Đó là cái phương pháp rất hay mấy con, cho nên các con cố gắng, dù đau bệnh gì, Thầy nói mấy con bệnh gì, bệnh ung thư, bệnh gì đi nữa nó cũng trị hết. Nhưng mấy con phải bền trí, càng cái bệnh ngặt nghèo, càng cái bệnh khó trị thì mấy con càng cố gắng bền trí tập một thời gian dài rồi nó sẽ hết. Mình tập luyện nó có tốn tiền tốn bạc gì đâu, rảnh thì mình tập chứ ở không mình làm gì? Mà mình rảnh, nó yên tĩnh thì mình tập. Mà mình tập tự cứu mình, đó là **“tự thấp đuốc lên mà đi”** đó mấy con. Các con nghe lời đức Phật dạy, đó là phương pháp để mà cứu mình, mấy con ráng cố gắng.

Thầy không thể nào bệnh thay cho mấy con được, mà các con phải tự cứu mình bằng cái phương pháp đó thì mấy con sẽ hết

bệnh, cố gắng lên mấy con. Thầy tin rằng mấy con tin lời của đức Phật dạy thì mấy con sẽ hết bệnh.

Đức Phật nói như thế nào mấy con nhớ không, Trong kinh Trung Bộ, đức Phật dạy: **“tác ý một tướng khác của một cái tướng kia thì cái tướng kia nó nó bị diệt”**. Bây giờ mình đau bệnh thì là một cái tướng đau, thì mình tác ý một cái tướng không đau, thì cái tướng đau nó sẽ hết. Đức Phật biết được cái ý của mình nó mạnh như vậy đó mấy con biết. Cho nên đức Phật nói trong kinh Pháp Cú thế nào mấy con biết không? “Ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu, các pháp”. Cho nên cái ý nó dẫn chúng ta đi vào cái chỗ mà không có đau khổ đó. Các con hiểu chưa?

Cho nên Thầy dạy mấy con dùng cái ý thức của chúng ta để tạo thành cái ý thức lực nó sẽ cứu mấy con, nó thực tế mà, đức Phật dạy chúng ta bài pháp nào nó cũng có những cái phương pháp thực hành để cứu mình, chứ nó có gì đâu.

Cho nên mấy con thấy không, người ta dạy tu hơi thở chứ gì, thì người ta có biết hơi thở ra, vô đếm 1, 2,3, bốn, 5, 6, 7, 8 rồi nương hơi thở tùy tức rồi nương hơi thở tùy tức chứ gì, mấy con có ngồi thiền má

con nường hơi thở mấy con thấy để cho hết vọng tưởng chứ gì? Các con thấy có lợi ích gì không?. Nhưng mà Pháp của Phật dạy về hơi thở rất hay, bây giờ thân đau bảo nó: “an tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra” làm cho thân chúng ta an ổn.

Bây giờ cái tâm nó không yên, nó lo lắng nó giận hờn, nó sợ hãi thì: “an tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra”.

Thí dụ bây giờ, giờ này mấy đứa con nó đi học về, mà giờ nó không về, mà tối rồi, cứ càng tối, càng tối thì cái tâm lo không biết xe đụng hay như thế nào, mấy con làm mẹ mấy con khổ tâm không? Giờ này không thấy nó về, tức là phải lo chứ gì? Khi mấy con thấy tâm lo như vậy thì mấy con nhắc liền tức khắc: *an tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*. Các con cứ nhắc đi, rồi các con sẽ thấy không còn lo nữa, nó cứu mấy con liền đó. Thành linh nó chạy, con của mình nó về đó, trời đất ơi! mừng muốn chết, hỏi chứ mà đi đâu, mà hỏi đó không về mà bây giờ mới về? Bây giờ đi chơi ở đâu vậy? Thấy cái mặt nó chứ, hỏi chưa thấy cái mặt nó thì cứ nghĩ sợ xe

nó đặng chứ gì? Các con hiểu không, mình cứ nghĩ cái gì nó nghe gồm lắm chứ đâu có nghĩ ít được, cho nên cái tâm nó lo lắng lắm.

Bây giờ muốn cho nó đừng có lo trong cái hoàn cảnh đó, bởi vì mình hiểu biết nhân quả mà. Nếu mà nhân quả nó đến rồi thì làm sao tránh khỏi đây? Cho nên vì vậy cái tâm mình nó an ổn được. Bắt đầu muốn cho nó an nữa mấy con nhắc: *an tịnh tâm hành tôi biết tôi hit vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra. Rồi các con đưa hơi thở ra hơi thở vô, rồi các con xả ra thấy nó im re, nó không còn lo nữa nó bớt cho con được cái thời gian khổ tâm. Đó là cái phương pháp của Phật để làm cho nó an tâm tâm, cách thức an tâm..*

[Cho nên có người hỏi Thầy]:

Bạch Thầy, làm sao có cái phương pháp nào làm cho cái tâm con nó được an?

[Trưởng lão đáp]: Thì ngày xưa mấy con biết Bồ Đề Đạt Ma dạy như thế nào? “*Lấy tâm ta an cho*”, bảo cái người đó lấy tâm ta an cho. Sự thật Phật không có dạy vậy mấy con, dạy cho chúng ta có cái cách thức, phương pháp an tâm hẳn hoi đàng hoàng.

Còn Thiền Tông nó dạy, con nghe như Huệ khả hỏi: Bạch hoà thượng: tâm con nó

không an, thì Bồ Đề Đạt Ma bảo: “*lấy tâm ta an cho*”. Thì khi mà lấy tâm thì Huệ Khả mới đi tìm cái tâm của mình ở đâu, cho nên mình lắng để tìm nó thì nó an ổn đâu có gì đâu. Nhưng mà sự thật nó là Thiền tông đó mấy con.

Trái lại Phật dạy bây giờ tâm ta nó bồn chồn lo lắng thì chỉ có cái điều kiện chúng ta nhắc: “*an tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*”, mình chỉ nhắc cái tâm mình nó an ổn thôi, rồi mình nương vào hơi thở ngay đó cái tâm mình nó an liền các con thấy.

Như trong cái cơn giận của mình, mình tức giận, mình nhắc: “*quán lý sân tôi biết tôi hít vô, quán lý sân tôi biết tôi thở ra*”. Thì mình nương vào hơi thở mình cứ tác ý chừng vài ba lần, mình nhìn lại cái tâm sân của mình sao đâu mất rồi. Có phải không? Nó duyên vào cái hơi thở nó quên đi cái tâm sân chứ gì? Phương pháp rất là tâm lý mấy con mà đối trị được cái tâm sân của mình rất hay, mấy con cứ thử coi, nó rất hay, nó làm chủ cái tâm của mình rõ ràng.

Cho nên cái pháp của Phật không phải nói suông, còn Thiền Tông nói suông lắm mấy con; “*lấy tâm ra đây ta an cho*”. Trời!

đâu tâm sao mà lấy, nói cái kiểu này thì hết biết, thọc cái tay vào đâu mà lấy nó ra! Phải không mấy con? Còn cái này dạy chúng ta thực tế mấy con, đạo Phật dạy thực tế lắm.

Tâm mình đương không an, thì bắt đầu có cái phương pháp làm cho nó an. Các con thấy chưa? Nó thực tế, nó hay, nó cụ thể lắm. Vậy mà cái thực tế không học mà đi học Thiền tông à. Nó bảo tâm con không an! Thôi con lấy tâm ra đây tao an dùm cho. Trời đất ơi, lấy để chỗ nào đây? Nói cái chuyện này thì chắc là mấy con không biết làm sao con hết. Không mấy con thấy hay lắm mấy con.

Rồi con hỏi gì nữa không mấy con?

PHÂN BIỆT ĐẠI THỪA - TIỂU THỪA

[Phật tử hỏi]: Dạ thưa Thầy, con muốn biết tại sao Đại Thừa và Tiểu Thừa chia thành hai phái?

[Trưởng lão đáp]: À, sự thật ra là thế này mấy con, muốn biết tại sao mà Đại Thừa và Tiểu Thừa chia thành hai phái? Tại vì trước khi mà đức Phật tịch rồi đó, thì Đạo Phật nó chia làm hai phái: một phái là

Thượng Toạ Bộ và một phái gọi là Đại Chúng Bộ.

Đại Chúng Bộ là những người tu sĩ tuổi trẻ.

Còn Thượng Toạ Bộ là những người tu sĩ già, họ già cho nên đức Phật dạy cái gì họ giữ cái nấy, họ không có dám thêm bớt. Bởi vì người già họ hay thủ cựu, họ hay giữ lăm, còn người trẻ họ hăng hái lăm, cho nên đọc kinh sách Phật dạy họ hay nghĩ tưởng ra, viết ra, viết vô tùm lum, nghĩ dài ra đủ loại. Đức Phật nói, đức Phật bảo: ngăn ác, diệt ác. Đức Phật dạy hơi thở: biết hơi thở ra vô, thì mấy ông dạy nhiếp tâm, ức chế tâm, mấy ông nghĩ tưởng ra.

Cho nên kinh sách Đại Thừa nó phát triển ra là do tuổi trẻ nó phát triển . Do đó khi mà nó phát triển ra vậy thì nó khác, nó không giống với kinh sách Nguyên thủy. Cho nên Thượng Toạ Bộ thì ôm bộ sách Nguyên thủy tôi đi phương Nam, tôi chơi chung mấy ông không được. Cho nên mấy cái ông tuổi trẻ này, trong cái giáo đoàn nó chia làm hai rồi con, hai bộ phái rồi, nó mới ôm đi cái bộ sách phát triển này, gọi là kinh sách Đại Thừa đó, nó mới đi về phương Bắc, nó mới truyền qua Trung Hoa, Việt Nam của mình,

nó truyền qua phương Bắc, nó mới truyền qua cái hướng đó.

Còn cái kinh sách Nguyên thủy thì nó đi qua phương Nam, nó truyền qua Miến Điện, Thái Lan, Campuchia, nó truyền qua đó. Cho nên mình thấy các sư ăn thịt chúng sinh, đó là cái Thượng Toạ Bộ. Còn cái Đại Chúng Bộ, là những người truyền qua Việt Nam mình gọi là Đại Thừa.

Cho nên khi mà chia ra như vậy đó thì những cái tư tưởng mà nó phát triển ra đó, nó thấy nó hơn Phật, nó hơn cái kinh sách Nguyên thủy, cho nên nó tự xưng là Đại Thừa. Bởi vì Tiểu Thừa nó nghĩ cái xe nhỏ, còn Đại Thừa là cái xe lớn. Mấy ông tu mấy ông cứ lo mấy ông tu cho chúng đạo, mấy ông không có độ chúng sanh, còn tụi tôi vừa tu mà vừa độ, còn mấy ông tu rồi mấy ông chứng thì mấy ông cũng độ bao nhiêu đâu? Do đó nó có gọi là Đại Thừa, Tiểu Thừa.

Tiểu Thừa có nghĩa là cái xe nhỏ, còn Đại Thừa là cái xe lớn, vừa tu vừa độ. Cho nên bên Đại Thừa nó xuất hiện ra là Bồ Tát Hạnh, rồi có Bồ Tát Giới để mấy con thọ Bồ Tát Giới mấy con phải cúng dường, phải lo chùa hư, sập, mấy con phải hợp sức ra để xây dựng gọi là thọ Bồ Tát Giới... Còn cái bên

Tiểu Thừa thì nó không có Bồ Tát Giới, cho nên nó mới Bồ Tát Hạnh, cái hạnh để mà làm, cho nên vừa tu và vừa để độ người.

Nhưng mà bên Nguyên thủy, bên gốc Nam Tông đó thì đức Phật dạy khi tu xong mình mới có kinh nghiệm mình dạy người, mình tu chưa xong mà mình dạy người thì như một người mù dẫn một bầy mù đi, cho nên nó sai lệch mất đi. Do đó từ kinh phát triển nó đưa ra, nó đến cái phong tục tập quán nào đó nó lấy những cái phong tục đó nó biến thành các giáo pháp của Phật. Như ví dụ như cúng bái, mê tín, cầu siêu, cầu an, coi ngày giờ tốt xấu.

Mà bây giờ mấy con thấy trong chùa Đại Thừa hầu hết là điều kiện đó. Mà thậm chí như xin xăm, bói quẻ ở trong chùa bây giờ có, là tại vì nó tiếp thu, nó đi đến đâu nó tiếp thu, nó tiếp thu để cho nó thu hút được cái dân tộc ở tại cái địa phương đó, người ta mê tín cái gì đó nó tiếp thu vô hết, nó làm cho Phật giáo nó trở thành cái tôn giáo mê tín mấy con. Nó trở thành cái tôn giáo thần quyền, nó dìm. Nó coi như là từ cái chỗ đó nó vì cái chỗ đó mà nó làm mất cái nền đạo đức của Phật giáo.

Còn ở bên Nam Tông thì họ cũng kiến

giải, chứ không phải các Thượng Toạ Bộ này ôm cái này nó nguyên như vậy, nhưng mà sau đó có một số người họ tu chưa chứng cho nên họ nói nhiều cái điều sai lầm. Kinh sách Nguyên thủy những cái lời của Phật dạy thì nó còn đó nhưng họ thêm thắt, họ thậm chí họ muốn ăn thịt chúng sinh họ thêm như thế nào mấy con biết không? Họ nói đức Phật còn ăn thịt heo rừng. Các con nhớ cái lúc khi đức Phật sắp chết đó, thì trong kinh nó có (gặng) một cái đoạn, đức Phật thọ dụng thịt heo rừng rồi đức Phật mới chết. Nó nói đức Phật còn ăn thịt thì tui tôi cũng ăn thịt được chớ gì? Miễn là ăn không thấy, không nghe, không nghi mà thôi. Nghĩa là không thấy người ta giết con vật đó để cúng dường cho tôi thì tôi cứ ăn, ai mà cứ đem tôi ăn thôi, tôi không nghi đó là thịt cho nên tôi ăn thôi, tôi không có nghe tiếng kêu của con vật đó do giết cho chúng tôi ăn thì chúng tôi ăn. Cho nên bên Nam Tông mấy con thấy nó ăn thịt chúng sinh nghe gớm lắm mấy con, nó thiếu cái tâm từ, bi.

Nhưng mà trong kinh Nguyên thủy đức Phật dạy như thế nào mấy con biết không? Đức Phật dạy một người tu sĩ ăn mà thấy thịt chúng sanh thì nhất định không ăn, mà

nếu mà cái món ăn chay mà làm ăn chay mà nó đã thấy giống như thịt cũng không ăn nữa mấy con, mấy con thấy bây giờ người ta làm bột người ta chiên giống con tôm chứ gì? Người ta làm đùi gà bằng đậu hũ chứ gì? Người ta làm miếng bột nó giống như thịt heo chứ gì?

Rõ ràng mấy người này thèm thịt heo mà bày đặt, thèm thịt gà mà thích làm bày đặt đây. Sự thật đức Phật dạy thấy cái hình dáng đó là chúng ta thấy chúng sinh rồi, không ăn, nhất định không ăn. Nghe bây giờ trong cái món ăn này người ta bằm nát, mình không thấy gì hết nhưng mà người ta nói có mỡ heo trong này thì người tu sĩ nghe đồn thì cũng không ăn, không ăn cái món ăn đó.

Mà nghi tức là cái món ăn đó nghe cái mùi hôi, cái mùi có mỡ hoặc là cái mùi tanh cá, hoặc là cái mùi hôi thịt, bởi vì thịt bò, thịt heo nó có cái mùi hôi. Mà khi mình nghe cái mùi đó tức là cái người đó không ăn. Cái người tu sĩ Phật giáo không ăn, cho nên đức Phật nói ăn không thấy, không nghe, không nghi. Thấy là thấy cái món ăn.

Cho nên đức Phật nói khi một người tu sĩ ăn là phải cái tâm Từ của họ phủ trùm

trên cái đĩa đồ ăn, trên cái bát đồ ăn, phủ trùm là người ta quan sát mấy con. Quan sát thấy miếng thịt người ta không ăn, thấy có hình dáng một con tôm người ta không ăn, thấy có hình dáng con cá người ta không ăn, thấy có mùi tanh tanh giống như cá hoặc là như thịt người ta không ăn. Nghĩa là cái người tu sĩ rất kỹ lưỡng, họ ăn rất kỹ lưỡng chứ không phải đụng đâu họ ăn đó đâu.

Đạo Phật dạy người tu sĩ chúng ta rất kỹ lưỡng trên tất cả mọi cái. Cho nên tại sao quý Thầy quý sư bây giờ mà ăn uống như vậy là sai. Ăn phi thời, ăn ngày một bữa mà sáng họ uống họ nói là họ không có ăn, như vậy là họ còn ăn uống chứ sao, cho nên gọi là ăn uống phi thời.

Khi mà đức Phật dạy không có cho ăn uống phi thời thì họ bỏ chữ uống đi mấy con, họ khôn lắm, quý Thầy bây giờ họ chạy theo dục họ khôn lắm. Cho nên vì cái khôn đó mà đưa đi đến cái phá giới, phạm giới. Cho nên hầu hết là phạm giới, vì vậy mà Đại Thừa là phạm giới hết. Nó không dám cho quý Phật tử đọc giới luật đâu. Sợ quý Phật tử đọc giới luật thấy bây giờ quý thầy ăn phi thời, ăn ngày một bữa thì quý Thầy bào chữa như thế nào? Ăn chứ đâu có uống, sáng tôi

uống bột, chiều tôi uống bột chứ tôi đâu có ăn, họ tránh chữ ăn thối mấy con, chữ uống nó cũng như ăn thối chứ làm gì mà khỏi phải không mấy con hiểu?

Cho nên tất cả những cái này là cái lý luận của người khác, cũng như người ta dám thêm một cái câu đức Phật ăn thịt heo rừng.

Một cái người dám đưa ra cái giáo pháp là tâm Từ, Bi, Hỷ, Xả. Tứ Vô Lượng Tâm. tâm Từ, tâm Bi, tâm Hỷ, tâm Xả mà lại nở lòng nào ăn thịt heo rừng mấy con? Cái lòng từ của người ta ở đâu?

Mà đức Phật dạy cái Đức Hiếu Sinh, cái Đức Hiếu Sinh của chúng ta, lòng thương yêu sự sống. Tại sao đức Phật dạy tâm Từ, tâm Bi như vậy mà bây giờ còn nở ăn thịt chúng sinh được sao. Cái lối lý luận của người sau để phạm giới, phá giới để che mặt, để che bít người Phật tử mấy con. Cái lối khéo léo của họ. Rồi quý Thầy bây giờ chỉ có tội là quý Thầy đâu có hiểu, quý Thầy cứ dựa vào những kinh sách đó quý thầy thối chứ thực sự quý thầy là những người tốt lắm mấy con. Quý Hòa thượng là những người tốt lắm, nhưng mà ảnh hưởng những kinh sách này quý Hòa thượng nói: “ờ, các Tổ để lại chứ quý Hoà thượng có làm sai đâu”.

Bây giờ các con thấy người ta nói cũng ăn ngày một bữa, nhưng mà sáng người ta ăn tiểu thực, người ta nói người ta ăn tiểu thực, chiều thì người ta uống bột, người ta đâu có ăn, do đó người ta cũng ăn một bữa. Nhưng mà sự thật ra họ vẫn ba bữa như thường, họ hiểu sai.

Đối với đạo Phật ăn một viên kẹo vẫn là phạm giới, uống một ly nước phi thời mà nước ngọt là phạm giới, uống một ly nước lạt không có gì hết thì được, khát nước mình uống, giờ nào cũng được, nhưng mà uống phi thời là không được, cái giới luật của Phật như vậy.

Cho nên bây giờ chúng ta nhìn thấy, cái Đại Thừa các con thấy nó sai rất nhiều, nó dạy chúng ta mê tín cúng bái, cầu siêu, cầu an, mà trong khi đức Phật bảo mình: “tự thấp đước lên mà đi”. Các con thấy có đúng không? Hai cái mâu thuẫn, sai, rất sai.

Mà hầu hết là Phật tử chúng ta đến thấp hương, đến chùa cúng bái tụng niệm, hoàn toàn tưởng như vậy là chúng ta cũng tu hành, tưởng là như vậy theo tôn giáo sao, tôn giáo như vậy là theo Bà La Môn rồi! Cho nên vì vậy mà cái ảnh hưởng của các Thầy mà chia ra, các sư mà chia ra trên cái nhóm

Đại Chúng Bộ, họ ảnh hưởng cái Bà La Môn, họ ghi chép những cái tư tưởng của Bà La Môn. Trong kinh sách Đại Thừa, toàn bộ kinh sách Đại Thừa đều là kinh sách của Bà La Môn.

Cho nên ở đây bây giờ các con thấy như cái vấn đề mà báo hiếu đây nữa, các con thấy rất rõ ràng, cái sự báo hiếu, Thầy nói để cho mấy con thấy tại sao mà ngài Mục Kiền Liên khi tu chứng đạo rồi dùng thần thông đi xuống địa ngục mới thấy mẹ mình bị nhốt ở trong địa ngục Ngạ Quỷ, không có cho ăn, cho nên ngài Mục Kiền Liên mới lấy cơm trong bát của mình đưa cho mẹ, nhưng mẹ đói, rất đói, bốc cơm ăn thì lửa cháy ra ăn không được. Cho nên ngài Mục Kiền Liên dù tu như vậy mà cứu mẹ mình không được cho nên mới trở về xin Phật, bằng cái phương cách nào để mà cứu mẹ. Thì đức Phật nói phải xin của đà na tứ sự đem cúng dường trai tăng Đức Phật, nhờ công đức 3 tháng an cư kiết hạ, nhờ công đức đó sẽ cứu được mẹ. Thì ngài Mục Kiền Liên về thực hiện được điều đó, cúng dường cho chư tăng. Sau khi cúng dường cho chư tăng rồi thì bà mẹ thoát khỏi Địa ngục.

Như vậy rõ ràng chư tăng với Phật ăn

no hồi lộ rồi, có phải không? Tại vì cúng dường cho Phật, như vậy rõ ràng ăn no hồi lộ mới cứu bà Thanh Đề. Còn bao nhiêu bà Thanh Đề khác đang ở tù đó mà không có đứa con cúng dường thì bây giờ đang ngồi tù dưới hết. Tại sao mà công đức của người tu Phật thương bà Thanh Đề bằng cách thọ dụng của cúng dường rồi mới thương thì như vậy có giống cái đời của chúng ta không. Các con thấy cái này có sai không?

Còn những người khác người ta không có được đứa con như Mục Liên - Thanh Đề, như bà Mục Liên, thì như vậy những người mẹ như là Thanh Đề đang ở trong cái địa ngục đó, tại sao đức Phật không thương xót mà cứu khổ? Mà chỉ có nhờ cái bữa ăn, nhờ cái sự cúng dường mới cứu khổ sao? Như vậy rõ ràng cái hình thức này là hình thức mê tín, hình thức ăn no. Thầy lên án liền tức khắc, kinh sách này không phải là Phật dạy.

Phật dạy chúng ta “tự thấp đước lên mà đi,” tại sao chúng ta lại đi cứu khổ một cách như thế này? Các con thấy đúng không? Kinh sách Phật có đúng không? Sai, rất sai không đúng.

Còn bây giờ trong kinh Pháp Hoa như thế nào?

“Dù cho tạo tội hơn núi cả

Diệu pháp Liên Hoa tụng mấy hàng”.

Chúng ta tụng mấy hàng là bao nhiêu tội chúng ta tiêu hết: trời, mừng quá! cho nên người nào cũng về nhà mình hoặc đến chùa đều tụng kinh Pháp Hoa hết. Nhưng Thầy hỏi như thế này nó có được không mấy con. Bây giờ Thầy đi ăn trộm, Công an bắt Thầy bỏ tù, bây giờ Thầy ở trong tụng vài câu kinh pháp Hoa thôi cũng được, rồi cũng sẽ thoát tù chứ gì? Các con thấy điều đó được không? Đâu có bao giờ có cái điều đó được, ai dám thọc tay ra cứu chúng ta khi chúng ta làm điều ác.

Rồi nếu có một cái vị thần, một vị Phật mà cứu khổ như vậy rồi thì cái xã hội này ra sao mấy con? Cái xã hội này ra sao? Tôi có ông thần, ông Phật như vậy đó, tôi có kinh Pháp Hoa tụng như vậy đó, tôi mặc sức mà tôi đi ăn trộm, ăn cắp, làm làm chi cho cực, ai lấy, coi chừng lấy tôi vô tôi giết người tôi lấy ra tôi ăn cho sướng hơn, thì vậy cái xã hội chúng ta ra sao đây?

Như vậy là phi đạo đức lắm mấy con, kinh dạy chúng ta làm những cái điều này phi đạo đức. Mà vô đầu kinh con thấy cái

câu kệ nói rất rõ ràng: “Dù cho tạo tội hơn núi cả”, tạo tội hơn núi cả là nhưng thế nào? Giết người chứ gì? Các con thấy phải không, lúc nào cũng đâm giết lấy của người ta chứ gì, đó là tạo tội hơn núi cả chứ gì? Quá trời tội lỗi chứ gì? Thế mà tụng Pháp Hoa vài ba hàng là hết tội. Trời đất ơi! Kinh dạy như vậy đó.

Cho nên các con tụng kinh Phổ Môn các con thấy không? Phẩm Phổ Môn chứ gì, “dù cho tù tội già toả, kiềm toả gì trong niệm mỹ Quan Thế Âm”, tức là niệm Quan Thế Âm tức là giải toả ra hết không còn tù tội gì hết. Trời đất ơi, như vậy thì Quan Âm, thiết là cái ông này là đầu sắt mà, cái đầu sắt chứ đâu cái đầu thường được. Các con thấy kinh mà dạy như vậy có đúng không mấy con? Kinh dạy chúng ta phi đạo đức, sống như vậy là như thế nào?

Còn kinh sách của Phật dạy chúng ta như thế nào “Ngăn ác, diệt ác; sanh thiện, tăng trưởng thiện”. “Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành” tất cả các pháp ác không nên làm, mà nên làm các pháp thiện thì mấy con thấy cái nào thực? Cái bên đây tạo tội cho luôn, tụng nó cũng hết. Còn bên đây chúng ta hằng ngày không làm điều ác mà

làm điều thiện, cái nào dạy đúng mấy con? Dạy chúng ta làm thiện thì xã hội chúng ta sẽ đẹp, người nào cũng làm tốt, người ta chửi mình không giận mà biết thương yêu người, khi các con thấy lỗi mình, đừng thấy lỗi người, thấy lỗi người mình tức giận lắm, mà thấy lỗi mình mình có giận không, mình sửa mình các con thấy.

Nhiều khi chúng ta không thấy lỗi chúng ta đâu mà thấy lỗi người, như vậy kinh nào sai đúng, mấy con thấy không?

Đó mấy con thấy rõ ràng, vậy mà chúng ta đến chùa, chúng ta cứ cầu khẩn thì cầu khẩn làm sao, kinh nói vậy đúng không, làm cho chúng ta trở thành con người vô đạo đức. Làm ác mà chỉ cần có kinh, chỉ có bà Quan Âm này phù hộ cho nên kinh cứu khổ, cứu nạn chứ gì?

Thậm chí như có cái thần chú gọi là “Bạch y thần chú” nữa, mấy con gặp đau khổ thì niệm thần chú là hết đau khổ liền tức khắc, ma tà không bắt mấy con. ghê gớm thật. Sự thật ra đạo Phật không dạy chúng ta như vậy đâu, dạy chúng ta sống con người có đạo đức. Cho nên cái lớp học mà Thầy mở ra đây là lớp học dạy đạo đức không làm khổ mình khổ người. Bây giờ mấy con sắp

sửa chết này, mà mấy con không có làm sao mấy con sống được tức là mấy con thiếu đạo đức với nó đó, mấy con đang muốn sống chứ đâu phải mấy con muốn chết đâu! Có bao giờ mấy con gần tới chết mà mấy con muốn chết không? Đâu có đâu mấy con, mấy con muốn sống lắm chứ, nhưng mà sống không được chứ, có phải không? Nhưng mà đạo Phật dạy chúng ta có đạo đức với chúng ta. Bây giờ chúng bắt buộc, nó muốn chết chúng ta bảo: không được chết, phải sống, thì nó sống mấy con. Cái lệnh của chúng ta là cái ý thức lực. Ý làm chủ, ý tạo tác, mấy con nghe “ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu” chứ gì?. Bây giờ nó muốn sống, thì cái ý bảo nó phải sống, mấy con bảo bằng cái ý của mấy con chứ bằng cái gì mấy con? Cái ý thức của mấy con chứ gì.

Bây giờ nó muốn chết, nó bệnh nó muốn chết bảo: “mạnh, không được đau”, là nó sẽ mạnh nó không được đau. Các con thấy cái lực của nó như thế nào? Cho nên đức Phật nói cái thần lực đó là như thế nào mấy con biết không? Dục Như Ý Túc, muốn thì như ý mình muốn, nghĩa là mình muốn sao nó làm thế ấy, cho nên nó có Tứ Thần Túc: Dục Như Ý Túc, Định Như Ý Túc, Tuệ

Như Ý Túc, Tinh Tấn Như Ý Túc. Bốn cái thần lực của người ta, người tu sĩ đạo Phật phải có chứ, như vậy người ta mới làm chủ được người ta, mà người ta vậy người ta mới sống đạo đức không làm khổ mình chứ! Còn bây giờ mấy con khổ đau, trời ơi, lăn lộn nằm trên giường đi không được, ỉa đái một chỗ mà muốn nó chết nó cũng không chết, muốn sống nó cũng không sống, muốn đi nó cũng không đi thì mấy con nghĩ làm sao, mấy con khổ không?

Trái lại cái người tu theo đạo Phật: Đi! chứ nó không có được nằm đây thì nó đi, nó không dám cãi. Còn mấy con, mấy con thấy hai cái chân nó liệt rồi mấy con đỡ cái chân người ta phải đỡ, chứ còn mấy con đỡ không được nữa.

Không, cái người tu sĩ bảo đi là đi, nó phải đi. Mấy con thấy khi mà cái người tu ở đây người ta bị hôn trầm, thùy miên đi nó lạng chạng qua lại: Đi là phải đi, người ta ra lệnh như vậy, một hơi là tỉnh liền. Người ta có lệnh như vậy, người ta tu tập nó có cái lệnh của người ta gọi là ý thức lực, cái lực của ý thức, cho nên nó có lợi ích thiết thực mấy con, đạo Phật đâu có phải chuyện nói lơ mờ, làm được mới nói chứ đâu phải

chuyện mù mờ.

Còn mấy con nghe, vô chùa nghe thuyết pháp, sự thật mấy con nghe để mù mờ chứ để làm gì? Nghe thì hay mà có làm được không? Còn ở đây người ta làm được.

Đó, thì vậy cho nên những điều mà Thầy dạy ở đây thì mấy con nhớ, mấy con nhớ mấy con về mà thực hành lại lời Thầy thì mấy con sẽ tự cứu, mấy con sẽ tiết kiệm được một số tiền rất lớn đi nhà thương, bệnh viện, đi bác sĩ. Cái tiền đó mấy con sẽ giúp những người bất hạnh, người ta đang đau khổ mà mấy con không bệnh.

Cũng như bây giờ con bệnh con phải tốn bao nhiêu tiền, phải không? Mà con hết bệnh rồi cái số tiền đó bác sĩ đâu con ăn, thuốc đâu có ăn con được. Nhưng mấy con thấy mấy con uống thuốc vô, mấy con trị được cái bệnh này chứ nó sanh bệnh khác mấy con. Còn mấy con dùng cái phương pháp mấy con đẩy lui bệnh mấy con không bệnh đâu. Nó không phá hoại đâu, bởi vì thuốc nó trị cái bệnh này nhưng nó phá hoại cái cơ thể chúng ta ở phần khác, nó nguy hiểm cho mấy con.

Bây giờ Thầy nói như thế này: Bây giờ

nó giải phẫu, nó biết cái ruột thừa của mấy con nó mổ đi nó giải phẫu, nó cắt mấy con hết bệnh ruột thừa chứ gì? Nhưng cái vết mổ này nó còn mấy con, mỗi khi trời nóng lạnh nó thay đổi mấy con bị nhức cái chỗ đó, có phải không? Từ cái chỗ bệnh ruột thừa mấy con hết chứ nó sẽ trở thành cái vết mổ của mấy con. Da thịt mình chưa có rạch ra thì nó thôi, chứ đã rạch ra thì nó phải có cái vết, các con hiểu không? Thầy nói nội cái vết đó thôi nó cũng đau, huống hồ là những cái điều kiện khác ở trong cơ thể chúng ta làm sao đây? Cho nên chỉ có phương pháp của Phật là nó không xảy ra cái điều kiện gì khác hơn. Vậy thì mấy con chỉ có siêng năng là mấy con bớt chút thôi có gì, có một chút mà mấy con cứu mấy con được khỏi đau khổ! Nó đâu có tốn hao gì đâu nhiều, chỉ mất công mấy con có chút à. Mấy con tập luyện đi rồi mấy con sẽ thấy hiệu quả lắm mấy con, không có phí cái thời gian của mấy con nhiều đâu, mấy con cứ làm việc bình thường, về nhà mình ngồi chơi một chút mình nhắc nó được rồi, cuối cùng nó cứu khổ mấy con.

Bây giờ mấy con còn hỏi Thầy gì thêm nữa không? Nhớ những lời Thầy dạy, mấy

con ghi khắc là lợi ích cho thiết thực của mấy con. Đạo Phật là thực tế. Còn con thấy tại sao cô Liên Châu hỏi về Đại Thừa và Tiểu Thừa. Cái lợi ích của Đại Thừa như thế nào và cái lợi ích của Tiểu Thừa như thế nào?

Tiểu Thừa nó thực tế nó chỉ cho chúng ta biết cách ngăn chặn là làm cho chúng ta sống đạo đức. Còn Đại Thừa nó dạy chúng ta mơ hồ, trừu tượng cầu khẩn để mà tạo tội những tội ác để làm những việc phi đạo đức, đó là cái đúng không, mấy con cứ xét những lời kinh có đúng không? Rõ ràng kinh nó viết chứ đâu phải ai mà thêm bớt nó được, nhưng mà cái dạy đó không đúng đâu.

Hôm nay Thầy nói để cho mấy con nghe để mà biết được cái sai, cái đúng, mà từ lâu nếu mà Thầy không nói ra thì mấy con cứ nghĩ rằng Đại Thừa đúng lời Phật dạy. Phật nào mà dạy cái điều đó mấy con. Cho nên đầu tiên họ phát triển ra, họ kiến giải họ viết ra chứ ông Phật ông có dạy cái điều đó không? Nhưng mà cái nào cũng đề Phật thuyết, chứ còn có họ có dám nói họ nói đâu. Thấy không, Thầy nói như vậy thì mấy con thấy rõ ràng rồi, mấy con cố gắng mà thực hiện mấy con. Đền đáp được ơn Thầy, Thầy nói mấy con rất là nhiều, nhưng mà

đền đáp ơn Thầy mấy con thực hiện được mấy con mới đền đáp được ơn Thầy, làm cho mấy con hết khổ đó là mấy con đã đền đáp, như hồi nãy Thầy đã nói.

Thôi bây giờ mấy con nghỉ, chút rồi ăn cơm mấy con.

Thôi mấy con, mấy con đừng có cúng dường Thầy hết, cúng dường Thầy với chúng tăng đủ rồi, mấy con cứ yên ổn, lát rồi mấy con về, rồi mai một có dịp rồi mấy con lên cái gì mấy con cần thưa hỏi là thưa hỏi Thầy thêm mấy con, Thầy sẽ dạy cho mấy con có lợi ích.

Rồi, con đứng từ từ thôi con, về con tập luyện, con nhớ Thầy dạy con, con sẽ hết bệnh con.



103-(LCK-0420)

* Trình pháp Tứ Niệm Xứ

* Vấn đạo làm ma chay đúng chánh pháp

---->>❖<<----

[**Tu sinh**]: 3 giờ sáng, cái lúc mà ba giờ thì con tu về cái, con quán, con chế ngự thân, chế ngự thọ, chế ngự tâm, chế ngự các pháp. Sẽ tẩy sạch mọi ác pháp và chướng ngại pháp để cho bốn chỗ được thanh tịnh, xong con quán cái thân, cái khẩu, cái ý. Hàng ngày, con quét sạch những cái chướng ngại pháp và ác pháp trong thân, khẩu, ý, dù là một tí mảy may để cho thân, khẩu, ý thanh tịnh. Xong con quán tất cả ác pháp và chướng ngại pháp phải tan biến, để cho tâm, để cho tất cả được thanh tịnh, tất cả các chướng ngại pháp và ác pháp sẽ tan biến. Tí cái thì toàn bộ thân con con ngồi kiết già, ngồi lưng thẳng, toàn bộ thân con tự nhiên yên ắng hết, nó hết nó an ổn vô cùng, mà con ngồi trước thì con còn mở mắt, sau con nhắm vào, thế con ngồi như thế là toàn bộ thân nó cứ an, an không thế này, không có một cái động tĩnh từ trong ruột, trong gan cho đến thân con cứng như cây gỗ, xong rồi

thì là con cứ ngồi để xem hiện tượng nó như thế nào thì nó không có hiện tượng, đến 25 phút nó yên ắng như thế thì đến khi nó khực một cái thì con buông hai tay ra, nhưng mà chân vẫn ngồi kiết già; con buông hai tay ra thì nó vẫn là bình thường như thế, thế nhưng mà nếu không có cái khực ấy thì coi như nó vẫn yên tĩnh như thế, khi con vuông chân ra thì cái chân phải nó hơi tê tê. Thế thì bây giờ con hỏi Thầy cái đó nó thuộc về Tướng hay là nó thuộc về Chánh pháp để con biết con xả mà.

Con bạch Thầy! Từ khi con tu tới bây giờ chưa có hiện tượng ấy bao giờ. Bây giờ con có hiện tượng ấy con quán, con phải xả hết tất cả tham, sân, si, tất cả mọi ác pháp con xả hết, quét sạch. Thế là tự nhiên nó yên ắng, nó an ổn toàn bộ từ đầu đến chân, không có một tiếng động tĩnh mà người nó cứng như cây gỗ.

[Trưởng lão]: Cái đó là một cái trạng thái do con tác ý nó có cái hiệu lực, bắt đầu nó vô trong cái định của nó, nhưng nó chỉ một thời gian ngắn nó chưa có dài lắm đâu con, cho nên cái này thì con chưa có quan trọng lắm, mà con lo con xả từng cái tâm niệm của mình để cho ly dục ly ác pháp cho

sạch, thì cái lúc đó sau này con tác ý một cái là nó vô liên, nó vô liên mà nó kéo dài thời gian nó, cái đó là cái trạng thái Định con hiểu không. Nhưng mà bây giờ cái ly dục, ly ác pháp mình chưa xong, thì sợ khi mà nó kéo dài nó lâu hơn nó lọt trong tưởng, rồi nó xuất hiện ra 18 cái loại tưởng con hiểu không. Vòn nếu mà mình ly dục, ly ác pháp hoàn toàn nó nhập vào Chánh Định nó không có sai, bởi vì cái lực con điều khiển mà. Nó cũng như con ngồi... ngồi yên bắt đầu nó vô, đó là cái Pháp Như Lý Tác Ý con có hiệu quả rồi đó.

[Tu sinh]: Bạch Thầy! Khi con tác ý đến cuối cùng là: Tất cả phải Ly dục Ly ác pháp hoàn toàn thì tự khắc nó xảy ra như thế. Nó xảy ra một cái thì con thôi, chứ nếu nó không khực lên một cái thì con còn ngồi thì nó vẫn như thế

[Trưởng lão]: Con còn ở trong đó.

[Tu sinh]: Con Bạch Thầy con hỏi, nếu nó là cái tưởng thì con xả nó, mà nó là chánh pháp thì con để nó vững tâm hơn

[Trưởng lão]: Hiện giờ thì con thấy cái này là cái trạng thái nó đúng chứ không phải sai, bởi vì con nhắc ly dục nhưng mà sự thật mình chưa có phải là quét hết vì tế. tức là

như con tu Tứ Niệm Xứ, tỉnh thoảng lâu lâu con còn thấy một cái niệm hoặc cơ thể con còn thấy mỗi mệ. Còn con lọt vào trong đó con nhắc vậy đó con lọt vào trong đó con không thấy mỗi mệ, rất là khỏe, rất là an ổn.

[Tu sinh]: Bạch Thầy, con rất khỏe, con tu tập. Hàng ngày con niệm là phải đảm bảo đúng giờ giấc, đúng nội quy và phải nghiêm chỉnh từ Giới đức, Giới hạnh, Giới hành, Giới luật, Giới bổn. tất cả phải phòng hộ 6 căn, hàng ngày thì con vẫn niệm như thế cho nên con thực hành; thế mà trong một ngày hôm ấy con có gì gọi là sơ suất nhỏ trong thân, trong khẩu, trong ý thì đến tối con niệm con xả hết.

[Trưởng lão]: Đúng đó, đúng là con xả đó.

[Tu sinh]: Còn tất cả hiện tượng trong người con nó có sự biến chuyển về cái việc đau chỗ nọ, đau chỗ kia. Hay là chẳng hạn về tim mạch nó đập mạnh, hay là có lúc thở nó không đều, hay là ăn nó bị nghẹn con quán là khỏe hết.

[Trưởng lão]: Cái trạng thái của con, cái trạng thái đó đúng chứ không có sai. bởi vì cái phần tu lý đó là con có lý nhiều rồi,

nó mới lọt vui trong nà thì nó đúng. Cho nên bây giờ tiếp tục con ly và điều kiện là lúc nào con cũng tác ý, con điều khiển cho nó vào cái trạng thái đó, cho nó ăn chú để cho cơ thể con nó sung mãn, bốn chỗ thân, thọ, tâm, pháp sung mãn. Nó đúng chứ không có sai đâu con, chưa có cái gì mà gọi là sai cái trạng thái đó đâu. Vậy con tiếp tục không có gì đâu con.

[Tu sinh]: Con thấy hiện tượng đó con mới bạch Thầy,

[Trưởng lão]: Rồi, con về con tiếp tục đi con, cố gắng tiếp tục xả nữa.

[Tu sinh]: Thế còn cái phụ nữa con bạch Thầy, Ý con là con muốn có tiền để con cúng dường vào cái công trình từ thiện, thế nhưng bây giờ con ở đây thì tiền hưu của con ở nhà không biết như thế nào? Thì con cứ định tiền hưu con góp vào, nếu mà Thầy đồng ý cho con góp cái phần ý vào. rồi thì lúc nào con nhờ điện của Thầy, con gọi về thì để coi như là bắt đầu từ tháng Giêng trở đi, sẽ góp vào. Con có tiền thì con sẽ ủng hộ các công trình từ thiện mà

[Trưởng lão]: Được con, không có sao. Thầy chấp nhận, không có gì .

[Tu sinh]: Còn cái tháng 11 và tháng 12 thì con đã lĩnh hết. Con đã mượn con đi vào đây rồi, bây giờ chỉ còn từ tháng Giêng trở đi thôi.

[Trưởng lão]: Đúng rồi con, từ từ không có lật đật, cái công trình từ thiện nó còn lâu lắm con, không sao con cứ yên tâm lo tu đi. Rồi chừng đó cái lòng của con nói như vậy là Thầy đã nhận rồi đó con, con yên tâm lo tu. Con tu khá tốt đó con, nó có nhiều cái tiến triển rất tốt.

[Tu sinh]: con bạch Thầy còn giờ giấc thì con vẫn nghiêm chỉnh, dù là có đêm thì con ngủ ba tiếng rưỡi, nhưng có đêm thì 4 tiếng. Nhưng mà không hôm nào con ngủ quá 4 tiếng, trưa con có ngủ được đâu, trưa con không ngủ; mà tới 6 giờ, 7 giờ con cũng không ngủ. Đến lúc 10 giờ con đi ngủ, lắm hôm thì 10 rưỡi mới ngủ được, rồi đến 2 giờ sáng dậy. Con cũng ít ngủ. Thầy dạy con cái này nhiều thì gần như là phá được hôn trầm.

[Trưởng lão]: Ráng tập tốt bấy nhiêu con, tập như vậy đúng, con cứ giữ như vậy tập đều đều vậy là nó kết quả lắm đó con. Rồi con về.

Có gì không con?

[Tu sinh]: Con muốn xin Thầy, chấp thuận cho con cất thất con tu tập, còn thêm. ... Con trình Thầy, bây giờ thì con trình Thầy cái cách mà con tu ở trong thất nó thế nào? Bạch Thầy chắc hơi tốn thì giờ Thầy chút.

[Trưởng lão]: Không có sao đâu con.

[Tu sinh]: Bây giờ như Thầy dạy tôi về Chánh Niệm Tĩnh Giác đi hai mươi bước rồi đứng lại, ngồi xuống, Định Niệm Hơi Thở Thở, rồi thở 1 phút, rồi tập Tứ Niệm Xứ 4 phút, hay 5 phút. Thì còn chưa biết con tập thế nào, thì con sẽ tập liên tục thế này là Chánh Niệm tĩnh giác, rồi Định Niệm Hơi Thở thở, rồi tới Tứ Niệm Xứ, rồi đứng dậy, rồi đi.

[Trưởng lão]: Con tập thì được nhưng mà nó liên tục từ pháp này sang pháp khác, sau đó rồi con mới giữ Tứ Niệm Xứ ở trong đó rồi thư giãn, chứ không phải Tứ Niệm Xứ ở cái chỗ mà con ngồi tu Tứ Niệm Xứ... nó thư giãn.

[Tu sinh]: Thưa Thầy là con xả thiên ra, như vậy là con thấy chỉ có 2 phút liên tục tập trung. Còn nếu mà đi kinh hành rồi ngồi xuống Định Niệm Hơi Thở thở, rồi đứng dậy đi kinh hành lại. Nó dường như liên tục suốt giờ đứng, giờ ngồi của con, thành con thấy

nó (9:50) ...nó nặng ở trên phía trán này

[Trưởng lão]: Đúng rồi con, nó nặng rồi, bởi vì nó tập trung nhiều; con đi sao cho nó thoải mái, nó dễ chịu nó đừng có đừng có nặng quá.

[Tu sinh]: Ở đây thì con thấy là hơi nặng, tại vì nó có sự 10:09... bình thường, nhưng mà ở thất thì con đi thoải mái hơn, nhiều khi đi mà cảm giác nó nhẹ.

[Trưởng lão]: Đó, cái đó mới đúng đó con. Nó cảm nhận trên thân mình nó nhẹ nhàng, nó thoải mái, còn đi mà tập trung gom quá nó nặng lắm

[Tu sinh]: (10:28) con ngồi Tứ Niệm Xứ thì con chưa có vững lắm, con tập trung hơi nhiều.

