

GIÁO ÁN
ĐƯỜNG LỐI
TU TẬP ĐẠO PHẬT
Tập 2

Trưởng Lão THÍCH THÔNG LẠC

**GIÁO ÁN
ĐƯỜNG LỐI
TU TẬP ĐẠO PHẬT**



Tập 2

(LƯU HÀNH NỘI BỘ)

**ĐÂY LÀ SÁCH HỌC ĐẠO ĐỨC
CHỈ KÍNH TẶNG - KHÔNG ĐƯỢC BÁN**

MỤC LỤC

Băng Số 12:	7
Trau Dồi Tứ Vô Lượng Tâm (Tiếp Theo)	
Băng Số 13:	59
Xả Tâm Vô Lượng	
Băng Số 14:	92
Tứ Chánh Cần	
Băng Số 15+16:	214
Định Chánh Niệm Tỉnh Giác + Định Vô Lậu + Kết Lộ Trình Thứ Nhất	
Phụ Lục 1:	264
Bốn Chân Lý Vi Diệu	
Phụ Lục 2:	289
Món Ăn Giải Thoát	

Phụ Lục 3:	311
Những Câu Tác Ý Nhắc Tâm	
Băng Số 16-17:	325
Tỳ Kheo Giới	
Băng Số 18:	411
Trau Dồi Giới Đức	
Băng Số 19:	487
Câu Chuyện Các Bậc Thánh Tăng, Thánh Ni Giới Hạnh Và Giới Đức	



BẢNG SỐ 12:

TRAU DÒI TỬ VÔ LƯỢNG TÂM (TIẾP THEO)

Đến đây Thầy xin chấm dứt. Và chúng ta bây giờ Thầy tiếp tục cái bài học, mình đã học **xả tâm vô lượng**. Mà thầy đã giải thích xả là gì rồi. Bây giờ nó đã tới cái chỗ mà mình đã xả, kế tiếp đó quý vị phải tiếp tục xả bỏ sáu cái pháp dục lạc của thế gian. Đó là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.

Vậy sắc là gì? Sắc là mọi hình ảnh của các pháp có sức cảm dỗ và lôi cuốn tâm ta làm cho ta ưa thích, gợi lên khả ái, khả lạc, khả hỷ. Đó là cái sắc. Bởi vì khi mà xả cái tâm vô lượng này, ở chỗ sắc thì chúng ta phải thấy cái đối tượng của nó với cái tâm của chúng ta là gì. Bởi vì cái tâm vô lượng thì phải xả cái hình ảnh sắc trước. Mà xả cái hình ảnh sắc trước, thì đó là cái đối tâm của chúng ta để gợi lên cái sự thích thú, cái sự khả ái khả lạc khả hỷ. Chúng ta thích nó mà chúng ta mới chạy theo nó. Cho nên muốn xả cái tâm vô lượng này thì phải xả như thế nào để chúng ta thấy cái ái đó, cái lạc đó, cái hỷ nó đó đúng hay là không đúng. Đó là

cách thức chúng ta phải biết so sánh để mà chúng ta biết nó để mà chúng ta xả. Còn nếu không biết thì chúng ta lấy gì mà chúng ta xả?

Thinh - bởi vì ở đây nó có sáu cái đối tượng để mà chúng ta, sáu cái đối tượng tức là sáu cái pháp lạc của thế gian nó làm cho chúng ta bị say mê ham thích. Cho nên chúng ta phải biết cho rõ sáu cái mặt của pháp này là cái gì. Như hồi nãy thầy nói sắc là những hình ảnh, sắc tướng của các pháp nó có sức cảm dỗ và lôi cuốn chúng ta. Bây giờ tới thính - *thính là gì?* Thính là âm thanh của các pháp có sức cảm dỗ và lôi cuốn tâm ta, làm cho ta dễ chịu, ưa thích, gọi lên khả ái, khả lạc, khả hỷ khiến ta thích thú say mê. Đó, thì đó là cái âm thanh.

Hương - hương là gì? Hương là mùi thơm của các pháp có sức cảm dỗ và lôi cuốn tâm ta, làm cho ta dễ chịu, ưa thích, gọi lên những khả ái, khả lạc, khả hỷ khiến ta thích thú, say mê.

Vị - vị là gì? Vị là mùi vị ngon ngọt cay đắng, chua mặn của các pháp có sức cảm dỗ và lôi cuốn tâm ta, làm cho ta dễ chịu, ưa thích, gọi lên những khả ái, khả lạc, khả hỷ khiến ta thích thú, say mê, khó quên.

Xúc - xúc là gì? Xúc là sự va chạm vào các pháp sanh ra cảm thọ êm ấm, nóng,

mát, lạnh, đau nhức, nhẹ nhàng, khinh an, hỷ lạc, lâng lâng, say say, cảm giác khoái lạc, cảm giác sung sướng, cảm giác mừng vui, cảm giác buồn khổ... Ở đây vì cái xúc, chúng ta nói đến xúc thì gồm, nó có ba cái cảm giác rất là rõ ràng và cụ thể. Ba cái cảm giác đó thì:

- Thứ nhất Phật gọi là thọ lạc,
- Thứ hai Phật gọi là thọ khổ,
- Thứ ba Phật gọi thọ bất lạc bất khổ.

Đó là, những cái cảm giác đó thì Phật chia làm ba cái phần để chúng ta nhận xét ba cái thọ đó, để chúng ta biết rằng dù chúng ta rơi vào cái thọ lạc thì chúng ta cũng đừng có thích thú. Mà rơi vào cái thọ khổ thì chúng ta cũng đừng có sợ hãi. Mà rơi vào cái thọ bất lạc bất khổ thì cũng đừng cho đó là thanh tịnh hoặc là thiên định. Thì điều đó là cái điều sai hết. Vì còn cảm thọ mà biết nó thọ bất lạc, bất khổ thì đó cũng là một cái trạng thái sai trong cái sự tu hành của chúng ta. Đừng cho đó là Niết bàn, cũng đừng cho đó là một cái gì cả hết, vì đó là thọ bất lạc bất khổ. Hầu hết là số người tu hành mà thiên định mà rơi vào trạng thái này tưởng là mình đã nhập định. Cho nên đó là cái sai phải nhận xét. Vì nói đến xúc - nói đến xúc là sự va chạm mới sinh ra thọ. Mà sanh ra thọ thì chúng ta phải xét qua ba cái trạng thái thọ

để mà chúng ta biết cái đúng cái sai. Trên con đường đi, con đường tu tập chúng ta gặp rất nhiều những cái cảm thọ này. Nghĩa là ba cái cảm thọ này chúng ta luôn luôn gặp rất nhiều. Vì vậy mà ở đây phải giảng chỗ này để chúng ta thấy rõ mà chúng ta tránh nó. Vì con đường nhập định của Phật nó không lọt vào ba cái cảm thọ này. Mà còn có ba cảm thọ này thì con đường đó gọi là tà thiên, tà định chứ không phải là chánh định, chánh thánh định của Phật.

Pháp ở đây chỉ cho tất cả những sự hiểu biết từ kim cổ đến triết học, văn học, sử học, địa lý học, thiên văn học, toán học, các bộ kinh sách của các tôn giáo trên thế gian đều gọi là pháp. Tất cả các pháp đó Phật dạy đó là kiến chấp của thế gian. Nó có sức cám dỗ và lôi cuốn tâm ta làm cho ta ưa thích xem đó là chánh pháp, đúng pháp, ôm chặt khư khư không muốn rời bỏ. Cho đó là khuôn ngọc thước vàng, là mẫu mực cho đời sống thường nhân. Hoặc tu hành các pháp này có sức lôi cuốn tâm ta khiến ta ưa thích, gọi lên sự hiểu biết này, hiểu biết khác, khả ái, khả hỷ, khả lạc, khiến cho ta dính mắc không buông xả được. Vì thế mới có tranh luận hơn thua. Đó, nó trở thành, vì cái chỗ mà nó gọi cho chúng ta những cái hay cái dở trong đầu chúng ta, cho nó là đúng, cho nó là này kia thì đó là trở thành kiến chấp của

chúng ta. Cho nên khó mà có thể bút rời ra được.

Vì vậy mà một người học nhiều, biết nhiều, hiểu nhiều về kinh sách nhiều thì những người đó là những người bị Sở tri chướng. Và những người đó là những người bị kiến chấp. Một khi bị một kiến chấp rồi mà buông ra là một điều rất khó, chớ không phải dễ. Cho nên khi họ bị kiến chấp rồi mà họ sống lại cái đời sống của phạm hạnh, giới luật thì họ sống không được. Họ cho đó là bị mất tự tại, không còn vô ngại nữa, bị giới luật trói buộc người đó là chấp giới. Chớ họ không thấy rằng cái giới luật của Phật là một ông thầy để dẫn đường cho người đó rèn luyện thân tâm của họ đến cái chỗ giải thoát y như giới luật. Mới đầu người mới tu thì xem như bị ràng buộc, bị trói buộc cho nên họ thấy rằng không có vô ngại được, không có tự tại. Là như vậy là không có giải thoát. Vì cái kiến chấp, vì cái nông cạn mà họ không thấy xa của giới luật nó sẽ giải thoát như thế nào. Vì họ chưa từng sống trong giới luật cho nên họ chưa biết sự giải thoát của giới luật. Vì vậy mà cái kiến chấp đó làm cho họ mê mờ, họ tưởng rằng sống trong giới luật là khổ sở, không có tự tại, không có giải thoát, còn sống rời khỏi giới luật là có tự tại, có giải thoát rõ ràng cụ thể nhưng cuối cùng họ chết chìm ở trong ngũ dục lạc mà họ không

hay biết.

Bây giờ quý thầy đã hiểu rõ toàn bộ các pháp ở thế gian là pháp cám dỗ, thu hút lôi cuốn tâm con người đi đến chỗ làm ác, tạo bao cảnh khổ đau cho nhau. Thì các thầy thấy rất rõ là sáu cái pháp ở trên thế gian này. Nó có sức thu hút và lôi cuốn mọi con người, dù con người đó là con người phàm phu vẫn bị lôi cuốn, cho đến những bậc tu hành có hàng giáo phẩm cao siêu nhưng họ vẫn bị lôi cuốn. Mà họ không hay biết, họ tưởng rằng mình tự tại vô ngại. Nhưng cuối cùng họ vẫn bị lôi cuốn ở trong đó mà họ không hay biết. Đó là họ làm cho họ vô minh mê mờ mà họ không thấy. Cái sức lôi cuốn nó làm cho họ nghĩ luận ra là mình không bị lôi cuốn nhưng chính họ đã bị lôi cuốn. Vì cái đời sống của họ, chúng ta đã nhìn thấy rõ ràng là họ đang sống ở trên đó. Nhưng họ nói họ không bị, tức là họ đã bị. Còn đời sống chúng ta trắng bạch như vỏ ốc thì làm sao mà chúng ta bị được? Trái lại đời sống của họ không trắng bạch như vỏ ốc mà họ nói tâm họ trắng bạch như vỏ ốc thì không thể làm sao mà người ta tin được vì lời nói không đi đôi với cách sống của họ. Cho nên chúng ta xét người thì biết được người đó có thực hiện giải thoát hay không. Chớ không phải nghe mà chạy theo họ để rồi tin ở miệng họ. Bởi vậy đạo Phật

xét người qua cái đức độ, qua cái giới hạnh. Chứ không thể xét người qua những cái bên ngoài của họ được.

Muốn trau dồi tâm ta, tâm xả vô lượng các pháp thế gian. Ta nên lựa một chỗ thanh vắng tịch mịch như rừng, gốc cây, khe núi, hang đá, bãi tha ma, lùm cây, bóng mát, dưới tàng cây, ngoài trời hoặc trong chòi lá, sau khi ăn uống xong đợi cơm, thực phẩm tiêu hóa khoảng hai giờ. Ta hãy ngồi kiết già lưng thẳng tại chỗ nói trên và an trú đặt niệm trước mặt. Bây giờ ta đặt niệm gì đây? Đầu tiên chúng ta đối với hình ảnh của các pháp, cho nên chúng ta đặt niệm sắc dục. Nghĩa là đầu thì chúng ta thấy sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Sáu cái đối tượng mà nó cám dỗ chúng ta, thì cái sắc là cái đầu tiên. Vậy thì cái sắc là cái đầu tiên để mà chúng ta tu tập thì chúng ta phải đặt nó ở trước mặt của chúng ta. Khi mà chúng ta đã ngồi thẳng lưng kiết già nơi yên tịnh, chúng ta đặt cái niệm đó trước mặt. Là một niệm trong năm niệm dục lạc của thế gian. Bây giờ thầy dạy quý thầy xả tâm vô lượng sắc dục thế gian phải đặt niệm như thế nào để xả ly cho được. Đó là cách thức mà hành pháp. Hồi nãy ở trên thì Thầy nói về sắc. Đó là lý pháp chớ không phải hành pháp. Còn đến đây khi mà tạo được cái điều kiện như là chúng ta tìm cái chỗ thanh vắng, yên

tịch, tịch tịch; bắt đầu ăn cơm xong rồi mới ngồi thẳng lưng. Chớ không phải là muốn ngồi lúc nào thì ngồi, hay hoặc là đặt niệm lúc nào cũng được. Mà phải tìm một cái nơi thanh vắng, yên tĩnh, bởi vì người tu mà chú đầu có phải là người lãng xăng ở thế tục đâu. Cho nên chúng ta phải coi như là cái niệm sắc dục ở trước mặt chúng ta rất là quan trọng. Để chúng ta đập vỡ và phá nó chứ còn chúng ta coi thường nó, thì nó lôi cuốn chúng ta hồng hay đầu. Cho nên chúng ta phải xem cái hành động tu tập của chúng ta rất là quan trọng. Mỗi một ý niệm của chúng ta trong bây giờ là một nhát búa mà đập vào sắc dục. Chứ không phải cái ý niệm chúng ta, cái niệm của chúng ta bây giờ coi nó là thường thì quý thầy sẽ không đập nổi sắc dục đâu. Nó rất khó. Cho nên ở đây mỗi mỗi chúng ta phải có sự rèn luyện và trau dồi mình cho đầy đủ. Chớ còn nếu không luyện tập trau dồi thì rất là khó. Mà Phật đã dạy chúng ta có một cái phương pháp rất là tuyệt diệu. Đó là pháp hướng Như lý tác ý. Vậy thì chúng ta đặt cái niệm đó rồi, niệm sắc dục rồi chúng ta phải theo cái pháp hướng mà như cái lý của nó mà tác ra, tác ý ra.

Vậy thì tác ý như thế nào?

Sắc dục là con đường sanh tử của muôn loài, con đường đầy đau khổ triền miên bất tận kiếp này sang kiếp khác.

Ta phải xả bỏ, từ khước thoát ly ra khỏi, từ giả không nên để tâm ta dính mắc nó nữa.

Đó là một cái câu mà đây là trạch pháp cái câu này ra để trở thành một cái pháp hướng như cái lý đó mà tác ý ra. Hàng ngày chúng ta ngồi lại những nơi thanh vắng đó: dưới lùm cây, trong khe suối, nơi yên tĩnh trong một cái chồi lá, rồi chúng ta đặt niệm đó. Rồi chúng ta lấy cái niệm đó mà chúng ta nhắc, rồi nhắc đi nhắc lại. Rồi ngồi yên tĩnh một hơi, rồi chúng ta lại tiếp tục nhắc nữa. Và cứ như thế chúng ta nhắc mãi cho đến khi mà chúng ta xả thiền đi kinh hành mà thôi. Nghĩa là chúng ta thấy mình ngồi có hơi đau chân hay tê chân là ngay đó quý thầy hãy đứng dậy đi kinh hành. Còn chưa đau chân tê chân thì quý thầy ngồi tiếp tục mà hướng tâm nhắc nữa. Nhắc cho nó thấu cái lý, nhắc cho nó thấm như cái lý chân thật của sắc dục thì chúng ta mới đoạn trừ nó được. Chớ không phải nhắc sơ sơ một hai lần rồi lười biếng rồi bỏ qua. Thì quý thầy tu như vậy Thầy mệt mỗi quá. Không có một việc làm nào mà ngay liền tức khắc mà thành tựu được, mà phải có sự bền chí rèn luyện lâu dài. Không có một công trình nào mà có một ngày mà thành công được mà phải có một thời gian dài mới thành công được. Pháp thì hay mà người có bền chí tu

tập hay không? Điều đó là do ở chỗ quý thầy tự thấp đức lên mà đi. Tự quý thầy phải nỗ lực, phải siêng năng, phải tu tập. Còn quý thầy không nỗ lực, không siêng năng thì Thầy cũng không thể nào thấp đức lên cho quý thầy đi mà được. Chứ thấp đức lên ở đây có nghĩa là phải siêng năng, phải nỗ lực. Đức này tất thì phải nối đức khác mà đi cho hết quãng đường đen tối trong rừng âm u. Đây là câu trạch pháp để quý thầy dùng nó mà hướng tâm xả bỏ. Hằng ngày quý thầy phải siêng năng tu tập, trau dồi. Câu này để đoạn dứt tâm ái dục.

Đó thì quý thầy phải nghe lời Thầy mà cố gắng. Chỉ có quý thầy mới cứu quý thầy mà thôi. Chỉ có hành động tu quý thầy mới cứu quý thầy thôi. Pháp hành thì quá rõ ràng mà quý thầy không có hành thì làm sao đi tới được? Hoặc là quý thầy hành chơi để cho qua, ngòi đó lấy lệ. Nhắc một câu hai câu rồi không nghiêm chỉnh. Để tâm thả hồn phiêu diêu nơi cực lạc hoặc là để tâm theo hơi thở để mà thọ hưởng hỷ lạc. Thì điều này chắc chắn là không bao giờ tới nơi tới chốn. Khi tu một cái pháp định nào thì phải là cái pháp đó phải thật sự chuyên cần, trau dồi bằng một cái ý thức cụ thể, rõ ràng, tỉnh táo. Chớ không phải đi tìm hỷ lạc, khinh an của pháp này chuyển qua pháp khác. Ngồi một hơi nghe hơi thở nhịp an ổn, thả hồn theo sự

an ổn đó mà quên đi những câu hướng tâm này. Thì ngàn đời sắc dục không bao giờ lia được.

Đó là những lời Thầy nhắc nhở, quý thầy hãy cố gắng mà ghi trong lòng, đừng quên khi không có mặt Thầy ở gần. Có Thầy, Thầy nhắc đi nhắc lại, mà không Thầy thì tự tâm mình nhắc mình. Tự tâm mình phải rèn luyện cho mình thì mình mới cứu lấy mình. Khi có Thầy còn có như ông cha săn sóc, không có Thầy thì quý thầy thấy như mình bơ vơ. Phải tự cứu lấy mình, phải gan dạ, phải làm lì, phải nỗ lực, phải siêng năng đừng lười biếng. Nếu quý thầy dùng câu trạch pháp này chưa xả được thì quý thầy tiếp tục hướng tâm Như lý tác ý một câu khác nữa. Đây thầy cho thêm một cái câu khác nữa để quý thầy thấy cái câu này nó không phù hợp với đặc tướng của mình, mình nhắc hoài mà sao chưa thấy nó có hiệu quả. Do đó Thầy cũng sợ quý thầy không đủ cái sức của mình để triển khai trạch pháp những cái pháp để trở thành những câu hướng tâm, như một cái lý tác ý cho đúng. Cho nên kể đó để đối trị với cái sắc dục thì quý thầy phải nhắc cái câu này:

Sắc dục là bất tịnh, là uế trước, nhất nhao, hôi thúi, tanh hôi khó chịu, bản thủ vô cùng, tạo muôn ngàn thứ bệnh tật tai ương và truyền nói nhau

nhân quả luân hồi kiếp này đến kiếp khác không bao giờ thôi dứt. Một người để lại muôn người khổ. Khổ khổ nói mãi truyền nhau vô cùng vô tận. Ta phải quyết tâm xả bỏ, xa lìa, viễn ly vĩnh viễn, chẳng dám bén mảng. Xem nó như rắn độc, ung nhọt, nguy hiểm, tai nạn, tai họa to lớn, chỗ ác độc, chỗ bệnh truyền nhiễm nan y không thuốc chữa được.

Đó là một cái câu để mà chúng ta nhớ thuộc lâu. Khi mà chúng ta ngồi đặt lưng là chúng ta nhắc toàn bộ câu này ra, rồi chúng ta ngồi đó để lặng tâm. Khi nhắc xong rồi chúng ta ngồi đó lặng tâm giữ tâm thanh thản. Cho đến một lúc nữa chúng ta lại nhắc nữa và cứ như vậy những nhát búa đó mà chúng ta đập vào tâm sắc dục chúng ta. Lần lượt chúng ta sẽ thấm thuần, trau dồi được cái tâm xả, cái sắc dục của chúng ta. Chúng ta xả sạch, xả bỏ không còn có một dính mắc nào. Thấy cái sắc dục là chúng ta đã hoảng sợ không còn có ham thích nữa. Có như vậy thì quý thầy mới chấm dứt được cái tâm sắc dục. Còn không có mà tu tập như vậy thì nó chỉ ẩn núp ở trong tâm quý vị. Rồi quý vị vẫn len lét mà len mà nhìn, mà ngó chứ chưa phải là quý vị thôi đâu. Còn ở đây khi quý vị tu tập xong rồi thì quý vị không còn có cái ham thích nữa. Từ đó quý vị đã từ giã hẳn hoi cho nên quý vị nhìn cái giới mà

khác giới của quý vị, quý vị thấy hoàn toàn là bản thủ và dơ bản và độc ác và khổ đau. Chớ không còn có cái hạnh phúc, có cái cảm giác thích thú nữa.

Đó, tóm lại là phải siêng năng, phải tập luyện. Thầy đã trao tất cả những kinh nghiệm để mà quý thầy biết để mà tu hành. Dùng thực nó chớ không phải là sai được. Những cái pháp như vậy mà nó có cái chuyện của Phật, trong kinh điển của Phật dạy Tứ niệm xứ, Ngài cũng bảo trên thân quán thân nhưng những cái pháp dạy trong đó chung chung. Cho nên người mà đọc lại những cái bài kinh này làm cho người ta không biết đâu mà quán. Người ta chỉ quán chung chung bằng cách này bằng cách khác mà thôi. Phật dạy trên thân quán thân, rồi bất tịnh, rồi quán thân để khắc phục tham ưu của mình. Không biết lúc nào mà khắc phục tham ưu, lúc nào mà quán thân bất tịnh. Bởi vì ở đây chúng ta xả cái tâm, cái tâm sắc dục, cái tâm ái. Cho nên chúng ta phải xả nó. Mà phải xả bằng cách nào? Vì vậy mà chúng ta đặt niệm trước mặt. Tức là trên thân của chúng ta quán cái thân. Quán thân mình, quán pháp cho nên do đó mà chúng ta xả. Thì như vậy là chúng ta đi đứng vào cái pháp môn để mà chúng ta thực hiện trong cái hành pháp cho nó đúng.

Còn nói chung chung như trên Tứ niệm

xứ - trên thân quán thân như thế này thế khác là nói chung chung chứ chưa phải là đúng nó. Sau khi dạy Tứ niệm xứ Thầy sẽ phân tích tu cái nào ở trên hành tướng nào. Trên thân quán thân mà tu cái hành tướng nào, tu cái nhân tướng nào, tu cái đặc tướng nào. Mà xả ly được cái gì, làm cái việc gì đó **là tất cả những cái mà cái câu mà trạch pháp ra nó trở thành một cái niệm. Cái niệm đó để nó phá vỡ đi những cái tâm trạng nào của chúng ta.** Phá vỡ đi những cái pháp nào mà chúng ta bị dính mắc.

Đó như vậy, nó phải rõ ràng và cụ thể. Còn nếu mà chung chung như trong kinh sách Phật hiện giờ thì con người đọc kinh sách Phật không biết hành pháp là ở chỗ nào. Rồi lúc tu vậy lúc tu khác, kết quả không đem đến cụ thể cho quý vị, làm cho quý vị càng tu lại càng chán nản cho nên mới đi lạc lăm vào tất cả các pháp khác của ngoại đạo, cứ ngỡ tưởng đó là Phật pháp mà thôi.

Tóm lại muốn xả tâm vô lượng sắc dục thế gian ta hãy siêng năng tu tập trau dồi tâm xả của ta. Hằng ngày không được biếng trễ thì mới xả ly được. Tinh tấn chớ có phóng dật theo nó. Nghĩa là luôn luôn lúc nào chúng ta cũng phải tinh tấn. Nghĩa là chúng ta phải ngăn chặn, đừng có thấy nữ sắc mà chúng ta phóng theo, cái tâm chúng ta nhìn

theo nó. Lúc bấy giờ mà đang tu thì quý vị phải cắt ly không được nhìn thấy nữ sắc. Đó là một cái điều tiên quyết quan trọng. Lúc bấy giờ cái người mà đang tu những cái pháp mà xả về cái ái dục này thì tức là đừng có nhìn cái sắc dục của người nữ, đừng có nhìn cái tướng tá của người nữ, đừng có nhìn cái làn da, cái môi của người nữ. Cho nên Phật dạy: *Ta không thấy một pháp nào mà có thể lôi cuốn người nam bằng cái nụ cười, bằng cái sắc của người nữ, bằng cái miệng của người nữ, bằng cái mắt của người nữ, bằng cái da của người nữ, bằng cái hương thơm của người nữ.*

Đó thì các thầy thấy ông Phật ổng xác định như vậy cho nên khi mà chúng ta quyết tâm xả cái tâm này thì chớ có phóng dật theo nó. Nghĩa là đừng có phóng tâm theo nó, đừng có chạy theo nó nữa mà hãy quay trở vào trong mà cố gắng tập luyện trong thời gian một tháng hai tháng thì quý thầy sẽ thấy cái sự tu tập của quý thầy sẽ xa lìa từ bỏ nó rất là tuyệt diệu. Còn nếu quý thầy vừa tu bữa nay, ngồi tu đây quán như vậy, đem cái câu hướng tâm vậy mà ra kia thì tiếp duyên nói chuyện với mấy bà thì thôi thôi một ngàn đời Thầy nói quý thầy cũng không làm được gì hết. Tu như vậy uổng công lắm, thôi đi về cưới vợ đi mà sống. Ngồi tu thì có hình thức, mà ra thì tiếp chuyện với mấy bà nói thôi

huyền thuyên không biết bao nhiêu mà kể. Thì cái chuyện đó là cái chuyện không thể tu được, phải tránh xa cái thứ rắn độc đó đi, cái thứ đó là cái thứ đem lại cuộc đời chúng ta đau khổ mà người tu sĩ của đạo Phật phải sợ. Sợ còn hơn là sợ cái gì nữa. Nó đem lại cho chúng ta biết bao nhiêu cái khổ đau mà chúng ta đâu có thấy. Tưởng là cái dục lạc đó nó có một chút xíu thôi mà nó đem muôn ngàn cái sự khổ.

2.4.2 Xả tâm tiền bạc, của báu

Bây giờ đến chúng ta xả cái kế nữa. Bởi vì xả ái dục rồi, xả sắc rồi thì bắt đầu bây giờ chúng ta xả đến tiền bạc của báu. Lợi mà, làm sao mà phải xả chứ còn không xả thì làm sao chúng ta đi tới cái chỗ giải thoát được, nó cám dỗ chúng ta cũng rất mạnh đây. Bây giờ Thầy dạy quý thầy xả tâm vô lượng của báu vàng bạc vật chất thế gian.

Tới cái giai đoạn này thì chúng ta phải biết rằng cái vật chất thế gian, tiền bạc coi vậy chứ khó xả lắm. Một cái bọc cao su nhỏ vậy thôi mà mình cũng chưa dám bỏ trong thùng rác nữa. Thấy nó còn lành lành nhét đó ít bữa để lấy đựng lại, thì thử hỏi cái gì mà dám xả. Muốn vô, đem vật chất vô thêm chớ còn chưa muốn xả đâu. Đó, những cái mà chúng ta phải hiểu biết ở đây là chúng ta xả tâm vô lượng thì phải xả các pháp vô lượng.

Mà xả cái đối tượng tiền bạc của chúng ta là một cái điều dục lạc. Năm cái dục lạc rất là khó xả. Vì vậy mà cái xả tâm này phải thấy được, bỏ nó đi, cho nó thực. Và đồng thời phải nhắc đi, nhắc lại nhiều lần mới có thể xả được. Chứ không phải nói ừ tui xả tui bỏ đâu. Nghe cái chuyện mà ông Bàn Uẩn đem của cải, vàng bạc đổ xuống sông, chúng ta nghe thì dễ lắm. Nhưng thử chúng ta đem đổ coi chúng ta có tiếc không? Chắc chắn là chưa dám đâu. Chưa có ai dám làm được điều đó đâu. Đem bố thí để cầu danh chứ còn làm chuyện đó thì đem đổ uống quá đâu có ai biết mình. Đó là những cái tâm mà chưa xả đó. Rồi chúng ta còn lý luận ông này ngu quá, có tiền bạc đem đổ không cho ai hết. Để cho người ta phải đỡ không. Chết là cái chỗ mà để cho người khác đỡ đã là cái ngu rồi. Đã mình vì tiền bạc của cải mình khổ suốt cái đời của mình rồi. Mình đem cho người ta làm cho người ta đắm mê nữa, là mình đem gieo thêm cái họa cho người ta chớ đâu phải sung sướng gì? Bởi vì ông Bàn Uẩn ông đã thấy được cái nhân quả. Cho nên nếu đem cái rắn độc này đến nhà người ta thì người ta lại đắm mê, người ta bị lôi cuốn ở trong cái đó nữa thì người ta lại khổ. Nhân quả của họ nghèo họ phải trả nhân quả họ, mà họ trả cho trong sạch thì họ mới vượt thoát ra cái nhân quả.

Muốn trau dồi tâm xả tiền bạc, của báu vật chất thế gian ta phải đặt niệm trước mặt. Dùng pháp hướng Như lý tác ý - đây là cái câu đây:

Tiền bạc của cái châu báu là những vật chất cám dỗ lôi cuốn rất mạnh làm cho tâm ta ham mê, say thích mà chạy theo tạo ra biết bao nhiêu điều tội ác.

Đó, mình nhắc nó như vậy đó. Nếu mà muốn có tiền bạc mình phải có làm những điều này điều kia chứ. Một ông nhà nông mà muốn có lúa gạo, có tiền bạc thì ông phải giết bao nhiêu con vật ở dưới ruộng lúa không, ông phải cày xới biết bao nhiêu côn trùng chết không. Đó thì chúng ta thấy, đó là cái nghề lương thiện chứ chưa phải là cái nghề cướp giết ai đó. Nhưng mà còn phải biết bao nhiêu chúng sanh phải chết. Còn tất cả những cái nghề khác nó còn giày xéo lên nhau, lên con người nhau để mà xâu xé từng đồng bạc. Giết nhau từng đồng bạc thì chúng ta thấy nó có tệ hại không? Nên lấy câu này trạch pháp mà nhắc đi nhắc lại trau dồi tâm ta cho thấm nhuần.

Bây giờ Thầy cho thêm một câu nữa để chúng ta có những cái câu, bởi vì chúng ta đã học xả thì chúng ta phải có những cái trạch pháp, những cái câu để chúng ta nhắc

cho nhiều, nhắc cho thấm nhuần, nhắc cho tận xương tủy của chúng ta. Từ đó chúng ta mới xa lìa nó được. Đây là một cái câu nữa:

Vì tiền bạc châu báu vật chất thế gian mà con người xâu xé lẫn nhau. Nhà nhà không yên ấm, nước nước mất thái bình. Ta phải từ bỏ tiền bạc của báu vật chất thế gian như bỏ đôi giày rách.

Như cái đôi giày mà mình hết mang được rồi mình quăng ra đồng rác. Xem nó là của báu, vật chất ở trong, vàng bạc của báu của mình quăng nó như là quăng đôi giày rách của mình ở đồng rác vậy đó. Thì đó là một câu để hướng tâm, để ám thị, để Như lý tác ý câu này ra để làm cho chúng ta thấy vàng bạc của báu là đôi giày rách, là con rắn độc. Thì như vậy chúng ta mới ném nó được, chứ không khéo chúng ta khó mà ném được. Phải lặp đi lặp lại, hướng tâm để ta xả cho được vô lượng tâm này.

Tiền bạc của cải, châu báu vật chất thế gian là tên chủ độc tài, sai bảo ta làm bất cứ một điều gì ta đều mờ ám vâng theo, làm những điều tội lỗi tà trời. Vậy ta phải từ già, xa lìa ông chủ này để được tự do, thoát kiếp nô lệ.

Đó là một câu nữa đó. Nghĩa là chúng ta phải nhìn thấy tiền bạc của báu là một người chủ độc tài, luôn luôn lúc nào nó sai chúng

ta. Hễ muốn cái gì là nó sai chúng ta làm theo cái nấy. Nghĩa là chúng ta bị nô lệ nó. Nó muốn uống rượu là nó sai chúng ta uống rượu, nó muốn hút thuốc là sai chúng ta hút thuốc à, nó muốn cái gì nó làm cái nấy hết à. Nó muốn làm những cái tội ác gì nó cũng sai chúng ta làm được. Nó muốn giết người, tiền bạc nó có rồi, nó muốn sai chúng ta giết người đó thì bắt đầu chúng ta cũng đem tiền bạc tung ra để giết người nữa. Nó làm những điều tội lỗi, rất là tội lỗi. Cho nên nó là một ông chủ độc tài, sai bảo ta cái gì, ta là tôi tớ rất trung thành của nó. Cho nên muốn thoát kiếp nô lệ thì chúng ta phải xa lìa ông chủ này. Chớ ở gần ông, ông cứ sai mình hoài. Cho nên ở đây phải cố gắng mà xa lìa nó đi, xa lìa như những bậc tu hành giải thoát, như những bậc Thánh hiền, Thánh tăng của thời đức Phật. Họ đã xa lìa nó đó cho nên họ không bị sai. Vì giới luật của Phật dạy người tu sĩ không cất giữ tiền bạc, cho nên họ xa lìa, làm sao sai họ được. Bây giờ tâm họ muốn cái gì cũng không được hết, bởi vì họ đâu có tiền, cho nên ông chủ tiền không sai họ được. Đó là họ đã xa lìa ông chủ. Vì vậy mà chúng ta thấy những gương mà xả danh, xả lợi, xả tiền tài thì những người đó là những bậc chơn tu.

Còn người cất giữ tiền bạc thế này thế khác, họ nói là họ chơn tu thì chắc chắn

là không phải chơn tu đâu. Chúng ta nhìn chúng ta phải xét được cái đúng, cái sai. Chúng ta biết được người đó đang nô lệ tiền bạc hay là không nô lệ tiền bạc. Bởi vì họ nô lệ tiền bạc cho nên tâm họ muốn cái chùa to thì cái tiền đó nó sẽ sai họ phải cắt cái chùa, cho nên họ bị nô lệ tiền chứ họ không phải làm chủ tiền. Họ nghĩ là họ làm chủ tiền, họ lấy tiền ra họ bỏ để người ta cắt cho họ cái chùa tốt nhưng không ngờ tiền sai họ. Bởi vì họ có tiền. Còn như một vị chơn tu không có tiền bạc thì lấy cái gì mà sai họ được? Cho nên họ xa lìa ông chủ họ. Vì vậy mà cái câu này các thầy phải nhớ kỹ để áp dụng vào cái pháp Như lý tác ý hàng ngày nhắc đi nhắc lại. Vì chúng ta là những người tu, sau này chúng ta có những cái danh, cái lợi nó lớn như vậy thì chúng ta nhớ rằng chúng ta không phải là một người tu sĩ nô lệ cho tiền bạc. Có như vậy quý vị mới thoát ra cái cảnh nô lệ của tiền bạc, của ông chủ độc tài này.

Bây giờ quý thầy đã hiểu, phải biết được mà sửa mình từ bây giờ, răn nhắc mình để cho mình xa lìa tiền bạc của báu, từ đó cái giới luật của quý thầy rất là nghiêm chỉnh. Hầu như quý thầy hiện giờ tu hành người nào cũng còn cắt giữ tiền bạc, cho nên bây giờ muốn cái gì thì chúng ta dù ít dù nhiều thì chúng ta cũng thực hiện qua sự sai bảo của ông chủ này. Còn trái lại như một người

không có gì hết lấy gì sai bảo được. Cho nên chúng ta là những người xa lìa ông chủ tiền bạc. Tiền bạc vật chất thế gian càng có nhiều tâm ta càng lo sợ. Quý thầy thấy không, có người nào mà giàu có mà họ không lo sợ trộm cướp đầu, họ lo sợ cả vua chúa, cả nhà nước, chính phủ nữa. Thấy mình đây tiền bạc nhiều quá đây, không biết mình làm cái gì đây, có gian có dối gì sao mà ông này không có thấy làm gì mà có tiền đây? Người ta đi tìm đi này kia. Do đó mình ăn không yên mà ngủ không yên, rất sợ hãi. Thì các con thấy, các thầy thấy cái đó là cái nguy hiểm nhất, cái đau khổ nhất.

Cho nên ngày xưa đức Phật nói với ông A-Nan nó là rắn độc đó, dạy cho ông A-Nan thấy đó là rắn độc. Nó sẽ cắn chúng ta chết ngày nào đó. Đó thì chúng ta thấy người mà có tiền bạc vật chất thế gian càng nhiều, nhà cửa đồ sộ vậy, cửa sắt cửa nẻo vậy chớ ngủ ở trong nhà rất nơm nớp. Nghe ở ngoài nghe cái cộp là ở trong quá hoảng sợ rồi. Mạng sống như chỉ mảnh treo chuông. Mình tiền bạc nhiều ăn cướp nó vô nó giết mình để lấy của chứ làm sao tha mình được. Tha mình đi tố cáo nó sao. Cho nên cái mạng sống của mình, tiền bạc nhiều mạng sống của mình như sợi chỉ mà treo chuông vậy. Không biết kẻ trộm cướp, người tham lam giết chúng ta trong giờ phút nào. Vì vậy ta phải từ già

chúng, xả ly chúng, chẳng còn một chút nào ở trong tâm ta thì ta mới có ngủ yên giấc.

Đó thì những cái lý đó, những câu đó các thầy phải nhớ để mà khắc ghi, để trở thành một cái pháp hướng, trở thành một câu ám thị để nhắc tâm mình, để mình từ già, xa lìa những thứ mà có thể giết người, giết mình trong chớp mắt. Lấy câu này dùng làm pháp hướng Như lý tác ý để ta vĩnh viễn xả ly tiền bạc vật chất thế gian, trau dồi tâm xả vô lượng. Nghĩa là chúng ta xả được như vậy đó là những của cải tài sản lớn đó, chứ không phải là. Cái mà xả của cải tài sản lớn này còn dễ đó, chứ cái mà xả của cải tài sản nhỏ còn khó, nó không phải dễ đâu. Ở đây lần lượt rồi Thầy dạy để quý thầy trau dồi cái tâm xả vô lượng này, để chúng ta xả từ cái lớn rồi cho đến cái nhỏ. Nãy giờ Thầy nói chuyện lớn không đó, xả cái lớn, rồi tới đây Thầy sẽ chỉ dạy cho xả cái nhỏ. Chúng ta còn phải thêm những câu pháp hướng thêm để chúng ta trau dồi tâm xả chúng ta cho nó thấm nhuần. Nó nhiều cái câu, để mà chúng ta thấy cái câu nào mà chúng ta tu tập nó có hiệu quả nhất thì chúng ta chọn lấy câu đó làm câu nhắc tâm chúng ta hằng ngày, còn câu nào chưa có hiệu quả, chưa hợp với tâm lý của mình thì những câu đó nó không hợp với đặc tướng của mình thì mình hãy bỏ những câu đó đi. Để chọn lấy một hai câu

trong những gợi ý của Thầy. Chớ Thầy biết được đặc tính của quý thầy là hợp với câu nào mà Thầy dạy? Chẳng hạn bây giờ mỗi người đến xin Thầy một câu thì Thầy xem qua đặc tướng của người này thế nào Thầy cho. Còn đây là bài giảng Thầy phải giảng chung chung cho quý thầy tự chọn lấy câu nào mà phù hợp với mình, mà mình thực tu có kết quả thì mình lấy câu đó làm cái câu nhắc tâm của mình.

Đây là một câu nữa:

Vàng bạc châu báu, của cải tài sản thế gian là rắn độc, là ung nhọt truyền nhiễm, bệnh tật nan y, không trị được. Nếu ta gần gũi có ngày sẽ bị rắn độc cắn, sẽ bị vi trùng truyền nhiễm bệnh độc. Ta hãy xa lánh nó đừng cất giữ, đừng tích trữ mà hãy cao bay xa chạy, tránh nó như bệnh cùi.

Đó là một cái câu để chúng ta hướng, mà nó hợp với mình thì mình hãy lấy nó làm sự nhắc nhở tâm mình, sự trau dồi tâm mình hằng ngày.

Tóm lại, quý thầy siêng năng tu tập trau dồi tâm xả vô lượng này đến khi thấm nhuần thì quý thầy mới viên ly được tiền bạc, châu báu, của cải vật chất thế gian. Tuy Thầy dạy như vậy nhưng rất khó, không phải buông xả dễ đâu, phải bền chí kiên nhẫn mà trau

dồi tâm xả này. Ai là người tinh tấn siêng năng thì chẳng bao lâu sẽ xả sạch, xả tâm vô lượng. Đó thì ở đây quý thầy thấy rằng người mà siêng năng tinh tấn, tin tưởng ở pháp này thì bắt đầu chúng ta xả được. Và xả được thì chúng ta hoàn toàn khi mà tu cái câu này thì bắt đầu chúng ta phải tìm một cái nơi nào mà có thể chúng ta đi xin ăn được, xin ăn của mọi người được, do đó chúng ta sẽ bỏ hết, không cất giữ tiền bạc, không gì hết, ai cho gì mình ăn nấy. Hoàn toàn sống nhờ vào sự bố thí của người khác chớ không còn nghĩ rằng mình phải mua cái này sắm cái kia. Đau thì chỉ biết xin thuốc mà có thuốc tốt thì uống mà thuốc xấu thì thôi, chết là do nhân quả chứ không phải ai muốn chết mà được. Cho nên chúng ta chẳng nề sợ. Vì chúng ta còn sợ mình không có tiền rồi đau bệnh, ai cho tiền, cho thuốc mình uống đây? Cho nên do cái sự lùng chùng đó mà chúng ta xả chưa hết. Mà xả chưa hết một cái chuyện nhỏ thì làm sao chuyện lớn nó không còn dính? Nếu mà xả chưa hết chuyện nhỏ này, đến khi có danh có lợi nó lại dính mắc lớn chứ không dính mắc nhỏ nữa. Nhưng chúng ta có cái lý luận để che đậy sự dính mắc đó bằng cách này, bằng cách khác chứ đâu phải là thiếu lý luận.

Đó thì chúng ta phải hiểu như vậy, vì vậy mà khi hiểu được Phật pháp rồi thì chúng

ta phải giữ gìn cái giới cát giữ tiền bạc. Từ ngày Thầy hiểu Phật pháp cho đến giờ tiền bạc ai cúng dường Thầy giao cho cô Út toàn bộ hoặc là giao những người cư sĩ họ làm gì thì làm Thầy chả biết. Đói Thầy xin cơm ăn. Quý thầy không có cơm ăn Thầy chỉ viết thư Thầy xin, Thầy gọi Thầy xin chớ còn Thầy chẳng biết gì đến tiền bạc. Cô Út sắm mua cái này kia để giúp cho quý thầy áo y hoặc cái này kia, hoặc là dầu thuốc, điều đó là cô Út chi, làm gì thì làm Thầy chả biết. Có báo thì Thầy cũng ừ hử mà không báo thì Thầy cũng ừ hử, Thầy cũng chả có biết quan trọng nó còn mất một đồng, một xu, một cắc nào hết. Thầy chả biết. Có thì cứ xài mà không có thì đến cho Thầy hay Thầy xin, có vậy thôi. Đó là con đường mà từ khi Thầy nhập thất đến khi Thầy ra thất, đi đâu thì cô Út cho tiền Thầy, Thầy đi về còn dư bao nhiêu Thầy trả lại. Có nhiều khi Mật Hạnh đến xin tiền Thầy đi bệnh viện, Thầy nói để Thầy xin cô Út, Thầy đâu có. Cứ như vậy thôi. Nhiều khi quý thầy không hiểu nói rằng Thầy cát giữ tiền mà xin Thầy, Thầy cho ít quá. Thầy làm sao cho ít, Thầy xin người khác, người khác cho Thầy được bao nhiêu Thầy cho lại bấy nhiêu thôi. Nhưng mà quý thầy có vẻ không bằng lòng, coi như là Thầy quá bòn xén. Bởi vì Thầy có cát giữ tiền bạc đâu, nhiều ít Thầy đâu có biết. Cho nên bây giờ thầy đó đau bệnh, Thầy xin cô hãy mua thuốc hay

hoặc là cho tiền thầy đó đi bệnh viện thì cô Út cho bao nhiêu thì Thầy đưa bấy nhiêu. Thầy không đòi hỏi thêm bớt. Bởi vì người ta cho mà, cái quyền của người ta, người ta cất người ta cho chứ Thầy đâu có quyền gì trong tiền bạc. Cho nên nhiều khi ý quý thầy muốn xin 500 mà cô Út đưa 300 thì quý thầy buồn quý thầy nói Thầy cho ít. Thầy thực sự Thầy đâu có cho ít, Thầy chỉ xin được bao nhiêu Thầy cho bấy nhiêu. Đó là những cái thực trạng ở trong cuộc sống Thầy đã bị dấn vặt trên vấn đề tiền bạc này rất nhiều vì Thầy là người không có tiền bạc. Thầy nói hết để cho quý thầy hiểu rõ được cuộc sống của Thầy. Từ khi mà Thầy giữ gìn giới luật đúng theo con đường của đạo Phật Thầy không bị tiền bạc sai Thầy chút nào hết là vì Thầy không cất giữ nó. Đó là cái chỗ mà Thầy đã thực thi trong đời sống của Thầy.

Còn quý thầy, thực sự ra quý thầy có tiền bạc, quý thầy còn cất giữ cho nên quý thầy bị tiền bạc sai, sai cái này sai cái kia sai cái nọ. Bởi vì cái tâm thích của chúng ta còn có cái thích cho nên chúng ta chưa có diệt sạch nó đâu. Cho nên cái thích của chúng ta thì có tiền là nó sẽ sai chúng ta liền. Nó không có để chúng ta mà chịu đựng với nó đâu. Đó là những cái tu hành mà chúng ta còn bị nô lệ, còn bị sự sai khiến.

2.4.3 Xả tâm danh

Bây giờ đến vai trò để mà chúng ta biết xả vô lượng tâm danh chớ không phải có một cái danh, cái danh nó rất nhiều. Hồi nãy là mình xả cái tiền của bây giờ tới cái danh. Sắc rồi tiền của rồi danh, đó là 5 cái thứ dục lạc, bây giờ mình tới được phần thứ 3 là mình xả cái danh.

Danh là gì? Là tiếng khen, tiếng ca ngợi, tiếng tán thán, tiếng tốt đẹp, vinh quang, hiển hách, chứng ngộ, chứng đạo, được trao truyền quan chức, trao truyền tâm ấn, cấp bằng này, cấp bằng nọ, đại đức, thượng tọa, hòa thượng, sư bà, sư trưởng, giám đốc, phó giám đốc, viện trưởng, viện chủ, trưởng ban, phó ban, giáo chủ, pháp chủ, thiền đức, cao tăng, giới đức, thánh hiền, thần, thánh, tiên, Phật... đều là những danh từ chỉ cho danh.

Đó thì các thầy thấy rõ cái danh, nó làm cho chúng ta mê thích lắm. Ai mà không muốn làm trụ trì? Ai không muốn làm viện trưởng? Ai không muốn làm viện chủ? Người nào mà gán cho mình giáo chủ, viện chủ, rồi thiền chủ, pháp chủ rồi cao tăng, rồi giới đức... thích lắm. Coi như là bậc vĩ đại rồi, hơn thiên hạ rồi, ngồi trên thiên hạ rồi. Đó là cái danh mà. Cho nên thần, thánh, tiên người ta cũng ca ngợi vì vậy mà những cái danh đó làm cho con người thích lắm. Mà khi được cái danh như vậy thì người ta khoái vô cùng tận. Người ta thấy mình

trên hết rồi. Do cái danh như vậy nên chúng sanh mê muội, bị cám dỗ, bị lôi cuốn, bị thu hút như đá nam châm. Khiến cho con người chạy theo danh quá nổi mệt mỏi, cuồng loạn trong tâm của mình. Vì vậy có người thất vọng, tự tử, quỳn sinh. Chạy theo cái danh mà không đạt được, cho nên có nhiều người thi cử rớt cái thì thôi thôi đi tìm cách tự tử cho rồi. Có phải ngu si không? Đi cầu cái danh giả hão như vậy mà để quỳn sinh cái thân mạng này. Có người thì mệt mỏi thất bại danh lợi rồi vô chùa để mà tu, thiệt là điên khùng. Chạy theo danh giả đó là những sự cám dỗ của nó làm cho chúng ta quá u mờ không có thấy được cái đó.

Danh nhỏ là thầy thợ, nghĩa là mình làm người tôi tớ thì thấy nó xấu xa quá cho nên thấy là ông thầy nghe mình học, ráng học để làm ông thầy, thôi mình dở dở thôi làm ông thợ cũng ngon hơn là làm cái thằng đầy tớ. Cho nên đó là những cái danh nhỏ đó, nó cũng là cái danh. Danh lớn là ông này bà kia, danh nhỏ là thầy thợ, thầy ký, thầy thông, thầy này thầy kia nghe cũng thơm. Thầy giáo cô giáo thì nghe cũng khoái còn hơn người ta nói là con đầy tớ hay là thằng ở thì nghe nó nhục nhã quá. Phải không? Cho nên ở đây chúng ta đều là bị nhằm ở trong cái danh lôi cuốn chúng ta. Rồi từ đó cái danh nhỏ nó lần lần nó đi tới cái danh

lớn. Để thành ông này bà kia rồi người cai quản cái này, người cai quản cái kia để coi như mình có chủ động điều khiển được một số người dưới bàn tay của mình. Như thí dụ như về quân đội thì có ông phó đội trưởng, rồi đội trưởng, rồi ông trung đội trưởng, ông phó đội trưởng rồi đại đội trưởng, rồi trung đội trưởng... đó thì các con thấy tất cả những cái đó là cái danh để cho thấy cái quyền hạn của người ta ở trong cái danh đó nó làm được những cái gì đó, cho nên người ta ham lắm. Từ cái ông tiểu đội phó mà lên cho được ông đại tá, mà được ông đại tá thì mặt họ nghênh nghênh ở trên trời, họ coi như ở dưới đất này không còn ai hết. Đó là cái danh, cái danh nó làm cho cái ngã họ lớn lên, điên khùng. Chớ họ cũng chỉ là một con người bằng xương bằng thịt, cũng đau cũng khổ, cũng buồn cũng khổ cũng nhứt nhối như mình có khác gì đâu. Thế mà gán cho cái danh thì họ thấy họ là hơn hết. Cho nên khi mà gán cho cái danh rồi thì có nhiều người thấy họ khúm núm, khúm núm. Họ là cái gì mà phải khúm núm? Họ cũng như mình, có gì đâu mà phải sợ. Chỉ có cái danh không mà chúng ta đã quá sợ rồi.

Đó thì ở đây Thầy xác định để cho chúng ta thấy cái danh nó cám dỗ chúng ta rất mạnh như vậy, làm cho chúng ta phải sợ hãi như vậy. Từ những cái danh này mà

người ta điên khùng, vào luồn ra cúi, nịnh bợ, ton hót để cầu cho được cái danh. Có nhiều người đi thi phải đem tiền bạc, lo lót tiền bạc để cho đậu. Đó không phải đem tiền để mua danh sao? Đó là những cái sai, cái không đúng mà người ta lầm chấp, vì cái danh nó cuốn họ quá. Họ muốn cho họ có cái tên tuổi như thế này thế khác. Cũng như bây giờ Thầy nói như thế này: có nhiều người không ai biết đến hết, bây giờ dùng ra cái tập trung một số người đi làm từ thiện kêu gọi đóng góp nhau. Để làm gì? Đó chẳng qua cũng là cầu danh từ thiện chứ chưa chắc là họ đã thương yêu người khác thật. Những việc làm đó người ta bỏ ra bố thí, người ta phải nhận giấy tờ này giấy tờ kia đây áp lên để làm gì? Để mai một khoe ra tôi bố thí chỗ này chỗ kia. Đó không phải là danh sao? Danh từ thiện, danh tôi biết thương người. Nhưng mà thật sự ra hở ra một chút thì máng người không nhận. Các thầy có xét thấy không, có nhiều người làm từ thiện họ có nhận ai không? Họ chửi người ta tát nước hết. Vậy mà họ thương người à? Hơi hơi chạm đến họ một cái là coi như họ muốn giết mình à? Mà là họ từ thiện.

Bởi vì cái đời nó giả dối, nó đủ thứ giả dối ở trong đó hết. Đi đâu cũng có tiền hô hậu ủng, đầy đường chật xá để chúng tỏ có nhiều người hầu hạ theo mình. Một ông thầy

tu mà đi rần rần rộ rộ, năm mười chục chiếc xe để làm gì? Để tỏ cái danh của mình chứ gì, để có người hầu kẻ hạ chứ gì. Đi đâu cũng tổ chức Phật tử rần rần rộ rộ. Một bậc chơn tu mà đi như vậy à? Làm ra cái vẻ như là vua chúa, chứ đâu phải là người tu. Thầy nói ra thì đụng chạm hết cả đám nhưng phải nói, tu phải ra tu mà không tu thì không tu. Chứ đừng làm cái trò trống bệ vệ trong cái danh của mình, để khoe khoang cái giàu sang, cái tài ba của mình. Với cái sự tài ba của con người có nhằm nhò gì mà khoe khoang. Khoe tài sản của cái là khoe danh giàu sang.

Tóm lại, danh là một thứ đục lặc cám dỗ và nuôi lớn bản ngã con người. Tóm lại thì các thầy thấy bản ngã con người nó lớn theo cái danh của nó chứ không phải nó nhỏ đâu. Cho nên từ cái mặt mới làm một người đầy tớ hôm qua mà bữa nay lên làm quan rồi cái mặt cái thằng đầy tớ nó ngược lên. Cho nên Thầy nghe nói câu chuyện như thế này: Có một thằng đánh xe ngựa cho Yên Anh, Yên Anh làm thừa tướng cho vua Tề, ông ta chỉ là thằng đánh ngựa thôi mà ông đi ra đường ông đánh ngựa mà ông hét la người ta tùm lum hết, ông coi như ông là Yên Anh vậy. Các thầy nghĩ như thế nào? Mượn cái oai danh của Yên Anh mà làm oai với thiên hạ, coi như mình là thằng ngon rồi. Đó là mượn, mà chưa phải là cái danh thật

của mình mà còn làm như vậy. Bà vợ về net ổng, sau đó ổng mới rút đầu ổng lại, thiệt ra thì cũng có bà vợ có trí chớ nếu mà không vợ chồng vênh vào nhau đó tưởng là thằng đánh xe là quan thừa tướng Yên Anh.

Đó thì hôm nay Thầy nhắc lại những câu chuyện người xưa, nó có điều đó là vì cái danh đó chứ đâu phải cái gì khác. Cho nên người tu hành mà biết xả tâm vô lượng danh này thì phải dùng pháp hướng Như lý tác ý. Đó thì các con phải nhắc nó để cho nó biết cái danh nó là thứ gì, để không khéo một chút là cái ngã của chúng ta bùng lên theo cái danh đó. Chúng ta phải đánh sập nó xuống, đánh nhẹ nó xuống, không có để cho nó ngóc đầu lên. Nó ham danh lắm, mỗi mỗi chút chút là nó ham danh. Bởi vậy cái ham danh đó mới có những anh hùng cá nhân, cho nên người ta không có làm việc lớn cho xã hội được. Từ lâu đến giờ vì anh hùng cá nhân đó mà tới bây giờ bao nhiêu thế kỷ con người vẫn chém giết nhau. Trên thế giới này, nước này yên thì nước kia chém giết, nước kia chiến tranh. Không bao giờ mà có một cái yên nào. Bởi vì anh hùng cá nhân này, nếu mà anh hùng tập thể thì không bao giờ có sự giết chóc này.

Đạo Phật thì không có anh hùng, cho nên ông Phật ổng đâu có nói rằng ổng là cái người ngon đâu. Trước ông có 7 đức Phật,

sau ông còn có đức Phật Di Lạc. Cho nên một đạo Phật mà có nhiều giáo chủ như vậy tức là sự khiêm nhượng của con người, như vậy mới chính là đạo Phật.

Muốn xả tâm vô lượng danh ta phải dùng pháp hướng Như lý tác ý mà nhắc tâm:

Danh là một dục lạc ảo giác, nuôi lớn ngã mạn, khiến tâm ta thường đau khổ, hay tranh cãi, lý luận, giận hờn phiền não. Ta hãy xả bỏ, từ bỏ, viễn ly, chẳng mong cầu danh gì cả, chỉ biết tu hành thanh tịnh tâm để ra khỏi sanh tử mà thôi.

Đó chúng ta chỉ biết giải thoát mà thôi, không cầu ai gọi mình là Phật, là viện chủ, viện trưởng gì hết. Không có cần biết ai gọi mình là chơn tu hay không chơn tu nữa. Chỉ biết mình làm sao mình làm chủ được sanh tử, chấm dứt được luân hồi mình mà thôi. Đó là cái câu ám thị mình như vậy đó. Cái câu hướng tâm tác ý như lý như vậy để chúng ta xả cho sạch cái danh. Chớ cái danh nó ngấm lắm, nó ngấm ở trong tâm chúng ta, nó nuôi cái ngã chúng ta dữ lắm. Chúng ta chưa bộc lộ ra chứ khi chúng ta ngồi trên được một cái ghế danh rồi thì đủ biết nó như thế nào. Cho nên hiện giờ Thầy chưa ngồi trên cái ghế danh, cho nên Thầy đã sớm xa lìa nó để không nó lôi Thầy xuống á, nó nhận Thầy

xuống cống. Rồi những lời Thầy đang nói ở đây thì ngược lại Thầy sẽ chửi Thầy chứ không ai xa lạ hết. Bởi vì Thầy không thực hiện đúng những lời Thầy nói ra cho quý thầy nghe thì ngày nào đó Thầy cũng là Viện trưởng thì người ta sẽ nhận Thầy xuống ở trong cái lỗ cống liền.

Câu hướng tâm thứ hai:

Danh là tên giặc hão huyền không có thật. Nó thường lôi cuốn tâm ta tỏ ra những hạnh xấu, hiu hiu, tự đắc, tự cao, tự đại, cao ngạo. Ta hãy xả xuống hết không còn một cái danh gì trong ta. Ta chỉ là một con người như bao con người khác.

Đó thì như vậy quý thầy lấy những câu ám thị của Thầy tự nhắc nhở mình, mình như mọi người khác, bình đẳng như mọi người khác, như những người nhỏ nhất, hạ tiện nhất, giai cấp nhỏ nhất ở trong thế gian này, mình cũng chỉ là những con người đó. Nhắc như vậy mà không biết chúng ta có thắm nhuần hay không, hàng ngày phải đặt niệm trước mặt mà hướng tâm, không khéo hở ra một chút thì bản ngã chúng ta đồ sộ lên, nó chạy theo cái danh đó.

Đó thì những câu hướng tâm như vậy nó thực tế và cụ thể giúp quý thầy diệt xả cái tâm danh của quý thầy mà nó đang đeo

đang ở trong lòng của quý thầy. Người tu sĩ của đạo Phật chúng ta đã biết mặt 5 thứ dục lạc này, cái danh nó không phải là dễ, nó rất mạnh, ***hơn tất cả những cái khác***. Ai không muốn danh của mình hơn mọi người? Ai không muốn mình hơn người? Những cái điều đó là cái danh chứ không phải cái gì khác hơn hết. Cho nên biết rõ như vậy thì hàng ngày phải siêng năng, đập cho mạnh những đối tượng danh này cho nó nhẹ, cho nó tiêu, cho nó đoạn tận, cho nó diệt trừ, nó không còn góc đầu lên được nữa, nó chết luôn. Thì như vậy chúng ta mới có cơ duyên, mới thành được một con người giải thoát hoàn toàn. Không còn bị cái danh nó sai chúng ta làm những điều nô lệ. Đó là cái danh.

2.4.4 Xả tâm tham ăn

Bây giờ đến phần Thầy dạy các con xả tâm vô lượng ăn. Cái ăn nó cũng vô lượng lắm bởi vì ăn món ăn này, ăn món ăn kia, ăn món ăn nọ đủ thứ hết. Nếu mà thêm một chút là chúng ta bị nó lôi cuốn đó. Bởi vì cái ăn mà, lúc ăn đường, lúc ăn bánh. Cho nên người ta làm đủ loại, lúc thì làm bánh mùi này, lúc làm bánh mùi kia, lúc thì làm nó ngọt, lúc thì làm lạt. Rồi thực phẩm ăn hàng ngày cũng vậy, cơm thì cơm chiên, cơm xào, cơm hầm, cơm nấu đủ loại. Nào là cơm nấu bằng nước dừa, cơm nấu bằng nước này

nước kia để cho thay đổi những cái đó. Do đó chúng ta phải xả vô lượng cái thực phẩm ăn này. Cho nên nói là xả vô lượng tâm mà, mà xả vô lượng tâm này là xả vô lượng tâm ăn, cái tâm háo ăn này, cái tâm thích ăn ngon này, cái tâm thích đủ mọi loại này. Đó, đó là xả nó đi, nhưng mà xả không có nghĩa là để chúng ta ăn muối. Chúng ta xả nghĩa là để cho nó không lôi cuốn chúng ta, không để chúng ta đấm đuối nó. Thì như vậy chúng ta mới có điều kiện mà xả nó mới được.

Ăn là một dục lạc lớn trong ta. Nghĩa là thân ta có cái ăn nó mới sống đó. Nhưng nó lại là một cái dục lạc lớn. Ăn mà còn cầu ngon, cầu dở thì đó là dục lạc ăn đã lôi cuốn ta, nghĩa là mình thấy ngon thấy dở đó là mình đã bị dục lạc rồi. Ăn mà còn thấy bổ, thấy béo, thấy mập thì đó là bị dục lạc ăn cám dỗ chúng ta rồi. Chúng ta ăn vốn là để sống, để nuôi cái ghẻ đói chớ không phải để cho mập cho béo. Nghĩ là mình mập béo khỏe mạnh là mình không chết sao? Có người nào mập béo khỏe mạnh mà không chết? Cho nên ăn nghĩ cho nó bổ, cho nó mập, cho nó béo để mà cho nó sống trường thọ điều đó là điều hiểu lầm lạc, hiểu sai.

Phật nói cái thân này là vô thường, nó không thể nào kéo dài cái mạng sống nó quá số thời gian được. Mặc dù chúng ta ăn có đủ chất bổ nhưng nó cũng duy trì thêm một

thời gian nào mà thôi.

Ăn mà thấy ớn, thấy ngán, nuốt không vô đó cũng là dục lạc ăn cám dỗ. Chớ không phải nói chúng ta thấy ngon là nó cám dỗ đâu, mà thấy ớn, ăn không vô cũng là bị cám dỗ rồi đó. Ăn mà thấy ưa thích là bị dục lạc ăn cám dỗ. Ăn mà không thích ngon, không thích dở, không ngán, không ớn, không chê là dục lạc ăn không cám dỗ. Chúng ta phải phân biệt. Chúng ta có đồ ăn ngon mà chúng ta không thích, chúng ta ăn dở mà chúng ta không ngán, chúng ta không ớn thì đó là dục lạc ăn không cám dỗ. Ăn để sống. Đó thì chúng ta phân biệt được câu này để chúng ta hiểu rằng khi chúng ta ngồi ăn mà ngon thì chúng ta thấy cũng như khi ăn món ăn dở, mà chúng ta thấy cũng không ngán, không ớn gì hết thì đó là cái ăn của chúng ta không bị dục lạc ăn cám dỗ.

Tóm lại, ăn là thứ dục lạc ghê gớm, thực phẩm tiếp xúc với vị giác của chúng ta gây sự cám dỗ lôi cuốn rất mạnh. Người thế gian phàm phu chưa học Thánh pháp và Tùy pháp nên đều bị ngã gục trong mặt trận cám dỗ ăn uống này. Nghĩa là người ở trong thế gian, mọi người nói chung là bị sự cám dỗ lôi cuốn, ngã gục trên mặt trận cám dỗ này chứ không còn người nào mà thoát ra khỏi hết. Chỉ có những bậc tu hành đúng giới luật của Phật mới thoát ra khỏi sự ăn

uống. Chứ còn lơ mơ là người nào cũng bị dính hết. Cho nên các thầy thấy rất rõ lâu ngày không ăn đường không có gì hết thấy bắt đầu nó thèm rồi, thì lúc bấy giờ là lúc mình chiến thắng lại chất ngọt đó, không, thấy người ta mời một ly sữa hoặc một ly nước ngọt là thấy nó nghe run người rồi, thèm quá chảy nước miếng rồi, đó là cái ăn cám dỗ. Có nhiều người họ thích me chua, khi mà người ta nói đến me thì nước miếng họ chảy ra rùng rùng rồi. Đó là cái gì? Cái đó là cái cám dỗ của cái chất chua đó. Nó làm cho chúng ta chảy nước miếng ra, đó là nó làm cho chúng ta thích, nó cám dỗ chúng ta. Thì chúng ta biết cái ăn nó có sự lôi cuốn rất mạnh. Ngay khi nghe cái tiếng thôi chứ chưa thấy người ta nhai nữa. Chứ thấy người đó nhai miếng me mà chấp chấp đó chắc là nước miếng mình nó chảy lau hoài nó không hết nữa. Đó là nó kích thích, nó làm cho chúng ta thèm. Không đây Thầy nói sự thật mà, quý thầy đừng cười chớ. Nó là một sự thật, cho nên nó có sự cám dỗ rất mạnh, nó làm cho chúng ta khao khát, thèm muốn nó dữ lắm. Mà ngay trong cái thân của chúng ta nó là cái chất đó như vậy. Cho nên người tu sĩ đạo Phật chúng ta chiến thắng lại nó. Không thèm. Mà không thèm thì chúng ta phải làm sao? Chúng ta phải hướng tâm Như lý tác ý, ám thị nó. Cho nên người ta nhai me mà nước miếng mình không chảy

là mình đã thành tựu rồi đó. Còn người ta nhai me mà mình ngồi đây mình nghe người ta nhai đó mình chảy nước miếng thì chưa đâu. Pháp của mình chưa viên mãn đâu, phải tập nữa, phải tu nữa. Một ly nước ngọt, một ly sữa, một cái bánh, một cái kẹo, một trái cây rất tầm thường mà quý vị không khéo giữ gìn là quý vị phạm lỗi phi thời. Bị cám dỗ mà không biết còn lý luận che đậy tội lỗi. Thậm chí một viên thuốc vitamin C chua chua ngọt ngọt và các loại thuốc khác có hình thức như kẹo để chống ho, chống viêm cổ mà đặt nó vào miệng để ngậm còn phạm tội phi thời thay huống là theo dục lạc đã bị cám dỗ bởi vị giác của quý vị.