[Trưởng lão]: À đúng rồi, bây giờ Tứ Niệm Xứ Thầy thấy bây giờ con tu như thế này: Con đừng có ngồi kiết già, mới đầu con ngồi kiết già nó gom vô nó nặng lắm; con ngồi bình thường tu Tứ Niệm Xứ con ngồi thoải mái, dễ chịu; đừng có ngồi khoanh chân, khép chân lại, con ngồi trên ghế hay ngồi duỗi chân rồi con giữ thanh thản, an lạc để nó tự nhiên hơn. Nó nhẹ nhàng lắm mà nó sẽ đi tới. Con trước tiên là con phải

tu ly dục, ly ác pháp, ly hết cách... tâm hoàn toàn thanh tịnh, thanh thân, an lạc, vô sự mình nhắc nó rồi.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy! con tác ý là, thân an, tâm tịnh. Thầy dạy hôm trước, an thì không có nhúc nhích động đậy. Đầu óc đừng có suy nghĩ...

[Trưởng lão]: Đúng rồi, được rồi đó, đúng cái tác ý của nó, tác ý như vậy kể như khi mà con ngồi, sau đó con cứ cái lệnh rồi con ngồi nó vô, tự theo cái lệnh nó vô. Rồi con thấy cũng như cái bác Hàng hồi nãy. Thầy dạy, bác cứ lệnh rồi bác ngồi nó yên, nó không có bị cố gắng mình nhiếp tâm, tự nó nó vô, mà nó vô nó kéo dài cho đến khi mà nó hết cái ly dục của nó rồi; rồi bắt đầu tập thêm, ly dục thêm thì nó tăng để cho mình cái niệm thoải mái nhất, nó an trú một cách kỳ lạ, nó tỉnh, nó thật tỉnh mà nó tưởng nó, nó nặng....

Cho nên trước khi mà tu Tứ Niệm Xứ con nhắc nó con, con nên nhắc, tác ý nhắc, nhắc cái thân tâm của mình, rồi bắt đầu mình để tự nhiên mình nhắc rồi. Còn thường thường rồi khi mà cái tâm mình nó muốn đi mình đứng dậy đi, mà nó muốn nằm thì cứ nằm đừng có sợ mà cảnh giác, để mình đi,

mình ngồi thì nó đi, mình đứng dậy đi là mình nhắc, rồi bắt đầu để cho nó theo cái bước đi mà nó trở ... mình điều khiển bằng cái phương pháp tác ý, chứ không phải bằng cái sự ức chế. Cái đó là cái hay nhất, bởi vì cái lực của cái phương pháp tác ý. Cho nên sau này mình điều khiển thân tâm mình bằng cái lực, chứ không phải mình dùng cái ức chế.

[Tu sinh]: 12:50 nó không bị gò bó trong ...

[Trưởng lão]: Đúng đó con, không bị gò bó. Với tất cả cái oai nghi của mình cái Ngồi cũng không bị gò bó trong cái giờ giấc bao nhiêu nữa...

[Tu sinh]: Thế còn hai pháp...

[Trưởng lão]: Vậy đó con, đó... còn bao nhiêu, nhất là Tứ Niệm Xứ này, để tự nhiên hết. Bây giờ để bảo vệ cái chân lý của nó, cái thanh thân, an lạc, vô sự. Tự nó nó nhập vào cái trạng thái đó, mình không có được gò bó hết, đừng gò bó ức chế nó, thành ra mình khéo léo tu. Mấy con tác ý nó nó vô nó không gò bó. Còn không mình cứ mình nhớ mình tác ý « tâm thanh thân, an lạc, vô sự » tức là mình gò bó rồi đó con, bị ức chế nó. Còn mình nhắc tác ý bảo: tâm ly dục, ly

ác pháp, tâm thanh tịnh, thân phải an trú, an ổn. Mình nhắc nó vậy, chứ mà lỡ vô nó tự nhiên lắm, nó không có bị gò bó, rồi mình ngồi thoải mái mình chơi vậy thôi. Vậy cái nó vô im phẳng phác.

[Tu sinh]: Trong cái Định Niệm Hơi Thở thở, nhiều khi thở nó bắt buộc mình đếm, thành ra con sợ gom tâm vào đó... con quên bếng đi, tự nhiên nó...

[Trưởng lão]: Cái đó là cái Định Niệm Hơi Thở, nhưng cái Định Niệm Hơi Thở nó sẽ trợ giúp cho mình khi thân, tâm bất an mình mới dùng cái Định Niệm Hơi Thở Thở. Khi Con Tu thời gian để dành cái Định Niệm Hơi Thở thở, đối trị với cái sự bất an của nó trong Tứ Niệm Xứ, chứ nó không có tụ tập gì nữa. Chỉ sử dụng lúc mà mình thấy bất an của thân, thân bất an, tâm mình bất an thì sử dụng Tứ Niệm Xứ. Con chỉ dùng Định Niệm Hơi Thở thở để đẩy lui cái bất an đó bằng cái Định Niệm Hơi Thở. Khi xong rồi thì trở về Tứ Niệm Xứ, cái bất an đó trở về cũng ở trên cái pháp hơi thở. Nên cái pháp hơi thở chỉ mình tôi có thời gian, rồi dùng nó để sử dụng thôi chứ không có xài cái đó, để tụ tập tới nơi tới chốn, mình sử dụng để đẩy lui chướng ngại.

[Tu sinh]: Quan trọng nhất là Tứ Niệm Xứ

[Trưởng lão]: Tứ Niệm Xứ con, Tứ Niệm Xứ là Chánh niệm đó. Nó là cái Chánh niệm trong Bát Chánh Đạo đó. Cho nên nó là cái Chánh Định 7 ngày, 7 tháng, 7 năm thì chứng đạo. Còn cái kia nó phụ để đẩy lùi chướng ngại trên Tứ Niệm Xứ thôi. Mình biết áp dụng là mình thành công, không có làm sao, bởi vì mình vô đó mình đâu có ước chế, mình tác ý, mình dùng cái Pháp Như Lý Tác Ý mình Tác Ý, mình ra lệnh nó hết rồi, bắt đầu mình ngồi tự nhiên cái nó vô; Vô nó kéo dài cho đến đến một cái lúc nào đó mà cái sức ly dục, ly ác pháp nó chưa đủ ; nó còn nó chưa ly hết thì nó bung ra, tự nó bung ra con. Nó bung ra để mình biết rằng mình chưa, cho nên mình phải nhắc ly dục, ly ác pháp. Hoặc là mình dùng cái tri kiến mình quán xét, mình tư duy như con làm bài. Những cái bài mà con làm vậy chứ nó nằm trong đó nó ly nhiều lắm, nó ly rất nhiều bởi vì mình đang triển khai cái Định Vô Lậu. Nó phá vỡ những cái lậu hoặc, mình hiểu chừng nào nó phá, tự nó phá vỡ nó ly ở trong đó, nó ly ở trong cái tâm của mình. Nó hay lắm chứ không phải không đâu, tu đúng, con tu đúng tự nó nó ly. Tu sai nó bị

ức chế.

[Tu sinh]: Thành ra khi mà Tứ Niệm Xứ mà bung ra, bung ra có nghĩa là như thế nào?

[Trưởng lão]: Nó bung ra nó trở lại cái trạng thái bình thường, nhưng mà nó không có còn an trú. Nó trở ra thì mình xả nghĩ mình không tu nữa. Mình đừng có muốn tu lại là mình ức chế nó. Mình biết là bây giờ mình đi làm bài, làm bài Định Vô Lậu, mình tư duy, suy nghĩ mình làm cái bài đó rồi lần lượt con xả. Rồi bắt đầu con ra lệnh mình vô đó nó mới vô. Tu Tứ Niệm Xứ nó mới vô, vô bao nhiêu giờ cũng được hết, 16:48 ...

(Alo, con, có gì không con? Biết con! Rồi Thầy sẽ báo cho Thầy Chân Giác hay cái điều đó, rồi con. Thôi con, bình yên chứ không có gì đâu con, Vậy thôi, rồi con)

.....

[Tu sinh]:(18: 42)Từ trước con bị gò bó trong cái vấn đề mà quy tắc này kia, thành ra nó không có thoải mái lắm, bây giờ nó bung ra thì ... được

[Trưởng lão]: Đó, thì con tập như vậy, để mà Thầy xem xét Thầy thấy Thầy biết Thầy hướng dẫn con. Con sẽ tu thoải mái

hơn, mà tự nó nó vô. Mình đi vô mình tu cái Pháp Như Lý Tác Ý, cái pháp lệnh, cho nên mình cứ tập dần, cái lệnh nó hay lắm con. Con biết cái lệnh con tu, cái thân con nó bị đau nhức chỗ nào con tác ý nó đi mất. Cho nên tới cuối cùng con tác ý bảo ngưng hơi thở nó ngưng không?

[Tu sinh]: Mình làm chủ rồi, về cảm thọ trên thân con tác ý nó mạnh lắm, nó kết quả nhiều lắm.

[Trưởng lão]: Đó, con thấy, bây giờ Thầy nói mấy con đứa nào cũng có bệnh hết, chỉ có khi nào có cái tác ý. Thầy thấy hầu hết là mấy con tu tập mấy con có cái sự làm chủ nó, có cái quyền làm chủ nhỏ rồi đó. Cho nên mình tiến tới, mình tiến tới để cho mình bảo vệ cái chân lý. Chân lý nó được bảo vệ, hộ trì chân lý đó con. Trong những cái tập sách Những lời Phật dạy đó thì có gì hơn là mình tác ý cái nó vô, nó vô tức là nó nằm ở trong đó. Nó nằm ở trong đó là mình chứng đạt được cái chân lý đó, mình sống trong cái chân lý đó nó không có bị ác pháp gì làm chướng ngại thân, tâm của mình, thì đó là Chân lý hộ trì.

Nhưng cái thời gian bây giờ nó chưa có đủ là tại vì cái tâm lý dục, lý ác pháp, cái

giới luật của mình nói chưa có nghiêm chỉnh lắm, nó còn những cái vi tế đó đó, do đó mà lần lượt nó sẽ do cái sự tu tập kế tiếp đây thì nó sẽ ly, nó lìa ra hết, nó hoàn toàn thanh tịnh thì cái pháp tác ý của con nó sẽ dẫn cho con đi vào cái chứng đạt. Minh tu thật sự ra nói nhẹ nhàng lắm, nó không có khó, còn cái kia mình ức chế mình gò bó mình quá, cho nên nó lạc. Thầy nghĩ rằng cái con đường của Phật dạy nó dễ quá, tại sao người ta lại hiểu lầm. Cho đến bây giờ người ta không có biết đường tác ý, rồi nó rơi vào những trong cái định, cái định sai không có đúng, cuối cùng thì người nào tu hoài mà không giải thoát, còn cái này rõ ràng là giải thoát. Bởi vì mình thấy mình làm chủ được, mình sai cái gì nó nghe cái nấy thì mình làm chủ chứ sao, rõ ràng chứ đâu phải mình nói chuyện mà nói mơ hồ đâu, nói mà không làm được, làm được. Cho nên nó thực tế, nó cụ thể, Thầy nói mấy con, bởi vậy Thầy mới dám tuyên bố cái lớp này người ta chứng đạo hết đó. Chứ còn nếu mà Thầy không biết chắc Thầy dám tuyên bố, các con hiểu điều đó. Cho nên Thầy thấy mấy con tu tập như vậy mấy con sẽ thấy, mà giữ độc cư trọn vẹn. Bởi vì phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình không có nói chuyện với ai hết thì nó

sẽ mau đến đó.

[Tu sinh]: Bạch Thầy, như vậy rồi con cái giới đọc cứ hơi khó giữ gìn chút, vì con còn muốn giúp cho những người khác trên các bạn.

[Trưởng lão]: Đã chứng đâu con, bây giờ cái phần, cái duyên của mình như vậy thì mình cần thời gian, để mình tu tập cái này, rồi lần lượt mình thấy nó được rồi bắt đầu ... cuối cùng trong 1 tháng, nửa tháng mình khép chặt trong vòng một tháng, hai tháng, một năm, bảy năm. Thời gian đó bởi vì mình chuẩn bị hết cái phương pháp tác ý của mình có hiệu quả rồi đó. Nhưng mình còn cái duyên, cái nghiệp duyên nó còn duyên với chúng sanh, cho nên mình phải làm xong hết rồi chỉ trong vòng thời gian ngắn là xong hết, nó không có lâu đâu

[Tu sinh]: (22:22) Mong được thưa Thầy , nghe Thầy nói ...

[Trưởng lão]: Nó là sự thật con, cái sự thật, cái sự thật..... không có cái gì đâu.

[Tu sinh]: ...

[Trưởng lão]: Được con đâu có gì, bởi vì cho họ biết cái bài giảng đầu tiên của cái lớp đào tạo. Bởi vì trên thế giới này người ta

dạy Thiên, dạy tu chưa dám xác định, Thầy xác định trước cho mọi người.

[Tu sinh]: chỉ có cái ngày đầu tiên và ngày thứ hai lớp nữ, ngày thứ năm lớp nam, ...còn sau đó

[Trưởng lão]: Đúng đó con, không có được chọn.

[Tu sinh]: Qua ba cái buổi như vậy, tâm minh bạch được cái điều của Thầy, nó khẳng định rõ ràng lắm. Về sau là chuyên nghiệp rồi.

[Trưởng lão]: Thực ra mình giới thiệu cho mọi người biết, đó là ba buổi đầu tiên, con biết điều đó. Cho cả thế giới họ xôn xao. Để không họ thấy người đó ngồi thiền một, hai tháng, một năm họ cho người đó nhập, chưa đâu. Nó chưa chắc, nó chưa chắc làm chủ, chưa phải làm Phật, đạo Phật chứng cái điều này.

Thầy triển khai từ cái Định Vô Lậu, con thấy, bắt buộc mấy con làm bài để Thầy triển khai cái đầu óc của mấy con, triển khai ghê gớm lắm đó, mới triển khai để cho nó thành cái vô lậu đàng hoàng. Rồi kể đó thì con thấy cho 1 phút, an trú, nhiếp tâm và an trú. Thầy phân biệt được cái danh từ để con

niếp phục tâm và an trú tâm, hai cái này nó khác con.

Nhiếp phục tâm: là dùng cái tri kiến của mình mình nhiếp phục những cái tâm, những cái ác pháp làm động tâm mình, mình nhiếp phục được cái tâm không còn động. Còn cái nhiếp tâm và an trú nó khác. Phân biệt rõ hai cái phần tu.

[**Tu sinh**]: Được làm đúng như Thầy nó kết quả nhanh lắm, không phải nó kết quả rất nhiều mà nó kéo dài rất lâu.

[**Trưởng lão**]: Cái đó là cái đúng đó con, mình tu đúng.

Rồi con.

[**Tu sinh**]: 24:37... (không nghe được)... con lên trình với Trưởng lão vì con về trễ học, con không kịp làm bài. Con xin cái bài kế tiếp con làm

[**Trưởng lão**]: Bữa nay con nộp cái bài đó.

[**Tu sinh**]: Cái bài vô thường.

[**Trưởng lão**]: Các pháp vô thường hay là?

[**Tu sinh**]: Thân vô thường.

[Trưởng lão]: *Bây giờ con tiếp tục con làm cái bài các pháp vô thường. Con viết các pháp vô thường là từ cái, để Thầy nhắc cho biết cái cách thức làm. Từ ngàn cây, ngọn cỏ cái vật hữu hình, cho đến cái vật vô hình như thời tiết, nắng, mưa gió, bão, động đất, thiên tai, hỏa hoạn đều là sự vô thường của ... con hiểu.*

Tức là con làm bài con nhớ tất cả những cái hiện tượng trên đài điện, báo chí đăng nó nói xảy ra tai nạn này, tai nạn kia đều là sự vô thường. Nó do cái duyên nhân quả mà nó có sự vô thường đó. Cho nên con học những cái bài nhân quả rồi. Bây giờ tới cái bài Thân vô thường, các pháp vô thường, để thấy tất cả những cái nó không thường. Thường xảy ra thế này, thế khác là coi như hiện tượng nó vô thường không có gì hết. Để báo cho chúng ta biết rằng cả cái thế gian này đều là vô thường hết, không có cái pháp nào. Đừng nói đất, đá, núi sông mà không có vô thường, nó thay đổi liên tục, còn gì nữa mà chúng ta ham hố ở trên cái thế gian này. Để chúng ta xác định cho được cái nghĩa vô thường của nó, cho nên chúng ta không còn dính

mắc, không còn chấp ngã, mình Thấy cho thật thấy, thật rõ. Nhờ mình có tư duy, quán xét, mình có làm bài, mình có tư duy, suy nghĩ mình mới thấy nó như thật, còn mình quán nó sơ sơ không thật. Mình cũng nói vô thường nhưng mà để trấn áp cái tâm của mình trong cái lúc nào đó thôi, chứ chưa hẳn là như thật.

Còn hôm nay mấy con cố gắng mấy con làm nó sẽ thấy như thật. Mà như thật thì chúng ta còn gì nữa mà chúng ta ham hố ở trong cái thế gian. Còn gì nữa mà chúng ta dính mắc, chúng ta xả hết. Xả mà không tiếc một cái gì nữa hết. Bởi vì tất cả không có cái vật gì thường, chúng ta bảo vệ được hết, không bảo vệ được, đó là tất cả các pháp đều vô thường, không giữ gìn được cái gì hết. Thành ra thấy phải như thật, quán phải như thật, để rồi mấy con mới đi về mấy con tiếp tục. Sau khi làm bài này Thầy sẽ cho làm tới.

[Tu sinh]:....

[Trưởng lão]: Cũng được con, nó thâm nhuần, mình làm như vậy nó sẽ thâm nhuần.

[Tu sinh]: Con chỉ có vậy thôi.

[Trưởng lão]: Rồi được rồi.

[Tu sinh]: Thưa Trưởng lão cái bài các pháp vô thường.

[Trưởng lão]: Ừ, các pháp vô thường con, làm theo thứ tự của nó là các pháp vô thường.

[Trưởng lão]: Có gì không con?

[Tu sinh]:Dạ thưa Trưởng lão con trình Thầy

[Trưởng lão]: Rồi, con tập đi, Thầy thấy con coi đúng hay sai đây. Con làm đi, Thầy xem coi đúng không, không đúng Thầy sửa lại, mà đúng thì thôi. Con đi đi, con đi kinh hành coi.

Rồi, còn cái phần trị bệnh, con ngồi con tập trị bệnh cho Thầy xem coi. Con trị bệnh, con làm sao ? Con tập lại cho Thầy xem coi đúng. Được rồi con, đúng rồi, như vậy là trị bệnh đó. Con làm như vậy đúng rồi, không có sai đâu. Con về con vật như vậy là tốt rồi đó. Rồi bắt đầu bây giờ con về con tập **thêm cái Pháp: Tâm phải ly dục, ly ác pháp ; tâm phải thanh thản, an lạc, vô sự ; tâm phải lìa tham sân si hết, tâm phải như cục đất. Con nhắc vậy.**

[Tu sinh]: Đó là cái câu tác ý như vậy!?

[Trưởng lão]: Cái câu các ý đó con, con tác ý như vậy, rồi bắt đầu con ngồi. Con ngồi thoải mái con, con khỏi cần ngồi khoanh chân xếp bằng vậy. Con ngồi như cái ghế con ngồi chơi, rồi con để nó tự nó vô, nó vô cái sự thanh thân, an lạc, vô sự. Đó là con tu Tứ niệm xứ. Còn khi nào nó bung ra, nó có chướng ngại thì con dùng ; **cánh tay cái thân con nó có bị chướng ngại gì đó, nó mỏi hay nó tê, thì con sử dụng cánh tay con đưa ra đưa vô vậy, con bảo: cái chân này nó tê bảo: Đi, không có được ở đây, thọ là vô thường, mày đi ra, theo ra nha. Con nhắc vậy rồi con đưa tay ra: An tịnh thân hành tôi biết tôi đưa tay ra, An tịnh thân thành tôi biết tôi đưa tay vô, con đưa tay ra vô, lát cái chân con nó hết tê, không có đau nhức. Hể mà nó hết đau nhức rồi con nhắc:Tâm phải thanh thân, an lạc, vô sự nha, phải nhập vô, phải im lặng, không có khởi niệm, tâm phải thanh tịnh, thân không có đau nhức, không có mỏi mệt nữa, phải ngồi bất động. Bắt đầu nó đi vô thanh thân, an lạc, vô sự.**

Con về con tu cái tâm Tứ niệm xứ đi con, thêm cái Tứ niệm xứ. Hai cái pháp kia.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy, cái mục Tứ niệm xứ coi như là ngồi bình thường, thư giãn nhưng mà cứ ngồi tác ý cái câu Thầy vừa nhắc.

[Trưởng lão]: Đó, nhắc như vậy đó.

[Tu sinh]: Không có cái động tác như ngồi để mà thở,

[Trưởng lão]: Ờ, không có ngồi mấy cái động tác kia khác. Con nhớ rồi phải không? Về tu. Bây giờ con về ngoài đó giúp cho mẹ của con, bảo mẹ con giữ cái tâm thanh thản, an lạc, vô sự, đừng có lo lắng, đừng có buồn phiền gì hết. Tất cả đều là nhân quả hết mẹ đừng có lo, con giúp mẹ con để cho mẹ con ở trong cái trạng thái thanh thản, bà ngồi, bà nằm, hay hoặc bà đi đều là bà giữ được cái trạng thái đó, thanh thản đó. Con cũng vậy, con tu vậy, con cũng lớn tuổi rồi đó.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy, khi con chưa vào được đây, con tu tại đây thì con ở nhà con tu... Nhưng mà đến khi mẹ con có qua đời, thì cái việc đưa tang làm sao Bạch Thầy!

[Trưởng lão]: Tang không khó gì hết. Mẹ con qua đời thì đừng có rước Thầy chùa về tụng kinh, không có cầu siêu gì hết, thanh thản. Rồi bắt đầu trong gia đình anh em, chị

em mua vải tằm liệm mẹ, một miếng vải lớn vậy, rồi bắt đầu để cái thân của người mẹ nằm trên miếng vải. Rồi bên đây một người, bên đây một người ở đầu hai vải dỡ nó lên để vô cái quan tài, đừng có nhờ người ta tằm liệm, đừng có nhờ ai hết, trong gia đình của mình thôi. Rồi bắt đầu mình phủ vải lên, rồi bắt đầu mình phủ cái miếng người mẹ đó nam tả, nữ hữu. Người phụ nữ thì bên mặt mình kéo vô trước, bên trái vô sau, trên đầu đẩy xuống, ở dưới chân kéo lên. Rồi bắt đầu mình đây nắp quan tài lại, có cái gì mình đem theo mình bỏ vô như quần áo của mẹ mình bỏ dưới chân, con hiểu không? Xong rồi đây nắp quan tài lại, rồi bắt đầu khoảng chừng trong vòng 1 ngày thôi, đừng có để lâu, trong một ngày gia đình, anh em, chị em đào huyệt hay hoặc mình đem thiêu, thiêu rồi mình lấy cái tro đó, mình bỏ vào trong cái hũ đừng có đem đến chùa, Họ dùng cái đó họ làm con tin không được. Mình làm cái hũ mình đem về đất đai của mình, mình đào cái lỗ mình chôn, mình chôn cái hũ dưới đó, rồi mình xây cái mộ nhỏ thôi, nó không có hao đất nhiều con. Nhưng mà lâu lâu mình ra mình viếng thăm mộ mẹ của mình, con hiểu không? Anh nhớ em này kia tới cái ngày từ ngày Tết, mình về mình thăm mộ.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy, về cái ... họ không để quá một ngày đâu Thầy ạ. Chỉ trừ tết nhất họ không có điều kiện họ đi chôn được thì họ phải chờ mai. Còn mất sớm thì họ đến họ ...

[Trưởng lão]: Vậy hả con, vậy quý lắm.

[Tu sinh]: Họ không để cho quá một ngày đâu.

[Trưởng lão]: Như vậy là quá tốt con, như vậy là tiện nữa. Như vậy là mình xong rồi, cái mình để cái bàn thờ lên mình thờ mẹ. Trong cái ngày đó, trong cái này chết, con đừng có rước Thầy tụng kinh, thì trong gia đình con khuyên anh chị em nên Thọ Bát Quan Trai. Sống đúng 8 giới ăn ngày một bữa. Con thấy không, mình lo cái đám tang mình đem giới luật của Phật mình hồi hướng cho mẹ mình.

[Tu sinh]: Cái đó được không?

[Trưởng lão]: Được chứ, cái đó lợi ích lắm con, lợi ích lớn lắm. Tất cả anh chị em ở trong nhà bây giờ, mẹ chết mình sung sướng gì mình ăn ba bốn bữa. Mình ăn một bữa giống như Phật để ước nguyện cho mẹ mình, con thấy làm đúng giới mà, có phải khôn? Thọ bát quan trai, rồi trong cái ngày đó giữ

yên tĩnh, mình sẽ tu tập ngồi giữ tâm thanh thản, an lạc, vô sự trong gia đình Im phăng phắc. Sau khi chôn cất xong rồi bà con đến phúng viếng gì đó cũng được, ở đây chúng tôi làm cái đám tang im phăng phắc, không kèn, không trống, không chuông, không mõ, không tụng niệm. Nhưng mà tôi giữ gìn cái giới luật, thực hiện pháp để tôi ước nguyện cho mẹ tôi sanh được làm người, có được Chánh pháp này tu được giải thoát, con hiểu không? Như vậy nó thực tế chứ. Trong nhà nó im phăng phắc, đám ma mà như không có cái gì hết, nó bất động. Mà làm được vậy thì nó quá hay, mẹ con có phước mới được như vậy đó. Chứ còn không thôi nó ồn láo lắm.

[Tu sinh]: Còn sống ngày hôm nay mẹ con bây giờ....

[Trưởng lão]: Mẹ con khổ quá. Thôi, mấy con có duyên mấy con tu, rồi mấy con hướng dẫn cho mẹ con cho nó... chứ không có. Cái cuộc đời người phụ nữ khổ quá, Thiệt không có cái gì khổ bằng.

Con ra con, con lo về ngoài đó, chừng nào mà con sắp xếp xong rồi con mới vào tu. Còn chưa xong con ở gần bên mẹ con.

Thôi con ra con, chắc bữa nay con ăn

cơm rồi, mai con mới về hay là hôm nay?

[Tu sinh]: 43:56 Con ... xe bạch Thầy, thì nhà xe thời gian tết. Mẹ thì lo.

.....

[Trưởng lão]: Con lấy cái tờ này con viết, làm vậy nó đi quảng cáo có ra gì đâu.

Cái này của ai nó đưa cô Út, nó đem nó rải cùng nó đưa chỗ này tờ, chỗ kia tờ, nó đi quảng cáo lạ lùng.

[Tu sinh]: Bây giờ Mình phải có thông tin nữa Thầy, Thầy phải viết một bài tại vì cái đó nó đưa lên trang web rồi, trang web của mình .

[Trưởng lão]: Không, nói chung là nếu mà Thầy làm sáng tỏ thì nó động cả cái thế giới. Bởi vì bây giờ tại Việt Nam mình nó in ra nó đưa vậy

[Tu sinh]: Vậy thì những cái đó, mình phải làm đưa ra mình sẽ dẫn người ta ra.

[Trưởng lão]: Nó cũng đưa lên trang web đủ thứ hết

[Tu sinh]: Người ta không thấy được đấy là cái tưởng, đấy là cái lực của tưởng; người ta nói đấy là những cái màu nhiệm

của tu hành , Người ta chui đầu vào đấy hết đó Thầy, như con hồi trước là con chui đầu vào hết, cái sai lầm lớn là phổ biến ra quần chúng.

[Trưởng lão]: Thầy sẽ biết một cái bài Thầy trả lời cho biết đây là cái sai

[Tu sinh]: Tại vì nó đã có sẵn trên nền trang web mình rồi, giờ mình đưa lên để mình nói những cái sai đó.

[Trưởng lão]: Hôm đó Thầy đọc báo Thầy đã thấy báo đăng rồi, Minh Tâm đem về cái tờ báo Thầy đã đọc rồi, Thầy thấy chú bé này ngồi trong hộc. Thầy nói nó ngồi thế này mà chim nó đậu, dạng kỳ kỳ, mà nó là Phật giáo chứ. Cái sai ở đây. Người ta nói cái tôn giáo này thôi....

[Tu sinh]: Người ta đã đưa lên trang web mình rồi thì mình nói, chứ còn đưa lên trang web của tu viện mà không lẽ mình để yên làm như mình chấp nhận cái đấy là của Phật giáo.

104-(LCK-0430)

- * Trình pháp Tứ Niệm Xứ
- * Vấn đạo đức Phật trong Niết Bàn
- * Cõi trời
- * Giao cảm với Thầy
- * Nhẫn nhục



... Xả nghĩ mình tác ý mình, xả nghĩ thì con nên làm thế này: mình có thể mình đi quét rác, hay mình hốt rác, làm cái công chuyện khác đi, không có tập trung ở trong óc. Con tập trung con viết nhiều, hoặc là con tập trung nơi bước chân đi con thì nó bị căng.

[Tu sinh]:

[Trưởng lão]: Bởi vì nhìn xuống nó gom, bây giờ mình xả, con nhìn lên vậy này nó đỡ hơn? Cái đó mình có cách nó đỡ. Nhưng mà điều kiện là không có nhìn lên đâu, mà mình nhìn bình thường thôi, rồi mình tác ý cho nó xả. Con dùng cái pháp tác ý, pháp ý hay lắm.

Ở đây Con có dịp con nghe Thầy Chân

Thành nói về cái Pháp Như Lý Tác Ý mà Thầy đã sử dụng chừng một năm rồi tới nay, thì cái Pháp Như Lý Tác Ý Thầy rất chịu rồi. Thầy tác ý mà cái gì trong thân của Thầy đau bệnh gì nó cũng hết. Thậm chí cả cái buồn ngủ tác ý cũng hết. Cho nên Thầy thức suốt đêm không có buồn ngủ gì hết, cái phát tác ý không đó.

Cho nên bây giờ, con mà gặp cái trường hợp này con dùng pháp tác ý, tác ý riết nó có cái hiệu quả kỳ lạ, nó giúp cho con bỏ qua cái nghiệp, nó cũng là cái nghiệp tập trung của mình quá nhiều, cái sức của mình tập trung nhiều. Mấy con ráng tu đó là cái sức mấy con tu khá nhiều. Nhưng mà mình biết xả, mình biết tiến thì mình cũng phải biết xả, xả ra. Tức là mình biết thư giãn thôi, sống bình thường. Coi như cái tâm của mình có chướng ngại gì thì mình tác ý mình đừng có gom, không có thì mình giữ lại bình thường.

Tới đây thì coi như là trong cái vấn đề Định Vô Lậu này, mấy con còn làm một số bài nữa là coi như mấy con tạm đủ để mấy con xả tâm, một số bài nữa là hết rồi. Do đó lúc bây giờ mấy con sẽ tập trung vào cái sự tu tập nhiều hơn, và gần đây thì Thầy

công việc cũng rất nhiều. Bây giờ cái trung tâm an dưỡng hiện ở ngoài Hà Nội nó sẽ sắp sửa, tức là nó xin phép rồi; Bây giờ nó sắp sửa để xây dựng thì chắc chắn là Thầy phải trực tiếp đi ra ngoài đó để mà điều hành, để hướng dẫn cho nó đúng cách. Cho nên do vì vậy mà Thầy phải thường xuyên không có ở trong cái lớp nhiều.

Tới cái giai đoạn này, tới cái tháng thứ 3, tháng thứ nhất, tháng thứ hai rồi. Con thấy bây giờ hai tháng rồi đó, còn tới cái tháng thứ 3 thì bắt đầu tu tập tới cái giai đoạn tu tập xả tâm, tu tập xả tâm ly dục ly ác pháp. Nó không phải ức chế tâm, nhiếp tâm, an trú tâm trong 1 phút nữa, cái đó chỉ giữ như con tu. Vì nhiếp tâm, an trú tâm trong một phút mà các con tập trung nhiều nó mới nặng đầu đó. Con cũng bị

[Tu sinh]: Con xin, thực ra thì con muốn tập trung cái vọng tưởng, không vọng tưởng thì thật ra thì con mặc kệ nó, nhưng mà con thấy nó không có vọng tưởng tự nhiên. Trong đầu con không thấy tập trung gì hết.

[Trưởng lão]: Nó gom lại, nó không vọng thì con bị nặng đầu, đó là cách thức tự

động nó gom lại, nhưng mà con không biết xả, con thấy nó không gom, con cứ nỗ lực con đi hoài.

[Tu sinh]: Nửa tiếng con đi một lần, nửa tiếng con đi một lần.

[Trưởng lão]: Thành ra, bây giờ không phải tu tập Thầy bảo tu có một phút thôi, một phút mà không có niệm, nhiếp tâm và an trú. Con lại đi hoài, đi hoài mà nó cứ gom vô đó nó không có niệm.

[Tu sinh]: Con đi rèn nghị lực.

[Trưởng lão]: Rèn nghị lực là mình đi đứng lên ngồi xuống, nhưng mà lại nó gom phải không, gom nó không có niệm. Vậy thì con phải tu ít thì nó không có con, con tu tới 30 phút nó hơi nhiều. Bởi vì nó gom, cái tâm của con nó gom nó không có niệm, nó không có một niệm nào.

Cái phần phát tâm, con có áp dụng vào cái tri kiến xả tâm nhiều, cho nên nó ly dục, ly ác pháp nhiều. Cho nên khi mà con đi vậy nó gom, nó không có tản mạn, nó gom; cho nên cái cơ thể con nó chưa thích nghi được, cho nên nó quá cái sức, quá cái thời gian dài của nó. Thì cái thần kinh của con thường thường nó động, bây giờ nó phải gom vô đó,

thành ra nó căng thần kinh con chứ không có gì đâu, cho nên con xả ra thì con sẽ hết đó con, không có gì đâu.

[Tu sinh]: Bây giờ con thấy con đi một cái là con ngồi con đưa tay ra, đưa tay vô là tự nhiên nó không có vọng tưởng và con thấy nó ... bây giờ con không đi nữa.

[Trưởng lão]: Phải rồi, nó có buồn ngủ không?

[Tu sinh]: Buồn ngủ thì con đi, con đi miết, có khi tối là con đi suốt.

[Trưởng lão]: À không, thí dụ như buồn ngủ thì con đi mà không buồn ngủ thì con ngồi lại. Chứ con đi hoài, sợ ngồi ngủ, sợ ngồi lại ngủ phải không?

[Tu sinh]: Con đi miết.

[Trưởng lão]: Khi nào nó buồn ngủ thì con mới đi, khi nào nó không thì con ngồi lại, con ngồi lại nghỉ. Đi coi như là vì buồn ngủ mà tôi đi, còn không thì con đừng có đi nhiều, còn mình buồn ngủ thì mình mới ráng mình đi thôi, không buồn ngủ đừng có đi. Mà còn sợ là khi con ngồi lại thì nó ngủ phải không?

[Tu sinh]: Tự nhiên con thấy khi con

ngồi lại nó thấy... 5:43. Mà con đứng lại một chút rồi bắt đầu nói im lặng xong nó cũng xuất hiện mấy cái đó con ... quét,...

[Trưởng lão]: Bình thường, cho nên vì vậy mà con dùng cái phát tác ý, tác ý khi mà mình ngồi lại.

[Tu sinh]: Tác ý làm sao?

[Trưởng lão]: Con tác ý: “an tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành...”; hay là “ với tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra”. Rồi con đừng có nương vào hơi thở mà con để cái sự im lặng, tức là tâm thanh thản, thì nó không bị tập trung. Chứ con nương vào hơi thở nó gom lại.

[Tu sinh]: Mình chỉ tác ý vậy thôi.

[Trưởng lão]: Mình chỉ tác ý vậy thôi rồi mình để cho nó tự nhiên, con thiện xảo khéo léo để con phá hết cái căng đầu con là con vượt qua cái nghiệp này con tu tốt đó con. Tại vì con dễ dàng nhiếp tâm, nó an trú, nó gom lại cho nên nó dễ. Cho nên bây giờ mà tới cái giai đoạn mà con tu Tứ niệm xứ con ngồi chơi, tự nó nó im lặng, nó đi vào im lặng là con thành công. Nhưng mà phải qua cái đợt căng đầu của con. Chứ không

nói im lặng là nó gom vô cái thanh thân của nó nó cũng căng đầu, nó thời gian sau nó hết. Cái căng đầu con, bởi vì thời gian sau con đừng có để cho nó gom lại nữa, nó tự nhiên. Tự nhiên nó xảy ra, cái cơ thể con nó thích nghi nó hết nó hết căng; mà nó hết căng con ngồi thanh thân, tự nó nó gom vô sự thanh thân mà nó không căng đầu. Thì thời gian sau con vượt qua cái căng đầu con thì con tốt lắm, tu tốt lắm.

[Tu sinh]: Bây giờ là con không có làm bài gì nữa

[Trưởng lão]: Không con, con để cho nó thư giãn đi con, không có làm bài gì nữa, con nghỉ đi, rồi Một thời gian sau nó quân bình được rồi, tức là cái cơ thể con thích nghi được rồi, thì con bắt đầu tiến tới. Trong cái giai đoạn mà tôi tới thì con tu Tứ niệm xứ.

[Tu sinh]: Thưa Sư Ông, còn cái .. con vừa đau đầu, vừa đau xương vai nữa. Đau tức, đau ba cái một lần thì con tác ý làm sao?

[Trưởng lão]: Con sẽ tác ý: các cảm Thọ trên thân hãy đi “ An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân thành tôi

biết tôi thở ra”; hay hoặc là “ an tịnh thân hành tôi biết tâm tôi thanh thản, an tịnh thân hành tôi biết tâm tôi im lặng, thanh thản an lạc”. Tùy theo mình đặt ra những câu trạch pháp, mình trạch ra những cái câu đó để mà con tác ý cái tâm thanh thản, rồi con giữ cái tâm thanh thản của con. Cố gắng con sử dụng cái Pháp Như Lý Tác Ý để mà đẩy lùi tất cả chướng ngại. Khi mà con ngồi im mà con thấy cái hiện tượng tưởng nó hiện ra sắc tướng hay gì đó thì con cũng tác ý.

[Tu sinh]: Con thấy là hồi còn 8:16... con thừa Sư Ông đó, sau khi con người lại con giữ tâm thanh thản, con thấy cái ánh sáng nó tiến tới...

[Trưởng lão]: Con tác ý bảo dừng, ...

[Tu sinh]: Con đứng dậy con đi, con thấy cái đó là con đứng dậy con đi.

[Trưởng lão]: Cái đó nó mới hết, có điều kiện là con tác ý con xả đi.

[Tu sinh]: Tác ý thôi

[Trưởng lão]: Nhớ cái phát tác ý, bởi vì pháp tác ý là dẫn tâm vào đạo, dẫn nó vào cái chỗ mình muốn cho nó bình an. Những

hiện tượng đó là hiện tượng có thể nó bị rối, nó rối loạn thần kinh, thành ra cái tưởng nó hoạt động thêm. Tức là từ cái chỗ ý thức của con bây giờ nó có cái sự gom lại, nó ngưng lại nó không có hoạt động theo cái ý thức nữa, thì cái Tưởng thức nó hoạt động. Cho nên cái mặt mà nó gom lại đó thì con thấy về cái Ý thức con thì nó không có bị căng, vì nó ngừng lại nó không hoạt động theo cái bình thường của nó, cho nên những cái thần kinh nó bị căng, đó đó nó căng thì cái hệ thần kinh khác nó hoạt động. Cho nên nó dễ, dễ thấy những cái hiện tượng làng mạc. Nhưng mà con không sợ, vì ý thức con còn biết, con còn thấy rõ ràng bằng ý thức, cho nên con dùng cái pháp tác ý để con nhắc nó, không có sao đâu.

[Tu sinh]: Thưa Sư Ông còn cái lúc mà đứng, đứng tác ý, lúc con thấy con đi rèn nghị lực con tác ý để con đi 10 bước, thì con thấy cái tay của con nó đưa qua, đưa lại, nhưng mà con nhìn ra, con nhìn ra cái thân của con thì vẫn bình thường, không có hết.

[Trưởng lão]: Con cảm nhận đưa qua đưa lại tức là nó cảm thấy vậy; tức là tưởng hành, cái tưởng hành sau này nó sẽ đưa thật đó con. Đầu tiên thì mình cảm nhận thôi,

chứ mình thấy cái thân, ý thức mình nhìn nó là không đúng. Nhưng mà sau này thì nó sẽ đưa thật sự đó, nó đưa thật sự.

Chú Linh hôm đó ở đây cũng vậy, mới đầu Thầy cái thân của chú, nó cảm như nó lúc lắc, thấy nó lúc lắc, nhưng mà chú quan sát kỹ thì không thấy, chú thấy không có, nhưng mà sau này nó lúc lắc thật, lúc lắc thật mạnh. Ban đầu lúc lắc nhẹ, yếu, sau nó lúc lắc thật mạnh.

[Tu sinh]: Bây giờ con phải tác ý bỏ

[Trưởng lão]: Tác ý bỏ con, Thầy nói ban đầu Chú cũng nói về cái hàm răng chú tự động nó đưa qua đưa lại, đưa qua đưa lại; chú cảm Thầy, Chú coi lại thử coi có không, nhìn lại không có, Nhưng mà chú cứ kệ nó, sau đó nó đưa thiệt, nó cứ đưa qua đưa lại, đưa qua đưa lại hoài mà tự động nó đi. Kỳ này chú mới vào rồi bây giờ chú mới về bên Mỹ, chú vừa về bên Mỹ đó là nó đã hết rồi. Giờ Thầy bảo tác ý: bảo đừng, không có đưa hàm răng qua lại như vậy, bộ mình khỉ hay sao, mà làm cái kiểu kì vậy. Cuối cùng thì nó hết, mạnh dặn đó con, mạnh dặn tác ý.

Bởi vì trên cái sự tu tập của đạo Phật, Đức Phật biết rõ cái phương pháp

tác ý rất là tuyệt vời, cho nên gọi là Như Lý Tác Ý, như một cái lý, nó làm sai cái gì đó, điều khiển nó bằng cái lý, bằng cái ý thức điều khiển nó, đó là một cái lợi ích lớn đó con, ráng mà tập đi, mấy con tu đi có những cái hiện tượng như vậy là cái hiện tượng mà mình vượt qua được những hiện tượng này là kết quả rất lớn, phải cố gắng.

[**Tu sinh**]: Thưa sư ông, con không có theo cái câu tác ý trong sách con đọc, con tự đặt ra.

[**Trưởng lão**]: Được, đặt ra cho nó phù hợp với cái hiện tượng mà con xảy ra, khỏi cần mà phải theo trong sách. Con cứ tự đặt, giờ thấy cái cơ thể mình hiện tượng nó có cái đó, tự đặt ra cái câu để đẩy lui cái đó đi đó là được.

[**Tu sinh**]: Thưa Sư Ông, còn mấy cái chuyện mà quá khứ, con có khi nó tự nó khởi ra, con tác ý như thế nào thưa Sư Ông?

[**Trưởng lão**]: **Cái chuyện quá khứ hả con? Con nói chuyện quá khứ:**

“ Quá khứ không truy tìm

Vị lai không ước vọng”

Đức Phật đã dạy: “quá khứ không truy tìm”, mà hiển ra phải đi. Ở đây tao không chấp nhận, mình không chấp nhận cái quá khứ, bởi vì quá khứ nó qua rồi, bỏ luôn không chấp nhận. “Quá khứ không truy tìm” nó tự nó hiển ra tức là nó truy tìm rồi đó, thành ra nó làm động mình; cho nên “ quá khứ không truy tìm; vị lai không ước vọng”, tương lai thì không có mơ mộng một cái điều gì tương lai.

Tức là Đức Phật muốn dạy mình mỗi niệm quá khứ không có chấp nhận, không truy tìm về nó, không có tư duy về nó, tức là mình dừng lại. Còn vị lai thì mình không có mơ mộng. Chỉ sống trong hiện tại mà thôi, nhớ những cái lời Đức Phật dạy thì con tập trung con tác ý nó con.

[Tu sinh]: Thưa sư ông, còn con có trách ra một câu tác ý ra “không được nhìn, nói luôn luôn với bất kỳ ai hết” cứ mỗi lần con bước về thất con lại đọc cái câu đó có được không?

[Trưởng lão]: Được con, đó là câu phòng hộ mắt tai mũi miệng thân ý, con tác ý nó giúp cho mình giữ gìn ...

Rồi, con đi.

[Trưởng lão]: Con lên con!

[Tu sinh]: Con ngồi ghế.

[Trưởng lão]: Con cứ ngồi đi con.

[Tu sinh]: Con trình bày về 14:06. Thưa Thầy, nếu như con là một hành giả mà thật sự mà không tu tập được và hàng ngày thì con tác ý câu: “tâm thanh thản, an lạc, vô sự” thì khi chết con về đâu?

[Trưởng lão]: Nó sẽ về chỗ thanh thản, an lạc, vô sự.

[Tu sinh]: Hoặc là như là cô Liên Châu, cô có một cái công đức lớn như thế và cũng không tu tập thì đến khi chết thì về đâu

[Trưởng lão]: Cô sẽ làm trở thành nhà giàu đó.

[Tu sinh]: Nếu đắc đạo thì con có thể trở thành một người toàn năng được không hả Thầy?

[Trưởng lão]: Một người đắc đạo thì một người có đủ khả năng toàn năng rồi. Bởi vì tự tâm nó thanh tịnh rồi thì nó có Tứ Thần Túc; Tứ Thần Túc thì cái năng lực toàn năng rồi.

[Tu sinh]: Thưa Thầy! Thời Đức Phật

Thích Ca Mâu Ni, rõ ràng là Đức Phật biết là sau khi Đức Phật nhập diệt thì đời sống sẽ rất khổ. Thế tại sao Đức Phật không nghĩ ra sẽ để lại mỗi một vùng có một vị A la hán để điều chế cho cái hành tinh của chúng ta không bị đau khổ thừa Thầy?

[Trưởng lão]: Đức Phật Thầy duyên của chúng sanh chưa có đủ. Trong cái thời Đức Phật nó còn bộ lạc, cái sự di chuyển rất khó từ nước này cho đến nước khác. Chỉ có Phật sinh ra tại quê hương Ấn Độ, mà trong thời Đức Phật còn có đi mấy cái bộ lạc, chứ đâu có xa lắm, cái phương tiện di chuyển không có xa. Cái hành tinh, cái quả địa cầu của chúng ta còn mênh mông, khó mà đi phục; cho nên vì vậy nó chỉ để lại cái Giáo Pháp còn lại cho chúng sanh đó là may mắn, chứ còn gọi là Truyền thừa, để mà lợi ích cho chúng sanh thì không thể được.

[Tu sinh]: Thời đại lúc bấy giờ Đức Phật không thể triển khai được?

[Trưởng lão]: Không thể triển khai, đi bằng ngựa, bằng trâu, không có xe gì, không có máy bay, máy bò gì hết, đi bộ là nhiều nhất. Cho nên chỉ để lại được cái Giáo Pháp là mừng.