Đó thì Thầy nói từ viên thuốc thôi, nó ngọt ngọt chua chua, nó làm kẹo the này kia nọ mà bỏ vào miệng mà phi thời thì ngay đó quý thầy đã bị phạm phải lỗi ăn phi thời. Thầy kết luận như vậy để cho quý thầy thấy rằng cái sự tu hành chúng ta phải chiến thắng tận cùng, không có để chúng ta chạy theo cái vị giác cám dỗ chúng ta khi tiếp xúc với thực phẩm. Và thực phẩm tức là ăn. Người tu sĩ phải cảnh giác đến mức độ đó như vậy mới thấy được sự giải thoát thân tâm mình. Nó lý luận là bây giờ chúng ta khô cổ này, chúng ta phải ngậm cho nó. Cũng như Thầy nói như thế này, quý thầy làm ly nước chanh đường để cho Thầy thông cổ, đó là cái lý luận để

mà lấy lý này, chứ Thầy nói suốt ngày Thầy có uống ly nước chanh nào, nhưng mà Thầy có khô cổ đâu. Lý luận đó cứ lát nhấp chút, lát nhấp chút để nuôi dưỡng vị ngọt, vị chua cho khoái khẩu chớ đâu phải là cái gì khác hơn. Tức là nuôi lớn cái dục chứ không phải gì hết. Cho nên gọi là xả tâm vô lượng thì phải thấy được những cái vi tế của nó, thấy được sự che đậy vi tế của nó chạy theo dục thể gian mà không lường trước được những tai họa sau này thì tất cả những cái dục lớn đều là nó thể hiện ra hết. Từ một viên thuốc nhỏ mà không chặn đứng, không chấm dứt thì chúng ta sẽ bị tất cả những vật cám dỗ khác nó sẽ lôi cuốn chúng ta hết.

Người tu sĩ cảnh giác như vậy, đề phòng như vậy, phòng hộ 6 căn của mình như vậy mà còn tu còn khó khăn thay, huống hồ những kẻ không phòng hộ thì thử hỏi như một người tu hành mà ra chợ nhiếp thiền định thì thiền định làm sao được. Người ta sinh ra, ăn để sống chứ không phải sống để ăn. Thế mà kẻ không hiểu pháp thánh hiền, không tùy pháp nên trở thành sống để ăn. Chúng ta là những người hiểu được pháp Thánh hiền thì chúng ta biết ăn là để nuôi cái bệnh đói chứ không phải ăn mà để ngon để ngọt nữa. Cho nên người phàm phu không biết pháp cho nên sống để ăn. Bây giờ chúng ta sống ăn cho đã đi, ăn cho

đầy đi, ăn cho ngon đi, chạy theo dục lạc ăn cho đã đi. Nghĩa là chúng ta không còn biết cái gì hết, miễn món ăn nào ngon trên thế gian này là phải mua ăn cho được, thì những người đó là những người chạy theo dục lạc. Người tu sĩ Phật giáo phải làm chủ cái ăn, không được ăn phi thời. Ăn uống phi thời là phi phạm hạnh, là chạy theo dục lạc, chạy theo dục lạc ăn là ngựa quý, là coi như mình là loại ngựa quý, là quý sa tăng.

Phần đông tu sĩ Phật giáo hiện giờ từ Đông sang Tây, từ Nam sang Bắc, từ trên xuống dưới đều bị quý dục lạc ăn cám dỗ và lôi cuốn xuống địa ngục tất cả. Không khắc phục được ma dục lạc ăn thì làm gì tu tập chánh thiền, chánh định được? Tu tập sai một ly hào là cách xa đạo giải thoát một ngàn dặm. Đi tìm đạo giải thoát mà trói mình trong ăn uống thì giải thoát ở chỗ nào? Người ở thế gian bị dục lạc ăn trói buộc đã đành, người tu sĩ Phật giáo đạo giải thoát mà bị trói buộc thì có phải xấu hổ vô cùng, vô tận không đối với những người khác? Ăn mà không giải thoát thì giải thoát cái gì đây? Giải thoát được cái ăn là giải thoát được sự sống chết. Nghĩa là Thầy nói ở đây là sự thật. Một người mà nhập thiền định là người ta giải thoát được cái ăn, người ta không ăn mà người ta không chết. Đó là giải thoát được cái ăn chớ cái gì. Rồi người ta lại phục hồi

cơ thể người ta sống lại người ta ăn. Thì như vậy là người ta đã làm chủ được sống chết. Còn mình không giải thoát được cái ăn thì làm sao gọi là mình làm chủ sống chết? Cho nên cụ thể rõ ràng, không thể nào mà chối cãi được chỗ cái lời này. Cho nên Thầy nhắc lại: giải thoát được cái ăn là giải thoát được sự sống chết. Cụ thể thứ nhất cho chúng ta thấy. Một người tu thiền định mà ngồi 7 ngày mà không ăn uống là giải thoát được 7 ngày sống chết. Người ngồi thiền định mà nhập được một tháng không ăn uống là người đó đã làm chủ sống chết được một tháng. Mà người nhập thiền định mà không ăn uống một năm là người đó làm chủ sống chết trong một năm. Cái đó nó quá rõ ràng à, còn nữa thì cứ lên nữa. Mà tới đó thì thôi không lên nữa được, thì tức là còn quay lại sống ăn uống thì tức là làm chủ thêm nữa chưa được, phải tu tập nữa. Tu tập chừng nào mà làm chủ ngồi đây một ngàn năm một triệu năm mà không ăn không chết đó là làm chủ được sống chết. Có như vậy cụ thể, nghĩa là bây giờ chúng ta làm chủ được sống chết trong một ngày là chúng ta không ăn một ngày mà chúng ta không chết thì đó là làm chủ được sống chết, mà 2 ngày, rồi 3 ngày, 7 ngày, 1 tháng, 2 tháng, điều đó chứng minh cụ thể không thể nào mà ai chối cãi được. Còn bây giờ tôi nói thiền định gì mà ngày nào cũng ba bữa thì chắc chắn là ông ta không làm chủ

sống chết được đâu.

Đó thì quý thầy hiểu rõ được con đường thiên định của đạo Phật thực tế và cụ thể chứng minh qua chỗ ăn của quý vị. Và ăn là một thứ dục lạc rất nặng ở trong thân con người. Vì có thân phải có ăn. Cho nên ăn như thế nào để đúng cách là người tu sĩ, ăn như thế nào không đúng cách là người tu sĩ. Người ta tu nhưng cái ăn người ta chưa đúng cách của người tu sĩ thì tức là chưa phải con người tu giải thoát. Tại vì người tu sĩ nhập định không ăn uống mà sống đó là giải thoát cái chết, rồi phục hồi ăn uống trở lại đó là làm chủ cái sống. Đó thì người tu sĩ mà nhập thiên định thì người ta làm chủ được cái này rõ ràng, ở đây quý thầy cũng sẽ lần lượt chứng minh điều đó. Còn làm chủ bệnh, già ưu bi sầu khổ là chỗ nào? Là chỗ lìa 3 sự dục lạc cám dỗ ở trên kia: danh, sắc và lợi. Đó thì ở đây chỉ có lìa cái ăn là chúng ta làm chủ được sự sống chết, mà lìa được cái chỗ ưu bi sầu khổ, phiền não đau khổ giận hờn thì quý vị phải lìa 3 sự dục lạc ở trên, tức là danh, sắc và lợi. Nói cho rõ ra từ chỗ bỏ tài sản nhỏ, tài sản lớn, bà con quyền thuộc nhỏ, bà con quyền thuộc lớn. Từ bỏ danh thể gian nhỏ, quyền tước lớn, quyền tước nhỏ, vật chất lớn, vật chất nhỏ thể gian, chỉ sống tri túc thiếu dục một bát ba y mà thôi, đó là chỗ đức Phật dạy: **“Sanh**

đã tận thì mới giải thoát được sanh già bệnh chết, ưu bi, là chấm dứt luân hồi tái sanh”.

Đó thì đức Phật cũng dạy chúng ta sanh đã tận, tức là chúng ta phải xả bỏ 3 thứ dục lạc kia đi, tức là danh sắc lợi đó. Chúng ta xả bỏ ba thứ đó đi, mà ba thứ đó là những sợi dây triền phược trói buộc chúng ta, cho nên chúng ta xả bỏ. Xả bỏ tức là sanh đã tận thì con đường giải thoát của chúng ta không còn luân hồi nữa. Chấm dứt rồi. Chúng ta thấy rất rõ ràng và cụ thể. Đứng ở trong góc độ của 5 thứ dục lạc này thì chúng ta đã phân được ra cái chỗ nào mà làm chủ tâm không còn tái sinh luân hồi. Mà chỗ nào làm chủ được thân sống chết, cụ thể rõ ràng. Tại sao vậy? Tại vì người tu sĩ nhập định không ăn uống mà sống đó là giải thoát cái chết rồi phục hồi ăn uống trở lại đó là làm chủ cái sống. Còn làm chủ bệnh già ưu bi sầu khổ là chỗ nào? Là phải lìa 3 sự dục lạc cám dỗ ở trên gọi là danh sắc lợi. Nói cho rõ ra, từ bỏ tài sản nhỏ, tài sản lớn, từ bỏ bà con quyến thuộc nhỏ, bà con quyến thuộc lớn, từ bỏ danh thế nhỏ, quyền tước lớn. Từ bỏ tất cả vật chất thế gian, chỉ sống tri túc thiểu dục, một bát ba y mà thôi. Đó là chỗ đức Phật dạy. Sanh đã tận thì mới giải thoát được sanh già bệnh chết ưu bi sầu khổ, là chấm dứt luân hồi sanh tử.

Tóm lại, người tu sĩ đạo Phật bằng mọi cách, bằng mọi phương pháp để đạt được sự xa lìa 5 thứ dục lạc này là quý vị đã làm chủ sanh tử và chấm dứt luân hồi khổ đau của kiếp con người. Đó thì hôm nay quý thầy thấy rất rõ ràng và cụ thể đạo Phật nhắm vào chỗ nào mà chúng ta đạt được mục đích làm chủ kiếp sống khổ đau của con người. Thì nhắm vào ở chỗ 5 cái dục lạc này mà chúng ta biết được, chúng ta dứt được, chúng ta bỏ được, chúng ta xả được. Vì vậy mà đến cái tâm xả vô lượng này Thầy đã giảng cho quý thầy cách thức tu tập, hành pháp rất rõ ràng cụ thể để chúng ta xả toàn diện nó. Thì như vậy là quý thầy đã được cái giải thoát rõ ràng chứ đâu cần gì phải nhiều. Nhưng tất cả những pháp sau để bổ túc cho cái pháp này, để chúng ta thực thi cho bằng được là xả những cái dục lạc này, chớ có gì khác hơn.

Nếu quý vị xả vô lượng tâm dục lạc này không hết thì dù ngàn đời quý vị có tu thiền định nào cũng là ma thiền, tà thiền. Nghĩa là cái tâm dục lạc của quý vị mà sống nhan nhản như vậy quý vị có tu thiền định gì mà cao siêu đi nữa thì đó là ma thiền, tà thiền. Bởi vì quý vị thấy rất rõ ở trên thế gian này chúng ta nghe báo chí đăng vị đạo sĩ này vị đạo sĩ kia trong những năm khổ công ở trên núi sống khổ hạnh không có cơm ăn, ăn toàn lá cây hoặc là luyện tập như thế nào

đó để cho đến cái mức mà người ta chôn mình trong đất mà không chết, để đến mức mà người ta chìm mình trong nước mà không chết, để cho đến lúc mình đi trên lửa mà không nóng. Để cho đến lúc mà mình mặc một chiếc áo mỏng mà đi dưới trời rét dưới 37 độ mà không lạnh. Thế mà không khỏi sự cám dỗ của cái danh, cho nên đi biểu diễn từ nước này sang nước khác, đó là cái danh chứ gì? Hình ảnh và báo chí đã đăng những vị tu sĩ này họ tu tập khổ hạnh để giải thoát chứ đâu phải mục đích để đi ra cầu cái danh. Nhưng rồi cái danh đó để cho thiên hạ biết, nghĩ rằng còn có ai mà làm được đâu. Chỉ là người đó chịu khổ hạnh làm vậy chứ bao nhiêu người đã chịu khổ hạnh?

Còn Đạo Phật thực tế đem đời sống chúng ta giải thoát hoàn toàn, chúng ta biết sống biết chết, biết cái tâm chúng ta dính mắc chỗ nào khổ đau chỗ nào chúng ta gỡ ra được hết. Do vì vậy mới thấy nó là thực tế, cụ thể. Cho nên nó không cầu danh, nó không cầu lợi nó chỉ mong làm sao cho mọi người được giải thoát chính như bản thân của nó mà thôi. Đó là cái hay của đạo Phật, cái tốt của đạo Phật, cái thương yêu của đạo Phật đối với muôn loài không vì cá nhân mình.

Nếu quý vị xả vô lượng tâm dù quý vị có lý luận như thế nào mà chúng ta thấy quý vị

dính mắc 5 thứ dục lạc này thì quý vị đã đi ngược lại Phật giáo, tức là không giải thoát. Không giải thoát mọi người ai cũng thấy dễ dàng, nhận ra rõ ràng. Nghĩa là khi mà mình đi ngược lại cái giáo lý, cái giới luật của Phật thì mình sống ở trong 5 thứ dục lạc này thì mình có lý luận như thế nào, mình có giảng giải pháp như thế nào thì người ta thấy cuộc sống của mình còn dính mắc trong 5 thứ dục lạc này thì người ta biết rằng mình chưa phải là giải thoát. Dù mình có thần thông biến hóa, ngồi trên hư không, ngồi xếp bằng trên hư không, bay như chim, lặn xuống nước, độn thổ hoặc là phóng lửa, hóa mây người ta cũng vẫn thấy mình còn sống trong 5 thứ dục lạc này thì người ta vẫn thấy mình là người chưa giải thoát. Dù mình có bùa chú thần linh, dù có kêu mưa hú gió thì người ta vẫn thấy mình còn dính mắc trong 5 thứ dục lạc này thì người ta vẫn cho mình là người chưa giải thoát.

Đời sống 3 y một bát là đời sống của đức Phật, là đời sống giải thoát. Đời sống chùa to tháp lớn, ăn uống phi thời, ngủ nghỉ phi thời, vật dụng đầy đủ, không thiếu món nào là đời sống thế gian pháp. Phạm phu tục tử đời sống bị 5 thứ dục lạc trói buộc rất chặt, đời sống phi giải thoát. Đó thì chúng ta thấy đời sống của người thế gian là đời sống phi giải thoát. Mà đời sống người tu

sĩ mà ăn uống phi thời, vật dụng đầy đủ là đời sống đó không phải là đời sống xuất thế gian mà là đời sống thế gian pháp. Đời sống như vậy chứng tỏ người tu sĩ chưa giải thoát, rất cụ thể và rõ ràng, ai cũng có thể nhận ra được cái đời sống này. Đời sống đó là đời sống trong danh lợi, không phải đời sống của những bậc phạm hạnh Phật giáo. Đời sống đó là đời sống phi Phật giáo, đời sống đó khiến cho Phật giáo suy đồi, ngọn đèn Phật giáo tắt mất.

Nhìn đời sống tu sĩ Phật giáo quý vị sẽ biết đạo Phật hưng thịnh hay suy tàn. Đời sống tu sĩ 3 y một bát, không chùa to tháp lớn kiên cố là Phật giáo hưng thịnh. Đời sống tu sĩ Phật giáo mà còn sống trong ngũ dục lạc thế gian là đời sống Phật giáo suy đồi. Đó là những lời xác định và quyết định chắc chắn như vậy không còn ai chối cãi được nữa. Người tu sĩ Phật giáo mà không lấy 3 Thánh pháp này: Giới - Định - Tuệ của đức Phật làm thầy của mình, làm chỗ nương tựa vững chắc mà không giữ gìn tu hành nghiêm chặt, vi phạm lỗi lầm không biết xấu hổ và sợ hãi khi phạm phải một lỗi nhỏ là chánh pháp của đạo Phật đã suy đồi. Ngược lại người tu sĩ Phật giáo sống 3 y một bát, thiếu dục tri túc, lấy 3 thánh pháp Giới Định Tuệ làm khuôn vàng thước ngọc mẫu mực cho sự hành trì nghiêm túc của mình thì đó là

lúc Phật giáo hưng thịnh. Nhìn qua đời sống ngũ dục lạc của tu sĩ là ta đã biết những người tu đó là tu trong chánh pháp hay tà pháp. Nhìn qua đời sống ngũ dục lạc của các vị tu sĩ đó là ta đã biết họ lấy đạo làm đời, lấy đạo kinh doanh đời, sống theo danh lợi bằng hình thức tôn giáo.

Đến đây quý vị đã hiểu ngũ dục lạc có sức cám dỗ và lôi cuốn rất mạnh, không có một sức nào cưỡng lại được nếu không phải là pháp môn của đức Phật - Giới Định Tuệ - thì toàn cả tu sĩ trên thế gian này đều bị ma ăn, ma danh, ma sắc dục, ma lợi, ma ngũ lôi xuống địa ngục tất cả.

Có những tu sĩ khổ hạnh trong ăn uống thể mà bị ma dục lạc danh. Nghĩa là sống khổ hạnh trong ăn uống, họ không để cho ăn uống cám dỗ họ nhưng mà ma danh cám dỗ họ nên thường diễn những trò kì đặc từ hình ảnh này đến hình ảnh kia cho quần chúng xem để ca ngợi khen tặng, đó là họ sống theo danh. Họ thắng được cái dục lạc này thì họ bị cái dục lạc khác lôi cuốn. Thật là buồn cười, tu dờ chết dờ sống thế mà mua một cái danh hào của thiên hạ. Nếu ai đã từng theo Thầy tu hành thì biết tu không phải dễ thế mà tu được lại đem ra mua danh như vậy thì quý vị nghĩ sao? Vị tu sĩ có thoát khỏi ngũ dục lạc không, mà không thoát khỏi ngũ dục lạc thì có giải thoát không? Nhập

định toàn cả cơ thể không còn hoạt động gần giống như cái cây ma người chết, mời các nhà khoa học đến đem máy đo điện tâm đồ họ sẽ kinh ngạc đến bậc nào. Từ đó báo chí đăng khắp thế giới như vậy không phải là người đại ngữ dục lạc thế gian sao, như vậy có phải là giải thoát hay không? Người tu hành giải thoát là phải xa lìa năm thứ dục lạc, sống đời sống thiểu dục tri túc, không nhà không cửa, sống vô gia đình, không có của cải tài sản nhỏ, tài sản lớn. Nhìn đời sống như vậy chúng ta đã biết đó là những bậc chơn tu, giới đức, thiền đức, những bậc đã giải thoát ra khỏi vòng thế tục. Còn biểu diễn những trò kỳ đặc là mua danh, mua lợi có gì là giải thoát đâu. Làm trò giải trí cho thiên hạ chơi, thiên hạ xem.

Đến phần thực hành này ta phải **“tâm chuyên nhất cảnh”**. Đây cái phần xả cái ăn này nó còn quan trọng lắm chứ không phải là không quan trọng đâu. Cho nên ở đây Thầy nói đến cái phần thực hành này ta phải **“tâm chuyên nhất cảnh”**, nghĩa là chuyên nhất ở trong một cái pháp, tâm phải chuyên nhất ở trong đó, nếu quý vị sao nhãng một chút là quý vị chưa ly được nó đâu. Đó thì **“tâm chuyên nhất cảnh”** như thế nào? Lựa một chỗ an trú thanh vắng, ở đây Thầy nhắc lại, một khu rừng, một gốc cây, một ngọn núi, một hang hốc, một bãi tha ma, một sơn

lâm giữa trời không mông quạnh, một đồng rơm, một chồi lá giữa sông, sau khi ăn cơm xong nghỉ ngơi độ 2 giờ, ta ngồi kiết già lưng thẳng dùng pháp hướng Như lý tác ý. Đó bây giờ chúng ta mới dùng nó cái danh, cái lợi hay là cái ăn uống chúng ta đặt theo cái chỗ này mà Thầy cho pháp hướng. Đây là Thầy đặt cho cái tên nó là danh đi:

Danh là một thứ đục lạt vô hình thu hút và cám dỗ con người rất mạnh, nuôi lớn ngã mạn, cống cao, do đó sinh ra ngũ triền cái tham - sân - si - mạn - nghi. Triền cái này trói buộc chúng ta muôn đời muôn kiếp sống đau khổ. Vậy ta hãy lánh xa từ bỏ, từ khước, viễn ly tất cả các loại danh.



BẢNG SỐ 13:

XẢ TÂM VÔ LƯỢNG

Danh là một thứ dục lạc vô hình thu hút và cám dỗ con người rất mạnh, do đó sinh ra ngũ triền cái tham - sân - si - mạn - nghi. Triền cái này trói buộc chúng ta muôn đời muôn kiếp sống đau khổ. Vậy ta hãy lánh xa từ bỏ, từ khước, viễn ly tất cả các loại danh.

Đó là câu hướng tâm, câu trạch pháp này để chúng ta như cái lý này mà tác ý ra mãi mãi làm cho chúng ta xa lìa những cái danh, những cái lợi, những cái ăn.

Câu thứ 2:

Danh dục lạc có một ma lực vô hình lôi cuốn và cám dỗ con người vào chỗ sanh tử luân hồi, ta phải từ già, từ khước, từ bỏ, lánh xa, viễn ly danh dù bất cứ mọi trường hợp nào.

Nghĩa là bất cứ trường hợp nào nhỏ, lớn chúng ta đều phải **nhận diện** ra nó để chúng ta xa lánh nó. Chớ nó nhiều khi nó qua trường hợp khác, nó làm cho chúng ta không thấy đó là cái danh nhưng mà chúng

ta bị nó gạt, hở ra một chút là chúng ta bị gạt. Cho nên đức Phật dạy chúng ta khi có danh, có lợi, có sự cung kính hãy lánh mặt. Lời ông Phật dạy Thầy khắc ghi trong lòng Thầy, nhớ mãi muôn đời không bao giờ Thầy quên, Thầy biết đó là cái ma danh, nó rất mạnh.

Câu thứ 3:

Người tu sỹ lánh đạo tăng đoàn mà đón danh lợi vào chùa là đón rắn độc. Rắn sẽ cắn chúng tăng chết hết. Vậy người lánh đạo tăng đoàn phải xa lánh, từ bỏ, từ khước danh lợi để cứu lấy chúng tăng, để cứu lấy Phật giáo.

Đó là cái câu mà nhắc nhở cho những người lánh đạo, những người tu như Thầy bây giờ. Đó là cái câu mà Thầy ám thị, ám thị cho Thầy đó. Cho nên câu này đã nhắc đi nhắc lại Thầy rất nhiều. Không khéo thì dẫn danh dẫn lợi vô đây cắn quý thầy chết hết, không có người nào sống đâu. Đó là những cái điều mà Thầy đã thấy xa chứ không phải thấy gần đâu. Không phải đợi mà nó cắn chết hết cả đám nhau rồi đó, ngồi đây mà bật ngựa ra đó. Thấy xa như vậy cho nên quý thầy không bị rắn cắn đâu.

Đây là xả tâm vô lượng danh, dục lạc thế gian. Quý thầy phải hằng ngày phải một lần hai lần, ba lần, bốn lần tu tập như lý tác

ý trau dồi tâm mình. Phải xả cho sạch danh lớn, danh nhỏ. Vì danh là vô hình, vi tế rất khó xả. Nên quý thầy phải đề cao cảnh giác, siêng năng tu tập thì mới xả vô lượng tâm này được. Nó không phải dễ đâu, cho nên quý thầy phải cảnh giác, siêng năng, phải thường hằng. Nó móng một xíu quý thầy hồng thấy nó đâu. Chừng đó nó lộ tướng lộ hình thấy được thì ôi thôi nó đã cắn mình rồi.

Khi xả tâm vô lượng danh dục lạc này được thì thân tâm quý vị thênh thang, nhẹ nhàng, an lạc với đời sống ba y một bát giải thoát, hoàn toàn Niết bàn tại thế. Nghĩa là xả cái tâm danh rồi quý thầy mới thấy được nó. Còn tâm danh lợi này, quý vị dù ở núi cao khổ hạnh tới đa thì tâm hồn của quý vị nặng như treo đá. Bây giờ có trốn đi đâu, quý vị có ở đâu. Thôi Thầy nói đây như thầy Chơn Trí đây thì về ở trong núi cao trắc trở đó mà cái tâm của thầy không xả được nó thì thầy ở trong đó nó cũng như treo đá chứ không có gì đâu.

Quý thầy nên lưu ý năm thứ dục lạc lớn dễ xả. Năm thứ dục lạc nhỏ tuy rằng vật chất tầm thường, một cuốn kinh sách, một bài thơ, một bài kệ, một bài văn, một kiến thức Phật pháp, một kiến chấp, một chai dầu nhỏ, một cục xà bông, một cây kem, một bàn chải, một cây kim, một sợi chỉ đều là ngũ

dục lạc nhỏ, khó xả lắm quý vị. Hãy đề cao cảnh giác, hết sức thận trọng. Xem thì rất thường mà xả thì rất khó. Đó, những cái lỗi mà hồi nãy ở trên thì thấy nó rõ ràng. Nhưng coi chừng những vật dụng xung quanh quý vị, coi chừng nó nhỏ nó không ra gì chứ nó trói buộc quý vị lắm đó. Đó, Thầy giảng như vậy thì quý thầy phải để ý từng chút từng chút nếu là một người tu sĩ phải xả cho thật sạch. Một vật nhỏ còn thì một vật lớn nó sẽ dính. Nó không tha quý vị đâu. Bởi vì nó là một cái sức cám dỗ của ngũ dục lạc. Năm cái thứ dục lạc rất mạnh, một vật nhỏ mà còn dính quý thầy là quý thầy bị tiêu nó đó. Chứ đừng nghĩ rằng tôi giải thoát đâu. Thấy mình chùa không to, tháp không lớn, ở chòi tranh vách lá, ở rừng ở núi ở hang nhưng mà còn hai cây kim là quý vị đã bị dính, còn một cuộn chỉ to là quý vị đã bị tiêu, còn hai cái y là quý vị đã bị tiêu. Chứ không phải tưởng là cái chuyện nhỏ đó nó tầm thường. Nhưng nó còn nuôi cái mầm của nó là chạy theo cái dục lạc đó.

Vì thế hôm nay Thầy ẩn bóng để xả vô lượng tâm này cho thật sạch như một người đã chết bỏ xuống hết. Bây giờ sanh đã tận, phạm hạnh mới xong, những việc làm Thầy đã làm hết, không còn trở lui đời sống này nữa. Đó thì bây giờ quý thầy mới hiểu được cái chỗ ẩn bóng của Thầy chứ gì. Đó là mục

đích của Thầy xả sạch, đó là xả tâm vô lượng sạch đó. Xả vô lượng cho sạch mà, mà bây giờ mình còn như thế này là mình chưa xả, phải không? Các thầy thấy rõ Thầy bây giờ là chưa xả: chưa xả đồ chúng, chưa xả cái chùa mình nè, chưa có ba y một bát mà, thì như vậy chưa xả sạch. Nó còn vi tế, coi chừng cái vi tế này nó sẽ trở thành cái lớn của nó đó. Cho nên ở đây thấy rất rõ. Qua những cái bức thơ của thầy Thiện Thiên, thầy chưa nhận ra được cái ý chỉ của Thầy cho nên thầy nghĩ rằng phải lợi ích chúng sanh, phải làm Bồ Tát hạnh. Nhưng Bồ tát hạnh coi chừng xả vô lượng tâm chưa sạch.

Để kết luận buổi giảng hôm nay, thì chúng ta đã học tới đây thì nó cũng gần tới giờ ăn cơm, chúng ta phải xả nghỉ.

2.4.5 Xả tâm ngủ

Bây giờ chúng ta tiếp tục cái bài học, bây giờ chúng ta xả cái ngủ. Hồi này là mình xả năm cái thứ kia rồi, bây giờ mình xả tới cái ngủ là cái cuối cùng. Năm thứ dục lạc thì cái ngủ là cái cuối cùng. Bây giờ tới phần xả dục lạc ngủ.

Ngủ là một thứ dục lạc trong năm thứ dục lạc khiến cho con người thích thú ham mê ngủ. Ngủ là một trạng thái ngu si mê muội, ngủ là một trạng thái bản thân đã dột, lười biếng. Cho nên những người lười biếng

là những người ham ngủ.

Ngủ có nhiều cấp độ. Ở đây quý thầy thấy trong cái trạng thái ngủ nó làm cho con người si mê lắm. Do đó mà đức Phật gọi là thùy miên hay vô ký. Đó là cái danh từ để chỉ cho cái người mà lười biếng, hay ngủ, cái người mà ngu si, cái người không có thông minh. Cho nên gọi là hôn trầm thùy miên. Thì cái ngủ chúng ta cũng phải biết nó cũng có nhiều cấp độ, không phải nó có một cái hôn trầm thùy miên không thì nó chưa đủ. Vì vậy ở đây Thầy muốn chỉ cho chúng ta thấy năm cái trạng thái mà nó đi vào ở trong cái gọi là ngu si.

Thì đó là:

- Thứ nhất là nó hôn trầm,
- Thứ hai là thùy miên,
- Thứ ba là hôn tịch,
- Thứ tư là vô ký,
- Thứ năm là ngoan không.

Năm cái trạng thái này mà cái người mà tu thiền thì thường gặp lấy những trạng thái này. Cho nên cái người mà ngồi lâu luôn luôn lúc nào cũng bị rơi vào trong năm cái trạng thái này.

Và cái hôn trầm thì như thế nào? Hôn trầm là một cái người ngồi một lúc thì lại vô

ký đi, quên mất đi rồi gục xuống một cái rồi mới ngước cái đầu lên. Thì cái trạng thái mà gục xuống như vậy đó gọi là hôn trầm.

Còn thùy miên là như thế nào? Thùy miên là cái người đó ngồi cúi cái đầu xuống hoặc quẹo cái cổ qua một bên, rồi bị quên mất đi, ngủ say ở trong giấc ngủ đi. Thì cái đó là thùy miên. Nghĩa là *thùy là ngủ*, miên là nó tiếp tục miên man, miên mật ở trong đó, ở trong cái giấc quên nó đi, ở trong cái không biết đó thì gọi là thùy miên.

Thứ ba là hôn tịch. Hôn tịch là một lúc thì mê, một lúc thì tỉnh tỉnh, mơ mơ màng màng đó. Những cái người mà ngủ mà không say mà cũng không gục đó, mà lúc thì tỉnh lúc thì mê. Cũng như quý thầy tu về hơi thở. Lúc thì biết hơi thở, lúc thì không biết hơi thở. Đó gọi là cái trạng thái hôn tịch. Nó cũng thuộc cái loại ngủ đó. Nhưng mà ngủ, vừa ngủ vừa mê vừa tỉnh thì cái đó gọi là hôn tịch.

Còn thứ tư thì thuộc loại vô ký. Vô ký là nó chợt nó quên đi. *Thứ nhất* là nó quên cái tâm cho nên lúc bây giờ vừa chợt quên thì nó mất cái tỉnh. Nó mất cái tỉnh thì cái niệm vọng tưởng nó xen vô liền. Cái đó gọi là vô ký. Nó quên rồi nó mới có cái niệm khác xen vô. Hoặc là nó quên, nếu mà cái thân nó quên đi thì nó có tiếng động hoặc

cái gì đó nó giựt mình, hoặc là nó vừa quên vừa giựt mình. Thì đó, cái thân nó cũng vô ký đó. Đó là những cái nó vô ký, nó kéo dài thì cái vô ký nó trở thành một cái trạng thái gọi là ngoan không. Nó mới chợt mà vừa quên vừa quên đó thì đó là nó vô ký. Mà nó kéo dài một cái thời gian dài ra từ nửa tiếng hai ba tiếng mà không ngờ, nó không giống như ngủ, không giống như thùy miên mà nó không ngờ ở trong đó thì đó gọi là ngoan không.

Cho nên năm cái loại mà ngủ này thì nó gọi là cái ngu si. Cái người mà rơi vào trong cái trạng thái đó không còn có thông minh nữa, mà càng ngày nó đi tới cái ngu si. Nghĩa là cái người ngồi thiền nhập định vào cái ngoan không này thì lâu ngày họ phát ra cái trí tuệ của tướng. Họ tướng giải. Họ tướng là đúng nhưng sự thật ra họ nêu những cái kiến giải, tướng giải đó ra làm cho lầm lạc tất cả những lối đi, làm cho phá những cái giới luật, làm cho những khuôn phép của Phật mất đi để cho họ được tự tại ở trong cuộc sống, chạy theo cái ngũ dục lạc. Cho nên cái người rơi vào ngoan không này thường hay phát triển cái pháp tướng. Vì thế mà người sau này dễ bị lầm lạc. Tướng là cái pháp đó là đúng cho nên từ đó mà làm lệch đi con đường tu theo đạo Phật. Làm tất cả những người sau này mất lối không còn biết

đường đi nữa. Đó là những cái mà người tu thiên sai rơi vào những cái ngoan không tạo thành những cái pháp tướng. Vì vậy mà đời mất lối đi, mất cái đường tu giải thoát. Cho nên từ cái chỗ ngu si này nó đưa đi đến cái chỗ ngu si khác mà tưởng rằng mình đã có trí tuệ. Đó là cái sai rất lớn trong sự tu tập theo đạo giải thoát. Tất cả những loại ngu này gọi chung là si thiên hay mê định.

Đó thì nói chung những cái loại này nó bắt đầu mà người mới vô tu mà không biết. Cho nên đức Phật dạy chúng ta vào bắt đầu tu thì tu cái Chánh niệm tỉnh thức làm cho cái sức tỉnh của chúng ta. Cho nên *đi kinh hành* nhiều để hành động trên cái hành động, trên thân quán nội thân trên cái hành tướng của nó để mà tu tập, để làm cho cái sức tỉnh. Vì vậy mà nó không rơi vào hôn trầm thù miên, hôn tịch, vô ký, ngoan không. Còn nếu chúng ta không tu tập cái này mà vội vào khép chân ngồi kiết già, rồi đặt một cái hơi thở, hoặc một cái đề mục nào đó rồi chúng ta ngồi, mà ngồi quá lâu thì cái cơ thể nó bị mệt mỏi do đó nó thiếp dần đi ở trong những cái trạng thái ngủ, cái trạng thái si mê này nó tạo ra những cái cảnh giới, nó tạo ra những cái trí tuệ không đúng cách, làm cho lệch lạc cái sự tư duy, mất cái trí tuệ. Bởi vì nó ngu si, đó là si định nên nó làm cho chúng ta ngu si mà cứ ngỡ

tưởng mình là trí tuệ. Từ đó mình dẫn mình đi trên con đường tu hành lạc nẻo mà không hay biết. Cho nên tất cả ngũ này đều gọi chung là si thiên, mê định. Kẻ tu tà thiên, định tưởng thường rơi vào trạng thái này. Nghĩa là cái người tu thiên thuộc tà thiên, định tưởng thì họ thường rơi vào trạng thái 5 cái loại ngũ này không có thể nào mà sai. Nghĩa là luôn luôn quý thầy cứ nghiệm qua cái sự tu tập của quý thầy từ lâu đến giờ mà quý thầy không được hướng dẫn tu ở trong Chánh niệm tỉnh thức rất kỹ lưỡng. Bây giờ quý thầy ngồi lâu thì cũng rơi vào trong năm cái loại ngũ ngu si này, trong năm cái thứ mê muội này, chứ không có thoát khỏi cái nanh vuốt của năm loại ngu si này.

Có dịp nói về thiên Thầy sẽ giảng tất cả những cái loại si thiên này để cho quý thầy rõ hơn. Bây giờ Thầy dạy cách xả tâm vô lượng ngũ. Bởi vậy cho nên năm cái loại ngũ này nó biến ra vô lượng cái ngu si tức là vô lượng cái ngũ của chúng ta, si mê của chúng ta. Bây giờ Thầy sẽ dạy quý thầy áp dụng cách nào để mà hành pháp, để cho nó đạt được xả cái vô lượng tâm ngũ này chúng ta được tỉnh táo, được sáng suốt, được thông minh để lấy cái trí tuệ chúng ta dẫn lối cho chúng ta đi đến con đường giải thoát chân chánh.

Khi một người tu hành đã bị năm thứ si

thiền này thì phải vận dụng hết sức để phá nó. Gặp nó rồi thì phải hết sức tận dụng phá nó chứ không có được theo nó. Mà hễ nghe mỗi một là lo đi ngủ thì không được. Hoặc là ngồi thiền mà nghe an lạc rồi thiếp dần ở trong đó, rơi vô cái trạng thái ngoan không cũng không phải là tốt lắm đâu. Phải phá nó đi cho được, phải tìm mọi cách không có được cho nó nhập vào tâm, vào thân của chúng ta.

Vì thế *người cư sĩ* mới trau dồi tâm mình thì ngay đây cũng phải trau dồi tâm xả vô lượng ngủ. Vì cái ngủ cũng có vô lượng hình thức và trạng thái ngủ khác nhau. Bây giờ Thầy kể ra một số trạng thái ngủ để cho quý thầy biết. Chứ nếu mà quý thầy cứ nói năm cái loại này rồi không biết nó xảy ra như thế nào để mà chúng ta thấy được năm cái trạng thái ngủ. Bởi vì ở đây Thầy nói nó có vô lượng cái ngủ chứ không có phải có một cái ngủ. Vì cái ngủ cũng có vô lượng hình thức và trạng thái ngủ khác nhau.

- *Như đi xe tàu bị sóng như say say ngủ*. Đó, quý thầy có đi tàu đi xe rồi quý thầy biết, nó gật gà gật gù, nó làm chúng ta mệt nhọc cơ thể chúng ta hoặc là bị say sóng say gió. Do đó nó làm chúng ta ngây ngây như ngủ mà không ngủ. Đó là cái những cái trạng thái nó làm cho chúng ta mê mà không tỉnh đó.

- *Bị cảm gió, thân lừ đừ nóng lạnh.* Đó, khi mà chúng ta bị cảm gió hoặc bị mưa thì thân của chúng ta nóng lạnh nó cũng làm chúng ta buồn ngủ. Tất cả những bệnh khác đều có trạng thái không tỉnh táo. Nghĩa là mọi cái bệnh tật nhiều khi nó làm cho cơ thể chúng ta uể oải khó chịu, do đó chúng ta lừ đừ. Đó là những cái trạng thái ngủ, cơ thể lờ đờ.

- *Tu sai cũng buồn ngủ.* Nghĩa là chúng ta tu sai nó cũng buồn ngủ nữa, nghĩa là không đúng nó cũng buồn ngủ nữa. Cũng như trong cái pháp số tức mà nó số tức đến một mức nào đó mà quý vị số tức quá mức của nó thì nó cũng sanh ra buồn ngủ cho quý vị nữa. Chứ không phải quý vị số tức là nó tỉnh đâu. Nó quá cái sức. Ví dụ bây giờ cái sức của chúng ta số tức đến một ngàn hơi thở đi mà chúng ta tăng lên chừng một ngàn rưỡi, hai ngàn hơi thở thì lúc bây giờ chúng ta sẽ bị buồn ngủ. Rồi chúng ta không biết tìm ở đâu mà cái buồn ngủ này ra, nhưng mà do vì chúng ta đếm quá sức nên cái sự tập trung ở trong cái số đếm mà từ một ngàn hai ngàn hơi thở như vậy thì nó làm cho quý vị bị buồn ngủ. Rồi từ cái buồn ngủ đó quý vị không còn nhớ đến nữa.

- *Trụ tâm không đúng chỗ là buồn ngủ.* Nếu mà trụ tâm không đúng chỗ nó sẽ sanh ra buồn ngủ. Nó phải đúng cái chỗ nó

thì nó mới tỉnh, còn không đúng chỗ nó thì nó sẽ sanh ra buồn ngủ.

- *Làm quá sức cũng buồn ngủ.*

- *Sống cô đơn một mình cũng buồn ngủ.*

- *Lười biếng cũng buồn ngủ.*

- *Rượu chè, bài bạc, trác táng cũng buồn ngủ.*

- *Trai gái dục lạc quá độ cũng làm buồn ngủ, v.v..*

Đó là những cái có thể đưa đến chúng ta vô lượng cái buồn ngủ, cái ngủ.

Vậy muốn xả tâm vô lượng ngủ này phải làm sao? Thì bây giờ chúng ta phải hiểu được những cái trạng thái đó để mà chúng ta biết nó là cái trạng thái ngủ nó ở trạng thái nào để mà chúng ta đối trị nó cho nó hết. Cũng như bây giờ mình bị bệnh mà ngủ thì mình phải tìm thuốc thang mình uống cho hết bệnh. Đằng này mình lại bắt nó đi kinh hành, mà đi hết nổi nữa. Đi riết một hơi chắc là vô nằm đó ngủ luôn chớ không bao giờ tỉnh lại được nữa. Đó là cái sai, trị nó phải trị cho đúng cách, không có thể trị cái ngủ bằng cái phương pháp nào cả. Mà phải tùy theo cái trường hợp ngủ đó mà trị thì nó mới hết. Phải tùy theo những trạng thái cơ thể bệnh tật hoặc thuốc thang, hoặc

ngủ ngơi dài hạn, hoặc dứt bỏ những trò chơi trác táng, hoặc dứt bỏ không được làm quá sức lực cơ thể cũng như tinh thần.

Thì quý thầy thấy ở đây Thầy dạy rất là rõ ràng cụ thể. Phải xét buồn ngủ cái mệt nhọc nó ở trong cơ thể chúng ta ở chỗ nào để rồi từng đó tùy cái đó mà chúng ta trị bệnh buồn ngủ này. Thì nó sẽ tỉnh táo và thông minh sáng suốt. Chứ còn nếu mà cứ làm quá sức hoài vừa tinh thần vừa cơ thể của mình thì cái người đó lừ đừ buồn ngủ thì nói sao mà họ không thông minh. Họ thông minh nhưng họ làm quá sức thì làm sao mà họ còn thông minh nữa. Đầu óc tối ngày cứ suy tư hoài làm sao mà thông minh, ít ra họ cũng phải nghỉ ngơi. Như vậy, muốn cho chúng ta có thông minh thì đừng có làm quá sức. Đó là những cái để đối trị lại, để làm cho chúng ta càng ngày càng có trí tuệ, có ý thức rất là thông minh, chính xác trong công việc làm.

Ở đây người muốn xả tâm vô lượng ngủ này phải hết sức thận trọng trong việc trau dồi tâm này. Nghĩa là phải hết sức thận trọng, phải rõ ràng từng cái buồn ngủ để mà trau dồi cái tâm của chúng ta, chứ không phải là muốn trau dồi nó, đặt nó ở chỗ nào, sai nó thì không thể được.

1. Phải biết buồn ngủ trong thân mình

là loại nào. Đó thứ nhất mình phải xét nó ở trong thân mình nó thuộc loại nào.

2. Tùy theo bệnh trạng buồn ngủ mà dùng thuốc thang trị bệnh.

3. Cương quyết, mạnh mẽ dứt bỏ những trò chơi không lành mạnh. Nghĩa là như uống rượu, chè hoặc là bài bạc thức thâu đêm, ca hát thâu đêm. Cái đó là phải kiên quyết dứt bỏ, để không khéo một đêm mà chơi vui vầy sáng ra ngủ gà ngủ gật suốt ngày mà không có thấy tỉnh thì tức là người đó rất là mê si.

4. Phải rèn luyện nghị lực, chiến thắng những trạng thái lười biếng. Nghĩa là luôn luôn lúc nào mình cũng phải tìm cách mà rèn luyện cái nghị lực của mình chiến thắng lại những trạng thái lười biếng vì trong trạng thái lười biếng nó cũng sanh ra buồn ngủ.

5. Lấy nước súc miệng, rửa mặt, hoặc tắm cho lạnh. Khi mà mình biết trạng thái lười biếng của mình thì làm cho nó lạnh, làm cho nó sợ thì nó mới hết. Cái thứ lười biếng thì lấy roi mà quất cho đau thì nó mới hết, cái thứ lười biếng lấy cây mà đập cho nó khổ thì nó mới hết, lấy muối mà xát ở trong những vết thương, lấy dao mà rạch, rồi lấy muối xát vô thì do đó nó hết buồn ngủ à. Đó là những trạng thái lười biếng mà làm như vậy thì nó sẽ hết.

6. Ngồi chỗ nguy hiểm cho tâm sợ hãi. Nghĩa là mình ngồi trên ngã ba nhánh cây hoặc ngồi trên tảng đá cheo leo làm cho nó tỉnh táo, nó không dám, nó sợ chết nên luôn luôn lúc nào cũng cảnh giác. Đó là những điều kiện như mình ở trên núi mà thấy buồn ngủ thì trèo lên cục đá nào cheo leo mình ngồi trên đó. Nếu mà ngủ thì cho mày rớt gây cổ cho chết cho rồi. Vì vậy nó sẽ tỉnh táo nó không dám ngủ. Bởi vì phải tìm mọi cách để phá nó chớ nếu không thì chúng ta sẽ tìm cách chui trong thất hoặc là chui trong giường mà ngủ à.

7. Đọc kinh sách. Nếu mà mình thấy buồn ngủ thì mình lấy kinh sách mình đọc rồi mình suy tìm nghĩa lý trong đó thì một hơi nó tỉnh táo.

8. Ngồi quán xét, tìm xem cái ngủ ở đâu. Đây là Thầy nêu ra tất cả để cho quý thầy thấy biết được cách mà phá ngủ. Quán xét xem cái ngủ từ đâu mà nó đến, từ đâu mà nó làm cho tay chân bần thần lơ đãng như thế này. Đó là các thầy dùng cái sức quán xét, đặt cái niệm trước mặt rồi ngồi đó mà quán xét cái ngủ, một lúc thì cái ngủ nó mất.

9. Xem sao trên trời, tìm lý do diễn biến của vũ trụ. Đó cái người mà thích thiên văn, cái tâm mà thích thiên văn thì lúc bấy giờ buồn ngủ thì mới đi ra nhìn trời, nhìn sao,

tìm hiểu sự diễn biến thấy sao này xét qua, sao kia lặn mất điều đó làm cho người này thích thú nó quên ngủ.

10. Đem một số truyện hình ra xem. Cái người thích xem hình ảnh đánh nhau hoặc thể này thể khác thì chúng ta đem một số truyện hình ra chúng ta xem một hơi thì chúng ta hết buồn ngủ.

11. Đi kinh hành tu tập tỉnh thức. Cái thứ 11 này là cái điều kiện của người tu sỹ chúng ta đó. Chúng ta phải tập tỉnh thức, phải đi kinh hành, phải đi cho nhiều, đừng có lười biếng thì nó sẽ tỉnh thức được. Mà biết cách áp dụng pháp hướng để nhắc tâm chúng ta thì chúng ta sẽ tỉnh thức mà phá đi cái buồn ngủ.

12. Tu vô lậu, quán xét thân tâm, tìm vô thường, khổ, vô ngã và bệnh tật ở trong thân của chúng ta. Đó chúng ta dùng Định Vô Lậu, dùng Định Chánh niệm tỉnh thức chúng ta cũng có thể phá được cái buồn ngủ.

13. Đi kinh hành trau dồi lòng từ tâm của mình dưới bước chân đi, tránh giẫm đạp chúng sanh. Khi mà ban ngày cũng như khi ban đêm thì chúng ta lại hướng tâm chúng ta để nhắc tâm chúng ta tránh dẫm đạp chúng sanh. Còn một câu ám thị mà Thầy chưa nhắc là khi đi ban đêm con mắt chúng ta không nhìn thấy chúng sanh ở dưới

chân, thì chúng ta không thể thế nào làm sao mà tránh được. Vì vậy mà chúng ta phải nhắc, bởi vì Phật đã nói **đạo cảm ứng giao nan tư nghĩ**. Tâm chúng ta có lòng thương thì cảm ứng được với chúng sanh cho nên chúng ta phải dùng câu hướng như thế này:

“Ban đêm tôi đi kinh hành, không thấy chúng sanh. Xin tất cả chúng sanh dưới chân tôi hãy tránh cho tôi đi”.

Thì mình phải hướng câu nói đó để giao cảm với nhau mà khi bước chân mình vừa đến là tất cả chúng sanh đã rời khỏi. Đó là vừa phá buồn ngủ mà cũng vừa trau dồi tâm từ của chúng ta dưới bàn chân trong lúc đêm khuya thanh vắng, trong lúc tối mờ mà không thấy đường.

14. Dùng pháp hướng như lý tác ý:

“Cái ngủ này vốn không có trong thân tứ đại này, chỉ do ngu si, mê muội, lười biếng, thiếu tinh tấn nên mới thọ sanh. Thọ vốn vô thường, lúc có lúc không. Vậy thọ uẩn phải dừng trạng thái ngủ nghĩ mê muội này, không được tái diễn, phải chấm dứt ngay”.

Đó là câu pháp hướng cuối cùng để chúng ta phá cái thọ mê ngủ này, phá cái thọ ngu si này. Thường xuyên khi mà chúng ta đặt niệm nó như vậy phải là ngồi kiết già lưng thẳng hân hoi, phải dùng câu này để

hướng tâm ám thị một cách chắc chắn, đánh đuổi cái thọ ngu si này ra. Chỗ chữ **phải chắm dứt** nói như truyền lệnh, phải càng mạnh càng tốt, làm cho tất cả sức tinh thần của chúng ta dồn tại đó mà đuổi những cơn lừ đừ say say của cơ thể. Nói như truyền lệnh là dùng tâm lực của tinh thần mạnh bạo làm cho cơn ngủ mau lui bước.

Đó thì quý thầy thấy Thầy chỉ dạy cho quý thầy những pháp rất cụ thể. Nếu quý thầy gằn những nhiều lần ở cái chỗ **phải chắm dứt** cho nó mạnh bạo, từ cái cơn ở trong thân của quý vị dùng lực mà đẩy ra thì chừng hai ba câu như vậy là quý thầy đã tỉnh táo không còn buồn ngủ nữa.

Đó là hôm nay Thầy dạy cho quý thầy xả tâm vô lượng ngủ để cho biết cách mà xả cho tận gốc nó. Khi đối với bệnh buồn ngủ phải thông minh sáng suốt. Quý thầy phải sáng suốt thông minh chớ không thể nào thiếu sự thông minh mà đối trị nó được, nếu không thông minh sáng suốt thì buồn ngủ lại buồn ngủ nhiều hơn. Nghĩa là mình trị nó mà mình lại buồn ngủ hơn. Còn nếu thông minh sáng suốt thì mình trị đúng bệnh của nó thì nó mau hết. Nếu mà không thông minh sáng suốt thì vất vả hơn.

Cho nên quý thầy tu theo đạo Phật thì thứ nhất là siêng năng, bền chí, *đi kinh*

hành nhiều. Đó là cách thức mà quý thầy theo đạo Phật như ông Phật ngày xưa luôn luôn đi kinh hành ở trong khu rừng của ông ta. Và chúng ta nên bắt chước gương hạnh của Phật mà luôn luôn nên đi kinh hành như vậy để phá đi những cái mê muội này làm cho tỉnh thức luôn luôn.

Luôn luôn phải trau dồi tâm phá ngủ dưới chân mình bằng pháp hướng tâm như lý tác ý: **“Buồn ngủ, phải lui đi! Lười biếng, phải lui đi!”**.

Đó là những câu ám thị ngắn mà chúng ta vừa đi vừa nhắc nó khi biết tâm mình đang buồn ngủ, đang lờ đờ, đang không tỉnh táo, rồi tiếp tục chúng ta lại hướng tới nữa: **“Cơn mơ mơ, say say, hãy lui đi! Thân tâm phải tỉnh táo”**. Chúng ta nhắc nhiều lần như vậy trong khi đi, như ra lệnh một lúc thì hết hôn trầm, thù miên.

Đó thì quý thầy thấy mình có pháp để phá nhưng từ lâu tới giờ chưa có ai triển khai ra được cho nên mình không biết mà phá. Vì vậy mà cứ buồn ngủ phải chịu buồn ngủ thôi, không bao giờ hết được. Hôm nay giáo án này Thầy sẽ dạy hết tất cả những kinh nghiệm để cho quý thầy về tự mình về mà lấy pháp mà làm chỗ nương tựa vững chắc mà trau dồi thân tâm của mình để làm chủ sanh tử.

Để kết thúc Tứ vô lượng tâm, Thầy tóm lại để quý thầy nhận định cho rõ ràng cách hành trì pháp môn tu tập. Phải chính xác thì mới có hiệu quả. Nếu tu tập không kết quả ngay liền hiện tại là do quý thầy tu tập sai hoặc là dùng pháp hướng sai không đúng cách, không đúng chỗ nên không hiệu quả. Nghĩa là trên bước đường tu tập chúng ta có pháp hành, nhưng mà pháp hành dùng không đúng chỗ, không đúng bệnh thì cái pháp hành đó sẽ không có hiệu quả. Nếu quý vị biết hành đúng mọi trường hợp của nó thì pháp hành sẽ có hiệu quả ngay tức khắc làm cho tất cả những cơn hôn trầm buồn ngủ, thù miên sẽ lui bước và tâm quý vị được thanh thản, được tỉnh táo, rất là tỉnh táo.

1. Các thầy nên lưu ý: Nếu pháp hướng của ý thức dùng thì pháp hướng phải cụ thể, có đối tượng. Đó quý vị muốn dùng cái ý thức của quý vị dùng thì pháp hướng đó phải có đối tượng trước mặt quý vị thì quý vị dùng nó mới đúng cách. Nếu pháp hướng là tưởng thức thì pháp hướng không cụ thể, phải trừu tượng.

Đây bây giờ Thầy nói như thế này: Người ta ngồi người ta quán cái thân ma, hay quán bộ xương trắng thì cái bộ xương trắng không thể nào là đối tượng trước mặt chúng ta được mà phải là tâm chúng ta tưởng ra.

Do đó, đề mục đó nó thành ra một cái trừu tượng, nhưng chúng ta dùng pháp hướng mà nhắc cái tưởng đó thì nó mới đúng cách là chúng ta biết dùng pháp hướng đúng với tưởng. Còn bây giờ trước mặt chúng ta có hơi thở ra vô thì chúng ta hướng hơi thở đó, thì như vậy là ý thức chứ không phải tưởng thức. Quý thầy phải lưu ý cái phần này nếu không quý thầy dùng tưởng mà quý thầy tưởng là ý thức. Quý thầy dùng ý thức rồi quý thầy dùng đề mục tưởng trừu tượng thì 2 cái này sẽ không có hiệu quả và nó có hiệu quả thì nó sẽ chéo cẳng gối, nó sẽ đưa quý thầy vào chỗ không có đúng cách, nó sẽ đi vào con đường thiên sai, không đúng.

2. Các thầy tu tập nội tâm phải an trú trong **chánh niệm**. Nghĩa là trong khi tu tập quý thầy phải giữ tâm mình ở trong chánh niệm. Khi bây giờ mình đặt một cái niệm để cho mình tu, trau dồi cái tâm từ của mình thì luôn luôn mình phải ở trong lòng thương yêu mà mình đặt cái niệm, chớ đừng có ở trong cái tâm mà dao động, nhớ cái này, nghĩ cái kia, ham cái nọ thì cái chánh niệm đó nó không phải là chánh niệm. Ở đây Thầy nhắc lại cho quý thầy nhớ khi làm một cái gì thì phải cho chính xác cái đó, cái tâm của mình phải biết cái niệm đó nó ở chỗ nào. Như trau dồi tâm từ thì phải ở cái lòng thương yêu như thế nào, tâm bi thì nó phải ở cái lòng

thương yêu như thế nào để đặt cái đó gọi là cái chánh niệm. **Cái chánh niệm là cái niệm chơn chánh ngay trong sự trau dồi đó chứ không phải là chánh niệm bằng cái niệm đúng.** Mọi cái niệm đều có niệm đúng nhưng mà mình đặt không đúng chỗ mình trau dồi thì cái đó trật, không có đúng. Cũng như bây giờ mình đang ở cái chánh niệm của thân bất tịnh, thân vô thường mà mình trau dồi tâm từ thì đó là sai. Đó thì cái chánh niệm kia là chánh niệm ở trong cái chỗ khác chớ không phải là chánh niệm ở chỗ trau dồi tâm từ.

Muốn tu tập cho đúng cách thì quý thầy phải hiểu được cái này thì quý thầy mới thấy được cái chỗ vi diệu của Phật pháp. Tức là pháp hướng tâm Như lý tác ý không được xao nhãng. Nghĩa là lúc bấy giờ cái pháp hướng đó nhắc chỗ đó là tâm phải ở chánh niệm đó cho nên nó không xao nhãng được cái chỗ đó. Phải tỉnh thức cao độ. Phải cái sức tỉnh thức ở đó không được mờ mờ, mà phải tỉnh thức ngay cái niệm chỗ đó, cho nên không bao giờ thất niệm. Vì vậy Phật gọi người tu sĩ mà thất niệm là bị ma dẫn. Tức là bây giờ chúng ta có cái chánh niệm nào đi nữa mà *không đúng ngay đối tượng đang trau dồi pháp đó thì cái đó chúng ta vẫn bị ma dẫn.*

Nếu tỉnh thức cao độ chưa có thì quý

vị phải tu Chánh niệm tỉnh giác định. Thấy sức tỉnh mình chưa có, cứ một lát nó lại nhớ cái niệm gì, cái niệm này cái niệm khác xen vô nó làm thất niệm thì phải tu Chánh niệm tỉnh giác định hoặc tu tập Vô lậu định. Nghĩa là quý vị biết rằng khi mà cái tỉnh thức của mình không có có cao độ là mình tu tập cái Chánh niệm tỉnh giác định ít hoặc là tu tập Định vô lậu ít, *bây giờ phải tu tập hai cái định này nhiều thì quý vị mới có đủ sức tỉnh*. Bởi vì mình biết được cái thân và tâm của mình, cái sức tỉnh thức của mình cao hay thấp mình vẫn biết mình hơn ai hết, và biết thì mình phải lo tu cái định gì để cho sức tỉnh thức đó cao hơn để rồi chúng ta sẽ trau dồi được cái thân tâm của chúng ta trong mọi pháp của Phật dạy.

3. Và khéo léo giữ tâm vững trú trong các thiện pháp. Nghĩa là luôn luôn lúc nào mà thực hiện pháp của Phật rồi thì giờ nào, phút nào chúng ta cũng phải giữ tâm mình ***vững trú*** ở trong các thiện pháp, các thiện pháp như chúng ta học thập thiện đó. Luôn lúc nào chúng ta cũng giữ nó trong các thiện pháp đó. Không cho ác pháp xâm chiếm tâm, và ***không cho các ác pháp đặt chân nơi tâm***. Nghĩa là chúng ta luôn luôn cảnh giác đến cái mức độ nó xâm chiếm vô mà không cho nó đặt chân đứng vô trên tâm ta nữa. Đó là cái phần ba.

4. Từ tâm giải thoát phải được tu tập trau dồi thường xuyên, làm cho sung mãn, làm cho thành cỗ xe, làm cho thành cứ điểm, làm cho được kiên trì, làm cho được tích lũy, tích tập, khéo tinh cần siêng năng thực hành theo lời chỉ dạy pháp hành trì của Phật, của Thầy thì kết quả giải thoát an lạc đến cho quý thầy thì rõ ràng. Thì cái phần bốn quý thầy phải cố gắng kiên trì tập luyện đến cái pháp Tứ vô lượng tâm này. Như Thầy đã nhắc hồi nãy: *từ tâm vô lượng giải thoát phải trau dồi thường xuyên, làm cho sung mãn*. Nghĩa làm cho chúng ta được cái lòng thương thực sự, không phải là sơ sơ đâu. Nghĩa là hàng ngày phải trau dồi nó liên tục chứ không có học rồi mà tu sơ sơ thì nó chẳng có làm gì được hết. Nên phải làm cho nó sung mãn, làm cho nó thành cỗ xe. Nó thành một cái cỗ xe mà chở cái lòng thương của chúng ta trên đó mà rải cho tất cả chúng sanh đó. Làm thành cái cứ điểm chắc chắn, cái lòng thương chắc chắn là một cái cứ điểm không có ai mà xâm chiếm cái cứ điểm của chúng ta. Làm cho được kiên trì, làm cho cái lòng thương yêu đó nó vững bền nó không có bị thay đổi được, làm cho được tích tập, làm cho nó được nhiều lên càng tốt càng hay.

Ở đây thì tới cuối cùng thì chúng ta phải khéo tinh cần, tức là siêng năng tinh

cần phải khéo léo thực hành theo lời chỉ dạy pháp hành trì này của Phật, của Thầy thì kết quả sẽ được giải thoát. *Nội tu bao nhiêu đó thì quý thầy cũng thấy rằng quý thầy đã được giải thoát rồi chớ chưa nói gì tu nhiều nữa.* Nhưng đây mới là khởi sự mà thôi. Để bổ túc cho tâm vô lượng giải thoát này quý thầy phải tu nhiều cái nó mới tích tập thành được thành cứ điểm, nó mới thành cỗ xe, nó mới làm cho sung mãn chớ không phải bây giờ mà chúng ta tập như vậy mà nó ngay liền được. Chúng ta còn phải học tập, tu tập nhiều cái khác nữa. Cho nên từ đó cái sức tỉnh táo, cái sức mà an lạc, cái sức mà giải thoát, cái sức xả bỏ chúng ta mới đoạn dứt tất cả những cái khác thì nó mới thành tựu cái tứ tâm vô lượng này.

5. Bi tâm vô lượng giải thoát cũng tu tập như vậy. Nghĩa là hồi nãy mình từ tâm mình cũng tu cho nó thành cỗ xe thì bi tâm cũng tu cũng thành cỗ xe cho nó sung mãn. Nó cũng thành cái cứ điểm. ***Rồi hỷ tâm vô lượng*** chúng ta cũng tu như vậy, cũng làm cho nó thành cỗ xe, thành cứ điểm cho nó kiên trì, cho nó sung mãn. Tất cả những cái đó ta phải tập, phải làm.

6. Xả tâm vô lượng giải thoát cũng tu theo đúng như lời Thầy dạy, cũng làm cho nó thành cỗ xe, thành cứ điểm, cho nó sung mãn, nó tích tập cho nó sâu. Vì vậy mà nó

mới xả được tất cả các pháp trên thế gian này.

Cứ y chỉ theo lời dạy của Thầy, đặt trọn hết niềm tin ở Giới, Định, Tuệ. Tức là cứ y chỉ theo lời dạy của Thầy thì quý thầy đặt trọn niềm tin ở ba pháp Giới, Định, Tuệ của đức Phật và tất cả các pháp môn của Phật mà hôm nay Thầy đã triển khai thành một con đường có lý pháp, có hành pháp rất rõ ràng và cụ thể. Vén sạch những màn mây kiến thức tưởng giải của thế nhân đang phủ trùm trên ba Thánh pháp của đạo Phật (Giới - Định - Tuệ) khiến cho ba pháp này không còn ai thực hiện được, gần như chỉ còn là một danh từ suông. Còn toàn bộ tu sĩ Phật giáo thì sống ngược lại và không thực hành đúng pháp này. Đó thì hầu như là quý thầy cũng nhận thấy rất rõ là người ta đi ngược lại với cái pháp Giới - Định - Tuệ của Phật. Còn bây giờ Thầy vén ra để chúng ta thực hiện được từ Giới - Định - Tuệ. Để cho nó rõ ràng cái sự giải thoát mà đức Phật vì lòng từ bi mà Ngài đã đem dạy lại cho chúng ta. Cho đến bây giờ chúng ta bị bỏ quên những cái pháp rất là cao quý này.

7. Nếu ai sống đúng và hành đúng lời dạy của Thầy thì kết quả lòng thương yêu rộng lớn của quý vị phải trùm cả không gian và thời gian. Chừng đó thế gian này là thiên đàng, quý thầy là những du tăng khát

sĩ, rày đây mai đó, đời sống ba y một bát không có chùa to, tháp lớn. Quý thầy đã phủi sạch những sợi dây ràng buộc vật chất thế gian. Đời sống của quý thầy rộng bước trên thang, tâm hồn của quý thầy thương yêu chúng sanh như không gian phủ trùm vạn hữu. Bây giờ quý thầy không phải Phật, không phải Tổ, không phải Alahán, không phải Bồ tát mà là một con người như bao nhiêu con người khác, nhưng tâm hồn của quý thầy đã hòa cuộc sống của quý thầy với các cuộc sống của nhân thế bên nhau mãi mãi, không xa lìa chúng sanh một bước. Quý thầy là con người đã giải thoát với lòng thương vô tận.

Đó là kết thúc bài học về Tứ vô lượng tâm. Để cho quý thầy thấy rằng cái pháp Tứ vô lượng tâm tuyệt vời như vậy. Làm cho tâm hồn chúng ta rộng lớn bao la với muôn loài muôn vật. Ở đây Thầy xin đọc lại một cái chuyện của một vị cao tăng ở trong thời đức Phật mà đã thực hiện Tứ vô lượng tâm mà đức Phật đã ca ngợi rằng, đã ca ngợi Ngài là một người đệ nhất hạnh về từ bi vô lượng. Đây, cái người đó như thế nào, là ai, tên gì thì Thầy sẽ thuật lại cho quý thầy nghe để kết thúc cái bài pháp này.

Để kết thúc bài pháp Tứ vô lượng tâm Thầy thuật lại cho quý thầy nghe câu chuyện Thánh tăng thời đức Phật tu tập thiên quán

hướng niệm trau dồi Bốn tâm vô lượng để trở thành vị tỷ kheo đệ nhất về hạnh từ bi vô lượng. Ngài Siriti, Ngài là em trai của ông Cấp Cô Độc. Trong ngày ông Cấp Cô Độc cúng dường Kỳ Viên tịnh xá cho đức Phật, ông có chứng kiến và nghe pháp. Sau đó ông xin Phật xuất gia và thọ đại giới. Ngài thông hiểu hai loại giới luật, được đức Phật cho một để tài thiên quán hướng tâm tu tập, trau dồi thân tâm bằng pháp môn Tứ vô lượng tâm. Từ đó ngài trở thành một người đệ tử của Phật có từ tâm đệ nhất. Quý thầy nghe bài kệ của Ngài. Thầy đọc bài kệ khi ngài chứng đạt được Tứ vô lượng tâm:

Từ tâm ta trau dồi
 Phủ trùm khắp muôn phương
 Bi tâm ta trau dồi
 Thương khắp hết quần sanh
 Hỷ tâm ta trau dồi
 Vui hòa cùng vạn pháp
 Xả tâm ta trau dồi
 Vạn vật đều chung vui
 Tâm ta khéo định tĩnh
 Tinh cần sống giải thoát

Nghĩa là ông chỉ có tu nhiều đó đã giải thoát, đã chứng được Tam minh ngay tức

khắc. Cái tâm mà thương yêu chúng sanh nó thanh tịnh tới mức độ đó. Ông truyền lệnh một cái, bởi vì trong khi tu tập trau dồi này ông thường dùng pháp hướng. Phật nói Như lý tác ý mà, cho nên lúc đó ông chỉ cần truyền lệnh bảo các hành trong thân ngưng, hơi thở ngưng thì tức nó ngưng liền là ông nhập Tứ thiền. Từ ở Tứ thiền ông hướng tâm nhắc tâm phải hướng về quá khứ thì Lậu tận minh, Túc mạng minh, Thiên nhãn minh, nó phải hiện ra tức khắc không phải mà ngồi nhiếp tâm, ức chế tâm như chúng ta dùng hơi thở đâu.

Người ta tu có bấy nhiêu đó người ta cũng đủ rồi. Vậy nên khi ông nghiên cứu về hai loại giới luật của Phật đã thấy tâm từ của ông tới mức độ nào. Bởi vì đức Phật dạy thiện pháp, mà thiện pháp tức là có tâm từ rồi, từ bi hỷ xả trong này rồi, cho nên do ông áp dụng vào bài pháp này mà ông thành tựu được đạo giải thoát nên ông là đệ nhất từ bi vô lượng. Ông được đức Phật xem như hàng đệ tử có tâm từ bi rộng lớn nhất trong hàng đệ tử, đệ nhất đệ tử của đức Phật.

Thì hôm nay Thầy đem mẩu chuyện, để lấy mẩu chuyện này làm cái gương để chúng ta noi theo. Trong khi Thầy tham cứu về phần lịch sử của các bậc Thánh tăng, Thầy đã thấy được những điều kiện thật là tuyệt. Bởi vì muốn mà mình nương theo các

bậc Thánh tăng trong thời đức Phật, thì thời mình đâu có Thánh tăng mà Phật bảo mình phải quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng. Mình phải theo những vị tăng, những vị tăng trong thời đức Phật mới gọi là Thánh tăng. Do những hàng mà tu như vậy chúng ta hãy nghiên cứu qua cái hành trình, qua hành trạng của các Ngài. Qua đó mà chúng ta mới tu tập cho chính mình. Chứ bây giờ mình nương quý thầy của mình thì phạm giới, phá giới hết rồi, mình nương sao cho được. Và hành động của quý thầy thì sống trong vật chất thì mình nương sao được mà giải thoát. Còn các vị Thánh tăng ngày xưa người ta sống trong rừng, ba y một bát, đi xin ăn vất vả. Rồi đây quý thầy sẽ thấy có nhiều vị người ta già cả mà người ta còn đi xin ăn, rồi người ta mệt nhọc, người ta nương gậy trèo lên núi hoặc thế này thế khác. Đọc tới những cái nổi già yếu của những vị mà theo đức Phật tu hành phải đi xin ăn chứ không phải ngồi ở nhà mà người ta đem cơm tới cho ăn được. Mà phải đi xin ăn hằng ngày. Và đồng thời những cái xin ăn hằng ngày mới ngộ được và tu tập rèn luyện mình để cho được giải thoát.

Thì đó là những công trình rất lớn trong những Thánh tăng trong thời đức Phật mà chúng ta không được học, không được nêu lên để làm gương hạnh tốt cho chúng ta noi

theo mà chúng ta thực hiện trong đời sống của chúng ta.

Hôm nay, đây là lần đầu tiên Thầy dạy cho quý thầy về hành trạng của bậc Thánh tăng. Rồi lần lượt trong bài giảng của giáo án này Thầy sẽ cho nhiều gương hạnh Thánh tăng để cho các thầy lấy đó làm gương soi cho mình, để trên bước đường tu tập đến khi giải thoát.

Hồi nãy kết thúc bài Tứ vô lượng tâm thì Thầy thuật lại một mẩu chuyện của một vị cao tăng trong thời đức Phật và Ngài có để lại cho chúng ta một bài kệ, nhưng đó là bài kệ của Ngài. Còn kết thúc bài giảng Tứ vô lượng tâm thì Thầy cũng có một bài kệ để nhắc nhở quý thầy tu tập. Bài kệ của Thầy như thế này:

Trau dồi từ tâm tốt

Lòng thương hòa vạn hữu

Trau dồi bi tâm tốt

Vạn hữu hết điêu linh

Trau dồi tâm hỷ tốt

Lòng vui khắp muôn loài

Trau dồi tâm xả tốt

Vạn vật sống an lành

Đó là những câu kệ của Thầy, Thầy nói

lên tâm trạng của Thầy như vậy. Thầy mong rằng quý thầy áp dụng câu kệ này mà nhắc tâm cho mình để cho hàng ngày mình trau dồi bốn tâm vô lượng này để sống được với vạn hữu, với sanh linh bằng cái cuộc sống chan hòa và an lạc. Đó là cái điều ước ao, ước mơ của Thầy để mong mọi người sống được với bốn cái tâm vô lượng này. Đó là kết thúc bài Tứ vô lượng tâm mà Thầy đã dạy, giảng giải cho quý thầy hiểu cái lý và cái hành pháp của nó. Thì quý thầy đã biết cái hành và biết rõ được cái lý của nó như thế nào là xong cái bài Tứ vô lượng tâm.



BẢNG SỐ 14: **TỨ CHÁNH CẦN**

Bây giờ chúng ta tiếp tục học Tứ chánh cần. Tứ chánh cần là bốn pháp dùng để trau dồi dứt trừ các ác pháp. Vậy Tứ chánh cần là gì? Tứ chánh cần là bốn pháp siêng năng, cần mẫn, tinh tấn, hợp với đạo lý nhân quả để giúp cho con người thoát ra khỏi cảnh khổ, bất hạnh của cuộc đời; để giúp cho con người thoát kiếp trầm luân khổ ải; để giúp cho con người mọi hành động không làm khổ mình khổ người và để giúp cho mọi người trau dồi rèn luyện thân tâm đạo đức nhân quả.

Như vậy Tứ chánh cần chúng ta phải hiểu bốn cái pháp chuyên cần này để giúp cho chúng ta thoát cuộc đời bất hạnh, để giúp cho chúng ta không làm khổ mình khổ, người và để giúp cho mọi người trau dồi thân tâm đạo đức của chúng ta trong nhân quả. Thì chúng ta phải biết cái pháp này nó trau dồi đạo đức nhân quả như thế nào? Bởi vì dạy về nhân quả mà không dạy về Tứ chánh cần thì chắc chắn là người ta chưa biết pháp hành, cho nên người ta nói nhân quả suông mà không có hành nhân quả. Còn ở đây

chúng ta chưa có dạy về nhân quả nhưng trước đây Thầy có giới thiệu chúng ta biết **ngiệp**. Nghiệp là cái nhân quả của nó đem đến cho chúng ta, từ cái nhân đến cái quả, chuyển kiếp rồi nó thành những cái nghiệp lôi cuốn chúng ta trong vòng sanh tử luân hồi. Thì cái nhân quả là như vậy. Nhưng dạy về nhân quả, đạo đức nhân quả thì nó phải có một cái giáo án riêng của nó. Cái đạo đức này, vì nó là cái đạo đức rồi thì nó phải có tuần tự từ thấp đến cao, cách thức tu học như thế nào của nhân quả. Vì vậy có dịp Thầy sẽ soạn giáo án đạo đức nhân quả giúp cho mọi người có đường lối trau dồi, học tập đạo đức nhân quả để đem lại sự an lành, thanh bình cho con người trên thế gian này. Nhưng bây giờ thì chúng ta không có thời gian để mà viết thành cái giáo án của đạo đức nhân quả.

Tứ chánh cần chia làm *bốn vai trò để trau dồi các hành trong thân*. Nghĩa là nó có bốn phận sự để mà trau dồi các hành, nó trau dồi các hành động, không phải là trau dồi cái trừu tượng như chúng ta trau dồi Tứ vô lượng tâm đâu, mà nó trau dồi các hành động trong thân của nó. Cái hành động trong thân của nó như thế nào thì chúng ta sẽ lần lượt, Thầy sẽ giải bày để chúng ta thấy được các hành động trong thân của chúng ta.

Một: siêng năng cần mẫn ngăn ngừa

những điều ác chưa phát sanh. Ở đây là cái lý thôi, nói cái lý là ngăn ngừa; rồi cần mẫn ngăn ngừa như thế nào thì chắc chắn đó là danh từ rỗng, không đúng nhưng phải nói cho quý thầy biết, để cho quý thầy có những cái lý; mà phải nói cho hiểu để biết ngăn ngừa. Sau đó chúng ta hành thì chúng ta mới biết biến ra các hành động ngăn ngừa như thế nào và phòng ngừa nó như thế nào.

Hai: phải siêng năng cần mẫn dứt trừ những điều ác đã phát sanh. Dứt trừ đây chỉ nói danh từ suông, đó là cái lý nói dứt trừ, chứ dứt trừ phải bằng cái hành động, phải bằng cách tập luyện như thế nào để dứt trừ các pháp ác. Đó là cách thức đoạn dứt nó chứ không thể nói dứt trừ suông mà nó dứt các pháp ác được. Cho nên hầu hết chúng ta phải giải cái lý của pháp rồi mới giải cái hành của pháp, rồi mới thấy cái chỗ hiểu nó, rồi mới cái chỗ hành nó như thế nào cho đúng.

Ba: là siêng năng cần mẫn trau dồi những điều lành chưa phát sanh. Bây giờ nói đến mình phải trau dồi những điều lành chứ còn khi không nó làm sao có trong tâm mình điều lành được. Cho nên phải trau dồi những điều lành đó. Cho nên những điều lành đó, chưa phát sanh thì phải trau dồi nó. Trau dồi nó một thời gian thì tất cả những pháp lành nó phát sanh ra.

Khi mà trau dồi một thời gian nó phát sanh ra thì đến **giai đoạn thứ tư** thì phải **siêng năng cần mẫn tiếp tục trau dồi những điều lành đã phát sanh**. Bây giờ trau dồi nó đã lớn rồi, nó đã khởi ra rồi thì bắt đầu mình phải trau dồi cho nó lớn mạnh lên để giúp cho người, để giúp cho mình, làm cho mình vui, làm cho người khác vui.

Trên bước đường tu học nó phải đi từng bước, từ cái hiểu cái lý cho đến cái hành của cái lý. Từ hiểu cái lý pháp cho đến cái hành của pháp. Thầy dạy đâu thì nó có những bước căn bản như vậy. Chứ không phải dạy chung chung được, lý với hành nó phải song song như vậy chúng ta hiểu mới rõ.

Bây giờ Thầy xin ôn lại những điều lành Thầy đã dạy quý thầy ở lộ trình thứ nhất.

Bây giờ ôn lại để chúng ta thấy mình đã học những cái pháp lành nào, những điều lành nào để cho mình biết.

Thứ nhất, như mình biết như là mười điều lành, mười điều lành tức là thập thiện đó, quý thầy đã học rồi phải không. Rồi bốn tâm vô lượng, quý thầy đã học rồi. Rồi mười điều lành bây giờ chúng ta mới đem áp dụng vô cái Tứ chánh cần này đó. Còn bốn Tâm vô lượng mình đã trau dồi bằng cái pháp hướng để làm cho tâm từ bi hỷ xả của mình nó rộng lớn hơn. Thì cái hành của Tứ vô

lượng tâm rồi.

Bây giờ mới nhắc lại mười cái điều lành này. *Hồi trước Thầy chỉ giảng cái lý của Mười điều lành này chứ chưa có dạy quý thầy hành mười cái điều lành này.* Bây giờ nói tới đây thì quý thầy mới hành mười cái điều lành này, nó mới hiểu biết rằng khi dạy thập thiện tức là để chúng ta biết mười điều lành và mười điều ác. Và khi biết rồi, bây giờ tới Tứ chánh cần mới đem nó áp dụng vào Tứ chánh cần để chúng ta thực hiện mười điều lành mười điều ác. Bởi vì trong Tứ chánh cần Phật dạy các pháp ác chưa sanh thì không cho nó sanh, đã sanh thì đoạn dứt. Còn các pháp thiện chưa sanh thì phải cho khởi sanh, mà đã sanh thì tăng trưởng. Cho nên chúng ta biết được cái đó vì vậy mà chúng ta dạy các pháp ác như thế nào, các pháp thiện như thế nào để chúng ta hiểu để mà chúng ta áp dụng vào Tứ chánh cần cho đúng đắn.

Qua mười điều lành và bốn tâm vô lượng quý thầy đã quan niệm rõ nét về điều dữ và điều lành trong đạo Phật rất cụ thể. Mỗi khi ai đã học xong những điều Thầy đã dạy ở trên mà không hiểu được điều lành, điều dữ thì người đó quá là si mê. Nghĩa là Thầy dạy rồi mà không hiểu được thì thật là si mê. Nếu Thầy dạy điều lành, điều dữ mà người nào không hiểu thật rõ thì thật đáng

thương cho người đó, người đó là kẻ si mê tận cùng. Nghĩa là Thầy dạy như vậy chắc chắn là Thầy tin một người mà bây giờ ngu si như thế nào mà dạy xong rồi chắc chắn là quý thầy cũng phải thấy rõ những điều mà Thầy dạy chứ không phải là không thấy rõ. Bởi vậy, trước khi làm một điều lành, tránh một điều dữ chúng ta phải hiểu rõ thế nào là lành, thế nào là dữ.

Những điều dữ là những điều có thể làm tổn hại cho mình, cho người trong hiện tại cũng như mai sau. Đó thì quý thầy thấy những điều lành điều dữ như thế nào. Điều lành là làm cho mình vui, làm cho lợi người; điều dữ thì làm cho mình khổ, làm cho người khác khổ. Thì đó là những đặc tánh của điều dữ và điều lành. So sánh ta thấy rất rõ và nhận định chính xác không lầm. Nếu ta so sánh giữa mười điều dữ và mười điều lành, đối chiếu nhau thì ai ai cũng rõ. Bây giờ mình để cái điều dữ trước và điều lành sau thì chúng ta thấy.

Một là sát sanh. Sát sanh thì người đó phải cầm dao, cầm gậy đánh cho chết người hoặc làm hại con vật này; không sát sanh là không giết hại, không làm đau khổ, không làm chết chóc chúng sanh. Đó là lành đúng không? Bởi vì lành là không làm khổ ai hết thì đó gọi là lành.

Điều dữ đây, **thứ hai là trộm cắp**. Trộm cắp là lấy của người ta không cho, làm cho người ta mất của người ta buồn rầu, người ta khổ sở; thì cái đó có khổ không - đó là ác. Cho nên mình thấy rõ pháp ác mà, đâu có gì là không ác. Còn mình không trộm cắp, tức là không lấy của người thì người ta đâu có mất của mà người ta khổ. Do đó mình thấy không có khổ, vì vậy đối chiếu lại thì ta thấy trộm cắp là pháp ác, mà không trộm cắp là lành.

Bây giờ đến ba là tà dâm. Cái người mà tà dâm, có vợ con rồi mà lại nhà người ta dê vợ người ta, hoặc làm thế này thế khác làm cho gia đình người ta tan nát. Gia đình tan nát như vậy có khổ không. Đó là pháp ác, là pháp làm cho đau khổ mình, đau khổ người. Còn không tà dâm thì gia đình hạnh phúc yên vui, nhà người ta có tan nát của không. Đó là mình vui thì người khác cũng vui. Do đó không tà dâm là pháp thiện, mà tà dâm là pháp ác.

Bốn là nói dối, nói không thật. Mà nói không thật là tức gạt người ta chứ gì. Ví dụ con người ta không có té giếng chết, mình chạy về mình nói: *con bà đi ra coi trâu ngoài ruộng nó té giếng chết, nó lọt giếng chết rồi*, làm cho bà ta sợ hãi, khóc lóc chạy ra coi con mình có chết không, ai dè thấy nó ngồi trên bờ ruộng. Do đó nói láo như vậy

làm cho người ta khổ. Như vậy có ác không? Cho nên cái nói láo như vậy làm cho người ta khổ, là pháp ác. Còn mình không có nói dối, gạt ai hết thì có ác không. Không có gạt làm cho ai khổ sở hết thì cái đó là cái pháp lành. Cho nên chúng ta phải nhớ so sánh để chúng ta biết để chúng ta giữ cái nào mà dứt cái nào.

Năm là nói thêu dệt. Nói thêu dệt là nói là nói cái này cái kia làm cho người ta thù hận nhau, người ta giận với nhau, người ta ghét nhau thì cái đó là pháp ác hay pháp thiện? Vì người ta có giận hờn ghét nhau, do đó là pháp ác, làm cho người ta đau khổ, người ta tức giận - đó là pháp ác. Còn mình không nói thêu dệt thì đâu có làm ai khổ. Mình không có nói xấu người khác thì không có làm ai khổ. Cho nên do vì vậy đó mà đó là pháp thiện.

Sáu là nói lời phù phiếm, nói lời phù phiếm là mình nói cái này cái kia nó không đúng cách. Nó làm cho người ta nghe chuyện này rồi dính mắc vào chuyện kia, đi làm chứng làm trái này kia, làm cho người ta phải mất thì giờ, làm cho người ta tốn phí những cái công sức để mà ngồi nghe những cái chuyện tào lao không có đúng. Đó là cái pháp ác. Còn mình không nói lời phù phiếm thì có phải người ta không mất thì giờ không, người ta không có ngồi nghe cái chuyện tào

lao, cho nên người ta không có hao tổn tinh thần, cũng như hao tổn thời gian của người ta. Như vậy là thiện pháp.

Bảy: nói lời hung dữ. Nói lời hung dữ là mình chửi mắng, mình rửa người ta, mình nạt nộ thì làm cho người ta giận tức, làm cho người ta đau khổ thì đó là pháp ác phải không. Do vì vậy đó là pháp ác. Còn chúng ta không nói lời hung dữ thì đâu có làm ai khổ sở, cho nên đó là pháp thiện.

Tám là tham lam. Tham lam là ham muốn cái này cái kia, sanh ra những cái đạt được thì mình mừng vui một chút, còn không đạt được thì nó khổ sở nó lo toan đủ thứ hết trong đầu của mình. Do đó tham muốn cái này cái kia làm cho chúng ta phải lo lắng. Như vậy sự lo lắng ở trong tâm của mình, đó là pháp ác. Còn người không tham lam, không ham muốn thì họ có an ổn không. Họ thanh thản, họ an vui cho nên cái pháp đó là cái pháp thiện.

Chín là sân. Quý thầy thấy người sân có giận dữ không? Giận dữ thì tức tối, mặt đỏ, tay chân múa may. Do như vậy mà người sân là người quá khổ. Sân là khổ như vậy đó là pháp ác. Còn cái người không sân thì có khổ không? Không có khổ, không có giận dữ, không có múa me, không có chửi mắng, không có la lớn thì cái người đó là người

không khổ. Còn cái người kia, người sân là người trong pháp ác cho nên khổ.

Si là ngu si, không thấy. Thấy ai uống rượu thì mình vô cùng uống rượu, người ta giết gà thì mình cũng a tòng vô giết gà ăn thịt hoặc làm những cái việc trộm cướp theo những cái điều mà người ta không có thấy tội lỗi cho nên do những si mê đó mà nó đưa con người ta đến những khổ đau liên tục. Chúng ta phải biết đó là các pháp ác. Người không si là người thấy điều đúng, điều sai để chúng ta tránh mà không tạo cho chúng ta khổ và khổ cho người khác khổ, người đó là người không si. Không si là pháp thiện.

Do bảng so sánh mười pháp này để cho quý thầy thấy rõ mà nhận định điều ác mà mình cần phải dứt bỏ, điều lành mình cần tăng trưởng và nuôi lớn. Như vậy chúng ta sẽ nuôi lớn mười điều thiện mà không không này. Không làm mười điều lành- không làm cái này thì trong khi lần lượt chúng ta phải tu tập, trau dồi như thế nào để chúng ta thực hiện được, tăng trưởng được mười pháp lành, mà đoạn dứt được mười pháp ác này, đó là điều quan trọng. *Chứ không thể nói rồi chúng ta dứt được liền đâu, rất là khó chứ không phải dễ.* Tuy là nói như vậy, so sánh như vậy để chúng ta hiểu nhưng đến khi thực hành tu tập là một điều mà chúng ta phải rèn luyện, dứt bỏ, trau dồi,

phải quyết tâm chúng ta mới dứt được, chứ không phải muốn dứt là chúng ta dứt ngay liền được đâu, nó thật là khó chứ không phải dễ. Vì vậy giáo án này Thầy phải ghi lại cho nó được đầy đủ các pháp hành để chúng ta thực hành để dứt các pháp ác, để tăng trưởng các pháp lành để làm cho chúng ta càng ngày càng tiến bước trên con đường giải thoát.

Như vậy ở đây những điều lành khởi sự bắt đầu để cho người mới tu mà thực hành dứt bỏ mười điều ác, tăng trưởng nuôi lớn mười điều lành. Nhưng nói đến mười điều lành của đạo Phật mà không dạy con người trau dồi môn tâm vô lượng: **Từ, Bi, Hỷ, Xả** cao quý *tuyệt đỉnh lành trong các pháp*. Nếu mà nói về pháp ác, pháp lành mà không dạy người ta trau dồi tâm từ bi hỷ xả. Như Thầy, tại sao Thầy không dạy các thầy tu Tứ chánh cần trước; dạy Thập thiện rồi lẽ ra phải dạy Tứ chánh cần trước, tại sao lại không dạy Tứ chánh cần mà lại dạy Tứ vô lượng tâm? Tại vì muốn dứt trừ các pháp ác phải có *tâm Từ - Bi - Hỷ - Xả* thì nó mới dứt trừ được. Mà dứt trừ được thì phải nuôi lớn những tâm nào, trau dồi những tâm nào để mới tăng trưởng các pháp lành. Nếu mà không tăng trưởng các pháp lành thì làm sao các pháp lành khởi sự ra được. Đó là những điều quan trọng, phải biết sắp xếp

pháp nào tu trước pháp nào tu sau mà Thầy từng nhắc đi nhắc lại trên con đường xây dựng giáo án này.

Bởi vậy, Tứ vô lượng tâm là pháp lành cao nhất của đạo Phật mà cũng là bài học vỡ lòng tuyệt thiện pháp cho tất cả loài người. Mình phải hiểu muốn dứt trừ các pháp ác thì phải học Tứ vô lượng tâm, phải tu tập Tứ vô lượng tâm. Là bài học vỡ lòng đầu tiên mà cũng là tuyệt đỉnh của thiện pháp cho tất cả con người ở trên thế gian này nếu muốn đi vào con đường của đạo Phật. Nếu ai chưa học pháp vỡ lòng này thì khó có thể vứt bỏ mười điều ác. Nghĩa là chúng ta nói như vậy nhưng chúng ta chưa trau dồi được tâm từ bi hỷ xả thì chắc chắn mười điều ác này chúng ta khó vứt bỏ.

Nhờ có trau dồi Tứ vô lượng tâm ta mới có thể mà thương yêu tất cả chúng sanh, nhờ đó ta mới dứt trừ tận gốc của ác pháp. Nếu ta xây dựng giáo án tu tập theo đạo Phật mà đặt sai vị trí pháp tu thì cũng như người viết giáo trình học tập văn hóa thay vì lớp một đem đặt thành lớp hai. Vậy thì học sinh mới vào phải học lớp hai làm sao chúng học được. Chưa biết A, B, C mà đã đọc chữ thì học như vậy có được hay không, và tu như vậy có được hay không? Cho nên người viết giáo trình phải là người am hiểu, có nhiều kinh nghiệm trong ngành giáo dục. Cũng

vậy, nếu người soạn giáo án của đạo Phật mà không có thực hành, không có kinh nghiệm thì giáo án ấy không thể áp dụng vào đời sống tu hành của tu sĩ được, vì không đem lại kết quả thiết thực cụ thể.

Vì thế đạo Phật bây giờ không có một giáo án tu tập, nên đời sống tu sĩ ương ương gàn gàn, đời chẳng ra đời đạo chẳng ra đạo. Bởi vậy, sắp xếp lại những pháp môn tu hành của đạo Phật từ thấp đến cao, từ dễ đến khó là một công trình phải được xem là khó khăn nhất. Nếu sai đi, chỉ cần một chút cũng làm mất thời gian của người tu rất lớn và cũng phí bỏ cuộc đời tu hành của họ, chẳng có ích gì cho chính bản thân họ mà còn lại làm cho người khác đau khổ, tốn công tốn của, tiêu phí bao nhiêu mồ hôi nước mắt của đàn na thí chủ mà chẳng ra ma nào cả. Cho nên quý thầy thấy trên bước đường tu tập từ ngày thầy biết đạo tới giờ vì không có giáo án thiết thực cụ thể từ bước thấp đến bước cao nên nhìn chung các thầy, huynh đệ cùng nhau chẳng ai ra nào cả, đời chẳng ra đời đạo chẳng ra đạo. Dở chết dở sống trên chiếc áo tu sĩ, cười thì cũng cười chẳng được mà khóc thì khóc cũng chẳng xong, cho nên cuộc đời tu hành lỗ dở.

Ở đây quý thầy phải hiểu những điều lành là những điều có thể lợi ích cho mình, cho người trong hiện tại cũng như trong

tương lai. Chúng bao giờ cũng hợp với tâm từ bi, bình đẳng, bác ái và luôn luôn đầy đủ trí tuệ và lúc nào cũng phải đúng với chơn lý của đạo Phật. Nghĩa là nói về pháp thiện chúng ta phải hiểu là nó luôn luôn phải hợp với tâm từ bi, bình đẳng, bác ái; nó phải có thêm trí tuệ mà phải đúng với chơn lý của đạo Phật.

Cho nên khi Thầy dạy Tứ vô lượng tâm từ bi hỷ xả thì Thầy thấy hầu hết có một số sai lạc rất lớn, họ sai lạc rất lớn, cỡ họ cũng không dám nhỏ, đi cũng không dám đạp. Đó là cái sai lạc rất lớn thứ nhất, cái sai lạc thứ hai là họ đem cơm đem thực phẩm họ đem đem cho kiến cho này kia ăn. Họ sai lạc, nhiều cái sai lạc lắm, họ không có biết một cái gì bởi vì trí tuệ của con người sao mà nó mờ mịt, nó ngu tới mức độ Thầy không có tưởng được. Mà cái người không được nghe, được học mà lại hiểu được Thầy. Đó là cô Út. Cái môi trường của mình đâu phải du tăng khát sĩ thể mà họ làm như họ là du tăng khát sĩ. Họ tưởng tượng ra họ như Phật rồi nên từ đó họ không dám đạp cỏ, không dám nhỏ cỏ. Mai một cái thất của họ như là cái đồng rác.

Bởi vậy cho nên khi chúng ta chưa phải là du tăng khát sĩ thì chúng ta từ từ tập, thân chúng ta đâu phải một ngày nó từ liền, hay nó bi liền được. Mà nó cả một quá trình tu

tập, cả một thời gian dài. Chừng nào chúng ta biết chúng ta có buông xả được không? Bây giờ nhìn trong thất chúng ta còn bao nhiêu đồ chúng ta có dám quăng ném ra không. Thế mà chúng ta muốn làm ông Phật liền à. Đó là chúng ta muốn làm ông Phật ngay liền, thiệt là cái tâm tưởng tượng. Thế thì chúng ta phải hiểu được hiện tại chúng ta sống trong chiếc áo này phải làm cái gì, tu tập từ bi hỷ xả như thế nào cho nó phù hợp, cho nó đúng. Chứ bây giờ chúng ta ngay liền muốn không có đạp cỏ, không có giết cỏ, không có làm gì hết mà còn lấy cơm thiên hạ cho kiến đồ ăn nữa thì thử nghĩ quý thầy như thế nào. Ông Phật nói ổng nói ăn còn dư ổng bỏ ra đất trắng. Thực ra, chắc chắn là ông Phật nghĩ của đàn na thí chủ, mà mồ hôi nước mắt chưa chắc ổng xin thừa để bỏ đâu. Còn một chút còn rảng ăn hết chứ chưa chắc bỏ đâu. Còn chúng ta nghe nói vậy, ăn thấy hơi no no bụng mà cái đó bộ không ngon thôi đem bỏ đi, phí của đàn na thí chủ. Chứ không phải quý vị tưởng cái đó là quý vị bố thí cho chúng sanh đâu. Bởi vì chúng sanh nó có cái nghiệp riêng của nó, nó phải chịu khổ chịu sở là do cái nghiệp của nó. Chứ đâu cần phải chúng ta bố thí. Cho nên khi bố thí là làm cho chúng sanh mang thêm nghiệp nữa. Cho nên ông Ca Diếp nói: “*Nếu bà cúng dường cho tôi thì bà sanh vào cái sự đầy đủ hơn mà tôi bố thí cho bà thì bà*

càng khổ sở hơn”. Cho nên chúng ta nhận của bố thí là chúng ta lại nghèo khổ hơn. Mà người đời tưởng là bố thí được cái an lạc có một chút thôi mà tiếp tục đó là sự nghèo khổ, tiếp tục khổ hơn nữa. Vì mình thọ của người ta, cho nên do vì vậy mà không thấy được. Mình đem mình cho con kiến ăn, con kiến nó còn khổ hơn nữa; nó lại sanh những con khác vật nhỏ hơn nữa, đói khổ hơn nữa. Chớ đâu phải mình làm như vậy là mình làm nó no đâu. Nó no có một chút đó mà nó nợ của người ta biết bao nhiêu. Quý thầy tưởng làm điều đó là quý thầy từ bi nhưng không ngờ quý thầy lại giết nó thêm một kiếp khác nữa.

Hôm nay Thầy nói như vậy để cho quý thầy biết rằng tu Tứ vô lượng tâm như thế nào đúng như thế nào sai. Tưởng là giảng như vậy quý thầy đã hiểu cái vai trò, cái hiện tại, cái thân phận của mình là như thế nào. Mình có thành Phật được chưa. Bởi vậy, lời nói là một lẽ mà hiểu đạo lại là một lý. Không thể nào mà hiểu sai như vậy được. Nếu không có Thầy nhắc đi nhắc lại thì chắc quý thầy đã lầm lạc trong cái sự hiểu biết này.

Thầy xin nhắc lại, ở đây quý thầy phải hiểu, những điều lành là những điều có thể lợi ích cho mình, cho người trong hiện tại cũng như trong tương lai. Chúng bao giờ

cũng hợp với tâm từ, bi, bình đẳng, bác ái và luôn luôn đầy đủ trí tuệ. Quý thầy nhớ đầy đủ trí tuệ, từ bi bác ái phải đầy đủ trí tuệ. Và lúc nào cũng phải đúng với chơn lý của đạo Phật. Phải áp dụng đúng chân lý của Đạo Phật, nghĩa là đúng không gian, thời gian, đúng thời điểm phải ứng dụng là ứng dụng cái gì cái gì, chứ quý vị ứng dụng cách đó là quý vị ứng dụng sai, không có đúng cách. Cho nên làm sao mà đạt được cái đạo giải thoát này. Nó khéo léo, nó thiện xảo mà áp dụng pháp đó, và đời sống của mình đúng lúc đó đúng thời điểm đó thì mới có kết quả. Nếu không đúng chân lý của Đạo Phật thì xem như đó là điều ác đó. Đó, giống như quý thầy đem cơm đem này kia bỏ cho kiến, không dám đạp lên cây cỏ, không dám quét, đi lúm túm lúm túm làm như người cúm vậy. Thì như vậy đó đã là cái sai của quý thầy rồi. Cái tu đó là cái tu sai rồi, chứ đâu phải là cái tu đúng. Cho nên đó là thiếu trí tuệ, đó không đúng chân lý của Đạo Phật, đó là cái sai. Thì được xem đó là những hành động ác, làm cho người ta thêm khổ nữa, làm cho người ta chuyển kiếp thêm cái nợ nần của người ta nữa.

Vì đạo Phật là đạo từ bi, thiếu từ bi là ác pháp. Mà từ bi đúng cách nó mới đúng, còn từ bi không đúng cách là ác pháp. Quý thầy hiểu chỗ đó, nếu mà quý thầy thực hiện

từ bi mà từ bi không đúng cách là ác pháp. Quý thầy cứ đem cơm đem gạo cho người khác tức là quý thầy làm cho người ta đói khổ hơn chứ chưa hẳn đã hết. Vì đó là cái nợ mà.

Như chúng ta đã được biết, có ba nơi hành động xuất phát thiện hay ác, tức là xuất phát pháp thiện. Như Thầy đã nói có ba nơi hành động trong thân chúng ta mà nó xuất phát pháp thiện hay pháp ác ở đó, để chúng ta biết nó để chúng ta trau dồi những hành động đó chứ. Còn nếu mà không biết thì chúng ta sao trau dồi nó được, cũng như tu tập trong hành động đó. Nó không phải thường. Như ở đây Thầy đã nói nó có ba nơi, ba nơi đó ở đâu, ba nơi đó ở chỗ nào?

–**Một là ý hành**, ý hành là cái ý mình suy nghĩ ở trong đầu của mình.

–**Hai là khẩu hành**, hai là cái miệng mình hay nói lép nhép, đó là khẩu hành.

–**Ba là thân hành**, thân hành là đi đứng nằm, bắt, nằm, ngồi. Đó là ba chỗ để lưu xuất thiện pháp, ác pháp ở chỗ đó.

Như vậy chúng ta phải biết ba cái chỗ mà nó xuất phát đó.

Nhưng chúng ta phải hiểu rằng, ý hành là nơi trung tâm xuất phát điều lành, điều dữ. Đó là trung tâm nó xuất phát, sai khiến

cái miệng, sai khiến cái thân của chúng ta làm những ý hành là trung tâm xuất phát, nó điều khiển, nó chỉ huy. Nói cho đúng ý hành là bộ chỉ huy các pháp ác cũng như các pháp thiện. Khi còn vô minh thì nó chỉ huy làm các điều ác. Khi mình vô minh, mê mờ thì nó chỉ huy thì mình cứ cho là tốt, là đẹp, là hỷ lạc, khả ái, khả hỷ, khả lạc là thích, là thú cho nên làm những điều ác mà không thấy, cho nên cái điều đó gọi là vô minh. Khi vô minh thì ý hành nó chỉ huy các thầy làm các điều ác mà các thầy không hay biết gì hết. Khi nó đã minh tức là nó đã hiểu rõ rồi thì nó chỉ huy làm các điều lành. *Cũng như bây giờ chúng ta hiểu Tứ vô lượng tâm, chúng ta hiểu mười điều ác, mười điều lành, đó là chúng ta minh rồi đó. Phải hiểu chữ minh và vô minh. Minh là mình đã hiểu rõ cái nào ác, cái nào lành, cái nào đúng, cái nào sai mình phải hiểu rõ - đó là minh.*

Bây giờ ý hành của chúng ta bắt đầu điều khiển để làm các điều lành mà vì mình đã minh rồi thì mình làm các điều lành là đúng lành, nó không có sai. Còn khi mình chưa có minh nên mình làm các điều ác mà mình cứ tưởng đó là lành. Cũng như mình ăn trộm ăn cắp về có tiền có của nuôi con mình tưởng là lành, vợ con mình được êm ấm. Không ngờ người ta mất của thì người

ta khổ. Mình cứ ngỡ tưởng là lành không ngờ đó là điều ác, thì đó là vô minh. Còn cái minh là mình không làm khổ mình khổ người. Đó là pháp thiện.

Vì thế chúng ta bắt buộc bộ chỉ huy phải tập huấn mười điều dữ, mười điều lành. Nghĩa là bắt buộc nó phải học tập. Bất ý thức của chúng ta phải học tập cho nó biết cái nào là lành, cái nào là dữ. Vậy đó, phải bắt buộc, phải tập huấn nó, cho nó học tập cho nó biết rõ. Còn nếu không bất ý hành chúng ta cho nó học tập thì nó chỉ huy tầm bậy, chỉ huy sai, nó đưa đến chúng ta nhiều điều đau khổ. Và còn phải huấn luyện quân đội, trau dồi Tứ vô lượng tâm để áp dụng chiến đấu với mặt trận lành và dữ. Bây giờ mình phải trau dồi được cái tâm của mình nữa, ý thức của mình bây giờ đã minh rồi, đã hiểu rồi nhưng bây giờ phải huấn luyện bốn cái tâm vô lượng của chúng ta. Chứ nếu không huấn luyện trau dồi bốn cái tâm vô lượng của chúng ta thì chúng ta lấy đâu mà chiến đấu với mặt trận lành dữ này được? Chúng ta thấy cả một mặt trận mà để chúng ta mở màn cho một cuộc chiến trận đánh cái mặt trận lành dữ ở trong cuộc đời của chúng ta, để chúng ta trở thành những con người chiến thắng.

Bây giờ chúng ta cũng cần phải biết nội dung của Tứ chánh cần. Nghĩa là hồi này tới

giờ mình đã học biết nó như vậy rồi nhưng cũng phải xem xét nội dung Tứ chánh cần nó như thế nào, để giải rõ ra. Nãy thì đại khái cho chúng ta biết là có bốn phần, nhưng chưa giải rõ ra. Còn bây giờ chúng ta phải giải rõ ra nội dung Tứ chánh cần cho nó rõ. Hồi nãy thì khái lược bốn nội dung đó.

Một: siêng năng cần mẫn ngăn ngừa điều ác chưa phát sanh, đại khái nó như vậy. Bây giờ mình giải thích ra cho rõ cái đại khái đó như thế nào. Nơi ý hành lúc khởi ác, lúc không khởi ác. Nơi ý hành của chúng ta lúc thì nghĩ ác, lúc thì không nghĩ ác - ta biết làm sao ngăn cho được? Mà trong kinh dạy ngăn ngừa các điều ác. Hầu hết các kinh sách giảng đến đây không thấy pháp hành - chỉ nói ngăn ngừa, ráng giữ gìn. Ngăn ngừa và ráng giữ gìn thì tâm không hình sắc lại không có dây dầm làm sao mà nắm giữ nó được. Cho nên lời nói ngăn ngừa và ráng giữ gìn là lời nói suông. Muốn ngăn ngừa và giữ gìn không có ý hành ác pháp thì phải áp dụng tu tập trau dồi tâm bằng pháp, tu bằng tâm pháp. Bằng hai pháp, nghĩa là khi chúng ta muốn trau dồi bằng phần ngăn ngừa và giữ gìn này thì chúng ta phải, bởi vì ngăn ngừa và giữ gìn thì chúng ta phải trau dồi bằng hai cái pháp: **một là tùy pháp, hai là hướng pháp**.

Mình phải vạch ra cho nó rõ để mình

biết các pháp hành như thế nào thì mình mới hành, chứ bây giờ nói hướng pháp không thì quý thầy cũng không biết. Mà nói tùy pháp không thì mấy thầy cũng không biết. Mà tùy pháp không thì không đủ, mà hướng pháp không cũng không đủ. Cho nên ở đây chúng ta phải câu hữu lại hai cái pháp này để mà chúng ta tu tập, để trau dồi, để mà đoạn dứt cái pháp ác mà tăng trưởng cái pháp lành.

Tùy pháp là như thế nào, mà hướng pháp như thế nào? Tùy pháp là pháp tu tập như thế nào, mà hướng pháp tu tập như thế nào, để nói rõ cho chúng ta hiểu pháp tùy, pháp hướng thế nào.

Tùy pháp là phải nương theo cái pháp mà đức Phật đã chỉ dạy. Bây giờ có cái pháp sẵn mình phải tùy theo, bây giờ chưa pháp thì làm sao mà tùy. Các thầy phải hiểu chỗ đó. Thì như vậy chúng ta đã được Phật dạy những pháp nào thì chúng ta phải tùy theo cái pháp đó, tức là theo cái pháp đó, mà nương theo cái pháp đó mà chúng ta tu tập hằng ngày trau dồi mình theo cái pháp đó thì đó là có cái pháp để chúng ta trau. *Để hằng ngày theo cái lý đó mà trau dồi các hành thân, khẩu, ý của mình để ngăn chặn các pháp ác không cho sanh.* Ví dụ Phật dạy pháp Tứ vô lượng tâm mà Thầy vừa dạy đã học và đã trau dồi tâm mình để tâm của quý vị phát sanh lòng từ bi hỷ xả.

Khi tâm này đã phát sanh thì tâm của quý vị không còn khởi ác pháp. Nghĩa là khi mà quý vị đã tu tập bốn Tứ vô lượng tâm này thì các ác pháp không còn khởi sanh ở trong đó nữa. *Cái hành động hằng ngày mà quý vị trau dồi tâm từ bi hỷ xả là hành động ngăn ngừa giữ gìn các pháp ác.* Cái hành động mà mình trau dồi tâm thương yêu của mình đó, cái tâm buông xả của mình đó, tâm vui theo đó thì đó là hành động ngăn ác. Bởi vì mình có thương yêu mình mới làm cho người ta không đau khổ, cho nên đó là hành động ngăn ác, mình biết đó là ngăn ngừa. Mà ở đây nói ngăn ngừa mà nói danh từ suông thì chúng ta biết cái gì mà ngăn ngừa. Mà chúng ta không trau dồi tâm từ bi hỷ xả thì làm sao chúng ta ngăn ngừa được. Quý thầy thấy rõ không, bởi vì thấy rõ như vậy mới biết đó là cái pháp ngăn ngừa. Tức là quý vị vứt bỏ ác pháp hay nói một cách khác là đoạn dứt các pháp ác nơi tâm của quý vị. Nghĩa là tâm từ bi hỷ xả của quý vị có rồi tức là mình đoạn dứt các pháp ác. Đó là đoạn dứt nó đó.

Bởi vậy Phật dạy các pháp ác cần phải vứt bỏ, đoạn trừ. Ở đây lộ trình của người cư sĩ, người tu sĩ cần phải trau dồi tâm mình trong pháp môn Tứ vô lượng tâm thì đó là pháp dứt ác tăng trưởng pháp lành. Chớ không phải Tứ chánh cần. Nghĩa là bắt đầu

chúng ta trau dồi Tứ vô lượng tâm của mình đó là mình đã ngăn ngừa cái tâm ác của mình đó. Tức là không có cho nó phát sanh ra thì đó là Tứ vô lượng tâm. Còn *Tứ chánh cần* là chúng ta dùng nó để mà đoạn dứt. Nhưng trong Tứ chánh cần nó còn có pháp ngăn ngừa chứ không phải chỉ riêng có Tứ vô lượng tâm mới có pháp ngăn ngừa mà thôi.

Đến đây Thầy sẽ giảng thêm điều mà quý thầy cần phải rõ về Tứ chánh cần và Tứ vô lượng tâm. Chứ nếu mà không giảng chỗ này thì quý thầy tưởng cái góc độ tu Tứ vô lượng tâm nó không ăn nhập gì với Tứ chánh cần. Nó không phải đâu. Tứ vô lượng tâm là pháp ngăn ngừa các pháp ác. Chúng ta phải hiểu như vậy mới đúng. Và *Tứ chánh cần* nó có cái pháp ngăn ngừa riêng của nó nữa. Chứ không phải Tứ chánh cần nó không có pháp ngăn ngừa đâu. Có pháp ngăn ngừa và nó có pháp đoạn dứt của nó nữa. Thì ở đây chúng ta thấy đức Phật nhắm cho chúng ta đi trên con đường thiện cho nên hoàn toàn chúng ta dứt ác để tâm chúng ta tịnh. Do vậy mà chúng ta chỉ mà chúng ta làm chủ luân hồi chứ không phải là chúng ta ức chế tâm. Chúng ta phải hiểu đường lối của đạo Phật. Ngồi đó mà tu ức chế tâm là tu điên, tu sai, tu không đúng. Nếu ngồi nhiều mà không chịu đi kinh hành là tu điên tu khùng.

Đến đây quý thầy thấy rõ Tứ vô lượng tâm và Tứ chánh cần là như hai anh em song thai, là như hai cánh tay mặt và tay trái. Nếu thiếu một tay thì không làm nên việc được. Có pháp Tứ vô lượng tâm mà không có pháp Tứ chánh cần thì tuyệt nhiên ta tu hành còn thiếu lớn, còn khiếm khuyết rất lớn. Cho nên Thầy xếp hai cái pháp môn này nó đứng gần bên nhau để chúng ta thực hiện được cái pháp thiện. Còn nếu chúng ta xếp nó vào các pháp khác thì nó không thể đứng được.

Tứ chánh cần là bốn pháp bắt buộc chúng ta phải tu hành, phải siêng năng cần mẫn; luôn luôn tu tập không được bỏ qua cho nên gọi nó là chánh cần - tức là siêng năng trong chánh pháp thiện, diệt trừ tà pháp ác. Nghĩa là luôn luôn lúc nào chúng ta - khi mà tu Tứ chánh cần nó còn siêng năng hơn Tứ vô lượng tâm nữa. Nghĩa là nó cần - tức là Chánh tinh tấn đó. Bởi vậy khi mà đức Phật nói tấn lực, tức là nói Tứ chánh cần - đó là tấn lực. Cho nên nói về pháp mà siêng năng nhất trong các pháp của Phật thì phải nói là Tứ chánh cần là siêng năng nhất. Mà siêng năng nó mới trừ được cái ác, dứt được cái ác, nó mới tăng trưởng được cái thiện. Còn nếu không siêng năng thì nó không dứt trừ được ác, không tăng trưởng được thiện. Vì vậy cuộc đời ta tu chỉ hoài công mà thôi. Cho nên pháp này là cái

pháp Chánh tinh tấn, ở trong cái nẻo mà Bát chánh đạo thì Chánh tinh tấn nó nằm trong Tứ chánh cần này. Nếu mà người siêng năng hằng ngày mà tu luyện mình để dứt ác mà tăng trưởng thiện thì người này gọi là Chánh tinh tấn. *Chứ không phải người này chánh tinh tấn là ngồi thiền nhiều, nhiếp tâm nhiều hoặc ngồi nhập định nhiều là chánh tinh tấn đâu.* Chánh tinh tấn là dứt ác mà tăng trưởng thiện, đó là chánh tinh tấn.

Cho nên ở đây Thầy giảng pháp này nó có leo qua những pháp khác để chúng ta hiểu được Phật pháp. Cái đúng cái sai của nó chứ không khéo chúng ta không biết ở chỗ nào.

Tứ chánh cần có pháp tu riêng không phải trau dồi tâm mình như Tứ vô lượng tâm. Thầy nhắc lại cho quý thầy thấy rằng Tứ chánh cần có cái pháp tu riêng của nó, chứ không phải là chỉ có ở trong cái pháp Tứ vô lượng tâm đâu, nó có sự riêng của nó.

Đến đây bây giờ nó gần hết giờ rồi, chúng ta nghỉ.

Trước khi mà nghe Thầy giảng tiếp tục giáo án, cái phần Thầy nhắc nhở quý thầy hôm nay để cho quý thầy áp dụng cho đúng giới luật. Nhiều khi mới đầu chúng ta nghe giới luật chúng ta thích lắm, nhưng khi chúng ta áp dụng có một vài ba ngày, hoặc

trong một tuần hay một tháng thì lần lượt cái tâm phàm phu chúng ta nó sống theo thói quen nó vui. Do đó trình tự đó nó tìm mọi cách, nó có cơ hội. Vì trong sống chung nhau nên có những cơ hội để chúng ta phạm phải những lỗi lầm ở trong giới luật. Tuy rằng những lỗi lầm đó nó nhỏ nhặt nhưng nó sẽ dẫn đi đến những lỗi lầm lớn. Cho nên ở đây qua hạnh độ cư mà xét qua quý thầy thì từ cái duyên nó nhỏ nhỏ như mình dọn cơm, như vậy nó sẽ có cái duyên để mà tập hợp, rồi từ cái duyên đó chúng ta sanh ra nói chuyện. Rồi từ nói chuyện nhỏ ít (mới đầu chỉ vài ba tiếng nói thôi) nhưng sau đó nó lại quen đi, nó bắt đầu tiếp tục làm cho cái nơi mà chúng ta tu hành nó bất an, nó động.

Cho nên đức Phật ngày xưa Ngài thích trầm lặng, Ngài sống trong trầm lặng, Ngài đi kinh hành ở trong trầm lặng, Ngài ca ngợi sự trầm lặng. Còn chúng ta thì không như vậy, thói quen của chúng ta ngoài đời là thích vui. Cho nên khi hờ ra một chút là quên đi, tức là thiếu cái sức tỉnh thức. Do tu mà cái Chánh niệm tỉnh thức nó không có cho nên sức tỉnh nó không có. Cho nên cái tâm chúng ta nó dễ buông lung theo cái thói quen. Từng đó có cái duyên nhỏ nhỏ rồi chúng ta bắt đầu đến cái duyên lớn rồi đến cái hạnh độ cư nó bị tan nát, hư hoại. Từ

đó chúng ta không sống trầm lặng được nữa. Vì vậy mà chúng ta thường cảnh giác như Thầy đã nhắc như thầy Minh Tông ở đây. Thầy thấy ai gằn rề rề là thầy lo đi tránh chỗ khác. Thầy biết cái duyên đó nó sẽ tạo ra cái phạm lỗi. Cho nên Phật dạy chúng ta phải sợ hãi trước các lỗi nhỏ mà nó không bước đến các lỗi lớn. Còn chúng ta không sợ hãi nó thì từ đó cái lỗi nhỏ chúng ta xem thường thì chúng ta sẽ phạm phải những giới luật khó hơn. Và đồng thời con đường tu chúng ta nó sẽ mất đi phạm hạnh, nó không đúng cái người tu sĩ.

Vì vậy cho nên Thầy nhắc nhở, cái duyên như buổi trưa mà đi ăn cơm. Ai có nhiệm vụ mà dọn cơm thì hai ba thầy, hay năm ba thầy đến dọn cơm xong. Nếu mà dọn cơm sớm quá thì chúng ta để ở dưới đất, mùa này mưa thì đất không có bụi, nhưng lỡ mùa nắng thì bụi, gió thoảng qua thì làm thực phẩm dơ bẩn đi, đó là cái mình phải thấy. Khi mà dọn xong rồi khoảng độ năm phút là mình đánh kiếng, thì cái thời gian nó ngắn. Và lại dọn quá lâu thì chó, hoặc mèo, hoặc con vật rũi chạy ngang nó làm bẩn thực phẩm của chúng ta. Đó là những cái mà chúng ta phải cảnh giác, chúng ta phải thấy. Và đồng thời khi mà dọn lâu thì mình phải ngồi chờ, trong khi ngồi chờ mà cô đơn thì không chịu được thì thành ra những chuyện

mà nói chuyện với nhau. Đó mình phải đề phòng và ngừa.

Còn quý thầy không có nhiệm vụ thì mình cứ ở thất mình tu, khi nghe kiếng đổ thì mình lần lượt mình đến thì nó cũng không sao. Khi đến trước Thầy thì mình chào Thầy, mà đến sau mà chưa có chào Thầy đồng một lượt thì khi Thầy vào đứng thì mình cũng xá Thầy, có gì đâu mà phải vội vàng. Cho nên chúng ta phải thấy được cái điều nghiêm chỉnh một chút để chúng ta tránh những lỗi nhỏ. Mà Thầy đã nói rằng bí quyết của thiền định tức là độc cư. Muốn được cái tâm vô lậu, muốn đạt được sức thiền định làm chủ sự sống chết này, mà nếu không sống thâm lặng, không sống độc cư thì khó mà đi đến cái chỗ thành tựu được. Vì vậy mà quý thầy cần phải nhớ kỹ những lời Thầy dạy, bởi vì còn Thầy Thầy nhắc nhở, không còn Thầy thì từ cái thói quen của chúng ta lần lượt nó sẽ quen đi rồi nó buông lung theo, nó làm cho chúng ta phạm những giới nhỏ, rồi từ đó những giới lớn chúng ta cũng không có giữ gìn được.

Cho nên ở đây trước khi giảng tiếp cái bài này, Thầy cũng nhắc nhở quý thầy cố gắng thực hành để mà tập trong có mấy tháng chứ không lâu. Còn sống bên thầy thì cố gắng giữ gìn độc cư cho trọn vẹn. Bởi vì kỷ luật của Tu viện, cái giới độc cư nó là cái

giới nòng cốt của Tu viện. Ăn ngủ độc cư đó là cái giới nòng cốt. Cho nên cố gắng giữ gìn, lấy kinh nghiệm đó mà về sau này chúng ta nỗ lực thực hiện cho được tốt. Vì vậy mà quý thầy phải ráng cố gắng hơn thực hiện lời Thầy dạy khi còn Thầy hiện tiền trước mặt. Còn sau khi thầy đã ẩn bóng rồi thì chắc chắn không có ai, lấy ai mà nhắc nhở. Chỉ khi các thầy đã có quyết tâm, sống độc cư đúng cách, tu hành khi gặp khó khăn, có tâm tha thiết thành khẩn cầu Thầy hộ trì thì lúc bấy giờ Thầy cảm thông được điều đó. Còn nếu quý thầy phạm giới mà kêu thầy hộ trì thì chắc chắn là Thầy không hộ trì được. Vì giới thanh tịnh làm cho tâm thanh tịnh nó mới cảm ứng được Thầy. Còn nếu mà thân huệ mạng của quý thầy mà không thanh tịnh thì không làm sao cảm ứng với chư Phật được, làm sao cảm ứng với Thầy được, làm sao mà Thầy đến hộ trì các thầy được. Bởi vì nó còn có uế trước, nó còn có ham vui theo dục lạc thế gian thì làm sao Thầy cảm thông được. Thầy cảm thông với những người tâm thanh tịnh, giới luật thanh tịnh không phạm phải thì mới cảm thông được. Và sự cảm thông đó mới giúp đỡ quý thầy trên con đường tu tập còn nhiều gian nan và khó khăn.

Cho nên quý thầy càng giữ giới luật thanh tịnh bao nhiêu thì quý thầy càng xa

thầy bao nhiêu Thầy lại gần quý thầy bấy nhiêu. Vì giới hạnh thanh tịnh là bậc thầy của quý thầy và Thầy cũng ở trong cái thanh tịnh đó cho nên dễ cảm thông. Còn nếu quý thầy phạm phải những giới luật nhỏ nhặt, mà phạm phải là tâm chúng ta đi theo con đường của dục giới, của cái tâm ham muốn rồi, của cái vui theo dục lạc thế gian rồi. Vì vậy tâm không thanh tịnh thì làm sao những chư Phật, vị Bồ tát, bậc Alahán và các bậc giới luật nghiêm túc làm sao họ cảm thông với quý thầy được. Cho nên ở đây quý thầy, giờ quý thầy phải giữ hạnh thanh tịnh trong hạnh đạo cư. Để làm gì, để cho lỗi nhỏ lỗi lớn chúng ta không còn tiếp duyên ra ngoài. Vì tiếp duyên ra ngoài thì sẽ còn các lỗi nhỏ, lỗi lớn mà khó có thể giúp cho quý thầy đạt được con đường của đạo Phật.

Đó là những lời Thầy nhắc nhở, quý thầy cảnh giác từng phút từng giây trong khi còn Thầy nhắc nhở. Nếu mà Thầy không nhắc nhở thì còn ai nhắc nhở cho quý thầy nữa. Mọi người người ta đang sống vui theo cái dục lạc thế gian thì người ta thích nói chuyện, người ta thích bàn bạc cái này, thích làm cái kia. Còn mình, ở đây tu hành thanh tịnh thì không thích làm gì hết, chỉ biết tu mà thôi, chỉ thích tu mà thôi. Suốt ngày tập tỉnh thức để cho chúng ta có tỉnh thức để chúng ta thấy những cái lỗi nhỏ mà chúng

ta sợ hãi.

Do cái chỗ này mà Thầy xét qua cái sự tu tập của quý thầy là cái Chánh niệm tỉnh thức của quý thầy quá kém. Quý thầy cứ nghĩ rằng mình đi một vòng hai vòng xung quanh cái Tu viện mình trên cái lộ hành thiền mà không thấy có niệm vọng tưởng nào, luôn luôn liên tục biết bước chân mình đi kinh hành, hoặc hành động làm hằng ngày quý thầy tưởng nó là tỉnh thức rồi. Chưa đâu, khi nào quý thầy tỉnh thức đến độ quý thầy không nhắc nó mà quý thầy ngồi với một tâm thanh thản, nó không có một niệm gì ở trong đó hết mà suốt ngày này qua ngày khác thì sức tỉnh thức của quý thầy.. lúc bây giờ quý thầy mới ở trong Sơ thiền. Nếu quý thầy chưa được như vậy thì quý thầy phải dùng độc cư để mà cách ly, để tạo cho mình có những cái sức tỉnh thức trong cái định, Chánh niệm tỉnh giác định. Chứ quý thầy nói chuyện, quý thầy lại làm mất cái sức tỉnh thức của mình rồi. Quý thầy đã tập trung nhau mà nói chuyện thì quá là tai hại cho quý thầy. Tại sao vậy? Tại vì quý thầy nghĩ rằng ở Tu viện chúng ta phải tạo cho quý thầy có những cái nơi để mà sinh hoạt riêng như phòng vệ sinh hoặc là tắm rửa, hoặc là rửa bát rửa chén riêng. Tại sao vậy? Tại vì muốn cho quý thầy sống độc cư, sống trọn vẹn trong sự tu tập của quý thầy để quý

thầy cách ly những thói quen của mình còn đang mang nặng trong tâm tư của mình. Do vì vậy mà quý thầy phải cảnh giác rất nhiều. Khi ăn cơm xong thì ai mang bát về sân, về thất của mình rửa. Tự tại, ung dung, cô độc một cuộc đời tu hành, sống biết một mình mình mà thôi, thảnh thơi trong cuộc sống một mình, an vui trong cuộc sống một mình. Chừng nào cái tâm của quý vị mà quay được vào trong mà sống thảnh thơi thì lúc bấy giờ quý vị mới hưởng được cái Chánh niệm tinh thức, sức tinh thức của quý vị rất cao rồi. Còn bây giờ quý vị còn thấy vui ra ngoài, còn thấy thích cái điều này, còn suy luận cái điều kia để mà thưa hỏi Thầy điều này thế kia thì chắc chắn là quý thầy chưa tỉnh thức đâu. Người tỉnh thức người ta gặp khó khăn người ta mới thưa hỏi, không bao giờ người ta đem cái chuyện tào lao mà người ta thưa hỏi. Còn hầu như quý thầy có nhiều chuyện quý thầy thưa hỏi tào lao. Còn ngoài ra như Chánh Đức là vì trách nhiệm của nó phải thu những lời của Thầy nên phải trực tiếp đến hỏi cái này cái kia. Đó là cái vấn đề công cụ, cái việc làm. Vả lại thì nó cũng chưa đủ cái duyên, vì gia duyên còn rất nhiều nên chỉ làm công việc Phật sự để giúp cho cái giáo án thành tựu mà thôi. Còn quý thầy đừng thấy nó như vậy mà mượn cớ đó. Quý thầy đến đây là quý thầy chuyên tu, không có nhiệm vụ gì hết, còn nó có nhiệm vụ khác, nó phải

làm cho trọn. Ví dụ như quý thầy nhờ sang băng thì nó giúp cho quý thầy có những lời dạy của Thầy, cho nên nó phải bận rộn, nó không tu như quý thầy được. Còn quý thầy tới hỏi rồi thôi, đó là biết tu. Quý thầy phải cảnh giác từng chút từng chút như vậy, mình mới cách ly được những tạp khí, cái thói quen của mình. Từng đã sống ở trong cuộc đời nhiều năm chứ không phải một hai năm đâu. Không phải nhiều năm mà còn nhiều kiếp.

Đến đây Thầy nhắc nhở quý thầy như vậy và chúng ta cũng không có thời giờ nhiều để chúng ta tiếp tục bài giảng để thu ngắn thời gian. Thầy sẽ tranh thủ rút ngắn thời gian để cho nó còn một tháng mấy nữa cho hết cái giáo án này, còn dài lắm.

Để tiếp tục buổi học hôm nay, thầy xin nhắc lại **mục đích tu hành của đạo Phật từ lâu Thầy đã giảng dạy.**

Này quý thầy, mục đích tu hành của đạo Phật không phải làm Phật, Tổ, Bồ tát, Alahán, không phải làm Viện trưởng, Viện chủ, Tăng thống, Phó tăng thống hoặc bất cứ một hàng giáo phẩm nào. Cũng không phải vì lợi ích cho ai, cũng không phải vì lợi dưỡng, không phải vì lợi ích thành tựu Giới đức, mà cũng không phải lợi ích thành tựu Thiên định, mà cũng không phải thành tựu

tri kiến tri kiến giải thoát, mà cũng không phải thành tựu lợi ích Tam minh, mà cũng không phải vì sanh tử luân hồi thoát kiếp đau khổ này. Nay quý thầy, mà chính **tâm giải thoát bất động trước các ác pháp** chính là mục đích phạm hạnh của đạo Phật, là mục đích cuối cùng của phạm hạnh.

Thì hôm nay Thầy xác định tất cả những điều mà chúng ta tu tập để chúng ta đạt được tâm bất động giải thoát của chúng ta trước các pháp, trước thọ. Đó là phạm hạnh của đạo Phật. Chứ không phải phạm hạnh là cái đạo Phật giữ gìn giới luật, đạt được cái giới luật, đắc được cái giới luật là phạm hạnh, không phải. Phạm hạnh của đạo Phật tức là cái mục đích của nó để đạt được cái tâm giải thoát bất động trước các pháp, trước các thọ của quý vị, đó là mục tiêu cuối cùng của phạm hạnh. Quý vị nhớ điều này để chúng ta xác định được cái mục đích của chúng ta đến.

Nhiều thầy cứ nghĩ rằng chúng ta phải tu thiền định, nhập Bốn thiền, thực hiện Tam minh đó là cái mãn nguyện của mình rồi, không phải đâu. Cái mục tiêu cuối cùng chúng ta phải thấy tâm bất động của chúng ta. Hiểu được như vậy chúng ta biết rằng con đường từ Tứ thiền để làm chủ sống chết cho đến chấm dứt luân hồi sanh tử này thì nó chỉ là quãng đường chúng ta đi để thực hiện

cái tâm giải thoát bất động, chứ không phải nó là mục đích để chúng ta đạt nó. Do đó chúng ta không phải lấy cái thiền định làm mục đích, cũng không phải lấy tri kiến giải thoát mà làm mục đích, mà chỉ lấy cái tâm giải thoát bất động của chúng ta. Mà chỉ lấy tâm giải thoát bất động của chúng ta đó là cái mục đích chính của phạm hạnh của đạo Phật, là mục tiêu cuối cùng của đạo Phật. Chứ không phải chúng ta tu để thấy một cảnh giới nào đó, hoặc có Phật tánh, có cái gì đó để mà chúng ta thường lạc ngã tịnh ở trong đó mãi mãi. Không có, mục đích đó không có. Mục đích có tức là còn, còn có kiến chấp, còn bị cái thân kiến - đó là cái sai.

Bài học vừa rồi Thầy nhắc lại đó thì trong chánh pháp thiện nó diệt trừ tà pháp ác.

Tứ chánh cần có pháp tu riêng, cái này chắc có lẽ đã học rồi nhưng Thầy nhắc lại. Tứ chánh cần có pháp tu riêng không phải trau dồi tâm mình như Tứ vô lượng. Nghĩa là pháp Tứ chánh cần nó có sự tu riêng của nó. Cách thức nó trau dồi cái tâm nó, trau dồi các thiện pháp riêng. Mà trau dứt đoạn các pháp ác riêng. Chứ nó không phải như Tứ vô lượng tâm.

Tứ chánh cần lấy mười điều ác và

mười điều thiện mà tu tập theo **tùy pháp thập thiện và tùy pháp thập ác**. Rồi dùng pháp hướng như truyền lệnh để cho tâm mình không sanh ác pháp và dứt bỏ ác pháp, sanh khởi pháp lành, tăng trưởng pháp lành. Người tu sĩ phải nhận rõ theo pháp mà trạch ra thành câu hướng tâm **Như lý tác ý** để đoạn dứt tâm sanh khởi ác pháp.

Thì quý thầy nhớ trong vấn đề tu tập về cái pháp này thì chúng ta phải theo cái **pháp tùy và pháp hướng** mà áp dụng vào cái Tứ chánh cần này thì chúng ta có cái **pháp đoạn dứt và cái pháp trau dồi** để cho các thiện pháp sanh khởi. Trước khi đến phần thực hành thì bây giờ Thầy sẽ đọc bài kệ của Phật để nhớ mà tu tập. Đây là bài kệ, quý thầy nhớ kỹ bài kệ này:

Mười pháp cần dứt bỏ

Mười pháp cần tăng trưởng

Siêng tu tập như thế

Sống yên vui hạnh phúc

Được gọi bậc hiền nhân

Nghĩa là chúng ta biết mà dứt bỏ mười cái pháp ác và tăng trưởng mười các pháp lành bằng cách theo cái **pháp hướng và cái pháp tùy** mà chúng ta tu tập thì chúng ta sẽ được gọi là bậc hiền nhân. Như vậy chỉ

cần tu Tứ chánh cần là chúng ta đã được giải thoát, đã được là bậc hiền chứ không xa lạ nữa. Không cần tu nhiều, chỉ cần tu bao nhiêu đó cũng là thấy an vui hạnh phúc của đời sống này rồi. Vậy thì qua pháp hành như thế nào, bây giờ quý vị phải trạch pháp câu này.

Câu này câu thứ nhất, đây cái câu mà Pháp ra đây, tức là cái câu ta chọn làm pháp hướng:

Giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh là pháp ác, chúng ta phải đoạn dứt, đoạn trừ. Phải đoạn trừ tận gốc cái tâm khả hỷ khả ái này.

Tức là cái tâm thích thú mà giết hại chúng sanh, cái tâm thích thú mà ăn thịt chúng sanh đó. Thì câu này có nghĩa là chúng ta phải đoạn trừ, đoạn dứt nó, không được thích thú ăn thịt chúng sanh, giết hại chúng sanh. Hằng ngày chúng ta đều nung vào câu này mà tu tập nhắc cái tâm để chúng ta dứt bỏ không còn thích ăn thịt chúng sanh, mà không còn thích giết hại chúng sanh. Có thích giết hại chúng sanh chúng ta mới giết được chứ không phải là miễn cưỡng mà giết đâu. Cho nên người ta cầm con gà, cắt cổ con gà. Một cách an nhiên mà người ta lấy con dao người ta cắt một cách rất tự nhiên. Một con vật mà la hét, con cá giãy dụa mà

họ vẫn thân nhiên đập thêm mấy cái nữa. Họ đập trong sự sung sướng chứ không phải là trong sự không sung sướng nên đó Phật gọi là khả ái, khả hỷ đó. Hành động rất là đau đớn thể mà họ rất sung sướng, cho nên chúng ta dùng pháp hướng để nhắc cái tâm của mình để đoạn dứt. Đó là cái câu pháp hướng của mình để đoạn dứt cái tâm ác.

Câu thứ hai: **“Chúng sanh có mạng sống như ta nên cũng sợ đau sợ chết như ta. Ta phải thương yêu như chính bản thân ta, như con ta và không được...”**. Ở đây đến chỗ “như con ta” thì đó là cái câu để mà trau dồi cái thiện pháp. Quý thầy nhớ một cái câu thì vứt bỏ, một cái câu thì trau dồi nó tăng trưởng thiện pháp. Hai cái câu song song, **chúng ta trạch pháp hai cái câu song song trong một cái điều ác để cho thực hiện được điều lành**.

Bởi vì không giết hại chúng sanh đó là điều thiện, mà thương yêu chúng sanh chúng ta mới làm điều thiện được; mà không yêu chúng sanh thì chúng ta không làm điều thiện được. Do đó chúng ta trau dồi cái tâm chúng ta thương yêu tức là trau dồi tăng trưởng thiện pháp. Chứ không phải thiện pháp chưa sanh rồi chúng ta cho nó sanh hoặc chúng ta cho nó tăng trưởng. Nói như vậy là cái danh từ suông, nên ở đây chúng ta phải nhắc cái tâm của mình như thầy nói

câu thứ hai:

Chúng sanh có mạng sống như ta nên cũng sợ đau, sợ chết như ta. Ta phải thương yêu như chính bản thân ta, như con ta vậy.