[Tu sinh]: Không có được nhiều như Thầy, kinh sách...

[Trưởng lão]: Đúng rồi, sách hồi đây chỉ nói thôi. Nói chung là không có phổ biến được

[Tu sinh]: Con Kính Bạch Thầy! Như vậy có một ...

[Trưởng lão]: Nó tiện lợi hơn và con người nó không còn cái lạc hậu, nó có những cái kiến thức sâu rộng và khoa học nó cũng cụ thể hơn.

[Tu sinh]: Thưa Thầy! Đức Phật vào Niết Bàn rồi vẫn nhìn thấy chúng ta đang hoạt động?

[Trưởng lão]: Đang thấy hết

[Tu sinh]: Nhưng mà chỉ để biết thôi chứ không thể.

[Trưởng lão]: Cái duyên của chúng sanh biết rất rõ, tại cái duyên của nó nó phải chịu vậy, không có làm sao.

[Tu sinh]: Luật nhân quả công bằng?

[Trưởng lão]: Công bằng, không có làm sao.

[Tu sinh]: Vậy thì con không hình dung

được là lúc mấy giờ ở trong Niết Bàn, không có hình người như này?

[Trưởng lão]: Không, không có hình người gì hết. Con chỉ nhớ có cái thanh thân, an lạc, vô sự thôi.

[Tu sinh]: Không có một cái hình gì hết, liên lạc được với nhau mà vẫn trao đổi được.

[Trưởng lão]: Không, không có gì hết nhưng mà thế ở trong đó cái người có đủ thứ thần túc rồi, họ muốn gặp nhau thì họ sẽ tương ứng nhau họ biết.

[Tu sinh]: Lúc bấy giờ cũng không người.

[Trưởng lão]: Cũng không thấy người, không có gì đâu, mình đừng có nghĩ như mình đâu, mình tiếp xúc bằng ngôn ngữ, nữ bằng ý của mình. Còn kia người ta tiếp xúc bằng sự tương ứng. Nó bằng cái từ trường chứ nó không có bằng cái con người, nó khác lắm.

[Tu sinh]: Thế thì không biết là trụ ở chỗ nào trong không gian ạ?

[Trưởng lão]: Ai?

[Tu sinh]: Đức Phật Thích Ca

[Trưởng lão]: Ở chỗ nào cũng có hết.

[Tu sinh]: Thưa Thầy có tất cả?

[Trưởng lão]: Có tất cả, chỗ nào cũng có. Chỗ nào có thanh thân là chỗ đó có hết. Con lấy cái chí của con mà con hỏi cái chuyện của Phật thì không làm sao con hiểu nổi.

[Tu sinh]: Không thể hiểu được, nhưng mà cũng để hiểu biết, không có thì sẽ thành ra nó cứ đặt những cái câu hỏi mà không?

[Trưởng lão]: Cứ nghĩ tưởng là có cái chỗ đó chắc ông Phật, có mấy ông Phật ngồi lóc ngóc cũng như mình bây giờ vậy? Mấy con giàu tưởng tượng ghê, coi Phật mà sống giống như mình.

[Tu sinh]: Vậy thì khi nhập Định, thì cái thời gian vào định và cái thời gian xuất định là đều do cái Tứ Thân Túc đấy điều khiển, chứ không phải là do?

[Trưởng lão]: Cái nhập định đó là khi chúng ta còn thân chúng ta nhập định, chứ còn ở trong thanh thân, an lạc, vô sự là định rồi chứ không còn thân. không còn nhập và xuất nữa. Cái chỗ đó là cái hoàn toàn là nó bất động.

[Tu sinh]: Con ngồi thiền 30 phút, sau con tăng lên 1 tiếng thì con nghĩ là cái thời gian đây là do cái duyên anh đủ duyên để nhập vào đây, thì cái thời gian đây là giống nhau. Và cái lúc xuất định thì tự cái định nó dừng lại ở đây để mình xuất ra, chứ không phải là do Thầy mà lúc bấy giờ Thầy muốn tác ý thời gian thêm có phải không ạ?

[Trưởng lão]: Không phải con, Bởi vì khi mà có định thân tức rồi, thì mình muốn nhận định nào mình gặp, mình muốn ở trong định đó bao lâu thì quyền của mình hết rồi. Ở đây, bây giờ cái quyền của con người đó rồi, con người có đủ cái năng lực, năng lực làm chủ rồi, muốn nhập cái định nào thì nói nhập. Con muốn nhập Nhị thiền là nó nhập, nhưng mà vào niết-bàn rồi thì không có nhập định đâu. Bởi vì khi còn cái thân này thì nó còn nhập Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền. Nhưng mà không còn cái thân này vào Niết Bàn rồi thì nó không cần định đó nữa.

[Tu sinh]: Khi vào Niết Bàn thì không bao giờ quay về con người nữa?

[Trưởng lão]: Về con người thì phải tập tham sân si nữa mới chịu.

[Tu sinh]: Thế là về không có làm gì được nữa, nhân quả cũng tận.

[Trưởng lão]: Không có làm gì nữa, nó hết rồi, nó ra ngoài cái quy luật của nhân quả. Nhưng mà nó không phải đi ra khỏi cái không gian này, nó đang ở đây? Nó đang ở đây hiện tại mà khắp cùng. Nói thì thật ra mình nghĩ giống như Thiên Tông, nhưng mà sự thật nó không phải vậy. Tại vì cái trí của mấy con thì thiệt làm sao mà hiểu nổi, nó khó hiểu. Mấy con chỉ nghe nói mường tượng chứ mấy con chưa biết. Khi nào tu xong rồi biết, tới đó rồi mới biết mùi vị.

[Tu sinh]: Con cũng gặp Thầy trao đổi từ hôm trước, từ hôm Rằm Tháng Tư, thì đợt này con cũng có các dự định 21:20 ... do là mình tham quá, tham cái pháp mình quá, nên nó .. như vậy hôn trầm.

[Trưởng lão]: Đúng vậy.

[Tu sinh]: Trong cái thời gian con dừng lại và trong cái thời gian năm tiếng của buổi chiều thì rất là tốt. Tối 7giờ 30 là bắt đầu đi kinh hành. Đi kinh hành đến ra rửa mặt thì nó lại tỉnh táo lại bình thường.

Thưa Thầy! Nếu chỉ ăn ngày một bữa, rồi sống trong thiện pháp thì chết có về đâu

không?

[Trưởng lão]: Về cõi Trời,

[Tu sinh]: Về cõi trời.

[Trưởng lão]: Con biết cõi Trời ở đâu không?

[Tu sinh]: Cõi Trời là mười cái thiện.

[Trưởng lão]: 10 cái thiện đó, mình sẽ vào trong mười cái trạng thái Thiện đó.

[Tu sinh]: Thế còn trong cùng một thời gian,...

[Trưởng lão]: Tất cả những cái điều đó phải giữ tâm thanh thản thì Thầy nghe. Con kêu mà con không thanh thản thì không giao cảm được Thầy thì Thầy không nghe gì hết. Con cứ sợ hãi, con dao động hoài.

[Tu sinh]: Thầy sẽ ở bên khi tâm con thanh thản.

[Trưởng lão]: Khi tâm con thanh thản thì lúc bây giờ mới nghe. Bởi vì nó tương ứng nó mới nghe được, còn nó không tương ứng thì một người nó ở cái xứ nào, nó không ở xứ này thì nó không giống nhau làm sao nghe. Còn con ở trong cái xứ đó cho kêu thì nó nghe chứ sao?

Cũng như con ở cái tổ đường này con kêu thì Thầy nghe. Mà con bây giờ con không ở trong cái tổ đường này mà con ở đâu, cái nhà khác nó xa làm sao Thầy nghe. Cho nên cái nhà mà thanh thản, an lạc, vô sự là cái nhà chung của chư Phật. Con sống được ở đó con gọi thì Thầy nghe, tại vì Thầy đang ở trong đó, rồi Chư Phật cũng đang ở trong đó, con gọi Thầy họ cũng nghe chứ đâu phải riêng Thầy nghe không? Cũng như bây giờ con gọi Thầy thì những cái người ngồi trong cái nhà này chắc mấy người này cũng nghe hết, có đúng không? Tại vì họ ở trong cái nhà này, cái đó là nó cụ thể nó rõ ràng mà, nó đâu có cái gì mà mơ hồ đâu. Chung trong một nhà gọi phải nghe, dù không muốn nghe cũng phải nghe, chứ không có làm sao không nghe hết. Ghi cho chết cho nhiều mà không vào đó uống quá à con.

[**Tu sinh**]: Vâng, đúng rồi coi như vút vào sọt rác.

[**Trưởng lão**]: Ghi chép nhiều mà không ở trong đó thì uống quá.

[**Tu sinh**]: Cho vào sọt rác ạ. Thừa Thầy những cái trường hợp nằm mơ, xong

mấy năm sau nó đúng như thế.

[Trưởng lão]: Cái đó là tướng giao cảm, tướng giao cảm nó thực hiện qua những cái giấc mơ con, cái giấc mơ nó nằm ở trong một ý thức, cái ý thức gọi là mộng. Thì trong khi đó Cái tướng của con nó giao cảm cách đó hai ba năm gì đó, hay hoặc là 5, 10 ngày sau. Con nằm chiêm bao con thấy đó là cái tướng của con nó giao cảm trước rồi nó mới thực hiện qua giấc mơ. Thí dụ như bây giờ con sắp sửa là tháng sau này con sẽ đi vào trong miền Nam, nhưng mà tối con nằm chiêm bao con thấy chiếc tàu nó Đứt khúc hai nó nhảy xuống hố, bao nhiêu người chết, con thấy rõ ràng, nhưng mà đúng vậy con đi trên tàu Đó con thấy xảy ra cái tai nạn đó quá ghê gớm chỉ còn mình con còn sống, thì con nói sao mà cái giấc mộng của mình nó giống vậy, đúng vậy, chính xác quá vậy. thì lúc bấy giờ con mới Thấy con cũng hiểu, tại sao mình biết được vậy. Nhưng mà không ngờ đó là cái tướng của con nó đã giao cảm.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, nó phải nhận biết từ trước, nó lưu xuất cho mình?

[Trưởng lão]: Vì cái phước của con cho nên nó nhận ra nó bảo cho con, những câu

chuyện mộng thì nó có cặp sách mà người ta đã ghi lại những cái mộng nó có thực tế đó. Thì có cái mẹ con của cái vị đó là đi đến thăm chồng của mình làm ở xa. Ở bên Pháp mà họ đi qua ở bên Ấn Độ. Chồng họ làm việc ở bên đó, bây giờ họ đi qua đó họ thăm. Cái đêm đó thì đưa xuống tàu đi, nhưng mà bà mẹ nằm chiêm bao thấy tàu đắm, bao nhiêu trên tàu chết hết.

[Tu sinh]: Bà không cho đi.

[Trưởng lão]: Bà cũng đi bởi vì đi để thăm chồng, cho nên bà đi và bà đem theo đứa con, nhưng mà trên mình bà trang bị cái phao, nghĩa là ngủ cũng ôm sao, như thế nào cũng xô phao hết. Thì ở trong tàu mọi người, người ta thấy ngạc nhiên, tàu bình an như Thế này mà sao bà đem cái phao, bà ôm cái phao bà trông cái phao cho con bà với bà như thế này, bà quá khổ như vậy. Thì bà nói thôi kệ tôi, tôi làm gì tôi làm, mấy ông đừng có hỏi. Chứ bà không có dám nói cái chuyện mộng寐 của bà. Nhưng mà khi tàu chìm, nhờ cái phao đó mà hai mẹ con nổi. Thì lúc bấy giờ người ta đến người ta cứu thì còn có hai mẹ con sống, còn bao nhiêu người nó lọt xuống biển chết hết, nó nhờ cái phao đó mà nó nổi.

[Tu sinh]: Cũng nhờ giấc mơ ạ?

[Trưởng lão]: Thì nhờ giấc mơ đó, cho nên mẹ con sống được là nhờ cái giấc mơ đó báo, đó là cái phước của nhân quả cho nên nó qua cái dao cứa của cái tướng, nó mới thể hiện qua giấc mộng, giấc mộng đó mà bà sợ cho nên bà cũng đi thăm chồng. Làm sao không đi được, cho nên vì vậy bà đi thăm chồng mình thì trang bị cho con và mình, hai mẹ con người mộ cái phao. Rồi bắt buộc phải cột chặt ở trong người nó, cho nên cuối cùng thì tàu đắm thì người ta quỳnh, người ta rối loạn hết, còn bà thì sẵn phao cho nên bình tĩnh, hai mẹ con bình tĩnh nổi trên biển. Tàu lần lần chìm xuống thì họ nổi trên biển, tàu khác đến người ta cứu được hai mẹ con.

[Tu sinh]: Hai người có phước cho nên có những cái giấc mơ.

[Trưởng lão]: Thì đó là cái phước, tức là sống thiện đó, sống thiện nó mới có những cái giấc mơ để báo, nó có nhiều cái rất mơ nó rất hay nhưng mà người ta không biết tại sao con người lại có những cái giấc mơ như vậy. nhưng mà người ta không ngờ là tự trong thân chúng ta có cái tướng Uẩn, cái

tướng Uẩn nó luôn luôn nó làm việc, nó làm việc để nó bảo vệ.

Cũng như con có cái chuyện gì mà xảy ra, sắp Xảy ra điều gì đó thấy bữa nay con mắt nó giật lia lịa, không biết chuyện gì, con đâu có đoán được phải không. Nhưng mà ngày hôm sau nghe báo có cái chuyện xảy ra ở gia đình của mình, hoặc đi đâu chúng chờ một trận cũng thấy nó báo đó chứ sao. Đó là những cái hiện tượng của cơ thể, nó giao cảm, mà nó biết được cái sự kiện ác pháp đến, cái nghiệp nó đến nó báo.

Cho nên tất cả những cái này đều do tướng của chúng ta hết, do tướng Uẩn. Chứ không phải chúng ta ngồi tướng, nghe nói tướng, mấy người cứ ngồi, cứ nghĩ tôi ngồi tôi tướng cái chuyện đó không có ai mà ngồi tướng. Tại vì cái tên danh từ của nó đức Phật gọi là Tướng Uẩn. Vì Sắc Uẩn, Thọ Uẩn, Hành Uẩn, Hành Uẩn, Thức Uẩn. Thì cái Tướng Uẩn nó cũng như cái Sắc Uẩn vậy. Cái phân hoạt động nó vậy.

[Tu sinh]: Thôi con dừng lại đây, con thì cái nhận thức của con chậm, thành ra con hỏi Thầy nhiều làm cho Thầy vất vả.

[Trưởng lão]: Không phải, con chuẩn

bị cho mình hành trang để mà đi vào Niết Bàn cho nó sớm.

[Tu sinh]: Thứ hai nữa là còn có mấy năm nữa mà ra đi mà không hỏi những cái thắc mắc như thế là tiếc.

[Trưởng lão]: Con tính con hỏi con đem theo làm sao mà hỏi, mình đi vô trong đó cần gì phải hỏi, tự mình đã thấy đã ở trong đó rồi còn chưa khỏe sao. Thầy đã chỉ mấy con rồi, cứ thanh thản, an lạc, vô sự thì chừng đó sẽ thấy hết mọi thứ.

Giờ lớn tuổi rồi ráng tu đi con, hỏi cho lung thì phải tu cho nhiều đó.

[Tu sinh]: Dạ có chứ ạ.

[Trưởng lão]: Con phải ráng tu cho nhiều.

[Tu sinh]: Thầy ơi con cố lắm đấy ạ.

[Trưởng lão]: Chứ Thầy Thầy vô thường nó đặt cọc rồi.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, con làm bài vô thường, Thầy xem, nên.

[Trưởng lão]: Bởi vậy, Thầy bảo con vô thường mà con không nhớ

Thôi, rồi con trình bày

[Tu sinh]: Con đã nộp bài rồi, cho con xin con ghi thêm.

[Trưởng lão]: Rồi, con hỏi Thầy.

[Tu sinh]: Con ngồi.

[Trưởng lão]: Con ngồi ghế đi con.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, con thấy khi con tu đó Thầy, cái đi kinh hành thì nó ít muốn đi hơn. Cái trạng thái nó quay vô thiền mà nó tỉnh đó Thầy, xả thiền ra thì con tác ý Định Sáng Suốt đó Thầy.

[Trưởng lão]: Cái định thư giãn thanh thân, an lạc, vô sự.

[Tu sinh]: Con thấy cái Định Sáng Suốt, tự nhiên cái trạng thái nó muốn nằm, đi kinh hành tự nhiên nó vô cái nó ngồi, ngồi rồi nó muốn nằm nữa. Cái trạng thái làm biếng không biết. Trời ơi! con thấy kỳ quá, nằm bắt đầu cái theo ý 1, 2 phút mình sơ ý, nó có niệm gục một cái là nó vào trong xuất hiện mộng tưởng Thầy. Chỉ cần sơ ý là mộng tưởng nó xuất hiện như con ... vậy đó.

Con ngồi vậy, con vậy nó tỉnh, ngồi vậy là nó tỉnh. Cái trạng thái sao nó muốn nằm, kỳ quá.

[Trưởng lão]: Con phải chiến thắng nó bởi vì nó có cái trạng thái mà nó không có tình; con phải thắng nó, tức là con phải cố gắng con chiến thắng nó mới được. Con phải lôi con nỗ lực con ngồi chứ còn con bắt buộc nó, nó thành thói quen chứ không khéo nó cứ muốn nằm. Con phải thắng nó không có được để cho nó nằm: Không được, mà không có được nằm tao biết mà nằm mà lạng đi.

[Tu sinh]: Nó nằm nó lạng, trời ơi, tới khi con nằm con thấy con lạng vô thiếp một cái là vô mộng tưởng.

[Trưởng lão]: Nó mộng tưởng, mộng đó con.

[Tu sinh]: Tự nhiên con cái thanh tưởng nó kêu nó thành. Trời ơi!

[Trưởng lão]: Đó thì bắt đầu con nên bắt ngồi, ngồi nó ít có lạng con. Thầy Chân Thành Thầy cũng sợ cái vấn đề nằm, nó vô mau lắm.

[Tu sinh]: Mà nó khiến cái mình nằm Thầy ơi, nó kỳ lắm nha.

[Trưởng lão]: Nó khiến, nó làm cho mình muốn nằm đó, nó lôi mình nằm đó.

Nhưng mà mình chống lại liền tức khắc, ngồi, khép chân kiết già đàng hoàng ngồi, thanh thân, an lạc.

[Tu sinh]: Nằm thì con thấy nó vô thiên nó khỏe liền đó.

[Trưởng lão]: Nó khỏe nhưng mà điều kiện nó bị vô.

[Tu sinh]: Không niệm, không niệm là con sẽ tưởng nó xuất hiện nữa, nhưng không có tưởng. Con ngồi, cứ con ngồi 1 tiếng nó vô cái sắc tưởng nó hào quang gì đó Thầy. Con ngồi nửa tiếng thì tự động khi nó vạch ra. Làm như tới đó là nó không ... đó Thầy, đúng nửa tiếng là nó ngưng.

[Trưởng lão]: Không có sao đâu con, bây giờ theo Thầy thiết nghĩ thì con chỉ cần rảnh con giữ tâm thanh thân, an lạc, vô sự, tu Tứ niệm xứ. Mình ngồi cái tư thế nào đừng có ngủ, ngồi tư thế nào nó yên ổn, đừng nằm, tránh nằm, con nghe ông Hiệp Ca Diếp ông vì cái trường hợp xảy ra ông không có lưng không bèn chiếu không nằm. Nghĩa là ông không có nằm, ông ngồi, ông ngồi ông tu, thảng tu là tới. Chỉ có tâm thanh thân thôi.

[Tu sinh]: Cài đặt tướng con là Tứ niệm xứ thanh thân phải không Thầy?

[Trưởng lão]: Ờ, cái đó là dễ

[Tu sinh]: Nếu mà thanh thân 12 tiếng đồng hồ, ôm Pháp Thân Hành Niệm như Thầy nói.

[Trưởng lão]: Mười hai tiếng đồng hồ là có thể nó xong rồi

(Đi rồi hả con, khách đi rồi, mới đi...

Con có trả giấy luôn chưa?..)

Không đủ duyên thôi, chứ bây giờ người ta mở lớp mà bây giờ hai tháng rồi, bắt người ta phải dạy lại.

[Tu sinh]: Ai Thầy

[Trưởng lão]: Cái ông Thầy ở ... này, Thầy đâu có nhận.

....

Cái này là ở trên mail đó mấy cô Thu Phương, Hạt Cát với Tâm Đức, Như Đức, Như Hạnh. Đưa ra những cái pháp âm những cái buổi giảng của Thầy, bảo Thầy nghe theo cái địa chỉ này nghe những cái pháp âm có gì không? Báo cho nó chỉnh lại cho đúng. Đưa những cái bài pháp của Thầy thuyết giảng ở đây lên trên mạng.

[Tu sinh]: Thưa Thầy con muốn hỏi,

cái trạng thái nó thanh thản trong 12 tiếng đồng hồ, nó vẫn không buồn ngủ nó vẫn thanh thản không có niệm đó Thầy, tức là nó đã ly dục, ly ác pháp luôn hả sao Thầy.

[Trưởng lão]: chứ sao, nó ly luôn.

[Tu sinh]: Nó ly luôn hả Thầy.

[Trưởng lão]: Nó thanh thản là nó lên luôn, nó không có điện nó ly luôn.

[Tu sinh]: Con thanh thản được 4 tiếng là hết cỡ rồi?

[Trưởng lão]: Thì nó lần lượt nó tăng lên, lần lượt nó còn niệm nó xảy ra thì mình sẽ xả.

[Tu sinh]: Vậy là lúc đó cái trạng thái đó đâu cần đi kinh hành phải không Thầy?

[Trưởng lão]: Đâu có cần, không có cần đâu, nó buồn ngủ mới đi kinh hành chứ không để nó mất cái thanh thản.

[Tu sinh]: Con có nên hỏi Thầy là, con không có nên dùng Định Vô Lậu để xả ngủ không hay là phải đi kinh hành; nhiều khi con làm biếng đi kinh hành, con thấy con dùng cái đó được.

[Trưởng lão]: Thì mình dùng cái Định

Vô Lậu đó xả nó thôi. Mình xả cái tướng ngủ, nó cũng là một cái niệm ngủ, niệm si đó, mình xả nó được. Nếu mình xả được mình khỏi cần đi kinh hành, sợ mình xả không được mình phải buộc động thân thôi. Thành ra nó khó, cái niệm si nó khó lắm. Cho nên vì vậy mà cố gắng, thấy dạng của nó là nó si, tức là nó si hoặc là nó sẽ vô mộng đó, thì cái đó không được. Cho nên vì vậy mà làm sao cho nó tỉnh thức luôn luôn luôn luôn mà nó không bị gì hết mà nó kéo dài trạng thái thanh thản, an lạc, vô sự, mà nó kéo dài chừng nào là mình đạt chừng đó. 12 tiếng đồng hồ là đủ Tứ Thần Túc rồi đó, khỏi cần Pháp Thân hành niệm đâu. Bởi vì Tứ niệm xứ là cái pháp tuyệt vời. Còn nếu mà buộc lòng mình thấy nó chưa được thì mình phải ôm pháp thân hành niệm mình đi thôi. Tức là 12 tiếng đồng hồ nó chưa có Tứ Thần Túc là mình phải ôm Pháp Thân hành Niệm.

[Trưởng lão]: 12 tiếng đồng hồ mà thanh tịnh vậy đó, Mình thấy rõ ràng mà nó chưa đủ Tứ Thần Túc. Nói chung là giờ ngó chừng khoảng 6 tiếng đồng hồ là nó đã có cái hiệu lực của pháp tác ý rồi tức là có Tứ Thần Túc rồi đó. Con tác ý đuổi bệnh, con tác ý đuổi gì nó cũng đi hết, bảo làm sao nó

nghe hết, Tứ Thần Túc ý.

[Tu sinh]: Con tác ý Tâm như đất lìa tham sân si mạn nghi không Thầy, con tác ý vậy tâm quay vô đó Thầy.

[Trưởng lão]: Vậy đó, nó ly đó, nó ly nó lìa ra. Nó quay vô nó thanh thân.

[Tu sinh]: Hồi nãy nó cầu cơ đó Thầy, tự nhiên con ngồi thấy nó tuôn ra con mắc cười muốn chết mà không có tu được.

[Trưởng lão]: Bởi vì...

[Tu sinh]: Con mắc cười muốn chết, tự nhiên nó chạy tầm bậy tầm bạ. Ông Mục Kiên Liên liu riu, tự nhiên đọc tụng lum con mắc cười quá chừng.

[Trưởng lão]: Nó bằng Tưởng không, cho nên đưa mấy con mắt thì giờ mà nó không đúng cái hạnh, nó làm sai.

[Tu sinh]: Con không lên hỏi Thầy, chắc ba buổi chắc điên quá à. Thầy ghê quá.

[Trưởng lão]: Bởi vì hầu hết là người ta cầu cơ, cầu này kia là người ta đều qua cái tầng mê tín, tưởng, bị tưởng. cái hiện tượng của nó là cái hiện tượng của lực tưởng chứ đâu có gì đâu.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, vậy là con ngồi thiền 38:15 Để con giữ tâm thanh thản. Trong thiền đâu cần giữ tâm thanh thản, trong thiền mình để ý xem có niệm xạc vô không?

[Trưởng lão]: Thì lúc đó tâm thanh thản rồi, không có niệm thôi chứ không có gì. Mà Tứ niệm xứ nó là thiền.

[Tu sinh]: Tứ niệm xứ là thiền há Thầy....Con vô thiền hoài à, con vô Thiền ngày đêm vậy đó.

[Trưởng lão]: Đó là thiền Tứ niệm xứ, thanh thản, an lạc, vô sự là thiền. Thiền ly dục, ly ác pháp chứ không phải thiền ức chế tâm.

[Tu sinh]: Hèn chi con nói đi kinh hành để vô ... thiền. Sáng cũng vậy, mới có năm giờ cái nó thiền, cho ra nửa tiếng nó tự động nó buông xả, xong nó tự động, ráng ngồi 10 phút nó vô thiền, lại vô thiền ngày đêm vậy hoài. Chết rồi, vô thiền này, nó bị tưởng để hỏi Thầy, con không biết, vô thiền hoài vậy Thầy. Sáng đêm con thấy vô thiền hoài vậy đó, nó kỳ quá. Không ngồi thiền không được Thầy ơi nó quay quay, con noi trời ơi! Coi chừng tưởng, tự nhiên nó quay vậy, không

Thiền nó quay mình.

[Trưởng lão]: Tác ý cho nó dừng lại, và đồng thời mình vô đó mình giữ tâm thanh thân, an lạc, vô sự.

[Tu sinh]: Con vô thiền giữ tâm thanh thân Thầy.

[Trưởng lão]: Giữ tâm thanh thân,

[Tu sinh]: Con vô thiền con phát hiện ra tâm thanh thân.

[Trưởng lão]: Coi như là để tâm thanh thân nó kéo dài hoài hoàn toàn

[Tu sinh]: Như vậy mình có cần tác ý để ly tham, sân, si không?

[Trưởng lão]: Coi như là mình vào đó mình giữ thanh thân Chừng nào nó có chướng ngại thì mình mới tác ý đuổi thôi. Chứ còn mình không ở đó mình không tác ý, để nó im lặng

[Tu sinh]: Chừng nào nó có chướng ngại gì là mình mới hướng tâm tác ý đuổi ra Thầy.

[Trưởng lão]: Còn không có, thôi để cho nó thanh thân. Chứ còn mình người mới tu thì người ta tác ý để ly đi tham sân si. Tại

vì tham sân si người ta li chưa hết. Còn bây giờ mình tác ý nó động đi, cho nên nó mất cái thanh thân của nó. Thì cho mình cứ để khi nào nó có chướng ngại mới tác ý, mới sử dụng pháp đuổi nó.

[Tu sinh]: Tác ý là hướng tâm hay phải ra tiếng Thầy?

[Trưởng lão]: Ra tiếng, mà hướng tâm cũng được. Cái lực có thì mình nên hướng tâm. Còn nó chưa có thì mình nên tác ý.

[Tu sinh]: Dạ, con vẫn giữ trạng thái đó tu.

[Trưởng lão]: Vẫn giữ trạng thái đó, trạng thái bắt đầu từ cái tháng thứ 3, đầu tháng thứ ba này là mọi người đều phải tu Tứ niệm xứ hết. Để dùng cái Định Vô Lậu này mà xả tâm. Bắt đầu từ đây về sau Thầy đỡ nhiều rồi, không có cho làm bài nhiều nữa. Áp dụng vào nhân quả.

[Tu sinh]: Tức là bớt đi kinh hành phải không Thầy?

[Trưởng lão]: Bớt nữa, dùng Định Vô Lậu để xả thôi. Xả cho hết, ly dục, ly ác pháp thôi không có nhiều đó thôi để cho nó thanh tịnh được ở chỗ cái tâm mà nhờ cái Định Vô

Lậu chứ không phải nhờ cái chỗ ức chế tâm, nhiếp tâm, an trú tâm bằng đi kinh hành.

[Tu sinh]: Con thấy đi kinh hành là nó ức chế, dùng Định Vô Lậu thì nó đỡ Thầy. Giờ con đang vô cái Định Vô Lậu xả tâm.

[Trưởng lão]: Bắt đầu bây giờ coi như là tới thứ hai này Thầy sẽ dạy mọi người đều phải đi vào cái Định Vô Lậu để mà giữ cái tâm thanh thản, tức là Tứ niệm xứ để xả. mình học một số như vậy rồi thì mình áp dụng, chứ đâu phải là học để mà lý luận chơi. Nên buộc lòng phải áp dụng vào bài pháp.

Rồi, con lên đi con! Con ngồi ghé đi con. Có gì không con?

[Tu sinh]: Con cần cứu ai, năm 1982 thì vào hồi 4 giờ, ngày 29 tháng 11 năm 2005. Một giờ này thì làm lễ bên an táng bên 42:22 ... Thầy hồi hướng cho hương linh được gặp Phật Pháp. Con của cô Kim Liên, con rể nó bị ung thư chết. Thầy giúp để gặp ...

[Trưởng lão]: Mời cô vô con.

[Tu sinh]: Con giờ con kêu ông ấy.

[Tu sinh]: Con kính bạch Thầy, con một tuần nay con chỉ xả, con khởi lên những

cái tâm niệm của con cái si đó 43:01...

[Trưởng lão]: Con nói đây là cái duyên thôi, con chỉ khuyên nhắc nó thôi, Nếu nó không có nghe thôi, nó nghe là cái duyên, con cũng nói cái tụ tập bây giờ nó lợi ích như thế nào, thế nào, mẹ thì muốn các con, cuộc đời chẳng có gì hết, bởi vì các pháp đều vô thường không có gì. Con khuyên nó, nó có nghe không. Nếu mà nó nghe cũng là cái sự xách tẩn của con, cái lời khuyên của con, mà biết đâu chừng hướng dẫn nó đi vào con đường tu giải thoát. Đó là cái lòng mẹ đối với con là như vậy, thì con có thể là con viết thư hoặc gọi điện thoại. Đây là một cái chùm nhân quả của mình thì mình không có nên bỏ, mình có thể trực tiếp con đến con thăm nó, con gặp nó rồi con nói với nó thì hay lắm.

[Tu sinh]: Thầy cho con về một hôm.

[Trưởng lão]: Được mà con, bởi vì Thầy nói cái chùm nhân quả của mấy con nó còn nặng thì mấy con phải giải quyết cả một cái chùm nhân quả, để cứu khổ hết mấy con, tội lắm.

Được, mấy con sẽ về rồi mình lo tu, tu phần mình. Tức là mấy con bây giờ đứng

ở trong cái giai đoạn mấy con tu Định Vô Lậu, vô tu Tứ niệm xứ toàn bộ tập trung, vì Định Vô Lậu các con đã triển khai một số nhiều rồi. Về nhân quả, rồi về các Pháp Vô Thường, đó là những cái mục đích để cho mình sản tất cả những cái ác pháp được rồi. còn thêm nữa thì như Quán thân bất tịnh, quán thực phẩm bất tịnh, Quán Thập Nhị Nhân Duyên, cái phần đó là cái phần bổ trợ thêm cho cái Định Vô Lậu, để cho cái chi kiến của mấy con nó trọn vẹn, nó đầy đủ đó thì cái đó là phần sau. Còn cái phần này là áp dụng vào cái sự giả tâm để cho tâm thanh thản, an lạc, vô sự trong khoảng 12 tiếng đồng hồ là ấy con sẽ hoàn tất được con đường tu của mình. Miễn là nó kéo dài được thanh thản, an lạc, vô sự, nó không 1 niệm, không một chướng gì ở trong tâm con thì nó sẽ hoàn tất được con đường tu, nó ngắn, nó không có thời gian dài đâu.

Nhưng mà điều kiện là được như vậy là cả một công trình xả tâm. Nó phải có đầy đủ tri kiến, xả đến cái mức độ mà nó không còn có nữa chứ nó không phải bị ức chế. Các con cũng biết pháp rồi, chỉ còn cách tu nữa là đạt, mình nỗ lực thực hiện được.

Bây giờ cái ái kết sử của mình, cái duyên

nhân quả của mình nó còn nhiều, thấy ngồi đây mình thấy cũng thương tội nghiệp mấy con của mình, thì mình có bốn phận khuyên nó. cho nó nghe, để cho nó chuẩn bị được cái vai trò của nó, là nó bước vào con đường tu chứ không khéo nó cũng có cái nhiệm vụ cái vai trò của nhân quả của nó, không có đi được đâu.

[Tu sinh]: Thầy cho con về vài ba hôm.

[Trưởng lão]: Được con.

[Tu sinh]: Trong cái đợt này về mà các con nó không may nó đứt khoát là con không có ...

[Trưởng lão]: Để mình lo cái phần của mình. Đó là con hết bốn phận đối với con của mình rồi. Nó nghe được thì nó nghe, nó không nghe được thôi, nhưng mà con khuyên thôi chứ con đường bắt buộc, ép buộc chỉ khuyên thôi. Bởi vì mẹ thấy cái lợi ích, cái không lợi ích mẹ nói, con cứ lựa thôi chứ mẹ không có bắt buộc con đâu. Thì cái nhân quả của mọi người thấy được thì con nỗ lực mà con nghe lời mẹ, mà thấy chưa được thì thôi.

[Tu sinh]: Về cái Tứ niệm xứ thì con thấy, vừa nãy Thầy nói là phải ly dục, ly ác

pháp thì Tứ niệm xứ nó mới thanh thân, an lạc, vô sự được. Nhưng mà con Thưa Thầy con quán đời khổ, người mình nó khổ, 46:53 ... rồi cái cái sự ham muốn, cái đời của con từ trước tới nay, từ do cái sự ham muốn mà nó khổ.

Con học về nhân quả thì con cũng quán về nhân quả, nó cũng khổ, con thấy là mình tạo ra tất cả những cái nhân quả thiện ác, nó đem đến cái sự khổ đau. Con quán như vậy để cho làm sao mà cái tâm con nó bỏ hết, nó xả rớt ráo, cái tâm con nó thanh thân, an lạc, vô sự.

[Trưởng lão]: Đúng đó con mình phải áp dụng vào, áp dụng vào đó để mình xài chứ không phải là mình ức chế nó.

[Tu sinh]: Dạ, con dựa vào đó con xả. Thưa Thầy thứ hai con xin ở lại, có lẽ tuần sau con về...

[Trưởng lão]: Ngày thứ 2 con, rồi con đi, buổi sáng con nghe xong rồi trưa con đi. Thứ hai là Thầy dạy mấy con tu để mấy con tu về cái phần Tứ Niệm Xứ đó con, cho cụ thể để áp dụng những cái bài học Định Vô Lậu đó. Những cái nhân quả, rồi các pháp vô thường, con đã áp dụng vào rồi, biết cách

áp dụng vô để mà tu Tứ niệm xứ cho đạt được kết quả. Bây giờ tới cái giai đoạn tu nhiều rồi, học rồi, thông hiểu rồi bây giờ mới áp dụng.

Còn cái tu tập nhiếp tâm, an trú chỉ giữ cái mức bình thường đó để khi có chướng ngại trên thân con đau nhức thì con an trú đó mà con đẩy bệnh thôi. Để thực hiện cách tri kiến giải thoát này nó là chính.

Tới thứ hai Thầy sẽ dạy cách thức cho mấy con áp dụng và người nào cũng phải nỗ lực tu như vậy mới được. Coi như là ngồi không, để mà lo mà tập nội bấy nhiêu đó suốt ngày đêm, không có còn mà gọi là tôi phải tu giờ này, giờ này phải tu gì không có còn cái đó nữa, mà coi như là liên tục. Trừ ra có những cái chướng ngại thì nó thay đổi pháp, còn không chứ ngại thì ở trong Tứ niệm xứ mà thực hiện, nó thực hiện ...

[Tu sinh]: Con chủ động con vẫn giữ cái tâm Tứ niệm xứ, vẫn cứ bám chặt.

[Trưởng lão]: Bám chặt lấy Tứ niệm xứ. Bây giờ mấy con đã học hai tháng rồi, tới cái tháng thứ ba này là bước qua cái giai đoạn mà mấy con tu tập Tứ niệm xứ. Nếu mà xong thì trong vòng bảy tháng thì mấy

con sẽ thanh thân, an lạc, vô sự chứng đạt.

Vì cái lớp Thầy dạy không có lâu, nhưng mà điều kiện người nào mà tu đúng, giữ trọn động cư thì sẽ đạt được kết quả, mà người nào mà giữ không trọn giới luật thì coi như là không có đạt. Cho nên con thấy 7 tháng, hai tháng Thầy dạy Định Vô Lậu mà các con thấy những cái bài cốt cán để mấy con thành công. Các con học, hiểu từ nhân quả rồi cho đến cái thân vô thường rồi, các pháp vô thường rồi, còn gì của mấy con nữa đâu mà mấy con chấp. Cho nên tất cả đều buông xả xuống hết. Buông xả bằng cái sự hiểu biết chứ đâu có ức chế nữa, con hiểu không. Bây giờ con áp dụng, mà áp dụng trong vòng hai tháng thì còn 5 tháng áp dụng. năm tháng áp dụng thì phải xả hết. Nếu mà nỗ lực tu thật sự, mấy con tu thật sự mà đúng đắn thì 5 tháng áp dụng thì mấy con sẽ hoàn toàn thanh tịnh.

[Tu sinh]: Kính thưa Thầy, nếu mà con ở lại con tu thì cũng được; nhưng mà con nghĩ là nếu mà con ở lại mà con nó không hiểu nó chưa vững gia đình thì khổ nó quá. Cái tâm con để cho con cảm ơn Thầy, cho con nó nghe được....

[Trưởng lão]: Được rồi con.

....

Từ phút 50:54

Bài của con?

[Tu sinh]: Dạ không, có cái tờ mà cho trình Thầy.

[Trưởng lão]: Con ngồi ghế đi con.

[Tu sinh]: Mô Phật, bạch Thầy

.... Tuổi trẻ con bây giờ cũng không còn nhiều nữa, con đã bỏ tất cả đi, không tìm ra được cái chân lý của con đường tu. Vừa rồi con đọc cuốn sách của Hòa Thượng, cuốn mà Trở về đạo Phật con thấy, sau thì con tìm mà tìm không ra, không biết chỗ. Có người thì chỉ con dưới Long Thành. Con tính con đi tìm, sau mới trở về Cam Ranh con hỏi thì gặp ông Nghĩa. gặp sư phụ con thì sư phụ con nói con đừng đi xa. ông Nghĩa đã đi vô trong đó rồi, con đến ông Nghĩa, Ông Tuấn ở Cam Ranh giới thiệu con ra, thì gặp ông Quang. ông Quang đây. Kể ra cái duyên của con không biết đã đến chưa, con không biết được con thấy con cũng mừng quá, thì con nói thì thôi bây giờ để cho con vô con gặp Thầy, để con nhờ Thầy xét con, để cho căn

cơ con tại sao con đi tu mà nó gặp nhiều cái cảnh không được suôn sẻ, mà nó rất là... thành ra con đến đây con nhờ Hòa Thượng cũng rộng lòng mà chỉ bảo cho con. Con nói con đi kỳ này mà nếu như vô tới nơi, tới chốn mà gặp Hòa Thượng, con không còn... tại vì con đọc cái cuốn đó là con đọc đi, đọc lại bao nhiêu lần.

Con đi chùa, rồi tịnh xá, cũng nhiều chỗ con thấy con đường tu không có, thật sự con đường tu không có. Sau khi con được cuốn sách đó thì coi như là năm mấy gần 2 năm rồi, mà lúc đó thì không tìm ra được. Thế rồi con mới về chùa con ở mà con tìm thông tin ngày gần đây con tìm ráo riết, rôt ráo mới gặp được. Thì con cũng thưa Hòa Thượng cũng rộng lòng tha thứ, cứu giúp cho con, thì tuổi trẻ con bây giờ con không còn bao nhiêu nữa. Thì để cho con biết con đường tu để nó đi tới nơi, tới chốn. Nghĩa là để mình tìm con đường giải thoát chứ không phải là tìm cơm gạo để mà sống. Mà để Thầy, con đọc rồi con mới Thầy được, con cũng có mấy lần xin Hòa Thượng cũng rộng lòng tha thứ cho con, thương xót cho con.

[Trưởng lão]: Con ngồi xuống đi con đừng quỳ, Thầy sẽ cho phép, cố gắng mà

tu tập tuổi lớn rồi. Không còn bao lâu nữa, mà không tu tập đúng Chánh Pháp làm sao con được vào, phải cố gắng. **Có duyên được gặp Thầy, Thầy sẽ dạy cho lấy giới mà làm hàng đầu, lấy giới mà làm cuộc sống của người tu, lấy giấy làm đức hạnh ly dục ly ác pháp thì mới có thiên định, chứ đâu ngay bây giờ mà có thiên định được. Phải lấy Giới, Định, Tuệ, thì lấy giới là hàng đầu. Cho nên theo Thầy thì giữ gìn giới nghiêm túc là sẽ đạt được kết quả ngay liền. Giữ một cái giới là một cái Đức Hạnh, một phạm hạnh của người tu; giữ một cái giới, nó ly dục, nó làm chúng ta có giải thoát thật sự.**

Như Thầy ăn ngày 1 bữa, một cái giới không ăn Phi thời, ăn ngày một bữa, sáng thì cũng không ăn, chiều cũng không ăn. cho nên Thầy được giải thoát. mà ăn ngày một bữa Thầy có chết đâu, sống gần 80 tuổi rồi còn một năm nữa là 80 tuổi, mà Thầy rất khỏe, khỏe hơn mấy con nhiều. Mấy con thấy chưa, giới luật của Phật nó quý báu vô cùng. Tại sao người ta ném giới, người ta tu tập những cái gì để rồi người ta trở thành cái gì đây? Trở thành ma trở thành cái gì? Làm sao làm chủ

được sanh, già, bệnh, chết.

Mục đích của đạo Phật ra đời dạy chúng ta sống đạo đức, mà giới luật là đạo đức chứ gì, cho nên mấy con ráng. Thầy dạy sao mấy con nghe thì mấy con sẽ được giải thoát. Thầy rất tội cho mấy con đã từng xuất gia tu hành, mà giới luật cứ phạm tới phạm lui, mà không ai nhắc nhở nữa. Giới trước mặt đó, 10 giới Sa di các con thấy rõ không trì theo mà phạm.

[Tu sinh]: Dạ con thấy rõ, và con thực sự con cũng xin, khi mà con bước chân vào đạo là con hoàn toàn con cố gắng con giữ, con không để cho phạm. Tại vì con thấy, con nhìn trở lại con thấy con đường tu của người ta không có. Mà mình ở trong cái đám đó thì mình cũng như vậy thôi, bây giờ thôi mình phải xé rào, mình phải đi tìm đường mình đi cho cùng. Bây giờ cứ ở như vậy hỏi làm sao, mãi cứ mãi như vậy chờ ngày chết thì hỏi làm sao mà tu hành nữa.

[Trưởng lão]: Bây giờ như thế này, Thầy nói như thế này. Bây giờ Thầy nói như thế này, về chuẩn bị đâu đó hẩn hời, xé rào mà đi.

Ngày xưa Đức Phật cũng vậy theo ngoại

đạo tu không được phải bỏ thôi, rồi tự mình đi tìm lấy con đường tu Giải Thoát. Còn bây giờ mình theo, mình Thầy không kết quả, bỏ. đi tìm cái chỗ nào có pháp tu, đuổi cũng không đi dù có đói cũng tới học. Thì con sẽ sắp xếp cho xong xuôi con sẽ đến đây Thầy dạy cách thức tu của người tuổi già.

Con nhớ trong thời Đức Phật có người đệ tử. là ông Hiếp Tôn giả, 80 tuổi mà Đức Phật vẫn chấp nhận vào tu mà đã Chứng quả A La Hán con thấy không? Phải nỗ lực, chứ nếu không tự nỗ lực, tự thấp đuốc đi thì ông Phật ông cũng không đi dùm được đâu, mặc dù bây giờ sức yếu rồi nhưng mình cũng phải tự lực thấp đuốc lên mà đi.

Thì ông Hiếp Tôn giả con nghe cái đời tu không dám nằm, bởi vì nằm xuống là si, là hôn trầm, là buồn ngủ hôn, trầm, cho nên ông đâu dám bén chiếu, lưng ông đâu dám bén chiếu. Đâu dám nằm, chỉ ngồi không? Ngồi với đi, chỉ đi thế mà chứng đạo. Chứng quả A la hán con thấy chưa?

Cho nên lấy gương người xưa mà soi mình để cho mình nỗ lực trong khi mình biết đúng Chánh Pháp, Giới luật sống nghiêm chỉnh, Pháp hành cụ thể để ly dục, ly ác

pháp. Tạo cho mình có sự giải thoát hoàn toàn, từng phút, từng giây chứ đâu phải mà nói tu để mà cầu khẩn ngày nào đó mới là được sao? Nhớ lời Thầy dạy. Bây giờ con hãy về sắp xếp cho được ổn định, đàng hoàng. Về đây, về tu viện này Thầy sẽ tiếp nhận.

[Tu sinh]: Con cũng xin Thầy, khi qua con tiếp xúc với ông và Ông Nghĩa ông nói với con là bây giờ cố gắng làm sao mà về Thầy tu sớm đi để mà xin Thầy, cố gắng ra xin Thầy để mà cho con được đặt chân ở tu viện này. Tại vì trước khi con ra đi là con đã sắp xếp hết rồi. Con coi như là đồ đạc con cũng chuẩn bị con ra đi hết rồi, mà nếu như không được thì con mang trở về. Còn khi mà Thầy xét thấy con được thì Thầy cho con ở lại, tạm thời nhập để mà Thầy thử thách con như thế nào. Thầy hoan hỉ Thầy giúp đỡ cho con trên đường tu.

[Trưởng lão]: Bây giờ đến đây thì xin giấy phép đàng hoàng, ra đây đăng ký đàng hoàng tạm vắng, tạm trú. Ở thử bốn tháng, sống coi giới luật nghiêm chỉnh không? Sau khi Thầy nhắc giới nào, giới nào phải giữ trọn trong bốn tháng biệt trú đó, mình phải giữ gìn trọn, mà khi giữ trọn giới thì Thầy chấp nhận liền, chúng tăng ở đây cũng chấp

nhận.

Nhớ ngày xưa đức Phật đã dạy mà, cho cái người nào mà mới vào xuất gia theo Phật thì bốn tháng biệt trú. Bởi vì nói bốn năm con cũng chịu nữa. Chấp nhận giới luật, chấp nhận giới luật thì người ta sẽ tu được. Thì theo Thầy thiết nghĩ con cố gắng

[Tu sinh]: Con không biết nhưng con cũng xin hứa với Thầy, khi con bước chân vào đây là con đã đọc trọn cuốn trở về đạo Phật, thì con cũng đọc rõ hết rồi. Thì con mới xét ngắm rằng con chịu nổi con mới đi, chứ còn con không chịu nổi thì con không bao giờ con muốn đi. Bởi vì nếu như mà Thầy không hướng cho con một cái con đường. Bây giờ về xin cái giấy tờ gì?

[Trưởng lão]: Bây giờ xin giấy tạm vắng ở địa phương mình ba tháng, sáu tháng hay một năm, rồi bắt đầu vô đây đăng ký cho mình được tạm trú ở đây, rồi có vậy thôi xin cái giấy tạm vắng, chứ không cần giấy gì hết, mình đi chỉ mình trình qua công an nó quản lý mình thôi. Mình là người tốt mình không sợ gì đâu, mình chỉ lo tu thôi, Có vậy thì yên ổn chứ không có gì đâu.

Chứ còn không có xin giấy Giáo hội gì

hết, bởi vì ở đây coi như là Nhà nước họ biết mình là cái nơi tu hành, không cần liên hệ qua bên Giáo hội. Chứ còn các chùa khác thì phải có sự liên hệ qua Giáo hội, không thì không được. Còn đây là cái nơi tu, nên vì vậy mình chỉ cần Công an quản lý mình thôi, vì vậy chỉ có giấy tờ vậy thôi chứ không có gì hết. Rồi về đây sống giới luật cho nghiêm chỉnh, Thầy thấy hoàn toàn được rồi Thầy sẽ cho vào tu. Còn không thì hiện bây giờ thì Thầy đã đào tạo cái lớp chứng quả A La Hán là đã học được hai tháng rồi. bây giờ bắt đầu qua tháng thứ hai, cho nên vì vậy mà con theo không có kịp đâu, người ta đã học 2 tháng rồi. Do đó thì mình vô đây mình thử cái giới luật của mình sống có được không? Rồi Thầy dạy cho mình những cái pháp căn bản để mình học theo cái lối sống mình thôi chứ còn mình dự theo cái lớp này thì mình dự không nổi được. Do đó thì con được Thầy hướng dẫn cho mình sống trong 4 tháng coi giới luật mình được không. Được Thầy chấp nhận cho thì năm sau. Bảy tháng, ở đây là Thầy hướng 7 tháng mà họ tu xong rồi thì Thầy sẽ mở cái lớp kế, thì con sẽ được vào học lớp kế. Thôi, con đứng dậy đi con yên tâm đi đừng có lo nữa.

Con lên đây đi con con hỏi gì Thầy không?

Ngồi xuống đi con con ngồi xuống đi; con ra đi

[Tu sinh]: Con thưa Thầy!

[Trưởng lão]: Chút nữa rồi Thầy ra Thầy tiếp mấy con.

Con ngồi ghé đi con. Ngồi ghé đi, Thầy cho phép con ngồi ghé, đừng có quỳ. Con trình, con tu hành ra sao đi.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy là con 1:04:14 bình thường nhưng mà không biết thì con nhiếp tâm vào hơi thở con thở nhẹ nhàng, thoải mái. Nhưng mà con chỉ tác ý “hít vô tôi biết tôi hít vô”, xong con thở năm hơi, con làm Khoảng cố gắng 10 phút hoặc 20 phút thì con đi kinh hành. Con làm như thế Thầy xem con có đúng hay không?

Còn cái vấn đề thứ hai. Hôm nay là người bạn của con 1:05:00 ...

[Trưởng lão]: Bây giờ nó còn hạn khỏi cần xin đi con, rồi con dặn ngoài đó nếu mà khi hết hạn thì con sẽ gọi điện thoại hoặc gửi thư về để ngoài đó xin cho con gia hạn thêm. Con có thể con gửi cái giấy mà đã cho

con tạm trú ở đây, con gửi trong cái bao thư về ngoài đó, nó cầm cái giấy đó nó xin cho con gia hạn thêm.

[Tu sinh]: Con biết là con làm xong là con con nó gửi vào.

[Trưởng lão]: Nó gửi vào cho con không có gì đâu.

[Tu sinh]: Thì con xin cái thứ hai ví dụ như về mà các hoa quả hoặc là các cái thứ là con hay là bạn bè hay là các 1:06:00....

[Trưởng lão]: Được con, cũng là mình người ta có lòng cúng dường mình nhận, mình ăn không có hết đâu, mình bố thí cho người khác không có sao.

[Tu sinh]: 1:06:22...

Con trình Thầy là ở nơi con, họ hay xin con Thọ Bát năm, bảy người gì đó. Nhưng con xin các Phật tử cho con...

[Trưởng lão]: Rồi con, được rồi con. Nhớ tu tập giữ tâm thanh thân, an lạc, vô sự rồi hít thở, tác ý thì nó sẽ được tốt đó con. Nó an trú được. Như vậy là tốt con.

[Tu sinh]: 1:07:40...Thưa Thầy Thoải mái lắm.

[Trưởng lão]: Như vậy là tốt à con.

[Tu sinh]:

[Trưởng lão]: 1:08:25 Con ngồi ghế đi con, đừng quỳ con, con lấy ghế ngồi đi, con lớn tuổi rồi. Con ngồi ghế con thưa Thầy.

[Tu sinh]: 1:08:4 Con kính bạch Thầy là, hôm qua con về con ... có cái pháp hành là giới của ... con cũng hỏi ý kiến của Thầy là cái giới cấm của mười cái giới cấm đó thì con biết rồi nhưng mà con vẫn bên ngoài phạm tục. con thấy là giả sử như là con về nhà có hôm mà đến giờ con thọ trưa đó, thì con cháu nó lên nó quấy, con thọ ... nhiều lần là con không cho, nhưng mà nhưng con quyết con không cho là con không cho.

[Trưởng lão]: Không có phạm lỗi đâu, nói bà đang giữ giới, mấy con ăn chung với bà, mấy con sẽ giữ giới đàng hoàng, ăn đàng hoàng. Con phải hướng dẫn nó, chứ con đừng có không cho mà con cho mà con nói bà đang giữ giới, bà ăn cơm mà giữ giới lắm, thì mấy con cũng ngồi im lặng ăn uống với bà bà cho ăn, nhưng mà ăn phải im lặng, đừng có lộn xộn, bà giữ giới rồi bà phạm giới mấy con tội đó, nói vậy đó để dạy cho nó cách thức nó ăn uống, nó nghiêm chỉnh.

Bây giờ mấy con phải ăn như vậy, như vậy là giữ giới. Còn mấy con ăn gấp vẫn ăn cái này vẫn ăn cái kia, phạm giới, hiểu không. Mình lấy cái đó mình dạy cho các cháu Để cho nó có nề nếp ở trong giới luật khi mà ngồi ăn thì tốt chứ đừng có không có cho nó ăn chung với con thì nó có muốn vậy thì con hướng dẫn nó. Nhưng mà bắt buộc phải ăn trong giới luật.

[Tu sinh]: Câu thứ hai con hỏi Thầy là giả sử như mà nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng. Nếu mà nhẫn nhục tùy thuận, bằng lòng những cái việc mà mình làm sai, hoặc là mình không sai nhưng họ nói của mình là mình nhịn nhục cái đó thì con thấy là cái đúng, mà nhịn nhục quá đôi khi

[Trưởng lão]: Bởi vì nó nhẫn nhục mà không bị lôi cuốn, thành ra nó có bị ức chế tâm. Bây giờ thí dụ như mình không ăn mặn, mình ăn chay mà người ta mua một cái món ăn mặn, bảo mình ăn, mình tùy thuận mình ăn là mình phạm giới. cho nên là mình không ăn, mình không ăn thì người ta buồn, con cháu nó đem cho mà mình không ăn, nhưng mà mình biết là họ buồn nhưng mà mình nhẫn nhục, mình chịu đựng cái sự buồn đó để rồi mình không có ăn cái này

mình không bị lôi cuốn. con hiểu không?

Cũng như bây giờ người ta chửi mình mình nhẫn nhục, không phải mình chịu đựng mà mình xả tâm mình biết đây là ác pháp. Có người chửi mình họ đang ở trong ác pháp, mình thương họ đừng có giận họ, cho nên đó là mình xả tâm chứ mình không có chịu đựng. Chứ còn mình nhẫn nhục mà mình chịu đựng là mình khổ đó.

[Tu sinh]: Con có trình vào tết, tết đến đây con gặp Thầy, Giả thử như là con cái nó cũng muốn là mẹ làm một cái gì đó để đặt lên bàn thờ cúng cha, cúng ông bà tổ tiên. Nhưng mà con bao năm đi thì con lại Thì con chỉ có là bánh gói đậu không thì được. Con không gói bánh thì con làm xôi với chè thì con đặt lên, con thấy hoa quả. Con hỏi ý kiến Thầy có phải như thế là con làm sai không?

[Trưởng lão]: Không có sai, cái đó đúng, đừng có nấu cơm, nậy canh, đừng có làm gà, làm vịt tội. Dầu năm hoặc là tết nhất hoặc là giỗ mà làm cái đó là tội thêm cho cái người chết. Cho nên con làm cái điều đó là điều đúng rồi đó. Còn con có lòng thì con ăn cái bữa cơm, Bữa cơm con ăn ra thì con

chấp tay lên con hồi hướng đến ông bà, cha mẹ mình, hôm nay là con có cơm con ăn, mà ngày mai là ngày tết hoặc là ngày giỗ gì đó. Con mong là ông bà chứng giám lòng của con là đủ rồi. Coi như mình cúng mà mình không phải mời họ về ăn đâu, họ đâu có ăn đâu. Nhưng mình nhớ ngày nay là cái ngày Tết, ngày giỗ; ông bà về chứng giám cho lòng của con biết ơn ông bà. Con hiểu không? Mình Nhớ tổ nhớ tông mình, mình nhớ ơn cha mẹ sinh thành của mình, cái ngày hôm nay là ngày Tết, ngày giỗ hoặc là ngày lễ gì đó.

Trước khi mình ăn mà đây là bữa cơm con mong nhờ hôm nay là cái ngày Tết, ngày giỗ, ba mẹ, ông bà về chứng giám cho con, con luôn luôn nhớ ơn ông bà cha mẹ. Con sẽ làm người tốt không để cho gia tộc của mình mang tiếng xấu. Con nói vậy chứ con đừng có mời gì ăn, Họ ăn được đâu mà mời. Đây là cái tâm nguyện của mình.

[Tu sinh]: Thí dụ hàng ngày con có ... cứ ngộ đó, trong cái bài mà trong Bát Quan Trai đó Thầy, con vẫn nhớ cái bài đó xong rồi con con nói với con con là mẹ không cúng như trước, ... mà mẹ chỉ cúng hàng ngày, một tháng mẹ cúng ba mươi ngày rồi,

các con đừng có sợ là cha con không được ăn. Rồi ông bà tổ tiên không có sợ, con đừng có sợ

[Trưởng lão]: Tháng nào cũng thọ Bát Quan Trai cũng hết, ngày nào ăn cũng hết.

[Tu sinh]: 1:15:08 ...

[Trưởng lão]: Trước khi mà ta về đây rõ ràng mẹ chưa ăn mà, mẹ cung kính quá mà.

[Tu sinh]: Cứ hỏi mẹ, làm như mẹ người ta ăn một mớ, không....

Con của con thì nó cứ nặng về tình cảm với cha 1:15:43.....

[Trưởng lão]: Hỏi mấy con là lúc mẹ chết rồi mấy con kêu ai đây. Bây giờ mẹ còn sống mấy con còn gọi kêu chứ mẹ chết rồi làm sao kêu phải không con? Nói cho nó nghe, mẹ đi tu mẹ tập luyện như vậy đó là tụi con có phước lắm đó. Mấy con sẽ biết rằng, mấy con vui lắm, bởi vì có người mẹ mà bây giờ tuổi già mà bà lại có cái chỗ bà tập, để cho tâm bà an ổn. Các con phải thương mẹ nhiều chứ, mấy con cứ bảo mẹ ở nhà rồi mẹ không biết gì hết, mẹ cứ lo lắng,

sầu, khổ đau bệnh thì làm sao? nói cho nó biết.

[Tu sinh]: 1:16:58 Cái việc ngày hôm qua, Thầy có nhắc con, Thầy cho con cái pháp hành Tứ niệm xứ, thì con tập Tứ niệm xứ đó thì con tác ý mình ngồi vậy mà cho tâm thanh thân, an lạc cho cái tư tưởng của mình nó yên trú lại, không có một cái gì.... nhiều khi con trình pháp của Thầy nó chỉ bảo là con hơi khổ một tí, tí nữa là con quên hết.

[Trưởng lão]: Nó khởi ra tức là nó phát rồi, nên con sử dụng cái tư duy của con, con phá vỡ cái ác pháp đó, con trở lại bình an con hiểu không? bình an tức là thanh thân, an lạc trở lại. Bởi vì trong khi tu Tứ niệm xứ là khi có chướng ngại pháp con đuổi nó đi.

[Tu sinh]: Khi con ngồi thì con tác ý cái câu?

[Trưởng lão]: con tác ý cái câu tâm thanh thân, an lạc, vô sự, rồi con để tự nhiên nó thanh thân, an lạc, vô sự.

[Tu sinh]: Rồi cứ ngồi đó thỉnh thoảng lại tát lý câu đó, Khi có chướng ngại pháp nó vào nó khởi lên, thì con lại ngồi con đuổi.

[Trưởng lão]: Đuổi, Vậy là tu Định Vô Lậu, con đuổi nó ra, đuổi nó ra rồi con trở về với Tứ niệm xứ, vì nó ra rồi không phải ngồi quán nữa. Có vậy thôi. còn thân con mà có đầu con này nó cũng đi hết, rồi con ngồi trở lại Tứ niệm xứ. Thành ra Tứ niệm xứ nó bảo vệ an toàn cho con đó.

[Tu sinh]: Con bạch Thầy! Chỉ có một câu là tâm thanh thân, an lạc, vô sự ạ?

[Trưởng lão]: Ừ, đó vậy thôi, nó hữu sự là con đuổi đi, còn nó vô sự thì được.

Con ra con, Xá Thầy thôi con.

Rồi chuẩn bị về ráng tu tập,

Rồi con trình bày thêm có gì không con?

[Tu sinh]: Con Kính Bạch Thầy! Con sang xin Thầy thứ hai con về, nhưng mà con xin cô Út và con xin ở lại đây. Con con nó bảo là mẹ cứ ở lại tu. Còn con thì từ từ con sẽ theo bước chân của mẹ.

[Trưởng lão]: Thôi vậy cũng được con an tâm, Vậy tốt quá rồi không phải mất công về con, ráng lo tu đi.

105-(LCK-0440)

- * Phục hồi trí nhớ
- * Áp dụng tri kiến vào Tứ Niệm Xứ
- * Vấn đạo Tứ Chánh Cần trên Tứ Niệm Xứ



Lớn tuổi rồi cái trí nó hay quên con, bây giờ định. Bây giờ ngồi đây định mình đi xuống nhà sau này mình lấy cái hộp quẹt, rồi đứng dậy đi rồi xuống đó không biết lấy cái gì, đứng ngơ ngẩn không biết, quên mất không biết lấy cái gì. Lớn tuổi rồi cái trí nhớ nó hay quên thì mình phục hồi lại nó bằng cái pháp Như lý tác ý con, mình biết cái trí của mình vậy đó thì mình nhắc cái trí phải nhớ, không có được quên. Bây giờ phải phục hồi trở lại, mình nhắc nó bảo: Cái trí của mình nó phải phục hồi trở lại. Rồi mình bảo nó an tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra. Bởi vì cái thân của con nó già rồi, cái trí nó không còn nhớ, nhớ đây rồi cái bước ra cái nó quên. Đó là cái trí của mình lớn tuổi rồi nó cùn nhụt rồi nó không còn nhớ như hồi xưa nữa. Nó

dễ quên lắm, cho nên vì vậy mà con phục hồi cái trí không có được quên, phải nhớ tất cả mọi sự kiện gì xảy ra đều là phải nhớ không được quên. Con nhắc như vậy, sau đó con muốn lấy gì con đi tới nó cũng còn nhớ trong đầu con hoài, bởi vì mình phải nhắc cho nó phục hồi lại. Nó phục hồi cái phần tế bào thần kinh, những cái tế bào nó cần cối quá, nó phục hồi lại nhờ cái pháp Như Lý Tác Ý mà nó. Cho nên con biết có nhiều người người ta già người ta không lẫn lộn là tại cái trí người ta nó tươi nhuận, nó còn khỏe, nó không còn như con. Con thấy như con là suy sụp rồi đó, suy sụp về cái trí nhớ. Rồi sau đó nó suy sụp rồi tới khi mà con còn cái tuổi thọ còn kéo dài nữa nó quên con. Ăn vừa rồi nó cũng chưa ăn, cho nên vì vậy mà nó quên hết. Theo Thiền Tông thì cho nó là Vô phân biệt, chẳng hạn nào như con đi tắm rồi cái con để ở trần truồng đi vô luôn quên mặc quần áo luôn. Nó quên vậy đó, thì đó là tới chết là Vô phân biệt thật rồi. Nó không có phân biệt là mình ở truồng hay hoặc mặc quần áo. Ăn rồi cũng quên luôn cũng không nhớ rằng mình ăn chưa nữa. Nó tới cái chỗ mà nó quên vậy đó gọi là Vô phân biệt. Nhưng mà vô phân biệt nó không

phải là còn con người nữa. Nó là một cái cây, cái cỏ gì đó không có biết nữa. Cho nên con người phải phân biệt bằng cái trí nó lẫn lộn nó quên rồi đó thì mình phải phục hồi nó bằng cái phương pháp Như Lý Tác Ý. Mình tác ý nó riết nó phục hồi lại con. Bền chí, mặc dù nó già,

Cho nên vì vậy cái người mà sống tâm thanh thản, an lạc, vô sự người ta thường nhắc tâm thanh thản, an lạc, vô sự; an tịnh thân hành, để cho khi mà tới chết thì người ta vẫn giữ được cái con người mà bình thường không có quên. Nó quá thước, nó khỏe mạnh, cái pháp Như Lý Tác ý nó quan trọng lắm. Cho nên vì vậy mà Đức Phật dạy nó “ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu” mình dẫn nó vào cái tốt nó sẽ tốt, mình dẫn nó vào cái xấu nó sẽ xấu. Dẫn vào cái áo Nó sẽ khổ, dẫn vào cái thiện là nó ăn ổn. con nhớ cái bài kinh pháp cú của Phật, cái bài thực hành thật sự tốt mà, cho nên cố gắng mà thực hành thì thầy thấy nó quá tốt, những cái điều mà cần thiết.

còn cái vấn đề mà hôm nay thầy xin nhắc lại cho mấy con biết là chúng ta đã học hai tháng, bữa nay là 1 ta rồi con, tức

là bắt đầu qua tháng thứ ba có phải không. Tháng 10, tháng 11 rồi bữa nay là 1 ta tháng 12; Tức là qua tháng thứ 3. tháng thứ 3 thì đến bữa thứ 3 mấy con mới học thì bắt đầu cái ngày đó mấy con phải áp dụng rồi đó. Bây giờ từ hai tháng nay mấy con triển khai các tri kiến của mình, Sau đó thì mấy con tới cái tháng thứ 3 này là mấy con bắt đầu áp dụng rồi. áp dụng cho tới suốt một thời gian dài là 5 tháng, tức là đúng 7 tháng để thấy cái tâm mình xả. làm sao mà nó trả cho đến khi thanh thân An Lạc Vô Sự. Nghĩa là còn 5 tháng nữa áp dụng để xả. để xả nghĩa là mấy con sẽ tu Tứ niệm xứ. mấy con giữ tâm thanh thân An Lạc Vô Sự, có niệm nào thì mấy con dùng cái tri kiến, Cái mà mấy con đã học được mấy con xả, và đồng thời trong lúc đó mấy con tiếp tục triển khai thêm về cái phần định vô lậu, phải không con thấy không, tới áp dụng rồi đó. Tháng thứ 3 là tháng để cho mấy con áp dụng, mấy con sẽ dùng cái sự tu tập của mình. Nghĩa là mình học rồi tuy là trong những cái bài học nó triển khai cái chi kiến của mấy con, Thì mấy con nằm trong đó mấy con có xả, nhiều ít thì mấy con cũng có xả hết, không có người nào. Nhưng mà bây giờ là áp dụng, Học rồi áp dụng bài học

của mình vào tâm niệm của mình, vào đời sống của mình, để cho mình hoàn toàn tâm bất động. đạt được cái mục đích của tâm bất động. nghĩa là không áp pháp nào mà làm động Tâm, không có tâm tham muốn sân hận nào mà làm cho các con động Tâm, bởi vì con có cái tri kiến đó. nên Đức Phật nói: “ giới luật đâu là tri kiến ở đó, tri kiến ở đâu là giới luật ở đó”. giới luật tức là Đức hạnh của mình, cho nên mình đã có những cái tri kiến thì cái ctri kiến nó làm thanh tịnh cho Đức Hạnh, Mà mình sống được ở trong Đức Hạnh nó làm cho cái tri kiến mình thanh tịnh, Hai cái nó bổ sung cho nhau, Mà hôm nay thầy triển khai cho mấy con có cái chi kiến rồi đó, mấy con thấy bây giờ nhân quả mấy con hiểu sâu lắm, mọi sự việc ở trong cuộc đời chúng ta đều là do nhân quả, từ mọi vật sanh ra cũng đều do nhân quả. mà hể Nhân Quả là vô thường, mấy con học bài Pháp Vô Thường. Vũ trụ mấy con thấy có vật gì mà không vô thường, cho nên có cái gì mà thường hằng đâu, mà thấy nó vô thường thì biết rằng không có cái gì là của mình cả, của ta là bản ngã của ta. các con thấy rõ ràng mấy con đã hiểu rồi. hiểu rồi mấy con mới áp dụng, chứ không phải hiểu để mà chơi,

hiểu để mà hiểu thì không có lý. hiểu để mà áp dụng vào đời sống để được giải thoát, Cái này là quan trọng, mà nếu như vậy thì phải có phương pháp tu, áp dụng thì phải có phương pháp tu từ, cho nên vì vậy mà áp dụng vào Tứ niệm xứ, thì phương pháp Tứ niệm xứ các con thấy, Thầy dẫn dắt mấy con đi từ từ, mấy con sẽ thấy rõ ràng càng lúc mấy con thấy cái phương pháp của Phật nó thực tế, Nó cụ thể, nó đem đến cho chúng ta một cái đời sống giải thoát thật sự. mà nếu trong năm tháng áp dụng mà đầy đủ thì tâm mấy con sẽ thanh thân An Lạc Vô sự 12 tiếng đồng hồ. Mà Nếu mấy con áp dụng không đúng, tu không đúng cách bị ức chế thì không những 7 tháng, mà còn kéo dài 7 năm, mà 7 năm chưa chắc đã được. Còn nếu mấy con tu đúng, nghĩa là vào đầu mấy con học 2 tháng rồi, bây giờ áp dụng năm tháng là bảy tháng liền. Nếu được thì trong 7 tháng đúng như cái tiêu chuẩn Đức Phật đã nói, 7 ngày, 7 tháng, 7 năm thì mấy con sẽ thành tựu. Nếu mấy con tu sai, áp dụng sai, thì tâm của mấy con sẽ không hết, không hết tham, sân, si. Không hết niệm, mà không hết niệm thì tâm không thanh thân An Lạc Vô Sự thì mới có ăn không thể chứng đạo

được. thì tiếp tục mấy con phải tu 7 năm. Nếu mà không sửa mắt con tu đúng thì mấy con áp dụng 75 chưa chắc mấy con đã được. Còn nếu được chuẩn bị đúng thì mấy con sẽ 7 tháng chưa được, thì mấy con sẽ trong vòng suốt bảy năm thì được, không có gì mà khó. Nhưng mà Thầy nghĩ rằng năm tháng này, bắt đầu đây là bữa Nay mừng 1 rồi, mà bắt đầu vào tháng 12 này, cho đến suốt thời gian Chúng ta sẽ thu tập năm tháng kế tiếp, cái tiếp chắc chắn chúng ta áp dụng từng giờ, từng phút sống độc cư trọn vẹn. Nghĩa là bắt đầu tháng thứ 3 này mấy con sẽ cố gắng sống độc cư Trọn Vẹn. nếu người nào mà còn nói chuyện, còn tiếp duyên nhau Thì buộc lòng thầy phải cho mấy con ra khỏi cái lớp học này, tại vì còn có năm tháng để chứng đạo. Mà mấy con nói chuyện không làm cho mình chính đạo mà không làm cho kẻ khác trúng đạo. Bởi vì khi mà nói chuyện thì mấy con bị phóng dật, cho nên do Cái vấn đề đó thì không chấp nhận cho mấy con ở trong cái lớp này nữa, buộc lòng phải cho mấy con rời. Bởi vì cái nút này đang áp dụng cái chi kiến để được giải thoát, áp dụng Ý kiến để được giải thoát mà cái thời gian nhất định là 5 tháng, tại vì các con học tri kiến là

hai tháng cộng với năm tháng áp dụng Thì mấy con thấy có 7 tháng mà thôi. 7 tháng phải đạt được.

Các con nghe Đức Phật u65 Khổ Hạnh chẳng đạt được gì hết, 49 ngày ngồi dưới cội bồ đề xả tâm mà thành tự, chứ đâu phải ngồi 49 ngày mà ngồi tới nhập định liên tục sao. Nghĩa là xả tâm ly dục, ly ác pháp hoàn toàn. Trong khi Đức Phật tu khổ hạnh, cho đến khi mà ăn ít quá cho đến Khi đứng dậy không có nổi, thì lúc bấy giờ Ngài được người chăn dê đổ cho Ngài một bát sữa ngài mới tỉnh, Ngài mới nghĩ rằng các pháp này không giải quyết được sự khổ đau, mà càng làm cho mình khổ đau. Ngài mới nhớ đến cái chỗ ly dục, ly ác pháp của Sơ thiên. Ngày mới nói nếu mà cơ thể này được phục hồi mạnh khỏe thì cái lộ trình này chúng ta sẽ đi được kết quả, thì do cái chỗ nghĩ ngợi đó Khi Đức Phật phục hồi lại ăn ngày 1 bữa đầy đủ lại, cơ thể khỏe mạnh, Đức Phật đến cội Bồ Đề, để tìm cái nơi. Thì khi mà các anh em Kiều Trần Như thấy Đức Phật ăn uống trở lại, không còn khổ Hạnh nữa thì họ rời xa Đức Phật họ không còn chấp nhận Đức Phật, họ rất mong đợi đức Phật khổ hạnh để chúng đạt, nhưng cuối cùng đức Phật lại ăn

uống trở lại bình thường, Ăn ngày một bữa no đủ không còn thiếu hụt nữa thì họ tách lìa Đức Phật liền, do Đức Phật mới tìm đến cội Bồ Đề ngồi thiền 49 ngày chứng đạo. 6 năm khổ hạnh không ra gì chỉ có 49 ngày Chứng Đạo.

Các con tu theo thầy cũng rất lâu mà không biết áp dụng, không biết triển khai cái tri kiến của mình, Dù nói là Định Vô Lậu, nhưng các con tu quán sơ sơ thành ra không thâm sâu, làm cho tri kiến của mấy con xả tâm của mình không hết. Cuối cùng hôm nay được học được thấu suốt rõ ràng bây giờ tới cái giai đoạn áp dụng, trong năm tháng áp dụng. Đức Phật có 49 ngày, chúng ta còn được năm tháng kia mà. Thì chúng ta phải chứng đạo chứ sao, lẽ đương nhiên, hay dùng danh từ chứng đạo thì mấy con nghe như là cao siêu quá. Sức khả năng của mình không thể làm được, nhưng không ngờ, Thầy nói không ngờ mấy con sẽ làm được bởi vì Đức Phật đã làm được, thầy đã làm được thì mấy con mấy tháng mấy con hơn mấy con dở hơn thầy một tháng có gì đâu chuyện đó là tầm thường, nhưng có Thầy hướng dẫn. Còn thầy không có người hướng dẫn Đức Phật không có người hướng dẫn tự mình mà

nỗ lực làm chủ được sự sống chết, của mình thì các con thấy sao. Cái tự nó khó lắm, nó không biết là đi tới đâu. Còn bây giờ các con được hướng dẫn đào tạo mình, hướng dẫn cho mình như vậy thì Thầy thấy 7 tháng đầu phải là dài, có người hướng dẫn mà. Cho nên thầy thấy 7 tháng phải đạt được chứ, nếu mấy con biết cách áp dụng. Hàng ngày mấy con làm cái gì đây? Ngồi không chứ có gì, ăn bữa cơm rồi ngồi không mà xả cái tâm, dùng cái tri kiến mà xả từng tâm niệm của mình hằng ngày thì làm sao mà không được. Năm tháng mà ngồi đó giả thì làm sao mà không thanh tịnh, chứ mình có bận chuyện gì đâu. Có lo cho con cái có lo cho ai đâu chỉ có tu mà thôi. Ngày ngày đều áp dụng vào cái chỗ này thì làm sao cái tâm không thanh tịnh. Chắc chắn là chúng ta có cái phương pháp có cách thức để mà chúng ta khiến cho tâm chúng ta thanh tịnh, giúp cho tâm chúng ta thanh tịnh một cách rõ ràng vậy thì mấy con phải cố gắng, cho nên vì vậy các con đừng có lo. Thế mà tu Tứ niệm xứ sung mãn thì tức là tâm thanh thân An Lạc Vô Sự, thì tất cả cơ thể mấy con sẽ thay đổi được phục hồi lại hết. Trí nhớ mấy con cũng phục hồi cơ thể giải yếu nụ cụ cũng phục hồi lại khỏe mạnh

đi đứng vững vàng không còn sợ sẽ không Còn lụn cụp nữa. Như con bây giờ con đi con sợ té, bởi nó yếu, Cho nên đi nó rất khó khăn, nhưng mà khi mà con tu Tứ Niệm Xứ Nó sung mãn được rồi Tâm con nó ở trạng thái thanh thân An Lạc Vô sự thì toàn thân của con nó phục hồi lại hết nó khỏe mạnh, đi nó vững vàng lắm nó không có sợ té đâu.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, nghĩa là luôn luôn phải nhớ tâm thanh thân, an lạc, vô sự phải không Thầy.

[Trưởng lão]: Đứng rồi nó luôn luôn nó sẽ ở trong cái trạng thái đó, ở trong cái trạng thái đó. Chứ không phải là nhớ cái danh từ đó mà nó ở trong cái trạng thái thanh thân, nó không có khởi niệm, mà cơ thể nghe nó sung mãn nó không có mệt mỏi Nó không nhức mỏi chỗ nào hết Còn cái cơ thể con nó nhức mỏi Nó không đau chỗ này thì nó đau chỗ khác mà nó mệt nhọc nhiều khi nó thấy nó uể oải nó khó chịu trong người do cái chỗ đó.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, khi con ở trong thất mà ngồi người ta tới ta hỏi chuyện rồi mình làm sao thưa Thầy,

[Trưởng lão]: Mình sẽ cúi đầu chào họ

rồi mình đóng cửa sắt lại.

[Tu sinh]: Thí dụ như khi đi ở ngoài đường gần kề nhau họ nói chuyện vậy Minh làm sao Thưa thầy?

[Trưởng lão]: Cúi đầu chào họ rồi mình bước đi, chứ mình không có đứng lại. họ nói chuyện hoặc là họ đi sau lưng của mình, mình day lại, họ đi sau lưng mình họ hỏi mình gì đó, cái mình dai lại, mình đứng lại mình cúi chào họ rồi mình đứng qua một bên, mình đứng mình giai cái mặt vô trong rào, giai cái lưng rai ngoài, họ đi luôn. Nghĩa là mình cúi chào họ chứ không phải là mình không cúi mình rất là lịch sự chứ không phải là mình làm thêm hai hoặc là mình dùng rằng thế này thế khác. Không, mình cúi chào khi họ nói thì mình day mặt lại mình cúi chào họ đằng hoàng, rồi mình cúi chào họ rồi mình day lưng vào trong hàng rào, mình day cái mặt mình vô hàng rào mình đưa cái lưng ra rồi mình đứng đó chờ cho họ đi qua. Cách thức của mình từ chối không có nói chuyện bằng cách đó. Còn họ đến thất mình họ mượn cái gì đó họ làm bộ họ mượn, họ nói gì đó, hỏi Bác, hay chú, hay là Thiện trí cho mượn cái bài làm coi

Thầy dạy mà tôi không có biết, Thiên chỉ biết chỉ cho tôi một chút thì họ cúi chào họ chứ mình không nói gì, mình cúi chào họ. Mình đóng cái cửa lại, mình đi vô thất mình đóng cửa lại thì họ biết rằng mình không có nói tức là mình giữ hạnh độc cư. Bởi vì đây là ai cũng biết rồi, còn mình hể hỏi cái hỏi mình nói, hỏi mình nói thì cái kiểu đó là tự mình, mình giết mình đó, tức là mình sẽ tu không tới. Nó sẽ không Tâm phóng dật, cho nên mình giữ trọn, ai nói gì nói. bây giờ 5 tháng mà chính đạo mà tôi không giữ chọn thì chắc chắn Năm Tháng này tôi chưa làm được cái gì đâu. cho nên mình tu phải do cho nhanh, tu ấy cho mau chứ, không lẽ mà cứ để tu hoài như thế này sao, thức đêm, thức khuya có sung sướng gì đâu, tu rồi mặc sức mà sống có gì. còn bây giờ chưa có tu rồi mấy con biết nó lo lắng, nó áy náy trong lòng lắm, tại sao vậy, bữa nay mạnh chứ mai đau mình làm sao đây. Bữa nay mạnh mà ngày mai chết mình làm sao đây. Càng tu sớm bao nhiêu thì mấy con hạnh phúc bấy nhiêu. Mình làm chủ rồi mình khỏe lắm, không còn lo nữa các con nhớ như vậy cho nên vì vậy mà thầy dạy trước, Ai có nói chuyện với mình thì mình cúi đầu chào họ rồi mình

lặng lặng mình đi chỗ khác không đứng gần họ, thấy cái người này là không được rồi. Cái người này phạm giới rồi, cái người này không phải là người tốt. Cái người này là cái người vô minh, cái người không có tri kiến giải thoát mà là tri kiến phàm phu. Mình thấy mình hiểu biết liền, cái người này là cái người tệ, không sai được đâu. Ở gần những người này chắc chắn là mình trở thành phàm phu hết. Cho nên mình cố gắng mình tránh những cái người phàm phu này đi, cái người muốn làm Thánh thì phải khác, còn cái người phàm phu này đi. Cái người muốn làm Thánh thì phải khác mà cái người phàm phu khác lắm. hai cái người mình thấy rõ, cái người mà hay nói chuyện là cái người phàm phu, rồi mình thấy cái người này mà ngủ phi thời mình cũng biết là phàm phu mới ham ngủ. Cho nên vì vậy mà trên cái sự tu tập thì cẩn thận về cái giới hành độc cư, mình tránh xa chường nào tốt chường nấy. Hầu hết mà Thầy nói nếu mà không nghe lời Thầy kể như là Thầy bỏ lớp Thầy đi chỗ khác Thầy ở. Thầy không có cực khổ nữa cố gắng mấy con.

[Tu sinh]: Kính thưa Trưởng lão, con xin hỏi chỗ này. Nói về tu Tứ niệm xứ thì con

biết là muốn tu tứ niệm xứ thì phải hoàn thành được cái giai đoạn Tứ Chánh Cần, mà trong khi Tứ Chánh Cần mà mình chưa hiểu được thì làm sao mà trong năm tháng đó mà mình.?

[Trưởng lão]: bởi vì ở đây thầy hướng dẫn cho mấy con, nói Tứ Chánh Cần nhưng sự thật ra từ lâu tới giờ mấy con đã từng sống trong Tứ Chánh Cần nhưng mà chưa hoàn toàn Tứ Chánh Cần, nhưng mà mấy con đều biết pháp Tứ Chánh Cần. Các con biết phát trên phát từ chính cần như thế nào không? Định Vô Lậu các con cũng có rồi phải không? Trong Tứ Chánh Cần nó có Định Vô Lậu. Định niệm hơi thở mấy con cũng biết rằng nó có 16 cái đề mục, mà Thầy viết ra 19 cái đề mục của nó là định niệm hơi thở các con cũng biết hết rồi. không có người nào mà không thông những cái pháp này trên Tứ Chánh Cần. Rồi cái định sáng suốt mấy con cũng biết rồi, rồi cái định chánh niệm tỉnh giác cũng biết rồi. 4 cái loại định ở trên tứ chánh cần, các con thấy bốn cái pháp tu trên tứ chánh cần người nào cũng biết hết. bây giờ thầy triển khai cái định Vô Lậu. các con thấy thầy triển khai tức là trên Tứ Chánh Cần rồi đó.

Rồi bắt đầu bây giờ các con thấy nè, khi mà triển khai được cái chi kiến của mấy người áp dụng trên Tứ niệm xứ mà bằng cách mà ngăn ác diệt ác trên Tứ niệm xứ có niệm nào các con đẩy lui ra có chướng ngại nào trên thân các con thấy, có phải thầy dạy mấy con nhiếp tâm và an trú. Đó là ở trên cái hơi thở không, con thấy hay hoặc là trên bước đi con sẽ đẩy lui chướng ngại pháp, đều là ở trên cái áp dụng trong 7 tháng này. Trong năm tháng còn lại chúng ta áp dụng tất cả phương pháp Tứ Chánh cần ngăn ác, diệt ác chứ còn gì nữa mà không hoàn thành Tứ Chánh Cần.

Con thấy luôn luôn lúc nào chúng ta đang ở trên Tứ niệm xứ là ở trên bốn cái chỗ. Nói to Tứ niệm xứ chứ sự thật ra Tứ niệm xứ trên tứ chánh cần. Rồi đồng thời trong những ngày tháng cuối cùng của nó là quét vi tế thật sự trên Tứ niệm xứ. Còn đầu tiên những cái tháng đầu tiên đây Thầy chưa nói, mới áp dụng vào cái tháng thứ 3. Sau khi triển khai được cái định vô lậu chứ gì, tức là tri kiến giải thoát. Bây giờ mới áp dụng vô Tứ Chánh Cần. Con thấy bây giờ con ngồi lại giữ tâm thanh thân tức là bốn chỗ thân, thọ, tâm, của con thanh thân An Lạc Vô sự thôi,

mà nếu có chướng ngại gì trên đó là ngay đó con phải dùng nó quét ra không phải là thứ chẳng cần sao, tức là ngăn ác, diệt ác pháp có đúng không? Đây rõ ràng là thầy áp dụng cho tứ chẳng cần đàng hoàng đó. Cho nên khi mà tứ chánh cần nó hết rồi, hoàn toàn nó vi tế không còn cái niệm mà có thể nói là nó thô nó hiện ra. Những cái tướng nó thu nó hôn trầm Thụy Miên, này kia không còn thô nữa. thì lúc bây giờ còn cái vi tế thì không thể có nói là 6 mà bảy tiếng đồng hồ, 6 tiếng đồng hồ hay là 8 tiếng đồng hồ vẫn thanh thản an lạc vô sự. Nhưng mà nó còn cái trạng thái y tế của nó nó không phải là những cái Niệm mà mấy con thấy đâu vi tế. Cho nên lúc bây giờ trên Tứ niệm xứ mới gạn lọc cái đó, thì tới đó sẽ dạy cái phương pháp. Chứ bây giờ thì đang trên Tứ Chánh Cần thì không nói đâu. Con hiểu không?

[Tu sinh]: Bạch Thầy, như trên trường hợp ví dụ như trên thân như hiện tại thì về định vô lậu thì con quán xét, thân quán xét thì trên Thập thiện con chưa có làm hết, nhưng mà trên mỗi cái niệm thân nó xảy ra thì con biết rõ đó là... có thể dùng tác ý, và tác ý ...

[Trưởng lão]: Chứ Bây giờ con học từ cái định Vô Lậu, con triển khai cái tri kiến mình vì nhân quả, con biết hết rồi phải không?

[Tu sinh]: Về nhân quả thì con chỉ mới có làm tới cái qua lời nói thì chỉ mới đề mục thứ nhất, và hiện tại thì con cũng làm gần xong cái bài quán thân vô thường.

[Trưởng lão]: Các pháp vô thường chưa?

[Tu sinh]: Các pháp vô thường chưa?

[Trưởng lão]: Rồi đạo đức nhân bản cũng chưa? Chưa thì tới ngày mai mà cho học thì chắc chắn là mấy con chưa biết quán gì hết, vậy thì ở lại. Cái người nào mà được thì thầy cho lên lớp, còn người nào mà chưa xong thì ở lại.

[Tu sinh]: Cái người nào mà làm bài chưa xong?

[Trưởng lão]: Ờ, chưa xong, Chưa có thông suốt hết cái vô lậu của nhân quả, Rồi chưa thông suốt hết cái vô thường của các pháp mà chưa biết được cái bài đạo đức nhân bản nhân quả nữa. Cái bài đạo đức nhân bản, nhân quả nó xác định đủ cái Đức

hạnh của nó, tức là giới luật của nó rồi. Con hiểu chưa? mà chưa xong thì kể như mấy con ở lại ngày mai thầy sẽ cho những người người ta đã làm xong thì người ta ở đây người ta tu người ta áp dụng vào Tứ niệm xứ. Còn mấy con chưa xong thì ở lại.

[Tu sinh]: Thưa Thầy ngày mai.

[Trưởng lão]: Tối thứ hai đó con, thứ ba mới áp dụng. Thứ ba mới áp dụng. Bên nữ thứ hai. Thế cái người nào họ được họ xong thì cho họ vào cái lớp áp dụng, còn mình chưa xong thì tức là cái tri kiến của mình chưa có triển khai hết, chưa đủ thì mình phải ở lại, tu cái lớp sau.

[Tu sinh]: Nhưng mà tối ngày mai là thứ ba còn hạn nộp bài nhưng mà điều kiện là Thầy biết là đó là một cái cuối cùng của nó rồi. Nhưng mà người nào mà đã được trước thì người ta sẽ áp dụng vào trước. Con người nào sau thì một tuần sau nếu mà được thì cũng cho áp dụng vào nếu mà không được thì mấy con còn sót lại nữa thì phải chờ thôi. chờ cái khóa sau.

[Tu sinh]: Chờ khóa sau thì phải chờ một năm sau nữa?

[Trưởng lão]: Không, mấy con cũng vẫn tu tập nhưng mà nó ở lại cái lớp sau. Nó ở lại cái lúc sau, lớp này người ta áp dụng Trước người ta giả tâm nhiều hơn, Còn mấy con thì áp dụng sau hơn nửa tháng hay 1 tháng gì đó áp dụng sau. Cho nên người ta đi trước hơn một bước mà thôi, không có gì?

Nhưng mà mấy con cũng tiếp tục mấy con tập, cũng ở trong cái lớp này mà con tiếp tục tập, người ta có thể đạt trước mình trong một tháng, hai tháng mình có thể mình theo sau một hai tháng nó cũng tiếp tục. Nhưng mà có điều kiện là phải biết áp dụng đúng cách, chứ mà không áp dụng đúng cách thì tâm nó không thanh thản. Cho nên thầy dạy mấy con mà thầy thu ngắn cái thời gian rất ngắn, mà để đào tạo cho nó kịp thời thì được.

[Tu sinh]: ...cùng với người tu trong thường ngày con đi khất thực thì thấy cũng có để cái ... hoặc là mẩu dưa leo như vậy thì lúc đó con đi ngang thì con thấy như vậy thì cái tâm con nó khởi lên nó muốn lấy nhưng con không có lấy. Nhưng mà trong trường hợp con lấy như vậy thì con có lỗi hay không?

[Trưởng lão]: Không có lỗi gì hết, bởi

vì trên con đường đi khát thực, có người muốn cúng dường mình, tức là cô Út muốn để đó là cô Út muốn cúng dường cho các con thì các con cứ lấy đâu có sao đâu. Tại vì cái giờ mình đi khát thực mà mình đâu có tham đâu. bây giờ Thí dụ như con ra ngoài đó Con khát thực, Con khát thực ở ngoài đó nếu mà nó vừa đủ, con thấy vừa đủ thì thôi, mà con thấy bây giờ mình cần thiết trong cái bữa ăn của mình thì mình còn đang đi trên đường khát thực. cho nên cô Út cô để trước chứ, cô để trước chứ không phải đợi mình tới. Thí dụ bây giờ con đi ra như vậy đó, Thì bây giờ cô để trước đây, thì mình thấy ờ, bữa nay mình cần ăn có rau cải hay dưa, thì mình sẽ nhận lấy này, để trong bát mình. Ra ngoài đó mình cất vô. bởi vì trên con đường đi khát thực các, mấy con đi lại nhà này học cho một mớ, đi lại nhà kia người cho một mớ, lại nhà nọ cho một mớ. Chứ đâu phải họ xuống nhau họ cho mình một lần đâu, thầy đi khát thực, chỗ này cho bánh mì, chỗ kia cho bánh ú chỗ khác nó cho muối, chỗ nọ nó cho tương, chỗ khác nó cho trao. Nhiều khi nó cho mình chai trao, mình ăn mình có hết đâu, đủ thứ hết à con.

[Tu sinh]: Kính thưa Trưởng lão! Con

hỏi thêm chỗ này nữa, như vậy thì cái bài Đạo đức nhân bản thì con làm xong rồi, nhưng mà chưa có hoàn chỉnh. Thì có thể về trong ngày nay, ngày mai con hoàn chỉnh cho nó xong.

[Trưởng lão]: Được rồi cái đạo đức nhân bản mà làm xong thì hay lắm rồi nó đầy đủ rồi đó.

[Tu sinh]: Dạ, con làm đầy đủ rồi, Bây giờ con chỉ có chét cái mục đó ra.