Đó là câu đó để chúng ta nhắc nhở trau dồi cái tình thương yêu của chúng ta. Cái sự chết và cái sự đau khổ thân ta ta cũng biết sợ và chúng sanh cũng như vậy, để chúng ta giao cảm được nỗi khổ đau đó chung nhau. Như vậy để chúng ta không nỡ giết chúng sanh, ta cũng không nỡ ăn thịt chúng sanh. Đó là cái câu thứ hai.

Câu trước là câu dứt bỏ, câu trước là dùng mệnh lệnh. Câu sau là trau dồi thân của mình, không có dùng mệnh lệnh. Các thầy thấy chỗ nào mà chúng ta cần nhấn mạnh thì cái chỗ đó là dứt, bắt buộc phải dứt. Còn chỗ nào chúng ta chưa dùng cái hướng lệnh thì chúng ta xoa dịu, nhắc nhở êm ái để làm cho tâm chúng ta. Cũng như chúng ta muốn dụ dỗ một con vật để mình rèn luyện nó, như con ngựa, con bò, con trâu mình muốn nó kéo cày mình phải dụ dỗ nó chứ mình la hét đánh đập nó thì chắc chắn mình gặt óc mình cày không được đâu. Cho nên bằng cách là mình cho cỏ cho này kia nó ăn. Các thầy thấy nhà mà họ xiếc cạp, voi hay một con vật gì họ cũng cho nó

ăn rồi lần lượt dụ dỗ nó rồi họ dạy nó múa, nó làm gì cũng được hết.

Thì tâm của chúng ta cũng vậy, vốn nó tích lũy những cái ác. Cho nên bây giờ chúng ta dụ dỗ để cho nó nhẹ nhàng, nó nghe được rồi từ đó nó sửa lần sửa lần nó thấm nhuần được lòng thương yêu chứ không được nạt nộ nó. Cho nên câu thứ nhất là nạt nộ, bắt buộc, ra lệnh. Câu thứ hai thì xoa dịu, êm ái, nhẹ nhàng làm cho tâm chúng ta được nhẹ lại để trau dồi cái tâm thương yêu của chúng ta, cái lòng từ bi của chúng ta.

Đó thì những câu như vậy quý thầy phải hiểu được lúc nào thì dùng nó. Khi mà ra lệnh rồi thì bây giờ phải xoa dịu nó, chứ không quý thầy cứ ra lệnh không thì chừng đó nó sẽ như thế nào. Nó cứng đầu, nó chống lại, nó không có chịu phục tùng đâu. Cho nên cũng là vừa vớt bỏ, và cũng vừa xoa dịu an ủi nó để cho nó thấu đạt được lòng thương yêu của nó. Câu thứ nhất là dùng để đoạn trừ dứt bỏ pháp ác, câu thứ hai dùng để trau dồi tâm ngăn ngừa pháp ác, tức là phóng khởi pháp thiện. Khi tâm chưa phóng khởi tướng điều ác thì ta phải hằng ngày trau dồi tâm ta bằng pháp hướng đến sự thương xót. Nghĩa là cái tâm của mình nó chưa phát ra những cái điều ác, nó đang sống yên lành thì chúng ta phải tu tập. Nhưng mà khi mà nó có những điều ác, nó có những hành động

ác rồi thì chúng ta phải truyền lệnh ngăn dứt nó liền. Đó là chúng ta dùng pháp dứt để dứt để ngăn dứt mà có sự kiện xảy ra. Cho nên phải biết áp dụng, Thầy nói phải biết áp dụng pháp hướng.

Như khi bây giờ mình có một sự việc gì đó, thấy con rắn mình đập, mình đã giết một con rắn rồi đó. Thì lúc bây giờ cái sự giết đó mình phải dùng pháp hướng ra lệnh: **từ nay về sau phải chấm dứt. Đó** là dùng pháp hướng đúng, đúng chỗ, đúng thời điểm. Còn bây giờ mình chưa có giết gì hết mình bảo nó: **“đừng giết, đừng giết, dứt đi”** thì cái đó là cái sai, truyền lệnh sai. Bây giờ mình chưa có làm gì đau khổ chúng sanh hết thì mình dùng pháp thương yêu chúng sanh mình nhắc nhở, mình trau dồi lòng thương của mình để cho mai một nó gặp con vật dữ nó không có giết. Đó là chúng ta phải áp dụng đúng. *Chứ không lúc nào cũng ra lệnh, lúc nào chúng ta cũng hét hò trong tâm của chúng ta.* Thì cái đó là chúng ta làm cho nó rối loạn, không biết cái nào mà làm hết. Nó có làm ác đâu mà rắn nó giữ vậy. Các thầy phải hiểu. Cho nên sự tu tập khó là ở chỗ chúng ta biết áp dụng. Mà nếu không khéo áp dụng thì nó không hiệu quả, không kết quả cho quý thầy. Thì nói sao mà pháp không có vi diệu. Nó không có vi diệu là do chính chỗ áp dụng sai.

Cho nên gần Thầy, các thầy mà sai thì có Thầy sửa, Thầy biết. Còn không gần Thầy là một điều rất là khó, vì áp dụng **pháp hướng và pháp tùy** này mà không đúng cách thì nó trở thành sai mất đi, nó không đơn giản được.

Khi tâm chưa phóng khởi tướng điều ác thì ta phải hằng trau dồi tâm ta bằng pháp hướng đến sự thương xót chúng sanh để triển khai lòng từ bi của ta thì mới mong nó không sanh khởi ác pháp. Pháp hướng để trau dồi lòng thương xót ví như sợi dây mũi buộc con trâu, nhờ nó mà nó mà tâm không khởi ác pháp. Nghĩa là cái pháp hướng là như chúng ta cột cái sợi dây nó đó, chúng ta muốn lôi ở đâu thì nó cũng theo hết, còn pháp dứt thì nó khác. Pháp dứt khi mà nó đã thuần thực rồi thì chúng ta dứt. Còn bây giờ nó chưa thuần thực, nhưng khi nó làm điều ác là chúng ta phải dứt, phải la hét nó. Như bây giờ con chó mình nuôi nó chưa thuần thực mà nó hay đi bắt gà người ta, thì bắt đầu mình la hét nó, mình chặn nó trước đi, sau đó mình tìm cách mình dụ dỗ nó để cho nó thuần hóa trong thiện pháp, nó không có bắt gà người ta nữa, thì như vậy đó là mình biết nuôi chó, mình biết dạy chó.

Nó là một phương pháp ngừa bệnh. Cái pháp mà chúng ta trau dồi cái tâm mình như vậy, đó là trau dồi cái tâm từ bi thương

yêu chúng sanh như vậy, đó là cái pháp ngừa bệnh. Còn cái pháp dứt bỏ là cái pháp hướng để đoạn dứt tận gốc bằng sức lực tinh thần, làm cho nó không còn ác pháp trong tâm ta nữa.

Đó thì phải song hành 2 cái, bởi vì trong Tứ chánh cần thì quý thầy đã thấy đức Phật dạy: các pháp ác chưa sanh - không cho sanh, đã sanh thì phải đoạn dứt, mà các pháp thiện chưa sanh- phải khởi sanh, mà đã sanh thì tăng trưởng. Rõ ràng bốn chánh cần này liên tục chúng ta phải có sự song hành, chứ không thể nào mà không có sự song hành được. Chớ không phải làm cho dứt các pháp ác rồi mới tăng trưởng pháp lành, thì đó là quý thầy nghĩ sai. Vừa là dứt pháp ác, thì phải vừa là phải thể hiện sanh các pháp thiện liền tức khắc. Bởi vì không giết hại chúng sanh thì tức là thiện rồi, thì ngay đó đã khởi thiện rồi, cho nên từ đó chúng ta càng trau dồi thiện, tức là làm cho nó tăng trưởng lên, tức là không làm ác nữa.

2. Trộm cắp, cướp giết, lấy của không cho là một điều cực ác, ta phải dứt trừ, từ bỏ viễn ly, xa lánh vĩnh viễn.

Cái câu này là cũng là cái câu để dứt trừ đó, nghĩa là khi nào nghe nói dứt trừ, đoạn bỏ, viễn ly, xa lánh vĩnh viễn thì đó là câu hướng để mà tu tập dứt trừ, đoạn dứt cái tâm ác của chúng ta. Câu này chưa được đầy đủ,

quý thầy nên thêm câu dưới đây:

Trộm cắp, cướp giết lấy của không cho dưới mọi hình thức nào cũng đều là một tội lỗi cực ác, phải dứt trừ, từ già, xa lìa, từ bỏ, viễn ly, đoạn tận.

Bởi vì chúng ta nói câu trên nó chưa được đầy đủ nhưng nó ngắn gọn hơn để chúng ta ra lệnh nhanh chóng khi chúng ta đã thông suốt. Câu dưới mặc dù là trộm cắp lấy của không cho nó nhiều hình thức lắm: ăn lo hối lộ hoặc thế này thế khác, biến thủ. Đó là những tội trộm cắp chứ không phải là không trộm cắp. Nó có nhiều hình thức lắm, lường gạt người ta lấy cũng là nằm trong tội trộm cắp cướp giết. Cho nên ở câu thứ hai nó trọn vẹn đầy đủ để nhắc nhở chúng ta không có làm những điều như vậy. Điều đó là điều ác, điều không có tốt cho nên phải viễn ly đoạn tận nó đi, từ già, từ bỏ đi, dứt trừ đi. Đó là những câu đoạn dứt nó. Thế cho nên nghe nói mình dứt ác, các pháp ác đã sanh thì dứt liền. Thật sự ra trong khi đó mình không traу dò mình thì khi cơn sân thì quý thầy có dứt được nó không. Đâu có dễ gì dứt được, nó làm cho chúng ta điên khùng trong tâm rồi còn đâu mà biết, đâu còn sáng suốt nữa mà dứt. Cho nên bây giờ chúng ta chuẩn bị cho mình những tư tưởng, những sự dứt bỏ bằng chúng ta thấu được những cái lý của pháp ác. Vì vậy mà chúng

ta thấu được những cái lý của pháp ác đó. Nhờ pháp hướng nó nhắc đi nhắc lại, nó làm cho chúng ta thấu được cái lý của pháp ác và đồng thời chúng ta còn tu tập pháp quán để suy xét những tâm niệm giận của chúng sanh như thế nào nó bùng bốc như lửa, như thế nào nó làm cho con người giận, sân đó nó phải như thế nào. Vì vậy tất cả những cái tu học chúng ta phải có quán nè, rồi có hướng nè, rồi có tùy nè nó mới đúng. Cho nên cái định Vô lậu nó kèm theo cái định Chánh niệm tỉnh thức. Vì vậy luôn luôn lúc nào nó cũng dùng pháp hướng, pháp tùy, nó không có xa lìa các hành động tu tập này.

Cho nên khi mà chúng ta chưa rõ cái pháp ác như thế nào thì chúng ta đặt cái niệm pháp ác đó. Như bây giờ chúng ta đặt cái niệm ăn trộm, ăn cắp đó trước mặt rồi chúng ta dùng tri kiến phóng ra rồi chúng ta quan sát, chúng ta theo dõi chúng ta xem xét. Trong khi xem xét chúng ta mới thật hiểu đó là cái pháp ác làm cho người ta đau khổ, làm cho người ta mất cửa, làm cho người ta tự tử, làm cho người ta chết dở sống dở ở trong cuộc đời khi người ta bị mất cửa. Khi mà quán sát được như vậy thì chúng ta thấy nó là cực ác. Mà cực ác thì chúng ta phải đoạn dứt. Vì vậy mà chúng ta mạnh mẽ mà đoạn dứt nó, không làm cái điều đó nữa.

Bởi vì cái Định vô lậu là để chúng ta

nhìn thấu suốt các pháp mà quán. Định vô lậu là *định dùng quán chớ không phải là dùng hướng*. Thì như vậy chúng ta cần phải biết lúc nào dùng pháp hướng, khi nào dùng pháp tùy, khi nào dùng pháp quán thì như vậy mới có hiệu quả trên bước đường tu tập. Chớ không phải muốn tu như thế nào là cái tâm tham sân si của chúng ta nó hết được liền đâu, không phải dễ đâu. Hoặc là các pháp ác mà chúng ta dứt được liền đâu, không phải nói đơn giản được mà cả một công trình tu tập.

Đây là những câu pháp hướng tâm, nhắc tâm Như lý tác ý dẫn tâm vào đạo Giải thoát ác pháp, quý vị phải biết trước khi dùng pháp này tu hành dứt bỏ các ác pháp thì phải *tâm chuyên nhất cảnh*.

Nghĩa là như thế nào?

Thầy xin nhắc lại để quý thầy nhớ chớ không được đưng đâu ngồi đó. Nghĩa là mình muốn *tâm chuyên mà nhất cảnh* đó thì không được đưng đâu ngồi đó mà mình dùng Pháp Tùy, Pháp Hướng, pháp này kia lộn xộn. Muốn tu một cái pháp nào đó phải nghiêm chỉnh, phải tìm một cái nơi ngồi cho nghiêm chỉnh. Bởi vì Pháp không phải là đồ chơi, không phải là đưng đâu mình cũng có mà thể làm đó được mà đây là những pháp để cứu mình ra khỏi những pháp ác,

cứu mình khỏi những đau khổ cuộc đời cho nên phải xem nó là những vật quý báu. Phải nghiêm chỉnh trước khi dùng một câu nào hướng, sự quán xét nào cũng phải nghiêm chỉnh mà quán xét thì nó mới có kết quả. Còn nếu mà chúng ta đưng đầu ngồi đó thì ngồi chơi chút chúng ta cũng ngồi đó mà quán xét cái này, quán xét cái kia, làm như là sanh vọng tưởng nghĩ ngợi chuyện làm ăn vậy. Thì cái chuyện đó không phải là cái người tu. Người tu là trước khi chúng ta khởi muốn một cái gì đó chúng ta chủ động điều khiển, ngồi xếp bằng lưng ngay thẳng đàng hoàng nơi cảnh yên tịnh chớ không được mà ngồi chỗ giữa chợ, ngồi chỗ đó suy nghĩ như tìm công ăn hoặc là tìm cách mưu mô kế này kế kia để lường gạt người để lấy của. thì điều đó không được.

Ở đây là chỗ giải quyết cái tâm giải thoát, làm cho chúng ta xa lìa các pháp ác thì phải tìm nơi yên tĩnh tịch tịch, rồi ngồi kiết già lưng thẳng, hít thở 10 hơi bình thường. Nghĩa là mình hít thở hơi bình thường, không được thở chậm mà cũng không được thở nhanh. Mà thở bình thường cho tâm gom lại, cho tâm gom lại theo hơi thở bình thường và tâm chuyên nhất trong hơi thở.

Bây giờ tâm nó đã bám chặt trong hơi thở chuyên nhất rồi, bởi vì tâm chuyên. Thì quý vị đặt niệm hướng tâm này ngay trước

mặt mà dẫn tâm dứt trừ các ác pháp. Trong khi tu tập quý vị không nên để mất niệm (thất niệm). Cái niệm đặt đó thì quý vị không được quên, một lát quý vị nhớ hơi thở, một lát quý vị nhớ chuyện khác, một lát quý vị không nhớ thì tức là quý vị bị thất niệm. Cho nên Phật dạy thất niệm là không đạt được kết quả gì hết. Vì mất niệm tức là thất niệm mà thất niệm thì tâm mê, dao động thì sự tu không có kết quả.

Cho nên khi đặt cái niệm là phải tập trung trên cái niệm đó. Hồi này là mình tập trung trong hơi thở để mình gom cái tâm của mình lại. Khi mình đặt được cái niệm trước mặt rồi, thì cái niệm đó mình nhìn chăm chăm để mà quán xét cái niệm đó, suy tư cái niệm đó, tìm ra cái niệm đó để rồi chúng ta mới thấu suốt cái niệm đó. Có tu như vậy kết quả mới đến với quý vị vĩ đại, lậu hoặc của quý vị mới quét sạch. Còn quý vị tu mà không nghiêm chỉnh thì ngàn đời quý vị cũng chẳng đạt được cái đạo này đâu.

Câu này quý thầy dùng nó làm niệm, khi niệm hướng vừa dứt thì quý thầy tiếp một niệm nữa nhưng phải có một khoảng cách. Nghĩa là cái niệm đặt rồi quý vị quán xét rồi, nhất là vô lậu khi niệm được quán xét thông suốt rồi thì quý vị xả nghĩ không được tiếp tục cái niệm nữa. Nhưng về cái pháp hướng thì cái niệm này quý vị đặt cái

niệm đó để quý vị trạch câu đó ra, quý vị hướng tâm, nhắc cái tâm mình rồi, câu này xong rồi thì cần có một khoảng thời gian xả nghỉ rồi quý vị mới đặt câu khác thay vào đó để quý vị trau dồi cái tâm của mình, lòng thương yêu của mình hay là dứt bỏ mạnh hơn nữa. Thì nó cũng phải có một khoảng cách chớ không phải câu này rồi đọc câu khác, đọc câu khác nữa. Quý vị liên tục như vậy thì một người huấn luyện voi, bò trâu mà làm vậy thì con voi, bò trâu nó cũng điên đầu, nó cũng không biết đầu mà làm nữa. Phải tập thuần thục cái này rồi để một chút cho cái tâm nó yên tịnh trở lại rồi mới đặt câu khác.

Đó, hôm nay Thầy dạy như vậy các thầy mới biết cách làm, biết cách tu chớ không khéo các thầy tu điên, tu khùng nữa. Bởi vậy không có kinh nghiệm tu thì làm sao hướng dẫn người ta tu hành được. Mà không hướng dẫn người ta tu được thì Phật pháp mai một, không còn ở trong thế gian này nữa.

Thì quý thầy tiếp một niệm nữa nhưng phải có khoảng cách, một khoảng cách giữ tâm yên lặng theo hơi thở ra, hơi thở vào.

Quý vị nhớ ông Phật dạy rất kỹ chỗ này. Bởi vì người ta không nghiên cứu được cái giáo pháp của đức Phật. Khi muốn tu Định vô lậu, cũng như định Chánh niệm tỉnh

thức, cũng như tất cả mọi thứ định để cho tâm gom lại, Phật nói định niệm hơi thở ra hơi thở vô khéo tác ý là như thế nào?

Bây giờ quý vị đi kinh hành mà để tâm gom vô tập trung thì hơi thở là đối tượng trước mặt quý vị tập trung rất dễ. **Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra.** Nhắc như vậy, hướng tâm như vậy làm tâm của quý vị gom vô hơi thở. Bây giờ quý vị nói: **Tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành.** Rồi quý vị bước đi, tâm quý vị tập trung vô bước đi đó liền, nó rời hơi thở nó tập trung vô đó. Đi một lát nữa rồi quý vị tác ý: **hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra.** Tức là quý vị gom lại thân quý vị. Vì hơi thở đó nằm trong thân quý vị, do quý vị gom vào thân nó.

Rồi quý vị nhắc: **đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành.** Thì ngay đó nó tập trung vô hành động thân của quý vị. Như vậy sức tỉnh thức của quý vị càng ngày càng rõ ra.

Bởi vì Thầy dạy quý vị có cái tụ điểm, các vị phải hiểu, mà có cái tụ điểm lúc nào tâm nó cũng gom nằm đó để nó quan sát *tất cả các hành động* chớ không phải nó nằm dưới chân của quý vị. Mà nó nằm dưới chân của quý vị thì nó bị thất niệm, cho nên tỉnh giác của quý vị chỉ tỉnh giác mơ hồ chớ chưa phải là tỉnh giác. Vì vậy nhìn qua trong một

tháng nay, cái sự sống của quý vị thiếu tỉnh giác cho nên phá Độc cư. Đó quý vị thấy rõ. Cho nên cái sự tu của quý vị có kết quả hay không, là một người thiện hữu tri thức người ta có kinh nghiệm, người ta biết được quý vị tu đúng, tu sai.

Đó lời đức Phật dạy vậy cho nên khi chúng ta nhập Diệt Thọ Tướng Định chúng ta phải dùng hơi thở mà đi tới, không bao giờ lia xa hơi thở, vì hơi thở là tụ điểm của chúng ta.

Đó là những cái Thầy đã hiểu biết được Phật và hiểu biết được qua kinh nghiệm tu hành của mình đã làm được những gì, đã thành tựu được những gì.

Khoảng cách giữa tâm im lặng giữa hơi thở ra, hơi thở vào quý vị nhớ phải nhắc tâm không để cho tạp niệm xen vào. Nhờ có nương bám chặt hơi thở thì lúc bấy giờ tạp niệm mới không xen. Do đó hơi thở ra tôi biết hơi thở ra, hơi thở vào tôi biết hơi thở vào.

Khoảng độ 10 hơi thở thì quý vị lại nhắc câu này để trau dồi lòng thương yêu của quý vị, để ngăn ngừa lòng tham lam của quý vị. Quý vị trích câu này ra để dùng pháp hướng nhắc tâm, như lý tác ý:

***Của cái tài sản của ta ta mất ta còn
buồn khổ, có thể ta đi đến chết quên***

sinh tự tử, lẽ nào ta lấy của người bằng mọi hình thức cho được.

Đó là cái câu này để cho chúng ta tu tập, trau dồi cái tâm chúng ta biết thương cái người mất của, làm cho chúng ta không còn bao giờ nở tâm lấy của người nữa. Đó là trau dồi cái tâm của mình, biết nỗi khổ của người khác, là cái người mất của cũng như mình mất của.

Đó là như vậy, mà sự thực hành thì phải như lời Thầy dạy vừa nãy thì quý vị mới có kết quả. Cái câu trước là dứt đoạn, câu này là trau dồi tâm biết thương người, vì thương người không lấy của người. Do vì vậy mà chúng ta phải có khoảng cách câu trên với câu dưới 10 hơi thở. Và 10 hơi thở đó gom tâm làm sức tĩnh thức, làm tụ điểm để chúng ta hướng câu kệ trau dồi cái tâm thương yêu của chúng ta đối với muôn người. Vì vậy mà chúng ta không lấy của không cho. Các thầy thấy Thầy dạy có cách thức, có hẩn hời, có pháp hành rõ ràng, nhưng quý thầy tu sai là quý thầy chịu trách nhiệm chứ thầy không chịu trách nhiệm ở sự tu sai đó. Thầy dạy quý thầy làm đúng thì quý thầy có kết quả mà không đúng thì quý thầy phải chịu lấy.

Câu 3: Tà dâm là một thứ sắc dục không chơn chánh, làm tan cửa nát nhà người và cả mình. Làm đau khổ gia đình

mình và gia đình người. Ta phải chấm dứt thói sắc dục bất chánh này, ta ly khai từ bỏ xa lánh, viễn ly vĩnh viễn.

Đó là câu đoạn dứt tâm ưa sắc dục, ưa đi ve vớ người khác, ưa đi làm những chuyện đòi bại phá gia cang người khác. Thì đó là hành động tội ác cực lớn chứ không phải là nhỏ đâu. Làm tan nhà nát cửa người cho nên chúng ta lấy câu này mà nhắc tâm hằng ngày để trau dồi cái tâm mình dứt đoạn không có được cho nó phạm vào tội ác này.

Đây là một câu trích pháp để dùng hướng tâm đoạn dứt pháp ác, trừ tà dâm thói xấu. Quý vị nào có căn bệnh này thì phải ngày đêm chuyên cần tu tập pháp hướng. Bởi vì có nhiều người mang tật này dữ lắm, còn có nhiều người người ta không có, còn có nhiều người mang tật này rất nặng. Thấy vợ con người ta là thích tới. Đó là những hạng người chuyên môn tà dâm. Cái tâm rất là tệ bạc.

Tà dâm là một tánh rất xấu làm cho con người mất thể diện, thọ tiếng xấu bạc tình bạc nghĩa, muôn đời ta phải dứt bỏ như dứt bỏ một vật thói tha bản thủ nhất.

Đó là câu dứt nữa đó, câu pháp hướng này là câu dứt nữa chớ không phải là câu trau dồi. Cho nên ở đây chúng ta phải nhận

ra những câu pháp hướng, trạch pháp ra câu nào cho đúng nghĩa của nó. Và đồng thời trong một thời gian mà tu 2 câu này thì chúng ta cũng phải có một thời gian cách nó ra để tập trung gom tâm lại rồi dùng lực tinh thần của chúng ta mà ra lệnh để cho nó dứt bỏ thì sau này tâm chúng ta nó mạnh dạn, nó xa lìa các pháp ác, nó không còn làm cái đó nữa. Bởi vì thói quen chúng ta mà tà dâm như vậy thì nó có thói quen thích thú của nó, nó có khả hỷ khả lạc nó làm cho chúng ta thích cho nên nó sai khiến chúng ta vì vậy mà chúng ta không dần được nó, mà không dần được nó thì chúng ta phạm phải tội ác rất lớn là phá gia cang gia đình của kẻ khác. Cho nên hàng ngày chúng ta tập luyện như vậy, 2 câu, câu trước và câu sau này chúng ta thường phải nhắc nhở khi chúng ta có tật xấu đó.

Tiếp tục quý thầy dùng câu thứ 2 này làm pháp hướng để răn nhắc tâm mình thường xuyên xa lìa tánh xấu ác đó:

Đời người thường ao ước được hạnh phúc cuộc sống lứa đôi, bên nhau trung thành mãi mãi. Chẳng bực tình bực nghĩa vậy ta hãy biết thương người, mong cầu đem lại hạnh phúc cho người. Thì tánh tà dâm là một tánh xấu đem lại ta khổ người khổ, gia đình tan nát. Biết thương mình thương người ta hãy dứt

trừ tánh xấu này.

Đây là câu pháp hướng gọi lòng thương yêu của người, của mình mà không làm hại gia đình mình, không làm hại gia đình người. Đó là câu pháp hướng trau dồi tâm chúng ta thương yêu mình, thương người đó để không làm cho gia đình tan nát. Đây là câu trạch pháp để hướng tâm nuôi lớn lòng thương yêu với sự an vui hạnh phúc của mọi người, nghĩa là của mình của người ở trong đó nữa, cho nên nhắc cái tâm của mình thường xuyên, dùng câu này nhắc. Khi mà dùng 2 câu trạch pháp trên để đoạn dứt tâm tà dâm thì chúng ta phải dùng câu dưới này để cho an ủi, chúng ta thấu suốt được lòng thương yêu chúng ta đối với sự làm tan nát đôi bên cả gia đình. Đó thì sự tu tập phải trau dồi, phải rèn luyện như vậy gọi là dứt ác mà tăng trưởng thiện.

Câu 4: Người có chánh hạnh (bây giờ về phần 4, tức là về phần ngôn ngữ rồi đó) ngôn ngữ không bao giờ nói chuyện không thật, luôn luôn nói những điều chơn thật không nói láo. Về cái ngôn ngữ, mà cái chánh hạnh ngôn ngữ thì không bao giờ người ta đặt láo nói chuyện không thật, nói lúc nào cũng luôn luôn chơn thật.

Nói láo là một lời nói dối gạt người, làm cho người tin theo phải khổ sở, nó

là một pháp ác.

Mà nói láo là một pháp ác bởi vì con người ta không chết mà nói chết, con người ta không té sông mà nói té sông. Đó là một điều kiện làm cho người ta khổ sở. Những điều mà nói như vậy điều đó là không đúng. Cho nên trong thời đức Phật ngài La Hầu La mới đến tu thì ông cũng có tật hay nói láo. Do đó có những người đến thăm Phật hỏi đức Phật có trong tịnh xá không? Thì đức Phật có trong đó ông nói không có, họ bỏ đi về. Còn khi nào mà đức Phật không có, ông nói có ở trong đó đó, có ở trong tịnh xá, họ vô tìm không thấy ông Phật đâu hết. Cho nên người ta mới nói với Phật là có chú sa di đó chú hay vọng ngữ quá, chú nói láo dữ lắm. Do đó mà Phật mới dạy cho La Hầu La bằng những đức hạnh như thế nào. Thì có dịp Thầy sẽ thuật lại những cái chuyện đức Phật giáo dục cho đứa con của mình, đứa con một của mình qua những pháp ác mà chú này đã phạm phải trong tuổi còn thơ ấu.

Bây giờ chúng ta trích pháp ra về cái phần mà nói láo đây:

Nói láo là một tánh xấu ác, ta phải dứt trừ, từ bỏ viễn ly.

Đó là tác ý ngăn đó, ngay đó chúng ta nhấn liền: đó là một tánh xấu ác, ta phải dứt trừ từ bỏ viễn ly.

Câu 2: Nói láo là một tánh xấu ác, ác pháp, làm ta mất uy tín với mọi người. Vậy nay ta hãy từ bỏ, xa lánh pháp này.

Đó, khi mà người ta biết mình nói láo rồi thì sau này mình nói không ai tin mình hết. Cho nên câu thứ 2 nó lại dài hơn để chúng ta thấy rõ sự nói láo là nguy hại cho chính mình.

Câu 3: Ta là người tu tập tứ vô lượng tâm, tâm thương yêu rộng lớn đối với muôn loài, ta nở nào đối gạt chúng sanh. Ta phải từ bỏ, xa lánh nói láo để thực hiện lòng thương yêu rộng lớn.

Mình lấy cái lòng từ bi vô lượng của mình đó mà mình áp dụng để xoa dịu cái tâm của mình đừng có nói láo vì nói láo như vậy không đúng cách làm cho người khác khổ. Do đó mà chúng ta trau dồi lòng thương yêu của chúng ta.

Nói láo là không thương chúng sanh và không thương mình, ta phải chấm dứt, đoạn dứt tánh xấu ác này.

Đó là một câu để chúng ta dùng pháp hướng.

Câu 5: Thương người không được nói láo, vì nói láo là không thương người.

Đó là cái câu thứ 5.

Câu thứ 6: *Nói láo là một tánh xấu cực ác, ta phải chấm dứt ngay.*

Đó cái câu đó cũng là câu ngắn gọn để chúng ta ra lệnh chấm dứt nó đó. Quý thầy là đệ tử của Phật phải tu tập chánh hạnh ngôn ngữ, phải rèn luyện chánh hạnh ngôn ngữ dù bất cứ trong trường hợp nào. Dù chết nát thân các thầy cũng không được nói lời thiếu chân thật. Đó thì cái phần này khi mà chúng ta đã nhận mình là đệ tử của Phật, do đó chúng ta không được nói thiếu lời chân thật. Dù lúc bấy giờ người ta bắt buộc mình phải nói lời dối, mà họ giết mình thì mình thà chết không được nói dối, không được nói láo. Đó là người tu sĩ đạo Phật như vậy.

Cho nên xưa đức Phật có một thời tu tập ở trong núi, có một nhà vua đi săn nai, đuổi con nai, con nai chạy ngang qua chỗ đức Phật rồi chui dưới chỗ tảng đá chỗ đức Phật, mà nằm, mà trốn đó.

Nhà vua chạy đến hỏi ông có thấy con nai của tôi ở đây không thì ông Phật làm thinh.

Nếu mà nói con nai chạy luôn thì là nói vọng ngữ, mà nói con nai chui xuống cục đá của mình, là nói thật thì không vọng ngữ thì ông vua sẽ bắt con vật mà giết đi, thì mình mang cái tội chỉ cho người ta giết chúng sanh, cho nên mang cái tội sát sanh. Cho

nên ông Phật ông ngồi tu ông không dám nói gì hết, ông làm thinh. Bởi vì 2 giới này, 2 pháp ác này nó kèm theo một trường hợp, cho nên ông Phật chỉ làm thinh mà chịu. Nhà vua xẻo tai, cắt 2 lỗ tai ông cũng chẳng nói, móc 2 con mắt cũng chẳng nói, chặt tay cũng chẳng nói. Cho nên cuối cùng thì ông thành tựu chỗ giữ gìn giới luật nghiêm túc. Thì các con thấy trong giới luật mà người tu hành người ta giữ có cái nói láo và sát sanh không mà người ta chịu chết đó. Đó thì sự tu tập của chúng ta là đệ tử của Phật hoàn toàn là chúng ta phải giống như Phật. Sau khi dạy Tứ bất hoại tịnh thì thân của Phật như thế nào, ý của Phật như thế nào thì chúng ta phải sống như vậy mới chính là Tứ bất hoại tịnh pháp. Bây giờ chưa tới Thầy chưa giảng dạy, chứ giảng dạy thì những câu chuyện này được nhắc đi nhắc lại cho quý thầy để rèn luyện mình sống đúng như Phật, tức là niệm Phật đó.

Hàng ngày phải rèn luyện, phải siêng năng theo pháp Tứ chánh cần mà tu tập. Nghĩa là phải siêng năng vì cái pháp này là pháp siêng năng, mà siêng năng thì mới dứt ác, mới tăng thiện được. Còn nếu không siêng năng chưa chắc gì chúng ta đã dứt ác được. Vì vốn cái tâm của chúng ta là cái tâm tích lũy, tâm tích trữ những pháp ác nhiều đời nhiều kiếp nên mới có thọ thân này, nếu

mà nó đã tích thiện thì nó đâu có thọ thân này, nó phải thọ cái hóa thân. Nghĩa là nó sẽ biến hóa ra cái thân, chứ không phải nó còn cái thân mà sanh chỗ bản thủ, thân mà sanh chỗ dụng. Cho nên chúng ta ở đây là do chỗ thai sanh, vì cái tâm của chúng ta nó có những ác pháp cho nên nó mới sanh ở trong thai sanh. Còn những người mà thiện pháp, như Phật ví dụ, những người mà cõi trời thì họ là hóa sanh, họ không có thai sanh. Cho nên có người hỏi Thầy có hóa sanh hay không? Thật sự có hóa sanh. Bởi vì các thầy cứ nghĩ cái người mà tu tập như chúng ta mà khi thân định trên tâm, tâm định trên thân rồi, nhập được Tứ thiền rồi thì người ta ra lệnh thì cái thân này nó sẽ biến muôn ngàn cái thân, thì không phải là hóa thân sao. Ngồi đầy cái rừng này, ngồi đầy cái khu đất này, hàng trăm hàng vạn ông thầy như Thầy giống y mặt nào cũng giống y hết, mà bây giờ Thầy muốn cái thân này...tức là Dụng như ý túc mà, muốn cái thân này lớn bằng cả nửa bầu trời này, nó tự nhiên sẽ lớn như vậy đó. Thì các thầy nghĩ có phải hóa không? Nếu không hóa làm sao làm được cái chuyện đó. Cái thân bây giờ lớn đây mà hóa đứng nửa cái bầu trời này thì quý thầy nghĩ như thế nào? Cái chân nó thò xuống là kể như trái đất này nhẹ đi. Thì đó không phải là hóa sao? Vậy cho nên nó có thể giới hóa thân chứ đâu phải không có thể giới hóa thân. Cho nên

Phật nói là cõi trời. Khi chúng ta hướng tâm về thiện thì chúng ta sẽ sanh vào hóa thân, mà chúng ta về dục thì chúng ta phải sanh về thai sanh. Đó thì các thầy phải thấy được 4 cái sanh của con người. Cho nên các thầy nghĩ rằng khi chúng ta hoàn toàn dứt dục, không còn tình dục thì chắc chắn con người trên thế gian này không có. Đâu không có, chúng ta hóa sanh mà, như bây giờ Thầy muốn có 100 người ngồi trong khu đất này, Thầy chỉ cần nhập cái định đúng nó thầy câu hữu thì ngay đó nó ngồi 100 người chứ đâu phải một người. Quý thầy ngạc nhiên, quý thầy chưa đến chỗ này quý thầy chưa thấy. Khi nào ở đây có chúng tới đó rồi thì quý thầy trực tiếp thấy, còn bây giờ đem ra biểu diễn coi như làm xiếc cho quý thầy coi thì cái chuyện đó là chuyện mê hoặc, chuyện làm cho người ta không đi vào cái chánh của Phật pháp.

Các thầy nên nhớ **chỉ có tùy pháp Tứ chánh cần mà quý thầy dứt ác.**

Nghĩa là tùy theo, nương theo Tứ chánh cần đó. Nghĩa là cái pháp tùy, tùy là như thế nào? Bởi vì nương theo pháp đó mà dứt được các ác pháp, tăng trưởng các thiện pháp. Các thầy nên nhớ chỉ có tùy pháp tứ chánh cần mà quý thầy dứt ác, làm thiện. Đó là con đường đạo đức như quả chơn chánh của đạo Phật. Đó thì con đường đạo

đức chơn chánh của đạo Phật thì nó chỉ có Tứ chánh cần là nó giúp cho quý thầy thực hiện được như quả chân chánh của nó, nghĩa là đem lại những quả thiện, nhân thiện. Mà chính đức Phật đã xây dựng đạo pháp của mình, giáo lý của mình trên con đường của nhân quả, trên cái nền tảng của đạo đức nhân quả.

Quý thầy phải lấy những câu trên mà thầy đã trích ra pháp để quý thầy dùng nó hướng tâm NHƯ LÝ TÁC Ý. Hàng ngày phải siêng năng tinh tấn đặt niệm trước mặt, dùng để thất niệm, chuyên cần tu tập, như vậy tâm quý vị thanh tịnh. Quý vị sẽ chỉ được các hành trong thân, nhập chánh định, dẫn tâm đến Tam minh, quý vị thành tựu đạo giải thoát.

Nghĩa là chỉ cần tu Tứ chánh cần, thực hiện được trí tuệ, thực hiện được các pháp thiện thì tâm quý vị nó sẽ thanh tịnh. Mà khi thanh tịnh đó thì quý vị mới chỉ được các hành ở trong thân của quý vị. Mà chỉ được các hành trong thân thì quý vị thân tâm mới nhập định được, mà nhập định được thì quý vị mới hướng tâm đến Tam minh, quý vị mới thành tựu được đạo giải thoát vô lậu.

Nó không đơn giản, mà chỉ bắt đầu vô từng pháp đã có những hiệu quả của nó, cho nên chúng ta càng đi sâu thì chúng ta thấy

pháp này nó bỏ tức cho pháp kia. Nhưng mục đích của nó là nhắm vào dứt ác mà từng thiện, tăng trưởng thiện để thực hiện được cái tâm thanh tịnh không còn một chút ác pháp trong đó. Do vì vậy đó mà nó mới tịnh, mới chỉ được các hành, làm chủ được sự sống chết ở trong thân của chúng ta.

5. Quý thầy là những người tu sĩ đạo Phật, quý thầy phải giữ gìn chánh hạnh trong ngôn ngữ, quý thầy không được nói xấu ác, không được đặt điều ra nói xấu hoặc vu khống cho người.

Đó thì cái phần nói về ác xấu đó, nói về chánh hạnh của ngôn ngữ thì nó có 4 cái phần, những cái phần trước thì quý thầy đã học rồi, bây giờ tới cái phần mà mình nói xấu người khác. Mà cái người trau luyện giữ gìn chánh hạnh ngôn ngữ thì không được nói xấu ai, người ta làm xấu thì người ta xấu, không được đặt điều ra nói xấu người khác hoặc là vu khống người khác, người ta không làm việc đó mình nói người ta làm. Ví dụ người ta không ăn trộm mình nói người ta ăn trộm, người ta không lấy của mình mình nói người ta lấy của mình, thì điều đó là đặt ra mình vu khống, vu oan người ta. Thì cái đó người mà trau dồi chánh hạnh ngôn ngữ thì không được nói những điều đó. Đây là pháp ác thứ 5 quý thầy cần phải tu tập trau dồi tâm mình để đoạn dứt, từ bỏ, để được

xa lánh tánh ác này. Có nhiều người họ lấy sự mà nói xấu người hoặc đặt điều ra nói xấu người họ thích lắm, họ làm cái đó họ thấy thích thú lắm, cho nên họ thường hay đem chuyện người này nói chuyện người kia, nói xấu người ta, thì cái tánh đó là cái xấu ác, ngôn ngữ đó không phải là chánh hạnh trong ngôn ngữ, mà đó là những ngôn ngữ tệ bại, những ngôn ngữ không có ra gì.

Đem chuyện xấu của người nói cho người khác biết là một điều ác, làm cho người khác đau khổ, ta phải dứt trừ, từ bỏ viễn ly tật xấu ác này.

Đây là câu hướng đây, đem chuyện xấu của người nói cho người khác biết là một điều ác làm cho người khác đau khổ ta phải dứt trừ, từ bỏ viễn ly tật xấu ác pháp này.

Câu 2: Đặt điều ra nói xấu người là một pháp ác, là một tánh xấu tệ của ta, ta phải dứt trừ, ta phải từ bỏ như bệnh cùi.

Đó là câu thứ 2 của pháp hướng

Câu thứ 3: Nói lời vu khống oan ức khiến người ta tức tối sanh ra tự tử, quỳên sinh hoặc oan ức tù tội tử hình đó là một pháp ác, một pháp cực ác, ta phải từ bỏ, dứt bỏ vĩnh viễn.

Đó là câu 3.

Câu 4: Ta là tu sĩ đạo từ bi, thương khắp chúng sinh nữ nào đem chuyện xấu của người nói cho người khác biết để cho người khổ sở như vậy, là ta làm mất từ bi nên ta phải dứt bỏ tật xấu ác này vĩnh viễn.

Đó là những điều kiện mà ta cần phải dùng pháp hướng này để trau dồi và để dứt bỏ tâm chúng ta trong những ngôn ngữ thiếu chánh hạnh.

Câu 6: Ta là người trau dồi lòng thương khắp chúng sanh nữ nào ta đặt điều nói xấu người, nói xấu người là một điều cực ác như vậy, ta không còn là con người biết thương chúng sanh. Vậy từ đây ta phải bỏ tật xấu này.

Đó là một câu để chúng ta ngăn ngừa cái ngôn ngữ không được chánh hạnh.

Vu khống, nói oan ức cho người là một hành động tà ngôn hạnh, giết người bằng gươm miệng rất là ác độc.

Đó mình vu khống người ta, là mình giết người ta bằng cái lưỡi gươm miệng của mình, cho nên mình phải dứt bỏ.

Người tu sĩ đạo từ bi thương khắp chúng sanh ta phải dứt trừ vĩnh viễn tà hạnh ngôn ngữ này để thực hiện lòng thương yêu phủ trùm vạn hữu.

Đó thì câu này là câu trau dồi tâm thương yêu của chúng ta. Ở đây quý thầy nhờ kỹ lấy những câu trạch pháp này làm pháp hướng như lý tác ý để thường xuyên dứt bỏ và trau dồi lòng thương yêu chúng sanh rộng lớn, phải nghiêm chỉnh tu tập đừng để thất niệm, có như vậy quý thầy mới chứng được đạo quả bồ đề.

Thì đến phần này chúng ta dứt được 4 cái khẩu nghiệp mà nó không chánh hạnh, cho nên phải cố gắng mà trau dồi. Người ta tai họa mà xảy ra đều do cái miệng lưỡi của chúng ta mà ra. Cho nên hầu như quý thầy không thấy hạnh độc cư, vì hạnh độc cư nó giúp cho quý thầy ngăn chặn được 4 điều xấu ác của cái miệng chúng ta. Người làm tỉnh thì không bao giờ xảy ra 4 cái ác khẩu này, mà người hay nói chuyện thì luôn luôn xảy ra 4 ác khẩu này. Nghĩa là nói nặng nói nhẹ người, từ người này, từ người kia, thì đó là những ác khẩu chứ không phải những thiện khẩu. Vì thiện khẩu thì thương yêu nhau làm sao có từ giã nhau, làm sao có từ khước nhau, đó là những điều ác khẩu. Cho nên ở đây những người dùng ác khẩu thì chúng ta biết là những người nhiều chuyện, hay nói chuyện, mà người không dùng ác khẩu thì là người không nói chuyện, mà không nói chuyện tức là độc cư. Dù các thầy có nói lời lành đi nữa, nhưng lời lành đó chưa hẳn

đã là lành vì trong đó có hàm ý những gì cá nhân của mình trong đó, mà có những lời nói có cá nhân trong đó chắc là không phải lành.

Quán xét cho cùng chúng ta thấy lời nói là một tai hại rất lớn cho loài người, nếu mọi người không nói thì chắc chắn là cảnh giới ở thế gian này có thể gọi là thiên đàng. Lời nói là để biểu diễn ý nghĩ của chúng ta, nhưng ý nghĩ sao lại là thương, là tốt mà lời nói để mọi người hiểu ý ta mà lại làm cho đau khổ thì đó là cảnh giới thế gian này trở thành địa ngục.

7. Lời nói hung ác là lời nói dữ tợn làm cho người ta khiếp sợ, chửi rủa, mạ nhục, lời nói nạt nộ làm cho người ta khiếp đảm, hăm dọa, đe dọa nói chung là lời nói hung dữ. Làm cho chúng sanh sợ hãi đó là lời nói tội rất ác lớn khiến cho ta sợ hãi bất an, vì thế chúng ta là những người tu sĩ đạo Phật luôn luôn phải giúp chúng sanh đừng sợ hãi. Phải cho họ những lời nói, những hành động yêu quý khiến cho họ không sợ và được an ổn vui mừng. Muốn được ban vui cứu khổ phò nguy cho chúng sinh thì ta phải luôn luôn tu tập dứt bỏ lời nói hung dữ.

Lời nói hung dữ là lời nói cực ác làm cho chúng sinh sợ hãi, ta hãy mạnh dạn quyết tâm từ bỏ xa lìa đoạn dứt lời

nói hung dữ.

Đó là câu hướng tâm thứ nhất.

Câu hướng tâm thứ 2:

Từ đây về sau ta không được to tiếng, lớn tiếng bất kỳ với ai vì to tiếng lớn tiếng là lời nói hung dữ. Ta phải dứt bỏ và từ giã nó để chúng sinh không còn sợ hãi nữa.

Đó là câu 2.

Câu 3: Ta là người tu sĩ đạo Phật phải biết thương người, cơ sao ta lại dùng lời nói hung dữ để làm cho mọi người sợ hãi, từ đây thương người ta không được nói lời hung dữ nữa.

Đó là câu 3.

Câu 4: Tâm ta luôn luôn thương khắp chúng sinh, ban rải lòng từ khắp cùng, không làm cho chúng sinh sợ hãi. Vậy ta phải luôn luôn có những lời nói ôn tồn, nhã nhặn, từ hòa, sáng suốt, đúng thời.

Đó là câu 4.

Này quý thầy, quý thầy phải siêng năng dùng những câu pháp hướng này, đã trạch pháp tốt đẹp, cứ tùy theo pháp, tùy theo tâm, tùy theo sức mà nỗ lực tu tập trau dồi cho đúng cách. Đến đây thì Thầy nói cho quý

thầy thấy, bây giờ mình đặt ra rất nhiều nhưng mình phải lựa câu nào cho hợp với mình, rồi tùy cái sức khỏe của mình, chứ không phải điên khùng mình thấy câu nào cũng ngồi liên tục mà traу dòі, mà hướng tâm mà nhắc thế này thế khác đầu. Ngồi riết cơ thể của quý thầy mỗi mệt, rồi quý thầy đầm ra ác pháp ở trong đó chứ không phải là thiện pháp nữa. Cho nên chúng ta lượng cái sức của mình, mỗi ngày chúng ta dùng một câu hoặc 2 câu cũng đủ lắm rồi, đầu cần phải tu cho nhiều. Tu mà vừa sức với nó chúng ta mới thấy có sự an lạc, tu quá đầu đầu, muốn tu cho mau thành Phật thì cái chuyện đó là chuyện sai. Chúng ta traу dòі đầu có nghĩa là trong một bữa. Muốn huấn luyện một con vật chúng ta cũng phải từ từ, 5 tháng, 3 tháng nó sẽ trở thành thuần thực, chớ chúng ta vội vàng nghe như vậy rồi ngồi li bì rồi quán li bì, rồi ngồi li bì mà hướng lu bù, tu không biết cơ thể mình ra sao, không biết sức khỏe mình ra sao. Tu riết chán nản, hết muốn tu nữa. Đó là cái sai, cái không đúng, cho nên Thầy thường nhắc nhở là mình phải tùy theo sức, nghĩa là mỗi ngày mình chia ra mình tu 1 lần, 2 lần là đủ lắm rồi. Để cho mình được xả nghỉ, tâm hồn mình được thanh thản, tâm mình nó có sức gom lại. Còn mình tu vừa gom đó bây giờ gom nữa, gom riết, cái đầu óc nó đen tối, cái đầu óc nó rối loạn không còn bình tĩnh sáng

suốt, nó mệt nhọc, nằm đâu thì nó muốn ngủ đó rồi. Thì bây giờ nó từ cái sai này nó dẫn đi đến cái sai khác, cuối cùng thì quý thầy chẳng thấy đạo, mà thấy mình gần như muốn điên. Nói thì nhiều nhưng mà chọn ra những câu đúng để chúng ta tùy theo căn cơ của mình mà lấy những câu pháp hướng đó mà tu tập cho chín chắn và nó phải hợp thời, hợp lý, hợp sức khỏe. Những điều này Thầy chú ý quý thầy rất nhiều. Quý thầy có nhớ kỹ như vậy thì quý thầy trau dồi, tu tập thì nó mới có kết quả lớn.

Đây thầy nhắc lại: Nay quý thầy, quý thầy phải siêng năng dùng những câu pháp hướng này, đã trạch pháp tốt đẹp, cứ tùy theo pháp, tùy theo tâm, tùy theo sức mà nỗ lực tu tập trau dồi cho đúng cách thì kết quả đến với quý vị rõ ràng. Vì quý thầy thường dùng pháp hướng nên pháp này có hiệu quả rất lớn, nghĩa là hàng ngày mình cứ dùng pháp hướng mình tu tập đó, hiệu quả của nó rất lớn. Pháp hướng là pháp dùng tinh thần để mà điều khiển, quý thầy lưu ý cái phần đó. Còn bây giờ quý thầy mà vận dụng tập trung là quý thầy dùng cái sức tập trung, mặc dù nó có tinh thần tập trung thật nhưng mà nó ức chế. Mà quý thầy còn phải dùng cơ để mà thở cách này cách khác đó là sự ức chế, nó không phải đâu. Còn vô pháp hướng chúng ta dùng tinh thần chúng ta hết

lên một tiếng rồi chúng ta thả nhiên như thường, cho nên nó không có kéo dài cái sự tập trung, cho nên nó không ức chế ai hết. Mà cái sức tinh thần ra lệnh nó mạnh hơn cái sức ức chế của chúng ta nhiều. Cái sức tập trung của chúng ta càng ngày nó làm cho cơ thể chúng ta mất đi sức khỏe và nó không đạt đến cái độ cao cũng như cái sức tinh thần của chúng ta. Cho nên khi mà pháp hướng quý vị mà tu tập như vậy sau này nó, pháp hướng nó rất là hiệu quả, mà nó rất hiệu quả thì tới chừng quý thầy muốn nhập định thì chỉ cần ra lệnh là nó nhập định, bảo nó các hành phải ngưng, hơi thở phải ngưng là nó ngưng liền, thì quý thầy sẽ nhập được tứ thiên liền. Vì quý thầy thường dùng pháp hướng nên pháp này có hiệu quả rất lớn, về sau quý thầy chỉ cần hướng tâm là quý thầy đã nhập định Tứ thiên tức khắc, không phải chờ đợi lâu dài. Cho nên quý thầy nghe ở trong kinh điển Phật dạy, có nhiều người họ tu quét sạch cái vô lậu mà họ dùng pháp hướng, pháp tùy thôi, chỉ có pháp ví dụ như trên thân quán thân họ thôi, rồi họ dùng pháp hướng như vậy, cuối cùng họ nương theo pháp tùy của TỨ NIỆM XỨ hoặc là TỨ VÔ LƯỢNG TÂM, họ dùng như vậy cho nên cái pháp hướng nó hiệu quả, đến khi vô Tứ thiên họ chỉ ra lệnh là nhập Tứ thiên. Cho nên trong vòng tuần lễ hoặc là nửa tháng là họ đã nhập Tứ thiên. Minh thấy trời ơi sao

mình tu lâu quá, mà Tứ thiên vất vả vô cùng, mà sao quý thầy khéo trong thời đức Phật sao họ tu dễ vậy. Đó là tại vì mình tu không đúng cách, chớ không phải là nó khó. Tại vì pháp hướng là pháp truyền lệnh của tinh thần rất mạnh, còn pháp mình đang tu đây là mình ức chế tâm của mình để vào 4 thiên cho nên nó rất khó khăn, đâu phải dễ.

Để làm sáng tỏ sự trau dồi tu tập các hành động thân tâm của quý vị đi về hướng thiện pháp thì quý vị cần phải lưu ý bài kệ này để quý vị thực hiện Từ vô lượng tâm và Tứ chánh cần cho được viên mãn. Đây bây giờ Thầy sẽ đọc bài kệ này để quý thầy biết được cái Tứ chánh cần với cái Từ vô lượng tâm, hai cái nó kết hợp để nó thành ra một bài kệ mà chúng ta theo đó mà chúng ta tu tập các thiện pháp:

Từ tình thương ta được sinh ra

Do tình thương ta được nuôi lớn

Có tình thương ta sống chan hòa

Nhờ tình thương chúng ta giải thoát

Từ tình thương ta được sinh ra. Đó quý thầy thấy không, nếu cha mẹ mà không thương nhau làm sao mình có mình đây. Cho nên từ cái tình thương cha mẹ mới sinh mình ra.

Do tình thương ta được nuôi lớn.

Nếu mà cha mẹ sinh con ra mà không thương thì quăng nó ngoài đồng chứ làm gì mà nuôi, ôm ẵm nó còn bé bỏng như vậy quá là cực khổ chứ phải đâu mà. Bây giờ cứ thử hỏi quý thầy ẵm con người ta mà nuôi đi, nếu mà không thương quý thầy ôm ẵm nổi không? Rất là vất vả cực khổ cho nên do tình thương mà ta được nuôi lớn.

Có tình thương ta sống chan hòa.

Quý thầy thấy rõ, nếu mà chúng ta không có tình thương thì chúng ta chưa sống với vạn hữu đâu, cho nên từ bi hỉ xả đó là cái tình thương của chúng ta để sống chan hòa với vạn hữu. Cho nên chúng ta phải tập luyện nó chứ không thể nào nó có được tình thương đó được.

Nhờ tình thương chúng ta giải thoát.

Vì chúng ta thực tập như vậy đó, do đó tình thương chúng ta đối với các pháp chúng ta được giải thoát không còn bị chướng tâm, không có bị chướng ngại nữa.

Đó thì trong một cái tình thương, trong tình thương đó mà chúng ta ở đây có một bài kệ: Từ - Do - Có - Nhờ. Bốn cái chữ Từ - Do - Có - Nhờ mà chúng ta được giải thoát. Nếu chúng ta thiếu thì chúng ta không giải thoát. Không có từ tình thương cha mẹ sinh ra thì ta có con người đâu mà tu tập, phải không? Cho nên Phật gọi người sinh mình

ra gọi là đại bố thí. Bây giờ do tình thương ta mới được nuôi lớn. Nếu mà không có tình thương của cha mẹ thì làm sao mà nuôi lớn. Do đó:

Công cha như núi thái sơn

Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy
ra

Có ơn nào bằng ơn sinh thành dưỡng dục đâu. Cho nên đó là cái lớn, cái đại bố thí của chúng ta.

Rồi bây giờ chúng ta muốn được cái sự an ổn, cái sự hạnh phúc, sự an vui sự giải thoát nơi tâm hồn của mình thì mình phải tu tập rèn luyện tình thương đó thì mình mới sống hòa tan được trong vạn hữu, trong mọi người. Còn bây giờ quý thầy đâu có thương, quý thầy thương quý thầy á nên động ai quý thầy cũng xạc hết à, cũng mắng, cũng chửi người ta được hết, thì như vậy là có hòa chan sự sống với ai được không? Cho nên chúng ta phải tu tập Tứ vô lượng tâm. Mà tu tập Tứ vô lượng tâm mà không có dứt bỏ các pháp ác thì không thể có được Tứ vô lượng tâm, cho nên phải có Tứ chánh cần. Các thầy thấy 2 câu dưới chúng ta thấy con đường tu chúng ta rất rõ. Rồi nhờ tình thương chúng ta mới giải thoát. Do đó chúng ta mới thấy con đường giải thoát chúng ta cho đến khi đó tâm bất động trước mọi cảnh mà. Mục

đích của đạo Phật là như vậy, bất động trước mọi cảnh chứ đâu phải do thiên định, do cái gì.

Đó là chỗ chúng ta thấy được 4 câu kệ này để chúng ta theo đó mà chúng ta tu tập Tứ vô lượng tâm và Tứ chánh cần, cho nên một cặp pháp này phải song song với nhau, theo nhau mà tu tập. Bài kệ này quý thầy phải hiểu:

- *Từ tình thương* cha mẹ thương nhau mới sinh chúng ta, chúng ta mới có ra đời, ơn rất nặng, nên Phật gọi cha mẹ là đại bố thí.

- *Do tình thương* chúng ta được nuôi lớn: khi sinh chúng ta ra, cha mẹ thấy mặt ta tự nhiên sinh lòng thương con hơn thương một vật gì khác trên đời này, nên tận tụy hy sinh mình nên cha chịu vất vả dầm sương giải nắng chịu cực khổ nuôi dưỡng con. Mẹ ăn đắng nằm cay chịu ướt chịu hôi, chịu thối để con được lớn khôn nên người, biết bao kể xiết công sinh thành dưỡng dục của cha mẹ, chỉ vì lòng thương mà chẳng bao giờ than thân trách phận, chỉ thấy con mạnh khỏe an vui là sung sướng nhất cho mình. Vì lòng thương cha mẹ phải vượt qua những nỗi nhọc nhằn, những nỗi khổ đau.

Có tình thương ta sống chan hòa. Vì tình thương có 2 loại. Ở đây đến chỗ này

chúng ta mới phân biệt, 2 câu dưới này chúng ta mới phân biệt để chúng ta thấy có 2 loại tình thương: *một loại thương hạn hẹp, thương cá nhân mình*, do tình thương này mà tạo ra muôn ngàn thứ đau khổ cho mình, cho người, tình thương này gọi là tình thương ích kỷ, tình thương nhỏ mọn, tình thương hạn hẹp chỉ biết thương mình, chẳng biết thương ai, đó là tình thương rất là nhỏ. Chỉ có lo cho mình thôi, như nhà vua mà nói thương bà hoàng hậu, mà bà đi với ai thì nhà vua giết bà. Đó, thì đó là thương ích kỷ, thương nhỏ đó chớ không phải thương lớn đâu. *Hai: tình thương rộng lớn, từ bi vô lượng*, Tứ vô lượng tâm đó, là tình thương rộng lớn vô lượng vô cùng, tình thương này giải thoát cá nhân thoát khỏi bản ngã con người, tình thương bao la vô bờ bến. Nó làm chúng ta thoát ra khỏi cái cá nhân của mình, cái ích kỷ của mình.

Hai câu trên là tình thương hạn hẹp, nghĩa là thương cha mẹ, thương con, thương này kia đó là thương hạn hẹp đó, nhưng nó cũng xuất phát từ lòng thương, lòng thương yêu này là lòng thương yêu vô minh, phải xét lòng thương yêu hạn hẹp đó là lòng thương yêu vô minh, không thấy xa nên thương mà khổ, gói ghém trong ích kỷ. Nhưng cũng nhờ có tình thương mà ta mới có mặt trên hành tinh này, nghĩa là dù nó hạn hẹp nhưng nó

có tình thương chúng ta mới có sự hiện hữu ở trên cái hành tinh này. Từ tình thương cá nhân nhỏ hẹp này ta chuyển biến trau dồi, lần lần tình thương này bằng một cái trí tuệ minh mẫn, thoát ra ích kỷ nhỏ mọn, hẹp hòi, từ đó biến tình thương này trở thành tâm từ bi vô lượng. Từ cái tình thương đó, bây giờ chúng ta thấy 2 tình thương có khác nhau không? Nhưng mà chúng ta biến dần, biến dần làm cho chúng ta sáng suốt ra không còn vô minh nữa, cho đến chúng ta dẹp được những nhỏ mọn ích kỷ của chúng ta thì đến đó cái tâm từ bi vô lượng của ta nó sẽ thực hiện rộng lớn ra. Khi đã thâm nhuần lòng đại từ bi vô lượng này thì tâm hồn ta bất động trước vạn pháp.

Các thầy thấy chỉ có tu Tứ vô lượng tâm không, tu Tứ chánh cần không mà bất động trước vạn pháp, thì đó là mục đích của đạo Phật rồi còn phải tu cái gì nữa. Như vậy lúc bấy giờ chúng ta có định không? Có. Tại sao? Tại vì chúng ta có cần tu nó đâu, chúng ta chỉ cần dùng pháp hướng mà ra lệnh các hành ngưng là chúng ta đã làm chủ cái sống chết, thì nhập Tứ thiền rồi, đồng thời lúc đó chúng ta. Bởi vì cái pháp hướng nó có hiệu quả, nó là cái sức lực của tinh thần của chúng ta đã từng tập trau dồi những cái này mà nó thành tựu những pháp này thì lúc bấy giờ chúng ta chỉ cần ra lệnh là chúng ta, có

cần tập tu Tứ thiên đầu. Cho nên khi nghe các thầy tỳ kheo chỉ cần hít thở trong mấy cái là các thầy đã nhập Tứ thiên trong một ngày, hai ngày hoặc là một đêm mà người ta đã nhập Tứ thiên, mà nhập Tứ thiên xong, thì ông Anan ông khởi cần mở cửa hang ông cũng chui vô được, qua được. Thì các thầy thấy đó không phải là câu hữu Tứ như ý túc sao. Cái chuyện ở đây quá thật chứ không phải cái chuyện mà nói dối đâu. Đó là cái chuyện trên thân khi mà cái pháp hướng mà đã hiệu quả. Bởi vì mục đích của chúng ta là tu tập cái pháp hướng chứ không phải là tu tập cái ức chế, mà tu tập cái ức chế nó sẽ trở thành thiên tà, thiên bậy không đúng. Ngồi đây mà giữ tâm không vọng tưởng đó là ức chế, ngồi đây để nhiếp tâm trong hơi thở để đè nén tâm không vọng tưởng đó là ức chế, cái đó sai. **Bởi vì lý dục lý ác pháp là tâm chúng ta thanh tịnh, là định chứ đâu có gì khác hơn.** Mà khi tâm thanh tịnh định là chúng ta điều khiển cái pháp hướng thì làm gì không ngừng, một thân biến ra muôn thân thì cái đó là dùng pháp hướng chứ gì. Vì chúng ta Dục như ý túc, cái muốn của chúng ta muốn như thế nào, bây giờ chúng ta muốn cái thân này ngưng thở thì nó phải ngưng thở. Thì các thầy cần gì phải rèn luyện hàng ngày, phải nhắc nó ngưng đâu, còn bây giờ chúng ta ở trên hơi thở mà bảo nó cứ ngưng, ngưng hoài mà nó có ngưng

được đâu. Đó là cái tu sai chứ không phải tu đúng pháp.

Bây giờ Thầy nhắc trở lại để cho quý thầy thấy con đường của đạo Phật là nhắm ở chỗ nào? Chỗ tâm thanh tịnh. Mà tâm thanh tịnh thì ác pháp phải lìa, ác pháp còn, tâm ham muốn còn thì không bao giờ là tâm thanh tịnh.

Sống chan hòa cùng muôn loài vạn vật cỏ cây bên nhau, thương yêu thấm thía. *Có tình thương ta sống chan hòa.* Lúc bấy giờ tình thương đó luôn luôn ngự trị trong tâm ta khiến tâm ta thanh tịnh và an lạc, không còn ô nhiễm các pháp thế gian, do thế ta chỉ các hành trong thân, nhập định ngay tức khắc, làm chủ được sống chết. Và cũng từ nơi tâm thanh tịnh, an lạc đó ta hướng tâm đến Tam minh, thế là phạm hạnh đã xong không còn trở lui cuộc đời này nữa.

- *Nhờ tình thương chúng ta giải thoát,* hai câu cuối cùng chỉ cho tình thương rộng lớn. Câu trên chỉ cho sự trau dồi tâm từ bi hỷ xả vô lượng câu dưới chỉ cho tâm từ bi hỷ xả viên mãn được đạo giải thoát.

Bây giờ quý thầy tiếp tục tu tập dứt trừ các pháp ác và trau dồi các pháp thiện. Như hồi nãy chúng ta đã học tập và trau dồi pháp ác và trau dồi pháp thiện thứ 7. Kế đến chúng ta trau dồi pháp thiện thứ 8 và dứt bỏ

pháp ác thứ 8. Đó vừa nãy chúng ta mới trau dồi được cái thứ 7 rồi chúng ta đọc bài kệ để chúng ta biết từ tình thương ích kỷ rồi chúng ta biến dần biến dần nó thành tu tập cái tình thương rộng lớn, tâm từ bi hỷ xả rộng lớn vô lượng, rồi từ đó chúng ta mới thấy mục đích của thiền định là không có tập thiền định chút nào hết, chỉ có dùng pháp hướng mà chúng ta đã nhập thiền định và từ đó chúng ta câu hữu tất cả những gì chúng ta muốn là nó theo ý muốn của chúng ta, tức là Dục như ý túc. Bây giờ chúng ta học về cái phần ý, ý nó có 3 cái pháp ác. Do ý nó có 3 pháp ác thì chúng ta phải xem pháp ác nào trước của nó.

8. Tham lam là một tánh xấu cực ác, nó thường khiến ta ham muốn nhiều. Đó thì bây giờ cái tham lam này là cái dục đó, quý thầy sẽ thấy tới đây là cái bài phân tích ra từng khía cạnh của cái tâm tham của chúng ta. Thầy sẽ phân tích ra để quý thầy thấy. Tham lam là một tánh xấu cực ác, nó khiến ta ham muốn nhiều, thấy cái gì cũng muốn, do sự ham muốn này đầu tiên là ta đã tự tạo cho mình khổ, kể đến là tạo cho người khác khổ. Vì mình ham muốn cái này cái kia là nó đã tạo cho mình khổ rồi. Chạy theo nó, phải làm ra có tiền có bạc để sắm ra nó. Muốn cái này, muốn cái kia, thì cái nào nó cũng tạo ra cho chúng ta khổ. Rồi

do đó nếu không có tiền có bạc thì sanh ra trộm cướp, mới lấy của người, mới biến thủ cái này cái kia, để cho gian lận ở trong đó mới có ra mà sắm những ham muốn đó.

Đó là những tội ác do cái tâm tham này mà nó sinh ra muôn vàn tội ác không? Tất cả những cái tội gì ác là nó làm sạch hết. *Phật gọi tâm ham muốn này là dục, là nguồn gốc khổ của loài người. Đó thì cái tâm ham muốn là nguồn gốc khổ, nó tập hợp tất cả những pháp ác lại để nó thực hiện được cái ham muốn của nó, cho nên nó là nguồn gốc khổ.*

Vậy chúng ta hãy truy ra coi từ đâu mà có dục, mình phải truy ra từ đâu mà nó sinh ra cái dục này? Coi từ đâu mà có tham lam? Phải truy ra, nếu mà không truy ra thì chúng ta nghe nói dục mà chúng ta chẳng hiểu ở đâu hết, nó ở trong bụng của mình thì nó ham muốn là nó muốn chứ mình không biết cái gốc của nó thì làm sao mình đốn được cái gốc. Mình phải biết được cái gốc, rồi cái gốc đó nó đi ra như thế nào, chừng đó chúng ta phải chặt tía như thế nào để tới gốc, mới là đốn sạch nó mới được.