[Trưởng lão]: Chép lại đó, chép lại cho nó.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, con lên con nộp có kịp không?

[Trưởng lão]: Kịp chứ đâu có sao, mấy con cứ nộp không có sao hết. Coi như Thầy đọc mà Thầy thấy mấy con ấy thì mấy con được áp dụng vào tu hết.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, tức là con vẫn kịp trong cái lớp này.

[Trưởng lão]: Được chứ con. Coi như là, mặc dù là con chưa được Thầy đọc nhưng mà con đã viết được đạo đức nhân bản. Thầy biết mấy con sẽ viết một cái bài chứ

mấy con chưa có biết phân ra đoạn, phân ra những cái đoạn đạo đức của nó. Nhưng mà Thầy thường nhắc nhở mấy con, là khi mà mình viết một cái bài nó dài 8, 9 trang người ta đọc người ta nhác. Mình phải phân ra nhiều đoạn, thí dụ như cái Đức Hiếu Sinh thì mình nói toàn là hiếu sinh. Đến cây Đức Thành thật thì mình phải nói một cái bài về cái Đức Thành Thật, như vậy nó mới hay, nó có từng phần, từng phần nó rõ ràng. Mình viết đạo đức nhân bản thì như vậy mấy con viết được như vậy thì mấy con áp dụng dễ.

[Tu sinh]: Bữa trước trưởng lão nói cái bài này là phải viết cho nó chi tiết Nhưng mà con chưa có hoàn chỉnh được, để từ từ hoàn chỉnh sau.

[Trưởng lão]: Thì mấy con cứ yên tâm bây giờ Trong cái vấn đề đó thí dụ như mấy con chưa có hoàn chỉnh xong hết, thì từ từ mấy con sẽ hoàn chỉnh xong những cái chi kiến của mình tức là mình tư duy, mình làm hoàn chỉnh được cái tri kiến của mình xong. Con cái phần áp dụng thì thầy sẽ hướng dẫn áp dụng, Thầy tin rằng các con sẽ hoàn tất được nhưng mà chậm hơn một tuần lễ sau, Tuần lễ tới này thì con vô học để áp dụng thì

qua tuần nữa thì mấy con phải nộp bài hát cho thầy hết. nghĩa là nộp cái bài về nhân quả không có còn sót. về đạo đức nhân bản, thân vô thường, các pháp vô thường đều là mấy con xong hết rồi.

[Tu sinh]: Như vậy là con làm nhân quả làm trên thập thiện là phải hoàn chỉnh hạng nhất. Cái nữa là về Ái ngữ phải không?

[Trưởng lão]: Ái ngữ, có cái về nhân quả Ái ngữ con.

[Tu sinh]: Rồi cái thứ ba nữa là quán thân vô thường hay là ?

[Trưởng lão]: Quán thân vô thường quán các Pháp Vô Thường hai bài

[Tu sinh]: Dạ, cái Đạo đức là cuối cùn.

[Trưởng lão]: Cái bài đạo đức là cuối cùng để chung kết cho cái đường đi của đạo đức nhân bản nhân quả.

[Tu sinh]: Thưa thầy, con còn thiếu nhiều.

[Trưởng lão]: thôi ở lại đi không có sao?

[Tu sinh]: Thưa thầy con chưa có nộp cái cuốn những lời Phật dạy của thầy viết,

trong Cái đó có nói tu Tứ niệm xứ Trong cái đoạn cuối đó, áp dụng thân hành niệm đó thầy, đi thân hành niệm vào giai đoạn cuối đó. là pháp để khi mình đi cái đó để chứng đạo con xin hỏi về vấn đề đó con chưa có hiểu.

[Trưởng lão]: Khi nào mà con tu Tứ niệm xứ tâm thanh thân An Lạc Vô Sự Suốt 12 tiếng đồng hồ, mà con không thấy Tứ Thần Túc, nghĩa là Tứ Thần Túc không hiện. Thì lúc bấy giờ con ôm pháp Thân hành niệm đi một đêm, Đi một đêm 12 tiếng đồng hồ ôm Pháp Thân hành Niệm đi, lệnh tác ý hành động nào tác ý hành động nấy. Bởi vì cái Pháp Thân hành niệm là cái pháp tu tập Lệnh, cái lệnh: Đưa tay ra, con sẽ đưa tay ra; đưa tay vào con sẽ đưa tay vào; Cúi đầu xuống con sẽ cúi xuống; ngửa đầu lên con sẽ ngửa lên. Lệnh con đâu thì hành động tới đó. Thì trong một đêm khi mà tâm thanh thân An Lạc Vô Sự Tứ niệm xứ đã sung mãn mà không có tứ thần túc, Thì lúc bấy giờ ông Pháp Thân hành niệm sẽ có đủ thứ thần túc ngay liền tức khắc, Đó là cảnh sát cuối cùng của thân hành Niệm. Mà phải thấy được cái pháp Tứ niệm xứ đã sung mãn rồi, mà tại sao Tứ Thần Túc không hiện. Tức là trong

khoảng thời gian tu tập Tứ niệm xứ mình thiếu phương pháp tác ý, cho nên không có đủ ý thức lực. vì vậy mà bây giờ ôm pháp Thân Hành Niệm để tạo thành cái lệnh, tức là cái ý thức lực của nó. Ý thức lực là lực chuyển của nó cho nên nó dục như ý tục. như ý mình muốn mà. Cho nên mình muốn cái gì nó làm cái nấy. Tôi muốn nhập định nào thì nó nhập định nấy, cho nên nó gọi là Tứ Thần Túc. Bốn cái thần lực như thần, 4 cái lực mạnh như thần thì chỉ có pháp thân hành niệm sẽ có lực như thần. Tại vì tâm tôi thanh tịnh mà sao cái lực này không hiện, buộc lòng tôi phải tập cái này một đêm thôi là đủ. Cho nên cái Pháp Thân hành niệm là cái Pháp rất là độc đáo. Nhưng nó phải chờ cho Tứ niệm xứ sung mãn, chứ còn Tứ niệm xứ chưa sung mãn con tập nó thì nó có những cái thần lực, nhưng mà Thần lực tưởng nó không đúng. Bởi vì mình chia ly dục ly ác pháp hoàn toàn.

[Tu sinh]: Con xin hỏi những việc mà ông .. làm sao biết được 12 tiếng đồng hồ Thầy.

[Trưởng lão]: Lẽ đương nhiên là lần lượt tới chừng đó nó tỉnh bơ nó không có

ngủ nữa thì nó phải tới 12 tiếng đồng hồ chứ sao, tự nó thanh tịnh mà. Con cứ xả tâm đi, con Bây giờ con tôi tới đó xả tâm rồi nó tỉnh rồi, nó không ngủ buộc lòng mình cũng phải tu Tứ niệm xứ hoài chứ, chứ con làm sao mà con không tu, bởi vì nó có ngủ đâu. Tự nó ly nó sẽ không niệm thì bắt đầu nó tỉnh, nó tỉnh rồi nó còn niệm thì phải thấy còn phải phá phải không? Cho nên vì vậy mình phải tu; Thí dụ như bây giờ, 7 giờ tối mà tu cho tới 10 giờ. Tôi tới 10 giờ mà nó hoàn toàn nó không niệm thì nó thức luôn. Tôi không muốn thức chứ nó thức luôn à, Bây giờ tôi đi làm nó cũng không ngủ nữa, nó tỉnh bơ thì như vậy là tôi tiếp tục tôi xả nữa, tôi sẽ riết cho tới 12, Cho nên tôi đâu cần phải tập, nó sung mãn Tứ niệm xứ là nó phải tỉnh thôi. Con hiểu chỗ đó chưa?

[Tu sinh]: Dạ, cho con hỏi con thấy các Thầy Chân Thành đi rất nhiều, con thì ít có đi lắm tại vì con đi nhiều thì nó bị ức chế. Nhiều lúc chưa ngủ thì nó bị ác pháp nó đến, dạ nó bị mộng. Không con không đi thì nó bị ít bị hôn trầm, mà chưa ngủ thì nó không có ... thì con hỏi Tại sao mà Thầy Chân Thành đi nhiều mà sao không có bị vấn đề đó.

[Trưởng lão]: Thì hôn chồng Thầy không có bị mà thầy đi cái cách thức của Thầy nó không bị ức chế, nó cũng đi nhưng mà thầy đi rất là tự nhiên, cho nên thầy chỉ cần tập luyện cái tác ý thôi, thầy chỉ có tác ý chứ Thầy không có chú ý trên cái bước đi quá tập trung. Còn con thì tác ý con chú ý quá cho nên nó căng con, cho nên nó bị ức chế hết. cho nên chưa con nằm nó vô mộng liền, nó đi qua cái ngọn Mộng cho nên nó bị ức chế. Còn thầy Chân Thành ông đi như vậy là ông phá cái hôn trầm. Ông còn hôn trầm ông đi đó, chứ còn không hôn Trầm là ông ngồi đó, ông sợ quá cho nên ông phải đi thôi, ông đi cho nên ông đi với cách tự nhiên, không có ức chế. Chứ mà ông ức chế ông bị mộng luôn à, không có chạy đâu khỏi.

[Tu sinh]: Thầy Chân Thành đi Pháp Thân Hành Niệm đi suốt.

[Trưởng lão]: Không phải đâu con bởi vì thầy sợ buồn ngủ buộc lòng phải đi để mà tránh ngủ. Nếu mà Bây giờ thầy ngồi lại hoặc thầy nằm xuống là nó ngủ ngay liền, đi nó không ngủ đó.

[Trưởng lão]: Thưa thầy nhiều lúc con tu tới 10 giờ, con thấy vấn đề thức đêm sợ

kéo dài mà lâu nhiều tháng nhiều năm, bảy, tám năm chưa chứng đạt, thì nó kéo dài quá, con sợ nên nhiều lúc con phải ngủ, không nhiều lúc con ngồi nửa tiếng.

[Trưởng lão]: Cái đó không được con, ngủ thì cứ nằm chứ Đừng có ngồi. Bây giờ thật sự ra tự nó tỉnh, còn mình cố gắng mình khắc phục bằng cách nhiếp tâm mình, nó tỉnh, nhưng mà nó tỉnh bằng cách mình ức chế nó thì.

[Tu sinh]: Con tu Tứ niệm xứ cũng để bình thường.

[Trưởng lão]: để bình thường nó tỉnh được thì mình cứ tiến tới mà tu, nó tỉnh Bây giờ con muốn nó không tỉnh, muốn ngủ nó cũng không ngủ nữa. nó nằm suốt nó cũng không ngủ nó tỉnh, mà nó ở trong cái trạng thái thanh thân nó tự nó ở trong đó. không có làm sao mà con ra khỏi nó đâu. bởi vì nó thuộc về dạng bất động Tâm. cũng như bây giờ thầy Ví dụ như bây giờ thầy không có nói chuyện, Thầy ngồi tự nó nó bất động nó không thêm nghĩ cái gì hết, Mà nó thanh thân An Lạc Vô Sự, tự động nó cứ vậy nó vậy à. Còn hể ai mà đến nói chuyện nó thì nó trả lời, còn không nói thì mình Thầy, Thầy yên

tĩnh vậy. Nếu mà thầy ngồi đầu thì nó bắt động tới đó, nó thanh thân Nó bắt động Tâm, tự nó. Mà Thầy suy tư Thầy làm cái gì đó, Thầy viết sách hay là thầy đọc bài Mấy con, Thầy chấm bài thì cái đầu óc Thầy làm việc, Mà thầy ngồi là nó bắt động, tại vì nó quen cái đó rồi. Còn mấy con ngồi nghỉ không được, ngồi nghỉ nó không nghỉ, hoặc là ngồi nghỉ một hơi cái nó ngủ. Hoặc là nghỉ một hơi nó niệm này niệm kia, nó xem vô. còn thầy thì nó không có bởi vì nó hết tham sân si rồi, nó không còn cái niệm đó nữa Tự nó hết. cho nên khi mình Tu định vô đầu mình áp dụng vào đây thì mình quét ra. Minh quét ra cho hết ba cái niệm này, bằng cái tri kiến của mình chứ không phải bằng ức chế cho nên mình không bị mộng, bởi vì hết.

[Tu sinh]: Có phải Nếu mà chưa chứng đạt được.... 12 tiếng đồng hồ đương nhiên là còn nằm trong ức chế đó Thầy?

[Trưởng lão]: Còn ức chế con. Không khéo là bị ức chế hết đó con.

[Tu sinh]: Con lúc trước con tu ... thì con bị hôn trầm thì con cứ đi suốt. Như lúc này thì con buổi tối, buổi sáng con ... nó cũng không bị sao hết trơn. rồi nó vẫn tỉnh

thức. Thì con xin hỏi Thầy, lúc chiều con đi ra tưới mấy cái cây đó Thầy, mình con ra con tưới mấy cây mà con đem cả.... vậy là có sao không Thầy?

[Trưởng lão]: không có sao hết mình tưới mình tỉnh thức ở trên cái hành động của mình, chánh niệm tỉnh giác trên hành động. mỗi khi có cái niệm gì suy nghĩ thì mình dùng định vô lậu quán xả thôi. Mình quán mình trả thì nó tốt.

[Tu sinh]: như vậy không có sao hả thầy?

[Trưởng lão]: Không có sao con. Nhớ mà giữ cho ...

[Tu sinh]: Thưa thầy như trường hợp như con ở nhà con tu tập. Con thí dụ như con đang ngồi tư duy về cái phần con đang viết bài đó thầy. Mà trong lúc mà cái mộng của mình nó xuống, đang tư duy về cái khái niệm đó, rồi đến một tháng sau thì bắt đầu nó vào trong cái tưởng thì bắt đầu cây viết nó bị rớt xuống vậy này, cho nên ... nó giựt mình.

[Trưởng lão]: tức là con nó thiếp vô ngủ nhanh quá

[Tu sinh]: Mà trong lúc đó thì con biết đang tư duy trong cái niệm, thay vì cái ý thức của con thì đang suy nghĩ, thì nó vô vào trong cái mộng thì nó không hay. Nhưng vào trong mộng thì nó vẫn đang tư duy I.

[Trưởng lão]: Nó đang tư duy nó tiếp nối, đều là cái tưởng của con nó tiếp nối cái ý thức của con, cho nên con không hay, vô mộng rồi mà cứ ngồi đó tưởng là mình đang làm bài, chừng cây bút mình rút ra nó mới hay.

[Tu sinh]: Bạch Thầy, con khắc phục như thế nào?

Con khắc phục trước khi mà con làm bài gì con phải , dùng cái pháp tác ý, không có được nghe, ngồi đây mà không có được lặng vô chiêm bao, phải hoàn toàn tỉnh táo, để mà làm bài chứ không phải làm bài ở trong tưởng được đâu, nhắc nó vậy đó, lần lượt nó hết. Bởi vì có pháp Như Lý Tác ý rồi.

Chúng ta có cách thức dẫn tâm rồi, chứ cái này rất khó chứ không phải dễ, nếu mà không có pháp Như lý tác ý là con không dẫn được cứ ngồi nó rớt trong mộng, ngồi nó rớt trong mộng đó.

[Tu sinh]: Dạ, cái trường hợp này xả .. như bữa nay nó hết, lúc con đang ngồi hít thở như vậy, tự hít cái nó thổi nó đang gom trong đầu, nó có cái niệm nó khởi ra, ngay lúc đó tư duy cái niệm đó, tư duy cái niệm đó rồi nó vô trong đầu. Tới chừng cái niệm nó hết mới giựt mình ... nó biết mình là vậy.

[Trưởng lão]: Con biết mình đang mê, cho nên vì vậy mà con phải tác ý trước khi mà con ngồi tu pháp gì con phải tác ý trước, bởi vì mình thấy cái trạng thái bị chiêm bao, bị mộng tức là nó đã rớt vào trong ngủ rồi. thì mình phải tác ý, phải tỉnh táo nhắc trước nó khi mình tu tập cái pháp gì hoặc là con ngồi con viết, con tư duy cái định vô lậu, con tư duy viết con cũng nhắc phải tỉnh táo, phải sáng suốt, phải rõ ràng không có được chiêm bao, không có được thùy miên. Nhắc nhở nó như vậy thì là được đó. Tác ý một tướng khác của tướng kia thì tướng đó nó sẽ hết. Đức Phật nhắc nhở như vậy, cho nên mình thường mình bị, mình tu hành nếu mà không có phương pháp Như Lý Tác Ý thì không làm sao mình khắc phục được.

[Tu sinh]: Dạ thưa Thầy, còn pháp Thân Hành Niệm, vậy con đi mà con tu tập

nhieu thì nó có ảnh hưởng gì hay không đối với tướng.

[Trưởng lão]: Không có con, không có cái gì đâu con, pháp Thân hành Niệm tức là mình tu cái lệnh thôi, mình đừng có tập trung quá nhiều mà ức chế, mình chỉ lệnh, lệnh đâu thì mình đưa tay đó thôi, đừng có đưa tay mà chăm nhìn cái hành động đưa tay đó. Là tại vì trong lúc mình bị hôn trầm nhiều thì mình phải tập trung nhiều để cho nó đừng có bị...

Từ phút 37:37

Nhưng mà khi mà nó bình thường thì mình tu cái pháp thân hành niệm nữa để cho nó tu cái lệnh để cho mình điều khiển nó, mình cũng viết thường, bảo: Đưa tay ra, thì mình đưa ra. Đưa tay vào, mình biết cái dơ vậy thôi. Tức là mình biết không phải quá tập trung ở trên cái hành động đi ra, đi vô thì nó sẽ không bị ức chế con. Để chờ cho cái định vô lậu này cho áp dụng để mà xả tâm cho nhiều thì cái này nó rất cụ thể nó tự nhiên chứ không khéo cho hề nhìn cái hành động đưa ra vậy nó có sự tập trung của nó.

[Tu sinh]: Bây giờ thì con thấy khi cái con đưa tay ra vào thì nó không có tập trung

nhưng mà nó biết rõ ràng nhưng nó không có ức chế như lúc trước.

[Trưởng lão]: Đó là nó đỡ rồi đó con nó không có bị ức chế nhiều.

[Tu sinh]: Thưa Thầy xem như hai cái bài pháp quán thân vô thường bữa nay con làm xong để chiều nay và chiều mai con có thể nộp cho Thầy.

[Trưởng lão]: Có thể 2 giờ con làm xong, hoặc có thể ngày mai con có thể đem nộp sớm đó con, con vô đây con quét con để đây. Đem sớm con cứ để đây, cũng như ở đây cái cô nào cô nào họ biết họ đi xuống họ để.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, cái bài pháp quán thân vô thường con làm cả tập sách.

[Trưởng lão]: Được mà, tại vì cần phải quán nhều chừng nào để nó sâu sắc chừng này, để cho nó hiểu, để cho nó thực sự hiểu đó thì nó không có gì đâu con cứ viết xong rồi đem để đây. Để Thầy xem coi mấy cái tri kiến của mấy con triển khai đến mức độ nào.

[Tu sinh]: Như vậy cái phần cảm thọ trên thân con đi từ 10 giờ đến 11 giờ và từ 1 giờ đến 2 giờ thì trong cái phần này con mới

có ... thôi, thì cái phần hôn trầm, thùy miên nó đánh trong ngày ... hai cái giờ này nó rất nhiều nhưng con không tập cái pháp thân hành niệm hoặc là có khi con tu tập về pháp Thân Hành Niệm và đổi sang phương pháp Chánh Niệm Tỉnh Giác... thì chúng cũng kéo dài hai, ba tiếng đồng hồ.

[Trưởng lão]: Được cũng không có sao hết, để phá cho được, để tăng lên hôn trầm thùy miên nó tăng nó đánh.

[Tu sinh]: Cái phần nói về định vô lậu con .. thì thời gian rất là ngắn, có bữa thì con tu suốt cả buổi khi thì gần bốn tiếng đồng hồ nhưng mà viết xong bài...

[Trưởng lão]: Không có sao bởi vì cái đó mình phòng ngừa để mình đánh ba cái hôn trầm thùy miên, chứ con ngồi lại nó ngủ. Con ngồi lại con tu định vô lậu, con ngồi lại con viết, con tư duy viết là nó cũng thiếp vô. Con bây giờ mà đọc cái cuốn kinh, cuốn sách gì, đọc chừng một trang, hai trang nó ngủ, cái giờ đó, bởi vì mình quán mà nó ngủ. Thành ra nó biết là cái dạng đó thì mình đi kinh hành, mình đi Thân Hành Niệm, áp dụng vậy nó mới tỉnh, còn ban ngày đó mình có thể tu cái định vô lậu làm bài, viết bài.

Thôi, rồi mấy con

[Tu sinh]: Con bạch Thầy, con hỏi vì con là người mới đến, coi như là con đến đây thì Thầy có cho pháp danh hay là sai pháp danh cũ.

[Trưởng lão]: Con cứ pháp danh cũ thôi con, không có gì đâu. Chừng nào mà giới luật nghiêm chỉnh mà để thọ giới thì Thầy thấy giới luật trở lại thì mấy con cần phải thọ giới trở lại thì lúc bấy giờ mới cho cái pháp danh, coi như là xuất gia trở lại.

[Tu sinh]: Điểm nữa, con cũng xin phép Thầy đi đến đây thì cũng chưa có, thầy chưa mở lớp mới, thì con coi theo sách của Thầy mà con tập luyện từ từ. Con sẽ đọc theo Thọ Bát Quan Trai, coi theo sách, con tập từ từ theo những phương pháp đó. Chúc còn con theo lớp người ta thì con theo không kịp, bởi vì người ta qua hai tháng rồi con. Người ta bây giờ áp dụng vô để mà tu Tứ niệm xứ rồi, mấy con cứ tập từ từ.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, Thầy cho con cây viết với cuốn tập mới, cái mực nó lợt quá, con viết cái chữ con nó cũng xấu lắm, rồi con viết Thầy đọc cũng khó.

[Trưởng lão]: Được rồi, được rồi Thầy sẽ cho, Thầy sẽ cho.

[Tu sinh]: Cây viết nào mực nó đặc.

Bây giờ hết rồi phải không con, mấy con nghỉ, ra mà đọc sách của Thầy, hỏi cô ÚT xin mấy bộ sách rồi đó con nghiên cứu con đọc. Trong cái giờ mà còn ở lại đây tập tu thì mấy con tập như vậy thì được. Sau khi mà cái khóa Thầy mở tới đó thì mấy con được dự, vào những cái khóa mà tu tập. Con sẽ về ngoài đó lo giấy phép rồi đó con, giấy tờ xong rồi con sẽ vào trong này rồi Thầy sẽ chỉ cho, lớn tuổi rồi con. Để không khéo không kịp. Vô thường nó đến thành linh lắm.

[Tu sinh]: Thưa Thầy con... cây viết mực nó đậm



106-(LCK-045A)

* Đạo Phật là đạo đức nhân bản nhân quả



Người ta đọc thì người ta hiểu, người ta thấy hay, nhưng mà người ta không hiểu... cho nó rõ ràng cụ thể. Cho nên, mấy con rất hay, có nhiều cái mẫu chuyện mấy con nêu rất thực tế, cụ thể trong cái đời sống đức hạnh của chúng ta. Nhưng mà các con không nói rõ được cái đề mục của cái chuyện đó.

Hôm nay, Thầy mong rằng, mấy con sẽ chuẩn bị sửa soạn cho mỗi người đều có một cái tập sách đạo đức nhân bản nhân quả. Mỗi người đều viết một cái tập sách đạo đức nhân quả. Chúng ta hãy cố gắng tư duy, suy nghĩ để viết rõ ràng một cuốn sách đạo đức. Thì ở đây có nhiều bài của mấy con Thầy đọc rồi, thì Thầy đề tựa cho cái tên của cái hành động mà mấy con nói về cái đức hạnh đó, thì được đề tựa như Đức hiếu sinh. Câu chuyện thứ nhất là Đức hiếu sinh. Các con nêu ra một cái câu chuyện, nhưng mà câu chuyện đó mấy con không nêu ra cái

đức hạnh gì, cho nên khi các con nêu ra câu chuyện đó các con để Đức hiểu sinh, sau đó các con đề cái mẩu chuyện và các con luận ở trên cái mẩu chuyện đó ra, để chỉ cho người ta thấy đây là cái Đức hạnh của một đức nhân bản, đức hạnh của cái việc đó các con cần phải làm cái đức hạnh đó, thực hiện cái đức hạnh đó.

Câu chuyện thứ hai về sư Minh Hiếu thì cái Đức nhấn nhục. Con thấy khi mà đám trẻ con nó tiểu xuống cái giếng thì sư lại múc cái nước đó sư uống. Trong khi đó cái hành động đó là cái hành động nhấn nhục, nếu mà không nói Đức nhấn nhục thì người ta nghe như câu chuyện, mình nói để thấy hay vậy thôi chứ người ta không biết. Mình nói là Đức nhấn nhục thì mình ta câu chuyện đó mình giới thiệu. Đầu tiên mình vô mình giới thiệu, rồi mình mới đưa ra cái mẩu chuyện mình giới thiệu Đức nhấn nhục như thế nào, thế nào, rồi cái mình đưa ra cái mẩu chuyện. Từ kết luận cái mẩu chuyện đó chúng ta mới nêu lên thấy rõ được cái hành động Đức nhấn nhục, như vậy mới đúng mấy con.

Rồi còn một cái câu chuyện thứ ba nữa là Đức tôn trọng mấy con, người ta thấy cái

sự tôn trọng, thì mình phải nhận ra cho được cái mẩu chuyện mình nói đó là cái Đức tôn trọng, rồi mình giới thiệu Đức tôn trọng như thế nào, rồi mình mới đưa ra cái mẩu chuyện, để xác minh cho được cái đó là Đức tôn trọng.

Cái câu chuyện thứ tư thì Thầy cũng ghi cái tên cho mấy con, thì đọc qua cái câu chuyện của mấy con thì Thầy nhận ra cái đức của nó Thầy đưa ra. Thay vì mấy con muốn viết cái đức đó thì mấy con muốn nêu ra cái câu chuyện đó, thì mấy con đi lên cái tích đề của nó đi, thì cái câu chuyện thứ tư là Đức từ tâm.

Các con thấy nó có nhiều cái đạo đức lắm, bởi vì cái bộ sách đạo đức nó rất nhiều chứ nó đâu phải là chỉ có nằm gọn ghẽ ở trong cái mười điều lành đâu, nhưng mà mười điều lành đó là cái gốc, cái gốc của nó. Cho nên vì vậy mà chúng ta nương vào trong cái Thập Thiện mà chúng ta viết thành một cái bộ sách đạo đức rất là nhiều, chứ đâu phải viết một bài. Và cũng là viết để cho mình học để cho mình sống đạo đức mấy con, mình phải sống những cái đạo đức mà mình viết ra. Rồi cái bộ sách đạo đức của

mình không những mình học trong hiện thời trong cái lớp học này mà còn để lại cho con cháu chúng ta về sau, và nó là một cái giáo trình tu học đạo đức. Bởi vậy phải viết cái giáo trình, chứ mấy con viết cái bài như cái bài luận, một cái bài luận thôi, thành ra nó không phải là cái giáo trình học đạo đức. Mà Thầy muốn xây dựng mấy con trở thành những người đứng lớp dạy đạo đức, thì phải thực hiện cái giáo trình.

Ở đây chúng ta không có thì giờ vì rất nhiều bài mấy con viết rất hay mà không có thì giờ để mà đọc, **và đồng thời chúng ta hiểu biết để chúng ta tu tập phần lớn là chúng ta xả tâm cho được. Áp dụng vào đời sống chúng ta được, sống không làm khổ mình khổ người, sống thấy lỗi mình không thấy lỗi người. Mà người nào sống mà cứ làm cho tâm mình bị động, là cứ thấy chướng ngại Pháp bên ngoài mà làm cho tâm động, thì không xả tâm.**

Cho nên câu kinh của Đức Phật dạy mà Thầy từng nhắc với mấy con nhiều lần đó là: “Tri kiến ở đâu thì đức hạnh ở đó, đức hạnh ở đâu thì tri kiến ở đó. Tri kiến làm thanh tịnh đức hạnh, đức hạnh làm thanh tịnh tri

kiến”. Các con thấy chưa, cái tri kiến là cái sự hiểu biết của mấy con. Thầy đã dạy hơn hai tháng nay cái sự hiểu biết vừa đủ, để cho mấy con sống trong đức hạnh. Kết quả của hai tháng học chúng ta lại trở thành những người viết sách đạo đức, vừa dạy cho mình mà cũng vừa dạy trong người sau, vì chúng ta học trong lớp này để đào tạo chúng ta trở thành những người đứng lớp dạy đạo đức cho mọi người. Mà nếu mà chúng ta không có thực hiện được thân giáo, không sống đúng đạo đức mà chỉ có lời nói suông. Mặc dù mấy con viết rất hay nhưng mà mấy con sống không đúng đạo đức thì mấy con cũng không được đứng lớp; mà mấy con viết hay, nói hay mà sống đúng đức hạnh thì mấy con xứng đáng đứng vào lớp. Và mấy con viết hay luận hay về đạo đức, mà sống đúng thì mấy con chứng quả A La Hán.

Ở đây Thầy xác định cho mấy con biết nếu mà một người nào ở trong đệ tử của Thầy, mà khi tu có thần thông Tứ Thần Túc, mà áp dụng Tứ Thần Túc để thể hiện thần thông thì Thầy sẽ đuổi ra khỏi lớp này. Bởi vì ở đây chỉ có thực hiện đạo đức chứ không có thực hiện thần thông. Thầy biết rằng mấy con sẽ tôi có, rồi đây rồi mấy con mà chưa

có diệt ngã của mấy con, rồi mấy con sẽ thực hiện một cách sai lầm của mấy con, biến Phật giáo thành một tôn giáo thần thông chứ không phải là đạo đức nhân bản nhân quả.

Cho nên Thầy xác định cho mấy con thấy rõ, những người đệ tử của Thầy dù nam hay nữ, dù có Tứ Thần Túc là để làm chủ sự sống chết của chúng ta chứ không phải có Tứ Thần Túc để biểu diễn Thần thông. Người nào biểu diễn Thần thông đương nhiên Thầy sẽ mời ra khỏi lớp học, không phải đệ tử của Thầy nữa, Thầy chấp nhận điều đó.

Ngày xưa ông Châu Lợi Bàn Đạc nỗ lực tu hành để chứng thánh quả A La Hán. Một mình ngài trong rừng ngày thực hiện thần thông biến thành ngàn người ngồi trong khu rừng, đến khi Đức Phật biết rõ sai người mời thọ trai, gọi ông Bàn Đạc đến thọ trai và từ đó về sau chúng ta không thấy ông Bàn Đạc trên kinh sách của Phật nữa. Thì các con đủ biết rằng đạo Phật lấy đạo đức làm gốc chứ không phải lấy Thần thông làm gốc. Cho nên người nào mà ngồi thiền năm bảy ngày, một tháng, hai tháng để biểu diễn Thần thông, thì người này được Thầy mời ra khỏi tu viện, không chấp nhận những đệ tử của Thầy là

những thần thông Ngoại đạo đó. Thầy biết rằng Đạo Phật có nội lực rất lớn, có Tứ Thần Túc, chúng ta tu đúng có nhưng mà chúng ta tu sai vẫn có nhưng có rất là tai hại cho người khác, làm mất uy tín của Phật giáo, làm sai lệch con đường của Phật giáo là có tội với nhân loại. đem nhân loại vào sự mê man thần thông phép tắc mà đến ngày nay chúng ta vẫn thấy.

Mỗi lần nghe có một cái điều gì kỳ đặc là xúm nhau chạy tới chạy lui, báo chí đăng rùm beng lên. Như vừa rồi có một cậu bé ở Ấn Độ, ngồi thiền 6 tháng không ăn uống làm cho thiên hạ chạy tới chạy lui báo chí, đài điện rùm rộ coi như là một kỳ đặc lạ lùng, coi như Đức Phật Thích Ca tái sanh, điều này là điều sai không đúng cách.

Thầy có người ném cái bài đó vào trong mạng, nhưng Thầy thấy rằng ai làm gì mặc, nhưng ý họ hỏi Thầy như vậy ngồi Thiền định 6 tháng như vậy không ăn uống như vậy, thì ý của họ muốn hỏi Thầy để trả lời. Là có phải thành Phật không, điều này Thầy nói thành quỷ chứ không phải thành Phật. Thầy xác định cho mấy con thấy thần thông chỉ là quỷ chứ không phải là phật đầu.

Cho nên những chuyện mê tín cầu cơ, thần thông phép tắc lạ lùng những điều đó là những điều sai. Lên đồng, nhập cốt đều là những mảnh khoe lừa đảo bằng tưởng chứ không có gì khác lạ. Điều đó đối với Thầy thì chẳng có gì gọi là kỳ đật, chỉ là một trò ảo thuật gạt người mà thôi. Còn ở đây chúng ta sống thật đúng đạo đức làm người, đem lại hạnh phúc cho mình cho người. Cho nên chúng ta phải thấy rất rõ ràng.

Vì vậy hôm nay Thầy muốn nhắc để cho mấy con tự mình soạn thảo được bộ sách đạo đức. Như vừa rồi Nguyên Thanh gửi bài cho Thầy, được sự hướng dẫn cụ thể qua bộ sách đạo đức làm người, Nguyên Thanh dựa vào đó viết nên nó rõ ràng.

Đây, mấy con sẽ thấy, vào đầu thì để tựa Đạo Đức Nhân Bản, sau đó thì lời đầu sách rõ ràng, rồi kể đó là giới thiệu ba nơi xuất phát đạo đức nhân bản: thân, khẩu, ý. Bởi vì chúng ta viết đạo đức nhân bản mà, cho nên chúng ta giới thiệu ba nơi xuất phát của đạo đức nhân bản. Rồi kể đến từng bài một, kể đến từ bỏ lấy của không cho, tức là giới cấm không tham lam trộm cắp chứ gì, thì cái đức của nó là từ bỏ lấy của không cho.

Thì mấy con thấy đặt từng cái tên của nó cụ thể rõ ràng, có đầy đủ ý nghĩa.

Đây qua hết cái đức đó rồi thì chúng ta thấy xuống hàng, bỏ cái đức đó qua một cái đức khác thì chúng ta đọc cái đạo đức nào, nó ra cái phần này cụ thể. Thí dụ như hết cái đức từ bỏ lấy của không cho, thì chúng ta tới đó còn dư một số trang, chúng ta không nói tiếp đâu, chúng ta qua một cái từ khác để nói lên cái đức hạnh khác. thì cái đức hạnh khác, cái đức hạnh không giận hờn. Các con thấy người giận hờn là không đức hạnh mà giận hờn rồi tức tối, la lối, chửi mắng nó tạo thêm những cái ác pháp khác, thiếu đức hạnh khác. Mấy con thấy như vậy rõ ràng là phải trình bày nó thành ra một cái tập sách, ở đây không phải là chỉ có bấy nhiêu đây. Cái bộ sách đạo đức rất nhiều mà Thầy đã xác định cho mấy con biết nó là 24 tập sách đạo đức làm người. **Đạo đức nhân bản dịch nghĩa ra là đạo đức làm người chứ không có gì hết, đạo đức của con người.**

Ở đây hai chữ nhân bản có nghĩa là chữ Hán học, còn Thầy viết để tên bộ sách đạo đức làm người, chứ sự thật ra

thì đạo đức của con người. Vì vậy cho nên dịch chữ nhân bản là đạo đức của con người chứ không có gì khác hết. Vì vậy mà hôm nay thì mong rằng mấy con chuẩn bị cho mình, mỗi người phải viết một bộ sách đạo đức, và bộ sách đạo đức ấy sẽ được lưu hành trong nội bộ, mỗi người đều được truyền tay nhau qua lại đọc thử coi mình viết đạo đức như thế nào. Thử coi mình có áp dụng vào được đời sống của mình không. Vì tháng này, tháng thứ ba là tháng áp dụng bằng phương pháp vào đời sống, sống đạo đức không làm khổ mình khổ người, tháng này mấy con tu nhiều.

Về Định Vô Lậu mấy con bớt lại, tập trung vào pháp tu nhiều hơn. Tu về áp dụng vào những bài học của Định Vô Lậu, mấy con biết tu pháp gì không? Tứ niệm xứ đây mấy con, chỉ có Tứ niệm xứ mới áp dụng được đạo đức làm người, còn nếu không có Tứ niệm xứ thì chúng ta áp dụng vào chỗ nào, cho nên tâm thanh thản, an lạc, vô sự thì thôi.

Tâm có niệm, thân có đau khổ, là ác pháp, là chướng ngại pháp. Nếu tâm có niệm thì tư duy suy nghĩ xả bỏ không để

niệm tác động vào thân tâm chúng ta. Thân có bệnh có đau khổ thì hoàn toàn nhiếp tâm và an trú trong một phút, các con đã từng nghe Thầy đã dạy. Thì chúng ta sẽ đẩy lùi bệnh bằng phương pháp Như Lý Tác Ý mấy con đã học rồi, thì Thầy nghĩ rằng giữa hai phương pháp này, trong 5 tháng còn lại; mà hằng ngày người nào siêng năng, chuyên cần trên Tứ niệm xứ khác phục những tham ưu thì năm tháng còn lại đây mấy con sẽ chứng đạo một cách rất là tuyệt vời, và không có thời gian dài, các con biết cách áp dụng chưa?

Nếu biết cách áp dụng thì phải phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng không tiếp duyên mọi mặt để thực hiện được đạo đức nhân bản nhân quả. Nếu mấy con tiếp duyên thì mấy con không phòng hộ mắt tai mũi miệng thân ý của mình thì không bao giờ mấy con xả được hết, dù tri kiến của mấy con có giỏi cách gì cũng chỉ là lý thuyết suông mà thôi. Nói được phải làm được, nói được mà không làm được là nhục nhã là xấu hổ, nói được không làm được là người nói láo, không thật, nói được phải làm được. Các con viết sách như thế này mà nói được thì các con phải cố gắng làm cho được mới xứng đáng là đệ tử

của Phật, của Thầy. Còn mấy con nói được mà mấy con không làm được, tức là mấy con không xả tâm được thì mấy con không xứng đáng. Hầu hết các nhà học giả họ lý thuyết họ nói được, họ chưa sống được, họ nói giới luật rất hay nhưng cuối cùng những giới luật họ chẳng ra gì.

Cho nên ở đây phải nhớ những lời Thầy dạy, thời gian chúng ta không còn nhiều. Thầy dạy mấy con cứ ngỡ tưởng rằng 7 năm, nhưng Thầy muốn ngăn chừa nào tốt chừa nấy. Trong lớp học của chúng ta sáu mươi mấy người, hoàn toàn Thầy ước ao sáu mươi mấy người là sáu mươi mấy người đạo đức hoàn toàn sống không làm khổ mình khổ người, không còn người nào là rơi rớt, điều ước mong của Thầy như vậy. Mấy con đã bỏ hết cuộc đời vào đây tu, được dịp này là may mắn rất lớn. Còn 5 tháng nữa không lâu đâu mấy con, thời gian như chớp mắt, nếu chúng ta thực hiện hàng ngày, hàng giờ, hàng phút trên Tứ niệm xứ để thực hiện tâm thanh thân, an lạc, vô sự tức là các con hộ trì chân lý, bảo vệ chân lý của các con bằng tri kiến của mấy con, bằng sự sự nhiếp tâm an trú để đẩy lui tất cả các chương ngại pháp trên thân Thọ tâm pháp của mấy con

thì sự đạt thành kết quả 100%, nếu mấy con siêng năng. Còn mấy con lảng tránh, mấy con chỉ học hiểu để cầu danh cầu lợi thì điều này chắc chắn mấy con sẽ không đạt được. Sự quyết định cho sự sống chết, làm chủ sự sống chết trước mặt mấy con.

Mấy con đã từng học pháp Vô Thường các con có biết hôm nay chúng ta ngồi đây được nghe Thầy dạy, ngày mai còn chắc chúng ta được ngồi đây không? Đó là pháp Vô Thường mấy con, rồi đây có người bệnh, có người chết chúng ta sẽ không thương đâu, đừng nghĩ rằng năm tháng là nhanh chóng mà chúng ta không nỗ lực; đừng nghĩ rằng 5 tháng đời chúng ta còn dài, chưa đâu nó sẽ mất đi và sự mất mát trong khi chúng ta hiểu được Phật Pháp mà để sự mất mát quá uổng cho kiếp đời của chúng ta.

Đời có gì đâu tất cả đều dục lạc đem đến sự đau khổ cho chúng ta, thân chúng ta vô thường để cung cấp nó làm gì những dục lạc, dục lạc có hạnh phúc gì? Đời rất khổ, thế thì chúng ta còn vui gì để mà ngồi đây mà không tu tập. Để mà chuyển giảng, để mà nói chuyện này, chuyện tình,

chuyện tứ chuyện đủ thứ, bỏ xuống bỏ xuống đi mấy con mà nỗ lực thực hiện. Mấy con đã làm cho Thầy, hơn hai tháng nay đã có nhiều người làm cho Thầy thất vọng, Thầy nghĩ rằng Thầy làm rất uổng Thầy dạy rất uổng, các con sẽ không đạt được rất uổng công Thầy.

Bởi vì con đường thực hiện được chứ không phải không thực hiện được. Phật làm được, Chúng Thánh Tăng làm được, thời đại chúng ta thì làm được bốn sự đau khổ thì các con cũng làm được chứ sao, vì các con cũng là con người, cũng như Thầy, bằng xương, bằng thịt cũng từ cha sanh, mẹ đẻ. Người nào cũng giống y như người nào, tại sao có người làm được mà người không làm được, tại sao các con lại tự ti mặc cảm mình không làm được. Chắc chắn mấy con sẽ làm được, tự tin mình hãy làm được vì rất dễ dàng không khó. Bằng chứng mấy con đã nói được. Các con có thấy không, các con nói rất rõ mà, từng bài như thế này các con nói rất rõ, Đức hiếu sinh các con nói rất rõ, Đức Từ bỏ lấy cửa không cho các con nói rất rõ và cụ thể từng những sự việc, mẫu chuyện cuộc đời đã xảy ra mấy con ghi

chép bằng một sự thật, không phải đặt điều, mấy con nói được, mấy con thấy được, hiểu được rõ ràng, như vậy mấy con còn phạm phải sao.

Các con nhớ mỗi lời nói của Thầy, là đem hết sức lực của mình khuyên lớn các con hãy cố gắng cứu mình, các con được lợi chứ Thầy được lợi những gì. Nhưng Thầy thấy mỗi người được lợi, là mỗi ánh đuốc sáng soi cho muôn người soi, các con hãy cố gắng. Ngọn đuốc của mấy con đang thấp sáng phải sáng. Đừng để u tối, đừng để đen tối, mà các con đen tối thì cả thế gian này sẽ đen tối, các con ánh sáng thì cả thế gian này ánh sáng. Các con nhớ điều đó, tu cho mình có lợi ích cho mình, nhưng có lợi ích cho muôn người. Các con có người than sao con hay sân hận quá, mỗi chút mà con không thể dần được, các con đã biết tại sao đó là ác Pháp, mà tại sao không dần được. Nó đem đến cho sự đau khổ của mấy con qua cơn sân rõ ràng, tại sao mấy con không dần được, tại sao mấy con có Pháp Như Lý không Tác Ý, không nhắc nhở tâm mình từng phút từng giây nếu tâm mình sân, nếu tâm mình còn ham muốn, đời có gì nữa mà

ham muốn, thì mấy con phải dùng Pháp Như Lý Tác Ý nhắc từng phút, từng giây, từng giờ. Sân là đau khổ tâm phải lìa xa, các con cứ nhắc mãi đi, rồi các con sẽ thấy hiệu quả của nó. Chứ lâu lâu mấy con nhắc một lần, rồi mỗi lần đau khổ thì hối hận, sân hận thì hối hận dầy vò mình tự làm khổ mình thêm, có lợi ích gì đâu, có phải không mấy con?

Cho nên ở đây Thầy khuyên nhắc mấy con cố gắng, và cố gắng, từ đây mấy con phải soạn thảo bộ sách đạo đức nhân bản làm người. Mỗi người phải viết rõ ràng theo dàn bài tiêu chuẩn như thế này mấy con viết. Thầy tin rằng mấy con ở đây đều là người nào cũng viết được chứ không có người nào không viết được, Thầy đọc được thấy mấy con viết rất hay, luận rất hay rất rõ ràng cụ thể, nhưng các con không theo cái dàn bài. Cho nên vì vậy mà những bài vở có mấy con trở thành bài luận của học sinh, chứ không phải là người viết sách đạo đức. Thầy muốn mấy con trở thành những nhà đạo đức, viết sách đạo đức thay cho Thầy. Vì hôm nay Thầy sống ngày mai Thầy chết thì 24 tập sách đạo đức Thầy viết kịp không? Các con biết tuổi của Thầy lớn rồi, cho nên nhờ

những bàn tay nhờ những khối óc của mấy con tiếp nối ngọn đèn của Thầy, còn không có thì làm sao? Làm sao đây? Con người thì đang đau khổ đang thiếu đạo đức, mà Thầy ra đi rồi ai thay thế Thầy làm công việc này? Có phải những người đang ngồi trước mặt Thầy không?

Các con có thấy đời khổ không, có thấy mọi người đang chém giết nhau không, vì miếng cơm manh áo, vì danh, vì lợi mà họ chà đạp lên cuộc sống của loài người, của con người. Các con có thấy không, những người ngồi trước mặt của Thầy, còn đang sức khỏe, còn đang nhiều sức sống. Hãy nỗ lực tu mấy con, từng đó những ngòi bút của mấy con những trí óc của mấy con trở thành những trang sách đạo đức để dạy người để đem đến hạnh phúc cho loài người, các con hiểu không?

Ở đây Thầy chỉ mong cái sức khỏe của mấy con còn lại, còn lại để thay thế Thầy vì Thầy biết tuổi Thầy 80 rồi mấy con, cuộc đời Thầy không còn xa lắm đâu, thật sự càng một ngày sống trên thế gian này, thì Thầy cực khổ, quá cực khổ.

Thầy mong trong 5 tháng kể tới đây mấy

con thực hiện được hoàn toàn. Từng đó mấy con thay Thầy hàng ngày cặm cụi nói lên bộ sách Đạo Đức làm người. Đầu tiên mấy con hãy viết điều này, và từ khi mà Thầy dạy mấy con Định Vô Lậu để triển khai chi kiến cho mấy con để giúp cho mấy con có khả năng soạn thảo thành bộ sách đạo đức thay Thầy. Thầy không ham danh, Thầy không muốn tự mình viết để cầu danh cho mình đâu mấy con. Thầy muốn mấy con viết bộ sách đạo đức này, để cho mấy con làm sáng đạo đức.