Như Phật đã dạy, do duyên thủ mà gồm có, thủ là mình giữ lại đó. Bây giờ giữ lại cái ghé, cái bàn kia, do duyên đó mà nó mới có ra dục thủ, là muốn giữ đó. Mình muốn có

cái này kia tức là nó có cái **dục thủ** ở trong đó. Hai là **kiến thủ**, những cái hiểu biết của mình cái gì đó là mình giữ lại, thì khi mình giữ lại. *Thì thứ 3 là nó có giới cầm thủ, giới cầm thủ thì nghĩa là cái đó có giới hạn rồi đó, nghĩa là ai mà chạm đến thì không được đó.* Đó thì lần lượt mình sẽ triển khai ra tất cả những cái này để mình thấy được cái chỗ mà mình có cái tham, cái dục như thế đó. Bốn: Ngã chấp thủ. Bây giờ từ chỗ đó nó có xây xung quanh rồi, xây xung quanh của mình đồ đạc này kia rồi, bắt đầu từ đó của mình thì bắt đầu có cái ngã chấp rồi. Do cái chấp thủ này gồm có 3 loại hữu, đức Phật chia nó ra làm có 3 loại hữu. Bởi vì thủ rồi nó mới có hữu. Cho nên do cái chấp thủ đó nó mới sanh ra 3 cái hữu.

- Một là dục hữu.

- Hai là sắc hữu.

- Ba là vô sắc hữu.

Nó chia ra làm như vậy.

Dục hữu là cái lòng muốn có của mình. Rồi *sắc hữu* là cái vật đó nó sinh ra mình có. *Vô sắc hữu* là những vật không có mà mình tưởng tượng ra để rồi mình chạy theo nó.

Do hữu mới có cái ái, ái thì gồm có 6 cái. Nó đi tuần tự tuần tự rồi tới chỗ các thầy sẽ thấy nó tới cái chỗ nào đây, nó đi từng

phần, từng phần để mà chúng ta sẽ thấy. Ái thì gồm có 6 cái:

Một là sắc ái, bây giờ mình thấy cái bàn cái ghế này mình thích đó là sắc ái.

Hai là thanh ái, mình nghe âm thanh mình thích.

Ba là hương ái, mình nghe cái mùi hương thơm mình thích.

Bốn là vị ái, mình ăn miếng gì ngon ngọt mình thích.

Năm là xúc ái, mình chạm mình nghe êm ái thích thú, thì đó là xúc ái.

Sáu là pháp ái, mình nghe cái gì mà vừa tai, nghe cái gì mà nó thích thú ở trong lòng của mình, ví dụ như người ta nói: có một vật gì thường hằng hoặc có 1 thế giới Cực lạc Tây phương nào đó. Mình nghe mình nghĩ mình chết cũng sanh về đó đó, thì đó là cái pháp ái.

Cho nên nghe cái đó rồi mình chấp cái đó đi, mình chết về đó sung sướng như vậy, thích thú như vậy, ở đó là nhà cửa lầu đài hoặc là ăn uống gì đầy đủ như cõi Cực Lạc vậy, thì do đó là mình bị pháp ái.

Do ái mà sinh ra thọ. Có ái thì nó mới sinh ra cái thọ. Thọ gồm có 6 thọ. Lần lượt mình truy ra chỗ nào đó đặng mình biết

được cái gốc của nó mình đoạn dứt:

Một là nhãn xúc sở sanh thọ. Cái mắt của mình nó chạm vào một cái vật gì đó, như bây giờ Thầy thấy cái đồng hồ đây, tức con mắt Thầy chạm vào đó thì nó sinh ra thọ, nó sinh ra cái thọ tức là nó muốn cái vật đó.

Nhĩ xúc sở sanh ra thọ. Cái lỗ tai mình tiếp xúc với âm thanh nó sanh ra thọ thích cái âm thanh đó.

Tỷ xúc nó sinh ra thọ. Tỷ là cái lỗ mũi mình, thì nó xúc với cái hương thơm nó mới sinh ra cái thọ hương thơm.

Thiệt xúc thì nó sở sinh ra thọ. Thì thiệt, cái lưỡi của mình mà nó chạm xúc với đồ ăn nó thấy ngon thì nó sinh ra cái thọ ngon.

Thân xúc nó sở sinh ra thọ. Cái thân xúc của mình nó chạm vào chỗ êm ấm hoặc là nóng mát, nó sinh ra cái thọ biết nóng mát, biết êm ấm, đó là nó sinh ra cái thọ.

Ý xúc sở sinh ra thọ. Ý của mình nó tiếp xúc với các pháp thì nó sở sinh ra cái đó là pháp đúng, pháp sai, cái đó là pháp thiện pháp ác. Thì đó nó sinh ra cái thọ đó.

Thì như vậy chúng ta đã thấy lần lượt nó đã sở sanh ra những cái thọ như vậy. **Do có thọ mà sanh ra ái.** Có 11 duyên kế tiếp

để tạo thành ác pháp, bất thiện pháp trong thế gian này.

Bây giờ chúng ta thấy từ cái ái này nó sẽ tiếp tục sinh ra các pháp, mà nó 11 duyên kế tiếp để sinh ra các ác pháp, mà bây giờ chúng ta đang tu tập để trừ các ác pháp trong thế gian đó. Tu tập TỨ VÔ LƯỢNG TÂM, tu tập TỨ CHÁNH CẦN nè để diệt trừ các ác pháp này. Vậy thì chúng ta biết ở đâu mà nó sinh ra các ác pháp này. Do cái ái mà chúng ta sanh ra các pháp ác. Bởi vì tất cả những cái ái này nó mới sinh ra, do đó nó mới sinh ra thọ, đến đây thì chúng ta biết do có thọ mà sinh ra các pháp ác. Như vậy thì chúng ta sẽ tiếp tục để cho thấy do có duyên nào mà nó sinh ra cái gì đây.

Ái thì nó có 11 cái ái. Do duyên thọ mà có ái sanh. Bắt đầu mình thấy duyên thọ mới có ái sanh. 11 điều kiện nó sanh ra để chúng ta biết được, nó sảy sanh ra như thế nào cho đến khi thành các ác pháp đây, các bất thiện pháp đây.

Hai là do **duyên ái mà có tìm cầu**, có cái ái là có cái ưa thích của mình rồi, thì ưa thích, bây giờ thầy ưa cái đồng hồ thì phải tìm cái đồng hồ, thầy ưa thích cái máy này thì thầy phải tìm cầu có cái máy này, thầy ưa thích phụ nữ thì thầy đi tìm cầu cái người vợ. Thì đó là phải đi tìm cầu. Đó thì chúng

ta thấy cái ái nó sanh ra đi tìm cầu, đi chỗ này chỗ kia.

Do tìm cầu mà lợi sanh. Do mình tìm cầu mà có cái lợi sanh ra. Lợi hồi đó mình không có gì hết, bây giờ tìm cầu mình tích lũy có vợ, có con có này kia đủ thứ hết, tiền bạc của cải tài sản. Thì đó là những cái lợi nó sanh ra rất nhiều.

Do lợi sanh ra thì phải tiêu dùng. Bây giờ mình có tiền bạc thì mình phải dùng, có cái bàn này thì mình phải sử dụng cái gì, có cái nhà này phải làm như thế nào, phải xài nó như thế nào, phải sử dụng nó làm sao cho hợp, trang hoàng như thế nào cho nó hợp với đời sống của mình. Cho nên phải có sự tiêu dùng.

Do sự tiêu dùng mà sanh ra dục sanh, do sự tiêu dùng này mình thấy nó thích thú. Ham muốn của mình mới sinh ra. Do sự ham muốn này nó mới có sự sanh ra, cái kia thì ở trên nó mới có ái thôi, mà tới đây thì chúng ta mới thấy được cái dục. Hồi này thì tham lam là dục đó (là lòng ham muốn của chúng ta) bây giờ do sự tiêu dùng này mới sinh ra cái ham muốn này, cái tham muốn này, tham lam này.

Do tham dục sanh thì đấm trước sanh. Hễ có sự ham muốn thì sự dính mắc đấm trước nó mới sanh. Thấy do lòng ham

muốn của mình mới thấy cái đồng hồ mới thích, nó mới sanh ra đấm trước, nó mới dánh đó. Dính mới mua về.

Do đấm trước sanh thì chấp thủ sanh. Thì mới mua về mới giữ, tức là có giữ lại, tức là có chấp thủ sanh.

Chấp thủ sanh thì hà tiện sanh. Bắt đầu mình thấy: từ cái chỗ mình hỏi nào đến giờ thì mình chưa có hà tiện đâu, nhưng mà khi nó bị dính mắc rồi thì bắt đầu người ta xin đồng hồ không cho đâu. Tức là hà tiện tới rồi đó. Rồi bắt đầu mình hà tiện nữa, thấy người ta đến người ta xin tiền, mình chấp thủ, mình dính rồi cho nên mình đâu dám bỏ ra cho họ, cho nên hà tiện mới sanh.

9. Hà tiện sanh thì thủ hộ sanh. Tức là khi hà tiện có rồi, có sự giữ gìn bảo vệ nó, không có cho mất mát, nghĩa là làm chín đồng muốn kiếm thêm bỏ đồng nữa chứ chưa dám lòi ra ăn nữa. Đó là thủ hộ nó sanh.

10. Do thủ hộ sanh một số ác pháp, bất thiện pháp sanh. Bắt đầu muốn giữ gìn nó mà muốn bảo vệ nó bằng cách này bằng cách khác thì ác pháp nó sanh đó.

11. Do ác, bất thiện pháp sanh thì trượng kiếm đao búa gậy gộc, tranh đấu tranh luận, đấu khẩu, ác khẩu, vọng ngữ sanh. Đó tất cả những cái đó nó bắt đầu có

thập ác đó, nó mới sinh ra.

Thì như vậy là quý thầy đã thấy được con đường đi của đức Phật, vạch từ duyên này đến cái duyên khác để các pháp ác sinh ra. Vậy thì bắt đầu bây giờ chúng ta dứt trừ những ác pháp này, tức là lần lượt chúng ta sẽ dứt trừ **các ái, các thọ** của chúng ta đó. Cho nên tới đó thì chúng ta sẽ, tất cả các ái các thọ của chúng ta dứt thì **duyên sanh tử ưu bi sầu khổ** chúng ta dứt chứ có gì. Mà đi từ cái chỗ nào, đi từ các ác pháp này. Mà chính ác pháp này là từ cái chỗ đó nó sanh ra ác pháp. Bây giờ chúng ta phải đốn sạch những ác pháp này cho nên TỬ VÔ LƯỢNG TÂM và TỬ CHÁNH CẦN là pháp cần thiết cho chúng ta để dứt các ác pháp. Chúng ta biết rõ được cái gốc của nó thì đi từ cái gốc đó mà chúng ta đốn dần thì cái cây khổ này nó phải tuyệt, nó phải đoạn dứt, nó không còn khổ nữa. **Nếu mà không hiểu được như vậy thì chúng ta cứ tu lòng vòng, lòng vòng ở đâu mà tưởng là dứt khổ nhưng sự thật là không dứt khổ.** *Vì chúng ta chưa biết nó là ác pháp, mà ác pháp là gốc khổ, chớ không phải lòng ham muốn của chúng ta là gốc khổ đâu. Tại vì lòng ham muốn nên nó mới sanh ra ác pháp đây.*

Vậy thì chúng ta đi từ cái chỗ tu TỬ CHÁNH CẦN và TỬ VÔ LƯỢNG TÂM thì ác pháp nó sẽ dứt. Ác pháp dứt thì giải thoát

dứt, sanh tử dứt. Ở đây quý thầy cần phải hiểu: Do tiêu dùng mà tham dục sanh, nếu tiêu dùng không có bất cứ loại nào thì tiêu dùng diệt, mà tiêu dùng diệt thì tham dục diệt, tham dục diệt thì sân diệt, sân diệt thì si diệt. Biết rõ như vậy nên Phật dạy SANH đã đoạn thì PHẠM HẠNH mới xong, con người mới giải thoát. Tại sao vậy? Bởi vì đời sống như quý thầy đã thấy lộ trình thứ 2 thầy đã vạch ra đó: Đời sống tu sĩ trắng bạch như vỏ ốc, tức là chúng ta đã tiêu dùng đó, đã diệt sạch rồi. Vì chúng ta đâu có tiền bạc mà tiêu dùng, muốn gì cũng đâu có được. Cho nên ngay đó là chúng ta đã sanh đã tận rồi, ngay đó chúng ta đã thấy cái chỗ mà cái bước mà chúng ta đoạn dứt được cái pháp ác là ngay đời sống của chúng ta phải là đời sống phạm hạnh. Mà đời sống phạm hạnh là đời sống không còn tiền bạc tiêu dùng, không còn muốn gì được nữa hết. Nghĩa là đi xin ăn rồi, bây giờ người ta cho ăn ngon thì ngon, ăn dở thì dở chứ không nói: *cho tôi ăn như vậy là không được, thiếu dưỡng chất chết tôi đi thì tôi tu không được, mấy ông không có phước đâu*. Cho tôi ăn cho ngon, tôi tu được đặng mấy ông có phước thì cái đó là cái sai rồi. Cho nên ở đây chúng ta phải đoạn diệt để cho được cái tham dục của mình. Mà đoạn diệt cái tiêu dùng trước. Người tu sĩ thì không còn tiêu dùng nữa rồi. Ba y một bát, thiếu dục tri túc rồi còn cái

gì nữa mà tiêu dùng. Không có thì chúng ta đến xin Phật tử. Chúng ta đến xin họ có cho là cho mà không cho thì chúng ta cũng chịu thôi. Về thí dụ cái y này rách rồi, đã mục rồi mà đến xin người ta nói bây giờ tôi chưa có để rồi hôm nào tôi có tôi sẽ cúng dường cho thầy, bây giờ thì tôi chưa có. Thì mình cũng thôi về chấp vá lại mà mặc đi, để cho kín thân chứ đừng để lỏa lồ thôi chứ cũng chưa dám đòi hỏi ai hết. Đó là mình đâu có tiêu dùng được, mình đâu có muốn được. Còn bây giờ các vị có tiền đâu đó, thôi cái này rách bỏ đi, đi ra chợ mua may sắm cái khác, chớ để gì mà rách rưới như vậy. Còn mình không có nữa thì đâu có tiêu dùng được, cho nên phải chấp vá lại mà sống.

Đó là đời sống của tu sĩ như vậy. Cho nên trong thời đức Phật các thầy thấy bảy, tám mươi tuổi, các vị tỳ kheo trong thời đó bảy, tám mươi tuổi đi lụm khụm mà vẫn phải đi xin ăn chớ không được tỳ kheo khác mà xin về cho cái vị đó ăn. Cho nên nghe qua các bài kệ của trưởng lão, ni kệ hoặc tăng kệ chúng ta thấy sao mà đời tu sĩ lúc bấy giờ, lẽ ra thì họ nhập diệt cho rồi chứ để chi lẽ thê mà đi xin quá khổ như vậy, mà đi đường non núi nữa, quá vất vả. Phải nương cây gậy lụm cụm mà đi xin ăn. Bởi vì người ta đã thấy nhờn quả của người ta, người ta vui vẻ để người ta trả chứ không phải người

ta không thấy. Biết rõ như vậy nên Phật dạy:
**Sanh đã đoạn thì phạm hạnh mới xong,
 con người mới giải thoát.**

Chúng ta truy tìm biết như vậy bây giờ chúng ta mới biết đâu là sống đúng đời sống của người tu sĩ đạo Phật. Trắng bạch như vỏ ốc, không còn triền phược và những sợi dây vật chất, thương ghét trói buộc, chỉ còn một lòng từ bi vô bờ bến. Tuy là biết rõ như vậy, trước là để lập hạnh sống xuất gia 3 y 1 bát, sống vô gia đình không nhà cửa, không chùa to tháp lớn, một thân một mình tiêu diêu an lạc, có duyên thì giúp người không duyên thì ẩn bóng. Nhưng lúc ta còn đang tu thì phải siêng năng dứt bỏ pháp ác và trau dồi pháp thiện. Như hồi nãy thầy đã kể ra: tham là do dục mới có tham. Vậy chúng ta phải trạch pháp câu này để dứt bỏ:

***Tham lam là một tánh xấu cực ác,
 nó làm cho ta đau khổ và người khác
 đau khổ. Từ đây đứng trước mọi vật dù
 miếng ăn, manh áo tốt xấu ngon dở ta
 cũng phải từ khước viễn ly xa lìa, xem
 nó là rắn độc, là quý dữ, là ác thú trong
 tâm ta.***

Đó là cái câu pháp hướng để quý thầy nhắc nhở để cho cái tâm mình đừng có tham ăn, tham mặc, tham y tham áo, tham của cải tài sản, tham tiền, tham bạc. Để chúng ta dứt

bỏ tất cả những cái đó, để chúng ta không còn bị tâm tham nữa. Bởi vì tâm tham nó làm cho ta khổ và người khác khổ.

Nhớ nhắc đi nhắc lại câu này nhiều lần cho đến khi trước cái ăn và tất cả những vật dụng gì mà ta không còn ham muốn gì hết thì mới xong. Nghĩa là đứng trước cái ăn, tức là cái vật thực hàng ngày của mình, tất cả những cái vật dụng hàng ngày mà cần thiết cho đời sống tu hành của mình chứ đừng nói chi như người ngoài đời bằng cách này bằng cách khác thì tâm ta chẳng còn ham muốn một vật gì hết. Thì lúc bấy giờ chúng ta mới thiếu dục tri túc, mới biết đủ đó, thì đó là lúc chúng ta mới xong.

Vậy phải nghiêm chỉnh tu hành đừng xem thường nó, nó được đức Phật gọi nó là một loại độc trong 3 thứ độc. Đó thì cái tham đức Phật gọi nó là một loại độc chứ không phải là nó thứ thường. Cho nên trong tam độc là tham sân si, nó là cái độc đầu tiên của 3 thứ độc đó. Vậy thì quý thầy đã hiểu được nó là thứ độc chứ không phải là cái thứ thường. **Đến phần này gọi là trau dồi ý hành, nó rất vi tế và khó khăn vô cùng.** Vậy quý thầy cần phải siêng năng đừng để thất niệm nhưng cũng phải vừa với sức của mình. Đó một lần nữa Thầy nhắc quý thầy đó, tu vừa sức của mình mà nhớ đừng để thất niệm, *khi đang tu thì đừng để*

thất niệm, để vọng tưởng xen vô thì quý thầy hoài công rồi đó. Lúc bấy giờ chúng ta đặt cái niệm cho vững chắc không được để thất niệm. Cho nên trong kinh điển của Phật dạy khi đặt niệm rồi thì không được thất niệm, phải luôn luôn ở trong cái niệm cho nó rõ ràng, cho nó tỉnh táo chớ không được để cho nó lơ mờ nữa. Của mình thành tựu hay không thành tựu là do ở chỗ quyết tâm, có muốn ra khỏi cuộc đời dục lạc đầy cam bẫy này hay không. Nếu quý thầy không muốn xa lìa cuộc đời dục lạc thế gian thì xin quý thầy đừng tu hành theo đạo Phật. Vì chẳng có ích lợi gì cho những người còn say mê dục lạc thế gian. Vì mình còn ham mê dục lạc thế gian, còn thích ăn thích ngủ, còn thích nói chuyện thì quý thầy đừng có theo đạo Phật. Tu uống công lắm, mất cái thì giờ mà chẳng lợi ích cho mình, mà còn nợ đàn na thí chủ nữa. Cho nên khi quý thầy thấy nó còn thích thôi quý thầy đừng đi. Bởi vì cuộc đời thế gian quý thầy phải đoạn dứt nó. Chứ quý thầy mà còn ham thích nó một chút xíu thôi thì không có thể được. Sau này thầy sẽ đọc một câu kệ có một chú Sadi chú đi tu mà chú nhớ mẹ chú, do chỗ này mà chú không thành tựu được đạo giải thoát. Thì các thầy biết một chú Sadi 7,8 tuổi mà đi tu làm sao không nhớ mẹ mình, vậy mà về nhà bà mẹ khuyên một lời nói, chú về chú nỗ lực chú rời bỏ tình thương đó để rồi chú

nỗ lực chú trở thành một bậc Alahán. Đó là những mẩu truyện của Trưởng lão tăng kệ trong thời đức Phật như vậy đó.

Thứ hai, **sân là lòng giận dữ, lòng giận dữ rất khó dần, nó là pháp ác**. Khi tâm ý khi nó tức giận người ta có thể giết người không gớm tay, không sợ tù tội và cũng không sợ chết. Do thế mới biết lòng sân rất dữ. Khi mà người ta giận người ta không còn sợ chết, sợ tù sợ tội gì hết, người ta giết người người ta không có gớm tay đâu, cho nên cái lòng sân dữ lắm, không phải hiền lành đâu.

Cho nên chúng ta thấy bây giờ người ta chửi mình, người ta mắng mình, mình sân đó, mình rắng mình nén xuống chỗ trong lòng tức lắm. Còn người đời chưa biết người ta không nhẫn, người ta không nén, người ta ăn thua đủ, người ta không nhin ai hết, cái sân này tới cái sân khác, nó đưa đi đến chỗ có thể giết nhau, đi nằm nhà thương hay đi ở tù. Muốn biết người tu hành, nghĩa là mình muốn biết người tu hành được giải thoát ở mức độ nào thì chúng ta chỉ cần nhận ở cái lòng sân của họ là dễ biết. Thấy họ sân là biết họ tu ở mức độ nào rồi. Cho nên có nhiều vị tu hành rất lâu năm, ở rừng ở núi mà khi đặng việc chúng ta thấy tâm sân họ bùng khởi lên thì chúng ta biết là họ chẳng có được gì hết, chỉ qua cái hình thức ép của

họ, qua cái sự tu tập của họ có cái vẻ khổ hạnh bằng cách này cách khác nhưng tâm sân của họ chưa xả được thì tham sân si đều là còn đủ chứ chưa hết.

Lòng sân còn thì lòng tham còn. Lòng sân còn thì ngu si còn. Bởi vì chính mình ngu si nên mình chưa có Minh được. Do đó vậy mà cái si còn thì tham còn, sân còn. Người ta nói xấu nhau cũng vì lòng sân thù hận, người ta giết nhau cũng vì lòng sân thù hận, người ta cướp đoạt của nhau cũng vì lòng sân thù hận. Bởi vậy sân là một pháp ác, một pháp cực ác lớn. **Trong 10 điều ác lòng sân là ác nhất.** Muốn tu tập dứt bỏ lòng sân ta hãy tu tập và trau dồi TỬ VÔ LƯỢNG TÂM, khi nào lòng Từ bi hỉ xả có được thì lòng sân mới hết được. Nhưng TỬ CHÁNH CẦN cũng có pháp tu. Vậy ta phải trích pháp ra câu này để dùng nó mà hướng tâm tu tập:

Ý sân là một hành động cực ác, đầy tội lỗi, làm cho ta khổ, người khác khóc, ta phải từ bỏ dứt trừ, phải mạnh dạn và quyết tâm xa lìa nó, từ bỏ nó, xem nó như thú dữ ác độc, như quỷ dữ la sát.

Đó là những câu hướng tâm để chúng ta thấy lòng sân của chúng ta dữ tợn lắm, như quỷ dữ vậy, như la sát vậy. Dùng câu này hướng tâm Như Lý Tác Ý phải ngồi kiết

già lưng ngay thẳng, bởi vì chúng ta biết những pháp ác, cực ác thì chúng ta càng ngồi yên tĩnh, càng ngồi kiết già để thân tâm gom lại một điểm mà chúng ta xua đuổi, chúng ta đánh đuổi nó mới được. Chứ còn chúng ta ngồi như cái ghế này mà ngồi mà dùng để xoa cái tâm tham, tâm sân, tâm si của chúng ta không được. Như bình thường chúng ta ngồi cái ghế thường như thế này mà chúng ta tập trung cái niệm ở trước mặt để chúng ta xoa cái tâm đừng giết hại chúng sinh thì còn có thể được. Nhưng đến khi cái ý mà dùng tham sân si, 3 cái ác độc này nó không đơn giản đâu. Cho nên phải ngồi khoanh chân gom nó lại, tập trung cái niệm lại, do đó mới đủ cái sức dùng pháp hướng mới có thể đánh mạnh nó ra được.

Cho nên chúng ta phải biết tu, biết cách thức chứ nếu mà không biết cách thì chúng ta cũng không có kết quả đâu. Phải ngồi kiết già lưng ngay thẳng, đặt pháp hướng trước mặt, dùng hết sức tinh thần xua đuổi như xua đuổi một con chó điên. Nghĩa là mình biết nó, biết cái tham sân si của mình là con chó điên đó, nếu mình không xua đuổi mạnh thì nó cắn mình chết, nó cắn mình điên đó. Cho nên mình phải đem hết sức của mình ra xua đuổi như xua đuổi một con chó điên. Như vậy chúng ta phải biết cách thức chúng ta ngồi kiết già là chúng ta gom hết toàn lực

đánh đuổi một con chó điên để không nó đem lại cho chúng ta tai họa là điên khùng.

2. **Ý sân từ đây phải chấm dứt, phải từ bỏ không được phóng khởi.** Nghĩa là mình nhắc nó từ đây bất kỳ hoàn cảnh nào không được phóng khởi ra. Đó là câu mình hướng tâm để đoạn dứt nó.

3. **Ý sân phải chấm dứt ngay.** Đó mình chỉ nói câu ngắn như vậy: **chấm dứt, ngay.** Ra lệnh như vậy là lâu ngày chúng ta dùng cái sức tinh thần của chúng ta, cái pháp hướng nó sẽ hiệu quả đến cùng. Cho nên đến cuối cùng thì ngay cái chỗ người ta vừa chửi mình thì ngay đó nó chấm dứt ngay liền, ở trong đầu của mình nó phóng ra chấm dứt ngay. Ngay đó tâm mình thản nhiên không sân nữa. Thì quý vị thấy cái pháp hướng nó hiệu quả đến mức độ đó. Nó ngắn chừng nào thì cái lực của nó lại mạnh chừng nấy. Mà cái câu hướng mà dài thì cái lực nó yếu chừng nấy. Cho nên pháp hướng khi mà dứt, từ bỏ, thì pháp hướng càng ngắn thì lực càng mạnh, cái tinh thần càng mạnh. Còn pháp hướng mà dài đó là pháp hướng trau dồi chứ không phải pháp hướng.

Đó là Thầy nhắc như vậy để sau này quý thầy trí tuệ thông minh sáng suốt tùy theo đó mà quý thầy trạch ra những pháp hướng cho nó đúng với môi trường, đúng với

tâm của mình để cho mình tu tập.

Trau dồi lòng thương yêu để phát triển tâm lành ngăn ngừa tâm ác, quý thầy phải trạch pháp dùng pháp hướng dẫn tâm thương yêu chúng sanh. Bây giờ mình trau dồi cái tâm thương yêu của mình:

Ý sân giận dữ chửi mắng nạt nộ người khiến cho người ta sợ hãi, đau khổ. Ta phải thương yêu họ, không được làm cho họ sợ hãi. Vậy từ đây ta không nên chửi mắng, la hét mà phải thương yêu an ủi, giúp đỡ họ đừng sợ hãi.

Đó là cái câu trau dồi cái tâm thương yêu của mình đó. Cho nên câu này không dùng cái nạt nộ hay ra lệnh mà chỉ xoa dịu nhẹ nhàng, an ủi nó, để cho nó lần lượt lớn lên lòng thương yêu mà không có la hét làm cho người ta sợ. Mỗi khi mà chúng ta tức giận la hét gì đó thì chúng ta nhớ phải thương người cho nên nó dịu xuống liền tức khắc mà nó không có la hét.

5. Đời là khổ ta không nên sân để làm cho người, vật khác đều khổ thêm. Thấy ai sân ta nên thương họ, ta phải tập thương họ cho chân thật.

Đó là những cái điều mà chúng ta xoa dịu, làm cho tâm của chúng ta thấy người sân là chúng ta thương. Nhắc nhở chúng ta thấy cái người giận dữ là chúng ta thương.

Và chúng ta cũng biết trạch pháp ra: đời đã là khổ rồi cho nên sân lại làm cho người khác, vật khác đều khổ theo vì vậy mà cái tâm không được làm vậy nữa, phải thương yêu. Đó là cái câu ám thị để trau dồi cái tâm thương yêu của chúng ta, để nó phá đi cái tâm ác của chúng ta là sân.

Đến đây thì chúng ta lại còn phải dùng ĐỊNH VÔ LẬU mà tu TỨ CHÁNH CẦN nữa. Thì các thầy phải thấy công trình tu tập của chúng ta phải sử dụng liên tục những cái định, *trừ ra có cái định Hiện tại an lạc trú là 4 thiền là chúng ta không sử dụng ở trong này thôi*. Dùng ĐỊNH VÔ LẬU tu TỨ CHÁNH CẦN là ta phải ngồi kiết già lưng thẳng, đặt niệm sân trước mặt rồi tác ý đi tìm cái sân từ đâu có, từ đâu sanh, từ đâu diệt, cứ như thế chúng ta phát sinh trí tri kiến giải thoát, làm cho ta hiểu rõ cái ý sân, bẻ vụn cái ý sân, làm cho tan vỡ cái ý sân không còn đất đứng nơi tâm ta nữa.

Nghĩa là trong khi chúng ta quán xét tự nó phóng ra, nó làm cho chúng ta thấu suốt được cái sân từ đâu đến, từ đâu có, từ đâu không, cho nên chúng ta biết rất rõ. Do biết rất rõ đó thì nó bẻ vụn cái ý sân của chúng ta, nó làm cho tan nát cái ý sân ra, nó làm cho ý sân không còn đất đứng nơi tâm ta. Đó là chúng ta dùng định vô lậu mà phá tâm sân. Thì chúng ta biết áp dụng ở trong

TỨ CHÁNH CẦN bằng ĐỊNH VÔ LẬU, bởi vì ĐỊNH VÔ LẬU nó không phải dùng pháp hưởng mà nó dùng cái tri kiến nó quét sạch, nó suy tư nó đi tìm nguồn gốc của tâm sân rồi nó suy tư từ cái sân đó nó khổ như thế nào, làm sao... nó quét sạch ra. Nó làm cho tâm của chúng ta không còn sân đứng được ở đó. Phải đặt niệm này trước mặt, đừng cho thất niệm, luôn luôn lúc nào mà tới chúng ta thấu suốt được rồi thì chúng ta mới xả nghỉ, còn chưa có thấu suốt được thì chúng ta đừng có xả nghỉ ngang, mà chúng ta phải được liên tục, đừng có để thất niệm trong thời gian truy tìm cái sân thì nó mới được.

Phải đặt niệm này trước mặt đừng cho thất niệm, có như vậy tu TỨ CHÁNH CẦN câu hữu Vô lậu định. Đó bắt đầu chúng ta tu TỨ CHÁNH CẦN mà chúng ta câu hữu qua ĐỊNH VÔ LẬU đó thì các thầy thấy mình phải khéo léo, mình phải áp dụng cho đúng cách, chứ nếu mà mình cứ tu TỨ CHÁNH CẦN không thì mình không thông suốt được cái tham sân si của mình. Do đó mà mình nhắc ở ngoài da của nó không thì nó không có thấm đâu. Cho nên chúng ta dùng cái ĐỊNH VÔ LẬU, do nhìn cái lậu hoặc của tham sân si này như thế nào vì vậy mà chúng ta đốn sạch ở trong gốc nó, đập tan nó từ trong gốc sân của nó, dứt được ý sân của nó. Thì quý thầy thấy tuyệt diệu không. Cho nên mình

biết câu hữu được pháp này với pháp kia, cho nên mình câu hữu với ĐỊNH VÔ LẬU mà mình đạt được như ý nguyện của mình là tâm sân dứt. Thì như vậy là Thầy dạy quý thầy có cách thức để tu tập, có cách thức để câu hữu, chứ đâu phải là thiếu cái sự câu hữu đó: mình cứ ĐỊNH VÔ LẬU là mình cứ tu ĐỊNH VÔ LẬU còn tu TỨ CHÁNH CẦN là cứ phải tu TỨ CHÁNH CẦN. Không phải đâu. Chính vừa này mà chúng ta tu tập TỨ CHÁNH CẦN mà chúng ta tu tập lòng thương yêu của mình tức là câu hữu với TỨ VÔ LƯỢNG TÂM đó. Những cái mà chúng ta câu hữu thầy nhắc quý thầy mới biết, mà Thầy không nhắc thì quý thầy không biết đâu. Đó là những cái chúng ta câu hữu với nhau, pháp này câu hữu với pháp kia để chúng ta thực hiện cho đạt được cái mục đích của chúng ta là giải trừ tâm ác của chúng ta, 10 điều ác ra khỏi tâm của chúng ta, không còn dấy đứng ở đó.

Si. Bây giờ đến cái phần ngu si của ý chúng ta đây. **Si là vô minh, là trạng thái ham ngủ, ham ăn.** Tức là cái si của chúng ta nó hiện ra trạng thái ham ăn ham ngủ. Đó là cái si đó. Vì vậy mà chúng ta biết cái trạng thái ham ăn ham ngủ của chúng ta là si. Cái người nào mà còn thích ăn, thích ngủ là người đó đang si, chứ chưa phải là thông minh. Mặc dù bây giờ họ là thông minh, là

nhà bác học đi nữa, là những con người mà học tiến sĩ đi nữa mà còn ham ăn, ham ngủ thì đó là những người si chứ không phải là những người không si đâu. Muốn đoạn dứt pháp ác này quý thầy phải tu Chánh niệm tỉnh thức định.

Đó, thì bây giờ muốn đạt được cái chỗ si này chỉ có CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC định thôi, nó mới có sức tỉnh thức, chứ còn nếu không nó ham ăn ham ngủ à. Mà nó tỉnh thức thì nó diệt trừ cái ăn, do đó nó mới có tỉnh thức, nó mới tu ĐỊNH VÔ LẬU nó mới quét sạch được cái ăn, nó mới thấy cái ăn là bất tịnh. Thì từ cái chỗ này nó câu hữu với cái kia nó kết hợp, nó làm cho chúng ta có một cái lộ trình tu tập rất là dè dặt, rất là kỹ lưỡng, rất là dày mịch không để cho các pháp ác xen vô được. Bởi vì chúng ta có những cái pháp nó làm như mạng lưới mà không cho pháp ác rơi trên đó được, nó đánh bại, nó đánh bật ra hết. Nó không còn chỗ nào để pháp ác lọt vào tâm chúng ta được. Nhờ các pháp này mà chúng ta câu hữu liên tục, mà chúng ta đánh các pháp ác ra khỏi tâm chúng ta. Vì vậy đưa chúng ta ra con đường giải thoát rất là rõ ràng và cụ thể. Cho nên CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC là chúng ta phải đi kinh hành nhiều, theo hành động đi mà chúng ta tỉnh thức thì không còn lười biếng, không còn buồn ngủ nữa. Đó nó phá cái si

rất rõ, cái trạng thái si của chúng ta.

Muốn phá và dứt ác pháp si mê này thì quý thầy phải phá vô minh. Đó, hỏi này là đi kinh hành là để tỉnh thức thôi. Còn bây giờ chúng ta si tức là vô minh chứ gì. Muốn phá vô minh thì phải làm sao? Chớ đâu phải là tỉnh thức không? Tỉnh thức không mà nó không hiểu gì hết thì cái tỉnh thức đó để ngồi suốt ngày chơi cho nó thanh thản thôi chứ có làm gì. Bây giờ chúng ta phải dùng sức tỉnh thức này để mà chúng ta tu tập Định CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC. Làm cho chúng ta có sức tỉnh thức, từ sức tỉnh thức đó chúng ta mới phá Vô Minh. Mà phá Vô Minh thì nó phải có Minh. **Muốn phá Vô Minh quý thầy phải học hiểu những lời Phật dạy, Thầy dạy.** Muốn phá được cái vô minh đó thì mình phải là người học, chớ mình không học thì mình không biết, mà mình không biết thì biết đâu mình làm. Chẳng hạn bây giờ nói rằng đời khổ, quý thầy cho rằng đời đâu có khổ. Đó là cái vô minh của quý thầy. Nhưng khi nghe nói khổ, vạch cho ra từng ly từng tý mới thấy thật đây là khổ. Quý thầy mới thấy được cái khổ, mà thấy được cái khổ là vén được cái vô minh. Vậy quý thầy đã Minh. Minh là nhờ sự học hỏi những cái gì của người ta đi qua rồi người ta dạy lại cho mình, để mình thấy được, mà mình thấy được đó là cái minh của mình. Cái nào chưa

hiểu cần phải hiểu cho rõ, nghĩa là cái lời dạy đó cái nào chưa hiểu thì mình phải hiểu cho rõ, hiểu cho rõ là phải hiểu cho đúng vì hiểu sai tức là vô minh. Theo những điều mà từ lâu quý thầy chưa biết, bây giờ được học hiểu quý thầy đã biết và biết rất rõ đó là phá si, dứt trừ si, tức là phá vô minh. Phá vô minh tức là minh, minh là hiểu rõ cái nào ác, cái nào thiện. Như hồi nào tới giờ thầy chưa có dạy Thập thiện, cho nên quý thầy đâu nghe nói là các pháp ác rồi các pháp thiện. Bây giờ dạy các pháp ác, các pháp thiện thì quý thầy biết có 10 pháp ác, có 10 pháp thiện; sao là ác, sao là thiện; thì như vậy là quý thầy đã Minh rồi đó. Đã biết được 10 rồi, còn hồi đó thầy chưa nói 10 các thầy biết pháp ác chứ chưa biết nó 10 hay 20 hay gì đó, chưa có biết đâu. Còn bây giờ đã được học các thầy biết đó là pháp ác, đó là pháp thiện. Mười cái pháp ác này, 10 cái pháp thiện này, hoặc là tất cả các pháp khác như thế nào như thế nào, thì bắt đầu quý thầy minh rồi đó. Vì vậy Minh tức là mình không theo ác pháp mà vô minh thì mình theo ác pháp thì mình sai lệch. Minh là hiểu rõ cái nào ác, cái nào thiện, cái nào đúng chân lý, cái nào sai chân lý, cái nào đúng nhân, cái nào đúng quả, cái nào cần trau dồi, cái nào không cần trau dồi, cái nào cần dứt bỏ, cái nào không cần dứt bỏ, cái nào tùy, cái nào chỉ, cái nào ước, cái nào quán, cái

nào diệt, cái nào xả, cái nào hưởng, cái nào ly, cái nào khởi, cái nào diệt, cái nào khổ, cái nào không khổ, cái nào còn khổ, cái nào hết khổ, cái nào sân, cái nào không sân, cái nào tham, cái nào không tham và biết rất rõ, đó là minh. Tất cả những cái mình biết rõ như Thầy kể ở trên thì đó gọi là Minh. Mình biết cái này khổ, cái này không khổ, cái này tham, cái này không tham, cái này ác, cái này không ác, đó là những cái đó gọi là Minh. Nhờ có Minh mà si hết. Nghĩa là mình rõ rồi thì cái si kia nó hết rồi, mình không có làm nữa cho nên gọi là hết.

Khi có minh thì chúng ta hãy tinh tấn chuyên cần tu tập, không phí bỏ thời gian vô ích, một lòng quyết tâm, quyết dứt bỏ các pháp ác. Bây giờ mình đã minh rồi mà mình lười biếng thì các pháp ác nó còn không? Còn. Cho nên khi mình đã biết rõ rồi thì mình mới chuyên cần siêng năng tu tập để trau dồi thân tâm của mình để dứt bỏ thì nó mới hết chớ, chớ không phải biết rồi để khơi nó hết đâu. Nói tôi minh rồi tôi biết, bởi vì cái minh này là cái minh của mình huân tập sự hiểu biết của người khác mình mới hiểu thôi, cho nên cái này Phật dạy đó là cái **tri kiến chứ chưa phải là tri kiến giải thoát**. Còn tri kiến giải thoát của mình mà Thầy nói ngồi để mà phá cái vô lậu, tự nó phóng ra, rồi tự nó tìm hiểu ra, rồi nó

quán xét nó thấu suốt được cái lý đau khổ hoặc cái lý nào đó, rồi nó xả đi cái lý đó đi, nó làm cho không còn lậu hoặc thì cái đó gọi là tri kiến giải thoát. **Còn bây giờ cái mình này mới là cái tri kiến của chúng ta thôi. Tức** là chúng ta nhai lại những hiểu biết của người khác để cho mình hiểu cái đó đúng sai thôi, đó là cái tri kiến đúng, còn nếu mình nhai lại cái tri kiến sai thì nó thành kiến chấp, tà chấp hay thân chấp, do đó nó đưa chúng ta đi lầm lạc tới chỗ càng gây thêm pháp ác nữa, cho nên càng đem đến sự khổ đau.

Quý thầy ngài kiệt già lưng ngay thẳng trước mặt tưởng ánh sáng ngày như đêm rồi dùng pháp hướng NHƯ LÝ TÁC Ý:

Tâm u tối si mê như đêm đen, ta hiện giờ thấy nó sáng suốt như ban ngày không còn đen tối nữa.

Đây là tu cái Định sáng suốt đây, để cho chúng ta, từ đó nó mới có cái sự sáng suốt. Nó mới như cái lý nó tác ý ra, những tri kiến giải thoát của chúng ta mới phát ra được. Vậy thì khi tu cái Định sáng suốt này thì thứ nhất chúng ta được tỉnh thức. Chúng ta ngồi giữ tâm thanh thản thì nó sáng suốt ngày như đêm, đêm như ngày. Còn nếu mà chúng ta chưa có đủ tỉnh thức thì chúng ta phải tu tập dùng cái tưởng để thấy cái tâm chúng

ta si mê như đêm đen, bây giờ nó sáng suốt ngày như đêm, đêm như ngày, nó sáng suốt như ngày, nó không còn u tối nữa.

Do cái tướng sáng suốt này nó làm cho tâm của chúng ta luôn ở trong chỗ sáng suốt đó và nó phát triển tâm thanh thân tức là tâm tỉnh thức. Đó thì chúng ta phải thấy được mấu chốt tu cái chỗ này gọi là tu cái tâm sáng suốt hoặc tu cái ĐỊNH SÁNG SUỐT. Cái chỗ này là chỗ thêm phần để chúng ta biết chứ còn trước kia Thầy dạy quý thầy giữ *cái tâm thanh thân tức là giữ cái tâm sáng suốt của mình*. Còn bây giờ là chúng ta chưa đủ cái tỉnh thức, cái Chánh niệm tỉnh giác cho nên cái sức tỉnh chưa có thì giữ tâm thanh thân nó không có được lâu, do đó chúng ta mới ngồi, mới tưởng là cái tâm của chúng ta si mê như đen tối mà bây giờ nó phải sáng suốt như ban ngày, nó không còn đen tối nữa. Đó là chúng ta dùng nhắc nó để chúng ta ngồi đây chúng ta dùng cái tướng để thấy luôn luôn lúc nào cũng sáng suốt ở trước mắt của chúng ta. Do ánh sáng tướng tượng đó mà nó giúp cho chúng ta sáng suốt.

Những bài này đã được Phật dạy các tỳ kheo trong thời đức Phật, rất lâu và rất nhiều chứ không phải mới mà Thầy đặt ra đâu. Có dịp quý thầy nghiên cứu về kinh tạng Pali hoặc là kinh tạng A Hàm thì quý thầy sẽ thấy

được những điều mà Phật dạy này. Để chấm dứt bài Tứ Chánh Cần thầy xin đọc lại một bài kệ của đức Phật. Đến đây bây giờ tham sân si 10 cái pháp ác rồi thì mình đã tới cái si là mình đã chấm dứt rồi, cho nên phải đọc lại một bài kệ của đức Phật để chúng ta thấy được tóm lại cái ý của nó như thế nào. Đây bài kệ của đức Phật đây:

Ai phản lại chánh pháp

Tham sân si nuôi lớn

Thanh danh bị sút mẻ

Như trăng khuyết đêm đen

Ai không phản chánh pháp

Tham sân si đoạn dứt

Thanh danh được tròn đủ

Như trăng tròn mười sáu

Bây giờ mình hiểu được cái chánh cái tà rồi, cái ác cái thiện rồi mà nếu mình còn phản lại thì là một cái tội rất lớn. Nghĩa là biết rồi mình còn phạm phải thì coi như cái con người của mình nó bị sút mẻ, không còn...Trăng khuyết mà còn đêm đen nữa thì các con biết rằng, các thầy biết rằng trăng nó khuyết nó nhỏ xíu, thì ánh sáng nó đâu có mà đêm đen nữa thì nó mờ tối vô cùng.

Người phản lại chánh pháp này, phản lại các pháp thiện, thì tham sân nuôi lớn, thì thanh danh bị sứt mẻ như trăng khuyết đêm đen.

Đó thì quý thầy thấy bài kệ của đức Phật, nếu chúng ta đi vào chánh pháp thì tham sân si, **3 cái pháp này đoạn dứt thì 7 cái pháp ác kia nó cũng sẽ mất đi.** Do đó chúng ta sống như trăng tròn 16, tròn đầy không có thiếu khuyết một chỗ nào nữa hết. Trăng rằm nó còn khuyết một chút chứ trăng 16 thì nó tròn thiệt tròn, không có thiếu chỗ nào, tức là giải thoát hoàn toàn. Chánh pháp giúp cho quý thầy thấu rõ chơn lý của đời người, đó gọi là Minh. Các thầy không rõ chánh pháp nên không thấy chân lý, đời là ác pháp, là khổ đau nên phóng tâm chạy theo vật chất, ham muốn thế gian pháp, cái không hiểu này gọi là Vô Minh.

Đó mình chạy theo cái ham muốn như vậy, cái đó gọi là Vô Minh. Còn cái mình hiểu đúng chánh pháp thì gọi là cái Minh. Do không hiểu nên làm chấp ác pháp là thiện pháp. Do không hiểu tưởng đời sống con người là hạnh phúc, nào ngờ là khổ đau, là không hạnh phúc. Người đời vì lầm nên xây dựng an vui hạnh phúc trên một mảnh đất vô thường, không vững chắc, thay đổi liên tục không dừng nghỉ. Vì thế công trình kiến tạo và xây dựng hạnh phúc, an lạc cho nhân loại là một công trình Dã Tràng.

Đó thì quý thầy thấy thấy người ta phát minh cái này cái kia để người ta đem hạnh phúc cho con người chứ gì, nhưng mà càng phát minh càng đem lại sự đau khổ cho con người càng nhiều, đó là chúng ta xây dựng trên mảnh đất vô thường, mọi vật đều vô thường mà người ta nghĩ đó là thường, người ta làm chấp cho nên người ta càng cố gắng xây dựng lên thì càng đem lại nỗi khổ cho nhân loại.

Càng xây dựng văn minh thì con người lại càng khổ bấy nhiêu, chỉ vì do họ xây dựng ngọn mà không xây dựng gốc. Do vô minh này mà loài người trên hành tinh này không lúc nào được hòa bình, chỗ này không chiến tranh thì chỗ khác chiến tranh. Càng khoa học, càng máy móc, càng tinh vi thì chúng ta thấy trên thế giới lúc nào cũng có nước chiến tranh chứ không bao giờ hết. Tưởng là đem lại phục vụ cho nhân loại, cho con người được thanh bình, được an vui, được thương nhau nhưng cuối cùng họ vẫn giết chóc nhau. Họ vẫn tìm mọi cách: về quân sự thì họ cũng tìm mọi cách bằng súng đạn, mà về kinh tế thì họ cũng tìm mọi cách để hại các cơ xưởng, các công trình của kẻ khác, làm cho suy sụp kinh tế của kẻ khác xuống. Đó là những hậu quả của sự văn minh, sự tiến bộ mà xây dựng trên cái ngọn mà không xây dựng ở trên cái gốc.

Vì xây dựng trên cái ngọn là xây dựng trên mảnh đất vô thường, trên các vật vô thường thì làm sao mà có sự hạnh phúc an vui vĩnh cửu được. Vì hỷ lạc của cuộc đời nên người ta mê mết, đăm đuổi theo nó, do đó đức Phật có phân tích cho chúng ta biết có 4 loại đăm mê, hỷ lạc thấp kém hạ liệt, thuộc về những phàm phu, không xứng thánh hạnh, không có lợi ích, không có hướng đến yếm ly, vô tham, tịch diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết Bàn. Nghĩa là vì có những sự hỷ lạc của cuộc đời, tức là cái sự làm cho chúng ta thích thú đó, làm chúng ta khả ái, khả hỉ đó cho nên con người mê si mới đăm đuổi nó, chạy theo nó.

Do sự mê si đăm đuổi chạy theo nó, thì đức Phật là một người giác ngộ cho nên Ngài thấy được, Ngài phân tích cho chúng ta có 4 loại đăm mê hỷ lạc thấp kém này. Nó hạ liệt, nó làm cho chúng ta không có viễn ly, không có hướng đến sự yếm ly, vô tham, tịch diệt được, an tịnh được cho nên càng lúc càng khổ. Đó thì trong khi mọi con người đang xây dựng hạnh phúc cho con người lại là đưa con người vào cái chỗ mà chạy theo những cái hỷ lạc của cuộc đời, mê mết nó, đăm đuổi nó.

Đây quý thầy sẽ nghe lời của Phật dạy và quý thầy sẽ thấy rằng những sự mà ngu si của chúng ta để xây dựng những cái đau

khổ đó.

Này quý thầy, quý thầy có thấy chẳng, có hạng người ngu si, sau khi giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh, tự mình sung sướng hoan hỷ thích thú, đó là hỷ lạc thứ nhất.

Các thầy thấy rõ không, ngay bây giờ, có nhiều người bắt gà bắt vịt, họ làm thịt, họ giết đi, phải không? Họ thích thú ngay sự giết rồi họ ăn thịt chúng sanh họ lại ngon nữa: chà bữa nay ăn rất ngon, vợ chồng mình bữa nay làm bữa ăn thích quá, mai một có dịp làm nữa, ăn nữa. Có phải thích không? Nếu không thích thì làm sao. Đó là đức Phật phân tích cho chúng ta giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh đó là cái hỷ lạc thứ nhất. Đức Phật phân tích cho chúng ta thấy rõ mà, đó là cái hỷ lạc của dục đó, thứ nhất đó.

Này các thầy, các thầy có thấy chẳng, có người sau khi lấy của không cho hoặc trộm cướp của người tự mình sung sướng, hoan hỷ thích thú.

Đó là hỷ lạc thứ hai. Có không? Thằng trộm nào mà lấy xe đạp hay xe Honda của người ta về bán lấy tiền mua quần mua áo, mua đồ đạc ăn uống cho vợ con nó thích thú lắm chứ. Nó đâu có nghĩ người ta mất của người ta khổ đâu. Nó sung sướng lắm. Trời ơi bữa nay mình làm vô này là cả tháng khỏi

đi. Có phải thích không?

Đó là đức Phật cho chúng ta thấy sự thích thú thứ 2, hỷ lạc thứ 2 của con người chúng ta.

Này quý thầy, quý thầy có thấy chẳng, có người sau khi tự mình nói láo gạt người, sung sướng, hoan hỷ.

Đó là hỷ lạc thứ 3. Có không? Nói láo người ta, gạt người ta được, về cười hỷ hả sung sướng lắm, đó không phải là thích thú sao? Đó là cái hỷ lạc thứ 3. Hoặc là mình nói xấu người, hoặc là mình nạt nộ người làm cho người ta sợ hãi, mình về mình thích thú. Hồi này tao nạt tiếng, trời nó run lấy bấy trông thấy khoái. Phải không? Các con thấy cái điều đó là một bằng chứng cụ thể mà ông Phật ông nói, Thầy thấy không có gì mà sai hết. Còn ghét người nào đó mình đặt điều nói xấu người đó. Mình thấy người đó ngồi khóc lu bù. Bởi họ không có xấu mà nghe người ta nói mình vậy, tức quá khóc luôn. Thì lúc bấy giờ mình thích lắm, thấy người đó rầu rĩ khóc lóc vậy, khoái lắm. Đó không phải là cái hỷ lạc sao? Đó là cái hỷ lạc thứ 3 của mình đó.

Này quý thầy, quý thầy có thấy chẳng, người say đắm, đam mê vây quanh 5 thứ dục lạc: sắc, danh, lợi, thực, thù.

Nghĩa là bây giờ chúng ta nhìn chung, chúng ta sẽ thấy này: sắc là nữ sắc, là sắc dục đó, danh là ông này bà kia, ông lớn bà nọ đó, lợi là tiền của, ăn ngon, ngủ muốn ngủ hời nào thì ngủ đó. Đó là người ta vây quanh 5 thứ dục lạc này. Do đó nó có những hỷ lạc. Mà những hỷ lạc này đức Phật gọi là hỷ lạc thứ tư. Ở trên kia nó là những hỷ lạc nằm trong ác pháp thật, nhưng mà nó có thật sự đó. Rồi đến 5 thứ dục lạc này mà họ vây quanh thì chúng ta có thấy họ hỷ lạc không? Họ khoái lắm chớ, làm sao mà không khoái điều này, ăn miếng ngon là mình thấy thích rồi thì tức là nó đã có hỷ lạc thứ 4 rồi. Rồi mình ngủ, mình ngủ mình lười biếng li bì nằm vật tới vật lui đó thì là cũng hỷ lạc của cái thứ ngủ rồi. Có tiền nhiều thì mình cũng thấy vui, có danh làm ông lớn thì mình cũng thấy thích đó, thì đó là dục lạc rồi. Có sắc đẹp, nữ sắc thì lại thích thú. Thì do đó tất cả những cái này đều là hỷ lạc thứ 4. Ông Phật ông nói Thầy thấy không sai ở chỗ nào hết. Do chỗ hỷ lạc đó mà người ta không bỏ cuộc đời, không dứt ra cuộc đời được. Mà mình là người hiểu biết thì các thầy có dứt ra được không? Phải dứt đi chớ, mình đã hiểu lời Phật dạy quá rõ rồi. Thầy đã dạy đây thì chắc chắn không còn thiếu chỗ nào hết, mà không còn thiếu thì mình thấy đó là khổ hay vui? Cái đó là vui giả, vui không thật đâu, mà chúng ta hãy tìm cái vui chân thật.

Còn về cái phần tu hành chúng ta có cái hỷ lạc không? Có chứ, sao lại không. Phật cũng có dạy chúng ta biết chứ, bởi vì nói đến bài học này nó dài dòng tại vì phải nói cho đủ, nói cho quý thầy hiểu được giáo án của nó, hướng nào cho nó rõ hướng này. Cho nên tuy là nói cái giai đoạn thứ nhất nhưng sự thật quý thầy thấy nó thông suốt gần như là chúng ta đã hiểu con đường đi của đạo Phật.

Đây là 4 thứ hỷ lạc phàm phu đầy đau khổ và tội ác. Chắc đến đây quý thầy rõ lộ trình thế gian pháp, là say mê chìm đắm trong 4 thứ hỷ lạc đê tiện, thấp hèn, hạ liệt thuộc về hạng phàm phu, không xứng với thánh hạnh. Đó là những thứ hỷ lạc ở trên đó, mà thầy đã kể ra rồi đó, thì đó là những hỷ lạc của tội lỗi mà quý thầy đã nhận ra rồi.

Này quý thầy, có 4 loại hỷ lạc nhất định đưa đến yếm ly, vô tham, tịch diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ và Niết bàn.

Đây bây giờ nói 4 thứ hỷ lạc mà cái lộ trình thứ 2 mà chúng ta sẽ bước vào đây. Ở bây giờ bên kia nó hỷ lạc nó đem đến đau khổ mà nó không được cái an tịnh cho cuộc đời chúng ta. Nó như cái bóng chứ không phải là miếng mồi thật, còn đây 4 cái hỷ lạc này là cái thật đưa chúng ta đến giác ngộ và niết bàn, tâm hồn an tịnh. Vậy 4 loại hỷ lạc này là gì?

1. Đây chúng ta phải xét xem cái hỷ lạc này nằm ở chỗ nào đây, để mà chúng ta tìm lấy hỷ lạc của pháp giải thoát chớ, chứ nếu không chúng ta cứ chạy theo hỷ lạc của dục không thì...Bây giờ chúng ta tu mà chúng ta không có hỷ lạc thì chúng ta tu cái gì đây. Ít ra nó cũng phải đem cho chúng ta có một cái gì thích để mà chúng ta tiến tới con đường giải thoát chớ. Nếu mà tu quá khổ, luôn luôn bị hành hạ không thì chúng ta làm sao ham tu. Cho nên đức Phật cũng phân tích cho chúng ta thấy có 4 loại hỷ làm chúng ta thích, làm chúng ta tiến bước trên con đường. Dù là con đường rất khổ nhưng nó có những cái an ủi cho chúng ta, làm chúng ta tiến tới mà chúng ta không có lùi bước. Bốn loại hỷ này là gì?

Các thầy ly dục, ly ác pháp, chứng và trú sơ thiên, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tâm có tứ, đó là hỷ lạc thứ nhất.

Đó, quý thầy thấy chưa, dục chạy theo ác pháp thì nó sinh ra các hỷ lạc đó, 4 cái loại hỷ lạc trên. Còn bây giờ mình đi ngược lại, mình đi ngược lại thì nó cũng có sanh hỷ lạc cho mình. Đó thì nó cũng có những hỷ lạc khác hỷ lạc kia rất nhiều. Và nó tuyệt diệu hơn rất nhiều vì nó đưa lại tâm hồn an tịnh và thắng trí giác ngộ niết bàn tịch diệt, nó làm cho tâm vô tham, vô sân, vô si, nó

làm cho mình không có khổ nữa. Cái hỷ lạc này nó làm cho mình không khổ nữa, cho nên, do đó mình phải ly dục ly ác pháp để chứng và trú Sơ thiền- một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh. Đó là hỷ lạc thứ nhất của con đường tu tập chúng ta, tức là lộ trình thứ 2 đó. Vậy thì bây giờ nói về hỷ lạc thì đức Phật nói có một cái định gọi là Hiện tại an lạc trú đó. An lạc cho nên nó có cái lạc ở trong đó đó, mà cái lạc đó là nó chứng qua trong 4 cái lạc này, đó là cái hỷ lạc thứ nhất.

2. **Quý thầy tịnh chỉ tâm tứ.** Tịnh chỉ tức là ngưng lại, không cho tâm tứ nó còn nữa đó. **Chứng và trú thiền thứ 2 một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ nội tính nhất tâm.** Đó là hỷ lạc thứ 2, nó rõ ràng. Quý thầy thấy định sanh hỷ lạc. Nó không giống cái hỷ lạc của ly dục sanh hồi nãy. Mà đây là cái định sanh, trạng thái hỷ lạc này nó có khác hơn nhưng nó cũng không phải khác xa cái chỗ ly dục đó đâu. Bởi vì ly dục là tâm thanh tịnh, mà cái nhất tâm này nó không tầm không tứ cũng là thanh tịnh, cho nên nó không khác xa, nhưng mà nó sâu hơn, nó nhiều hơn.

3. **Quý thầy liả xa các trạng thái tưởng.** Bây giờ mình tới cái hỷ lạc thứ 3 thì quý thầy xa tất cả các trạng thái tưởng. Xa cho đến khi mà xa giấc mộng chiêm bao của quý thầy luôn nữa. **Quý thầy liả xa các**

trạng thái tưởng, trú ở hơi thở, ly sạch 6 loại tưởng, chứng và an trú thiền thứ 3. Đó là hỷ lạc thứ 3. Ở trong kinh thì Phật nói ly hỷ trú xả, chứng thiền thứ 3, còn Thầy ở đây thì thầy nói một cách rõ ràng hơn để cho chúng ta nhận ra được. Là do chúng ta lìa xa các trạng thái tưởng, bởi vì lúc này ý thức của chúng ta là diệt tâm tứ rồi, cho nên ý thức nó ngưng rồi, nên cái tưởng thức nó hoạt động. Do tưởng thức hoạt động mới sinh ra những trạng thái làm chúng ta thích, vui cho nên gọi là hỷ đó, có cái này xảy ra, có cái kia xảy ra chúng ta vui. Ví dụ thấy hào quang, thấy bay bổng lên trời, thấy mình có thiên nhãn, thần nhãn. Do đó mình thấy nó làm cho mình thích thú, mình thích thú tức là vui. Cho nên Phật mới nói ly hỷ, Thầy nói tận gốc còn Phật nói là cái trạng thái vui. Nhưng mà cái gì làm chúng ta vui? Nó phải có cái vui. Còn ở đây Thầy nói trạng thái làm cho chúng ta vui mà không nói hỷ, nhưng mà nói trạng thái đó, cho nên chúng ta phải lìa tất cả các trạng thái xảy ra mà làm cho chúng ta vui đó, thì do đó chúng ta gọi là ly hỷ. Vậy thì chúng ta phải xả sạch, ly sạch 6 cái tưởng này thì chúng ta mới chứng và an trú thiền thứ 3, do đó hỷ lạc thứ 3 sanh. Chúng ta mới có cái hỷ lạc thứ 3 sanh

4. Đến đây quý thầy sẽ tiếp tục để thấy nó có 4 cái loại hỷ lạc.

Quý thầy tịnh chỉ hơi thở, nhập tứ thiền. Phật nói xả hỷ xả lạc xả niệm thanh tịnh là nhập Tứ thiền. Ở đây Thầy không nói vậy, Thầy nói rất rõ ràng cụ thể, làm sao cho hơi thở ngưng là nhập Tứ thiền chứ không cần phải không cần xả. Mà ngưng tức là xả hỷ xả lạc rồi, có phải để không. Các thầy thấy chỗ Thầy dùng thì nó dễ hiểu và dễ rõ, còn nói xả hỷ xả lạc không biết xả làm sao cho hết hỷ, xả làm sao cho hết lạc, xả làm sao cho hết niệm thanh tịnh, thì nó hơi khó. Nhưng ở đây thầy chỉ cần nói tịnh chỉ hơi thở là nhập Tứ thiền. Mà nhập tứ thiền là hỷ lạc thứ 4 sinh ra. Có gì đâu, cái hỷ lạc đó ai tới đó thì biết cái hỷ lạc đó. Chớ bây giờ nói hỷ lạc như là đục lạc như ăn miếng ngon thì sai rồi, ăn miếng ngon mà thấy ngon thì đó là trật rồi. Bởi cái hỷ lạc đó đâu có ăn ngon. Cho nên có nhiều người nói tôi nhập định tôi thấy sung sướng lắm, sáng khoái lắm, điều đó là đục lạc chứ không phải hỷ lạc của thiền định. Phải hiểu cho đúng cách thì chúng ta mới thấy con đường tu của chúng ta đúng, còn nếu không thì chúng ta sẽ không thấy.

Bốn loại hỷ này nhất định đưa tới yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, giác ngộ, thắng trí, niết bàn, hỷ lạc này xứng thánh hạnh. Cái hỷ lạc này là cái hỷ lạc của bậc Thánh người ta thọ hưởng hỷ lạc này,

chứ phàm phu thì không bao giờ rõ tới nó được. Bây giờ nghe nói ly dục ly bất thiện pháp để sanh hỷ lạc thì quý thầy có biết cái hỷ lạc nó ở đâu đâu. Bởi vì mình chưa có ly dục mà, tâm mình còn ham muốn cái này cái kia mà, làm sao mình biết, chừng nào mình ly sạch rồi mình mới biết. Thì đó là những cái mình chưa làm được cho nên mình chưa thấy hỷ lạc đó. Cũng như bây giờ người ta nói ăn miếng bánh này ngon quá, mà mình chưa có ăn mình biết ngon làm sao. Chỉ nghe theo, nghe nói vậy thôi, chừng nào mình bỏ vô miệng mình nhai mình nuốt, đó là hỷ lạc của dục. Mình ăn mình mới biết nó ngon, nó ngọt, nó đắng cay trong đó. Còn bây giờ chưa ăn nghe người ta nói cái bánh này ngon lắm, cái bánh này làm đâu bên Hoa Kỳ đó, mới đem về đây, thợ làm bánh này rất khéo, rất ngon, ăn cái mùi vị đặc biệt không có cái bánh nào ngon bằng. Người ta nói vậy chứ mình chưa nếm lưỡi mình chưa biết. Thì bây giờ 4 cái hỷ lạc của pháp này thì các thầy chưa có biết, chưa có nếm được. Mà nếm được rồi quý vị mới biết mùi vị của nó, nó không phải ngon như cái bánh mà chúng ta ăn mà nó có vị ngọt ở trong miệng đâu. Ngọt ở trong miệng đó là dục lạc chứ không phải gì. Bởi vậy khi có tu tới rồi người ta nói thì biết, nói thì biết. Mà chưa tới thì nói gì chúng ta tưởng tượng ra cũng không nổi, mà tưởng tượng ra nó thành ra dục lạc.

Cho nên vì vậy quý thầy do sức tưởng ra mới ngồi nghe khinh an, mới nghe nhẹ nhàng, thoải mái, sung sướng. Cha, cái này là hỷ dục chứ hỷ lạc gì. Đó là cái sai, không có đúng. Ở đây chúng ta có 8 loại hỷ lạc, 4 loại thuộc về phàm phu thường sanh ác pháp, 4 loại thuộc về bậc thánh thường sanh các thiện pháp. Bây giờ quý thầy đã rõ hỷ lạc nào đúng và hỷ lạc nào sai, thì hãy chọn cái đúng mà đi, cái sai mà bỏ đi, để kiếp kiếp đời đời thoát khỏi khổ đau. Cái sai thì nó luôn luôn gắn liền với khổ đau mà cái đúng thì nó mới thoát ra khỏi khổ đau. Thầy vạch quá rõ còn đi hay không đi là quyền của quý thầy, còn muốn hay không muốn là do quý thầy chứ thầy không có còn công quý thầy đi được nữa. Quý thầy nhớ Phật ngày xưa cũng nói: các con tự thấp đuốc lên mà đi, ta không thấp đuốc cho các con đâu. Thì các con hiểu điều đó, bây giờ các con rõ rồi đó. Thầy vạch ra 2 lộ trình rất rõ, đầu tiên thì giảng nói cái này kia, nhưng bây giờ tới giai đoạn này thì các con biết Thầy đã chỉ cho thấy rõ ràng 2 cái lộ trình. Phải bước 1 lộ trình chứ không thể nào bước 2 lộ trình được.

BẢNG SỐ 15+16:
ĐỊNH CHÁNH NIỆM TỈNH
GIÁC + ĐỊNH VÔ LẬU +
KẾT LỘ TRÌNH THỨ NHẤT

(Cho người cư sĩ, người tu sĩ mới tu, người đang ở lộ trình thứ nhất)

Sau khi tu tập TỨ CHÁNH CẦN xong các thầy nên tiếp tục tu tập CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC định. Ở lộ trình này các cư sĩ đang tu phải tu tập theo từng hành động việc làm của mình, hằng ngày làm bất cứ việc gì quý vị chú ý việc ấy, không được sao nhãng hoặc nghĩ đến chuyện khác, phải luôn luôn chú ý hành động làm, tu trong tất cả việc làm. Đó là luôn luôn người cư sĩ hiện bây giờ đang thực tập để cho mình bước qua một giai đoạn mới, cái lộ trình mới, lộ trình của người tu sĩ thì mình luôn luôn tu tập ở trong các việc làm của mình để tập cho có sức tỉnh thức ở trong đó, cho có một cái CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC ở trong đó. Điều này rất khó nhưng Thầy dạy quý vị tu hành cũng không khó đâu. Nghĩa là bây giờ bảo mình cứ tu tập theo hành động của mình, chú ý theo hành động của mình, tu sao mà chút có vọng tưởng, chút có vọng tưởng à. Trời

đắt ơi làm sao mà tỉnh thức được. Cho nên không có cách thức tu, cho nên từ lâu tới giờ có nhiều người dạy tu trong mọi công việc, nhưng kết quả cho người ta tu mà được kéo dài từ ngày này tới ngày khác không bị vọng tưởng, không có vô ký trong đó thì ít có ai mà làm được hết. Còn đến đây Thầy dạy cho quý thầy sẽ làm được cái điều đó, mà có thể giúp cho quý thầy tỉnh thức suốt ngày này sang đến ngày khác, trong mọi công việc mà không cần phải có sự tập trung quá cao độ, quá tập trung trong các hành động.

Quý vị nên lưu ý tu trong hành động có 2 điều cần tránh. Ở bây giờ mình phải biết tu trong hành động, việc làm của mình có 2 điều cần phải tránh:

Một là tránh suy tư chuyện khác, nghĩa là trong hành động đó mình tránh suy tư vọng tưởng ở trong đó. Đừng để vọng tưởng xen vào trong công việc đang làm. Nghĩa là vừa làm việc mà vừa nghĩ chuyện khác, tức là thiếu sự tỉnh thức trong hành động.

Hai là tránh vô ký. Đó hành động mình vừa làm mà vừa nghĩ chuyện này chuyện kia đó là thiếu tỉnh thức rồi, thì phải lưu ý cái phần nhứt. Cái phần 2 là tránh vô ký, tức là đang làm mà không nhớ cử chỉ đang làm. Lúc bấy giờ đang rơi vào trạng thái không nghĩ tưởng, đó là thiếu tỉnh thức, thiếu tỉnh

giác trong việc làm.

Tu CHÁNH NIỆM TĨNH GIÁC phải biết dùng 2 pháp. Nghĩa là trước Thầy nêu lên 2 cái lỗi ở trong sự tu tập đó: cái thứ nhất là vọng tưởng ở trong hành động, cái thứ 2 là vô ký ở trong hành động. Thì 2 cái đó phải tiệt trừ, phải tiêu diệt nó, không được để trong sự tu tập thì như vậy là không đúng. Chứ không phải bây giờ tôi tu tôi giữ tĩnh thức được năm, ba phút rồi kể đến nó có vọng tưởng, rồi tôi tu năm, ba phút nữa kể đến có vọng tưởng. **Hàng ngày tôi tu trong công việc mà nó cũng có vọng tưởng xen ra, thì người đó dậm chân tại chỗ, tu ngàn đời không được.** Tức là chúng ta phải biết tu như thế nào để làm chủ tuần tự cái thời gian chúng ta tăng dần, tăng dần lên, chứ không phải ngày nào cũng tu trong hành động, lúc nào cũng làm trong hành động, rồi tu có vọng tưởng ra vô ra vô hoài. Cũng tu vậy mà tu Chánh niệm tĩnh thức kiểu đó là tu dậm chân.

Còn bắt đầu bây giờ chúng ta cho một thời gian nhất định là chúng ta tu 30 phút ở trong hành động làm, hoặc là quét sân, hoặc là gì đó, đúng giờ chúng ta nghỉ, rồi bắt đầu chúng ta xả, chúng ta làm theo suy nghĩ gì của nó kệ nó, nhưng mà đúng giờ chúng ta tu. Chúng ta tu chừng năm phút hay mười phút mà chúng ta đạt kết quả chất lượng của

tỉnh thức ở trong 5 phút hoặc 3 phút thôi rồi hoàn toàn chúng ta xả nghỉ. Chứ sức của chúng ta không thể suốt ngày mà công việc mà chúng ta giữ nó được. Cho nên phải hiểu được sức của mình. Nhiều khi nói tu trong hành động, điên khùng mà tu suốt ngày, lúc nào cũng có vọng tưởng hết mà nói là tỉnh thức là tỉnh thức gì. Chúng ta tỉnh thức được 5 phút, 3 phút là may lắm rồi, từng đó mà chúng ta tập dần mà tăng dần lên rồi chúng ta có chất lượng cao và chừng đó chúng ta sẽ siết tất cả thời gian tỉnh thức trong mọi hành động.

Bởi vì tu phải biết chú, còn tu mà không biết, cứ tu điên tu khùng, thì tu ngàn đời. Cũng là nói tu trong công việc làm, ai nói cũng hay hết, cuối cùng thì chẳng có tỉnh thức gì hết. Bởi vì luôn luôn có xen kẽ vọng tưởng ra vô làm sao tỉnh thức được.

Đó thì hôm nay Thầy dạy để quý thầy biết cách mà tu tập pháp tỉnh thức. Cũng như nghe thầy nói tu pháp Chánh niệm tỉnh thức, thôi đi kinh hành lung tung lung tung, suốt ngày thấy đi chăm chăm, thôi thì cái kiểu này là tu ngu. Tu ngu! Tu như vậy là không bao giờ có tỉnh thức. Cho nên cuối cùng Thầy nhìn thấy quý thầy càng ngày là càng sai, càng sai là nó không có tập trung được cái độc cư, mà nó lại xuyên qua những cái khác, cho nên Thầy nhận ra rất rõ cái

điều mà quý thầy...

Bây giờ tiếp tục bài học vừa rồi là tu CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC. Vậy thì phải tu CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC như thế nào? Như Thầy đã dạy ở trong cái vừa rồi đó... ở cái sức của mình, sức của mình nó ở cái mức thời gian nào thì mình nên tập luyện thời gian đó, chớ không phải luôn lúc nào ở trong mọi hành động, mọi công việc mà mình tập tỉnh thức được liền. Mà ngay trong thời gian đầu tiên mới tu thì mình chọn thời gian ngắn nhất với sức của mình, mình tập sao cho có chất lượng cao, trong lúc đó mình giữ gìn mọi hành động của mình, mà sức tập trung của mình ở trong mọi hành động đó thì sức tỉnh thức nó mới có.

Muốn như vậy thì chúng ta phải nương vào 2 pháp: **là pháp tùy và pháp hướng**. Tùy pháp là nương theo cái hành động, bởi vì cái hành động của chúng ta gọi là pháp. Hàng ngày cái đối tượng hành động của chúng ta là pháp hành, cho nên chúng ta lấy cái hành động đi đứng hàng ngày hoặc công việc. Thì đó là pháp tùy theo hành động đó. Cho nên cái tâm chú ý vào hành động đó gọi là tùy pháp.

Còn **hướng pháp** là chúng ta nhắc nó, cho nên chúng ta tu tập thế nào mà nó tự nhiên, chớ không phải là tu tập theo cái

kiểu mà thiếu tự nhiên. Ví dụ là tùy pháp: cái thân của chúng ta làm công việc đó nó nhanh nhẹn thì chúng ta tùy theo sự nhanh nhẹn đó mà tập luyện, hoặc là chúng ta làm chậm chạp thì chúng ta cũng tùy theo sự chậm chạp mà tập luyện cho nó tự nhiên. Chứ còn bây giờ chúng ta phải chú ý hành động thân của mình thì bắt đầu mình phải làm chậm cho thật chậm mới chú ý được hoặc làm cho nhanh mới chú ý được thì cái đó là mình mất tự nhiên, mình làm sai pháp hành của mình đi. Cái thân hành có người thì làm nhanh, có người thì làm chậm. Như bây giờ có người thì đi nhanh, có người thì đi chậm. Nhưng mà cái người đi chậm thì tùy theo pháp hành đi chậm của mình, mà mình tập tĩnh thức ở đó. Mà cái người đi nhanh thì cũng tùy theo cái đi nhanh mà mình tu CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC ở chỗ nhanh. Chớ không phải là bắt buộc mình, mình đi nhanh mà tu tập mình phải đi cho chậm trở lại, mà đi chậm như vậy thì nó không thể là đúng cách tự nhiên của nó. Cho nên chúng ta tu, nhiều khi chúng ta không biết chúng ta tu, có người thì nhanh nhẹn thanh thoát mà tu riết rồi thì đi chậm như con rùa, thấy coi cũng không được. Đó là những cái sai.

Rồi có nhiều người lại thấy mình đi chậm quá như vậy là sức tập trung của mình tu tập như vậy thấy nó quá lâu, cho nên lại

là chạy nhảy nhanh nhẹn để là nương theo cái chỗ nhanh nhẹn như vượn đó để mà tu tập, thì nó cũng trật. Tùy theo cái pháp hành của thân chúng ta, nhanh thì chúng ta tu nhanh, chậm thì chúng ta tu chậm, chớ không phải bắt buộc nó vào khuôn khổ nào chậm nhanh theo cái ý của mình được. Bởi vì đây là cái pháp tự nó có cái pháp của nó cho nên mình chỉ hướng theo mà thôi, nương theo, tùy theo cái pháp mà tu tập.

Đó là tùy pháp theo hành động công việc làm sống hằng ngày mà tu tập sức tỉnh thức. Muốn đạt sức tỉnh thức này người tu sĩ phải dùng pháp hướng tâm NHƯ LÝ TÁC Ý. Bây giờ mình kèm theo pháp hướng tâm, mình nhắc để cái tâm của mình luôn luôn nhớ được cái hành động việc làm của mình, như mình nhắc: **tôi đang làm việc gì thì tôi nhắc tôi đang làm việc đó.** Nghĩa là mình làm việc gì thì mình nhắc theo nó. Ví dụ như bây giờ mình đang quét nhà, thì tôi chú ý hành động đang quét nhà và hướng tâm nhắc **tôi đang quét nhà.** Bây giờ mình dùng câu pháp hướng của mình: **tôi đang quét nhà.** Bây giờ mình đang quét nhà nên nhắc tôi đang quét nhà. Như vậy mình sẽ nhắc cái tâm nhớ hành động mình đang quét. Như đang nấu cơm thì mình lại nhắc **tôi đang nấu cơm.**

Đó là những cái mình hướng theo để

giúp cho ý thức của mình tỉnh thức trong hành động của nó, mà nó không bị thất niệm, nó ở trong chánh niệm của nó. Cho nên chánh niệm của nó là cái hành động. Vì chúng ta đặt lấy cái hành động để làm cho sức tỉnh giác của chúng ta có, cho nên lúc bấy giờ cái chánh niệm không phải là cái niệm nào mà nó thông suốt cái nọ cái kia gọi là chánh niệm mà chính hành động đó là chánh niệm của chúng ta, đã đặt ở trước mắt của chúng ta, trước ý của chúng ta. Cho nên cái đó gọi là chánh niệm. **Mà nó chánh niệm luôn luôn lúc nào nó cũng biết hành động đó thì nó là tỉnh giác hay là tỉnh thức.**

Hiểu như vậy thì chúng ta biết cái niệm của chúng ta là cái niệm gì, cái niệm hành động, cái niệm đang làm cái gì đó, đang làm công việc gì đó. Đó là cái niệm. Mà cái niệm đang hiện tiền trước mặt mình đó gọi là chánh niệm, chớ không phải là mình đặt cái niệm khác vào chỗ đó được, hay là mình đặt hơi thở vào chỗ đó được. **Chánh niệm ở trên hành động thì phải là cái hành động chớ không phải cái hơi thở.**

Còn nếu mà chúng ta vừa đặt cái đi kinh hành vừa biết chân đi mà vừa biết hơi thở thì như vậy là chúng ta đã đặt 2 cái niệm 1 lượt, thì như vậy là chúng ta sai. Đó không phải là chánh niệm, mà nó là **niệm đôi ở**

trong đó thì nó trật. Cho nên chúng ta chỉ có biết mình đi kinh hành mà thôi, thì như vậy là mình đặt chánh niệm, thì lúc bấy giờ nó tỉnh giác ở trong chánh niệm đó, cho nên cái định gọi là Chánh niệm tĩnh giác. Hiểu như vậy thì chúng ta không có đi hàng hai và không có đặt sai cái niệm. Nếu mà trong khi đi kinh hành có niệm gì nghĩ ở trong đầu thì cái đó là sai, tại vì là cái niệm khác chứ không phải niệm hành động của chúng ta, cho nên nó đâu có chánh niệm, bởi vì cái niệm đó không phải là niệm mình đặt, nên nó là tà niệm.

Đi trên hè phố thì nhắc: **tôi biết tôi đang đi trên hè phố**. Đó thì mình đang đi trên hè phố thì mình nhắc: **tôi biết tôi đang đi trên hè phố**. Đó là pháp hướng của mình để cho cái chánh niệm của mình đang đi trên hè phố.

Đó là những cái mà chúng ta cần phải hướng theo để cho cái tâm, cái ý chúng ta lúc nào nó cũng tỉnh thức trên hành động mà chúng ta đang đi. Mà hành động đó là cái chánh niệm. Chứ nghe chánh niệm mà chúng ta nói: ờ thì bây giờ nói về cái niệm chơn chánh của chúng ta thì nói: đời là khổ là cái niệm chơn chánh, thì vậy là nó sai đi, nó thuộc về cái loại khác, nó thuộc về cái loại định khác chứ không phải là cái định chánh niệm tĩnh thức ở đây. Mình nghe chánh niệm

rồi mình đem cái chánh niệm nào đó vô chỗ này thì nó là sai. Mình phải hiểu được cái chánh niệm trong khi đi kinh hành cái niệm nó như thế nào, mà thất niệm, tức là mất cái niệm đó đi, đức Phật gọi là thất niệm. Thí dụ mình đang đi kinh hành mà mình quên mình đang đi kinh hành là bị thất niệm.

Thầy giải thích như vậy để quý thầy thấy rõ chỗ thất niệm, để chúng ta biết chỗ tu chúng ta đúng hay là sai. Cũng như một người đang tu định vô lậu mà đang quán cái thân bất tịnh, bỗng dưng nhớ chuyện gì khác đi, không có quán thân bất tịnh mà lại quán câu kinh: ung vô sở trụ nhi sanh kì tâm, suy nghĩ về câu đó, thì như vậy là thất niệm. Đang có cái niệm đó nó nói về tâm của mình như thế này như thế khác ở trong kinh điển mà trong khi đó mình đang quán bất tịnh của cái thân này. Mà cái thân này đang quán bất tịnh là cái chánh niệm, mà quán một câu kinh nào đó thì nó là thất niệm. Nó là cái tà niệm chứ không phải chánh niệm của người đang tu pháp môn vô lậu. Phải hiểu mặc dù niệm đó không phải là niệm thế gian, nhưng nó vẫn là niệm không đúng vị trí nó đứng. Mà mình đặt niệm đó ngay chỗ mình đang tu pháp, nó không đúng cái pháp, do đó niệm đó thuộc về tà niệm chứ không phải là chánh niệm. Mà cái niệm như vậy xen vào thì đương nhiên xem người tu

hành đó bị thất niệm.

Đang xúc miệng thì nhắc: **tôi biết tôi đang xúc miệng**. Nghĩa là mình đang xúc miệng rửa mặt đó thì mình nhắc: **tôi xúc miệng tôi biết tôi xúc miệng**. Đang ăn cơm thì nhắc: **tôi biết tôi đang ăn cơm**. Đang nhai thực phẩm: **tôi biết tôi đang nhai thực phẩm**. Như vậy là lúc nào chúng ta cũng tỉnh thức ở trong cái chánh niệm của cái hành động đang nhai. Đang mặc áo thì tôi cũng nhắc: **tôi biết tôi đang mặc áo**. Mình nhắc như vậy tức là pháp hướng của mình kèm theo để cho mình biết hành động của mình đang xỏ tay vô cái tay áo, rồi đang gài nút. Thì cái đó là những cái nhắc chúng ta biết đang, trong hiện tại đó, chúng ta đang làm cái việc đó. Cho nên ý chúng ta luôn luôn bị cái pháp hướng mà nó không chạy ra khỏi cái chánh niệm của nó. Cho nên luôn luôn lúc nào nó cũng ở trong cái chánh niệm của nó.

Như vậy hôm nay quý thầy đã biết chánh niệm của nó là cái niệm gì, khi chúng ta đã đặt nó trước mặt của chúng ta. Cho nên Phật bảo, ví dụ như mình đang ngồi tu cái định nào thì mình cứ đặt cái niệm trước mặt. Thì bây giờ mình đặt cái niệm chánh niệm tỉnh thức, cái niệm hành động, thì tức là trong hành động thì mình phải đặt nó trước mặt của mình. Luôn luôn phải biết

giữ nó, đừng cho thất niệm. Thì như vậy là chúng ta mới có sức tỉnh thức, tỉnh giác cao. Còn nếu bị thất niệm thì nó không có sức tỉnh giác cao đâu.

Đó là người tu CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC định luôn luôn dùng pháp tùy và pháp hướng để giúp cho tâm có thời gian kéo dài sức tỉnh giác ra. Mình cứ nhắc vậy thì nó kéo dài thời gian tỉnh thức. Nhưng như vừa rồi Thầy cũng nhắc quý thầy là chúng ta phải khéo, phải khéo như thế nào? Vì cái sức của chúng ta nó không thể giờ này đến giờ khác mà nó tỉnh thức nổi đâu. Cho nên chúng ta tập chừng 5 phút chúng ta nghỉ, nghỉ xả 30 phút hoặc là 15 phút. Bắt đầu chúng ta tu lại 5 phút.

Chúng ta tu lại cái sức tỉnh rất cao, cái chánh niệm của chúng ta nó hoàn toàn an trú trong hành động, chánh niệm nó không có thất niệm, nó không có mất. Còn chúng ta tu nhiều quá nó lơ mờ, mặc dù chúng ta có cái chánh niệm, tức là niệm hành động của chúng ta nó không mất, nhưng nó không rõ, do đó cái sức tỉnh nó không cao. Vì vậy mà chúng ta tu mất thì giờ rất lớn. Lưu ý phần này thì các thầy tu ít nhưng mà đạt cái chất lượng cao. Rồi từ cái sức tỉnh của chúng ta ngày càng cao thì chúng ta lại tăng dần lên, thì chúng ta sẽ thấy rất là tỉnh. Thì là mình tu ít mà lúc bấy giờ mình tập trung

vào cái gì đó, lúc đó cái sức tĩnh mình rất cao, và cái sức tĩnh rất cao thì nó mới có cái tri kiến giải thoát nó mới phóng ra, nó mới tu định vô lậu, nó mới quét sạch những cái lậu hoặc. Còn cái sức tĩnh mình nó thấp quá, mình ngồi lại mình dùng cái niệm vô lậu để mình quán xét thì mình ngồi hoài mà nó không phóng ra được, đó là cái sức tĩnh mình không có nên cái tri kiến giải thoát không phóng ra được. Khi mình chưa có đủ sức tĩnh thì mình dùng cái tri kiến, tri kiến tức là cái sự hiểu biết vay mượn của người khác để rồi mình suy xét, quán xét từ đầu đến chân của mình bằng cách này bằng cách khác. Còn khi mà chúng ta đã có sức tĩnh thức rồi thì chúng ta không cần vay mượn của ai hết mà chúng ta chỉ cần đặt cái niệm trước mặt: chẳng hạn niệm thân bất tịnh hay niệm thân vô thường vô ngã. Chúng ta đặt cái niệm trước mặt, chúng ta ngồi im lặng một chút xíu, tự ở trong tâm chúng ta phóng ra tri kiến giải thoát, từ đó nó quán xét, thấy rất rõ tất cả những cái bất tịnh như thế nào, tự nó nó quán sát không vay mượn của ai hết, mà nó thông suốt như vậy đó gọi là tri kiến giải thoát.

Nhưng vì sức tĩnh thức của chúng ta không có, cho nên chúng ta ngồi lại nó ý đó mà nó không phóng ra được, bởi vì tĩnh thức không cao. Vì vậy mà khi chúng ta tu

tập chừng 5 phút hay 10 phút mà cái sức cao rồi thì tự chúng ta ngồi im lặng là nó phóng ra liền. Bởi vì người ta nói Định thì có Tuệ. Mà mình chưa có đủ cái Định, tức là cái tỉnh thức, cái sức tỉnh thức tức là cái sức định chứ đâu phải là cái gì, nó là cái sức nhiếp tâm của chúng ta, cho nên chúng ta chưa có nó thì cho nên cái Tuệ nó không phóng ra được, mà nó không phóng ra được thì tri kiến giải thoát không có, mà tri kiến giải thoát không có thì tâm chúng ta còn biết bao nhiêu cái ràng buộc dính mắc. Cho nên chúng ta muốn giải quyết sự ràng buộc dính mắc của lậu hoặc này thì chúng ta phải dùng cái tri kiến, tức là cái vay mượn, cái hiểu biết của kinh điển, của quý thầy dạy bảo để chúng ta hiểu được cái bất tịnh như thế nào, cái vô thường như thế nào để chúng ta quán xét theo sự hiểu biết của vay mượn, chứ không thể có tri kiến giải thoát được.

Đó thì sự tu tập nó phải rõ như vậy, chứ nếu mà không biết thì chúng ta ngồi ì đó hoài mà tri kiến giải thoát nó không phóng ra, rồi cứ nương theo hơi thở, tưởng đó là mình thiền định, chứ thực ra mình bị thất niệm. Mình thất niệm là vì cái định này nó không thể nào ở trong hơi thở được. Rồi mình tưởng là ở trong hơi thở nó không có vọng tưởng, đó là mình không có thất niệm; nhưng thật sự là mình tu lầm lạc, rồi mình

tu sang qua một pháp khác, mà mình không có chủ động điều khiển được, tức là thiếu sự làm chủ.

Nhưng quý vị chú ý, **ở đây hướng tâm chứ không phải niệm câu pháp hướng.** Cái phần này chúng ta cũng phải rõ là chúng ta hướng tâm, chứ không phải là niệm, để không rồi chúng ta cứ liên miên mà niệm thì nó cũng lại trật. Ở đây hướng tâm chứ không phải niệm câu pháp hướng. Vì hướng tâm phải có cách khoảng thời gian, ít ra câu hướng này với câu hướng kia, nghĩa là chúng ta phải có khoảng thời gian.

Ví dụ bây giờ chúng ta hướng này: **tôi quét sân tôi biết tôi quét sân.**

Thì không thể nào chúng ta lặp lại một lần thứ 2 kế tiếp nữa: **tôi quét sân tôi biết tôi quét sân.** Rồi nói: **tôi quét sân tôi biết tôi quét sân...** Mình lặp lia lịa vậy gọi là niệm. Còn mình nhắc một câu: **tôi quét sân tôi biết tôi quét sân,** rồi chúng ta cứ tự nhiên mà chúng ta quét, để cho cái sức ý thức của chúng ta tập trung nơi hành động chánh niệm của nó đang quét. Thì một khoảng cách độ chừng 3 phút, 5 phút chúng ta lại nhắc một lần nữa. Thì cứ có khoảng cách để tâm nó lặng theo hành động tập trung mà không cần tác ý ra nữa, do đó gọi là pháp hướng. Còn nếu mà cứ liên tục niệm

thì đó là niệm pháp hướng chứ không phải là hướng tâm.

Cho nên chúng ta ở đây cũng phải hiểu được cái điều này. Người mới tu họ không biết thì cứ tu liên tục lúc nào cũng nhắc. Thí dụ đi kinh hành thì họ cứ nhắc: **tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành**, rồi lúc nữa họ cũng nhắc liên tục nữa, thì cái đó là cái sai, cho nên khi mình nhắc rồi thì họ phải tuần tự để cho có thời gian lắng tâm xuống trong cái Chánh niệm, trong cái hành động đi của chúng ta. Thì khi mà lắng tâm trong cái khoảng thời gian đó, cái sức tỉnh nó tăng lên, đồng thời thời gian mà lắng tâm đó nó sẽ bị vơi đi, tức là sức tập trung của chúng ta, dần dần ý thức nó chưa quen cho nên nó không có tập trung chặt vào đó được, cho nên nó lơ lửng. Nó lơ lửng thì chúng ta lại dùng 1 cái pháp, câu hướng nữa, lại nhắc nó một lần nữa: **tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành**. Thì từ đó nó lại tập trung vào hành động đi nữa, thì nó lại tỉnh thức cao hơn nữa, do đó chúng ta cứ tiếp tục như vậy thì cái sức tỉnh nó lại càng cao.

Nhưng mà rồi nó có trường hợp, là tại vì quý thầy đã tu tập cái hơi thở nhiều quá *thay vì chúng ta chưa nên tập hơi thở trong cái lúc này, mà phải tu các định khác*. Bây giờ nó lại quen hơi thở, vừa đi mà lại vừa biết hơi thở. Cho nên Phật dạy tất cả các

pháp chúng ta đều có thể nương hơi thở mà tập được, do đó chúng ta nhắc câu ám thị, nó vừa là có hơi thở mà vừa có chánh niệm tỉnh thức của hành động chúng ta đi nữa. Thì: ***hơi thở vô tôi biết tôi thở vô, hơi thở ra tôi biết hơi thở ra. Hơi thở vô tôi biết tôi đi kinh hành, hơi thở ra tôi biết tôi đi kinh hành.***

Đó là những câu nhắc để lấy dùng hơi thở làm cho tập trung xuống với hành động đi, chớ không phải tập trung hơi thở. Nhưng tại vì cái tâm của mình nó đã quen với hơi thở nên vừa đi mà vừa biết hơi thở, cho nên mình nhắc: *hơi thở vô tôi biết tôi đang đi kinh hành, hơi thở ra tôi biết tôi đang đi kinh hành.* Mình dùng cái hơi thở mình tập trung xuống hành động liền, nó làm cho mình tỉnh thức ngay liền và đồng thời bỏ hơi thở được. Đó là những cách có thể nương hơi thở mà tu vào cái Chánh niệm tỉnh thức để cho chúng ta càng tỉnh thức hơn.

Đó, đó là những cách thức tu tập để chúng ta tu chánh niệm tỉnh thức cho nó đạt được cái mức tỉnh thức cao. Vì hướng tâm phải có cách khoảng thời gian, ít ra câu hướng này với câu hướng kia, người mới tu 30 phút mới hướng một lần, còn người tu lâu có sức tỉnh thức nhiều, một phút hoặc 2 phút hướng một lần. Nghĩa là người mới tu mà tu 30 phút thì họ phải tu trong 1 phút

họ phải hướng 1 lần hoặc 2 phút họ hướng 1 lần. Còn người tu lâu thì có thể khoảng 5 phút hay 10 phút họ mới hướng 1 lần. Nếu mà thấy sức tỉnh thức của mình mà nó luôn luôn tập trung ở hành động đi của mình thì lúc bấy giờ lâu lâu mình mới hướng, mà thấy nó lơ mờ, nó bị hàng hai, nó nường hơi thờ hoặc nó bị âm thanh tác động, nó đi hàng hai trong đó thì ngay đó mình phải hướng liền cho nó gom lại, chớ không khéo nó lơ mờ. Nó đi hàng hai là nó lơ mờ rồi đó, nó không tập trung được rồi, nó không tỉnh thức đâu.

Cho nên khi đó người tu thì người ta thiện xảo lắm, người ta phải khéo léo ở trong sự tu tập. Người ta biết cái tâm của mình lúc ấy nó lơ mờ rồi, người ta biết lúc bấy giờ nó rất tỉnh rồi. Mà lúc lơ mờ người ta biết, cho nên người ta rất khéo léo dùng pháp hướng là cái chỗ lơ mờ, chỗ tỉnh thì người ta không dùng pháp hướng nữa để cho nó tập trung ở trong sức tỉnh. Mà nó lơ mờ thì ngay đó chúng ta phải dùng pháp hướng để phá liền để cho ý thức của chúng ta nó gom lại cho nó mạnh. Biết rõ như vậy thì chúng ta tu rất là có kết quả.

Ở đây không được nhắc liền miệng, vì nhắc liền miệng là niệm câu trạch pháp hướng, như vậy sẽ tu sai, sau này sẽ rơi vào định tướng, lạc đường tu giải thoát của đạo Phật. Nghĩa là rơi vào những định tướng,

niệm riết rồi nó sẽ rơi vào những định tướng, nó làm cho chúng ta có sự an lạc trong khi niệm mà nó không có đúng cái pháp hướng.

Bây giờ quý vị tu ĐỊNH VÔ LẬU, ban đêm tối đến quý vị chọn giờ nào yên tĩnh nhất, ngồi kiết già lưng thẳng, rồi đặt niệm trước mặt quán xét cha mẹ, anh em, bà con ruột thịt, vợ chồng con cái, xét qua nhân quả khổ vui, giận hờn, thương ghét, đầy rẫy một cuộc sống đau khổ và bằng nước mắt do nghiệp nhân quả tạo nên.

Đó khi bây giờ mình còn là người cư sĩ trong gia đình thì mình đặt cái niệm gì, cái niệm của một cuộc sống chung nhau trong gia đình cha mẹ anh em ruột thịt, con cái của mình, của cải tài sản mình đặt ra trước mặt mình quán xét nhân quả. Mình mới suy tư lại từ ngày mình mới lập gia đình cho đến khi mà mình sống có con có cái như thế này, sự vui sự khổ như thế nào, mình phơi bày ra tất cả các cái cuộc sống của mình, để mình thấy đó là bằng mồ hôi nước mắt của mình, sự đau khổ. Mà do nhân quả nghiệp báo nó đưa đẩy chúng ta quá nhiều sự khổ đau đó, vui thì ít mà khổ thì nhiều.

Do cái sự tu tập như vậy mà chúng ta đặt cái niệm như vậy, tức là càng ngày chúng ta càng hướng về cái hướng cái lối đi giải thoát, càng ngày cái tâm của chúng ta càng

thấy rõ nét ở trên hướng giải thoát. Còn nếu mà không chịu đặt như vậy thì chúng ta bị sự vô minh che mờ, nó làm cho chúng ta tưởng cái cuộc sống của chúng ta là cái hạnh phúc, nhưng nó là cái hạnh phúc giả, rồi tiếp tục trên con đường nghiệp báo nhân quả, rồi chúng ta cũng trôi lăn ở trong 6 nẻo, rồi những người thân của chúng ta cũng chẳng còn là người thân, mà chỉ còn là những người nhân quả, những người vay nợ với nhau, chớ không có nghĩa lý gì ở trong cuộc đời của chúng ta nữa.

Như vậy là người cư sĩ mà chúng ta muốn bước qua một giai đoạn của người tu sĩ thì chúng ta nên đặt niệm đó để chúng ta quán xét cuộc sống sinh hoạt của gia đình, của tất cả những người thân để xem coi có phải là thân thật hay là thân giả, có phải là nợ vay hay là không nợ vay, có phải là nghiệp báo gặp nhau để mà trả nghiệp báo hay không? Cho nên quán xét cuối cùng thì chúng ta thấy tâm chúng ta đứng đưng mà không còn bị trói buộc những cái dây thương, dây ghét nữa, cho nên chúng ta được xa lìa để tìm con đường giải thoát của Phật. Đó là người ở trong lộ trình thứ nhất này, người cư sĩ chuẩn bị cho mình bước qua một giai đoạn tu tập của lộ trình thứ 2 của tu sĩ thì chúng ta nên đặt cái niệm đó ở trước để tu tập Định vô lậu.

Ở đây đầu tiên Thầy dạy cái định Chánh niệm tĩnh giác định, kể đó thì cái Định vô lậu, 2 cái này là người cư sĩ ở giai đoạn đầu tiên phải tu tập.

Khuya thức dậy cũng ngồi kiết già, đặt niệm trước mặt, quán xét lại như buổi tối, sáng chiều cũng thế, cứ mỗi lần quán xét là nó lại rõ thêm nhân quả. Nghĩa là mỗi lần mình ngồi mình tu, thì càng ngày mình thấy đường đi nhân quả rất rõ ràng. Tại sao mà Thầy biết như vậy?

Tại vì trước kia Thầy cũng có tu cái này rất nhiều, cho nên tại sao mà Thầy biết được đường đi lối về của nhân quả, tại vì mình có đặt được cái nhân quả đó mà mình quán xét về cuộc đời mình, quán xét của mọi người cho nên càng ngày nó làm cho thấu rõ được cái đường đi của nhân quả. Vì vậy mà bây giờ mà viết ra một cái giáo án của NHÂN QUẢ tức là đạo đức NHÂN QUẢ thì Thầy viết ra rất dễ dàng, bởi vì Thầy đã thấu suốt đường đi của nó rồi, mỗi một cái hành động mà chúng ta làm thì nó sẽ có cái quả nào Thầy đã biết rồi. Còn như quý thầy không chịu quán xét, cho nên hành động của mình làm đây nhưng mình chưa biết cái quả nó ra sao hết. Còn cái người mà đã thông suốt NHÂN QUẢ, thì người ta ngồi lại người ta biết hành động làm cái điều đó là sẽ có cái quả gì nó đến đó, nó không có sai chỗ nào

hết, nó không có trật bởi vì NHÂN QUẢ mà. Cho nên từng xét như vậy thì cái tri kiến giải thoát của chúng ta nó thấu suốt được cái lý của NHÂN QUẢ, cho nên nó thông suốt được đường đi của NHÂN QUẢ, nó không có sai. Còn nếu không chịu tu cái ĐỊNH VÔ LẬU mà dùng cái pháp quán thì chúng ta khó lòng mà thấy được đường đi nước bước của NHÂN QUẢ.

Đến đây Thầy cho thêm vài đề mục thiền vô lậu. Nghĩa là Thầy cho thêm một vài đề mục, tức là cái niệm để tu ĐỊNH VÔ LẬU.

Đặt niệm của cái tài sản, nghĩa là đem của cái tài sản của mình đặt trước nó, để mà quán của cái tài sản của mình nó vô lậu như thế nào. Quán xét xem cho thấu lý của của cái tài sản làm cho ta bất an, phải lo lắng bảo vệ và còn phải liên tục chạy theo để mà tạo nó ra nữa. Đó thì ở đây Thầy cho cái đại khái để chúng ta hiểu rằng khi mà chúng ta đặt niệm của cái tài sản trước mặt, thì chúng ta quán xét của cái tài sản kia mà chúng ta làm ra có nó, rồi khi mà nó có rồi chúng ta phải bảo vệ giữ gìn nó như thế nào, mọi mặt đủ cách làm cho chúng ta đau khổ ở trong cuộc đời chúng ta như thế nào đối với của cái tài sản.

Quán xét đến khi chết có mang theo được không? Nghĩa là khi mình chết rồi

mình có mang theo được vật gì không? Tức là quán xét bây giờ phỏng chừng mình chết rồi, bây giờ cái gì quý nhất, vàng bạc hay cái gì quý nhất, có thể mang theo được mình không. Đó mình quán xét cái vật chất, tiền của, châu báu mà mình đã làm ra được, thì khi mình mất đi rồi, mình có mang vật gì theo được không? Để cho mình thấy nó, nó không phải là những người thân thương của mình luôn luôn ở bên mình được, cho nên mình phải thấy được điều này là do mình đã đặt cái niệm đó mình quán xét mình mới xả ly nó ra được, mình mới có vô lậu được với những đối tượng này.

Đặt niệm thân bất tịnh để quán xét. Vì mình thường chấp cái thân của mình, cho nên mình phải đặt cái niệm thân bất tịnh để cho thấy nó thật sự là bất tịnh. Vì vậy mà mình ngao ngán, mình không còn dính vào cái thân này, chấp cái thân này nữa.

Đặt niệm thân vô ngã. Nghĩa là mình đặt niệm thân trước mặt của mình vô ngã để mình quán xét coi cái ngã của mình ở đâu mình tìm. Khi mình thấu được lý vô ngã của nó, thấu suốt được lý vô ngã nên trong thân của mình không có cái gì gọi là có ngã ở trong đó.

Đặt niệm thân vô thường quán xét. Nghĩa là mình đặt niệm thân vô thường

của mình rồi mình quán xét.

Đặt niệm thân khổ quán xét. Mình đặt cái thân khổ của mình mình quán xét.

Đặt niệm thực phẩm quán xét bất tịnh. Những thực phẩm ăn hằng ngày của mình mình cũng đặt cái chánh niệm đó trước mặt rồi mình quán xét nó, dùng pháp quán mà quán xét để thấy thực phẩm mình ăn có bất tịnh đúng hay là sai. Từ đó mình thấu suốt được cho nên mình không có ham ăn ham uống nữa.

Đặt niệm vợ con quán xét có phải là NHÂN QUẢ vay nợ không? Đó mình đặt cái niệm vợ con, bởi vì vợ con là những người gần gũi với mình nhất và dễ làm cho mình dính chặt ở trong cuộc đời của mình. Cho nên mình đặt cái niệm đó để quán xét xem có phải là cái NHÂN QUẢ vay nợ hay đó là một tình cảm thiêng liêng nào để mà có thành vợ thành chồng với nhau. Đó là mình phải đặt cái niệm mình quán xét. Vì vậy mình phá được cái lậu hoặc đó.

Đặt niệm danh quán xét cái danh, ai cũng lại ham danh này kia, do đó mình đặt niệm danh, danh đó có thật hay giả. Do đó mình phải đặt niệm danh để mình quán xét nó.

Đặt niệm sắc dục mình quán xét. Thí dụ như sắc dục nó gợi cho mình ham thích

tình dục. Do đó mình đặt cái niệm đó để mình xem coi có cái niệm đó có thật sự là hạnh phúc không hay đó là một cái giả để tạo cho chúng ta nhân tái sanh luân hồi. Những hành động bất tịnh, những hành động không có sạch sẽ.

Đó là những cái như vậy chúng ta phải đặt niệm quán xét, và quán xét thì chúng ta sẽ thấu triệt được tất cả những cái này, và do đó chúng ta phá được những lậu hoặc ở trong tâm của mình.

Đặt niệm ngủ, mình cũng đặt niệm ngủ để quán xét cái ngủ từ đâu đến, cái ngủ đưa đến những cái gì, tai hại sao sao. Tức là mình thấu suốt được cái ngủ thì mình không còn ham ngủ nữa.

Đặt niệm ăn, đặt niệm về ăn tức là mình quán xét về cái ăn của mình coi nó ngon chỗ nào, rồi nó hết ngon chỗ nào, rồi nó bất tịnh chỗ nào, nó dở chỗ nào, nó như thế nào cho nên mình thấu suốt được cái ăn của mình.

Đặt niệm thân của người phụ nữ để mình quán xét. Vì hầu hết là mình thấy thân của người phụ nữ là đẹp, là tốt, là cảm dỗ, là mềm mại, là thích thú cho nên mình đặt cái niệm đó, mình xem thử coi nó như thế nào. Do mình thấu suốt được, mình thấy thân người phụ nữ mình thấy sợ

và mình ghê gớm và mình xem như là thân của một con rắn độc, mình quá sợ hãi.

Đây là một số chánh niệm để chúng ta đặt để tu cái ĐỊNH VÔ LẬU. Đó thì hôm nay quý thầy thấy rằng trên bước đường tu tập thì chúng ta phải biết cách để đặt cái niệm cho đúng cách để mà quán cái vô lậu, để diệt trừ cái tâm lậu hoặc của chúng ta.

Đến đây quý vị chỉ có siêng năng thì quý vị đã vượt qua lộ trình thứ nhất. Mà quý vị phải tu tập hết sức thì mới thoát ra khỏi lộ trình này. Vì lộ trình này biết bao nhiêu dây mơ, rễ má chằng chịt buộc chặt quý vị. Khó mà quý vị thoát ra được.

Nếu không có lộ trình giáo án này thì quý vị khó lòng mà thoát khỏi nhà lửa đang hừng hực cháy. Nghĩa là quý vị không có được cái giáo án này, quý vị chấp tướng mình đang sống trong lộ trình thứ nhất này là hạnh phúc, là chân thật. Nhiều khi chúng ta đi tu rồi, chúng ta xuất gia rồi, chúng ta vẫn còn ở trong lộ trình thứ nhất này. Nào là của cải tài sản, nào là chùa to tháp lớn, nào là những vật chất xung quanh vây quanh chúng ta, rồi trong đó anh em dòng họ, Phật tử đủ loại đủ cách ở trong đó nó vây quanh còn hơn là một người ở ngoài đời đang sống có một vợ hai ba con nữa. Mình còn đông hơn nữa, Phật tử thì thôi không biết là bao

nhieu, đệ tử cũng không biết là bao nhiêu. Nó trói chặt mình còn hơn cái gì nữa.

Do chỗ tu hành mà chúng ta không thấy được lộ trình thứ nhất này, càng ngày nó càng bị xiết chặt hơn. Người ta có một hai con à, còn mình là ông thầy mình có cả trăm cả ngàn đứa con, chết được rồi. Bây giờ có đứa nói thế này, đứa nói thế khác, hỏi pháp này, hỏi pháp kia. Dạy hoài tu không giải thoát mà đem cái thứ này, đem cái thứ kia. Hầu hết là nó trói chặt mình thêm. Chẳng hạn là bây giờ có một số đệ tử cư sĩ, thì ông thầy mà, đệ tử cư sĩ họ đem tiền cúng, ông thầy này có tiền nhiều thì ông sai cái kia nọ, tạo ra đủ thứ tội lỗi. Rồi nó đem máy móc này kia cúng dường, thương thầy nó cúng dường, thì cũng như đứa con mà, do đó nó đem của cải tài sản riết, ông thầy quá nhiều. Rồi nó thấy cái nhà ông thầy, cái thất ông thầy xấu. Bỏ tiền ra nó cất thất ông thầy cho tốt. Rồi nó thấy ông thầy sao mà mệt nhọc quá, không có khỏe, cho nên nó đặt máy điều hòa không khí, rồi quạt máy, rồi tủ lạnh, đủ thứ gì cho ông thầy hết. Cuối cùng thì nó đem bao nhiêu sự trói buộc ông thầy chặt càng chặt thêm. Còn ở ngoài đời người ta có 1 vợ, 2,3 con, nó không có tiền nhiều như vậy đâu, bởi vì nó ít cho nên ông cha nó bị trói buộc ít. Còn cái ông thầy coi vậy bị trói buộc nhiều. Do vì vậy mà càng ngày

chúng ta càng bị trói buộc mà giải thoát thì không có. Từ đó chúng ta càng ngày càng sa lầy xuống cuộc đời mà không thấy được giải thoát.

Cho nên ở đây lộ trình thứ nhất chúng ta phải thấy cho được rõ ràng để mà chúng ta dứt khoát, chúng ta bước qua lộ trình thứ 2 là không có còn một cái gì mà trói buộc chúng ta được hết, trắng bạch như vỏ ốc, ba y một bát cho nên nó còn gì đâu mà trói buộc mình, đó là giải thoát hoàn toàn. Không có chùa, cũng không có đệ tử. Người ta đến hỏi đạo thì dạy người ta tu thôi, chứ đừng có bày mà cúng cái này, cúng cái kia, đủ thứ y áo cả đồng mà còn cúng nữa, thì cái đó là cái trật. Thầy thấy các Phật tử họ thương Thầy lắm, họ mua cái này cái kia, từ cái cây kem, từ cái bàn chải họ mua cũng đồ tốt, từ cái khăn tốt mà cũng cho ông thầy nữa. Họ sắm cho ông thầy đủ thứ hết, họ coi từ cái đôi dép nữa. Sắm đủ thứ, cho đến khi mà cái mền, cái mùng của ông thầy họ cũng sắm đồ cho tốt nữa chứ không sắm đồ xấu. Và cũng từ đó ông thầy bị nhiễm. Nhiễm cúng ngấc à, không có ra được.

Để kết thúc cái bài này, cái lộ trình thứ nhất này của người cư sĩ, thì Thầy sẽ tóm tắt lại toàn bộ bài Thập thiện để kết luận cái buổi giảng hôm nay. Chúng ta từ cái tu TỨ VÔ LƯỢNG TÂM, TỨ CHÁNH CĂN rồi đến

cái CHÁNH NIỆM TỈNH GIÁC định, cho đến ĐỊNH VÔ LẬU thì đây là một sự đơn sơ, thô sơ nhưng nó cũng có được cái phương pháp tu tập. Còn về cái phần sau này, lộ trình của người tu sĩ thì thầy sẽ dạy kỹ hơn về các cái pháp này. Vì ở đây là chúng ta sơ lược để cho người cư sĩ họ biết cách hành của họ một cách đơn giản mà đạt được cái chất lượng tu tập của họ để cho họ tìm mọi cách mà họ rút ra được cái lộ trình thứ nhất để họ bước sang qua lộ trình thứ 2. Hoàn toàn là phải trắng bạch như cái vỏ ốc mà không còn bị cái sợi dây mà trói buộc họ nữa. Để rồi đi vào một con đường giải thoát chơn thật của đạo Phật. Khép mình ở trong những khuôn khổ giới luật của Phật sau này, để thực hiện được sự giải thoát hoàn toàn. Đây cái phần để kết luận của cái lộ trình này thì Thầy tiếp tục.

Để kết luận cái lộ trình thứ nhất thì Phật đã dạy chúng ta, *muốn thông hiểu những gì cần phải thông hiểu*. Bây giờ chúng ta đã thông hiểu cái lộ trình thứ nhất rồi thì đó là chúng ta đã muốn thông hiểu những gì cần phải thông hiểu, đó là cái giai đoạn của những người cư sĩ cũng như những người tỳ kheo hữu học, họ phải học, phải hiểu biết, họ thường xuyên quán xét vạn pháp, tâm họ phải rõ nguồn gốc vô minh, phá trừ những tư tưởng dính mắc chấp trước, hàng ngày

tinh tấn tiến bước trên đường về nội tâm của mình để đập tan những màn vô minh đen tối. Cho nên để kết luận cái lộ trình thứ nhất này thì chúng ta như Phật đã dạy, cái điều kiện thứ nhất ở trong 4 cái điều kiện thì sự thông hiểu là phải thông hiểu thứ nhất. Thì bây giờ chúng ta đã thông hiểu thì phải, thông hiểu tức là những bậc *hữu học mới thông hiểu*, còn nếu mà chúng ta không có chịu học hành, không có chịu nghe, không có chịu hiểu thì làm sao mà chúng ta hiểu. Cho nên ở đây qua giai đoạn mà quý thầy đã được nghe thầy giảng thì đó là cái chỗ mà thông hiểu để cho quý thầy rõ sự thông hiểu tất cả những điều kiện mà chúng ta cần thông hiểu trên con đường tu tập, lộ trình mà chúng ta phải tu tập. Cho nên khi mà thông hiểu như vậy đó là chúng ta đã đập tan màn vô minh đen tối mà từ lâu nó đang phủ dày ở trong tâm tư của chúng ta. *Quý thầy hãy lấy thập thiện làm vũ khí*. Bây giờ thầy mới kết luận về cái... Bởi vì lộ trình của người cư sĩ là phải lấy thập thiện mà làm cái điều kiện chiến đấu chống lại những sự si mê của mình. Cho nên ở đây quý thầy phải lấy thập thiện làm vũ khí phá trừ si mê, sẽ thành tựu 10 công đức mà kinh thập thiện đã dạy. Tức là kinh 10 điều lành đã dạy.

Một là không si mê, được ý vui chân thiện. Nghĩa là mình phải lấy thập thiện

mình tu tập đó thì mình không có si mê, cái ý vui mà thiếu cái sự thiện ở trong đó. Nghĩa là bây giờ mình làm điều ác mà mình vui theo đó là nó không đúng. Cho nên mình phải lấy một sự vui chân thiện, mà không được có si mê ở trong cái điều ác, mà phải vui theo cái sự thiện chứ không phải là vui theo cái sự ác. Bởi vì Thầy có phân tích cho quý thầy thông rõ đõ, nó có 4 cái hỷ lạc của ác pháp, mà nó có 4 cái hỷ lạc của pháp xuất thế. Tức là nó có những cái vui, mà những cái vui đó là những cái vui ác. Còn cái vui mà vui của đạo, cái vui vượt ra, nó là thiện, cho nên ở đây nó ly ra. Tất cả các pháp ác thì nó có cái vui của các pháp ác, nó vui đó, làm cho chúng ta lầm chấp. Vậy chúng ta lấy thập thiện để chúng ta kê vào, để thấy biết cái vui nào chân thật mà cái vui nào không chân thật.

Cho nên ở đây cái thứ nhất là chúng ta không được si mê theo những cái vui của ác pháp mà hãy vui theo cái chơn pháp, cái thiện pháp. Đó là cái thứ nhất.

Cái thứ hai là người cư sĩ phải tin sâu nhân quả. Mình phải tin ở cái nhân quả. Bởi vì nhân quả nó sẽ là trở thành một cái nghiệp, mà nghiệp thì nó trở thành một cái nơi mà nó sản sinh ra mình. Rồi cũng từ cái nhân quả đó mình mới tạo ra những cái nghiệp, rồi từ cái nghiệp đó đó khi mà

sản sinh ra mình rồi mình tạo ra cái nghiệp thì tức là mình bỏ cái thân này mình cũng trở về nghiệp. Rồi từ cái nghiệp đó nó lại sản sinh ra mình nữa. Đó là mình đi trong cái lòng vòng của nhân quả mà mình không biết. Đó là mình tin sâu nhân quả để cho mình nó sẽ là trở thành một cái nghiệp, mà nghiệp thì nó trở thành một cái nơi mà nó sản sinh ra mình. Rồi cũng từ cái nhân quả đó mình mới tạo ra những cái nghiệp rồi từ cái nghiệp đó đó khi sản sinh ra mình rồi mình tạo ra cái nghiệp thì tức là mình bỏ cái thân này mình cũng trở về nghiệp. Rồi từ cái nghiệp đó nó lại sản sinh ra mình nữa. Đó là mình đi trong lòng vòng của nhân quả mà mình không biết. Đó là mình tin sâu nhân quả để cho mình thực hành cho đúng cái nhân thiện mà không làm cái nhân ác.

Ba, tin sâu ba ngôi Tam Bảo. Bởi vì Phật Pháp Tăng là cái nơi mà chúng ta phải nương tựa để chúng ta thoát ra khỏi cái nhân quả. Nếu chúng ta không có nương tựa tin sâu ba ngôi Tam bảo này thì chúng ta khó mà thoát ra nhân quả. Vì ba ngôi Tam bảo này đều đặt ở trên nền tảng của nhân quả cho nên cái hành động của Phật, Pháp và các vị Tăng là cái hành động không có ác pháp, cái nhân lành không có cái nhân ác ở trong đó. Vì vậy mà chúng ta tin sâu ba ngôi nhân quả tức là chúng ta đã thực hiện được

cái nhân quả tốt không phải là cái nhân quả xấu. Đó thì ở đây thứ nhất là chúng ta tin nhân quả rồi, thứ hai chúng ta tin ba ngôi nhân quả tức là những cái người mà, những cái pháp mà dạy chúng ta thoát ra nhân quả, những cái người đã sống vượt thoát ra nhân quả, đó là Phật, là Tăng và những cái Pháp mà dạy chúng ta để vượt thoát ra nhân quả, đó là Pháp.

Bốn, tâm được Chánh kiến. Nghĩa là khi mà chúng ta dùng cái Thập Thiện mà chúng ta dùng nó làm vũ khí thì chúng ta sẽ có 10 cái điều mà chúng ta cần phải lưu ý là vui theo cái sự thiện, tin sâu nhân quả, tin sâu ba ngôi Tam Bảo. Tâm thì nếu mà chúng ta tin sâu ba ngôi Tam Bảo thì luôn luôn lúc nào chúng ta cũng thấy cái đúng chứ không còn thấy cái sai nữa. Bởi vì tin nhân quả, rồi tin ba ngôi Tam Bảo thì những cái gì mà ở trong ba ngôi Tam Bảo này dạy thì đó là những chính kiến của chúng ta.

Năm, không đọa ba đường ác. Nghĩa là cái người mà có Chánh kiến rồi thì lúc bấy giờ ba cái đường ác họ không có rơi vào trong đó. Còn nếu chưa có Chánh kiến thì lúc thì sân, lúc thì phiền não, lúc thì làm điều này lúc làm điều kia thì đều là tạo cho chúng ta có những đau khổ liên tục ở trong hiện tại chứ không phải là ba đường ác là chờ chúng ta để chết đi rồi mới đọa xuống

địa ngục mới gọi là ba đường ác đâu. Trong cuộc sống hiện tại của chúng ta nó đã có ba đường ác ở trong đó rõ ràng. Cho nên vì vậy khi tâm được Chánh kiến rồi thì chúng ta đoạn dứt được ba cái đường ác này. Và khi mà ba cái đường ác này nó không có thì cái phước huệ của chúng ta không lường được, nghĩa là cuộc sống của chúng ta hạnh phúc vô cùng, nó rất là an vui.

Bảy, thấu rõ đường tà, tiến vào đường chánh. Lúc bấy giờ chúng ta thấy rõ đường nào là tà đường nào đường chánh chúng ta thấy rõ, vì vậy mà trên con đường chúng ta tiến tới nó thuộc về nhân lành chứ không bao giờ có nhân ác ở trong đó.

Tám, xả ngã diệt tâm, chuyển hết nghiệp ác. Nghĩa là lúc bấy giờ cái tâm của chúng ta lần lượt nó xả được cái ngã, nó diệt được cái tâm ham muốn của chúng ta, nó chuyển được hết các nghiệp ác nghĩa là tất cả những cái nghiệp ác từ lâu mà chúng ta đã tích trữ mà khi chúng ta chưa có biết được Phật Pháp đó, chưa có biết nhân quả đó, chúng ta đã có những cái nhân ác nhiều đời nhiều kiếp của chúng ta ở trong cái nhân ác đó mà nó tạo thành cái quả của chúng ta mà hiện giờ chúng ta đang ôm ấp những cái quả đó đó, thì khi mà tới khi mà rõ được thấu suốt cái này thì chúng ta chuyển được cái, xả được cái ngã diệt được cái tâm thì

chuyển được tất cả những cái nghiệp ác, cái quả ác ở trong cái cuộc đời chúng ta đang nhận, đang thọ lãnh đó. Nó chuyển sạch ra hết, làm cho chúng ta không còn khổ đau nữa. Mặc dù đứng trước mọi cảnh nào, mọi cái tình huống nào chúng ta cũng không còn khổ nữa.

Chín, luôn luôn trụ Chánh kiến. Lúc nào chúng ta cũng ở trong cái sự hiểu biết, luôn luôn lúc nào cái hiểu biết của chúng ta cũng chơn chính chứ không phải bị chấp cái này, chấp cái kia chấp cái nọ.

Và cái cuộc sống của cái người này, thứ mười, là cuộc sống người này không còn bị tai nạn nữa. Nghĩa là thay vì người ta bị nhân quả thì người ta sẽ gặp tai nạn này tai nạn khác hay là hoặc chuyện này hoặc chuyện khác thậm chí như bệnh tật thì đó là những cái có thể nói đến là làm cho con người đau khổ đó, thì cái người mà người ta thực hiện được, người ta lấy mười điều lành này mà người ta làm vũ khí để người ta chiến thắng thì người ta có được mười điều lợi như vậy đó thì cuộc đời của người ta kể từ đây người ta chuyển hóa được cái nhân quả, chuyển hóa được cái nghiệp ác của người ta thì do đó trước những cái hoàn cảnh nào, trước những cái đối tượng nào thì những cái tai họa, tai nạn mà xảy đến, họ hoàn toàn họ vượt ra được hết, không bao giờ còn có

một cái gì mà bủa vây làm cho họ khổ sở trong tâm hồn của họ được. *Thậm chí như cái bệnh họ đau nhức đến mà có thể nói rằng cái sức tận cùng chịu đựng của thân họ, họ cũng vẫn thản nhiên, bởi vì họ đã thực hiện được đúng Thập Thiện cho nên họ thấy hoàn toàn tâm họ bất động trước những cái đau khổ nhất của cái thân của họ, họ vẫn thản nhiên. Cho nên họ thoát khỏi tai nạn là như vậy, họ chuyển hóa được cái nghiệp, cái nghiệp ác của họ, cái quả ác của họ cho nên họ không còn thấy đau khổ nữa.*

Người tu Thập Thiện thường chế ngự lòng buông lung, phóng dật, bỏ các nghiệp dữ, thành tựu các nghiệp lành, chuyển đời khổ đau, bất an, bất toại nguyện thành đời sống an vui hạnh phúc, mọi việc đều được toại nguyện như ý, đời sống luôn thuận theo chánh đạo. Tu Thập Thiện chỉ có người trí mới có ý thức hiểu được sự lợi ích của nó đối với cuộc sống. Tâm thường quyết thực hành, sống cho bằng được. Nhờ có quyết tâm sống đúng mười điều lành chúng ta mới chuyển được kiếp sống địa ngục làm than đầy khổ đau phiền muộn biến thành cảnh thiên đàng, an lạc, hạnh phúc, an vui.

Đó thì, nội cái Thập Thiện không thì quý thầy đã thấy rằng Thập Thiện nó thuộc

về nhân quả cho nên nói nhân quả thiện tức là cái nhân quả ác nó sẽ bị diệt đi, mà nó diệt đi thì nó đem lại cái đời sống an lạc hạnh phúc cho con người. Do thế cái điều kiện mà quan trọng cho cái con người ở trên cái hành tinh này là cái điều kiện là phải họ phải thực hiện những điều lành từ cái bàn tay, cái khối óc, cái hành động của họ, cái miệng của họ mà thực hiện điều lành thì họ mang lại cái sự an lạc, hạnh phúc cho đời sống của họ. Mà nếu họ từ cái hành động thân khẩu ý của họ mà họ thực hiện điều ác thì tự họ họ cũng đem lại cái sự đau khổ, cái sự bất an, cái sự bất toại nguyện cho họ và chính cái chỗ này cho nên đó là cái vấn đề trọng đại của Đạo Phật chứ không phải cái sự trọng đại của Đạo Phật là chúng ta ngồi thiền, nhập định, làm chủ sự sống chết, chấm dứt sự tái sinh luân hồi. Cái đó là cái thiếu số, cái đó là cái số ít, cái số ít người, còn cái chỗ mà *Thập Thiện* này là cái chỗ đông người, mọi người làm được, đem lại một cái hạnh phúc cho mọi người an vui thanh bình, đem lại cho một cái xã hội có trật tự, cho con người biết thương nhau, cho con người không xa lìa với nhau, đem lại cho con người sống chan hòa một tình thương phủ trùm bên nhau. Đó là *Thập Thiện* đó.

Vì vậy mà cho nên cái lộ trình thứ nhất này á mà quý thầy đã thấy là cái người mà

theo đạo Phật người ta phải thực hiện **Tứ Vô Lượng Tâm: Từ Bi Hỷ Xả**. Để làm gì? Để thực hiện cái tình thương chan hòa với nhau, để xây dựng một cái đời sống biết thương nhau, biết giúp đỡ nhau, biết an ủi nhau. Vì con người sinh ra là do nhân quả cho nên nhân quả là phải có sự khổ đau, mà đã thực hiện được tâm Từ Bi Hỷ Xả thì do đó nó mới hết khổ đau, con người mới chấm dứt sự khổ đau. Cái mục đích đó là cái mục đích chính của Đạo Phật, để đem lại sự thoát khổ cho con người chứ không phải cái mục đích mà nhắm vào chỗ mà tu tập cao siêu đến cái mức độ mà có dùng Tứ Như Ý Túc là biến hóa thần thông phép tắc, không phải là mục đích đó đâu. Mà cái chính của đạo Phật là cái chỗ Thập Thiện này, là cái chỗ nhân quả lành này chứ không phải là nhân quả ác.

Muốn hưởng được phước báu trời người thì hãy dứt trừ, từ bỏ, xa lìa, viễn ly mười nghiệp ác, mười điều dữ đó. Hàng ngày trau dồi tu tập mười điều lành, cứ mỗi lần bỏ xuống một nghiệp ác thì ngay đó nghiệp lành hiện ra. Thiện nghiệp càng nhiều, thân tâm càng được thanh thản an vui, sống không biết khổ, không biết khổ đau, không biết chán chường. Biết được sự lợi ích và quả giải thoát lớn cho kiếp sống con người và xã hội, người cư sĩ phải quyết tâm nỗ lực thực hiện bằng

mọi cách để sống đúng mười điều lành mà đức Phật đã đem hết tâm huyết mình truyền lại cho đời sau để người đời, để con người trong cuộc sống được an vui, hạnh phúc bên nhau.

Kinh Thập Thiện dạy cứ tiếp tục mãi xây dựng, trên đường xây dựng tư tưởng và cuộc sống toàn Thập Thiện không còn một chút Thập Ác thì sẽ **được 4 ưu điểm** trong cuộc sống:

Một, thân tâm thanh thản, nhẹ nhàng, an lạc, thường hiển lộ một niềm vui bất tận. Đó là cái thứ nhất lợi ích thứ nhất của Thập Thiện đó, nó làm cho thân tâm của mình nhẹ nhàng, thanh thản, tâm hồn lúc nào cũng an vui với cái sự an vui của 10 điều lành. Hành động thân khẩu ý biểu lộ đầy đủ đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người. Lòng hiếu sát, hung hăng xưa kia biến mất, lòng từ bi bác ái hiện rõ. Đối với người khác và loài vật đều thương, thường lấy câu **“lấy ân trả oán”** thì **oán sẽ trở thành ân nghĩa và thương yêu nhau.**

Hai, tâm không còn giận hờn thì dù oán, dù bất cứ sự việc gì cũng tiêu tan, con người đối với con người không còn sự đấu tranh, giết hại lẫn nhau chỉ còn một lòng tương thân tương ái, xã hội con người không còn biết ghét nhau

giận nhau, chỉ có một lòng thương yêu duy nhất.

Chúng ta hôm nay có đủ duyên lành mới được nghe lời thuyết giảng dạy của đức Phật để thông hiểu, và trau dồi, và dứt bỏ, để tu tập Thập Thiện. Pháp môn Thập Thiện rất cụ thể, thực tế, có thứ lớp trong khi thực hành rất khoa học để cho mọi người dễ dàng thực tập sống đúng Thập Thiện đạt được cuộc sống hạnh phúc an lạc đầy đủ. **Đã quyết tâm tiến bước lên đường về đất Phật nếu không khởi hành bằng đường Thập Thiện thì đừng mong đến xứ Phật được.** Ba đời chư Phật và các bậc Thánh hiền thoát vòng sanh tử chứng quả vô thượng bồ đề, sống và tu tập đúng Thập Thiện. Các Ngài lấy Thập Thiện làm nền tảng vững chắc để xây dựng ngôi nhà thiền định của mình.

Thập Thiện có công năng giúp ta ngăn ngừa các hành vi độc ác thân khẩu ý của mình, nhờ thế tất cả hoàn cảnh đều được yên vui, an lành và hạnh phúc. Thập Thiện giúp cho 3 nghiệp thân khẩu ý của chúng ta lần lần tiêu tội và được thanh tịnh. Nhờ thân khẩu ý thanh tịnh, thân tâm chúng ta mới thanh tịnh. Nhờ thân tâm thanh tịnh, chúng ta mới tịnh chỉ các hành trong thân. Nhờ tịnh chỉ các hành trong thân, chúng ta mới nhập định. Nhờ nhập định, chúng ta mới khai triển trí tuệ Tam minh. Nhờ Tam

minh, chúng ta mới diệt sạch lậu hoặc. Nhờ diệt sạch lậu hoặc, chúng ta mới làm chủ sự sống chết và chấm dứt luân hồi.

Người biết tu Thập Thiện và sống đúng Thập Thiện là người đầy đủ hạnh phúc nhất trần gian. Nhờ tu Thập Thiện, vạn pháp không còn là chướng ngại của tâm thì sự đau khổ phiền não đoạn dứt, thân tâm thường được an ổn, thanh thản, đời sống hạnh phúc và phước báu rõ ràng. Thập Thiện là cái nhân đoạn dứt ba đường ác khổ trong thân tâm, tuy ta còn ở cõi Ta bà nhưng cuộc sống của chúng ta như ở cõi trời, cõi thiên đàng.

Thông hiểu rõ sự lợi ích lớn của pháp môn này, chúng tôi thành tâm khuyến khích mọi người cư sĩ cũng như tu sĩ đừng thấy pháp môn Thập Thiện chê nó là pháp môn thấp bé, cho nó là những người ngu mới tu hành pháp này. Hiểu như vậy rất là lầm lạc. Thập Thiện là pháp môn tu tập rèn luyện đạo đức nhân quả cho mỗi con người trở thành tốt đẹp và xây dựng xã hội thanh bình an lạc. Vì vậy trước tiên quý vị phải tu tập Thập Thiện, đừng ngồi thiền như cây, như đá chẳng ích gì cho mình, cho người, cho xã hội. Ngồi thiền riết không thành Phật mà thành cóc, hễ ai đụng tới thì tham sân si mạn nghi nổi lên âm âm như sóng búa, hở ra một chút thì chướng tâm ngại ý, luôn luôn tâm hôn bất toại nguyện, sống trong

cảnh nào cũng bất an.

Đó thì quý thầy thấy có nhiều người tu thiền rồi cứ dính mắc cảnh này cảnh kia. Bây giờ ở trong cảnh này xe cộ rần rần, nhà máy chạy xình xịch như vậy đó thì cảnh này tu hổng được đâu, tui đi tìm rừng rú không tiếng động tui mới tu được. Đó là mình bất an, bất toại nguyện ở trong trước cái cảnh của mình rồi, tu thiền thì đâu có động tâm như vậy? Cho nên cái người mà thực hiện Thập Thiện người ta không có động tâm cái điều đó đâu, cho nên lúc bấy giờ người ta thực hiện thiền định ở cảnh nào người ta tu cũng tốt hết. Còn mình thì cứ lo tìm cái cảnh yên tịnh để mà tu thiền định nhưng mà cuối cùng thì đụng cảnh nào cũng bị động hết, không có cảnh nào mà gọi là toại nguyện cho mình. Tu như vậy không giải thoát mà địa ngục mở cửa đón chờ, quỷ sứ hầu hạ.

Thập Thiện là đường lối, là pháp môn rèn luyện con người sống đạo đức không làm khổ mình khổ người, không làm rối loạn xã hội, đem lại sự an vui cho người, cho mình, cho xã hội. Vậy quý thầy cần phải siêng năng tu tập và rèn luyện thân tâm mình trong pháp môn Thập Thiện này, nó là pháp môn rất quý báu ở thời đại trong thế gian hiện đại của chúng ta.

Để kết thúc cái giai đoạn tu **Thập Thiện**

bằng một bài kệ, phàm con người ở đời, đây là cái bài kệ đây:

Phàm con người ở đời

Búa rìu từ trong miệng

Sở dĩ giết chết mình

Là do lời nói độc

Người đáng chê thì khen

Người đáng khen thì chê

Đây thuộc nghiệp ác khẩu

Mà thân chịu hành khổ.

Đó là bài kệ trong kinh Thập Thiện, khi mà đến kết luận của bài Thập Thiện thì Thầy rút ra một bài kệ trong tất cả các kệ ngôn của Phật nói về những điều mà làm ác của mình thì Phật lại lấy lời nói của chúng ta mà cho đó là bởi vì ở trong Thập Thiện thì về cái hành động của khẩu nó có 4 cái hành động ác khẩu chứ không phải 1, mà về thân thì nó có 3, về ý có 3 mà về khẩu rất nhiều cho nên Phật mới nhắm vào cái chỗ khẩu nghiệp, mà tạo cho con người ta đau khổ nhiều nhất là cái khẩu nghiệp, nói ra thì có chuyện này nói ra có chuyện kia đó.

Cho nên ở đây bài kệ đó đức Phật lấy từ chỗ khẩu nghiệp mà nói ra để chúng ta biết rằng chúng ta khổ sở là do cái nghiệp khẩu

của chúng ta rất nhiều.

Phàm con người ở đời

Búa rìu từ trong miệng.

Đức Phật nói lời nói của mình như búa rìu đó, sở dĩ giết chết mình, nó giết mình chết mà nó giết người khác nữa chứ không phải là nó giết mình đâu.