107-(LCK-045B)

* Đạo đức nhân bản nhân quả

(Nguyễn Thanh)



Bây giờ Nguyễn Thanh hãy lên đọc một vài đoạn để cho các bạn con biết cách thức trình bày như thế nào đúng, như thế nào sai. Thầy chỉ nói như vậy nhưng con hãy đọc những cái điều con đã viết, rồi để cho các bạn nương theo. Người nào cũng có khả năng nhưng vì cái lối trình bày nó không khéo. Con đã được hấp thụ từ những năm tháng làm việc với Thầy đánh vi tính, cho nên con rất khéo và đồng thời con có máy vi tính đánh như thế này Thầy rất đồng ý, nó trở thành trang sách đạo đức.

Nguyễn Thanh có dưới không?

Con hãy đọc để rồi các chị em sẽ nương theo đây mà trở thành những bộ sách đạo đức coi như mấy con thay Thầy làm công việc này nhưng mấy con biết rằng khi nói được đạo đức là phải áp dụng vào đời sống đạo đức. Thuyết giáo không bằng thân giáo

mấy con, nói được là phải sống được, phải xả tâm cho được, để xứng đáng là đệ tử của Phật, là đệ tử được của Thầy. Chứ mấy con nói được mà mấy con không làm được là một nhục nhã đó, con hãy đọc.

Rồi, con sẽ đọc cái lời giới thiệu của.

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Kính bạch Thầy và kính thưa đại chúng, học trò Nguyễn Thanh học lớp Chánh Kiến, con xin đọc bài viết số 09

ĐẠO ĐỨC NHÂN BẢN

Lời Nói Đầu

Một gia đình luôn luôn hòa thuận vui vầy, một thôn xóm quanh năm an cư lạc nghiệp, một quốc gia đồng tâm nhất trí, một thế giới hòa bình, thịnh trị... đó là hoài bão tha thiết của con người từ khi biết đau khổ và ước mơ. Nhưng khổ thay hoài bão ấy đã mấy lần được thực hiện chưa nói đến một phạm vi nhỏ nhỏ như gia đình chẳng hạn. Sự hòa thuận tin yêu vui vẻ, sự kính trên nhường dưới, sự đồng tâm đồng trí cũng là

một điều khó khăn ít khi được thực hiện. Và gia đình càng bất hòa, thôn xóm càng rối loạn, quốc gia càng chia năm, xẻ bảy, thế giới càng bất an, giặc giã càng tung hoành thì lòng người lại càng khao khát được học nền đạo đức làm người.

Đạo đức nhân bản - nhân quả là một nền tảng luân lý mà con người cần phải học tập. Là một môn học đạo đức hay nhất và tuyệt vời nhất rất cần thiết cho đời sống tâm linh của loài người. Trong mỗi thời đại và nhất là trong thời đại văn minh phát triển, công nghiệp hiện đại hóa. Vì thế đạo đức rất quan trọng cho cuộc sống của chúng ta.

Nhưng đạo đức là gì?

Từ xưa đến nay người ta nói rất nhiều về đạo đức, nói đến đạo đức là nói đến phẩm cách con người đối xử với nhau có tình, có nghĩa, có những hành động cao đẹp và cao thượng, nhờ đó con người mới có khác hơn loài cầm thú. Nhờ đó con người thoát ra khỏi bản năng hung dữ ác độc của loài động vật; nhờ đó con người mới trở nên những bậc hiền nhân thánh triết; nhờ đó con người mới có những năng lực màu nhiệm làm chủ được sanh, già, bệnh, chết và trở thành một

bậc Thánh A La Hán tâm vô lậu giải thoát hoàn toàn.

Nói về đạo đức, chúng ta đã biết ở Việt Nam và Trung Hoa được truyền thừa nền đạo đức Khổng Mạnh.

Đạo đức Khổng Mạnh gồm có: Tam Cang, Ngũ Thường

Tam Cang gồm có: Quân Thân Cang, Quân Tử Cang, Phu Thê Cang

Ngũ Thường gồm có: Nhân, nghĩa, lễ, trí, tín

Đạo đức này đưa ra để dạy cho con người nhằm mục đích bắt buộc con người phải tuân thủ theo trật tự tôn ti của giai cấp chế độ phong kiến. Khiến con người biến con người thành công cụ để phục vụ vua chúa. “Quân xử thần tử, thần bất tử bất trung”.

Ở đây, chúng tôi không nói đến đạo đức phong kiến này, mà nói đến một thứ đạo đức bình đẳng mà mọi người rất cần thiết như cơm ăn, như nước uống như áo mặc và như hơi thở. Vậy đạo đức này thuộc về đạo đức gì?

Kính thưa các bạn! Chúng tôi muốn nói

đến đạo đức này chứ không nói đến đạo đức Tam Cang Ngũ Thường: Nhân, nghĩa, lễ, trí, tín mà chúng tôi nói ở trên hay bất cứ một thứ đạo đức nào khác như đạo đức tập thọ của gia đình, đạo đức phong tục tập quán của mỗi dân tộc, của một xứ sở quê hương của một đất nước; hay là những thứ đạo đức mơ hồ trừu tượng của các tôn giáo từ xưa đến nay mà chúng tôi nói đến đạo đức thường xuất phát nơi những hành động sống hàng ngày của các bạn mà các bạn thường trực tiếp lắng nghe và tiếp xúc với mọi người, mọi việc làm, mọi đối tượng và mọi pháp.

Đạo đức này xuất phát từ những hành động thân, miệng, ý của các bạn. Hành động thân, miệng, ý của các bạn khi xuất phát sẽ không làm khổ mình, khổ người đó là đạo đức nhân bản, nhân quả mà trên đời này ai cũng cần phải học hỏi và hiểu biết. Vì đó chính là những hành động sống của các bạn hàng ngày đem đến sự an vui cho các bạn và mọi người, mọi vật xung quanh các bạn.

Nếu các bạn không học, không hiểu đạo đức nhân bản, nhân quả làm người vô tình những hành động của các bạn, các bạn sẽ làm khổ cho mình, cho người, cho muôn

loài vật khác. Và như vậy các bạn là người thiếu đạo đức, nói thiếu đạo đức là nói nhẹ nhàng đối với các bạn, nếu không nói vậy thì sẽ nói thẳng rằng các bạn là người vô đạo đức. Có nghĩa là vô đạo đức đối với mình, đối với mọi người và cũng như đối với tất cả đối với mọi loài chúng sanh. Đạo đức này không bắt buộc chúng ta phải phục vụ cho một giai cấp nào, cho một chế độ nào hay là cho một hệ tư tưởng nào và cá nhân nào. Đạo đức này là một thứ đạo đức bình đẳng, luôn luôn phục vụ cho sự sống của muôn loài trên hành tinh này, không phân biệt màu da, thứ tóc, không phân biệt chủng tộc tổ quốc quê hương hay đất nước riêng biệt nào cả. Đạo đức này dạy con người không những thương con người mà còn biết thương yêu các loài động vật và ngay cả cỏ cây. Đạo đức này nó sẽ mang đến cho muôn loài một sự bình an. Thiếu đạo đức nhân bản làm người các bạn không bao giờ thoát ra khỏi bản chất của loài thú vật. Vì con người cũng là một loài động vật như bao nhiêu loài động vật khác trên hành tinh này. Con người chỉ hơn các loài động vật khác là nhờ có trí tuệ thông minh biết phân biệt phải trái, trắng đen, tốt xấu, biết xấu hổ, biết sửa đổi và biết

triển khai trí tuệ ấy để có những hành động không làm khổ mình, khổ người và làm khổ tất cả muôn loài có sự sống khác.

Đó đó con người vượt hơn loài vật khác, biết ngăn chặn những thú tính trong tâm mình, biết tạo những hành động thương yêu đùm bọc lẫn nhau, biết chia sẻ ngọt bùi, cay đắng. Một người không có đạo đức nhân bản thì họ phải chịu đầy rẫy sự khổ đau dù họ là vua chúa quan to, chức lớn hoặc những nhà tỷ phú giàu nhất trên thế giới. Hoặc những nhà bác học, bác sỹ, văn nghệ sĩ, thi sĩ đều chịu chung số phận đau khổ, bất an, bất toại nguyện. Một người nghèo cùng cơm không đủ ăn, áo không đủ mặc nhưng nếu họ sống có đạo đức nhân bản thì họ cũng vẫn thấy an vui, thanh thản. Không bao giờ ai làm phiền lòng họ được dù trước cảnh nghèo cực.

Do vậy một người muốn đi tìm chân hạnh phúc thì phải tìm ngay nơi mình một đạo đức nhân bản sống biết cách không làm khổ mình, khổ người thì đó là chân hạnh phúc của cuộc đời.

**GIỚI THIỆU BA NƠI XUẤT PHÁT
ĐẠO ĐỨC NHÂN BẢN.**

Một người muốn sống đúng đạo đức nhân bản, nhân quả thì phải đề cao cảnh giác ba nơi trong thân của chúng ta.

1. Ý thức.
2. Miệng.
3. Thân.

Ba nơi này thường xuất phát đạo đức nhân bản, đó là ba nơi hoạt động trên cơ thể của con người quyết định được sự khổ vui của đời người.

Ý thức thường có ba hành động thiện.

- 1- Tham: Tức là lòng không ham muốn.
- 2- Sân: Tức là lòng không giận hờn.
- 3- Si: Tức là tâm không mê mờ, tâm có hiểu biết, tâm rất sáng suốt.

Miệng lưỡi gồm có bốn hành động thiện.

- 1- Nói lời thành thật.
- 2- Nói lời không thêu dệt.
- 3- Không nói lời không chia rẽ.
- 4- Nói lời hiền lành.

Thân gồm có ba hành động thiện.

1- Không giết hại chúng sanh, không ăn thịt chúng sanh.

2- Không trộm cắp cướp giựt của người khác.

3- Không dâm dục.

Từ những hành động thiện này sanh ra vô lượng những hành động thiện khác và cứ như thế tiếp diễn mãi nên gọi đó là các pháp trùng trùng duyên khởi và trùng trùng duyên sanh. Sinh khởi theo các thiện pháp nên khiến cho sự sống trên hành tinh này rất yên ổn như không có thiên tai, không có động đất, không có lũ lụt, không có sóng thần, không có núi lửa, không có chiến tranh mưa gió thuận hòa, sâu rầy không phá hoại mùa màng.

Tại sao lại gọi là đạo đức Nhân bản - Nhân quả. Vì mỗi hành động thân, miệng, ý của chúng ta khởi ra là nhân thì tiếp ngay đó liền có sự thọ khổ hay vui là quả. Ví dụ như khi chúng ta nói mày là đồ chó, đồ trâu ngựa, nói như vậy là nhân, người bị mắng như vậy sẽ tức giận là quả. Khi tức giận như vậy người ta sẽ chửi mắng lại hoặc đánh chúng ta là nhân, chúng ta bị chửi mắng lại hoặc bị đánh là quả, tức là thọ chịu sự

đau khổ của sự mắng chửi hoặc bị đánh. Còn nếu chúng ta không nói lời thô ác đó thì nhân không có, nên quả cũng không.

Tại sao gọi là nhân bản, vì hành động thân miệng ý của con người tạo nên, nên gọi là nhân bản tức là hành động gốc nơi thân người. Đạo đức nhân bản nhân quả là nói lên những hành động của con người, không làm khổ mình khổ người, hành động không làm khổ mình khổ người là những hành động sống hàng ngày của con người đối xử với nhau, nó rộng rãi bao la và vô lượng vô biên không thể nghĩ lường được, không thể nói hết được, tùy trường hợp tùy hoàn cảnh xảy ra muôn vạn hình thái khác nhau nhưng không ngoài thiện và ác.

Đức Phật của chúng ta đã tuyên bố đạo đức nhân bản cách đây hơn 2549 năm, nhưng đến nay vẫn mang đầy đủ tất cả giá trị hiện thực của nó. Chân lý đó là sống đạo đức an lạc và hạnh phúc. Đức Phật còn nói cụ thể hơn nữa: các người phải siêng năng tu tập các điều thiện, nhờ tu tập điều thiện mà được mạng sống lâu dài nhan sắc thắm tươi sống yên ổn vui vẻ, của cải dồi dào, uy tín đầy đủ.

Đối với chúng ta những người đệ tử xuất gia hai tại gia tu tập điều thiện chính là giữ giới đối với người tại gia là giữ 5 giới, và đối với người xuất gia là giữ 10 giới, 250 giới hay hơn nữa. Nhưng đối với toàn thể những người Phật tử, tại gia hay xuất gia 10 điều thiện là căn bản nhất là mức đạo đức nhân bản tối thiểu cho một con người dù là Phật tử hay không, sống xứng đáng là con người có nhân cách, có nhân phẩm.

10 điều thiện của Phật giáo là chuẩn mực đạo đức cho loài người nói chung có giá trị phổ biến của chúng, giá trị toàn cầu của chúng được các nhà đạo đức triết học, xã hội học trên thế giới công nhận.

Đáng chú ý nhất là sự đánh giá của Albert Schweitzer, nhà Ấn Độ học người Đức. Ông viết: “Đức Phật đã sáng tạo ra một nền đạo đức nội tâm hoàn thiện nhất, và trong lĩnh vực này, đức Phật đã nói lên những chân lý đạo đức có giá trị bất hủ, nền đạo đức không phải của riêng đất nước Ấn Độ mà của cả loài Người nói chung Đức Phật là một trong những nhà đạo đức học vĩ đại nhất, kỳ tài nhất mà thế giới có được.

Đức Phật giải thích về lợi ích sống theo

mười điều thiện như vậy, chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem nội dung của mười điều thiện như thế nào, và những con người sống trong thời hiện đại này nên nhận thức mười điều thiện như thế nào?

Đức từ bỏ lấy của không cho.

Đức Phật luôn răn dạy con người không nên coi thường những hành động thiện hay ác dù là nhỏ nhặt, cũng như một đốm lửa nhỏ có thể đốt cháy đồng rơm cao như núi, như giọt nước mãi rồi cũng làm bình lớn đầy tràn.

Kinh Pháp Cú có bài kệ rất hay:

“Chớ chê khinh điều ác,

Cho rằng “chưa đến mình “,

Như nước nhỏ từng giọt,

Rồi bình cũng đầy tràn.

Người ngu chứa đầy ác

Do chất chứa lần lần”

“Chớ chê khinh điều thiện

Cho rằng “Chưa đến mình, ”

Như nước nhỏ từng giọt,

Ròi bình cũng đầy tràn.
Người trí chứa đầy thiện,
Do chất chứa dần dần.”

(Kinh pháp cú)

Thiện hay ác Không dễ dàng đến với mình nếu không do sự tích lũy dần dần trong cuộc sống, một cuộc đời chứa đầy ác, ấy là do thái độ xem thường của con người. Đối với các việc nhỏ nhặt được tích lũy lâu ngày trong cuộc sống, tương tự người Phật tử chứa đầy Thiện ấy là do thái độ Trân trọng các điều thiện rất nhỏ được nuôi dưỡng lâu dần trong nếp sống lần lần.

Tính cách thực tiễn của bài kinh khiến cho chúng ta tin tưởng rằng lời dạy của Đức Phật, không phải dành riêng cho ai mà dành cho tất cả mọi người, cho những ai biết trân trọng và tìm thấy lợi ích hạnh phúc trong nếp sống thiện, nếp sống có đạo đức.

Giải pháp đạo đức được đề bạt trong bài kinh là thiết thực và dễ dàng liên quan đến đời sống hàng ngày của con người, lời nói, suy tư và hành động. Do đó mọi người đều có thể ứng dụng. Sau cùng và cũng là điều quan trọng hơn cả là việc ứng dụng bài

kinh và cuộc sống hàng ngày của con người phật tử. Bài kinh nói về nếp sống thiện, nếp sống đạo đức, nhưng đạo đức không có ở trong bài kinh, đạo đức chỉ có nơi những người chuyên tâm thực hành những lời kinh dạy, do đó giảng nói về đạo đức là cần thiết. Nhưng quan trọng hơn vẫn là sống một nếp sống đạo đức thực sự với sự xem xét và phản tỉnh thường xuyên về ba nghiệp thân khẩu ý của mình.

Chúng tôi xin giới thiệu đến các bạn mẩu chuyện đạo đức từ bỏ lấy của không cho với giải pháp đạo đức thực tiễn có thể dễ dàng vào đời sống hàng ngày của mỗi Phật tử chúng ta.

“Có một người tính tình hiền lành, chất phác, đôn hậu, nhà nghèo lắm, mỗi sáng anh phải lên rừng đốn củi đem ra chợ bán. Hôm đó mẹ của anh đang bệnh nặng mà tiền bạc trong nhà thì chẳng có là bao nên anh rất lo lắng, sáng sớm anh lên rừng đốn củi, cố gắng chặt được một bó củi ở rừng về, anh liền ghé vào chợ để bán rồi mua thuốc cho mẹ thì bỗng nhiên có tiếng la kêu “cướp, cướp...”, rồi có tiếng chân chạy đuổi theo phía sau anh.

Một tên trộm giật túi tiền của một bà lão bị phát hiện, tên cướp liền bỏ chạy, hấn ta liền giấu túi tiền vào bụi cây sau đồng rơm gần chỗ anh ngồi xếp củi để bán, rồi tên trộm chạy mất.

Bà lão bị xô ngã nằm lăn trên đất khóc lóc thảm thiết, lúc ấy trong lòng anh xôn xao, anh thấy tên trộm giấu túi tiền vào bụi cây gần chỗ anh ngồi mà giờ này anh đang rất cần tiền mua thuốc cho mẹ. Anh muốn lấy số tiền đó, nhưng nghĩ tới nghĩ lui, lương tâm anh khiển trách không cho phép anh làm điều ấy, bên kia đường bà lão đang ngồi khóc, bà lão bị tên cướp xô ngã nên bị trật khớp không đứng dậy nổi.

Tư tưởng anh đang đấu tranh giữa cái không lấy và cái phải lấy.

Nhìn sang bên kia đường thấy bà lão ngồi khóc lòng anh nôn nao khó tả, anh nghĩ đến mẹ giờ này đang nằm trên giường bệnh thở thoi thóp trông ngóng anh về. Nhìn bà lão mà lòng anh thương xót, anh nghĩ bà lão cũng như mẹ của mình, mắt của thì cũng như đang có bệnh vậy, tội nghiệp bà lão ngồi khóc với cái chân đau duỗi thẳng.

Nghĩ đến chừng đó thôi, anh liền đi

sang đỡ bà dậy, rồi chạy sang bụi cây sau đồng rơm lấy túi tiền mà tên cướp đã giấu ở đó trả lại cho bà lão.

Vui mừng vì nhận lại được của bị mất, bà lão mừng ríu rít cảm ơn anh, cầm túi tiền trên tay cảm động vì nghĩa cử của anh, bà lão mời về nhà để cảm tạ rồi hỏi gia đình của anh ra sao? Anh thật thà kể lại hết nỗi khổ tâm trong lòng mình vì thương mẹ đang bị bệnh nặng mà lúc ban đầu anh có ý muốn lấy túi tiền đó để mua thuốc cho mẹ, nhưng lương tâm anh day dứt không yên, khi thấy bà lão ngồi khóc và anh quyết định trả lại túi tiền đó cho bà lão.

Nghe anh kể như vậy, bà lão càng thương mến và quý trọng anh hơn. Cảm kính vì tấm lòng chân thật của anh, bà lão đã giúp cho anh một số tiền lớn để anh chữa căn bệnh hiểm nghèo của mẹ, rồi giới thiệu anh cho người cháu của mình là quan Tế Tướng Đồng Tấn.

Ngưỡng mộ vì lòng nghĩa hiệp của chàng trai nghèo trung thực, Tế Tướng Đồng Tấn giúp anh học hành đến nơi đến chốn. Sau này chàng trai nghèo khổ không tham lam đó đã trở thành một trong những Tiến

sĩ đứng đầu trong Bát phẩm gia lớn của đời Đường-Tống, người đó chính là Học sĩ Hàn Dũ, Lễ Bộ Thượng Thư đời Đường-Tống (Trung Quốc).

Vì không tham lam nên anh đã chiến thắng được mình, anh đem túi tiền trả lại cho người bị mất, hành động của anh làm cho bà lão thương mến, tin cậy, và chính nguyên nhân này đã đưa tới kết quả làm thay đổi cuộc đời nghèo khó của chính anh.”

Như các bạn đã biết, những nguyên nhân của đau khổ và rối loạn không ở đâu khác hơn là ở giữa lòng người! Nguyên nhân của sự đau khổ là do sự tham lam, chúng ta tham nhiều thứ, tham ăn, tham ngủ, tham danh, tham lợi, tham sắc... Tham ăn, tham ngủ tất nhiên sanh ra nhiều tệ hại, nhưng những tệ hại ấy chỉ hạn cuộc trong phạm vi của cá nhân thôi, tham danh có hại nhiều hơn nhưng cũng chưa nguy hại bằng tham lợi và tham sắc, hai món này có sức mạnh phá hoại gia đình và xã hội không nhỏ.

Chúng ta hãy nói trước đến sự tham lợi có phải không? Từ xưa đến nay loài người đều sống trong sự tranh chấp quyền lợi, từ trong phạm vi nhỏ hẹp như gia đình, xóm

ấp, làng mạc cho đến phạm vi rộng lớn như quốc gia, xã hội, quốc tế. Mọi người, mọi dân tộc đều chạy theo danh lợi, vì tranh nhau trái na, trái ổi mà 2 người lán giềng phải dùng đến nắm đấm hay gậy gộc; vì tranh nhau một góc vườn, miếng ruộng mà 2 gia đình thù nhau, tìm cách hại nhau từ đời cha đến đời con, đời cháu; vì tranh nhau một con suối, một trái núi, một cửa biển, một mỏ dầu, một hòn đảo,...mà dân hai nước đem nhau ra chiến trường quyết một còn một mất. Và cũng vì tranh nhau chiến trường, thuộc địa mà 2 trận thế chiến rùng rợn đã xảy ra và đã làm mỗi cho tử thần hàng trăm triệu sinh linh!

Nhất là trong giải đoạn hiện nay, quyền lợi ám ảnh con người một cách khủng khiếp, khiến cho bất luận nghĩ một điều gì, nói một điều gì hay làm một điều gì người ta cũng tự hỏi trước tiên “có lợi hay không?!", người ta đo cái giá trị, cái khả năng một con người với số lợi tức mà người ta kiếm được (GDP), với cái ô tô, cái nhà lầu, cái gia tài... mà người ấy đã tạo ra! Nhưng người ta đã tạo ra tài lợi bằng những phương tiện nào? đó cũng là một vấn đề cần xét lại.

Con người đã tạo ra gia tài sự nghiệp với mồ hôi nước mắt, với tài trí của mình, với những hạng người làm ăn lương thiện này chúng ta thấy không có gì đáng trách, trái lại còn quý mến hơn nữa là khác. Nhưng bên cạnh những hạng người này, chung quanh những hạng người này còn có bao nhiêu hạng người khác, vì quyền lợi làm mờ mắt đã không từ khước một mutu mô gì, một thủ đoạn gì để thu hút tài lợi về mình.

Trong phạm vi cá nhân đối vờn nhau, họ dùng mutu mô lường gạt nhau, dùng sức mạnh để khuynh loát nhau, họ bóp chẹt nhau trong cơn túng thiếu, cho vay nặng lãi, làm chợ đen, đong non đong thiếu, đổi xấu lấy tốt, họ bày cờ gian bạc lận cài bẫy những kẻ dại khờ, và nếu không còn mutu chước gì khác họ dám trèo tường, khoét vách, mở ruộng, cạy tủ hay trắng trợn hơn nữa đón đường chặn ngõ bày trò cướp giật...

Trong phạm vi quốc tế, nước mạnh tìm cách khuynh loát nước yếu, hôm nay họ xua quân xâm phạm biên giới, ngày mai đem máy bay xâm phạm không phận, ngày kia chặn bắt tàu bè đánh cá hay thuyền buôn. Hết đồ thừa cho nước nhỏ bé làng giềng này

những tội tà trời, đến vụ khổng các nước
nhược tiểu kia có những mưu mô vô cùng
đen tối... với mục đích cuối cùng là làm sao
cho nước khác phải nhượng cho mình một
số quyền lợi nếu không phải là tất cả quyền
lợi! Nếu không phải là tất cả mọi quyền lợi.

Lòng tham lợi đã gây ra bao sự xáo trộn
đảo điên cho cá nhân, đoàn thể như thế đó
nhưng lòng tham sắc cũng không kém thua
nguy hiểm. Sắc đẹp có một tác dụng lớn lao
trong sự sinh hoạt của loài người, bạn hãy đi
đạo một vòng quanh thành phố rồi vào các
khu vui chơi, hoặc giải trí hay các siêu thị
chẳng hạn thì bạn sẽ rõ có phải không? Quá
nửa hàng hóa trưng bày trong tủ kính
hay bên đường để cung phụng cho những
người phụ nữ, cho phái đẹp, nào giày, nào
dép, nào đầm ngắn đầm dài, nào tất, nào
khăn, nào phấn, nào son, nào nước hoa,
vòng xuyên, dây chuyền, hoa tai, vòng cổ,
kim cương, hạt xoàn... Hơn một nửa năng lực
hoạt động của loài người để đem ra phụng
sự cho cái đẹp, và một điều vô cùng mâu
thuẫn là những điều không cần thiết, những
xa xỉ phẩm lại là những vật đắt tiền nhất.
Loài người cả phái nam và phái nữ đều đã và
đang phụng sự cái đẹp một cách tận tâm tận

lực hơn mọi thứ khác trên đời. Nhưng ngược lại sắc đẹp đã tàn phá đời người nhiều hơn bất cứ một độc dược nào, hơn mọi sức mạnh khác!

Người xưa có đúc kết trong câu thành ngữ “Sắc đẹp nghiêng nước, nghiêng thành!”, mới nghe qua thì tưởng như ngoa ngôn nhưng đó là một sự thật mà lịch sử đã chứng minh qua bao nhiêu triều đại, ngai vàng đã sụp đổ vì một mỹ nhân, bao nhiêu thành trì đất nước tiêu vong vì một tiếng khóc, một giọng cười hay cái liếc mắt của người ngọc.

May thay trong thời đại dân chủ này, một người đẹp dù là “quốc sắc, thiên hương” đến bậc nào cũng không còn có thể tác oai, tác quái như xưa được nữa, tuy thế ảnh hưởng tai hại của họ trong quyết sách, trong chính trường vẫn không nhỏ. Có người sẽ cãi “sắc đẹp đâu phải là tội lỗi, tội lỗi là tại lòng say hoa, đắm sắc đấy chứ”. Vâng, chúng tôi cũng kết luận như thế, sắc đẹp chỉ là nguyên nhân phụ họa; nguyên nhân chính của bao sự đổ vỡ từ nhỏ đến lớn, từ cá nhân đến gia đình và toàn xã hội đều tại lòng tham đắm sắc dục mà ra! Vì sắc dục mà hai người yêu một người trở nên thù hận và đâm chém nhau,

vì sắc dục mà người mẹ đành đoạn tình, thả trôi con theo dòng nước hay vớt vào bụi rậm cho kiến tha gà mổ, vì tham đắm sắc dục mà chồng vợ xa nhau, cha con lý tán, hạnh phúc gia đình tan vỡ, vì tham đắm sắc dục mà sinh ra lương gạt, đục khoét, mang công mắc nợ, vì tham đắm sắc dục mà sức khỏe hao mòn, chết non chết yếu; vì tham đắm sắc dục mà mang bệnh suốt đời và di hại cho con cháu về sau, 50% những bệnh nhân trên thế giới là mắc ở bệnh tình dục mà ra các bệnh ạ.

Đặc tướng: Như các bạn đã biết, một người không tham lam thì họ có dung mạo rất cao quý, sắc mặt tươi vui đẹp đẽ, hành động từ thân, lời nói đến sự suy nghĩ của họ đều chân chính, hợp lý, đúng lẽ phải, sự nghiệp và tài sản của họ rất đầy đủ, không bị ai làm tổn hại được, tâm tánh của họ luôn vui vẻ, hòa nhã, khiêm cung, khiêm hạ... như chàng trai nhặt được của rơi trả cho bà lão bị cướp mà chúng tôi vừa kể ở phần trên.

Đặc tính: Cái đặc tính của người không tham lam nó có từ bên trong, có lòng từ đối với mọi loài hay khi thấy kẻ khác bị thương tổn, đặc tính trong câu chuyện của anh

chàng đốn củi có tính thiện nhiều hơn tính ác, tuy cái ác còn vi tế, nhưng cứu được một người hoặc trả lại túi tiền cho người bị nạn cũng là gương hạnh cho chúng ta đáng học hỏi. Vì đi chợ bán củi để mua thuốc cho mẹ nên anh gặp phải bà lão đang bị cướp, anh liền nhặt của rơi trả lại, an ủi, vỗ về, giúp bà lão đứng dậy rồi đưa tận về nhà.

Vì cảm mến qua cử chỉ, hành động biết thương người, biết kính trọng người lớn tuổi, nên bà lão đã giới thiệu anh cho người cháu của mình là quan Tế Tướng Đồng Tấn, từ cái nhân gieo thiện nên kết quả đã thay đổi cuộc đời anh, chàng trai nhà nghèo năm xưa đó, bây giờ là một Tiên sĩ đứng đầu một trong những Bát phẩm gia nổi tiếng của đời Đường-Tống. Cho nên chúng ta gieo nhân nào thì gặt quả đó các bạn ạ.

Như các bạn đã biết tham lam hay ích kỉ là một đặc tính của một con người luôn tìm cách lăm giữ hay che giấu những gì mà mình có thể, tránh phải chia sẻ cho người khác, khi tham lam có mặt, chia sẻ là điều không thể nào có được. Tham lam biểu lộ sự đê tiện và một cái tâm co rút, nó mang tính cách chiếm hữu và đeo bám cùng cực;

nó không muốn người khác nghe thấy hoặc biết một điều gì mà đang mang lại cho ta hạnh phúc, sợ rằng ta phải chia sẻ nó với người khác.

Chúng ta có thể tham lam nhiều thứ khác nhau, bạn bè, vật chất, học vấn, ý tưởng, phẩm chất..., ví dụ như sự thông minh hay sắc đẹp, khi lòng tham muốn sở hữu độc quyền một vật nào mà đủ sức mạnh, chúng ta tức tối những người có cùng một tính cách như vậy. Chúng ta không muốn cho một ai có cái mà mình đang có. Nói về việc dạy học, cũng như các nhà giáo cùng một truyền thống như bạn, bạn cũng thường cảm thấy bực tức khi nghe một đồng nghiệp sử dụng một câu trích dẫn thích hợp mà bạn đã khám phá ra, hay kể một câu chuyện mà bạn dự định dùng trong bài nói chuyện đúng vào buổi sáng lên lớp, hoặc là bạn cảm thấy bực tức, khó chịu khi thấy một người bạn học cùng lớp với mình làm bài luận văn xuất sắc hơn bạn trong khi bạn làm không được, suy nghĩ không ra,.. Để ý mà xem, bạn thấy mình muốn vơ vét trí tuệ như thế nó là một món hàng mà bất cứ ai cũng có thể chọn lọc, chiếm hữu. Tham lam gây ra đau khổ to lớn, không còn sự bình yên ở đây

nữa. Trong trạng thái này chúng ta liên tục nhìn quanh quất, đề phòng, giấu cái mà ta đang có thể không ai khác có thể hưởng nó được, và chúng ta cũng sợ khi thấy có người nào đó có được nó.

Gốc rễ của ganh tị và tham lam là sự thù ghét người khác và bám chặt lấy đối tượng cả vật chất lẫn trừu tượng. Niềm vui chia sẻ, tinh túy của tâm hoan hỷ sẽ nhỏ tận gốc rễ lòng ganh tị và tham lam khi tâm hồn tràn ngập phẩm chất của sự sung sướng và trân trọng người khác và ao ước cho họ được hạnh phúc.

Chúng ta chuyển đổi và áp dụng vào bản thân bằng cách từ bỏ ý nghĩ tham lam sang ý nghĩ thương người, chúng ta không tham lam, ích kỉ, nhỏ mọn, chúng ta luôn phòng hộ ý, làm chủ ý để tạo nhân tốt gieo trồng những hạt thiện, chúng ta tưới tắm mỗi ngày những ý nghĩ tốt đẹp thuần thiện trong sáng để cho tâm hồn thanh thản, vui tươi hơn.

Một con người mà luôn có tư tưởng nghĩ xấu về người khác, hay ganh tị, hơn thua, nhỏ mọn, ích kỉ... là một con người rất đau khổ các bạn ạ! Chúng ta nên thương xót cho

những người đó và trải tâm từ bi, thương yêu đến họ, vì họ đang bị vô minh chấp thủ trời chặt như vướng vào mạng nhện không có lối thoát. Khi thấy người kia bị tai nạn của lòng tham lam, ích kỉ, nhỏ mọn đó, chúng ta lấy nó làm bài học cho đời mình, luôn phản tỉnh lại tâm mình, phòng hộ ý căn cho thật tốt, ngăn và diệt (như lý tác ý) những tư tưởng xấu xa muốn hãm hại người khác.

Chúng ta hãy luôn nghĩ đến cái tốt hay cái giỏi của người khác để cho tâm mình thuần thiện và trong sáng hơn, để cho tâm mình khỏi phải tham lam, ích kỉ, nhỏ mọn, hơn thua, hờn ghen với người khác. Chính vì chúng ta nhận cái kém dở, cái ngu dốt về mình nên tâm ta rất an ổn, thanh thản và vô sự.

Đức Phật dạy rằng:

“Người ngu nghĩ mình ngu,

Nhờ vậy thành có trí.

Người ngu tưởng có trí,

Thật xứng gọi chí ngu.”

(Kinh Pháp cú, phẩm 63)

Đúng vậy, hằng ngày chúng ta nên xét

lại mình, nếu thấy có những điều làm cho mình khổ, làm cho người khác khổ thì hãy mau ngăn chặn và diệt chúng cho tận gốc bằng tư duy suy xét và phải luôn luôn biết xấu hổ khi có một hành động, một lời nói hay một ý nghĩ làm cho mình khổ, làm cho người khác khổ hay tất cả chúng sanh khổ thì phải hối hận, ăn năn, từ bỏ.

Người biết tu tập những việc này là người biết mình ngu, tức là người có trí các bạn ạ, trong cuộc đời tu hành theo Phật giáo thì trăm tư suy nghĩ tìm cái ngu của mình để lần lần khắc phục, sửa sai những lỗi lầm đấy là người có trí các bạn ạ. Xin các bạn cứ suy ngẫm lại thì sẽ thấy lời nói thẳng của chúng tôi là những lời chân thật, đầy lòng yêu thương của chúng tôi gửi đến các bạn, để trên đời này chúng ta không còn là người ngu nữa phải không phải không hỏi các bạn!

Con xin đọc cái bài thơ kính dâng Thầy năm Thầy 80 tuổi.

Kính dâng Thầy! Con kính mừng tuổi 80 của Thầy, mong sao Thầy trụ thế mãi mãi làm ngọn đuốc soi sáng cho cuộc đời con và cho cả nhân loại thoát khỏi bốn nỗi khổ đau của kiếp người sanh, già, bệnh, chết.

Với những vắn thơ non dại con kính dâng lên Thầy. Thầy tôn kính và vĩ đại nhất của đời con.

Học trò Nguyễn Thanh học lớp Chánh Kiến khóa 1.

MỪNG XUÂN ĐẠO VỊ

Ta đón xuân trong ý đạo vàng
 Muôn ngàn không vướng bụi trần gian
 Mừng xuân đạo vị lòng thanh thoát
 Mượn khói trầm hương tỏa nhẹ nhàng

Mượn khói trầm hương tẩy bụi trần
 Trước đài Tam Bảo đón mừng xuân
 Điểm tô Giới, Định, hương ngào ngạt.
 Tỏa xuống thanh cao hữu có phần.

Vui xuân ý đạo nhẹ nhàng sao
 Chân lý luôn chìm chớ lãng xao.
 Đời có vui chi mà đắm đuối
 Vô thường chi phối khắp trần lao
 Xuân đến, xuân đi luống đổi thay
 Sống thân Ngũ Uẩn có bao ngày
 Thời gian mòn mỏi qua mau chóng
 Nhân quả luôn hồi lực trả vay

Khuyên ai phước thiện gắng tu bồi

Bồ thí khó chìm chớ dễ đuối
Trang sức mừng xuân trong đạo hạnh
Thuyền từ mau vượt biển chơi vơi.

Trước thêm năm mới đón mừng xuân
Quán tưởng vô thường cảnh thiện tai
Vạn pháp giai không đời giả tạm
Sắc, tài, danh, lợi nguyện không màng.

Thấp nén tâm hương nhớ lại ngày
n đây trưa trả nghĩa còn đây
Xuân về chậm nhớ từng sự phụ
Vài nét thô sơ khó tỏ bày.

Con nguyện dâng trọn một niềm tin
Đạo cả nương nhờ há dễ quên
Chánh pháp noi theo phiền não diệt
Mong sao thoát khỏi cảnh triền miên

Ý xuân lần lượt bấy nhiêu lời
Dem cả tâm tư cả cuộc đời
Cố gắng trau dồi chân hạnh phúc
Niết bàn được thấy cảnh chia vui.

Mỗi độ xuân sang lòng thốn thức
Thời gian lặng lẽ lững lơ trôi
Ba trăm sáu chục ngày đi mất

Lưu lại cho ta kỷ niệm gì

Nhân thế xuân về đua đón xuân
 phần ta vô lượng luống bần khoản
 Ngày qua là cả nguồn suy tưởng
 Định luật xoay vần tựa cầu vãn.

Mỗi độ xuân về thu ngắn lại
 Đầu xanh phút chốc đã hao râu
 Da mồi tóc bạc theo nhau đến
 Vui sướng gì đâu hỡi thế nhân.

Quán tưởng vô thường lòng ngán quá
 Nhìn thân tứ đại chẳng bền lâu.
 Mỗi lần xuân đến là đi mất
 Một quãng thời gian vụt biến rồi

Lá xanh xuân đến lá vàng thu
 Cuộc sống con người ngấm thế trôi
 Mấy độ mây xanh qua nháy mắt
 Xuân về, xuân mãi kiếp phù du

Mỗi độ xuân về thêm chán ngán
 Người vui nô nức ta buồn thương.
 Người vui hoa mộng ta suy tưởng
 Xuân lại, xuân rồi ai biết chẳng.

Kính ghi: Nguyễn Thanh.

108-(LCK-045C)

- * Vấn đạo Tứ Vô Lượng Tâm
- * Nhân quả
- * Đắc đạo
- * Tình thương
- * Tứ niệm xứ
- * Tu tốt
- * Hộ trì chân lý
- * Địa ngục



Giờ Thầy sẽ trả lời cho mấy con qua những câu hỏi.

Tịnh Hạnh hỏi Thầy.

Kính bạch Thầy! Kính xin Thầy giảng rõ thêm cho con hiểu đoạn văn sau đây, ở trong tập 4, ở trang 41 - Tập 2 những lời Phật dạy bộ mới.

Ví dụ trong lúc chúng ta đang tinh cần tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác thì bỗng có tiếng kêu la cầu cứu, tức thì chúng ta tinh cần tu tập hộ trì nhĩ căn.

Kính thưa Thầy! Như vậy khi độc cư, hay khi tu tập phần gì thì được phép chạy ra cứu con ếch đang bị con rắn tha. Còn ở đoạn văn trên thì không thấy được chạy ra cứu dù

có tiếng kêu la. Con xin cảm ơn Thầy!

Đáp: Ở đây Tịnh Hạnh hỏi Thầy trong cái đoạn văn của những lời Phật dạy tập 2: Khi chúng ta đang tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác bỗng dừng nghe tiếng con rắn bắt con nhái kêu, thì chúng ta vẫn hộ trì nhĩ căn không có chạy ra”.

Đúng vậy, bây giờ chúng ta đang tập tĩnh giác mà nếu chúng ta để tâm phóng dật thì không đúng. Nhưng khi chúng ta tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác mà câu hữu với Tứ Vô Lượng Tâm, tâm Từ, thì ngay khi tĩnh giác mà câu hữu với Tứ Vô Lượng Tâm thì chúng ta được quyền chạy ra cứu con nhái. Các con hiểu pháp nào phải ra pháp nấy chứ không thể tu lộn xộn được. Và bây giờ, hiện giờ chúng ta đang tu Tứ Niệm Xứ ở giai đoạn đầu, Thầy nói Tứ Niệm Xứ ở giai đoạn đầu vì tâm chúng ta đã ào ạt những niệm, và thân chúng ta đã ào ạt những cảm thọ, ngồi một chút thì có niệm này, có niệm khác. Ngồi một lúc thì có mỗi một điều này, điều khác hoặc hôn trầm, thùy miên.

Do đó, khi chúng ta tu ở giai đoạn đầu Tứ Niệm Xứ bỗng nghe tiếng con nhái kêu do con rắn bắt, do đó chúng ta có quyền

chạy đến để cứu con nhái.

Còn nếu chúng ta tu đoạn thứ hai của Tứ Niệm Xứ để đạt được chân lý, chúng đạt được chân lý thì chúng ta không chạy, vì đó là nhân quả của loài chúng sanh chứ không phải của chúng ta.

Cho nên ở đây chúng ta tu Tứ Vô Lượng Tâm thì tất cả tiếng kêu rên đau khổ từ loài vật nào đều là chúng ta thực hiện lòng từ mà đến cứu khổ chúng sanh. Còn khi chúng ta tu Chánh Niệm Tĩnh Giác để nhiếp tâm và an trú tâm thì chúng ta không được quyền làm động tâm của chúng ta, vì động tâm như vậy thì các pháp sẽ làm động tâm và cuối cùng chúng ta chẳng được nhiếp tâm, an trú tâm. Đó là chúng ta tu chẳng kết quả.

Còn tu Tứ niệm xứ để chúng đạt được chân lý, mà nếu mà cứ bị phóng tâm bằng các các bên ngoài tác động vào thì Tứ niệm xứ không sung mãn, và Tứ niệm xứ không sung mãn thì không đủ Tứ Thần Túc; Không đủ Tứ Thần Túc thì không làm chủ sự sống chết và cũng không thể chấm dứt được tái sinh luân hồi. Cho nên ở pháp nào thì tu ở pháp ấy.

Trong trang 41 tập 2 những lời Phật

dạy bộ mới là dạy chúng ta đang tu tập Chánh Niệm Tỉnh Giác chứ không phải dạy chúng ta câu hữu Tứ Vô Lượng Tâm, hiểu chưa? Như vậy chúng ta đọc phải hiểu được cái lời dạy trong đoạn kinh đó dạy chúng ta tu tập cái gì, thì chúng ta biết phải tu tập đúng. Cho nên nhiều khi chúng ta tu pháp này mà chúng ta chưa câu hữu với Tứ Vô Lượng Tâm mà chúng ta vội đi cứu con nhái thì điều đó sai. Chúng ta nên nhớ rằng tất cả các pháp trên thế gian này đều do nhân quả; do nhân quả thì mọi vật đều chịu sự khổ đau của nhân quả đó. Có làm ác thì chúng ta mới chịu sự khổ đau đó, con nhái có nhân duyên với con rắn do quả ác của từ kiếp trước cho nên kiếp này gặp con rắn đó để trả quả. Vì vậy mà tiếng kêu của con nhái, kêu cứu của con nhái, mà lúc bấy giờ chúng ta đang tu tập tâm từ đây là duyên, duyên của chúng ta với con nhái, để cứu khổ cho nó một quãng đời từ trong kiếp trước và kiếp này nữa cho nên chúng ta không thể bỏ. Còn bây giờ chúng ta đang tu Chánh Niệm Tỉnh Giác mà chúng ta không câu hữu tức là không kết hợp với tâm từ thì nhất định là chúng ta phải phòng hộ. Tại chúng ta không được nghe tiếng động mà phải quay vào, tất

cả đều quay vào để nhiếp tâm và an trú tâm tĩnh giác.

Như vậy Thầy sẽ trả lời con hiểu khi tu pháp nào phải thực hiện theo đúng pháp ấy, vừa cứu khổ mình, vừa cứu khổ người. **Mình chưa cứu khổ mình thì mình cũng chết như con nhái kia vậy, thời gian các pháp vô thường sẽ nuốt chửng mình như con rắn đã nuốt con nhái. Chúng ta nên nhớ rằng, bây giờ chúng ta sống nhưng vô thường sẽ không tha chúng ta chút nào, chúng ta sẽ mất đi. Mình chưa cứu mình, mà đi cứu người tức là mình tự giết mình.**

Bây giờ Thầy sẽ trả lời kế tiếp những câu hỏi của Minh Phương.

Hỏi: Thế nào thì được gọi là tu tốt theo đúng nghĩa của Đạo Phật?

Đáp: Tu tốt theo đúng nghĩa của Đạo Phật là tu Định Vô Lậu, là phải triển khai tri kiến của nó đầy đủ không thiếu. Thí dụ như triển khai tri kiến về nhân quả, thì phải triển khai đầy đủ, hiểu rõ nhân quả như thật. Triển khai các pháp vô thường, thì phải hiểu tất cả các pháp vô thường như thật.

Triển khai thân vô thường, thì phải

hiểu rõ thân vô thường như thật

Nhiếp tâm an trú mà đạt được chất lượng gọi là tu tốt. Ngồi tu Tứ niệm xứ tâm thanh thản, an lạc, vô sự, luôn lúc nào cảnh giác từng tâm niệm, từng cảm thọ nơi thân thấy rõ ràng đó là tu tốt.

Câu 2:

Hỏi: Đắc đạo và đạt thông chân lý có cùng nghĩa nhau không?

Đáp: Đắc đạo tức là đạt chân lý, đắc chân lý, sống chân lý đều là đắc đạo. Cho nên chữ đắc đạo và chữ đạt thông chân lý, đạt thông chỗ này, đạt chân lý chứ không phải đạt thông chân lý. Đạt chân lý có nghĩa là sống trong chân lý chứ không phải hiểu chân lý. Còn đạt thông chân lý có nghĩa là mới hiểu chân lý mà thôi. Nghĩa là từ lâu tới giờ chúng ta chưa có hiểu chân lý như thế nào, chân lý giải thoát như thế nào. Hôm nay được một bậc đã giải thoát chỉ bảo cho chúng ta thấy, chúng ta hiểu, chúng ta thông suốt được cái trạng thái chân lý đó. Thí dụ như đức phật nói Diệt Đế là cái chân lý giải thoát, là chỗ tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ. Do đó những cái danh từ bất động trước các pháp và các cảm thọ thì

chúng ta khó hiểu hơn là chúng ta nhận ra trạng thái thanh thân, an lạc, vô sự. Khi nhận ra trạng thái thanh thân, an lạc, vô sự đó là chân lý của đạo Phật, tức là tâm bất động. Nếu tâm còn động làm sao thanh thân, an lạc, vô sự được, nên trạng thái thanh thân, an lạc, vô sự thì chúng ta dễ nhận. Còn nói tâm bất động trước các ác pháp và trước các cảm thọ chúng ta khó nhận. Nói tâm bất động lúc nào tôi thấy tâm tôi bây giờ không giận hờn không phiền não, nhưng có những điều mà tâm không động mà tôi đang động, tôi đang suy tư, tôi đang nghĩ nhưng nó không động. của nó là cái động gì? cái động của khởi niệm hoặc là cái động của phiền não, của sân hận, của tức giận thì chúng ta chữ tự động nó mênh mông quá.