Là do lời nói độc

Người đáng chê thì khen

Người đáng khen thì chê

Đây thuộc nghiệp ác khẩu

Mà thân chịu hành khổ.

Chỉ lấy Thập Thiện mà lấy về cái khẩu nghiệp, về 4 điều thiện, 4 điều ác của cái miệng mà tạo con người quá khổ, mất hạnh phúc ở trong cuộc đời này. Cho nên kế tiếp thì Phật có đem ví dụ:

Dùng chú thuật đạt lợi

Tội ấy cũng còn nhẹ

Nghĩa là mình dùng bùa chú mình làm để mình lấy của người ta đó thì đức Phật xem như là cái tội đó còn nhẹ hơn là cái tội mà mình dùng ác khẩu của mình đó. Đó là cái thứ nhất.

Cái thứ hai thì đức Phật cũng đem so

sánh nữa:

Nếu lấy kinh điển Phật

Hiểu không thấu nghĩa lý

Thành hủy báng Thánh hiền

Tội ấy rất là nặng.

Nếu mà đem kinh điển của Phật mình dạy cứ thiên định không đó thì tức là người ta không có hiểu được cái nghĩa lý của những cái điều mà tạo ra những cái đau khổ cho con người như thế này thì đó là mình phỉ báng Phật Pháp rồi. Cho nên hầu như người ta cứ lấy kinh điển Phật mà người ta cứ lo tu thiên mà người ta không có tu thiện cho nên từ đó mà con người khổ vẫn hoàn khổ, cho nên đó là chỗ cái bài kệ này đức Phật đem chúng ta thấy để chúng ta nhận cho rõ.

Nếu lấy kinh điển Phật

Không hiểu thấu nghĩa lý

Tức là mình không hiểu cho nên mình lấy đó để mà mình tu thiên mà mình không thấy được cái Thập Thiện vì vậy thành ra hủy báng Phật Pháp đó. Bởi vì bài kệ này nó liên tục để đức Phật thấy cái chỗ mà chúng ta hiểu sai, mà không hiểu Thập Thiện mà lại hiểu về thiên định, hiểu về 4 thiên, 8 định hay hoặc là Tam minh mà không hiểu được cái chỗ căn bản nhất của đạo Phật, mà lợi

ích nhất của đạo Phật đối với con người. Bởi vì đạo Phật nhằm ra đời là để giải quyết nỗi khổ của con người chứ đâu phải giải quyết Tam minh, đâu phải giải quyết cái sự vi diệu thần thông phép tắc đâu, đâu có giúp con người làm cái chuyện đó mà giúp cho con người thoát cảnh khổ, biết thương nhau, biết đùm bọc nhau để biết xoa dịu sự khổ của nhân quả nghiệp báo mà mỗi con người đều đã có mang theo nó ở trong thân tâm của mình rồi. Cho nên ở đây mà hiểu kinh điển của Phật theo cái kiểu mà cứ biết thiên, biết định không thì cái đó là cái hiểu sai, cái đó thành hủy báng Phật Pháp, cái tội đó rất nặng. **Cho nên chúng ta phải trở về với Thập Thiện thì chúng ta mới hiểu đúng Phật Pháp, mà không trở về với Thập Thiện thì chúng ta hiểu sai Phật Pháp.**

Đây bài kệ nữa, đức Phật cũng nhấn mạnh chỗ này để chúng ta thấy:

Nếu lấy kinh điển Phật

Không thấu hiểu nghĩa lý

Không thực hành viên mãn

Lại đem dạy người khác

Thành hủy báng Thánh hiền

Tội ấy còn nặng hơn.

Bây giờ mình thực hiện Thập thiện

chưa được, mình còn làm chạy theo ham muốn, mình còn làm những điều ác bằng những cách này bằng những cách khác, thế mà mình thực hiện chưa xong rồi mình đem mình dạy người khác, người khác người ta cũng thực hiện chưa xong, đó là mình phỉ báng Phật pháp. Thay vì kinh điển của Phật đem ra dạy người để cho người ta được cái hạnh phúc an vui, được cái sự thương yêu nhau thì cái đó là cái đúng, mà bây giờ người ta không thương nhau mà người ta theo đạo Phật mà người ta giày xéo lên nhau bằng cách này bằng cách khác thì thử nghĩ đạo Phật bây giờ là đạo cứu khổ mà bây giờ cứu ai đâu bây giờ? Càng ngày họ càng học Phật pháp họ lại càng huênh hoang nữa thì cái điều đó là điều càng lúc càng sai và cái người mà không hiểu Phật pháp đem kinh điển của Phật pháp dạy như vậy **đó thì cái người đó phải thọ lấy những cái tội còn nặng hơn.**

Đó là kết thúc bài kinh mà cái lộ trình thứ nhất tu tập về Thập thiện - mười điều lành để dứt trừ mười điều ác là lộ trình thứ nhất để chúng ta biết được cái đúng của đạo Phật. Mà chính cái chỗ này là mục đích của đạo Phật muốn đem cái giáo pháp này để giúp cho đời thoát khổ chứ không phải để giúp cho chúng ta có những thiên định cao siêu làm chủ sống chết, để làm cho người ta

thấy ở cái ông đó nhập định không có thở nữa, hay hoặc là biến ra nhiều thân hay hoặc là hóa lửa, hóa hào quang. Điều đó không phải là chỗ mục đích của đạo Phật đâu cũng như không phải là ngồi đó mà thực hiện Tam minh nhớ lại nhiều đời nhiều kiếp của mình gọi là cái đó hay đâu. **Cái chính của đạo Phật là cái chỗ làm sao cho con người ở trên thế gian này, trên hành tinh này là không còn khổ nữa.**

Cuộc sống không có cần thánh thiện gì hết mà chỉ biết thương nhau, chỉ đừng làm khổ nữa, mà chính những bàn tay khối óc của họ họ hành đúng ba hành động thân khẩu ý của họ toàn là thiện thì họ sẽ gạt được cái quả tốt của đời sống của họ. Từ đó họ chấm dứt được sự đau khổ, chính bàn tay của họ cho nên Phật gọi là **“tự thấp được lên mà đi”**. *Đi ở trong con đường thiện để cứu lấy mình chứ đâu phải đi trên con đường thiên định để mà cứu có một mình mình.* Bây giờ Thầy nhập định được, thử hỏi bây giờ quý thầy bây giờ quý thầy muốn chết như Thầy được không, mà Thầy có làm gì cho quý thầy chết được không? Có đâu được. Thầy bảo hơi thở Thầy ngưng, còn quý thầy, Thầy bảo dùm cho các thầy, Thầy bảo hơi thở của các thầy ngưng, có ngưng được không? Thầy chỉ ngưng có mình Thầy hà. Còn bao nhiêu người đó muốn chết không có được. Bây giờ

nó gần dở chết dở sống, đau khổ gần chết mà bảo ngưng hoài nó ngưng không được. Thầy đâu có bảo được, Thầy chỉ có bảo một mình Thầy, cái đó là cái ích kỷ của Thầy chứ không phải là cái thực hiện tốt đâu, ***còn cái Thập Thiện là cái chúng ta đem lại nguồn hạnh phúc chung cho mọi người***, mà cái đó cái dễ, đâu có phải là cái khó. Bởi vì chúng ta biết cái ác thì chúng ta đừng làm, chúng ta biết cái thiện thì chúng ta làm, thì cái điều đó là cái điều đem đến hạnh phúc cho mọi người, và cái tâm vóc của con người nào cũng có thực hiện được hết, không có người nào mà làm không được. Một trẻ con bây giờ 5-6 tuổi, 7-8 tuổi bảo nó đừng có giết mấy con kiến đi, những con vật đó nó biết đau lắm, con đừng có giết nó. Những đứa trẻ nó nghe vậy nó thấy vậy nó không bao giờ nó giết đâu. Cái chuyện đó con nít làm được mà, nó vẫn tu được mà, đâu có gì mà khó đâu. Đó là những cái điều kiện mà chúng ta dạy nó, từ đó nó không giết hại chúng sanh, nó không làm đau khổ chúng sanh, thì cái hành động đó nó sẽ đem lại cho nó sau này nó không có được cái quả, nó không có cái quả khổ đối với cái hành động của nó làm tốt, thì tự nó nó đã làm chứ mình đâu có làm cho nó được đâu. Nó không giết hại thì nó không khổ, mà nó giết hại thì nó phải chịu lấy cái thọ khổ đó.

Đó là những điều mà hôm nay nó thực tế và cụ thể như vậy thì con nít bây giờ 5 tuổi 10 tuổi nó vẫn tu tập được theo đạo Phật, mà nó đem lại cái hạnh phúc cho nó sau này, đâu có gì mà khó đâu. Thập thiện Thầy nói không khó đâu, chứ không phải ngồi thiền hít thở như chúng ta bằng cách này hay cách khác thì con nít làm không được, hay hoặc là bảo ngưng hơi thở thế này thế khác thì nó làm không được chứ bảo nó đừng giết chúng sanh, đi coi chừng đừng đạp kiến đồ đó thì có thể nó làm được. Mà nó làm được, tâm nó chừng đó nó biết thương tất cả chúng sanh thì nó phải thương tất cả mọi người khác. Từ đó chúng ta tập luyện nó, mà những hành động hằng ngày làm như vậy thì nó huân lại những điều đó thì cái đời nó không có còn khổ nữa, chính cái đó là cái tốt.



Phụ lục 1:

BỐN CHÂN LÝ VI DIỆU

Hôm nay Thầy ngồi lại nói chuyện với cháu Thoa. Chẳng còn bao lâu nữa con phải rời khỏi Việt Nam - quê cha đất Tổ, để hòa mình trong cuộc sống mới, cuộc sống đầy cam go và thử thách nơi xứ lạ, quê người. Ở góc độ nhân sinh quan, đức Phật đã nhìn cuộc sống của kiếp con người bằng đôi mắt vượt lên trên để thoát khỏi sự bao vây và trói buộc bởi bao sợi dây xiềng xích vô hình đang và sẽ xiết càng lúc càng chặt hơn. Vì thế, bài học vỡ lòng đầu tiên của đạo Phật: **Đời là Khổ**, nhưng mấy ai biết nó thật khổ? Đời sống có năm thứ dục lạc đang cám dỗ, thu hút mọi người như đá nam châm, khiến cho mọi người mê mờ, ảo tưởng, cho đó là hạnh phúc, an vui chân thật. Nhưng nào ngờ nó là bong bóng nước, là hoa đóm giữa hư không, ở xa nó là hạt kim cương, nhưng đến gần nó là hạt nước mắt. Cách đây 2540 năm, đức Phật đã quả quyết xác định **đời là khổ**, dư âm còn vang dội đến ngày hôm nay, không có một tôn giáo nào, một triết gia nào, một nhà khoa học nào trên thế gian này dám phủ nhận lời nói đó, cho nó là sai.

Này con, con phải hiểu đây không phải

là một thông điệp chán đời, mà là một bằng chứng cụ thể, một chân lý thực sự, không có gì chối bỏ được. Hằng ngày sự đau khổ diễn ra trước mắt của mọi người nên làm sao phủ nhận được? Đạo Phật đã vạch mắt chúng ta để thấy thật sự đời là đau khổ thật, không phải để trốn tránh nó, mà để biết nhìn thẳng nó, nhìn thẳng vào sự thật để chiến đấu vươn lên, vượt lên tận cùng và để chấm dứt đau khổ sinh tử luân hồi. Vì thế, đạo Phật không phải là đạo yếm thế, đạo xuất thế, ***nghĩa là đạo vượt lên trên cuộc đời.***

Này con, biết đời là khổ, hôm nay con sắp và đã trở thành người lớn, con phải chuẩn bị sẵn sàng đương đầu và đối phó mọi chiều hướng nơi tâm con. Con phải luôn sáng suốt, cảnh giác từng hành động, lời nói, ý nghĩ và còn phải gìn giữ, phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Nếu không vậy, thân tâm con sẽ chẳng có phút an vui thanh thản. **Tứ diệu đế**, bài pháp đầu tiên của Đức Phật mà mọi người trên thế gian này từ xa xưa đến bây giờ đều phải chấp nhận là một chân lý bất di bất dịch, không ai có quyền thay đổi dù chỉ thay đổi một phần ngàn, một phần triệu cũng không thay đổi được. Vậy trước khi con lên đường, Thầy mang bài pháp này giảng trạch để trang bị cho con một tinh thần dũng cảm, một ý chí sắt đá, một tâm hồn bền vững, luôn luôn

cảnh giác, ngăn ngừa, phòng hộ, giữ gìn sáu căn và sẵn sàng chiến đấu với nội tâm để lập đức nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng nhờ đó con mang lại thanh bình cho cuộc sống không làm khổ mình, khổ người.

Vậy **Tứ diệu đế là gì?** Tứ diệu đế là một kinh nghiệm bản thân vô giá mà đức Phật đã ban truyền để hướng dẫn nhân loại đau khổ cởi mở trói buộc bất toại nguyện và giải thoát đến hạnh phúc tuyệt đối, thực tế tuyệt đối. Những Chân lý thâm diệu ấy không phải do Ngài tạo nên, Ngài chỉ khám phá và nhận diện ra nó. Tứ diệu đế là bốn Chân lý thâm diệu, chỉ vạch cho con người nhận biết kiếp sống đau khổ vô cùng, vô tận không bao giờ dứt và cũng để chỉ cách thức vượt thoát ra chấm dứt khổ đau ấy. Bây giờ, chúng ta lần lượt triển khai từng Đế một.

1. Khổ Đế là gì? Khổ đế là chân lý thứ nhất chỉ rõ cho mọi người thấy đời sống con người là một chuỗi dài thời gian đau khổ bất tận. Nếu ai chịu khó suy tư, ngẫm lại, quán xét đời sống của mình, chắc quý vị phải công nhận đời khổ thật. Khổ từ hành động do thân, miệng, ý của mình. Khổ từ những hành động của mọi người khác, từ miệng người khác và từ những sự hao mất những vật chất, tài sản, những người thân thương xung quanh mình. Khổ vì cầu mong mà chẳng được. Khổ vì bệnh tật, tai ương,

chết chóc, xa lìa, ly tán. Đời người còn biết bao nhiêu thứ khổ nữa, làm sao kể cho tận cùng, kể hết cho tận cùng. Nếu ai bảo đời là hạnh phúc, là an vui thì phải biết người đó là người mất trí.

Đức Phật dạy đời là khổ để làm gì?
 Trong cái khổ của cuộc đời còn có rất nhiều sự vật cám dỗ và thu hút lòng tham muốn của con người rất mạnh, khiến cho mọi người dễ dính mắc, mà khi đã dính mắc thì thành nghiệp, thói quen, mà đã thành thói quen thì dễ sa ngã, càng sa ngã lại càng khổ đau. Vì thế đức Phật nói **đời khổ** là để chỉ thẳng cho chúng ta tránh xa những cám dỗ, cám dỗ đó, *chớ không phải ngồi đó than thở đời khổ, than thân trách phận*. Vì chính những sự cám dỗ này đã đưa con người đến chỗ tận cùng đau khổ của cuộc đời. Đời đã có những cái khổ sẵn từ lúc mới sinh ra, nhưng vì không hiểu sống trên khổ mà không biết nên đã chạy theo danh, lợi, vật chất. Khổ mà không hay.

Do vậy, càng đắm đuối, say mê, chạy theo và mơ mộng những hạnh phúc hào huyền nên đã khổ lại càng khổ hơn. Nay con, bài học đầu tiên Khổ đế của đạo Phật để nhắc nhở cho con, cho con người giật mình nhìn lại đời sống của mình, để nhắc nhở con người tỉnh thức lại đời sống của mình và cũng để cảnh giác con người sự đau

khổ không phải chỉ có một kiếp mà vô lượng kiếp giống như ngọn đuốc này sắp tàn thì mỗi tiếp ngọn đuốc khác, và cứ tiếp tục mãi mãi trong vòng tròn luân hồi sanh tử và khổ đau. Vì thế, khi hiểu được đời là khổ thì con phải tư duy cho thấm nhuần, biết rõ như thật đời khổ như thật. Khi biết rõ đời khổ như thật, khổ thật thì tâm con không còn ham muốn gì cả trên thế gian này. Do vậy, con mới mạnh dạn từ khước mọi sự cảm dỗ một cách anh dũng, thì con không còn bị sa lầy, đau khổ trên nó. Nếu con chỉ biết đời khổ với một tâm hời hợt, với một sự biết khổ chưa thật khổ thì con khó từ khước những danh, lợi và vật chất đang cảm dỗ và quyến rũ con. Từ đó con sa lầy trên những sự cảm dỗ đầy ô trược, khổ đau và nó luôn luôn cuốn hút con trong đau khổ này.

Nhìn lại cuộc sống hằng ngày thân tâm con và vạn vật xung quanh con đang diễn biến từng phút giây vô thường, nghĩa là nó đang sanh diệt từng sát na không ngừng nghỉ. Do sự diễn biến vô thường này đã tự tạo ra muôn vàn thứ đau khổ cho con người, nó vì quá vi tế nên con người không nhận ra được. Vì không nhận ra được nên con người lầm tưởng thân tâm của mình và vạn hữu xung quanh là thường hằng, vì thế đắm đuối chạy theo, dính mắc, ham mê say đắm. Càng chạy theo càng dính mắc, càng

ham mê càng say đắm thì lại càng khổ đau, khổ đau nhiều. Đời là một chuỗi ngày dài đau khổ của kiếp người, nếu con đã thấm nhuần biết đời là khổ thật, khổ như thật mà không có lối thoát thì con lại sinh ra tâm buồn chán hết muốn sống.

Trong thời đức Phật còn tại thế, khi các vị Tỳ kheo quán xét đời sống là khổ thật, thân tâm vô thường và bất tịnh nên sinh ra ngao ngán và chán đời không còn thiết sống, vì thế các vị tự tử hoặc mượn người khác giết mình. Có một số người nghe đến đây hiểu lầm lạc này nên cho rằng đạo Phật yếm thế, tiêu cực. Đó là người ta đứng ở góc độ phiến diện của Đạo Phật chỉ thấy cảnh khổ đời người mà không thấy cảnh giới giải thoát của Niết bàn tại thế của đạo Phật.

Khi đức Phật giảng trách chỉ cho mọi người thấy đời là khổ, khổ thật thì ngay liền cũng chỉ dạy chúng ta thấy chỗ thoát khổ. Chúng ta chán ngán cuộc đời vì nó toàn là khổ, nhưng để thoát ra khỏi cảnh khổ không phải bằng cái chết, chết chưa hẳn đã là hết khổ mà chỉ tiếp tục cho sự tái sinh kế tiếp, và như vậy kiếp này đến kiếp khác chỉ ở trong một vòng tròn đau khổ triền miên bất tận.

Đức Phật đã dạy: *“Cuộc đời xuôi dòng là khổ, đi ngược dòng đời là thoát khổ”*.

Vì thế, cũng cùng một cuộc sống không có khác nhau chút nào, nhưng chạy xuôi theo dòng đời, thuận theo lòng ham muốn thì đời là khổ, là cảnh giới gian ác, uế trước, địa ngục, khổ đau. Bằng ngược lại thì đời là Niết bàn, cảnh giới hiền hoà, thanh tịnh, an vui, thiên đường, không có khổ đau. Vì thế Chân lý thứ ba được giảng dạy, chỉ dạy cho tất cả mọi người để tránh sự yếm thế, tiêu cực đối với cuộc sống Diệt đế là chân lý thứ ba trong tứ đế.

2. Diệt đế là gì? Diệt đế là Niết bàn, là cảnh giới không còn đau khổ sinh tử và luân hồi. Diệt đế là một cuộc sống của con người đi ngược dòng đời mà mọi người đang sống. Diệt đế là cuộc sống với thân tâm thanh thản, an vui. Diệt đế là cuộc sống của con người không làm khổ mình, khổ người. Diệt đế là cuộc sống toàn thiện, chân thiện, thánh thiện. Diệt đế là cuộc sống nội tâm, sống với mình, sống cho mình, sống không động người. Diệt đế là cuộc sống độc cư trọn vẹn. Diệt đế không phải là cảnh giới siêu hình để người tu hành chết được sinh vào đó. Diệt đế không phải là cảnh giới mơ hồ, trừu tượng, tưởng tượng hão huyền do sự tưởng tượng mà ra. Diệt đế là cảnh giới niết bàn, giải thoát chân thật, cụ thể, thực tế mà khi chỉ vào cho thấy thì ai cũng phải công nhận cảnh giới ấy chân thật, thật sự.

Đạo Phật nói đời là khổ thì không ai phủ nhận được, nói Niết bàn là giải thoát an vui thì cũng không ai phủ nhận được. Bởi vậy mới gọi nó là chân lý bất di bất dịch, khi giảng trạch chỉ thẳng cho mọi người ai cũng đều nhận thấy hiểu biết rõ ràng mà không có một ý kiến nào cho là sai được, từ người thông minh đến ngu tối, giàu sang, nghèo hèn cho đến vua chúa, quan quân, sĩ tốt cũng đều nhận hiểu biết rõ ràng, không có ai bảo rằng không hiểu. Kinh điển Nguyên thủy Tiểu thừa đều gọi là Niết bàn, kinh điển Đại thừa đều gọi là Phật tánh, Chân như, Bản thể, thiền Đông độ gọi là Bản lai diện mục, ở đây Thầy gọi là Thân tâm thanh thân. Cảnh giới Niết bàn của đạo Phật dạy cho chúng ta thấy nó không phải ở đâu xa, ở ngay trong thân tâm của chúng ta và cuộc sống của chúng ta hằng ngày. *Khi chúng ta dừng tất cả mọi lo âu, sợ hãi, mọi phiền não cũng như u sầu, mọi nỗi buồn vui lẫn lộn, mọi sự giận hờn, ganh tỵ, nghi nan, mọi lòng ham muốn, đắm mê thì ngay đó cuộc sống nơi thân tâm ta là Niết bàn.*

Vì thế, khi vượt ra khỏi sự phiền não, đau khổ của cuộc đời là ngay đó chúng ta đã vào Niết bàn với một thân tâm thanh thân an lạc. Đến đây con đã hiểu Phật dạy, đời là khổ, là để bỏ cái khổ, vượt cái khổ để được thân tâm giải thoát trong cuộc sống

hiện tại và tiếp tục cho mai sau, chứ không dạy chán đời, yếm thế, tự tử để mang theo một nỗi niềm đau khổ chán chường. Phật dạy: “*Đời sống thế gian là khổ, Đời sống xuất thế gian là giải thoát*”, nhờ sự chỉ dạy này mà người ta không mất hưởng sống. Nếu nói đời sống khổ mà không có lối thoát khổ thì đưa con người vào bước đường cùng. Bởi vậy, theo Thầy thiết nghĩ Khổ để phải được đi liền với Diệt đế. Nghĩa là Khổ để được đặt ở chân lý thứ nhất thì Diệt đế là chân lý thứ nhì, đằng này Khổ để thứ nhất, Diệt đế thứ ba cho nên người nghiên cứu Đạo Phật chưa thâm sâu cho Đạo Phật yếm thế, chán đời. Hễ thấy ai theo Đạo Phật đều cho là yếm thế chán đời cả.

Này con, đến đây con đã hiểu ở tâm con có hai trạng thái:

1. *Khổ đau,*
2. *Giải thoát.*

Đau khổ là Khổ đế, giải thoát là Diệt đế. Chỗ này con đừng lầm ở Thọ, Thọ có ba trạng thái:

1. Thọ lạc,
2. Thọ khổ,
3. Thọ không lạc, không khổ.

Khi nhận ra 2 trạng thái trong một tâm

hòn cụ thể rõ ràng, chân thật và thực tiễn thì chắc mọi người ai cũng chọn lấy trạng thái giải thoát mà buông bỏ trạng thái khổ đau. Khi đã quyết định chọn lấy trạng thái giải thoát thì phải tìm mọi cách buông xả toàn triệt trạng thái khổ đau. Nhưng trạng thái khổ đau của kiếp người vô cùng, vô tận và nhiều vô số kể thì làm sao buông xả hết được? Buông xả cái này thì cái khác sanh ra. Do thế Đức Phật dạy cho chúng ta biết nguồn gốc sanh ra sự đau khổ, nhờ biết đó chúng ta chỉ biết buông bỏ cái gốc hay nói một cách khác chặt đứt lìa cái gốc khổ, cái gốc sanh ra khổ đã bị đứt lìa, đoạn lìa thì cuộc sống chúng ta hết khổ. Mà cuộc sống hết khổ thì đó là Niết bàn cảnh giới thoát khổ của loài người nên Phật đã dạy Tập đế. Tập đế là một chân lý thứ hai trong kinh điển Tứ Diệu Đế, theo Thầy nghĩ, nên đặt chân lý này vào hàng thứ ba.

3. Vậy Tập đế là gì? Tập đế là một sự tập hợp tất cả những sự khổ, là một nguyên nhân sinh ra muôn ngàn thứ đau khổ của loài người. Đó là một chân lý bất di bất dịch, không thể thay thế được, nói khác được. Nguyên nhân tức là nguồn gốc, vậy nguồn gốc sinh ra đau khổ này là gì? Là lòng ham muốn của con người. Chỉ khi nào chúng ta xa lìa lòng ham muốn thì cảnh giới hết đau khổ sẽ hiện ra trong thân tâm của chúng

ta. Lòng ham muốn sanh ra đau khổ, điều này hẳn nhiên mọi người ai cũng phải công nhận như vậy. Chúng ta nên biết lòng ham muốn mà không đạt được thì đau khổ vô cùng, nếu mà đạt được thì cũng đau khổ không kém. Bởi vậy, cuộc đời càng chạy theo danh lợi vật chất thì càng rơi xuống biển khổ. Càng đi ngược lại dòng đời, xa lìa sự ham muốn, tuy mới bắt đầu tu tập chúng ta cảm thấy như khổ sở, nhưng một thời gian rèn luyện tu tập ta nhận ra được trạng thái chấm dứt đau khổ. Khi biết rõ nguyên nhân đau khổ, chúng ta phải xa lìa, chấm dứt và đoạn dứt nó. Muốn xa lìa, chấm dứt và đoạn dứt nó không phải là một việc dễ làm nên Phật đã dạy cho chúng ta tám nẻo, nói một cách khác là tám phương tiện để xa lìa đoạn dứt tâm ham muốn, tám nẻo ấy gọi là Bát Chánh Đạo, gọi tắt là Đạo đế.

4. Vậy Đạo đế là gì? Đạo đế là nẻo đi, đường đi chân chính đưa đến mục đích cứu kính giải thoát Niết bàn. Nói cho đúng, Đạo đế là Bát chánh đạo, là tám nẻo, hay là tám phương tiện và còn phải hiểu cho rõ hơn là tám cách thức tập luyện, ngăn ngừa, phòng hộ, bảo vệ, giữ gìn khiến cho tâm ham muốn xa lìa vật ham muốn. Tám nẻo đó sẽ chấm dứt được nguồn gốc đau khổ của chúng sanh. Nên Phật dạy, nên Phật gọi tắt là Đạo đế.

Đạo đế là con đường chân chánh giải thoát con người ra khỏi khổ đau. Cách đây 2540 năm con đường giải thoát này đã được ra đời để dẫn dắt tất cả chúng sanh thoát khỏi vòng đau khổ sanh tử luân hồi, cho đến ngày nay không có một pháp môn nào, không có một con đường nào thay thế được. Cho nên gọi nó là Đạo đế, là một chân lý giải thoát loài người của Đạo Phật. Tám nẻo này để thực hiện ba Pháp môn vô lậu: **Giới, Định, Tuệ.**

Này con, trước khi nghe Thầy giảng Tám nẻo này thì con phải học thuộc *mười giới của người cư sĩ*. Mười giới đó là:

Về phần thân:

–Không được hành động giết hại chúng sanh và làm đau khổ.

–Không được hành động lấy của người không cho dù bất cứ việc gì.

–Không được hành động tà dâm.

Về phần miệng:

–Không được nói lời thiếu chân thật.

–Không được nói lời hung dữ, độc ác.

–Không được nói lời chia rẽ, thù hằn nhau.

–Không được nói lời phù phiếm, vô

nghĩa.

Về phần ý:

–*Không được ham muốn dù bất cứ việc gì.*

–*Không được sân hận.*

–*Không được ngu si.*

Khi đã học thuộc mười giới, *Thầy sẽ giảng trạch Tám nẻo để áp dụng vào mười giới ngăn cấm này.* Bây giờ con hãy lắng nghe và lắng nghe cho kỹ để thực hành cho đúng lời dạy thì con sẽ sống một cuộc đời thanh thản an vui bên những người thân thương mà không có điều gì trái ý nghịch lòng. Nếu con áp dụng và giữ gìn đúng thì dù cho bốn phương, tám hướng có đầy đủ ác ma đến quấy nhiễu con, con cũng chẳng hề nao núng và còn chặn đứng chúng không cho xâm chiếm được tâm hồn con. Nhờ thế con đang sống tại thế gian mà thân tâm con đang ở tại thiên đường. Nếu lấy Bát chánh đạo là con đường phải đi thì mười giới là sinh hoạt hằng ngày con phải sống.

Bát chánh đạo là gì? Là tám nẻo tu tập để trở về mục đích giải thoát Niết bàn, nói một cách khác là tám cách thức tu sửa rèn luyện thân tâm và giữ gìn bảo vệ để chấm dứt lòng ham muốn, vượt thoát mọi khổ đau của kiếp người.

Tám nẻo là:

- Chánh kiến.
- Chánh tư duy.
- Chánh ngữ.
- Chánh nghiệp.
- Chánh mạng.
- Chánh tinh tấn.
- Chánh niệm.
- Chánh định.

Này con, bây giờ con hãy lắng nghe cho kỹ, hiểu cho rõ ràng để áp dụng tu tập đúng cách. Đây là phần **lý thuyết lẫn thực hành**, nó không đơn giản, phải hiểu cho rõ, hiểu đúng mà còn phải biết cách áp dụng tu sửa thân tâm. **Nếu con bỏ qua một lỗi nhỏ, mà không sửa dù lỗi đó rất nhỏ thì đừng hòng sửa lỗi, sửa những lỗi lớn được.** Luôn luôn phải áp dụng Pháp môn từng chút vào thân tâm của mình để tránh có lỗi, nhờ thế cuộc sống thế gian đầy đau khổ ô trược địa ngục đã biến thành cõi thiên đàng với thân tâm thanh thản hồn nhiên của một anh nhi thánh thiện.

Bắt đầu con dùng phương tiện thứ nhất **Chánh kiến** để phòng hộ, giữ gìn và bảo vệ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình.

Muốn giữ gìn bảo vệ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của con trong Chánh kiến thì con phải làm sao? Muốn giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý khi tiếp xúc sáu trần là sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp trong Chánh kiến thì con phải hiểu trong con mắt không có vật, trong vật không có con mắt. Vậy sao nó lại dính mắt - vật? Dính mắt - vật là do tâm ham muốn của con, vậy khi mắt thấy vật mà không dính thì con phải ngăn ngừa, giữ gìn lòng ham muốn của con nghĩa là con đoạn dứt không cho nó ham muốn vật gì hết. Khi tâm con đoạn dứt ham muốn thì mắt thấy sắc không còn dính mắc. Tai, mũi, miệng, thân, ý cũng như vậy.

Nhưng con đừng quên rằng, nếu để tâm ham muốn của con làm duyên thì mắt thấy sắc liền dính sắc. Vậy con là người mới tu không thể đoạn dứt tâm ham muốn ngay liền được nên phải phòng hộ mắt bằng cách ít tiếp duyên ra ngoài, nói cách khác là không nên tiếp xúc sáu trần, sáu trần nhiều, cố tránh tiếp xúc là tốt nhất. Người ta bảo **“tránh cảnh giữ tâm”** tức là độc cư, khi tâm đã thuần thực thì mắt thấy sắc không dính sắc tức là ta đã đoạn dứt tâm ham muốn, hay nói cách khác là ta đã ly dục, ly ác pháp.

Chánh kiến là gì? Chánh kiến là thấy nghe một sự việc, một đối tượng, một

hoàn cảnh, một sắc tướng, một âm thanh, một hương thơm, một mùi vị, một cảm xúc ngay thẳng chính trực đứng đắn công minh. Chánh kiến thuộc về lục nhập tiếp xúc lục trần; lục nhập là: mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý; lục trần là: sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp. Ngay thẳng, chánh trực, đứng đắn, công minh của Đạo Phật là gì? Là thiện pháp.

Này con, ở đâu có nghe thấy hiểu biết mà không có thiện pháp thì ở đó có đau khổ, vậy thiện pháp là gì? Là mười giới Thầy đã dạy con ở trên, muốn thấy nghe hiểu biết chơn chính thì phải khép mình trong khuôn khổ giới luật mà con đã học.

Tóm lại Chánh kiến là sự phòng hộ sáu căn, giữ gìn tâm lúc nào cũng thanh thản an vui, không bị cám dỗ và lôi cuốn bởi sáu trần. Nếu ngay trên cuộc sống hằng ngày mà con giữ gìn tâm được như vậy tức là con đã lìa xa tâm ham muốn, mà đã lìa xa tâm ham muốn thì con hoàn toàn giải thoát khỏi đau khổ.

Bây giờ con tiếp tục tu tập nẻo thứ 2: Chánh tư duy.

Chánh tư duy là gì? Chánh tư duy là suy nghĩ, nghiệm xét đứng đắn, chân chánh, ngay thẳng, công minh. Chánh tư duy thuộc về ý. Ngay thẳng, đứng đắn, chân chính, công minh của Đạo Phật là gì? Là thiện pháp. Này

con, ở đâu có sự suy ngẫm, có sự nghiệm xét trong thiện pháp, loại trừ các ác pháp là ở đó phải có một tư tưởng, ý nghĩ chân chính trong giới luật thì luôn luôn có tâm hồn thanh thản, an vui, hạnh phúc. Thiện pháp của con là gì? Là mười giới mà Thầy đã dạy ở trên. Khi muốn suy nghĩ, nghiệm xét một điều gì thì lấy mười giới làm khuôn phép cho sự suy nghĩ nghiệm xét đó. Nếu những sự suy nghĩ đi ngược với mười giới là con phải dứt ngay, chặn đứng ngay, đoạn dứt ngay vì đó là sự tư duy là tà tư duy. Nếu con thường xuyên thực hành những điều này để giữ gìn, phòng hộ, bảo vệ tư tưởng con lúc nào cũng thanh tịnh và trong sạch, do đó thân tâm con sẽ được an lạc, thanh thản giải thoát. Chánh tư duy là sự bảo vệ tư tưởng trong sáng thanh tao, lúc nào cũng minh mẫn sáng suốt, tỉnh thức trong mọi sự suy nghĩ, nó đều gắn liền với thiện pháp, xa lìa hẳn những ác pháp.

Tóm lại đây là nẻo thứ 2, nếu con siêng năng chịu khó hàng ngày rèn luyện, tu tập tư tưởng mình thì đó là tự con đã đưa tư tưởng con vào Niết bàn, giải thoát cứu kính vĩnh cửu.

Bây giờ con tiếp tục tu tập nẻo thứ 3: Chánh ngữ. Chánh ngữ thuộc về khẩu, miệng.

Chánh ngữ là gì? Chánh ngữ là lời

nói chân thật, công bằng, ngay thẳng hợp lý. Chân thật, công bằng, ngay thẳng hợp lý của Đạo Phật là gì? Là thiện pháp. Ở đâu có lời nói thiện, ôn tồn, nhã nhặn hòa hợp, êm ái, nhẹ nhàng an ủi, khuyên giải, thành thật thì ở đó thân tâm thanh thản an vui hạnh phúc. Vậy thiện pháp của con là gì? Là mười giới mà Thầy đã dạy ở trên. Vì thế Chánh ngữ là lời nói ra những lời lành bằng giới luật mà con đã học, ngược lại là lời nói ác. *Phật dạy Chánh ngữ, mục đích là giữ miệng lưỡi*, vì miệng lưỡi sanh ra phiền não đau khổ cho mình, cho người. Cho nên người phụ nữ có chồng không nên đem chuyện xấu trong nhà thuật lại cho láng giềng đầu này hay đầu kia, hoặc cha mẹ ruột bởi vì không có lửa nào có thể tệt hại như lửa ấy. Nếu có người láng giềng đàn ông hay đàn bà nói xấu cha mẹ chồng hay chồng, không nên đem những chuyện lời phỉ báng ấy về nhà lặp lại và nói rằng người nọ, người kia nói xấu điều này, hay điều khác về ta bởi vì không có lửa nào tệt hại như lửa ấy.

Nói là một điều rất tai hại, người xưa dạy **“họa tùng khẩu nhập”** nói ra lời nói mà tai họa đến thân, nói ra lời nói mà mình khổ, người khác khổ nên cần phải dè dặt, cẩn thận lời nói. Vì thế, người đệ tử của Phật cần ít nói, nói ra phải suy nghĩ cho thật kỹ, không dùng những lời nói thô lỗ, khiếm

nhã, không dùng những lời nói hung dữ, nguyên rủa, thề thốt..v.v.. Không nên tranh luận hơn thua với ai dù bất cứ việc gì, không chỉ trích khen chê ai, nói phải ôn tồn, nhã nhặn, êm ái, nhẹ nhàng, từ tốn. Nói không được cướp lời người.

Bởi vậy, Chánh ngữ là lời nói làm mình vui, người khác vui. Nó là nẻo thứ 3 trong tám nẻo đưa con người đến Niết bàn giải thoát. Nếu ai đã quyết tu theo Đạo Phật mà xem thường miệng lưỡi của mình là người đó chưa hiểu Đạo Phật. Đạo Phật biết rõ, miệng lưỡi của con người rất độc, độc hơn loài thú dữ, rất sắc bén, sắc bén hơn gươm đao. Bởi vậy, người đệ tử của Phật phải siêng năng tu tập miệng lưỡi, phải giữ gìn, phòng hộ miệng lưỡi từng phút, từng giây. Vì thế, nó được Đức Phật cho đứng vào hàng ngũ thứ 3 trong tám nẻo đưa đến cứu kính Niết bàn.

Tóm lại, trong cuộc sống hằng ngày muốn có được thân tâm thanh thản an vui và hạnh phúc thì con phải tu sửa lời nói. Khi lời nói thoát ra khỏi miệng con phải nhớ kỹ là không làm khổ mình, khổ người dù bất cứ hoàn cảnh nào cũng phải cân nhắc lời nói.

Bây giờ con tiếp tục tu tập nẻo thứ 4: **Chánh nghiệp**. Chánh nghiệp thuộc về thân.

Chánh nghiệp là gì? Chánh nghiệp là những hành động, việc làm nghề nghiệp chân chính đúng với lẽ phải, phù hợp với chân lý, đem lại lợi ích cho mình, cho xã hội. Vậy hành động việc làm nghề nghiệp, việc làm chân chính đúng với lẽ phải, phù hợp với chân lý trong Đạo Phật là gì? Là thiện pháp. Ở đâu có hành động việc làm nghề nghiệp chân chính lương thiện đúng lẽ phải, phù hợp với chân lý làm lợi ích mình, lợi ích người, lợi ích xã hội thì ở đó mọi người có giải thoát, có thân tâm thanh thản an vui. Vậy thiện pháp của con là gì? Là mười giới mà Thầy đã dạy ở trên.

Vì thế, Phật dạy Chánh nghiệp là dạy chúng ta mỗi mỗi hành động của thân đều phải ý tứ cảnh giác từng ly từng chút, không để cho những hành động đó sơ sót phạm vào điều ác, cũng như phải chọn nghề nghiệp làm ăn sinh sống, phải nghề nghiệp lương thiện không gian ác và không được làm những nghề nghiệp sát hại chúng sanh như săn bắn, bắt cá, nghề nghiệp giết trâu bò heo dê gà vịt, v.v.. Không được làm nghề ăn trộm, móc túi, làm nghề gian lận, bài bạc, cá ngựa, hụi nghề.

Tóm lại trong đời sống hàng ngày muốn đi vào nẻo Chánh nghiệp thì phải tu sửa mọi hành động của thân, thay đổi mọi nghề nghiệp bất thiện, chọn lấy nghề nghiệp

thuần thiện. Nhờ đó mà thân tâm con và cả gia đình đều được an vui, thanh thản, hạnh phúc.

Bây giờ con tiếp tục tu tập nẻo thứ 5: Chánh mạng. Chánh mạng thuộc về pháp trần, pháp trần có 2 loại: Một vật chất, hai tinh thần.

Chánh mạng là gì? Chánh mạng là sự nuôi sống thân mạng bằng vật chất và bằng tinh thần chân chính, lương thiện, trong sạch. Vậy nuôi sống thân mạng bằng vật chất tinh thần chân chính, lương thiện, trong sạch của Đạo Phật là gì? Là thiện pháp. Ở đâu có sự nuôi sống thân mạng bằng vật chất tinh thần chân chính, lương thiện, trong sạch thì ở đó thân tâm giải thoát an vui, hạnh phúc. Vậy thiện pháp của con là gì? Là mười giới mà Thầy đã dạy ở trên.

Vì thế Đức Phật dạy Chánh mạng là để chúng ta hiểu rõ từ vật chất đến tinh thần để nuôi mạng sống. Về thực phẩm nuôi sống phải làm bằng nghề nghiệp lương thiện không có sự đau khổ của chúng sanh trong đó, không có sự gian tham trộm cắp trong đó, không có máu xương chúng sanh trong đó, không có sự gian lận trong đó. Về tinh thần phải bằng Chánh pháp, không được gặp pháp nào tu theo pháp nấy mà phải có sự cân nhắc kỹ lưỡng. Người theo Đạo Phật

muốn nuôi tâm mình bằng thực phẩm tinh thần thì phải cân nhắc cảnh giác kỹ lưỡng vì tà pháp đang lẫn lộn trong chánh pháp, rất khó phân biệt. Cho nên Chánh mạng trong Đạo Phật là nuôi thân mạng vật chất lẫn tinh thần đều lấy giới luật làm thực phẩm mà con đã học.

Tóm lại, trong đời sống hằng ngày tu tập theo Đạo Phật, con phải sửa lại những thực phẩm nuôi mạng sống hằng ngày bằng những thực phẩm lương thiện do nghề nghiệp làm ra bằng mồ hôi nước mắt của mình. Những thực phẩm đó không có sự đau khổ, chết chóc của chúng sanh. Về món ăn tinh thần, pháp môn không có mê tín, trù tượng, mơ hồ, ảo tưởng, v.v..thì đó là thiện pháp, giới luật của Đức Phật, nhờ đó thân tâm con sẽ được thanh thản, an vui, hạnh phúc giải thoát.

Bây giờ con tu tập nẻo thứ 6 : Chánh tinh tấn, Chánh tinh tấn thuộc về tâm.

Chánh tinh tấn là gì? Chánh tinh tấn là kiên trì, bền chí, gan dạ, dũng cảm, đầy đủ nghị lực, kiên quyết, hăng hái, cố gắng, quyết tâm, nhiệt tình, siêng năng, chuyên cần. Vậy Chánh tinh tấn phải tu như thế nào? Phải giữ gìn thời khóa tu tập nghiêm chỉnh, giờ nào việc nấy, không được bê trễ, không được bỏ qua. Việc làm chưa xong, phải quyết tâm

làm cho xong, một lần chưa xong, hai lần, ba lần, bốn, năm, mười, trăm ngàn lần phải xong đó là Chánh tinh tấn. Quyết tâm đoạn dứt tâm ham muốn để thoát ra cảnh đau khổ của thế gian, nếu một lần chưa đoạn dứt được thì hai lần, ba lần, bốn, năm, mười, trăm ngàn lần phải làm cho được, phải đoạn dứt cho được đó là Chánh tinh tấn. Làm một việc mãi mà tâm không thôi chuyển, không nản chí đó là Chánh tinh tấn. Gặp khó khăn phải vượt qua cho được, làm cho được, thực hiện cho được đó là Chánh tinh tấn. Người có nghị lực, có bền chí, có gan dạ thì có lo gì con đường giải thoát của Đạo Phật mà chẳng đạt tới đích.

Bởi vậy Chánh tinh tấn là nẻo tu hành khó khăn nhất trong tám nẻo của Đạo Phật, nó là nẻo duy nhất rèn luyện tâm đầy nghị lực, bền chí, có bền chí, có nghị lực mới gọi là Chánh tinh tấn. *Hằng ngày siêng năng tu tập, chuyên cần ngăn ngừa, bảo vệ, phòng hộ 6 căn mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý, luôn lúc nào cũng cảnh giác bằng thiện pháp áp dụng vào tám nẻo Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp và Chánh mạng trọn vẹn trong giới luật không lúc nào lơ đãng, biếng trễ thì đó là tu tập Chánh tinh tấn.* Chánh tinh tấn phải hiểu là tu tập gan dạ, bền chí, kiên trì, nghị lực. Ở đâu có Chánh tinh tấn sống trọn đầy

trong thiện pháp, giới luật thì ở đó có bậc Thánh hiền giải thoát, an vui, thanh thân.

Tóm lại, 6 nẻo tu hành này nếu trong đời sống hằng ngày của con thường áp dụng, phòng hộ, giữ gìn, ngăn chặn mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý không cho buông lung, phóng dật, không cho nó lang thang đầu phố, xó chợ và tu sửa ý suy nghĩ, tu sửa lời nói, tu sửa hành động của thân và nghề nghiệp làm ăn phải lương thiện và thực phẩm nuôi mạng sống phải bằng những thực phẩm thiện. Nếu con siêng năng, chuyên cần như lời Thầy đã dạy, đã giảng ở trên thì thân tâm con sẽ được giải thoát an vui, thanh thân. Đó là Niết bàn thanh tịnh tại thế hiện tại.

Phản kết:

Để kết thúc buổi nói chuyện với con hôm nay trong Bát Chánh Đạo, Thầy chỉ giảng tu tập cho con 6 nẻo, còn 2 nẻo Chánh niệm và Chánh định thuộc về tâm thiền định, 2 nẻo này thuộc về tu Định dành riêng cho những bậc xuất gia, ly trần, còn 5 giới kia tu Giới và 1 nẻo làm trung gian. Khi nào con tu Giới tâm được thanh tịnh, ly dục, ly bất thiện pháp xong Thầy sẽ dạy tu tập 2 nẻo này. Một cái thang có 8 nấc, 5 nấc tu Giới luật còn có tên là Thiền quán, Thiền tư còn một nấc làm trung gian cho Thiền tư và Thiền định, 2 nấc sau cùng tu Định còn gọi

là Thiên định. Con phải lần lượt tu tập bước lên từng nấc, nấc thứ nhất rồi mới bước lên nấc thứ hai, thứ ba, tư, năm và sáu, không thể bỏ nấc nào mà bước lên trên được. Bước nấc này xong, rồi mới bước tới nấc kia, có như vậy con sẽ không bị té.

Theo lời Thầy đã giảng ở trên con hãy ghi khắc tựa của bài giảng này. ***Nếu lấy Bát Chánh Đạo là con đường phải đi thì mười Giới luật hằng ngày con phải sống.*** Đến đây Thầy xin chấm dứt buổi nói chuyện hôm nay, chúc con sống đúng Giới pháp của Phật để được một đời sống thanh thản, an vui, hạnh phúc giải thoát.



Phụ lục 2:

MÓN ĂN GIẢI THOÁT

LỜI PHẬT DẠY

“1/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Minh giải thoát? Bảy Giác Chi, cần phải trả lời như vậy.

2/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bảy Giác Chi? Bốn Niệm Xứ, cần phải trả lời như vậy.

3/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bốn Niệm Xứ? Ba Thiện Hành, cần phải trả lời như vậy.

4/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Ba Thiện Hành? Các Căn được chế ngự, cần phải trả lời như vậy.

5/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho các Căn được chế ngự? Chánh Niệm Tỉnh Giác, cần phải trả lời như vậy.

6/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Chánh Niệm Tỉnh Giác? Như Lý Tác Ý, cần phải trả lời như vậy.

7/ Nay các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Như Lý Tác Ý? Lòng tin, cần phải trả lời như vậy.

8/ *Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho lòng tin? Nghe Diệu pháp, cần phải trả lời như vậy.*

9/ *Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho nghe Diệu pháp? Thân cận với bậc Chân nhân, cần phải trả lời như vậy.*

CHÚ GIẢI:

Mục đích cuộc đời tu hành của chúng ta là phải đạt cho được Tam Minh. Chính trí tuệ Tam Minh mới giúp chúng ta diệt sạch lậu hoặc. Nhờ đó chúng ta mới chứng quả A La Hán, chấm dứt tái sanh luân hồi. Vậy, pháp nào để chúng ta tu tập thực hiện được trí tuệ Tam Minh? Bảy năng lực Giác Chi các bạn ạ! **Tu tập Tam Minh mà không có Bảy Giác Chi thì không làm sao đạt được trí tuệ Tam Minh.** Cho nên trong Kinh Tăng Chi đức Phật đã xác định: ***“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Minh giải thoát (Tam Minh)? Bảy Giác Chi, cần phải trả lời như vậy”***. Như vậy, rõ ràng Bảy Giác Chi là pháp môn tu tập để đạt được trí tuệ Tam Minh (Minh giải thoát).

Từ xưa đến nay, kinh sách Đại Thừa và Thiền Đông Độ thường nói về Tam Minh nhưng chẳng biết và chẳng có pháp môn tu tập để đạt Tam Minh. Chỉ có kinh sách Nguyên Thủy đã xác định rõ ràng về pháp

môn tu tập Tam Minh. Nhưng ở đây đức Phật dùng lời nói đơn giản, ngắn gọn, đầy đủ ý nghĩa hành trì tuyệt vời “Thức ăn cho Minh giải thoát (Tam Minh) là Bảy Giác Chi”. Bảy Giác Chi là thức ăn của Tam Minh, nghĩa là muốn tu tập Tam Minh thì hằng ngày phải tu tập Bảy Giác Chi như chúng ta ăn cơm hằng ngày vậy. Lời dạy này các bạn có thể nào hiểu không? Nó cụ thể, thực tế, đơn giản đầy đủ ý nghĩa. Phải không các bạn?

Từ đây, muốn tu tập có trí tuệ Tam Minh, chúng quả A La Hán, thì các bạn biết ngay là phải sử dụng bảy năng lực của Giác Chi thì mới tu tập được Tam Minh (Minh giải thoát). Vậy, pháp môn nào tu tập để có được Bảy năng lực Giác Chi? Thưa các bạn! Khi chúng tôi nói đến bảy năng lực của Giác Chi thì các bạn bảo rằng: Phật chỉ dạy có bảy pháp Giác Chi, chứ chưa bao giờ nghe nói đến bảy năng lực Giác Chi. Vậy, bảy năng lực Giác Chi này ở đâu mà ra?

Xin thưa các bạn! Con đường tu theo Đạo Phật, các bạn nên hiểu, nó có ba bậc và tám lớp tu tập, mỗi lớp tu tập đều có bài học và bài thực hành tu tập khác nhau từ thấp lên cao. Do pháp môn có thứ bậc thấp cao như vậy, nên đoạn kinh trên đây đã xác định cho chúng ta thấy lấy kết quả của pháp này tu tập cho pháp cao hơn, lấy kết quả của pháp cao hơn tu tập cho pháp cao hơn nữa.

Tu tập phải có kết quả ngay liền, vì pháp này là món ăn cho pháp kia “Cái gì là thức ăn cho Minh giải thoát (Tam Minh)? Bảy Giác Chi, cần phải trả lời như vậy”

Nếu chưa có Bảy Giác Chi thì không thể nào nhập Tứ Thánh Định và thực hiện Tam Minh (Minh giải thoát) được. Đọc đoạn kinh này chúng ta xét qua kinh sách Đại Thừa và Thiền Đông Độ thì chúng ta biết họ tu tập sẽ không bao giờ thực hiện Tam Minh được. Tại sao vậy? Vì đường lối tu tập của Đại Thừa và Thiền Tông rất mơ hồ và trù tượng, không có pháp hành thực hiện Tam Minh. Không có Tam Minh thì làm sao có tâm vô lậu được? Không có tâm vô lậu thì làm sao có giải thoát, chấm dứt luân hồi được? Bởi vậy, Pháp hành thực hiện được Tam Minh là món ăn của Tam Minh. Món ăn, ở đây chúng ta phải hiểu nghĩa là siêng năng tinh cần tu tập hằng ngày không biếng trễ với Bảy Giác Chi này.

Trên đây Bảy Giác Chi là món ăn của Tam Minh. Vậy, món ăn của Bảy Giác Chi là gì? Đức Phật đã dạy như vậy: **“Này các Tỷ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bảy Giác Chi? Bốn Niệm Xứ, cần phải trả lời như vậy”**. Món ăn của Bảy Giác Chi là Tứ Niệm Xứ, đúng như vậy. Trong Tứ Niệm Xứ có ba giai đoạn tu tập:

- Giai đoạn một: Tứ Chánh Cần trên Tứ Niệm Xứ.

- Giai đoạn hai: Tứ Niệm Xứ trên Tứ Niệm Xứ.

- Giai đoạn ba: Thân Hành Niệm trên Tứ Niệm Xứ.

Giai đoạn tu tập cuối cùng của Tứ Niệm Xứ là pháp Thân Hành Niệm, chỉ có pháp Thân Hành Niệm thì Bảy Giác Chi mới xuất hiện. Nói cho rõ nghĩa hơn là khi tu tập Thân Hành Niệm thì có mười công đức xuất hiện tức là mười thần lực, còn gọi là mười Như Lai lực. Nhờ những lực này mà nhập các định và thực hiện Tam Minh. Cho nên đoạn kinh trên đức Phật dạy: “Cái gì là thức ăn cho Minh giải thoát? Bảy Giác Chi, cần phải trả lời như vậy”.

Đó là lời dạy về pháp môn tu tập của Tam Minh. Còn ở đây, đức Phật không xác định Thân Hành Niệm là thức ăn của Bảy Giác Chi mà lại xác định Tứ Niệm Xứ. Tại sao vậy? Thưa các bạn! Bởi vì pháp Thân Hành Niệm là pháp môn tu tập ở giai đoạn ba, tức là giai đoạn cuối cùng của Tứ Niệm Xứ. Không thể tu tắt bỏ giai đoạn I, II được. Tứ Niệm Xứ có ba giai đoạn tu tập như chúng tôi đã kể ở trên; có tu tập đúng ba giai đoạn thì Bảy Giác Chi mới xuất hiện, có nghĩa là tuân tự tu tập pháp nào trước pháp nào

sau cho đến pháp Thân Hành Niệm là pháp môn cuối cùng của Tứ Niệm Xứ. Cho nên đức Phật dạy: Tứ Niệm Xứ là thức ăn của Bảy Giác Chi. Nếu không tu tập Tứ Niệm Xứ thì không bao giờ có Bảy Giác Chi.

Đến đây các bạn cần lưu ý: Người tu theo Phật Giáo mà không đạt Lưu Tận Minh thì không thể nào chấm dứt sanh tử, luân hồi. Ngoài Lưu Tận Minh ra thì không có pháp nào tu tập chấm dứt sanh tử luân hồi được, bởi vì con đường tu tập của Phật Giáo đã xác định rõ ràng từng pháp môn, từ pháp thấp đến pháp cao; pháp thấp là món ăn cho pháp cao, có nghĩa là lấy kết quả của pháp thấp mà tu tập pháp cao hơn.

Thức ăn của Bảy Giác Chi là Tứ Niệm Xứ. Vậy, thức ăn của Tứ Niệm Xứ là gì? Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật trả lời: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bốn Niệm Xứ? Ba Thiện Hành, cần phải trả lời như vậy”**. Thức ăn của Tứ Niệm Xứ là Ba Thiện Hành. Vậy Ba Thiện Hành là gì? Ba Thiện Hành là ba nơi làm điều lành. Ba nơi làm điều lành đó là nơi nào?

1- Thân Thiện Hành

2- Khẩu Thiện Hành

3- Ý thiện Hành

Thân Thiện Hành nghĩa là gì? Và Thân Thiện Hành tu tập như thế nào? Thân Thiện Hành, có nghĩa là tất cả hành động nơi thân, không làm khổ mình không làm khổ người và không làm khổ tất cả chúng sanh. Thân Thiện Hành, hằng ngày phải tu tập ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp. Tu như vậy là tu pháp môn gì? Tu như vậy là tu tập pháp môn Tứ Chánh Cần.

Tứ Chánh Cần phải tu tập ra hành động như thế nào? Muốn tu tập Tứ Chánh Cần ra hành động thì phải tu tập **Định Niệm Hơi Thở, Định Chánh Niệm Tỉnh Giác, Định Sáng Suốt và Định Vô Lậu**. Tất cả các pháp trên đây là những pháp tu tập của “Thân Thiện Hành”. Xin các bạn lưu ý: Đây là thân hành tu tập Tứ Chánh Cần, nên gọi là Thân Thiện hành.

Khẩu Thiện Hành là gì? Khẩu Thiện Hành thì phải tu tập pháp nào? Khẩu Thiện Hành là tất cả những hành động của miệng không làm khổ mình, không khổ người và khổ tất cả chúng sanh. Muốn tu tập Khẩu Thiện Hành thì phải tu tập Tứ Chánh Cần. Hằng ngày nên giữ gìn lời ăn tiếng nói. Không nói thì im lặng như Thánh, nhưng khi nói ra thì phải nói ra lời thiện, không được nói dối, không được nói thêu dệt, không được nói lời hung dữ, nói lật ngược, nói xấu người khác, v.v...

Người ăn uống phi thời không phải là Khẩu Thiện Hành. Ăn uống đúng giờ giấc, ăn uống có tiết độ, ăn uống có lòng từ bi, không ăn uống thực phẩm động vật, vì thực phẩm động vật là có sự đau khổ của loài động vật. Người ăn uống như vậy là người giữ gìn Khẩu Thiện Hành. Xin các bạn lưu ý về Khẩu Thiện Hành của mình và cố gắng khắc phục tâm mình để giữ gìn trọn vẹn như lời dạy của đức Phật: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Bốn Niệm Xứ? Ba Thiện Hành, cần phải trả lời như vậy”**, thì khẩu hành mới được thanh tịnh.

Như lời Phật đã dạy: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Ba Thiện Hành? Các căn được chế ngự, cần phải trả lời như vậy”**. Các căn được chế ngự là gì? Với pháp môn nào để chế ngự được các căn? Trong thân chúng ta có sáu căn:

1. Nhãn căn

2. Nhĩ căn

3. Tỷ căn

4. Thiệt căn

5. Thân căn

6. Ý căn

Chế ngự nghĩa như thế nào? Chế ngự

nghĩa là làm cho nó giảm bớt, không còn tăng trưởng, không còn phát triển, không còn dính mắc với sáu trần, làm cho nó không còn dính mắc sáu trần nữa, không làm theo ý muốn. Trước khi làm theo ý muốn thì phải quán sát nên làm hay không nên làm, nên làm là làm không có dục xen vào, có dục xen vào nhất định không làm.

Ví dụ 1: Chưa đến giờ ăn mà bụng đói muốn ăn, thì nhất định không ăn, chờ đúng giờ mới ăn. Đó là chế ngự ăn uống. Người thường chế ngự ăn uống như vậy tức là chế ngự tâm dục của mình. Chế ngự tâm dục của mình, đó là làm chủ tâm mình. Thường tu tập làm chủ tâm mình như vậy là thực hiện Khẩu Thiện Hành.

Ý Thiện Hành là gì? Ý Thiện Hành là hành động thiện của ý. Hành động thiện của ý là gì? Hành động thiện của ý là Chánh Tư Duy. Chánh Tư Duy là sự suy tư nghĩ tưởng không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả muôn loài vật. Ý Hành Thiện có năm:

- 1. Ý không khởi niệm tham**
- 2. Ý không khởi niệm sân**
- 3. Ý không khởi niệm si**
- 4. Ý không khởi niệm mạn**
- 5. Ý không khởi niệm nghi**

Nếu ý khởi ra niệm mà có tham, sân, si, mạn, nghi thì không thể nào gọi là Ý Thiện Hành. Muốn cho ý thiện hành hiện tiền thì hằng ngày chúng ta phòng hộ sáu căn. Vậy phòng hộ sáu căn như thế nào? Phòng hộ sáu căn là giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý. Nói như vậy các bạn rất khó hiểu, chúng tôi sẽ cho một ví dụ giúp các bạn hiểu một cách dễ dàng.

Ví dụ 2: Trong giờ đang tu tập Tứ Niệm Xứ thấy nhà dơ, khi xả thiền xong lấy chổi quét dọn cho sạch, thay vì giờ ấy là giờ xả nghỉ thư giãn thì chúng ta lại đi quét dọn, quét dọn là làm theo ý dục của mình; làm theo ý dục của mình tức là không phòng hộ ý căn. Không phòng hộ ý căn tức là không chế ngự tâm dục. Không chế ngự tâm dục tức là không ly dục ly ác pháp, mà mục đích tu hành của Phật là phải ly dục ly ác pháp để đạt cho được tâm bất động.

Cho nên các căn được chế ngự là món ăn của Ba Thiện Hành. Vậy, muốn chế ngự được các căn phải chế ngự bằng cách nào? Muốn chế ngự được các căn thì các bạn nên **tu tập tỉnh thức trong thân hành nội và thân hành ngoại** như: **Chánh niệm tỉnh giác** trong khi đi kinh hành (Thân hành niệm ngoại), Chánh niệm tỉnh giác trong từng hơi thở (Định Niệm Hơi Thở), Chánh niệm tỉnh giác trong từng tâm niệm (Định Vô Lậu);

Chánh niệm tỉnh giác trong thư giãn (Định Sáng Suốt); Chánh Niệm tỉnh giác trong Tứ Niệm Xứ. Hằng ngày tu tập được tỉnh thức như vậy, nên đức Phật gọi Chánh Niệm Tỉnh Giác là thức ăn cho các căn được chế ngự.

Xin các bạn đọc lại lời Phật đã dạy: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho các căn được chế ngự? Chánh Niệm Tỉnh Giác, cần phải trả lời như vậy”**. Nếu các bạn không tu tập Chánh Niệm tỉnh Giác trên đây thì khó mà chế ngự được các căn. Không chế ngự được các căn thì không làm sao các bạn ly dục ly ác pháp được. Xin các bạn hiểu cho, trên đây là lời dạy của đức Phật, chứ chúng tôi hoàn toàn không có chế pháp môn nào mới cả, và cũng không có những kiến giải bằng tưởng để lừa đảo các bạn mà đây do chúng tôi hiểu thấu nghĩa lý trong kinh bằng kinh nghiệm tu hành của chính mình.

Chánh Niệm Tỉnh Giác là thức ăn cho các căn được chế ngự. Vậy thức ăn cho Chánh Niệm Tỉnh Giác là gì? Như chúng tôi đã từng dạy các bạn Pháp Hướng Tâm tức là pháp dẫn tâm, cho nên trên bia đá tại tu viện Chơn Như chúng tôi có khắc trên bia như: **“Dẫn tâm vào đạo, chứ đừng dẫn đạo vào tâm”**. Trong kinh Pháp Cú đức Phật cũng dạy: “Tâm dẫn đầu các pháp, tâm làm chủ, tâm tạo tác...”.

Vậy pháp hướng tâm là gì? Pháp hướng tâm là pháp **Như Lý Tác Ý**. Xin các bạn lưu ý nó là một pháp môn rất quan trọng trong sự tu tập theo Phật Giáo, nhờ nó mà chúng ta ngăn và diệt được ác pháp; nhờ nó mà phòng hộ được sáu căn; nhờ nó mà chúng ta giữ gìn tâm tương ưng với Niết Bàn; nhờ nó mà tâm ta được định tĩnh nhu nhuyễn dễ sử dụng; nhờ nó mà ta có được 7 năng lực Giác Chi, mười công đức thần lực Như Lai. Cho nên, dù các bạn tu tập pháp môn nào mà thiếu pháp dẫn tâm này thì các bạn khó thành công trên đường tu tập cho đến nơi đến chốn hoàn toàn. Vì thế đức Phật dạy: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Chánh Niệm Tĩnh Giác? Như Lý Tác Ý, cần phải trả lời như vậy”**. Đó là một xác định chắc chắn, nếu ai muốn có chánh niệm tĩnh Giác thì pháp như lý tác ý là món ăn hằng ngày của Chánh Niệm Tĩnh Giác.

Thưa các bạn, chúng tôi tu tập được làm chủ sự sống chết và chấm dứt luân hồi đều nhờ pháp Như Lý Tác Ý này. Nếu không có pháp này chắc chắn chúng tôi dù có tu hành như thế nào cũng chỉ uống một đời người mà thôi. Mong các bạn lưu ý để không phí một đời tu của mình.

Pháp môn như Lý Tác Ý là một pháp

môn tuyệt vời trong Đạo Phật, nhưng nó phải bền chí tu tập thì mới có hiệu quả. Nếu không bền chí thì chỉ tu tập một thời gian là bỏ cuộc. Muốn có sự bền chí tu tập thì phải có lòng tin nơi Phật, Pháp, Tăng và Giới. Có lòng tin như vậy thì mới thực hiện được pháp Như Lý Tác Ý. Nên đức Phật dạy: **“Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho Như Lý Tác Ý? Lòng tin, cần phải trả lời như vậy”**. Đúng vậy, các bạn! Chỉ có lòng tin mới có sự bền chí hằng ngày tu tập, mới có sự chuyên cần tinh tấn tác ý. Những gì chưa làm được phải làm cho được, những gì bất an phải làm cho an ổn, những gì ác pháp phải làm cho thiện pháp, những gì còn khổ đau phải làm cho hết đau khổ, những gì chưa chứng phải làm cho chứng, những gì chưa đạt phải làm cho đạt, những gì chưa ngộ phải làm cho ngộ. Bền chí, kiên trì, gan dạ làm cho bằng được, đó là lòng tin. Còn ngược lại là thiếu lòng tin.

Những người không có lòng tin nơi Phật, nơi Pháp, nơi Tăng, nơi Giới, nơi mình, thì dù có pháp môn gì hay tuyệt đi nữa, họ cũng bỏ cuộc, họ cũng thất bại, họ cũng chẳng thành công. Dù có muôn ngàn người tu hành mà không có lòng tin, thì cũng đều bỏ cuộc, có nghĩa là tu hành chẳng tới đâu cả. Cho nên, khi bước chân vào Đạo Phật chúng ta phải nghiên cứu, tìm hiểu Đạo Phật cho thấu

suốt. Một khi đã thấu suốt rồi thì mới có lòng tin, lòng tin bất tuyệt không bao giờ thay đổi. Nhưng muốn lòng tin ấy mãi mãi trường tồn thì sự tu tập phải có kết quả “Pháp Ta không có thời gian đến để mà thấy...” Vì Phật pháp tu tập là có kết quả ngay liền, nếu không kết quả tức là tu sai pháp, tu sai đặc tướng, quá ham tu, tu không đúng cách, tu không thứ lớp, lớp thấp không tu lại tu lớp cao hơn (lớp giới luật chưa xong lại tu lớp thiền định, lớp thiền định chưa tu xong lại tu lớp trí tuệ). Người tu tập như vậy là tu tập sai pháp, tu tập uổng công.