Cho nên ở đây chúng ta muốn chỉ định cho rõ ràng là trạng thái thanh thân, an lạc, vô sự.

Khi mà thông được chân lý còn có thời gian phải hộ trì chân lý mới chứng đạt chân lý. Mà chứng đạt chân lý mới gọi là đắc đạo. Đạo là chân lý chỉ có gì khác hơn chứ không phải là thần thông. Cho nên chỗ tu học của chúng ta là phải đạt được chân lý, mà đạt được chân lý ở trên Tứ niệm xứ để hộ trì,

để bảo vệ 4 chỗ thân, thọ, tâm, pháp bốn chỗ. Bốn chỗ ấy không chướng ngại thì đó là chân lý, Bốn chỗ ấy còn chướng ngại thì không được gọi là chân lý.

Cho nên Tứ niệm xứ Đức Phật đã dạy tu trong 7 ngày, 7 tháng, 7 năm sẽ chứng đạo. hôm nay chúng ta đã học được hai tháng rồi, vậy thì chúng ta còn 5 tháng nữa để thực hiện Tứ niệm xứ, để đem lại sự bình an cho chúng ta. Do đó nghĩ rằng trong còn năm tháng nữa, nơi lớp học của chúng ta sẽ có người đạt được chân lý này.

Như thế chúng ta được sống trong chân lý đó là đạt được chân lý. Còn chúng ta đang đang tu Tứ niệm xứ tức là hộ trì chân lý, hay là bảo vệ chân lý. Nghĩa là chúng ta bắt đầu qua tháng thứ 3 này là chúng ta hộ trì chân lý và bảo vệ chân lý bằng pháp Tứ niệm xứ. Các con có nghe rõ không? Có biết pháp tu hành không? Nghĩa là trong 5 tháng phải luôn luôn bảo vệ và hộ trì chân lý.

Ở đây lúc này trong lớp chúng ta trong giờ chúng ta đang lặng lẽ để tu học, thì chúng ta tự nhiên có những người làm chúng ta mất giá trị vì chúng ta nói chuyện để làm chúng ta mất giá trị, Vì chúng ta nói chuyện để làm

chúng ta mất giá trị, các bạn sẽ khinh chê chúng ta đẩy các con. Cho nên các con nên nhớ kỹ khi chúng ta tụ tập là hạnh độc cư đệ nhất, dù bất cứ ở trong thất hoặc nơi đâu, đến lớp học đều là giữ độc cư, chứ không được nói chuyện; vì nói chuyện giá trị chúng ta bị kém đi, người xung quanh chúng ta sẽ xác định giá trị chúng ta không còn và như vậy thân giáo của chúng ta không có, mà thân giáo chúng ta không có thì làm sao chúng ta đứng lớp được. Và có nghĩa là thân giáo chúng ta không có thì cuộc đời tu hành chúng ta cũng phí mà thôi. Từ ngay những phút đầu chúng ta phải cố gắng giữ gìn đứng đức hạnh, “giới luật ở đâu thì trị kiến ở đó, ý kiến ở đâu thì giới luật ở đó”. Nghe lời Đức Phật dạy mà Thầy mong rằng trong lớp học của chúng ta, từ cái sai chúng ta sẽ cố gắng sửa, đừng vui vẻ một chút nào đó mà nói chuyện bàn bạc.

Từ nơi trong lớp học mà chúng ta không còn nể nang Thầy, không còn nể nang những người khác mà thực hiện những điều không đúng thì như vậy rõ ràng là chúng ta không tin những lời Phật dạy, không tin giới luật Phật, cho nên chúng ta tự phạm mọi cái lỗi để cho tất cả mọi người đều khi chê chúng

ta. Chúng ta giữ gìn giới luật thì mọi người kính trọng, chúng ta không giữ gìn giới luật thì mọi người sẽ coi rẻ.

Chúng ta nhìn các Thầy Đại Thừa họ phạm giới, phá giới, cho nên hôm nay chúng ta được học giới luật Phật, thì chúng ta rất khinh dễ những người phạm giới, phá giới. Những người đã giết Phật giáo bằng cách phạm giới, phá giới. Tại sao chúng ta lại nỡ tâm lại phạm giới, phá giới trong lớp học của chúng ta để đem lại sự đau khổ trong mọi người, mọi người rất đau khổ vì thương mình, thương bạn. Mình nói chuyện làm động người khác, người khác không tu được điều đó là điều tai hại chung cho nhau trong lớp học.

Cho nên Thầy ước ao rằng chúng ta có lỗi thì nên sửa lỗi, đừng vì một lý do mà chúng ta bỏ hết cuộc đời vì trên thế gian này làm gì có những lớp học để đạt được sự giải thoát 4 chỗ sanh, già, bệnh, chết như lớp học của chúng ta. Làm gì có những nơi nào đem đến sự cứu cánh như thế này. Cho nên quá hiếm, quá ít Vì vậy mà chúng ta hãy cố gắng, có những lỗi lầm hãy cố gắng khắc phục điều đó là điều tốt. Thánh nhân không phải tự dựng mà thánh nhân được, từ

chỗ sửa lỗi làm mà thành thánh nhân, hãy cố gắng khắc phục, mấy con đừng để mọi người khác khinh bỉ mình.

Cái thứ hai là các con nhớ rằng những điều các con viết được, nói được thì mấy con phải thực hiện được, không khéo mấy con nói được không thực hiện được, người ta chỉ xem mấy con như con vẹt mà nói tiếng mà thôi. Các con hiểu, nói được phải sống được; nói được phải làm được thì mới xứng đáng là đệ tử của Phật. Mỗi người giữ gìn giới luật chứ còn nói được mà không làm được thì thôi nói làm gì, nói như vậy chẳng qua là vọng ngữ mà thôi.

Ở đây thì muốn các con trở thành những người giải thoát thực sự, bây giờ các con chưa làm chủ được sự sống chết, năm tháng trôi qua nếu người nào sống đúng, tu tập đúng mấy con sẽ làm chủ được sự sống chết của mấy con cụ thể rõ ràng không phí uổng cuộc đời tu hành của mấy con, thời gian không nhanh; thời gian không lâu đâu mấy con rất nhanh, 5 tháng trôi qua quá nhanh. Nhưng mấy con ngũ lực thực sự đúng đắn thì bảo đảm kết quả của mấy con trước mắt mấy con. Thầy 6 tháng mà thực hiện được,

còn các con có 7 tháng mà thôi, thế mà các con không nỗ lực. Bây giờ tri kiến đã thông suốt lý nhân quả các pháp vô thường, và đồng thời xây dựng cho mình một nền tảng đạo đức nhân bản. Như các con đã vừa nghe đọc đạo đức nhân bản xong, các con thấy từng phần của bài mà nói lên đạo đức của nó thì con người ai lại không thích sống đạo đức. Thế tại sao chúng ta chê đạo đức, để rồi chúng ta sống những gì?

Đó, cho nên những điều mà Thầy khuyên răn các con phải cố gắng, cố gắng hơn nữa để thực hiện trong năm tháng thời gian rất ngắn, mà chúng ta đạt được là một hạnh phúc lớn. Nghĩa là những người ngồi trước mặt hôm nay, trước mặt Thầy chưa làm chủ được bệnh, chưa làm chủ được tâm; còn phiền não giận hờn, còn bao nhiêu điều tham muốn, chưa làm chủ được tuổi già. Mấy con sẽ lụm cụm, mấy con sẽ quên trước quên sau, mấy con sẽ lẫn lộn, mấy con sẽ run rẩy, bước đi không vững vàng, mấy con chưa làm chủ được tuổi già đầu và mấy con cũng chưa làm chủ được bệnh. Mấy con chỉ tác ý nương vào pháp bằng ý thức lực, đẩy lùi được chút ít bệnh đau, nhưng chưa làm chủ hẳn. Chừng nào làm chủ hẳn

trong ý các con khỏi muốn, thân không đau là thân sẽ không đau, đó là các con có Dục Như ý Túc. Nếu chưa có làm sao mấy con làm chủ được điều này, nên phải nhiếp tâm và an trú rồi tuần tự đẩy lui bệnh từng chút như người dụng pháp dưỡng sinh, khí công để trị bệnh; thì những phương pháp chúng ta sơ khởi, thì cũng như phương pháp dụng khí công nhân điện để trị bệnh mấy con mà thôi, thì có thua gì những pháp dưỡng sinh ấy, có gì đâu.

Còn trái lại pháp của Phật làm chủ bệnh, nghĩa là thân chúng ta là thân vô thường, có sự thay đổi là có bệnh khổ, nhưng bệnh vừa bén mảng ý chúng ta khởi muốn không bệnh là thân chúng ta không bệnh, chứ không phải dùng pháp để đẩy bệnh, để đẩy lui bệnh, các con thấy pháp Phật thật là vi diệu. Mấy con làm chủ được hơi thở chưa? muốn sống chết hồi nào được chưa, còn xa lắm; xa lắm không có nghĩa là thời gian xa mà có nghĩa là mấy công tu tập sai pháp.

Cho nên, hôm nay các con đã học đúng pháp của Phật trên Tứ niệm xứ, còn 5 tháng nữa phải làm chủ được sự sống chết, làm chủ được hơi thở. Nếu mấy con tu lơ mơ thì

mấy con sẽ ở lại, và Thầy sẽ ra đi và muôn đời mấy con không còn người hướng dẫn, Thầy nói thẳng nói thật. Cuộc đời của Thầy đến đây Thầy đã đem hết sức lực của mình lo cho loài người được hạnh phúc, bằng cách mấy con tiếp nối ngọn đuốc của Thầy, Thầy biết rằng mình sẽ không bao lâu và sẽ ra đi. Mà nếu mấy con không nỗ lực, Thầy đi rồi, ai là người nối tiếp ngọn đuốc các con biết không? Thầy đâu cần Danh, đâu cần Lợi trong thế gian này. Thầy chỉ cần có người thay Thầy làm công việc. Từ bộ sách đạo đức này các con sẽ được mọi người kính trọng; bộ sách đạo đức này các con không phải viết mấy tếp như thế này đâu.

Thầy rất ca ngợi. một thời gian ngắn trong một tuần lễ mà mấy con viết như thế này, thiệt ra tập trung hết sức lực mình mà biết, chứ nếu mà ít mấy con không viết được như thế đâu. con thấy từng sấp giấy như thế này, từng trang chữ như thế này, mấy con viết cả tuần lễ chứ đâu phải ít. Có nhiều khi mấy con phải chép đi, chép lại rất nhiều lần. Mồ hôi công sức của mấy con đổ và sự tu tập Định Vô Lậu rất là kiên cố, không tiếc một chút nào, thậm chí có người viết cảm nặng đầu, nhức óc vẫn nỗ lực tu tập.

Nhưng hôm nay còn phải cố gắng hơn nữa, để thực hiện sự làm chủ sống chết, muốn đi hồi nào là đi, muốn sống hồi nào là sống.

Cho nên ở đây Thầy kêu gọi tha thiết các con hãy nỗ lực, đừng vì vui, đừng vì nghĩ các con còn trẻ tuổi sống còn dai, chưa đâu mấy con, sống còn tuổi còn dai còn trẻ tuổi, mà sống không đạo đức thì có nghĩa lý gì? Các con nên nhớ, phải sống có đạo đức, đạo đức không làm khổ mình, khổ người. Mấy con nói chuyện là làm khổ những người đồng tu, mấy con nói chuyện là làm khổ cho mấy con tu không được, mấy con có biết không? Cho nên nhớ những lời Thầy dạy vì thương Thầy, mà vì thương mấy con mà Thầy răn dạy. Vì thương mấy con mà Thầy không nề tiếng nói, khô cổ, rất họng, kêu gọi mấy con từng chút, thế mà mấy con không thấy.

Khi những người làm công, họ làm sơ có hai cánh cửa suốt một ngày để rồi họ ăn tiền của phật tử như vậy sao? Cô Út phải đem công ra mà cuốc mà làm vườn, mấy con động lòng thương cô út, mấy con đến tiếp với cô Út. Thật sự ra mấy con thương cô Út là phải. Cô Út nghĩ làm sao cho mấy con được con đường đi nhẹ nhàng, dễ dàng thì

phải ra công làm, sức cô út giả cả vì thương mấy con có chỗ đi kinh hành để phá hôn trầm, thù miên. Cô Út còn lo xây dựng khu dưỡng lão cho các cụ các bác lớn tuổi về đây được an dưỡng, và được học pháp tu tập để tâm an ổn trước khi ra đi, trước khi ra đi mà không khổ sở. Cô Út đang lo, đang lo khu an dưỡng cho những người già. Thì mấy con biết rằng cô út cũng đem hết sức lực của mình trong tuổi già, vừa lo cơm nước, nghe nói thế này thế khác, thì vừa làm điều này thế khác mặc dù Phật tử ở thành phố họ trợ giúp rất lớn cho chúng ta có một bữa cơm, mà không cực khổ cô Út nhiều.

Cho nên ở đây, chúng ta cố gắng thực hiện còn 5 tháng nữa, phải đạt được để đền đáp công ơn của mọi người; từng lộ trình đi kinh hành, từng khu chung cư của bên nữ, hôm nay các con thấy các thất kang trang, đẹp đẽ, đường xá không còn lầy lội như trước nữa là công của ai, là sự điều khiển của ai. Các con thấy ngày xưa khu nhà bếp của nữ hôm nay trở thành những ngôi thất kang trang cho mấy con ở, thì mấy con phải biết tu tập như thế nào để đền đáp công ơn ấy. Các con thấy việc làm còn nhiều, còn nhiều việc làm mà cô Út phải gánh vác. Gánh vác

không những riêng ở trong nội bộ, mà còn đối mặt ở ngoại viện, nghĩa là muốn bảo vệ được sự yên ổn phải làm sao để cho mấy con được yên ổn tu. Mấy con có biết công lao không? Rất là khổ. Thầy lo lắng từng phút giây, mong sao mấy con đạt được để nói lên tiếng nói của Phật pháp, để thắp sáng lên ngọn đuốc đạo Phật ngày 1 sáng tỏ hơn. Thế mà mấy con cứ mỗi lần vui chơi, nói chuyện tiếp duyên nhau, mấy con đã làm Thầy mất hi vọng, mất hy vọng ở các con.

Các con đã bỏ hết cuộc đời về đây còn gì nữa mà vui mấy con, chỉ cái vui của chúng ta là cái vui của nhân loại, cái hạnh phúc của chúng ta là cái hạnh phúc của nhân loại, của mọi người mấy con, chứ không phải còn chúng ta nữa. Chúng ta không vui sướng gì cho bản thân của chúng ta, mà chúng ta hãy vui vì thấy nhân loại vui. Chúng ta hãy vui vì thấy sự sống của muôn loài trên hành tinh này đang sống trong yên vui, bình an, hạnh phúc, đó là chúng ta vui mấy con.

Thầy ước ao rằng những lời nói của Thầy còn mãi mãi, vang mãi muôn đời, để nhắc nhở con cháu chúng ta sống mãi trong tình thương. Hiện giờ mọi người

chúng ta đang còn ở ác pháp thì đó là những lỗi lầm, chúng ta hãy thương họ đừng vì một lý do gì mà chúng ta lại nổi lên phiền não, tức giận, buồn phiền mấy con. Hãy thương tất cả, thương như ông Phú Lô Na đã thương mà Thầy đã nhắc đi nhắc lại rất nhiều.

Vậy Thầy Mong rằng những đứa con trước mặt Thầy là những ông Phú Lô Na sau này, là người đệ tử của Phật. Và mấy con là những người đệ tử của Thầy, là những đứa con của Thầy là những ông Phú Lô Na, hãy thương thương tất cả những người, chỉ có tình thương mới đem lại bình an và hạnh phúc cho mình cho người. Còn chúng ta có sự gì ghét cay đắng trong lòng là chúng ta đã tự diệt mình, đã tự diệt người mấy con nhớ chưa?

Câu 3

Hỏi: Sáu cảnh giới luân hồi chỉ là Trời, Người, A Tu La, Ngạ Quỷ, Súc Sanh,... Trong cuộc sống hàng ngày, mỗi người đều lãnh thọ, cảm nhận đầy đủ trạng thái đó như: buồn, vui, lo, đói, khỏe mạnh, ốm đau,...

Như vậy địa ngục đâu có đợi khi chết, mà địa ngục luôn ở trong ta, và luôn được

diễn ra trong từng giờ, từng phút, từng giây.

Nhưng trong kinh pháp cú Đức Phật dạy: “những kẻ tạo ác nghiệp, khi lâm chung sẽ vào địa ngục, chảo sôi”. Vậy Thầy hãy cho con rõ điều này?

Đáp: Đức Phật dạy trong kinh rất rõ ràng, là những người tạo ác nghiệp, khi lâm chung thì hiện tượng của họ đó là Cận Tử Nghiệp. Câu kinh Pháp Cú này Đức Phật đã xác định địa ngục của những người làm ác là Cận Tử Nghiệp.

Còn chúng ta nói về quy luật của nhân quả làm ác là nhân ác là có quả ngay liền, và tiếp tục tái sinh ngay liền đến nhân quả.

Còn đối với mấy con, câu kinh Pháp Cú này mấy con chỉ hiểu quá cạn cợt, tưởng rằng đức Phật nói mới chết là sẽ lâm chung địa ngục, không phải.

Các con sẽ thấy, một người mà làm ác, mà lâm chung sẽ đọa địa ngục, tức là từ chỗ làm ác cho đến khi Cận Tử Nghiệp vẫn trong giờ phút sắp chết, họ sẽ đau khổ vô cùng. Là tại sao vậy? Các con có thấy những người đồ tể giết hại chúng sanh không? Khi sắp sửa chết họ thế nào không? Các con thấy

những điều đó bằng chứng cụ thể trong cuộc sống của chúng ta. Những người giết người là những Đao Phủ, khi họ chết họ như thế nào các con biết không?

Đây, câu kinh Pháp cú Đức Phật nói lâm chung sẽ đọa địa ngục, và đồng thời những người ác đó luôn luôn tiếp tục tái sinh trong cảnh giới đau khổ luôn luôn; các con có thấy những người sanh ra nằm la liệt, từ tuổi nhỏ mà chí lớn, bây giờ hiện giờ có những trẻ em nằm la liệt không? Đó là những người ác mà đã ở trong địa ngục mãi mãi, con thấy tái sinh còn nằm ở trong những bệnh trạng đau khổ, cái thân này sinh ra luôn luôn bị đau bệnh, đó là địa ngục của câu kinh Pháp Cú này, đó là cận Tử Nghiệp, và cận tử nghiệp đó tái sinh làm người làm vật đều bị bệnh tật khổ đau.

Cho nên đó là trạng thái Địa Ngục và đồng thời luôn luân hồi. chữ luân hồi của đức Phật đây không phải đợi chúng ta chết mới luân hồi, mà chúng ta đang luân hồi từng phút, từng giây, từng sát na.

Bây giờ thanh thân, một lúc có sân hận thì ngay đó luân hồi Atula; một lúc có đói khát là Nga Quỷ; một lúc đau bệnh đau

nhức làm cho chúng ta khổ sở đó là Địa Ngục luân luân hồi.

Chữ luân hồi có nghĩa là luôn luôn, luân hồi có nghĩa là vô thường thay đổi. Bây giờ bình an, một lúc nữa không bình an gọi là luân hồi, các con hiểu chữ chỗ luân hồi, chứ không phải luân hồi đợi chết rồi mới luân hồi, nghĩa cạn cợt. Các con hiểu nghĩa đó là nghĩa cạn cợt, nghĩa đen không phải là nghĩa bóng, nghĩa rõ ràng.

Đạo Phật một chữ nhiều nghĩa mà chỉ có người tu mới hiểu được nghĩa, mới giải thích được trọn vẹn, còn người không tu thì mới nói rằng có cảnh Địa Ngục, khi lâm chung mới đọa xuống Địa Ngục. Nơi đó có vua Diêm Vương có Ngưu Đầu, Mã Diệm bắt họ mới có, hay hoặc là đốt, thiêu, hoặc là mổ, xẻ.

Những điều đó các con thấy chứ không phải không, mỗi lần mà chúng ta sốt như bị ai đốt. Mỗi lần mà chúng ta bị sốt rét lạnh từ trong xương sống lạnh ra làm chúng ta như ở núi băng có phải không? Những trạng thái Địa Ngục mà được xây dựng qua cái kinh sách của Đại Thừa nó tưởng tượng ra, nhưng chúng ta nhớ rằng khi chúng ta cảm

nhận thì như ở trong núi băng chứ gì. Khi chúng ta đang cơn sốt thì như ở trong núi lửa chứ gì, Rõ ràng là chúng ta đang sống trong khổ đau của Địa Ngục. Thì ở đây Địa Ngục là cái nơi mà chúng ta đau khổ, bệnh tật đó là Địa Ngục.

Cho nên câu kinh Pháp Cú ở đây là chỉ cho Cận Tử Nghiệp để tiếp tục sống trong những thân khác đều là thân bệnh đau. Cho nên những người sinh ra mà bệnh đau, bệnh ngặt nghèo những đứa trẻ bị liệt đều là nằm ở địa ngục cả. Vì vậy mà chúng ta có thiện, có ác. Cho nên nó chuyển biến, chứ nếu mà toàn ác thì chúng ta luôn sống trong địa ngục, không có giờ an ổn.

Đó, là trả lời những câu hỏi của con khi mà suy ngẫm cho kỹ, hỏi lại cho Thầy như vậy mới biết rằng câu kinh của Đức Phật dạy hiểu nghĩa như thế nào đúng, và hiểu nghĩa như thế nào sai.

Cho nên như hồi này hỏi lại Thầy cái câu: trong những lời Phật dạy để biết pháp chúng ta tội đúng, pháp tu không đúng, lúc nào cần cứu khổ chúng sanh, mà lúc nào không cần cứu khổ chúng sanh. Do chúng ta tu pháp đó phải thực hiện đúng Pháp nếu

không thì sai pháp. Cũng như câu kinh nào để mà hiểu rõ Nghĩa, để thực hiện được sự giải thoát thì mấy con cần phải hỏi lại Thầy kỹ lưỡng, để giải thích để hiểu biết cho rõ ràng mà chúng ta tu tập cho có kết quả.

Thầy sẽ trả lời tiếp tục

Hỏi: Con tu Chánh Niệm Tĩnh Giác đi 40 bước 1 phút, mặc dù có niệm xen vào, có khi không niệm, có khi có niệm nhưng đều tỉnh thức ở trên đó gọi là nhiếp tâm.

Nhiếp tâm nhưng mình vẫn biết được cái niệm mình thì đó là nhiếp tâm. Còn có niệm là chưa an trú. chưa an trú được. Cho nên trong vấn đề mấy con hôm nay, là Thầy bảo tu, là bảo tui một phút mà thôi, mà một phút có liệu tức là mấy con chưa an trú được trong 1 phút mà chỉ mới nhiếp tâm được mà thôi. Nhớ kỹ điều đó. Còn khi mình đi kinh hành trong 5 bước thì cái sức của mình nhiếp tâm và an trú được trong 5 bước như vậy mình chưa đủ là một phút. Bây giờ chỉ cần cố gắng tập như thế nào, khi mình tập Chánh Niệm Tĩnh Giác đi phải 1 phút nhiếp tâm và an trú, và ngòi hơi thở hít thở thì một phút cũng nhiếp tâm an trú cho được 1 phút, chỉ tu một phút thôi đừng tu nhiều,

chỉ cần một phút mà thôi

Trong cái thời tu Thân hành niệm là tu cái lệnh, chứ không phải mà tu cái chỗ có niệm hay không niệm. Tu cái lệnh đừng quên cái lệnh, hễ mình truyền lệnh là mình đưa tay ra, truyền lệnh mình đưa tay vào theo cái lệnh, mình tu cái lệnh. Chừng nào cái lệnh đó trở thành Tứ Thần Túc, nghĩa là Tứ Thần Túc là nó cái lệnh, chỉ toàn cái lệnh mà chúng ta sai bảo thân tâm của chúng ta. cho nên pháp Thân Hành Niệm là pháp truyền lệnh, chứ không phải pháp ức chế cho hết vọng tưởng.

Nhưng chúng ta tu mà không vọng tưởng thì cũng tốt, mà có vọng tưởng thì cũng không sao. Đối với chúng ta vì có vọng tưởng là chúng ta biết rằng pháp Định Vô Lậu, pháp Thân Hành Niệm chúng ta chưa viên mãn, chưa sung mãn cho nên còn niệm, cho nên chúng ta trở về cái pháp Tứ niệm xứ, Tứ niệm xứ để thực hiện. Còn Pháp Thân hành niệm thì chẳng qua là thực hiện lệnh mà thôi, thực hiện Tứ Thần Túc mà thôi, chứ không phải nó nhiếp phục ức chế tâm không vọng tưởng.

Còn muốn cho tâm không niệm khởi

thì chỉ có pháp tu Tứ niệm xứ, tâm mới không niệm khởi. Còn nếu mà tu bất cứ một pháp nào khác, chúng ta đều bị ức chế tâm và như vậy chúng ta sẽ rơi vào định tưởng, tức là sai pháp. nghĩa là nhiếp tâm trong hơi thở, nhiếp tâm trong bước đi, nhiếp tâm trong pháp thân hành niệm, nhiếp tâm từ 30 phút, 1 giờ, 2 giờ mà không niệm là chúng ta đã bị ức chế tâm. Trái lại muốn không niệm khởi, muốn không niệm khởi thì chúng ta ở trên tứ niệm xứ mà thực hiện, tâm thanh thân, an lạc vô sự bất động trên đó. Luôn dùng Định Vô Lậu xả tâm để không niệm thì đó là chúng ta tu đúng. Còn dùng Định niệm hơi thở, Chánh Niệm Tỉnh Giác, hoặc Thân hành niệm mà nhiếp tâm cho hết vọng tưởng từ 2 phút trở lên 30 phút, một giờ, 2 giờ mà không vọng tưởng thì mấy con tu pháp ức chế tâm.

Trừ ra một phút mấy con nhiếp tâm và an trú tâm để làm căn cứ điểm, căn cứ điểm tâm tỉnh giác. Còn nếu tu hơn thời gian đó thì mấy con sẽ bị ức chế tâm, nhớ kỹ những lời Thầy dạy, không khéo chúng ta sẽ ức chế tâm chứ không phải xả tâm. Mục đích của Đạo Phật là phải xả tâm ly dục, ly ác pháp chứ không phải là ức chế tâm. Cho

nên muốn xả tâm thì phải ngay từ trên Tứ niệm xứ mà xả tâm.

Hỏi: Con nói rằng có ngày tu tập thì có niệm khởi liên tục, những sự khởi ấy là do tâm con chưa có tu Tứ niệm xứ, cho nên chưa biết cách xả tâm và đồng thời chưa áp dụng đúng pháp Định Vô Lậu. Tức là triển khai mấy con chưa đủ sức để mà xả, mà cũng chưa biết áp dụng vào cho nên tâm con bị động, bị khởi niệm rất nhiều. Hoàn cảnh xảy ra một điều gì mà có Định Vô Lậu thì các con sẽ dẹp ngay liền không bao giờ có niệm khởi trong tâm mấy con.

Trái lại khi mấy con chưa biết áp dụng mà chỉ học nói như một con vẹt thì các con sẽ bị niệm khởi lăng xăng; Trái lại nếu mấy con biết áp dụng những điều mấy con học trong Định Vô Lậu, thì niệm sẽ không còn tác dụng được đến tâm con, nghĩa là không còn khởi niệm được. Bởi vì mỗi niệm đến đều bị tri kiến của các con đón và quét ra, không bao giờ còn tác động được tâm con.

Cho nên trong lúc đang tu Tứ niệm xứ thì niệm rất nhiều, rất nhiều mà các con có phương pháp, có tri kiến thì các con chẳng hề sợ, Do đó, năm tháng sau thì các con sẽ

thấy rằng không niệm. Còn bây giờ thì mấy con đang có niệm và có niệm nhiều hơn nữa.

Hỏi: Trong hoàn cảnh xảy ra, tất cả xung quanh bạn bè của mình, người tu như thế này, kẻ tu như thế khác. Bỗng đứng nghe trong thất người đó tác ý “hôn trầm, thù miên phải dứt đi”, ở đây không được vào đây mà la lớn, rồi bằng hành động đưa tay ra, đưa tay vào, đưa chân lên, đưa chân xuống. Thì mấy con nó rằng sao mà cái người đó la lớn, mình nhiếp tâm không được mà cứ la lớn.

Các con nên nhớ rằng khi người ta la lớn vậy là người ta đang tu, mình nên thương xót họ đang bị hôn trầm, thù miên đó. Và đồng thời mình tại sao mình lại chướng ngại pháp đó, trong khi có pháp đó mình phải nỗ lực: Tai phải quay vô phải nghe bước đi, phải nghe từng tâm thanh thân, tại sao lại nghe tiếng tác ý của kẻ khác làm gì? Đó thì lúc bấy giờ chúng ta phải nỗ lực, khi mà có tiếng động rồi chúng ta nỗ lực, tại sao chúng ta lại chướng ngại: Ồ, phải chi như thế này tôi đổi cái thất lại kia cho nó yên chút tôi tu. Ở đây sao mà la quá trời vậy tôi làm sao tôi tu, cái điều này mấy con đã sai mất đi mấy con.

Có ác pháp có chướng ngại pháp, có Pháp tại sao lại trốn chạy. Mấy con có pháp chứ, Thầy dạy mấy con có pháp chứ, tại sao mấy con trốn chạy? Phòng hộ mắt tai mũi miệng con ở đâu? Pháp Như Lý mấy con ở chỗ nào, mấy con chồn chạy. Người ta mặc người ta, người ta làm gì mà tại sao mình lại để chướng ngại tâm mình. Cho nên mấy con phải dùng Pháp Như Lý Tác Ý mà tác ý: tai phải quay vào, nghe tâm thanh thân, an lạc, vô sự; nghe từng tâm niệm của mày, không được nghe ra ngoài. Mỗi lần bên kia tác ý thì bên đây tác ý, hai bên đều đấu tranh coi bên nào thắng? có gì đâu.

Bên kia thì người ta thắng hôn chồng, bên đây thì mình thắng ác pháp chứ gì, có gì đâu. May có ác pháp để chúng ta thực hiện. Hằng ngày ta tác ý liên tục để đấu tranh từng tâm niệm, từng chướng ngại pháp đang tác động vào tâm thì đó là tu tập chứ gì? Mà còn đi tìm cái thất khác, đi tìm cái chỗ khác để yên tu thì mấy con là tu sai hết rồi, mấy con tránh né ác pháp sao? Các con mang trong thân các con ác pháp, một cái nghiệp ở trong thân của con, quá là nhiều, các con trốn chạy khỏi không? Các con đi tới đâu mang nó theo tới đó, có lúc nào mấy con bỏ

nó được đâu.

Cho nên sự tránh chạy không phải là sự tốt của người tu, mà trực tiếp ngay chỗ tu tập. Người ta nói gì, người ta làm gì, người ta chửi mình, người ta mắng mình, mình còn khởi sự thương xót. Huống hồ là mình thấy người bạn mình đang nhôn trâm, đang tác ý mà mình muốn tránh né, mình nói: Sao người này làm động quá vậy? Như vậy là mình là người như thế nào, mình có biết phát chưa. Biết Pháp tại sao lại tránh né. Đó là những điều sai, hôm nay con đã nghĩ được, đã nghe được, đã hiểu được tất cả những ác pháp bên ngoài tác động vào tâm con con biết con xả, con được an ổn và con biết ơn của những người làm ra những ác pháp đó để chúng ta xả tâm; những người làm ra những ác pháp đó để xả tâm.

Người ta làm ồn náo, ồn náo, người ta nói chuyện nhau các con đừng trách họ, mà chúng ta hãy lo tu cho mình, họ làm động thì rất đáng thương họ, chúng ta hãy thương họ đừng có ghét họ, nhiều khi mấy con nghĩ rằng hai người này cứ nói chuyện hoài tôi tập không được, phải chi mà nói cô Út cho họ đi chỗ khác đi cho rồi.

Sự thật ra đối với Thầy thì người nào nói chuyện, người nào làm động thì người đó chịu, còn riêng mình mình lo thân phận mình, mình hãy cứu mình và đồng thời có những điều làm động mình, thì mình phải phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng. Mình có pháp phòng hộ rồi, các con có pháp phòng hộ. Khi đi khất thực mấy con nhắc: Mắt ngó xuống đừng nhìn qua nhìn lại, đó là phòng hộ mắt chứ gì? Khi có nghe tiếng động có gì đó, tai nghe vô trong thân, nghe bước đi, đừng nghe ra ngoài tức là phòng hộ chứ gì?

Mở cái ác pháp nó đập vô hoài thì tác ý hoài, thử coi ai hơn? Mấy con tác ý lia lịa thì coi ai thắng, có phải không? Chứ mấy con tác ý một câu rồi cái ngồi lắng nghe người ta thì mấy con tu cái gì kì vậy, trong khi ác pháp thì ào ạt nó tác động vô tâm, mà ngồi đây mà tác ý bảo: Lỗi tai quay vô, đừng có nghe, rồi ngồi đó lắng nghe. Trời đất, tu gì kì vậy? Bảo nó đừng có nghe thì phải tác ý hoài chứ, bây giờ nó còn đang tác động mình đây thì mình phải tác ý “tai đừng nghe quay vô, tai đừng nghe quay vô”, thì lúc bấy giờ tác ý như vậy thì nó có nghe được bên ngoài không mấy con, biết áp dụng chứ? Học hành gì, tu hành gì mà không biết áp dụng.

Bây giờ là lúc ác pháp tác động thì luôn luôn lúc nào cũng phải tác ý, tác ý không hở, tác ý không kẽ hở để cho ác pháp tác động không được, như vậy một lúc nào đó mình tác ý mình thấy hoàn toàn bên ngoài không tác động được tức là ý của mình nó quay vô rồi. Tai của mình nó quay vô rồi nó không nghe bên ngoài, thì sự thật ra mình đã có đạo lực rồi. Còn nó còn nghe thì phải ôm pháp chứ sao?

Thầy đã từng nhắc các con ôm phao vượt biển phải không mấy con thấy rõ ràng à. Bây giờ là sóng gió ba đào nó đang nói chuyện, nó đang tác ý nó đuổi hôn trầm nó, nó làm cái thất mình ở gần bên nghe. Trời ơi nó chát chúa cái lỗ tai, mà ngồi đó nhiếp tâm; bảo nó an trú, nhiếp tâm làm sao được. Bây giờ là lúc này không còn nhiếp tâm, an trú nữa, mà chỉ còn pháp phòng hộ lỗ tai, các con nghe chưa? Vậy thì pháp phòng hộ lỗ tai mấy con tác ý một câu rồi ngồi lắng nghe người ta, như vậy là phòng hộ cái gì, có phải không? Các tu như vậy là sai, phải biết áp dụng, phải biết thiện xảo chứ. Mình tác ý hoài, cái lỗ tai mình mắc nghe, mình phải tác ý đi làm sao nó nghe bên ngoài được thì nó làm sao nó lắng nghe bên ngoài. Mấy con

phải hiểu cái chỗ tu tập.

Đó, thì hôm nay có những câu hỏi, Thầy nhắc nhở để rồi chúng ta biết cách, biết cách phòng hộ. Sự thật phòng hộ, mà có pháp Như lý là tuyệt vời mấy con. Không có một ác pháp nào tác động vô chúng ta. Hôm rồi có cái đám ma gần đây kèn trống suốt đêm, Thầy chùa tụng kinh như là mấy ông hát bội, làm cho chúng ta động tâm vô cùng, nhưng mà chúng ta phòng hộ chứ. Bây giờ đâu có phải là lúc tu nhiếp tâm và an trú tâm được, đâu phải bây giờ mà lúc ngồi đây mà để tu tứ niệm xứ được. Ở bên ngoài kèn, trống nó đập hoài, giọng tụng kinh, niệm Phật của cái ông Thầy chùa, trời đất ơi nó nghe nó làm sao nó như người ta ca hát, giọng cao, giọng thấp. Làm sao bây giờ đây, phải phòng hộ cái lỗ tai chứ. Thì phòng hộ thì mấy con, bây giờ ở ngoài đó nó đờn ca bao nhiêu thì ở trong này mình cũng tác ý bao nhiêu chứ, thì như vậy thì mấy con mới phòng hộ được chứ, chứ đâu có mấy con đâu có phòng hộ được, các con hiểu chưa? Cho nên vì vậy mà chúng ta ở đây xung quanh đều có ác pháp, chúng ta chạy chôn. Ôi bây giờ sao mà tôi ở gần cái thất này quá, nghe sao nó đờn ca quá, thôi tôi chạy ra ngoài kia tôi tu, như

vậy mấy con chồn chạy chứ mấy con đầu có dụng pháp đầu, nó không kết quả đầu mấy con. Cho nên chúng ta thực hiện ngay cái ác pháp nó đang đánh chúng ta.

Cũng như bây giờ trong thân chúng ta có người hỏi, sao thân chúng ta nó đau như thế này thì con tác ý, con không có tu được các pháp khác, thì con có kết quả gì không? Không, chính nó đang đau đó là mấy con đang tu đó là mấy con đã có kết quả đó, hơn là mấy con tu Tứ niệm xứ. Bởi vì tu Tứ niệm xứ như thế nào? “Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu” Bây giờ thân các con đau nhức: Đây là cái trường hợp gặp sinh tử nó đánh mình rồi, nó làm cho thân mình không có an lạc, cho nên mình đưa cái phương pháp tác ý ra dẹp nó bằng cái phương pháp đưa cánh tay hoặc hít thở của mấy con, thì mấy con tu suốt ngày, suốt đêm thử coi cái bệnh nó còn tác động được mấy con không; hay hoặc là mấy con chạy đi uống thuốc.

Ôi thôi đau quá! Tôi chạy đi uống thuốc, các con chạy đi uống thuốc ăn thêm chút gì đó để không nó xót ruột chết thì sao, mấy con như vậy mấy con học vô thường là vô thường chỗ nào mấy con, có ứng dụng

được vô thường không? Cái thân vô thường mà mấy con còn tiếc nó quá à, cho nó chết đi cho rồi chứ ở đây mà tiếc.

Cho nên vì vậy bây giờ ở đây chỉ còn pháp để đánh bại giặc mà thôi, giặc sanh tử mà. Cho nên biết pháp rồi thì Thầy thấy thật là hạnh phúc vô cùng biết cách chiến đấu rồi, thì còn gì nữa mà đầu hàng. Thầy nhắc nhở mấy con rất là tận tình những điều kiện áp dụng để chiến đấu giặc sanh tử của mấy con, thì có chỗ nào mấy con thua đâu. Mấy con sẽ là người dũng sĩ là người chiến thắng.

Còn về cái tội mà hay buồn ngủ, thì quá dễ không có khó gì. Mấy con cứ chặt một cái roi tầm vòng về đi, rồi tự tay mấy con đánh cho nó đau. Thật sự ra mấy con đánh cho nó nổi bầm như thế này đi, rồi nó sẽ hết đừng có sợ. Mấy con đi kinh hành mấy con lười biếng quá, cho nên vì vậy mấy con rút cây roi mà ních nó, bảo: Tao bảo đi kinh hành không có được ngồi đây mà gục, thì mấy con chịch nó mấy roi à, quất cho nó ba roi, mà quất thẳng tay đừng có nhờ ai hết, chỉ mình đập mình mà thôi, thì một lần nó tổn tới già. Mình mà bị hôn trầm nữa thì tự nó nó đập nó chứ có ai đâu, thì coi chừng mà chết với nó.

Cho nên vì vậy mà Thầy nói rằng Thầy bảo mấy con sấm cây tầm vòng hoặc cái cây gì đưa Thầy đánh, chứ thiệt ra Thầy Không nữ đánh mấy con đâu. Nhưng mà mấy con là người thấy lỗi, mình lỗi mình phải tự trị mình, thì cái đó nó mới hết. Còn Thầy có đánh các con 1.000 roi đi nữa, mà các con cũng không có hề hấn mấy con chỉ lý kiểu đau đó thôi rồi nó cũng vậy.

Nhưng mà mấy con tự phạt mấy con đó nó mới có giá trị rất lớn của sự tỉnh thức. cho về hôn trầm, thùỵ miên thì nếu mà nó siêng năng nó đi thì thôi, mà nếu nó lơï biếng, nó muốn đứng, muốn ngủ đó thì rút cái cây roi mà quất nó mấy roi thử coi. Con thấy con ngựa trúng người ta đánh nó còn phải chạy mà, có phải không? Mấy con thấy xe ngựa hồi xưa không mấy con ngựa chúng nó quất mấy cây mấy roi con ngựa phải chạy bay thôi nó hoảng chứ đâu phải không? Con người mình cũng như con ngựa chứ có gì? Cho nên chúng ta mượn ngựa mà đi Tây Phương mà cho nên đánh nó thẳng tay đi rồi nó sẽ chạy đi hết. Đó là những cái điều tuy tập chúng ta phải gan dạ. Bởi vì các con đã học các pháp Vô Thường, các con nói rất hay lắm, vô thường hết rồi, không có gì

hết mà hờ chút thì nó thường có phải không mấy con. Bởi vậy nó thường cho nên có dám đánh nó đau sợ nó đau, cho nên ở đây với con phải gan dạ phải nỗ lực phải thực hiện cho được.

Bây giờ ở đây các con thấy cái lớp của chúng ta các con còn 5 tháng nữa nó không có còn lâu đâu cho nên khi mà tu tập thì mấy con phải nỗ lực hết mình nỗ lực hết mình để thu tập Thầy biết các con rất là cố gắng hết sức bởi vì mấy con tuổi trẻ mà năm tháng nữa mấy con còn trẻ chứ chưa hết đâu, nếu mà tui không được mấy con cứ ra đời đi, Thầy để lớp sát thất. Còn nếu mấy con nghe lời Thầy, mấy con tu mấy con sẽ thấy lợi ích rất lớn. Thầy bảo mấy con thực hiện cho đúng hẩn hỏi hôm nay là cái tháng thứ 3 mấy con áp dụng cho đúng cách nghĩa là tu tu niệm xứ nhiều.



109-(LCK-045D)

- * Đạo đức nhân bản nhân quả
- * Sách tẩn Huệ An
- * Vấn đạo Tứ Niệm Xứ
- * Định vô lậu xả tâm
- * Sách tẩn



Còn Định Vô Lậu thì mấy con sẽ tiếp tục mấy con quán như quán thân bất tịnh, rồi các con sẽ tiếp tục những cái bài pháp quán để cho mấy con đi sâu vào cái tri kiến một số nữa để đối trị. Các con sẽ quán từ bi, quán tâm từ của mình. Mấy con sẽ làm cái bài tâm từ của mấy con cái đức hạnh từ bi của mấy con, mấy con sẽ trở thành một cái bài để viết cái tâm từ của mấy con. Nói lên cái tâm từ để thực hiện lòng từ của mấy con.

Bây giờ các con quán Thân bất tịnh để đối trị tâm sắc dục của mình đó là tiếp tục và đồng thời các con chỉnh thời gian, còn rảnh rang các con chỉnh lại cái bộ sách đạo đức của mỗi người. Các con, mỗi đứa đều có

một bộ sách đạo đức. Bộ sách đạo đức đó ít ra mấy con cũng phải viết từ 600 trang, 1000 trang cho Thầy. Trành như thế này nè, chứ không phải viết ít đâu. Đạo đức mà, con người chúng ta rất nhiều những hành động ác chứ đâu phải ít. Thầy nói mấy con tổng kê lại, mấy con viết cái bài đạo đức nhân bản 8, 9 trang, 10 trang, 20 trang chưa có đủ một chút nào trong đó hết, các con hiểu chưa? Cho nên các con phải viết mỗi người một ngàn trang cho Thầy về đạo đức nhân bản. Các con cứ viết chừng nào đến độ 1000 trang, lúc bây giờ cứ viết có chữ mà viết hoài tới 1000 trang nó thôi chắc Thầy đầu hàng luôn.

Cho nên, ở đây các con phải biết từng thứ lớp, đức nào ra đức nấy. Bây giờ các con biết cái ảnh động đó mà mấy con chưa biết cái đó gọi là cái đức gì? Nhiều khi Thầy biết mấy con không có biết cái đức đó là đức gì nữa, thì xin làm ơn hỏi Thầy, Thầy sẽ nói cho cái tên đó, các con hiểu chưa? Cho nên vì vậy Thầy chỉ là một người Thầy, để hướng dẫn mấy con khi mấy con viết cái đó được, nói được mà không biết cái đức này đức gì? Cũng như bây giờ thì nói tham lam trộm cắp, mấy con nói đức không tham lam, rồi

nó trùng với cái tâm đức không tham lam cầu mấy con thì sao.

Cái tâm, cái ý của mấy con nó có tham, sân, si chứ. Có phải không? Giờ nói đức không tham lam, bây giờ cái trộm cắp nó khác mà tôi lấy của không cho lại là nói đức không tham lam thì nó trùng với cái kia sao, coi chừng mấy cái đó mấy con sẽ sai, có phải không? Cho nên mấy con thấy nói về tham lam, trộm cắp thì có sự buông xả, cho nên có thể gọi là đức buông xả. Nhưng đức buông xả nó không sát nghĩa, nó mệnh mông các con hiểu không? Thì đức không lấy của không cho, đức lấy của không cho, cái đức hạnh lấy của không cho. Người ta chưa có cho mình nhất định không lấy thì đó là nó đối lại với giới tham lam trộm cắp có phải không mấy con. Tham lam trộm cắp là cái của người ta đâu có cho mình, có phải không? Còn bây giờ mình nói cái đức, đức từ bỏ lấy của không cho. Mình từ bỏ, cái đức hạnh từ bỏ lấy của không cho. Nghĩa là không bao giờ mình tham lam trộm cắp nữa, có nghĩa là như vậy

Cho nên trong cái giới luật của Phật, có cái giới luật mà đức Phật dạy: Từ bỏ lấy của

không cho, các con nghe thấy không? Thì cái danh từ đó chúng ta ghép lại cái đức từ bỏ. Nếu mà chúng ta không có cái đức đó thì chúng ta sẽ lấy của không cho. Cho nên vì vậy mình đặt một cái tên cho nó phù hợp chứ không phải muốn đặt tên nào đặt. Cho nên nó phải xác thực được cái tên của nó để nó là cái tựa cái bài đức hạnh của chúng ta viết. Chứ không phải nói đức hạnh bây giờ nó tham lam, trộm cắp, rồi sát sanh, rồi tà dâm, rồi nói vọng ngữ, nói lời hung ác chúng ta cũng kê như là kinh Thập thiện thì thôi, rồi rồi, phải không. Như vậy chúng ta kê vô Thập thiện chúng ta nói chứ chúng ta có biết cái đức gì đâu mà nói ra. Ở đây đạo đức nhân bản, nhưng đức Phật chỉ đại khái cho chúng ta cái sườn để chúng ta biết Thập thiện là mười cái điều lành để đương đầu với 10 cái điều ác để diệt mười cái điều ác. Nhưng ở đây nó đã trở thành cái đạo đức nhân bản của chúng ta rồi, vì vậy mỗi cái hành động đó là đạo đức. Và mỗi đạo đức, thì dụ như bây giờ Thầy nói về cái đức từ bỏ lấy của không cho, nó nhiều lắm mấy con, một người hối lộ, ăn lo vẫn là sai, một người móc túi của sai; một người cân non, đo thiếu vẫn là sai, vẫn là tham lam trộm cắp đó chứ.

Như mấy cháu mà làm công việc ở chùa, làm có hai cái cửa mà ngồi chơi suốt ngày lấy tiền, thì cái đó là tham lam, trộm cắp chứ cò gì nữa. Các con thấy cái này thật sự ra quá là tham lam. Cho nên chúng ta thấy rất rõ những cái điều đó vì vậy mà mỗi cái đó chúng ta sẽ nói và chúng xác định được cái đức của nó như thế nào để cho người khác người ta cảm người ta không làm.

Nó rất nhiều, nó rất nhiều cái hành động, trong một cái hành động tham lam trộm cắp nó qua nhiều cái hành động tham lam trộm cắp bằng cách khéo léo, bằng cách thô lỗ. Một người mà để giựt đồ họ, đánh họ lấy đồ là thô lỗ. Một cái người khéo léo họ tính toán kỹ, lấy của người ta bằng cách này, bằng cách khác, bằng mưu mô mà không ai biết mình trộm cắp cũng là tham lam trộm cắp đó chứ, các con hiểu, vì vậy mình vạch ra hết tất cả những cái hành động sai này là hành động đạo đức.

Vậy thì cuốn sách chúng ta viết nhiều lắm chứ, đâu phải ít đâu, chứ đâu phải ngồi đây. Bởi vì các con sẽ trở thành, cái bộ sách này nó trở thành cái giáo, trình cho chúng ta học, tu và con cháu của chúng ta học tu

sau này. Mỗi con đều là những người đứng lớp dạy đạo thì không lý nào mà các con không làm được điều này, người nào cũng làm được.

Còn về cô Huệ Ân con tu tập khi cái thân của con nó cần cỗi, con cứ ngồi đi con, con cứ ngồi đi. Cái thân con cần cỗi rồi thì nay đau mai ốm, thường thường thì cái cơ thể của con nó bị dần vặt, cái nghiệp. Coi như cuộc đời của con mà nuôi các cháu lớn không từ chỗ này đến chỗ khác có nhiều điều đã huân tập cái nghiệp của mình, cho nên giờ phút này thân con đau khổ là phải, nó nhưc chỗ này nhưng con biết pháp, con nhờ con biết tu, con nhờ biết pháp cho nên con chuyển được sự đau khổ nơi thân con. khi nó đau nó tức nhói chỗ này, nó đau cái chân chỗ kia. có khi đứng dậy không nổi, con đều nhờ pháp tâm bất động do đó chuyển được nghiệp con. con mới ngày hôm nay ngồi được lớp mà nghe Thầy dạy. chứ còn cỡ sức con thì không còn ngồi đây mà nghe nổi đâu. Do đó con nhớ Pháp Như Lý Tác Ý và tâm an trú bất động thanh thản, an lạc, vô sự là con sẽ đuổi được nghiệp của con và sau khi con ra đi thì con sẽ được an ổn không còn đau khổ nữa. Cho nên nhớ

những điều mà Thầy dạy mà cố gắng giữ gìn tâm bất động trước các ác pháp, các cảm thọ con. Đừng sợ, các pháp đều vô thường thân của con cũng sắp sửa vô thường mất rồi, nó sẽ tiêu ma nó không còn nữa. cho nên yên tâm đừng sợ lúc nào cũng có Thầy một bên, con đã ở đây thì không xa Thầy đâu, con yên ổn. khi đau nhức con tác ý con gọi Thầy, gọi Phật và tác ý: “ tâm đừng sợ hãi chết còn không sao, đau bệnh là vô thường có gì mà phải sợ”. Cho nên con tác ý như vậy thì tâm con sẽ ổn là con sẽ dùng phương pháp đẩy lùi bệnh ra khỏi thân con thì con sẽ hết đau.

Nhớ những điều mà con đã ghi ở trong đây, mà cố gắng tu tập để vượt qua cái thân nghiệp, để khiến cho tâm con bất động, thanh thản, an lạc, vô sự. Về tâm con không còn lo lắng nghĩ ngợi, các con con đều được phước tu hành yên ổn, do đó không còn nữa. con không còn lo lắng gì nữa. cho nên không giận hờn, thương ghét, buồn phiền, lo lắng, tâm luôn lúc nào cũng an ổn.

Tất cả những điều con ghi trong này con đều làm đúng không có gì sai, con cố gắng làm như vậy thì sự tu tập của con sẽ được yên ổn.

Không sao con sẽ hỏi, hoặc điều này thế kia không. Nhưng mà đối với con thì con những điều cần thiết, cần thiết với mấy đứa con của con nó đến nó chăm sóc. hỏi một, hai điều về vấn đề tu học, chứ mình không cần hỏi làng bên ngoài. Vì vậy mà không có sao đâu con, có những điều con cháu đến thăm điều đó là điều tốt, con vẫn giữ hỏi thăm mấy cháu và đồng thời cũng khích lệ cho chúng nó một vài điều vì đó là là nhân quả, chùm nhân quả của con. Mà trong khi con được yên ổn như thế này mà con khích lệ chúng nó để chúng nó học đạo đức sống không làm khổ mình khổ người thì cái chùm nhân quả con sẽ nhẹ nhàng, sẽ tốt hơn. Dù là một phút giây nó đã tái sanh vào trong gia đình của con, làm con, làm cháu đều là có nhân quả với nhau hết. Cho nên con an tâm, lúc tu tập chúng ta độc cư chứ không phải độc câm. Và chúng ta còn giữ độc cư trọn vẹn, còn những lúc bây giờ nó chưa phải trọn vẹn nghĩa là chưa phải đến lúc cuối cùng. Như vậy hôm nay chúng ta còn những cái thời giờ quá ngắn, vì vậy mà sự độc cư chúng ta trọn vẹn trong cái giai đoạn này. Nghĩa là trong giai đoạn này chúng ta còn 5 tháng. nghĩa là cái thời gian

chúng ta ngăn lăm, không còn dài dàu.

Năm tháng là phải đạt được cái tâm thanh thản, an lạc, vô sự, tức là bốn Tứ niệm xứ của chúng ta phải sung mãn. nghĩa là chúng ta phải sống suốt 12 tiếng đồng hồ tâm thanh thản, an lạc, vô sự. từ đây cho đến cái ngày cuối cùng là chúng ta phải đạt, tức là cái ngày cuối tháng thứ 5. Cái ngày cuối tháng thứ 5 tâm mấy con phải đạt được thanh thản, an lạc, vô sự 12 tiếng đồng hồ. Nếu 12 tiếng đồng hồ chưa xong thì coi như là mấy con tu chưa rồi; còn nếu mấy con 12 tiếng đồng hồ trong 5 tháng chuyên môn. Thầy xác định cho mấy con thấy, trong 5 tháng chuyên môn cực kì nỗ lực, ôm pháp Tứ niệm xứ như ôm phao vượt biển. thì tất cả những gì khởi trong tâm của mấy con, thì mấy con sử dụng nhân quả. Sử dụng vô thường thì mấy con sẽ đẩy lui tất cả những chướng ngại pháp này, đồng thời đem lại sự bình an và chúng đạt chân lý này không sai, nếu mấy con cố gắng thì mấy con sẽ đạt được. Cố gắng không có nghĩa là ức chế Tâm, mà ngồi chơi để cho từng niệm khởi ra mà quét bằng Định Vô Lậu. Các con nhớ chưa bằng Định Vô Lậu và Pháp Như Lý Tác Ý. Thầy đã trao cho mấy con để rồi mấy con sẽ

tiếp tục, từ đây về sau các con ghi chép giờ nào là giờ nấy ghi chép, còn không thì mấy con tập trung cho năm tháng đạt được chất lượng rồi sẽ làm bài sau cũng không sao hết.

Còn những bài mà Thầy cho Định Vô Lượng tiếp tục thì mấy con cần phải quán. Bởi vì trên chướng ngại pháp mấy con sẽ còn gặp chướng ngại này, như quán thân bất tịnh mấy con phải tiếp tục làm, mặc dù mấy con đang tu Tứ niệm xứ, nhưng các con phải dành trong 24 tiếng đồng hồ, dành trong 24 tiếng đồng hồ chia ra làm hai đoạn thời gian. Một đoạn thời gian thu Định Vô Lượng làm bài là một tiếng đồng hồ, nó không phải trong một ngày mà Thầy cho mấy con làm bài thân bất tịnh, làm bài trong một tuần lễ có 2 giờ ngồi làm bài thân bất tịnh. rồi cuối tuần sẽ nộp Thầy, và đồng thời Thầy sẽ xem xét lại thân bất tịnh, để giúp cho mấy con có hướng để phá đi tâm sắc dục của mình.

Cuối cùng tới 7 tới bài pháp kế thì thân bất tịnh xong rồi, thì mấy con tiếp tục làm cho Thầy bài pháp thực hiện Từ vô lượng tâm, tức là thực hiện Tâm từ của mấy con. Rồi mấy con sẽ làm bài kế tiếp là quqsן thực phẩm bất tịnh. Bây giờ ba cái đề tài đó mấy

con ghi chép và cố gắng làm. Nhưng tất cả thời gian để dồn vào Tứ niệm xứ để tu tập, để xả tất cả niệm do những phương pháp Định Vô Lậu mà mấy con đã học. Không được biếng trễ chỉ có thời gian ngắn, năm tháng phải đạt được, nếu năm tháng không đạt được, cái lớp này mà năm tháng không đạt được thì dẹp bỏ, không dạy nữa, m ất công cực khổ Thầy.

Thầy nhắc nhở cho mấy con cố gắng, bởi vì cứ kéo dài hoài uổng phí cuộc đời mấy con, mà Thầy cũng mất thì giờ mà pháp thì thực tế cụ thể. Đức Phật chỉ có tu 49 ngày, Thầy chỉ có sáu tháng, còn mấy con đã được bảy tháng, thì như vậy mấy con con quán mà được sự hướng dẫn của Thầy rất cụ thể. ít ra mấy con chỉ cần tu một tháng là xong. Thế mà được sự hướng dẫn của Thầy, mà Thầy cho năm tháng là quá nhiều, **mình đã quyết tâm, đời còn gì nữa, đã học pháp vô thường, thân này đâu phải là của mình nữa đâu. Các pháp xung quanh này đâu còn gì của mình nữa, phải bỏ xuống hết, hoàn toàn cuộc đời này phải chấp nhận cuộc đời này chẳng có gì? Nỗ lực Thực hiện tâm thanh thân, an lạc, vô sự, đạt được chân lý đó không bao giờ để rời xa**

khỏi chân lý đó, phải chấp nhận hoàn toàn như vậy mới là người tu theo đạo Phật. Người tu theo đạo Phật không có nói rằng tu vô lượng kiếp, mà chỉ có 5 tháng mà thôi. Cho nên ở đây là Thầy đã dạy mấy con 7 tháng, thì mấy con phải biết như thế nào là tu chứng chứ, đâu có phải là tu 7 năm. Ở đây 7 tháng là quá nhiều, Đức Phật chỉ có 49 ngày, chúng ta tu như vậy là quá dài, thời gian quá dài là tại vì chúng ta không biết đường, mà trước kia Đức Phật không biết đường mà Đức Phật tu như vậy là cái người đặc cách; còn chúng ta không biết đường cho nên chúng ta tu như vậy.

Còn bây giờ mới con đã được Thầy hướng dẫn cụ thể, rõ ràng những đường đi của Đức Phật cụ thể như vậy, tại sao chúng ta làm không được chúng ta còn tiếc gì. Khi học các Pháp Vô Thường các con còn tiếc cái gì nữa đây, các con hiểu. Có cái gì của các con mà các con tiếc, chỉ có trạng thái thanh thản, an lạc, vô sự là cứu cánh của mấy con thoát ra khỏi nhân quả, còn ai cứu mấy con hơn là trạng thái này. Một vật quý báu vô cùng tại sao chúng ta không ôm nó. Tại sao chúng ta lại buông bỏ nó, mà chạy theo dục lạc để

làm gì, chạy theo vui của thế gian này làm gì? Cho nên phải cố gắng khắc phục thực hiện bằng được trong 5 tháng, thì xác định cho mấy con trong 5 tháng nếu mấy không thực hiện Thầy đóng cửa, nghỉ không dạy nữa. Đến đây thì các con cố gắng nghe lời Thầy dạy, Thầy quyết định, quyết định phải làm được.

Con cứ trình

[Tu sinh]: Bạch Thầy, con tu Tứ niệm xứ.

[Trưởng lão]: Con thì tu Tứ niệm xứ không con, con đừng có đi Thân hành niệm nhiều, trừ ra khi buồn ngủ thì con ngồi đưa tay ra vô vậy thôi, và tác ý an tịnh, hay là “Với tâm định tĩnh tôi biết tôi hư vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra”. con tác ý như vậy nó cũng định tĩnh chứ con lớn tuổi rồi. Con đi không tốt đâu. Con nhớ tu Tứ niệm xứ đó con.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, con đã đã hứa với Tâm với mấy cháu vừa qua con có...

[Trưởng lão]: Thôi được rồi Thầy đã hoan hỷ cho con rồi.

[Tu sinh]: 17:35 Con xin sám hối trước

Thầy, trước đại chúng, ...

[Trưởng lão]: Thôi con, con xá thôi con, đừng lạy.

Rồi, Con ngồi ghé đi con.

Các con nghe lời Thầy nói, cô Huệ Ân từng tuổi đó mà phạm lỗi nói chuyện với con cháu, một vài người mà cô xin sám hối khắp cùng. Và Thầy ước mong những sự sám hối của con mà được sám hối, thì từ đây về sau cố gắng khắc phục vì tuổi đời không còn xa nữa và nghiệp của con nó sẽ đổ ra. Nếu không phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý, thì làm sao, tâm mình còn phóng dật; mà còn phóng giạt thì làm sao chứng đạt được chân lý. Cho nên muốn chứng đạt được chân lý là phải giữ gìn tâm không phóng dật, dù bất cứ một điều gì cứ ở trên Tứ niệm xứ giữ cho tâm được thanh thản, an lạc, vô sự, không để bị tác động, khi tai nghe mắt thấy tất cả sáu căn đều tiếp duyên với 6 trần, thì lúc mấy giờ phòng hộ ngay liền không được cho tiếp xúc ra ngoài. Và đồng thời luôn luôn trên bốn chỗ Tứ niệm xứ có chướng ngại thì để luôn liền không được để cho có chướng ngại trên đó.

1 phút chưa đầy lui được thì 2 phút, 2

phút chưa được thì 1 giờ, 2 giờ, một ngày, 2 ngày phải đẩy lui cho được, hoàn toàn sự chiến đấu tận cùng để khắc phục cho được không được để cho áp pháp tác động trên 4 chỗ thân, thọ, tâm, pháp. không được để 6 trần tiếp xúc 6 căn, mà tạo thành phóng dật của các con, cho nên các con phải mạnh mẽ, xác định rõ ràng cụ thể, để sự chiến đấu của mấy con đạt thành được sự kết quả cụ thể rõ ràng, trong 5 tháng nữa phải đạt được cho kết quả. Thầy tin rằng sự nỗ lực của mấy con sẽ đạt được. Mà mấy con không cố gắng để phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý, không thực hiện được Tứ niệm xứ sung mãn thì mấy con không bao giờ thành tựu được đạo quả này. Thầy đã trang bị cho mấy con đủ sức để mà chiến đấu, để trở thành những dũng sĩ, để trở thành người chiến thắng mấy con nhớ kỹ. u không phải đợi lâu nữa, mà chỉ cần phải nỗ lực thực hiện cho bằng được sự giải thoát nơi thân tâm của mấy con. Đến đây thì mấy con còn hỏi gì không nếu không thì chúng ta sẽ nghỉ.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, tu Tứ Niệm xứ, chúng con 20:36 con tu thể cái tâm con

...

[Trưởng lão]: Bây giờ mấy con bắt đầu vô tu Tứ niệm xứ thì tuần sau Thầy sẽ kiểm tra lại pháp tu Tứ niệm xứ của mấy con, vì pháp tu Tứ niệm xứ là pháp quan trọng nhất, Thầy sẽ bắt mỗi người ngồi đây mà Thầy kiểm tra 30 phút, Thầy xem coi mấy con tu Tứ niệm xứ ra sao, coi thử coi mấy con có áp dụng được hay không, những cái phương pháp của mấy con mỗi người ngồi đây. Thí dụ như Thầy cho, cái ngày nào đó coi như trong một tuần lễ này qua thì cuối cùng Thầy sẽ cho mấy con đến đây, Thầy cho 5 người, 3 người đến đây trong một buổi Thầy cho mấy con ngồi đây Thầy kiểm tra Tứ niệm xứ coi mấy con tu đúng hay sai, biết áp dụng xả tâm hay không xả tâm. Chứ không phải nói suông đâu, còn áp dụng vào cái thực tế nữa. Bắt buộc mấy con phải ngồi tu tại nơi cái Tổ đường này để rồi Thầy sẽ xem xét tu tu niệm xứ của mấy con ra sao.

Còn bây giờ mấy con về tập mấy con nhớ biết Tứ niệm xứ chưa? Trên 4 chỗ thân, thọ, tâm pháp. Ngồi có niệm thì dùng phương pháp tác ý, dùng Định Vô Lậu quán xét xả niệm. Còn thân có bệnh, có đau, có nhức chỗ nào dùng nhiếp tâm, an trú mà tác ý xả cái bệnh đau đó. Đó là cách thức mấy

con tu Tứ niệm xứ. Và đồng thời mấy con ngồi đây Thầy sẽ xem coi, sẽ xem con mấy con nhiếp tâm như thế nào, ở trong Tứ Niệm Xứ như thế nào đúng, như thế nào sai, chứ nếu không mấy khéo mấy con ước chế trong tâm thanh thân, an lạc, vô sự, lại còn nguy cho mấy con nữa, các con hiểu chưa.

Cho nên bây giờ, bước qua đầu tháng thứ 3 là Thầy đã tuyên bố cho các con biết rằng mấy con còn 5 tháng nữa phải đạt được chứ không thể nào không đạt được, vì đây là cái lớp đào tạo chứ không phải tự tu, tự chứng nữa, mà đây là đào tạo. Nếu người nào tu sai mà không đúng thì đương nhiên phải ở lại lớp. Bởi vì tới đây là cái giai đoạn chúng ta đi đến chứ không phải còn chần chờ. Người nào tu sai phạm giới luật, phạm kỷ luật thì đương nhiên mấy con sẽ ở lại, Thầy không hướng dẫn mấy con tu tập kế tiếp nữa đâu. Tại sao? Tại vì cái lớp đầu mà mấy con chưa đạt được, thì cái lớp sau làm sao đạt được. Như bây giờ mấy con còn nói chuyện, như bây giờ mấy con còn viết cái Định Vô Lậu mấy con viết cái tư tưởng của mấy con rất hay, mà mấy con không áp dụng được thì Thầy cũng không dạy mấy con tu Tứ niệm xứ. Nghĩa là mấy con nhớ là Thầy

gọi người nào đến đây mà tu Tứ niệm xứ là người đó được lên lớp để tu cái lớp thứ 3 này. Còn người nào mà không được thì đương nhiên mấy con ở lại mà lo làm bài làm chứ không được. Cho nên vì vậy mà người nào được Thầy gọi trên đây là tu Tứ niệm xứ, mà không được thì đương nhiên mấy con ở lại. Thầy báo trước Thầy không gọi là mấy con là những người, có lỗi phạm giới ở trong này Thầy không gọi. Còn mấy con mà không phạm giới. tuần thứ hai tuần này, qua tuần thứ hai mà Thầy thấy mấy con không phạm thì Thầy sẽ kêu gọi lên đây Thầy sẽ dạy.

[Tu sinh]: 24:14

[Trưởng lão]: Bây giờ trong cái tháng này con cũng chỉ tập thân hành Niệm để mà đối trị cái bệnh của con thôi thì đó là những cái đặt tướng của mấy con cần phải tu cái gì để mà đối trị thì con yên tâm. Còn về phần Thầy hướng dẫn tu Tứ niệm xứ thì người nào mà giới luật nghiêm chỉnh, thì trong một cái tuần này, sắp tới người nào mà nghiêm chỉnh, thì cái tuần tới Thầy sẽ gọi đến đây Thầy dạy Tứ niệm xứ. Còn con con ôm Pháp Thân hành niệm để đối trị với cái bệnh của con, con diệt nó đi.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, con hôm qua con mỗi 24:49...

[Trưởng lão]: Hàng ngày, hiện giờ con bắt buộc con cũng phải tập Tứ niệm xứ, và đồng thời con tu Pháp Thân Hành Niệm. còn cái Chánh Niệm Tỉnh Giác con tu ít lại thôi, không cần tôi nhiều.

[Tu sinh]: Thưa Thầy vậy con tu 25:12...

[Trưởng lão]: Thân hành niệm được con con tu hai tiếng cũng được đâu có sao.

[Tu sinh]: ...

[Trưởng lão]: Nếu mà điều kiện được thì con tiến tới con tu nó nối liền với thời gian của nó, mà không được thì con chia làm hai phần. Thí dụ như bây giờ con thấy con tu một tiếng Thân Hành Niệm thì con lại tu tập cái định thư giãn tức là Tứ niệm xứ, con xả nghỉ đó.

[Tu sinh]: Thưa Thầy nếu tu được thì con...

[Trưởng lão]: Nếu tôi được thì con tu hai tiếng liên tục, có thể kéo dài hơn 3 tiếng cũng được để đối trị với cái nghiệp thân của

con.

[Tu sinh]: Sức khỏe nó cho con thực hiện không?

[Trưởng lão]: Được rồi, để đối trị về cái nghiệp.

Rồi, có gì không con?

[Tu sinh]: Bạch Thầy, con dùng Định Vô Lậu mà con không đi kinh hành con xả đó Thầy, có khi nằm nó cũng không ngủ, mà nó thấy nó biết giống như là con biết từng tâm niệm. Con muốn hỏi Thầy sao nó tuôn trào những cái niệm về quá khứ đó Thầy, con muốn đuổi...

[Trưởng lão]: Không được, mọi điện đều phải dùng Định Vô Lậu mà quán xét xả, chứ không được tác ý suông. Tác ý suông là bị ức chế, con hiểu không? Cho nên, khi mà nó có những cái niệm gì tuôn trào ra bảo: dừng lại, chậm chậm từng niệm một, con nhắc như vậy rồi con giữ thanh thản, an lạc, vô sự con tỉnh thức đó, rồi từng niệm nó sẽ đi ra từng niệm. Mà nếu nó tuôn trào liên tục, nó không muốn dừng, thì con không biết niệm nào để mình quán, thì bảo tác ý lại: từng niệm một ra chứ không phải tập

trung như vậy. Con nên nhớ nó không có được lộn xộn, con phải nhắc cái tâm của con chứ không nó tuôn trào liên tục con không biết đâu mà quán. Cho nên mình nhắc nhở nó, mình lấy cái pháp Như Lý Tác Ý: tâm dẫn đầu, tâm làm chủ mà. Con nhắc nó để cho nó đi vào tuần tự để rồi quán, dùng Định Vô Lậu quán xả, chứ đừng có tác ý ngang được. Sau khi quán xong rồi mới tác ý.

[Tu sinh]: Thưa Thầy, làm sao mà nó cứ khởi liên tục mà khoảng 10 phút, 15 phút cái nó hết. Nó biết từng tâm niệm thì con không biết gỡ vậy đó Thầy, mà con có khi con ngồi ... nó thanh thản như vậy đó. Có khi con ngồi 4, 5 tiếng ... mà con lo con nhắc tâm thanh thản, an lạc, vô sự thì nó không có niệm nữa Thầy.

[Trưởng lão]: Nó không niệm thì cứ để nó không niệm chứ có gì đâu, nhưng mà rồi nó sẽ có niệm.

[Tu sinh]: Nhưng con không thấy...

[Trưởng lão]: Thì con nhắc đó là con chỉ mới đầu con tu thôi. Cho nên đó cũng là phương pháp mới đầu, còn sau này thì không còn nhắc nữa. Tâm thanh thản, an lạc, vô sự rồi ngồi đây chờ cho có nhắc đến

để mà đánh chứ không còn nhắc tâm thanh thân, an lạc, vô sự; tâm thanh thân, an lạc, vô sự,... cứ nhắc hoài thì nó thanh thân; nhưng mà thanh thân cái kiểu đó là cái kiểu nó không phải chính thanh thân đâu, bây giờ phải tôi tập trở lại vấn đề này.

Đầu tiên giữ tâm thanh thân bằng cách là chúng ta nhắc để mà chúng ta giữ thanh thân cho nên chúng ta thường nhắc. Nhưng bây giờ chúng ta đã biết trạng thái thanh thân đó rồi, cho nên bây giờ chúng ta nhắc một lần thôi. Tâm thanh thân, an lạc, vô sự rồi ngồi chờ đó có mặt nào nó ra mới dùng Định Vô Lậu mà quét, đập chứ không có nhắc nữa.

[Tu sinh]: Khi mà mình không nhắc tâm thanh thân, an lạc, vô sự, nó có liệu thì mình dùng Định Vô Lậu chứ không cần tác ý được hả Thầy.

Truyện Lão: Mình dùng định Vô Lậu rồi pháp tác ý đuổi đi. Định Vô Lậu quán xét cái niệm đó rồi, thì mới tác ý: Đây là ác pháp; đây là cái gì thì con cứ tác ý; cái chữ “đây” nó là cái tác ý của mình để đuổi nó. hoặc là tác ý: tao không chấp nhận cái điều đó, cứ như vậy thôi. Còn hôn trầm, thù miên có buồn

ngủ thì nên ngồi tác ý luôn.

[Tu sinh]: Con tác ý hết, con không cần đi kinh hành.

[Trưởng lão]: Thì không cần đi kinh hành thì tác ý, còn nếu mà tác ý không hết thì chỉ còn cách thức đi kinh hành mà thôi, nhớ chưa

[Tu sinh]: Con không đi kinh hành được.

[Trưởng lão]: Rồi, được rồi thì cứ về tu tập như vậy. Nhớ giữ trọn hạnh độ cư đừng có nói chuyện, nói chuyện là tôi không có tới đâu đâu, lo triển khai những cái tri kiến giải thoát, lo triển khai cái đạo đức nhân bản, lo triển khai cái đạo đức này thì nó mới tốt.

[Tu sinh]:

[Trưởng lão]: Rồi bây giờ thì không cần nữa, nghĩa là đã hiểu được nhân bản nhân quả rồi, đã hiểu được thân vô thường rồi thì bây giờ áp dụng vào cái Tứ niệm xứ mà xả tâm cho rớt ráo, chỉ có 5 tháng thôi, không có lâu đâu. Phải cố gắng mà thực hiện cho được.

Thôi con về đi.

[Tu sinh]: 30:22....

[Trưởng lão]: Ở đây có ai Thiện Hiên không con? Không có hả. Như vậy là không có Thiện Hiên,

[Tu sinh]: Bên nam

[Trưởng lão]: Bên nam có.

[Tu sinh]: Kính bạch Thầy, cái con làm Thầy....Thanh trí có nhắc con bài thơ....

[Trưởng lão]: Bài thơ là Thầy nói, Thầy cũng đâu có biết bài thơ nào. A, cái bữa mà cô Liên Châu mà về đây.

[Tu sinh]: Dạ, Liên Châu, dạ, dạ.

[Trưởng lão]: Thì con ở đâu con xách cái bài thơ đến đây đọc chứ gì? Cái đó thì thấy không biết. bữa con đọc rồi Thôi con cất chứ Thầy có biết đâu.

[Tu sinh]: Dạ không, ý là Thầy dặn là lấy cái bài thơ đó.

[Trưởng lão]: Không, không Thầy đâu có lấy ...Thầy không biết mấy con làm đặc san chứ Thầy biết đâu. Bởi vì Thơ mấy con làm nhiều lắm, Thầy đâu có biết đâu mà nói. Về đặc san thì Thầy cũng không biết.

Bây giờ còn cái gì nữa không con?

[Tu sinh]: Dạ thưa Thầy, tuần sau là mình phải nộp cái bài : Thân bất tịnh.

[Trưởng lão]: Ừ, thân bất tịnh con. Nếu mà con cứ làm cái bài thân bất tịnh con nộp cái bài để cho nó đủ bài bản đi cho mình đi vào cái Định Vô Lậu để quét, ở trên Tứ niệm xứ quét.

[Tu sinh]: Còn đạo đức nhân bản, nhân quả Thầy.

[Trưởng lão]: Còn đạo đức nhân bản nhân quả con dựa theo cái sườn này đó con, con sẽ lần lượt viết cái bộ sách đạo đức nhân bản nhân quả, nó có những cái mớ chuyện nó quá thiết thực, Thầy nói thật ra khi mà các con làm bài rồi. Thầy đọc những thứ bảy mấy con đưa ra những cái mẩu chuyện, Thầy nói cụ thể lắm, những cái mẩu chuyện này mà Thầy mà nắm Thầy viết đạo đức là tuyệt vời. Thầy không có những cái mẩu chuyện buộc lòng Thầy phải tư duy suy nghĩ, Thầy phải làm sao một cái chuyện thật, mà dùng cái Tam Minh của mình quan sát một cái chuyện ở đâu, thì mình thấy rõ, nhưng mà mình nói ra nó không có bằng chứng. Còn mấy con nói cuộc sống của mấy con nó bằng

chúng là rõ ràng người ở sát vách của mình, người ở bên cạnh mình, và chính bản thân của mình mấy con viết ra, Thầy nói đúng là sự thật của cuộc đời, không có cái nào mấy con viết sai. Cho nên cái điều kiện đó lần lượt mấy con lấy những cái mẫu chuyện đó, lấy những cái sự kiện xảy ra trong cuộc đời của mấy con sẽ viết thành một bộ sách đạo đức và giá trị. Mà Thầy thấy bàn tay của mấy con sẽ thay Thầy làm điều đó, chứ bắt Thầy mà viết hoa này mấy tập sách chắc chết Thầy luôn. Phải không mấy con thấy chưa?

Sắp sửa mở những cái lớp dạy đạo đức thì phải có những cái người thừa kế Thầy làm cái điều đạo đức đó chứ? Thầy bây giờ chỉ gợi ý cho mấy con thôi. Ngày xưa mấy con biết Thầy Chân Quang về ở đây, Thầy nghĩ rằng Thầy sẽ là người gợi ý. Thầy không bao giờ tham danh đắm lợi, Thầy không bao giờ muốn viết sách đâu mà y con. Viết cuốn sách đầu tiên đó là Hành Thập Thiện. Thầy viết cho một người bệnh đau chứ thật ra Thầy không muốn viết. Cho nên Thầy không có sách vở gì hết.

Khi mà Thầy Chân Quang về ở với Thầy Thầy nói ngòi bút của người này là có thể

làm nên một sự nghiệp của Phật giáo qua cái sự hiểu biết. Cho nên cái bộ Luận về nhân quả của Thầy Chân Quang viết. Nhưng mà Thầy viết từ ở Thường Chiếu mang về đây được xem Thầy thấy có nhiều cái tưởng, cho nên Thầy bảo gạt bỏ tất cả hết. Thầy mới đề cái lời giới thiệu trong đó, và đồng thời Thầy mới xây dựng Thầy Chân Quang, trở thành ngài bút để mà viết những tâm tư, những điều mà Thầy đã chứng, nhưng không được mấy con. Duyên nó không đủ cho nên Thầy Chân Quang đã rời khỏi.

Từ đó bây giờ Thầy Chân Quang sử dụng cái tri kiến của mình, hiểu biết của mình để dẫn dắt bao nhiêu người đi trên con đường mà Thầy thấy phạm giới, phá giới rất đau khổ mấy con. Một ngài bút, một con người có đầy đủ trí tuệ như vậy mà không được đào luyện trong đúng chánh pháp là một tai hại rất lớn cho Phật giáo chứ không phải không.

Cho nên ở đây những ngài bút mà mấy con viết mà được đào luyện, đào luyện lắm mấy con. Đây, Thầy nói như Nguyên Thanh, viết như thế này mới con, đánh vi tính như thế này. In ra như Thế này. làm đúng y chang

như một bộ sách đạo đức, một cái giáo trình hẳn hoi như thế này, từng bài từng rõ ràng. Mà Nguyên Thanh được đào tạo, được tu chứng thì lợi ích biết bao nhiêu mấy con. Nhưng mà không đào tạo tu chứng là một điều không thua Thầy Chân Quang, không thua Thầy Chân Quang. Đây, Thầy nói thẳng bởi vì Thầy rất tha thiết, mong sao những con người có tài mà được học đạo đức, mà được thực tu chứng thì lợi ích rất lớn cho loài người. Còn nếu có tài mà không có đức thì đau khổ cho loài người.

Cho nên Thầy xem coi như những người có tài là ruột thịt, là máu thịt của Thầy mà đem cái tài đó mà thực hiện được cho đời đúng đạo đức của Phật giáo, thì Thầy nói hạnh phúc của loài người này biết bao nhiêu. Và xung quanh Thầy có những người có tài chứ không phải là không tài, nhưng được uốn nắn, rèn luyện mấy con làm sao biết mà trang bị trang trí một cái tập sách như thế này. Nếu không qua sự hướng dẫn của Thầy thì mấy con làm sao viết được. từng bài, từng đạo đức, từng cái đức thì không có Thầy làm sao mấy con biết đâu mà làm.

Cho nên Thầy đào luyện mấy con trở

thành những nhà đạo đức, mà nhà đạo đức thực sự qua cái thân hành của mình, qua cái thân giáo của mình. Mình sống đạo đức, mình nói đạo đức hẳn hoi, mình nói được, làm được. Mình nói làm chủ được bốn sự đau khổ là làm chủ được bốn sự đau khổ, chứ không phải là nói mà không làm chủ được, điều đó là điều xác định được đạo đức không làm khổ mình, cụ thể rõ ràng, chứ không phải là nói suông được.

Đức phật đưa ra đạo đức không làm khổ mình khổ người, thì đức Phật đã làm chủ được không làm khổ mình mới dám nói.

Thầy hôm nay dựng lại những danh từ này, sáng tỏ làm cụ thể hơn thì Thầy phải là người làm được và mấy con sau này đứng vị trí để hướng dẫn người đạo đức, thì mấy con phải làm được chứ. 5 tháng mấy con, trôi qua không lâu đâu, lớp đào tạo của Thầy phải có người chứ.

Cho nên, Thầy nghĩ rằng cuộc đời của mấy con không phí, **mấy con cứ nhìn đi cả một loài người trên hành tinh này đang đau khổ, vì thiếu đạo đức nhân bản chứ gì? Vậy thì chúng ta hi sinh một cái đời sống của chúng ta, đừng chạy theo dục lạc**

của thế gian này, có gì là hạnh phúc đâu, toàn là pháp Vô Thường thì do đó chúng ta hãy hi sinh cái thân mạng này đi, một cái đời sống chúng ta, một sự hiện hữu chúng ta để lợi ích cho loài người, cái này mới quý giá chứ. Mà mấy con đã có cái đầu óc, đã có cái tư tưởng, đã có những cái khả năng, đã có những cái tài, mà tại sao lại đem phí cái tài của mình trong碌碌, mà không đem đến lợi ích cho loài người.

Thầy mong rằng những cái ngòi bút của các con; cái tâm tư tha thiết thương yêu của các con đối với con người phải thực hiện được những cái điều này và 5 tháng mấy con sẽ thực hiện trọn vẹn, Thầy tin rằng điều này mấy con sẽ làm được, vì sự đào luyện, vì sự hướng dẫn của Thầy không đưa cho mấy con sai. Mấy con viết đạo đức nhân bản, mấy con chưa biết cách viết, bây giờ Thầy hướng dẫn mấy con sẽ biết cách viết, và những mẩu chuyện của mấy con là những mẩu chuyện thực mấy con sẽ áp dụng vào bài vở đạo đức có mấy con có một giá trị tuyệt đối. Người ta đọc người ta rất xúc động, người ta đọc người ta thấy đúng là như thật. Cho nên nó hay, nó hay từ cái sự thật,

chứ không phải là gì khác, bởi vì cái gì phải là thật. Cho nên mấy con đừng có nghĩ tôi không thể; tôi làm được.

Thầy không nói bây giờ dù mấy con có khả năng gì đi nữa mà không được một người chứng Tam Minh hướng dẫn thì mấy con làm sẽ sai. Còn một người đã có trí tuệ Tam Minh, họ biết cách hướng dẫn cho mấy con để dẫn dắt cho mọi người trên hành tinh này đi đến đạo đức sống không làm khổ mình, khổ người chắc chắn là mấy con.

Mấy con biết bây giờ mấy con chưa là bác sĩ, nhưng mà được đào luyện trong trường bác sĩ mấy con sẽ trở thành bác sĩ. Bây giờ đưa cái kim trích mấy con có dám trích ai không? Cầm cây kim mà run rẩy vậy là trích ai, gãy kim chết người ta sao. Nhưng mà được đào luyện, một thời gian thì người bác sĩ cầm cây kim trích rất là nhẹ nhàng, và người ta không đau đớn. Các con thấy không, do sự đào luyện chứ, ai đã giỏi đâu. Mà Thầy đào luyện cho mấy con thì chắc chắn là mấy con sẽ đạt được chứ, chứ đâu phải là cái chỗ mấy con tự tu tự chứng đâu. Ở đây sự thật là sự đào luyện, từ cái chỗ mấy con không hiểu Thầy đào luyện cho mấy con

hiểu, thì hôm nay mấy con hiểu. Bây giờ mấy con chưa biết áp dụng, Thầy đào luyện cho mấy con áp dụng, chỉ có mấy con ra công mà thôi.

Từ mấy con chưa biết viết sách đạo đức, mấy con viết cái bài đạo đức nhân bản nhân quả thì mấy con viết với cái bài luận, sao là đạo đức mấy con nói suông chơi thôi. Còn ở đây nó trở thành cái giáo trình để mà học đạo đức, cho nên nó bài bản hẳn hoi. Ngày hôm nay phải học đạo đức gì, ngày mai phải học đạo đức gì hay tuần sau phải học cái gì? Đâu là nó ra đó. Đây không phải là những cái bài học đạo đức, những cái giáo trình sao? Mà Thầy muốn mấy con là những người soạn thảo những cái giáo trình đó, khả năng mấy con thừa chỉ có hướng dẫn cho mấy con là mấy con làm được, không có gì khó. **Các con có muốn con người sống có đạo đức không, các con có muốn mình sống có đạo đức không, nếu các con muốn thì các con sẽ làm được có gì đâu. Cho nên cái hành động mà làm chủ sự sống chết của chúng ta vẫn là hành động đạo đức chứ.**

Bây giờ Thầy muốn chết vì Thầy thấy cái

thân Thầy nằm đây nó thừa, vô ích, nó hao tổn, nó tốn công người phải chăm sóc Thầy cho nên Thầy ra đi một cách tự tại, không phải là Thầy đạo đức sao, các con thấy cái hành động đó là đạo đức không làm khổ mình, khổ người. Còn nằm đây mà người ta phải chăm sóc mình, phải chăm sóc, rồi uống thuốc, rồi cho ăn, cho uống, rồi phải làm vệ sinh cho cái người nằm tại chỗ này, thì như vậy là khổ không? Khổ cái người bệnh mà khổ cả cánh người chăm sóc. Còn Thầy ra đi hết khổ không, hết, Thầy không khổ mà người khác không khổ, hành động làm chủ sự sống chết của Thầy lúc bấy giờ có phải hành động đạo đức không, các con thấy rõ mà. Còn bây giờ mấy con không khả năng như vậy mấy con có làm được không? Vậy thì mấy con có sống đạo đức không làm khổ mình, khổ người chưa, hay là chịu cho người ta nuôi tới ngày giờ mình chết, mình mòn mỏi, mình không sống được.

Cho nên những cái điều lợi ích như vậy mà tại sao không tu tập, mà chỉ có 5 tháng, chứ phải lâu đâu, chứ phải kiếp này qua kiếp khác sao. Ở đây chỉ có 5 tháng, mà như vậy là trong 5 tháng chúng ta vẫn làm được chứ đâu phải là không. Đức Phật đã nói mà.

Bảy ngày, bảy tháng, bảy năm. Nếu người nào giỏi chúng ta áp dụng vào Tứ niệm xứ trong 7 ngày. Như ông Châu Lợi Bàn Đạc, ông dốt nát, ông học hoài không thuộc. Thế mà Đức Phật dạy ông trong một tuần lễ ông ngồi ông quét tâm là ông chứng Đạo, mấy con thấy cái thời gian đâu phải là dài. Còn tại sao chúng ta là con người, chúng ta làm không được, chúng ta lại thông minh nữa, lại hiểu biết nữa, lại nhớ dai nữa, đâu có thua gì ông Châu Lợi Bàn Đạc, thế mà chúng ta làm không được.

Đó là chúng ta tự ti mặc cảm mình làm không được chứ không phải mình làm không được. Thầy hỏi như thế này này, bây giờ đây là một cái tờ giấy như thế này, mấy con quăng ra được không, bỏ ra được không, bỏ ra được. Các con biết đó là ác pháp, sân là ác pháp, tham là ác pháp các con bỏ ra được không? Tại vì các con còn cố chấp, bỏ ra được thì bây giờ ăn ngày một bữa, bây giờ đói có ăn không; bây giờ bỏ ra được, đau mặc kệ nó nó có cái gì đâu nó là pháp vô thường mà có gì đâu mà quan trọng đâu mà mấy con lại cố chấp, mà rên la.

Đó, thì mấy con thấy Thầy nói, bởi vì như một cái tờ giấy này, Thầy biết cái thân này nó như là một cái món bỏ, cái thọ này là vô thường, cái thân này là vô thường không có gì là của ta cả, ném bỏ nó đi mà ném bỏ thì mấy con còn sợ nó nữa không?. Mặc nó làm gì mặc nó chứ, chúng ta có pháp chứ đâu phải chúng ta không pháp. Cho nên mấy con quyết tâm, mấy con đừng có lừng chừng, bỏ sợ uổng sao? Mấy con có giữ gìn được nó không? Mấy con còn tiếc những gì nữa mà mấy con không bỏ, lâu dài, cung điện mà đức Phật còn bỏ đi. Vợ đẹp, con xinh còn bỏ được, cả thân mạng Đức Phật còn bỏ được, sống khổ hạnh mấy con có thấy. Người ta bỏ cả cái thân người ta không quan trọng, còn mình hở một chút là rên, hở một chút là la. Các con hở một chút là đau chỗ này, hở một chút là đau chỗ kia, ăn uống khi thời ; rồi hở một chút là không phòng hộ mắt tai mũi miệng, nói chuyện nói giảng làm chi vậy. Có ích lợi gì đâu mấy con, càng đem lại những sự đau khổ cho mình, cho người khác có gì đâu. Cho nên bỏ xuống hết đi. Chúng ta hãy cứu chúng ta trên đời này chẳng có gì cả, có người lại đại đột, đem cái chuyện của người khác mà nói người ta

sai làm gì, ở đây chúng ta không nói người ta sai; có người lại lo lắng.

Bây giờ thí dụ như Thanh Trí lo lắng làm báo sinh, báo này, báo kia làm gì, ở đây chúng ta mang một cái nỗi khổ là cái nghiệp chúng ta này, dẹp sạch đi mà lo cứu mình đi. Làm báo sinh để làm gì đây? Khoe Thầy à, Thầy có ham danh không mấy con. Thì không ham chứ gì đâu, Thầy không muốn ai ca ngợi Thầy đâu, Mà Thầy muốn mấy con là những nhà đạo đức, thại Thầy trong các thời. Các con thấy tuổi Thầy tám mươi rồi, bằng Phật rồi chứ gì? Thầy còn xa nữa không? Phật như vậy cũng vừa đủ, và Thầy còn gì nữa mấy con, mấy con muốn Thầy sống hai trăm năm phải không, để làm gì mấy con, để khổ chứ làm gì?

Ăn ngày một bữa, ăn ba cái đồ bất tịnh này để nuốt vào làm gì mấy con? Mỗi lần uống như sữa mấy con có thấy con bò khi mà nó bị nặn sữa, khi thả ra nó bị quy xuống không, Thầy nghe nói đau xót vô cùng. Còn gì nữa mà chúng ta ham ăn, ham uống mấy con, nỗi ăn uống của chúng ta là nỗi đau khổ của muôn loài. Cái cây cỏ cây rau kia chúng ta ngắt đầu vô chúng ta ăn sung sướng lắm

sao? Các con hạnh phúc lắm sao mà ngồi đây không chịu tu, các con thấy chưa?

Những Lời Thầy nói là những lời tâm huyết của Thầy nói ra cho mấy con thấy. Còn ham sướng gì trong cuộc đời này khi chúng ta sống lại có bao nhiêu người chết, bao nhiêu vật phải hi sinh cho chúng ta. Vậy mà chỉ có 5 tháng tu tập để làm chủ được sự sống chết này mà không làm. Còn tiếc những gì?

Thầy nói cái thân của mấy con như cái tờ giấy này, cái bệnh thân của mấy con như cái tờ giấy này, ném nó vậy, bỏ có được không? Còn dính mắc nó làm gì, đau mặc nó, nó là vô thường, nó đâu phải của mình, của nhân quả mà. Các con hiểu chưa? Học nhân quả rồi, học vô thường rồi, mà còn giữ nó để làm gì? Mấy con nói vô thường chứ tâm mấy con chưa vô thường đâu. Nó còn chất chứa thường ở trong đó đó. Cho nên hờ một chút thì than thở, hờ một chút thì khổ đau. Cho nên mọi vật đều có gì của chúng ta nữa đâu, cho nên nghe lời Thầy đi mấy con nghe lời Thầy, cố gắng tiến lên. Ngày hôm nay còn một chút hơi thở chứ còn ngày mai sẽ không kịp rồi, không kịp, Thầy mặc dù

biết pháp dạy mấy con, mấy con biết pháp nhưng mà mấy con không kịp cứu mấy con là mấy con phải chịu lấy sự tội lỗi của mấy con mà mấy con phải chịu lấy.

Đến đây Thầy xin chấm dứt, mấy con về nghỉ.

Thầy chào mấy con.