Suốt thời gian dài tu viện Chơn Như ra đời là cố ý đi tìm những người có lòng tin với Chánh pháp của Phật. Nhưng rất ít người có lòng tin như thế các bạn ạ! Mọi người đến với tu viện Chơn Như còn đầy lòng nghi ngờ. Vì thế, sự quyết tâm và bền chí tu tập nhiệt huyết không có. Người ta tu sai và tin vào tà pháp quá nhiều, còn Chánh pháp thì người ta thờ ơ. Cho nên ăn ngủ, đọc cư là chánh pháp xả tâm thì họ ném bỏ, chỉ biết ngồi lim dim như con cóc, như lên đồng nhập cốt. Thấy cách thức tu thiền của họ, biết là họ tu sai, nhưng họ chẳng đủ niềm tin với Chánh Phật pháp thì chúng tôi ngậm ngùi cũng đành bó tay vậy.

Các bạn tu thì ích lợi cho các bạn, chứ có ích lợi gì cho chúng tôi đâu, vả lại chúng

tôi đã phải cực khổ như thế này mà còn mang tiếng cho họ ăn uống không đúng tiêu chuẩn. Các bạn đến đây để được tu tập ly dục ly ác pháp, để được giải thoát chứ đâu phải đến đây để ăn uống cho đầy đủ chất bổ. Có lẽ, các bạn nghĩ rằng các bạn cúng dường cho Tu Viện là để phục vụ các bạn về ăn uống. Tu Viện là chỗ tu tập để ly dục ly ác pháp như Phật đã dạy, còn muốn ăn uống ngon bổ thì vào các chùa khác, ở đó các bạn cúng dường tiền nhiều thì họ sẽ phục vụ cho các bạn ăn uống đầy đủ. Còn ở đây, dù có cúng dường bao nhiêu tiền, các bạn cũng chỉ ăn uống đơn giản rau cải, tương dưa, muối, nước tương mà thôi; còn nếu các bạn đến Tu viện không có một đồng cúng dường thì các bạn cũng vẫn ăn uống như vậy.

Cho nên các bạn có cúng dường hay không cúng dường chúng tôi không quan trọng, mà chỗ quan trọng là chỗ tu tập của các bạn là phải ly dục ly ác pháp. Để ly dục ly ác pháp mà các bạn chấp ăn uống cho bổ dưỡng, thì chúng tôi xin hỏi bạn: Khi ăn uống đầy đủ chất bổ thì thân tâm bạn sanh dục và như vậy bạn ly chỗ nào? Ăn uống trong Đạo Phật là một vấn đề rất quan trọng trong sự tu tập giải thoát. Các bạn tu theo Đạo Phật hay tu theo Đạo Ăn Uống. Nếu tu theo Đạo Ăn Uống thì tu viện Chơn Như không có dạy tu tập những điều này, xin các

bạn thông cảm cho.

Khi tu tập kết quả mà các bạn nhắm vào là tu tập tâm không vọng tưởng. Ở đây, kết quả không phải vậy, mà hãy xem xét kết quả về ăn, ngủ, độc cư, nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, các bạn sống và tu tập, đã hết làm khổ mình khổ người và có lòng từ bi chưa?

Kết quả của Đạo Phật là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ. Nếu các bạn tu chưa có kết quả thì hãy cố gắng tu tập cho có kết quả, tu cho đạt được, tu cho chứng được. Thì đó mới gọi là tu. Chúng tôi dùng mọi cách hết sức giúp các bạn tu tập cho có kết quả này để lòng tin của các bạn tăng trưởng, nhưng các bạn đã mất lòng tin với chúng tôi thì dù chúng tôi có muốn giúp các bạn cũng chỉ hoài công vô ích mà thôi. Tự các bạn hãy chọn lấy đường đi. Chúc các bạn thành công.

Muốn có được lòng tin thì các bạn phải thông suốt ba cấp và tám lớp tu tập của Phật Giáo. Vậy ba cấp tu học của Phật Giáo là gì?

- **Cấp Giới luật (Thiện pháp)**
- **Cấp Thiền định (Tứ Thánh Định)**
- **Cấp Trí tuệ (Tam Minh)**

Thiện pháp là gì? Thiện pháp là đạo đức nhân bản - nhân quả, không làm khổ mình khổ người. Trong đạo đức nhân bản - nhân quả, không làm khổ mình khổ người gồm có những pháp: Thất Giác Chi, Tứ Vô Lượng Tâm, Tứ Bất Hoại Tịnh, Tứ Chánh Cần, Tứ Niệm Xứ, Thân Hành Niệm. Trong Tứ Chánh Cần gồm có các định: *Định Niệm Hơi Thở, Định Vô Lậu, Định Sáng Suốt, Định Chánh Niệm Tĩnh Giác.*

Tứ Thánh Định là gì? Tứ Thánh Định là bốn loại định của bậc Thánh. Tứ Thánh Định gồm có là:

- 1. Sơ Thiền**
- 2. Nhị Thiền**
- 3. Tam Thiền**
- 4. Tứ Thiền**

Tam Minh là gì? Tam Minh là ba sự thông suốt hiểu biết vượt không gian và thời gian, gồm có:

- 1. Túc Mạng Minh**
- 2. Thiên Nhân Minh**
- 3. Lậu Tận Minh**

Tất cả những pháp trên đây đều gọi là vi diệu pháp. Cho nên đức Phật dạy: “Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho lòng tin?

Nghe diệu pháp, cần phải trả lời như vậy”.

Đúng vậy, muốn tu theo Đạo Phật thì các bạn cần phải nghe, học, hiểu cho thông suốt vi diệu pháp. Khi nghe học học hiểu thông suốt lý giải thoát của Vi Diệu Pháp thì lòng tin của chúng ta tăng trưởng. Cho nên, lòng tin của chúng ta có được là nhờ chúng ta thấy được sự lợi ích thiết thực cho đời sống của loài người, của bản thân. Vì vậy, vi diệu pháp là thức ăn của lòng tin. Nếu không có vi diệu pháp thì lòng tin các bạn không bao giờ có được. Vậy, trước khi vào đạo, các bạn nên tìm kinh sách Chánh pháp của Phật để nghiên cứu tìm hiểu, còn đọc và tìm hiểu sai pháp, không đúng Chánh pháp của Phật thì niềm tin ấy bị lệch lạc, sau này rất khó bỏ. Bởi, con người dễ bị ảnh hưởng xấu, hễ nghe ai nói có lý theo đặc tướng của mình hay theo quan niệm của mình thì dính mắc ngay liền và tưởng chừng cái đó là thật có, thật đúng.

Ví dụ: Linh hồn là một sự mê tín và lạc hậu đã ăn sâu vào tư tưởng của mọi người. Dù cách đây 2548 năm đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã tuyên bố thân ngũ uẩn khi tan rã không còn một vật gì cả. Thế mà người ta vẫn tin rằng sau khi chết còn có sự sống. Sự thật không bao giờ có điều này, nhưng khi tư tưởng họ đã bị dính mắc vào kiến chấp này thì bảo gì họ cũng không bỏ được.

Ngay từ lúc đầu, bạn muốn tìm hiểu Phật Giáo mà nghiên cứu kinh sách Đại Thừa thì bạn đã rơi vào tư tưởng của Bà La Môn. Mà đã rơi vào tư tưởng của Bà La Môn thì bạn khó mà dứt bỏ. Vì tà pháp của Bà La Môn đã là thức ăn của lòng tin của bạn rồi thì chánh pháp không còn có thể là thức ăn của lòng tin chân chánh của bạn được nữa. Lòng tin chân chánh của bạn đã mất rồi.

Muốn được nghe, học và hiểu biết về vi diệu pháp, thì các bạn phải thân cận những bậc Chân tu, bậc Giới hạnh nghiêm chỉnh, bậc chứng đạt Tứ Thánh Định, bậc chứng đắc Tam Minh. Nhờ thân cận những bậc ấy, các bạn sẽ được nghe đúng Chánh pháp của Phật: “Giới, Định, Tuệ”. Giới, Định, Tuệ là vi diệu pháp. Vi diệu pháp chỉ có những bậc tu chứng mới triển khai nổi, vì họ có đầy đủ kinh nghiệm trong sự tu tập. Còn những người sống phá giới, phạm giới mà thuyết giảng giới, định, tuệ thì làm sao giảng nổi, vì họ không có tu tập, làm sao biết chỗ nào đâu mà giảng, nói theo chữ nghĩa kiến giải là nói sai pháp, biến Chánh pháp của Phật thành Tà Pháp của ngoại đạo.

Cho nên, sự thân cận với những bậc chân tu là một điều cần thiết để thông hiểu Chánh pháp mà không bị bóp méo bởi

những tư tưởng còn đắm chìm trong danh lợi của những kẻ giả tu. Sự thân cận gần gũi bậc Chân tu hằng ngày thì mới có sự lợi ích lớn, cũng giống như hằng ngày chúng ta phải ăn cơm, nhờ hằng ngày chúng ta có ăn cơm thì mới sống. Có đúng vậy không các bạn? Cho nên, đức Phật cho sự thân cận với những bậc chân tu là thức ăn cho nghe vi diệu pháp: “Này các Tỳ Kheo! Cái gì là thức ăn cho nghe diệu pháp? Thân cận với bậc chân nhân, cần phải trả lời như vậy”. Muốn tu hành giải thoát mà không thân cận với bậc chân tu thì làm sao nghe vi diệu pháp được.

Tóm lại muốn tu theo Phật Giáo có 9 điều cần quan tâm:

- **Thứ nhất:** Chúng ta nên chọn một bậc Giới, Định, Tuệ, tức là chọn một bậc Thầy đức hạnh tròn đầy, để luôn luôn gần gũi thưa hỏi những điều cần hiểu biết.

- **Thứ hai:** Nhờ có thưa hỏi những điều cần hiểu biết, nên chúng ta mới thông hiểu Giới, Định, Tuệ và Bát Chánh Đạo, tức là vi diệu pháp của Phật Giáo.

- **Thứ ba:** Nhờ thông hiểu Giới, Định, Tuệ và Bát Chánh Đạo chúng ta mới vững lòng tin, mà bỏ ra những công sức tu tập, sửa sai những lỗi lầm, để đem lại cho mình một cuộc sống không làm khổ mình khổ

người. Do tu tập như vậy, cuộc sống càng an lạc và hạnh phúc nên lòng tin lại càng tin mãnh liệt hơn.

- **Thứ tư:** Sự tu tập càng ngày càng có nhiều kết quả trong cuộc sống là phải nhờ ở pháp Như Lý Tác Ý. Chỉ có pháp Như Lý Tác ý mới tu tập Giới, Định, Tuệ và Bát Chánh Đạo có kết quả tốt đẹp thôi.

- **Thứ năm:** Muốn chế ngự các căn thì Chánh Niệm Tỉnh Giác cần tu tập. Chánh Niệm Tỉnh Giác gồm có: Giới, Định, Tuệ và Bát Chánh Đạo.

- **Thứ sáu:** Muốn tu tập Ba Thiện Hành thì các căn phải được chế ngự. Nếu không chế ngự các căn thì không thể nào thực hiện Ba Thiện Hành. Các bạn nên nhớ điều này.

- **Thứ bảy:** Muốn tu tập Tứ Niệm Xứ thì Ba Thiện Hành cần phải thực hiện cho được. Nếu không thực hiện được Ba Thiện Hành thì không thể nào thực hiện Tứ Niệm Xứ được. Xin các bạn nên nhớ điều này.

- **Thứ tám:** Muốn tu tập Bảy Giác Chi thì Tứ Niệm Xứ cần phải thực hiện cho được viên mãn. Nếu không thực hiện được Tứ Niệm Xứ thì không thể nào thực hiện Bảy Năng Lực Giác Chi được. Xin các bạn nên lưu ý và nhớ điều này.

- **Thứ chín:** Muốn tu tập Minh Giải

thoát (Tam Minh) thì Bảy Năng Lực Giác Chi cần phải thực hiện cho được viên mãn. Nếu không thực hiện được Bảy Giác Chi viên mãn thì không thể nào thực hiện Minh giải thoát được. Xin các bạn nên lưu ý và nhớ điều này.

(Trưởng Lão Thích Thông Lạc. Những Lời Gốc Phật Dạy. Nxb Tôn Giáo, 2006, tập II, trang 63)



Phụ lục 3:

NHỮNG CÂU TÁC Ý NHẮC TÂM

TU TẬP TỬ VÔ LƯỢNG TÂM

1. Dưới bước chân ta đi có nhiều loài sinh vật nhỏ nhít, có nhiều loài thảo mộc cỏ cây yếu mềm. Ta hãy bước nhẹ nhàng để tránh tất cả sự đau khổ và chết chóc của muôn loài.

2. Chúng sanh quanh ta rất nhiều từ loài côn trùng nhỏ nhít cho đến các loài thảo mộc yếu mềm, ta đừng đứng trên chúng vì đứng trên chúng chúng sẽ đau khổ và chết chóc, héo úa.

3. Tất cả chúng sanh đang ở dưới lưng ta. Ta hãy nhẹ nhàng chú ý xem xét coi có chúng sanh hay không rồi mới nằm.

4. Tất cả chúng sanh đang ở bên ta, hãy ý tứ đừng nên vô tình mà làm đau khổ và chết chóc chúng.

5. Nơi ngòai của ta có những chúng sanh nhỏ nhít, phải lưu ý khi ngòai, đừng vô

tình ngồi trên chúng sanh làm đau khổ và chết chóc. Khi ngồi đứng lắc qua lắc lại vì lắc qua lắc lại va chạm làm đau khổ chúng sanh và chết chóc.

6. Tất cả những vật dụng cần thiết như cơm ăn, áo mặc, thuốc thang là của làm bằng mồ hôi, nước mắt của mọi người cực nhọc mới có cho ta. Ta phải biết ơn và thương yêu họ và thương yêu mọi người, dù người đó có hay không có cúng dường cho ta với lòng chơn thật không bao giờ đánh trả lại, mắng chửi họ, không bao giờ nặng lời to tiếng với họ. Vì đánh mắng chửi rửa nặng lời với họ là ta đã không biết thương yêu họ, là ta đã làm cho họ khổ sở. Ta phải nói lời nhẹ nhàng an ủi để làm cho mọi người vui mà không buồn khổ nữa.

7. Trên mọi vật đều có chúng sanh đang ở trên đó. Ta hãy cầm nhẹ nhàng để tránh sự chết chóc và đau khổ của chúng sanh.

8. Ta nhai nuốt ăn uống tâm ta phải thương xót chúng sanh. Lỡ nhai nuốt ăn vào bụng làm cho chúng sanh đau khổ và thiệt mạng là một điều tội lỗi lớn.

9. Ta muốn nói một điều gì ta cần phải cân nhắc kỹ, suy tư cho chín chắn rồi mới

nói ra.

10. Ta nói phải giữ gìn lời cho đúng đắn, không được nói dối, nói oan ức làm cho khổ người.

11. Ta là người hay nhiều chuyện lắm mồm, đừng chuyện gì cũng nói, cũng xen vô, đừng đâu cũng xía.

12. Ta là người hay nhiều chuyện, lắm mồm từ nay phải bỏ không được xen vào chuyện của người khác.

13. Chuyện người người biết, chuyện mình mình hay. Không được xen vào chuyện của người khác để thêm rắc rối và đau khổ cho mình cho người.

14. Từ đây ta phải im lặng, sống trong trầm lặng không được nhiều chuyện lắm mồm nữa.

15. Ta không nói thì thôi mà hễ nói ra thì phải nói làm vui lòng mọi người.

16. Chính vì nói ra mà làm vui lòng người là ta đã biết thương người như chính thương thân ta.

17. Làm người ta phải thương người, làm người ta phải thương người đau khổ cũng như ta đau khổ.

18. Thân tất cả chúng sanh cũng như thân ta thường đau khổ thường đói khát. Ta hãy thương yêu và chăm sóc chúng như chính chăm sóc thân ta, chăm sóc như con ta.

19. Tất cả chúng sanh như con ta, ta phải thương yêu và không bao giờ làm đau khổ chúng sanh.

20. Hãy thương người đang sân.

21. Hãy thương người đang bệnh khổ.

22. Hãy thương người có tai nạn.

23. Hãy thương người tham lam trộm cắp.

24. Hãy thương người đang si mê.

25. Hãy thương người đang tị hiềm.

26. Hãy thương người đang ngã mạn cống cao.

27. Hãy thương người tàn tật.

28. Hãy thương người già yếu vì chính chúng ta ngày nào đó cũng già yếu lợm khọm rồi đi đứng run rẩy.

29. Hãy thương tất cả chúng sanh vì chúng sanh hoàn toàn là đau khổ.

30. Kẻ ngu si, vô minh mới chạy theo

vui dục lạc, nó là thứ dục lạc ảo giác, đâu có thật, chỉ có người trí mới biết mà thôi.

31. Hỷ của dục lạc là tai nạn, là bệnh tật, là khổ đau, ta hãy tránh xa cái hỷ này.

32. Hỷ của dục là ảo giác, không có thật, nó là thuốc độc, là rắn độc giết hại con người. Ta hãy lánh xa các loại hỷ này.

33. Hỷ vui theo các ác pháp là hỷ tâm vô lượng ác, là làm đau khổ chúng sanh, giết hại chúng sanh, không có lòng từ bi thương xót chúng sanh. Ta hãy tránh xa hỷ này, yểm ly hỷ này, từ bỏ hỷ này, xa lìa hỷ này vì hỷ này làm đau khổ chúng sanh, làm sanh ra địa ngục của chúng ta. Hãy dứt trừ sự vui theo các ác pháp.

34. Ta hãy vui mừng theo những ý kiến của người khác để mình và người đều vui.

35. Tánh hay khoe khoang cái hay cái giỏi của mình là chướng tâm ngại đạo, phải từ bỏ xa lìa thói xấu này.

36. Trong vạn vật đều có sự vui chan hòa, ta hãy theo đó mà hòa mình trong niềm vui. Nếu ta làm một việc không vui thì đã làm buồn khổ muôn loài vạn vật, cỏ cây.

37. Sắc dục là con đường sanh tử của muôn loài, con đường đầy đau khổ triền miên bất tận kiếp này đến kiếp khác. Ta xả bỏ, từ khước, thoát ly, ra khỏi, từ già, không nên để tâm ta dính mắc nó nữa.

38. Sắc dục là bất tịnh, là uế trược, nhốt nhao, hôi thúi, tanh hôi khó chịu bản thủ vô cùng, tạo muôn ngàn thứ tật bệnh, tai ương, và truyền nối nhau nhân quả luân hồi từ kiếp này sang kiếp khác, không bao giờ thôi dứt, một người để lại muôn người khổ, nối tiếp nhau vô cùng vô tận. Ta phải xả bỏ, xa lìa, viễn ly vĩnh viễn, chẳng dám bén mảng, xem nó như rắn độc, ung nhọt, cho nó là hiểm nguy nhất, cho nó là tai họa, cho nó là chỗ ác độc, cho nó là bệnh truyền nhiễm, nan y, không thuốc chữa.

39. Tiền bạc của cải châu báu là những vật chất cám dỗ lôi cuốn rất mạnh làm cho tâm ta ham mê, say thích mà chạy theo tạo ra biết bao nhiêu điều tội ác.

40. Vì tiền bạc châu báu vật chất thế gian mà con người xâu xé lẫn nhau. Nhà nhà không yên ấm, nước mất thái bình. Ta phải từ bỏ tiền bạc của báu vật chất thế gian như bỏ đôi giày rách.

41. Tiền bạc của cải, châu báu vật

chất thể gian là tên chủ độc tài, sai bảo ta làm bất cứ một điều gì ta đều mờ ám vâng theo, làm những điều tội lỗi tà trời. Vậy ta phải từ già, xa lìa ông chủ này để được tự do, thoát kiếp nô lệ.

42. Vàng bạc châu báu, của cải tài sản thể gian là rắn độc, là ung nhọt truyền nhiễm, bệnh tật nan y, không trị được. Nếu ta gần gũi có ngày sẽ bị rắn độc cắn, sẽ bị vi trùng truyền nhiễm bệnh độc. Ta hãy xa lánh nó đừng cất giữ, đừng tích trữ mà hãy cao bay xa chạy, tránh nó như bệnh cùi.

43. Danh là một dục lạc ảo giác, nuôi lớn ngã mạn, khiến tâm ta thường đau khổ, hay tranh cãi, lý luận, giận hờn phiền não. Ta hãy xả bỏ, từ bỏ, viễn ly, chẳng mong cầu danh gì cả, chỉ biết tu hành thanh tịnh tâm để ra khỏi sanh tử mà thôi.

44. Danh là tên giặc hão huyền không có thật. Nó thường lôi cuốn tâm ta tỏ ra những hạnh xấu, hiu hiu, tự đắc, tự cao, tự đại, cao ngạo. Ta hãy xả xuống hết không còn một cái danh gì trong ta. Ta chỉ là một con người như bao con người khác.

45. Danh là một thứ dục lạc vô hình thu hút và cám dỗ con người rất mạnh, do đó sinh ra ngũ triền cái tham - sân - si -

man - nghi. Triền cái này trói buộc chúng ta muôn đời muôn kiếp sống đau khổ. Vậy ta hãy lánh xa từ bỏ, từ khước, viễn ly tất cả các loại danh.

46. Danh dục lạc có một ma lực vô hình lôi cuốn và cám dỗ con người vào chỗ sanh tử luân hồi, ta phải từ già, từ khước, từ bỏ, lánh xa, viễn ly danh dù bất cứ mọi trường hợp nào.

47. Người tu sỹ lãnh đạo tăng đoàn mà đón danh lợi vào chùa là đón rắn độc. Rắn sẽ cắn chúng tăng chết hết. Vậy người lãnh đạo tăng đoàn phải xa lánh, từ bỏ, từ khước danh lợi để cứu lấy chúng tăng, để cứu lấy Phật giáo.

48. Ban đêm tôi đi kinh hành, không thấy chúng sanh. Xin tất cả chúng sanh dưới chân tôi hãy tránh cho tôi đi.

49. Cái ngủ này vốn không có trong thân tứ đại này, chỉ do ngu si, mê muội, lười biếng, thiếu tinh tấn nên mới thọ sanh. Thọ vốn vô thường, lúc có lúc không. Vậy thọ uẩn phải dừng trạng thái ngủ nghỉ mê muội này, không được tái diễn, phải chấm dứt ngay.

TU TẬP TỨ CHÁNH CẦN

1. Giết hại chúng sanh, ăn thịt chúng sanh là pháp ác, chúng ta phải đoạn dứt, đoạn trừ. Phải đoạn trừ tận gốc cái tâm khả hỷ khả ái này.

2. Chúng sanh có mạng sống như ta nên cũng sợ đau sợ chết như ta. Ta phải thương yêu như chính bản thân ta, như con ta vậy.

3. Trộm cắp, cướp giật, lấy của không cho là một điều cực ác, ta phải dứt trừ, từ bỏ vĩnh ly, xa lánh vĩnh viễn.

4. Trộm cắp cướp giật lấy của không cho dưới mọi hình thức nào cũng đều là một tội lỗi cực ác, phải dứt trừ từ già xa lìa, từ bỏ, vĩnh ly, đoạn tận.

5. Của cải tài sản của ta ta mất ta còn buồn khổ, có thể ta đi đến chết, quyền sinh tự tử, lẽ nào ta lấy của người bằng mọi hình thức cho được.

6. Tà dâm là một thứ sắc dục không chơn chánh, làm tan cửa nát nhà người và cả mình. Làm đau khổ gia đình mình và gia đình người. Ta phải chấm dứt thói sắc dục bất chánh này, ta ly khai từ bỏ xa lánh, vĩnh ly vĩnh viễn.

7. Tà dâm là một tánh rất xấu làm

cho con người mất thể diện, thọ tiếng xấu bạc tình bạc nghĩa, muôn đời ta phải dứt bỏ như dứt bỏ một vật thối tha bản thủ nhất.

8. Đời người thường ao ước được hạnh phúc cuộc sống lứa đôi, bên nhau trung thành mãi mãi. Chẳng bạc tình bạc nghĩa vậy ta hãy biết thương người, mong cầu đem lại hạnh phúc cho người. Thì tánh tà dâm là một tánh xấu đem lại ta khổ người khổ, gia đình tan nát. Biết thương mình thương người ta hãy dứt trừ tánh xấu này.

9. Nói láo là một lời nói dối gạt người, làm cho người tin theo phải khổ sở, nó là một pháp ác.

10. Nói láo là một tánh xấu ác, ta phải dứt trừ từ bỏ viên ly.

11. Nói láo là một tánh xấu ác, ác pháp, làm ta mất uy tín với mọi người. Vậy nay ta hãy từ bỏ, xa lánh pháp này.

12. Ta là người tu tập tứ vô lượng tâm, tâm thương yêu rộng lớn đối với muôn loài, ta nữ nào dối gạt chúng sanh. Ta phải từ bỏ, xa lánh nơi nói láo để thực hiện lòng thương yêu rộng lớn.

13. Nói láo là không thương chúng

sanh và không thương mình, ta phải chấm dứt, đoạn dứt tánh xấu ác này.

14. *Thương người không được nói láo vì nói láo là không thương người.*

15. *Nói láo là một tánh xấu cực ác, ta phải chấm dứt ngay.*

16. *Đem chuyện xấu của người nói cho người khác biết là một điều ác, làm cho người khác đau khổ, ta phải dứt trừ, từ bỏ viễn ly tật xấu ác này.*

17. *Đặt điều ra nói xấu người là một pháp ác, là một tánh xấu tệ của ta, ta phải dứt trừ, ta phải từ bỏ như bệnh cùi.*

18. *Nói lời vu khống oan ức khiến người ta tức tối sanh ra tự tử, quỳn sinh hoặc oan ức tù tội tử hình đó là một pháp ác, một pháp cực ác, ta phải từ bỏ, dứt bỏ vĩnh viễn.*

19. *Ta là tu sỹ đạo từ bi, thương khắp chúng sinh nữ nào đem chuyện xấu của người nói cho người khác biết để cho người khổ sở như vậy, là ta làm mất từ bi nên ta phải dứt bỏ tật xấu ác này vĩnh viễn.*

20. *Ta là người trau dồi lòng thương khắp chúng sanh nữ nào ta đặt điều nói xấu người, nói xấu người là một điều cực*

ác như vậy, ta không còn là con người biết thương chúng sanh. Vậy từ đây ta phải bỏ tật xấu này.

21. Vu khống nói oan ức cho người là một hành động tà ngôn hạnh, giết người bằng gương miệng rất là ác độc.

22. Người tu sỹ đạo từ bi thương khắp chúng sanh ta phải dứt trừ vĩnh viễn tà ngôn ngữ này để thực hiện lòng thương yêu phủ trùm vạn hữu.

23. Lời nói hung dữ là lời nói cực ác làm cho chúng sinh sợ hãi, ta hãy mạnh dạn quyết tâm từ bỏ xa lìa đoạn dứt lời nói hung dữ.

24. Từ đây về sau ta không được to tiếng, lớn tiếng bất kỳ với ai vì to tiếng lớn tiếng là lời nói hung dữ. Ta phải dứt bỏ và từ già nó để chúng sinh không còn sợ hãi nữa.

25. Ta là người tu sỹ đạo Phật phải biết thương người, cố sao ta lại dùng lời nói hung dữ để làm cho mọi người sợ hãi, từ đây thương người ta không được nói lời hung dữ nữa.

26. Tâm ta luôn luôn thương khắp chúng sinh, ban rải lòng từ khắp cùng,

không làm cho chúng sinh sợ hãi. Vậy ta phải luôn luôn có những lời nói ôn tồn, nhã nhặn, từ hòa, sáng suốt, đúng thời.

27. Tham lam là một tánh xấu cực ác, nó làm cho ta đau khổ và người khác đau khổ. Từ đây đứng trước mọi vật dù miếng ăn manh áo tốt xấu ngon dở ta cũng phải từ khước viễn ly xa lìa, xem nó là rắn độc, là quỷ dữ, là ác thú trong tâm ta.

28. Ý sân là một hành động cực ác đầy tội lỗi, làm cho ta khổ, người khác khổ, ta phải từ bỏ dứt trừ, phải mạnh dạn và quyết tâm xa lìa nó, từ bỏ nó, xem nó như thú dữ ác độc, như quỷ dữ la sát.

29. Ý sân từ đây phải chấm dứt, phải từ bỏ không được phóng khởi.

30. Ý sân giận dữ chửi mắng nạt nộ người khiến cho người ta sợ hãi đau khổ. Ta phải thương yêu họ, không được làm cho họ sợ hãi. Vậy từ đây ta không nên chửi mắng la hét mà phải thương yêu an ủi, giúp đỡ họ đừng sợ hãi.

31. Đời là khổ ta không nên sân để cho người, vật khác đều khổ thêm. Thấy ai sân ta nên thương họ, ta phải tập thương họ cho chân thật.

*32. Tâm u tối si mê như đêm đen, ta
hiện giờ thấy nó sáng suốt như ban ngày
không còn đen nữa.*



BẢNG SỐ 16-17:

TỶ KHEO GIỚI**Bảng số 16 (27:55)**

Trước khi bước vào đạo lộ thứ hai và tiếp tục bài học giới luật đã qua, Thầy đã giới thiệu với quý thầy một sơ đồ của đạo lộ thứ hai này để chuẩn bị hành trang cho người tu sĩ khi bước chân vào lộ trình này không còn ngỡ ngàng từ giới luật đến thiền định và trí tuệ vô lậu, lý pháp và hành pháp thường ứng dụng liên tục, có thấp có cao, có dễ, có khó, chỉ còn tùy ở người tu sĩ, tức là hành giả, có nhiệt tâm, có tinh cần siêng năng tu tập đúng thì kết quả rất là nhanh chóng.

Phần thứ nhất của người tu sĩ phải sẵn sàng trang bị buông xả cho thật sạch, nghĩa là cái phân mà thứ nhất này khi bước vào cái đạo lộ thứ nhất này thì cái người mà tu sĩ mà bước vào đạo lộ của người tu sĩ thì tức là phải sẵn sàng buông sạch, thật sạch chứ không còn có để một dính mắc này nọ thì chúng ta mới tu có kết quả rất lớn. Còn nếu mà không có sẵn sàng buông sạch, nó còn dính một chút xíu gì ở thế gian, dù là một cái vật chất rất nhỏ đi, nó cũng khó cho chúng

ta tiến bước ở trên con đường mà cái lộ trình thứ hai này được.

Một, đây là những lời của Đức Phật đã cân nhắc cho cái sự bước vào cái lộ trình thứ hai để chúng ta chuẩn bị cho tinh thần mình vững chắc, để thấy cuộc đời của người tu sĩ như thế nào, cho nên đức Phật có nêu lên nhiều cái điều kiện để chúng ta bước vào cái lộ trình thứ hai: “*Một, trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ mong cầu, cất chứa nhiều y phục và đồ ăn uống*”. Đó là cái thứ nhất mà ông Phật đã nhắc nhở cái người tu sĩ bước chân vào, là trở thành một vị tỳ kheo đó, thì không có được cất chứa nhiều y phục và đồ ăn uống. Đó là cái thứ nhất ở trong cái giáo pháp của đức Phật.

Cái thứ hai, “*Trong giáo pháp ta không có người tu sĩ kinh doanh buôn bán hoặc gieo trồng các loại cây*”. Đó là cái vấn đề mà phải xác định đạo Phật, đây là những bài kinh mà đức Phật xác định con đường mà người tu sĩ phải làm. Đây là đạo lộ thứ hai rồi chứ không phải là đạo lộ thứ nhất của người cư sĩ nữa đâu. Cho nên hoàn toàn là không có được kinh doanh buôn bán hoặc gieo trồng các loại cây, nghĩa là không có cấy lúa, không có trồng cây trồng này kia, tất cả những loại cây nào cũng không có trồng hết. Nghĩa là cái người tu sĩ chỉ còn có cái chấp nhận là đi xin ăn thôi, người ta cho thì

ăn mà không cho thì đói chứ còn không có trồng tĩa gì hết, hoàn toàn là không có làm tất cả những công việc gì hết. Đây là cái giáo pháp của Phật đã dạy cho cái người tu sĩ chứ không phải là Thầy bịa ra đâu, mà đây là hẳn hoi là ở trong kinh điển chỉ dạy rất rõ ràng, đây là lời Phật dạy đó.

Ba, *“Trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ dùng nhiều phương tiện cầu lợi, cầu lợi dưỡng cho mình, dùng ngà voi và những loại báu khác để làm giường cao rộng lớn, gối êm nệm ấm, chăn ấm thêu màu rực rỡ”*. Nghĩa là cái điều kiện thứ ba đức Phật cấm, chấm dứt là không có cho dùng những cái phương tiện để mà làm cho mình có những cái vật báu như ngà voi hay là châu báu đó, không có được, và cũng không có chấp nhận là cái người mà tu sĩ mà theo đạo Phật nằm giường cao rộng lớn mà gối êm nệm ấm, nào nệm mút đồ đó thì không có được, hoàn toàn là chấm dứt, không có được chăn mền mà thêu bông hoa rực rỡ bằng cách này bằng cách khác như người thế gian được, nghĩa là chấm dứt cái điều đó. Đó là chuẩn bị cho cái tư tưởng tinh thần của người tu sĩ, chứ nếu không thì chúng ta lầm lạc lắm, chúng ta không hiểu, mà những bài pháp này là nằm ở trong kinh A hàm và kinh Nguyên thủy rất là rõ ràng, luôn luôn lúc nào nó cũng nhan nhản ở trước mắt của

chúng ta, không thể nào mà chúng ta chối bỏ được.

Bốn, “trong giáo pháp ta không có người tu sĩ hay trang sức thân mình, tô thoa ướp bằng dầu thơm, tắm gội bằng nước thơm, hương bột rắc khắp mình, chải đầu với dầu thơm, mang tràng hoa đẹp, soi gương, thoa phấn, đi giày thêu, mặc quần áo thuần một màu trắng, dao gậy luôn luôn đeo bên mình, đi có lọng che, tay cầm quạt, sửa soạn xe cộ lộng lẫy.” Đó là tất cả những cái mà đức Phật đã chuẩn bị cho người tu sĩ mà theo đạo Phật thì đi đứng có cầm gậy ba toong hoặc này kia chống, không có xách cái kiếu mà gậy gộc như vậy hay hoặc là dù, hoặc này kia. Hoàn toàn là không có trang sức cho mình một cái gì, không có được giày dép hay hoặc là những cái loại mà làm cho mình đẹp, trang hoàng cho mình đẹp để qua quần áo hoặc là gậy gộc, hoặc là đeo theo mình bằng cái này cái kia. Ở đây lọng che cũng không có nè, tay cầm quạt cũng không có nè. Vì vậy ở đây những bài kinh này như vậy đó mà Thầy thấy các nhà sư có quạt che đầu, rồi có dù, có những cái này kia mà sao trong những bài kinh này lại cấm không có cho sửa soạn như vậy đó. Mưa là mưa chứ không có xách dù xách lọng, đó mà Thầy thấy có nhiều nhà sư có dù có lọng rồi có cái quạt cầm tay đủ loại, sửa soạn xe cộ lộng

lấy. Xe cộ mà đi mà ngồi xe cộ lộng lẫy thì chắc chắn là ông thần, ông Phật không có rồi, cho nên ở đây đức Phật đã quyết định là trong giáo pháp của đức Phật là không có những hạng người mà sửa soạn như vậy.

Năm, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ ham thích vui chơi bằng những trò chơi giải trí vui đùa khác”*. Nghĩa là trong giáo pháp của Phật không có người tu sĩ ham thích đá banh, chạy đua hay hoặc là bơi lội hay hoặc là đánh cờ hay hoặc là tất cả những cái trò chơi giải trí, hay hoặc là đánh tennis hay hoặc là làm những chuyện giải trí khác thì không có được chơi những trò chơi đó. Đó là phần thứ năm.

Phần thứ sáu, *“Trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ thường nói những lời vô ích chướng ngại Thánh đạo”*. Nghĩa là người mà vào ở trong cái giáo pháp thì phải chuẩn bị giáo pháp của Phật, thì phải chuẩn bị không được nói lời phiếm, nói chuyện tào lao, nói chuyện tầm bậy tầm bạ, nói chuyện lời vô ích, không có nhắc chuyện đời xưa, mà cũng không nhắc chuyện trước kia mình làm cái nghề này nghề kia nghề nọ, mình là người ăn chơi hút xách hoặc là làm cái này kia. Mình làm gì làm giờ vô rồi không còn nhắc lại chuyện đó nữa. Nghĩa là hồi đó mình trác táng bài bạc như thế nào mặc. Bây giờ vô rồi thì không có nói cái chuyện đó

ra. Tức là nói những chuyện đó là chuyện vô ích, chuyện đã qua, chuyện không đúng, cho nên trong giáo pháp của Phật thì không có người tu sĩ mà đem những chuyện đó thuật lại. Hồi đó thì mình trai gái mèo mỡ thế nào bây giờ đem vô cũng thuật lại cho ông thầy này nghe ông thầy kia nghe. Hồi đó ngồi rình góc nhà người này, ngồi rình góc nhà người kia bằng cách là ve vọ ve con người ta bây giờ cũng đem vô đây nói. Đó là những cái chuyện vô ích, cái chuyện không có đúng cách của người tu sĩ. Cho nên trong giáo pháp của Phật thì không có những cái người tu sĩ đem nói những cái lời không có đúng cách như vậy. Đó là cái điều kiện mà Phật đã nêu lên để chúng ta chuẩn bị, chúng ta bước vào cái lộ trình của người tu sĩ thì phải chúng ta phải chuẩn bị hẳn hoi những cái điều kiện đó. Cái gì mà xảy ra rồi trong cuộc đời chúng ta trước khi mà chúng ta chưa biết Phật pháp thì bây giờ chúng ta phải dẹp bỏ hết, không có được nói lại, không được nhắc lại.

Bây, *“trong giáo pháp của ta không có những người tu sĩ trau chuốt văn chương, lời hay ý đẹp hoặc làm ra vẻ nghiêm trang chê bai người khác lấy lợi, cầu lợi”*. Nghĩa là ở trong cái giáo pháp đức Phật thì không có trau chuốt văn chương, làm thơ làm văn làm cái này kia đẹp để để mà cầu lợi cầu

đanh ở trong đó. Cho nên ở đây đức Phật cấm không có cho những người tu sĩ của mình ở trong giáo pháp của mình không có những loại đệ tử như vậy. Chứ không phải là vô trong đó rồi bắt đầu làm thơ làm văn, rồi ông thầy nào cũng có tập thơ hết, thơ thiền thơ đạo đủ thứ hết. Đó là cái sai không có đúng, bởi vì đây là những cái lời của Phật răn dạy, chúng ta chỉ tu giải thoát chứ không phải làm thơ làm văn để khoe cái hay cái đẹp của mình qua cái thương vay khóc mướn của thơ văn. Cho nên tất cả những cái này đều là dẹp xuống hết.

Tám, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ cùng nhau tranh tụng hoặc ở bất cứ nơi đâu cũng tranh nhau, cãi nhau các chuyện thị phi: Ta là người biết rõ kinh luật còn người thì không biết rõ gì cả. Ta hướng về chánh đạo còn người hướng về tà đạo, lấy trước nói sau, lấy sau nói trước. Ta đủ sức nhẫn nhục, còn người thì không đủ sức nhẫn nhục”*. Đó là những cái mà chê bai nhau, cái tranh tụng nhau, cái không có làm đúng cách thức trong giáo pháp của Phật, cho nên đức Phật nói rằng khi mà cái người mà bước vào mà cái lộ trình thứ hai mà trong giáo pháp của Phật thì hoàn toàn là phải chấm dứt những cái điều tranh cãi, không có tranh tụng hơn thua nhau, không có lý luận cái điều này lý luận điều kia,

không có coi người ta không hiểu, không có coi mình hơn người ta, mà luôn luôn lúc nào mình cũng lo tu tập, đặt niệm trước mặt mà tu tập. Đó là những cái điều kiện mà cần thiết cho một cái người tu sĩ theo đạo Phật trong cái lộ trình thứ hai.

Chín, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ làm sứ giả thông tin đây kia, tự mình làm hoặc bảo người khác làm môi giới”*. Nghĩa là Đức Phật cấm là không có cho mình đi làm thông tin, hoặc là làm gián điệp, hoặc là làm mai dong, móc người này móc người khác. Tất cả những cái này trong giáo pháp ta không có người tu sĩ như vậy.

Mười, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ tập luyện đao kiếm, cung tên, hoặc đá gà, đua ngựa, hoặc phe nam phe nữ đấu nhau, hoặc trỗi lên không ngớt những tiếng nhạc, tiếng cười đùa, vui hát”*. Đó thì trong giáo pháp của đức Phật thì không có những loại như vậy, tức là không có tập luyện võ, không có tập kiếm cung, không có đi những trò chơi như đá gà, đá ngựa hay hoặc là tập hợp phe nam phe nữ mà đấu với nhau, hoặc là trỗi lên những khúc nhạc ca hát, vui đùa, cười cợt. Đó là trong giáo pháp của đức Phật không có những loại tu sĩ như vậy. Những vị tu sĩ mà tập luyện võ này kia như vậy thì nó không đúng cách của đạo Phật. Mà không có trỗi lên giọng ca,

giọng kèn, tiếng hát, cười đùa một cách vô trật tự thì đức Phật không chấp nhận trong giáo pháp của Ngài.

Mười một, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ làm những việc tà mạng, ngăn ngại đạo pháp để tự sinh sống như xem tướng lành, tướng dữ, tướng tốt, tướng xấu của con trai, con gái để mong cầu lợi dưỡng”*. Nghĩa là mấy người mà xem tướng đó, xem mụn ruồi, xem tướng này kia, xem chỉ tay,... thì ở trong giáo pháp của đức Phật không có những cái loại đó. Những người mà làm như vậy là trong giáo pháp đức Phật không chấp nhận. Tức là bước qua cái lộ trình thứ hai này mà những người mà còn làm những cái chuyện đó thì tức là đức Phật không chấp nhận cho đó là người tu sĩ trong đạo pháp của ta.

Mười hai, *“trong giáo pháp của ta không có người tu sĩ làm những việc nuôi tà mạng, ngăn ngại đạo là để tự sinh sống như kêu gọi quý thần, thực hiện các loại bùa chú trừ yểm, dùng chú thuật thực hành khổ hạnh để cầu mong danh lợi”*. Đó là trong giáo pháp thì đức Phật cấm người đệ tử không có được dùng khổ hạnh mà để làm cho người ta quá cung kính mình để mà cầu danh lợi, cũng như không có được dùng bùa chú hoặc là kêu quý thần làm những cái chuyện không đúng cách. Những cái điều đó

là những cái điều tà nghiệp, tà mạng đó thì đức Phật cấm là không có cho cái người tu sĩ ở trong giáo pháp của đức Phật làm.

Mười ba, “*trong giáo pháp của ta không có những người tu sĩ làm những điều tà nghiệp ngăn ngại đạo để tự sinh sống như đọc thần chú để chữa bệnh hoặc đọc chú làm thuốc thang, châm chích trị liệu, điểm huyết các bệnh hoặc tụng kinh, tụng chú, cầu cúng, cầu siêu, cầu an*”. Tất cả những cái điều kiện này trong giáo pháp của đức Phật là cái người mà tu sĩ thì không được làm những cái nghề đó, không được làm những nghề thuốc thang, bùa chú hoặc là tụng chú, tụng kinh, tụng kệ để làm những cái việc mê tín, thậm chí như là châm cứu, hoặc là chích, hoặc là điểm huyết này kia để trị bệnh người ta thì ở đây ở trong cái giáo pháp của đức Phật cũng cấm không cho chúng ta làm. Cho nên trong giáo pháp của đức Phật thì không có những cái loại tu sĩ như vậy.

Mười bốn, “*trong giáo pháp của ta không có những người tu sĩ làm những điều tà mạng ngăn ngại đạo để tự sinh sống như tụng chú cầu nước, cầu mưa, cầu quý thần nhập*”, như mấy người mà lên đồng để nhập vào, cầu quý thần nhập vô đó để mà nói chuyện bệnh đau của họ, “***dùng bùa chú để yểm trấn nhà cửa mò mả,***

đoán mây, xem tay tính quẻ, chiêm tinh hoặc là sách âm nhạc, đoán mộng”, hoặc là sách âm nhạc thì trong giáo pháp của đức Phật thì không có những loại tu sĩ mà làm những cái hành những cái tà nghiệp như vậy.

Mười lăm, “*trong giáo pháp của ta không có những tu sĩ làm những điều tà nghiệp, ngăn ngại đạo pháp để tự sinh sống như đoán xem thời tiết có mưa hay không mưa, được mùa hay mất mùa, điều lành điều dữ, coi ngày tốt xấu cưới vợ gả con, cất nhà cất cửa, xem mồ xem mả, coi sao coi hạn*”. Đó thì trong giáo pháp của đức Phật thì không có người tu sĩ của đạo Phật không được làm những cái nghề nghiệp đó. Những nghề nghiệp đó là không đúng cái đường lối thứ hai, cái lộ trình thứ hai của người tu sĩ của đạo Phật.

Mười sáu, “*trong giáo pháp của ta không có những người tu sĩ làm những việc tà nghiệp, ngăn ngại đạo để tự sinh sống như vậy, trái lại những người tu sĩ ấy phải chuyên tu theo đúng Thánh giới, không có tâm nhiễm trước, bên trong giữ tâm hỷ lạc, mắt thấy sắc không chấp tướng và không bị sắc ràng buộc, kiên cố vắng lặng độc cư, không có tham đắm*”. Nghĩa là trước mọi đối tượng của cái hình sắc của mọi vật thì cái người tu sĩ mà đạo Phật thấy sắc thì không có chấp cái tướng riêng tướng chung của

nó, không có bị sắc buộc ràng cái tâm của mình, luôn luôn giữ tâm kiên cố, vắng lặng, độc cư, thâm lặng, không có tham đắm cái hình ảnh các sắc của mọi vật, cũng không có sợ hãi trước những cái sắc tướng đó, nghĩa là sắc đó có dữ tợn như thế nào ví dụ thấy như cọp, beo, rắn dữ thì mặc nó cũng chẳng sợ, mà thấy những cái gì mà làm cho dễ mến dễ ưa thì cũng chẳng ham chẳng thích, thì đó là cái sự ngăn chặn, mà sự ngăn chặn đó luôn luôn cái người mà ở trong giáo pháp của Phật thì luôn luôn ngăn chặn những cái sắc tướng đó, gọi là các ác pháp. Kiên trì giữ gìn giới luật, lúc nào chúng ta cũng phải giữ gìn giới luật cho nghiêm chặt để bảo vệ thân và tâm của mình.

“Khéo bảo vệ nhĩ căn, nhĩ căn, thiệt căn và ý căn, cũng như thế, khéo chế ngự sáu xúc, hộ trì và điều phục chúng khiến tâm được an ổn. Ăn là vừa biết đủ, cũng không tham những món ăn ngon, chỉ cần nuôi thân để khỏi bệnh tật, không bao giờ cống cao ngã mạn, luôn điều hòa thân tâm mình khiến cho khổ cũ tiêu diệt, khổ mới không phát sanh, có sức vô sự làm cho thân được an lạc”. Đó là những cái lời mà đức Phật dạy là mười lăm cái điều ở trên là trong giáo pháp của đức Phật không có làm những cái tà mạng đó và cái phần mười sáu là đức Phật nhắc chúng ta phải thực hiện trong cái

con người mà đi vào cái lộ trình thứ hai này phải thực hiện những cái điều mà Thầy vừa đọc ở trên, để cho quý thầy biết rằng những cái điều đó là những cái điều mà căn bản và cần thiết khi bước chân vào cái lộ trình thứ hai này.

“Trong đạo pháp của ta, những người tu sĩ ăn đủ nuôi thân để mà hành đạo. Những tỳ kheo thành tựu những Thánh giới như thế đắc được Thánh căn, chỉ ăn vừa đủ, đầu đêm cuối đêm siêng năng giác tỉnh và trọn ngày nếu đi hoặc ngồi thường tỉnh giác nhất tâm để trừ các ám cái. Nửa đêm nằm nghiêng phía bên tay mặt và nhớ thức dậy đúng giờ, giữ gìn tư tưởng luôn luôn trong sáng, tâm không rối loạn. Đến cuối đêm liền thức dậy tư duy, hoặc đi, hoặc ngồi thường đặt niệm nhất tâm để trừ các ám cái. Tỳ kheo có đầy đủ Thánh giới như vậy nên được Thánh căn chỉ ăn vừa đủ, đầu đêm cuối đêm tinh tấn giác tỉnh thường niệm nhất tâm không có tán loạn. Thế nào là tỳ kheo niệm không tán loạn? Tỳ kheo quán thân trong thân tinh cần không giải đãi, ghi nhớ không quên để trừ bỏ tham ưu ở đời; quán ngoại thân, quán trong thân, quán hoại và hoại, tinh cần không giải đãi, ghi nhớ không quên để trừ bỏ các tham ưu ở đời. Quán thọ, quán tâm và quán pháp cũng như vậy. Đây là trụ

tâm nhưn tướng, trụ tâm trên nhưn tướng, tu như vậy tỳ kheo niệm không tán loạn”.

Đó thì cái phần này là cái phần sau này chúng ta sẽ học kỹ. Ở đây thì cái phần mà Phật tóm lược lại để chúng ta biết được những cái sơ đồ để chúng ta bước qua cái giai đoạn này phải tu tập như thế nào, ở đây Thầy cũng lược sơ mà nói thôi chứ đến khi mà tu tập thì Thầy sẽ dạy rất kỹ. Cho nên như bây giờ nói tỳ kheo quán thân trong thân hay hoặc là quán thân ngoại thân thì sẽ dạy đó là tu Tứ Niệm Xứ rồi, mà ở đây thì Phật chỉ dạy cho chúng ta biết rằng những cái hành động mà cái người mà tu sĩ trong đạo Phật, trong pháp môn của Phật là phải đi vào cái lộ trình thứ hai là họ phải làm cái gì trước cái gì sau. Thì đây là vạch ra cho chúng ta thấy từ cái chỗ mà chúng ta giữ gìn, ngăn ngại những nghề nghiệp mà chúng ta không cho nó xen vào trong cái chuyện làm của người tu sĩ của chúng ta, rồi chúng ta bắt đầu chúng ta phải giữ Thánh giới như thế nào để cho Thánh căn của chúng ta nó được tốt, được thanh tịnh cho đến khi mà mắt thấy sắc rồi chúng ta hộ trì như thế nào, rồi cho đến khi mà chúng ta phải giữ cho những nghiệp khổ đau mà ở trong thân của chúng ta, nghiệp khổ cũ nó tiêu diệt mà nó không phát sanh những nghiệp mới. Rồi đến khi cái ăn uống thì chúng ta, Phật nhắc đi nhắc

lại về cái ăn uống rồi tới cái ngủ nghỉ, rồi tới cái tỉnh thức rồi cái đặt niệm nhất tâm rồi cho đến khi quán thân trên thân, quán thọ trên thọ, quán pháp trên pháp, quán tâm trên tâm.

Băng số 17

Cái hành động của ý và hành động của thân, hành động của khẩu, khẩu mình, cái miệng của mình lần lần nó thanh tịnh, nó thanh tịnh tức là nó trở thành cái giới hạnh. Giới hạnh của thân, giới hạnh của khẩu, giới hạnh của ý, ba cái hành động thân khẩu ý này bắt đầu, bởi vì cái hành là cái hạnh cho nên từ đó mà chúng ta giữ gìn không có cho những lỗi nhỏ nhặt mà nó xảy ra, vì vậy mà cái thân khẩu và ý của chúng ta, tất cả những hành động của thân khẩu ý chúng ta nó thanh tịnh, nó thanh tịnh tức là giới hạnh chúng ta đã tròn đầy, oai nghi tế hạnh chúng ta rất tốt. Bởi vì mỗi lần cái thân chúng ta động dụng, thì ngay đó là động dụng của cái hành động của giới luật. Miệng chúng ta nói ra một cái điều gì thì miệng chúng ta nói ra trong giới luật, trong cái hành động của giới luật, nó không có những cái điều mà nghịch lại, lỗi lại giới luật. Rồi cái ý chúng ta khởi nghĩ một điều gì thì nó cũng hành động mà khởi nghĩ đó nó đều nằm ở trong cái hạnh của giới luật cho nên thân khẩu ý nghiệp của chúng ta lần lần thanh tịnh.

Sinh hoạt trong sạch giới hạnh cụ túc, lúc bấy giờ cái sự sinh hoạt hằng ngày do thân khẩu ý chúng ta nó bắt đầu nó đầy đủ, nó trọn vẹn những cái giới hạnh.

Thủ hộ các căn, chánh niệm tỉnh giác và thiếu dục tri túc. Đây là phần giới thiệu chuẩn bị cho đời sống xuất gia của người mới bắt đầu vào lộ trình thứ hai của đạo Phật, nhưng nó cũng là giới hạnh của vị tu sĩ, phần thứ nhất trong đạo Phật. Nghĩa là cái giới hạnh đầu tiên mà chúng ta bắt đầu là chúng ta phải thấy nó thực hiện qua những cái điều kiện này, đó là cái phần thứ nhất của giới hạnh của đạo Phật.

Kế tiếp khi đã xuất gia xong thì vị tỳ kheo giới hạnh phải được học đầy đủ. Nghĩa là bây giờ chúng ta đã xuất gia xong rồi thì lúc bây giờ chúng ta phải siêng năng, tuy ở trên giới thiệu những cái điều kiện như vậy để chúng ta rõ nhưng chúng ta cái giới luật nó đâu phải có một giới hai giới đâu, nó nhiều, 250 giới, 348 giới, do đó chúng ta phải học, học cho thuộc, biết từng cái lỗi nhỏ lỗi lớn chứ không thể nào mà thiếu học được. Do cái sự học hỏi cho đầy đủ đó thì chúng ta mới thấy được cái giới của nó, vì vậy mà chúng ta mới luôn luôn cái hành động của chúng ta sống toàn bộ nằm ở trong cái giới.

Vậy giới hạnh đầy đủ như thế nào? Bởi vì giới hạnh cụ túc ở đây chúng ta giới thiệu nhưng mà nó cũng là cái phần mà hành động của chúng ta bắt đầu chúng ta sử dụng trong cái cuộc đời tu hành của chúng ta. Cái hành động sử dụng đó thì nó là **giới hạnh**. Nhưng mà giới hạnh mới đầu nó chưa có được đầy đủ đâu, cho nên vì vậy mà tiến tới được giới hạnh được đầy đủ mà gọi là giới hạnh cụ túc, cụ túc tức là đầy đủ, mà giới hạnh cụ túc thì phải làm gì, phải như thế nào? Vậy giới hạnh đầy đủ là gì? Tức là giới hạnh cụ túc là gì? Bây giờ chúng ta phải học cho biết cái giới hạnh đầy đủ cụ túc như thế nào chứ giới bốn thì nó không nói đâu, nó chỉ kê ra những lỗi này lỗi kia chứ nó không nói cái giới hạnh đâu. Nhưng mà ở đây chúng ta phải học cái giới hạnh, mà cái giới hạnh cho nó được đầy đủ thì phải học như thế nào gọi là đầy đủ, mà nếu mà không học đầy đủ thì chúng ta biết đâu mà hành động cho nó đúng là cái giới hạnh. Còn nếu mà chúng ta hành động toàn bộ ở trong giới bốn hết thì trong giới bốn nó có ở trong đó nó có giới đức ở trong đó, nó có giới tuệ trong đó, nó có cả cái giới hạnh trong đó chứ nó đâu có riêng một cái phần nào đâu. Còn giới hạnh khác, giới đức khác, mà giới tuệ khác, nó đâu có giống nhau. Cho nên ở đây chúng ta phân loại ra cái giới hạnh nó phải nằm ở trong những vị trí nào, rồi cái giới

đức nó nằm ở trong vị trí nào, giới tuệ nó nằm ở trong vị trí nào để chúng ta thực hiện con đường tu tập chứ nếu mà không chúng ta đâu có biết được. Do đó chúng ta sống ở trong giới luật của Phật, Thầy là thầy của mình mà mình không rõ ông thầy của mình thì mình tu cái gì đây?

Vậy giới hạnh đầy đủ là gì? Tức là giới hạnh cụ tức là gì đó. **Vị tỳ kheo phải từ bỏ sát sanh.** Đây bắt đầu cái hạnh mà thứ nhất mà người bắt đầu vào tu, hồi này đó chỉ mới giới thiệu chúng ta biết phần giới hạnh chứ chưa phải là cụ tức còn bây giờ bắt đầu ở đây chúng ta mới thấy được cái giới hạnh cụ tức đầy đủ thứ nhất là như thế nào. Cái thứ nhất của giới hạnh chúng ta phải làm gì?

“Vị tỳ kheo phải từ bỏ sát sanh, tránh xa sự sát sanh, bỏ trượng, bỏ kiếm, bỏ gươm đao, cung tên, súng đạn, dao rựa, mác, luôn luôn phải tu tập, biết xấu hổ và sợ hãi trước những lỗi nhỏ nhặt sát sanh. Phải có lòng từ bi, sống phải thương xót đến tất cả hạnh phúc của chúng sanh và loài hữu tình, như vậy là giới hạnh của vị tỳ kheo ấy, thứ nhất trong giới luật của đức Phật”. Đó là cái giới hạnh thứ nhất của vị ấy chúng ta nhớ, đây là cái giới hạnh là không giết hại chúng sanh đó, bỏ trượng, bỏ gậy, bỏ làm cái sự đau khổ, luôn luôn khi mà lỡ chúng ta

đạp chết một con kiến là chúng ta phải xấu hổ, chúng ta phải sợ hãi, chứ đừng có nghĩ rằng đó là cái hành động sai lạc của chúng ta, vô tình của chúng ta chứ không phải là một cái chuyện chúng ta coi thường đâu. Bởi vì một vị tu sĩ gọi là giới hạnh thì không được làm đau khổ chúng sanh một con vật nào hết thì mới gọi là giới hạnh, chứ không phải là ăn thịt chúng ở trong miệng mà gọi là giới hạnh được đâu, đó là một cái điều sai, rất sai. Cho nên một người tu sĩ mà theo đạo Phật thì giới hạnh phải rõ ràng, phải biết được cái giới hạnh của nó là **cái hành động của cuộc sống của chúng ta hằng ngày gọi là giới hạnh**. Mà hằng ngày chúng ta đi chúng ta đạp chết côn trùng thì thử hỏi cái đó là giới hạnh của chúng ta sao, hoặc là hằng ngày chúng ta ăn thịt chúng sanh mà cái đó là giới hạnh của chúng ta sao, cho nên tất cả những cái điều này chúng ta phải thấy được cái chỗ đó, và chúng ta còn phải trau dồi Tứ Vô Lượng Tâm của chúng ta trong những cái giới hạnh này để chúng ta thực hiện tâm từ bi chúng ta luôn luôn lúc nào nó cũng thực hiện với sự thương yêu của chúng ta đối với chúng sanh. Từ đó chúng ta mới không có làm đau khổ chúng sanh, không giết hại chúng sanh, đó là sự tu tập cái giới hạnh của chúng ta.

Đây là chưa phải tới những cái pháp mà

dạy tu nhưng đây là những cái pháp để mà chúng ta biết, để mà chúng ta ngăn ngừa để mà chúng ta thực hiện trên cái sự tu tập như chúng ta học hồi nãy, cái lộ trình thứ nhất Tứ Vô Lượng Tâm, Từ Bi Hỷ Xả, Tứ Chánh Cần, các việc ác chưa sanh không cho sanh mà đã sanh thì đoạn diệt, các việc thiện chưa sanh thì cho sanh và đã sanh thì tăng trưởng, đó là Tứ Chánh Cần. Do những cái pháp mà tu tập như vậy và đồng thời Thầy còn dạy nè, Chánh Niệm Tỉnh Thức Định nè hoặc là tu Định Vô Lậu nè, tất cả những cái này đã dạy cách thức, pháp hướng cái này kia, tùy - hướng - quán chúng ta đã có nắm được một số tu tập rồi thì bắt đầu bây giờ qua cái giới hạnh là chúng ta đã biết cách rồi, không cần nhắc đi nhắc lại cái chỗ tu tập này nữa. Sau khi dạy các pháp như là 37 Phẩm Trợ Đạo, như tu Tứ Niệm Xứ hoặc là Ngũ Căn, Ngũ Lực hay hoặc là Thất Bồ Đề thì từ đó mới dạy ra cách thức mà thêm cho nó sâu hơn trong những pháp hành. Còn bây giờ chúng ta chỉ nói về giới hạnh cho nên chúng ta chỉ lướt qua mà không nói về pháp hành, nhưng chúng ta phải biết pháp hành. Nói về phải thương xót chúng sanh thì tức là chúng ta phải biết Từ Bi Hỷ Xả rồi, do đó chúng ta phải muốn cái giới hạnh chúng ta mà tròn đủ, cụ tức là đầy đủ đó thì chúng ta phải thực hiện Từ Bi Hỷ Xả của chúng ta, phải thực hiện Tứ Chánh Cần, rồi

thì thực hiện Tứ Chánh Cần thì Thầy đã có giảng cho các thầy biết cách để trạch pháp ra những câu pháp hướng, pháp tùy như thế nào, pháp quán như thế nào thì quý thầy đã rõ rồi, do đó quý thầy vẫn hiểu biết được cái giới hạnh, mà vẫn biết được cái giới hạnh thì quý thầy thực hiện ở những cái pháp đã học thì tức là quý thầy đã đạt được một cái giới hạnh thứ nhất mà trong giới luật của đức Phật đã dạy. Đó là cái giới hạnh thứ nhất, tức là dạy cái hành động của chúng ta phải nó thực hiện cái tâm từ bi như thế nào để mà chúng ta giữ trọn được cái giới hạnh đó, không có còn giết hại chúng sanh, không có còn cầm một cái vật mà làm đau khổ chúng sanh nữa.

Đây, một cái giới hạnh thứ hai, ***“Vị tỳ kheo phải từ bỏ lấy của không cho, chỉ lấy những vật đã cho, chỉ được mong những vật đã được cho, tự sống thanh tịnh ở hạnh tu này luôn luôn giữ gìn không để mang tiếng trộm cắp, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai trong giới luật của đức Phật”***.

Đó chúng ta phân ra từng chút để thấy những cái hạnh của nó. Bây giờ mình lấy cái vật của người ta không cho, lén lấy cục kẹo hay một cái bánh ăn lén thì đó là trộm cắp rồi, hay hoặc là thấy ở ngoài vườn của mình có trái cây nào đó thì thay vì hái nó đem vào

giao cho chúng tất cả, chúng ta không ăn phi thời, không có ăn trộm, do đó chúng ta hái trả lại không bao giờ mà chúng ta ăn như vậy, như vậy là hành động không có trộm cắp. Còn bây giờ thấy một cái trái cây, ổi hoặc là trái nhãn hay trái gấc chín, lấy cái lột bỏ vô miệng nhai thì đó rõ ràng là trộm cắp rồi. Mà trộm cắp như vậy là cái hạnh nó có tốt không, cái hành động đó có tốt không? Cái hành động đó không tốt tức là không phải là giới luật. Vì vậy không phải là giới hạnh. Cho nên khi mà giới hạnh là cái hành động làm cho chúng ta thanh tịnh không còn trộm cắp, không còn ăn vụng ăn vặt, không còn ăn uống phi thời thì đó là cái giới hạnh. Cho nên ở đây cái cuộc sống của chúng ta từng cái giới hạnh như vậy để mà nêu lên, để biết nó là cái giới hạnh nào, thứ nhất thứ nhì thứ ba thứ tư trong cuộc đời tu hành chúng ta phải giữ gìn nó. **Như vậy giới hạnh của vị ấy thứ hai trong giới luật của đạo Phật**, nghĩa là mình không có trộm cắp, không lấy của không cho thì như vậy là cái giới hạnh thứ hai của đạo Phật.

“Vị tỳ kheo phải từ bỏ dâm dục, phải xa lánh sự dâm dục, luôn luôn tự sống tịnh hạnh trong sạch, trong ý không được mong khởi dâm dục, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ ba trong giới luật của đức Phật”. Đó thì các thầy

thấy những cái giới hạnh này thì chúng ta thấy nằm như là gần ở trong giới bốn của Ngũ Giới, rõ ràng, nhưng không phải đâu, nó là giới hạnh để biến ra cái hành động của chúng ta, còn cái kia là giới bốn nhắc nhở chúng ta đừng có làm chuyện đó chứ không phải là giới hạnh, còn giới hạnh đây là cái cuộc sống của tu sĩ, cái hành động sống của tu sĩ phải nghiêm chỉnh trong cái hành động đó gọi là oai nghi tế hạnh của vị đó, cho nên gọi là giới hạnh.

“Vị tỳ kheo từ bỏ nói láo, tránh xa sự nói láo, phải luôn luôn nói lời chân thật, y chỉ trên sự thật mà nói, nói rất chắc chắn đáng tin cậy. Không lường gạt, không phản lại lời nói, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ tư trong giới luật của đức Phật”.

Đó, nếu mà cái người mà không nói láo đó là giới hạnh thứ tư trong giới luật của đức Phật. Trong giới bốn của đức Phật thì cái giới đó cũng là giới thứ tư, mà giới hạnh ở trong đây là hành động mà không nói láo, thì cái hành động oai nghi của chúng ta hằng ngày thì cái oai nghi đó gọi là giới hạnh của chúng ta.

“Vị tỳ kheo từ bỏ nói lưỡi hai chiều, tránh xa nói hai chiều, nghe điều gì chỗ này không đến chỗ kia nói để sanh chia

rẽ ở những người này, nghe điều gì ở chỗ kia không đi nói với những người này để sanh chia rẽ với những người kia. Như vậy tỳ kheo ấy đang sống hòa hợp với những kẻ ly gián, khuyến khích những kẻ hòa hợp, vui mừng trong sự hòa hợp, thoả mái trong sự hòa hợp, hân hoan trong sự hòa hợp, nói những lời đưa đến hòa hợp, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ năm trong giới luật của đức Phật”.

Đó thì chúng ta thấy rằng từ cái giới thứ tư đến giới thứ năm, thì ở cái giới này chúng ta thấy nó nằm ở trong Thập Thiện chứ không phải là nằm ở trong cái Ngũ Giới nữa, mà nó đi qua cái Thập Thiện. Mà qua cái Thập Thiện thì chúng ta thấy đây là cái hành động của miệng của chúng ta, mà miệng của chúng ta mà không nói những cái lời hai chiều như vậy, đó là cái giới hạnh của một người tu sĩ, nó có khác hơn ở trong giới bốn đó là ở chỗ này. Chúng ta thấy cái chỗ ở giới bốn thì khi mà nói Ngũ Giới thì nó chỉ có nói vọng ngữ thôi, mà nói về Thập Thiện thì nó mới có nói lời hai chiều, nói lời hung ác,... Đó thì ở đây chúng ta thấy qua cái giới hạnh thì nó lại có sự sai khác hơn một chút xíu như vậy thôi mà nó nói lên được cái hành động của nó, cái hành động của cái vị tu sĩ, cái oai nghi tế hạnh của nó ở chỗ cái hành động của cái miệng của nó.

Đó là giới thứ năm, giới hạnh thứ năm trong giới luật của đức Phật.

“Vị tỳ kheo từ bỏ nói lời độc ác, tránh xa nói lời độc ác, vị ấy nói những lời không có lỗi lầm, đẹp tai, dễ thương, nhẹ nhàng, ôn tồn, nhã nhặn, dễ cảm thông đến tâm của mọi người, luôn luôn có những lời tao nhã làm đẹp lòng người khác. Như vậy giới hạnh của vị ấy thứ sáu trong giới luật của đức Phật.”

Đó thì cái giới hạnh thứ sáu này thì chúng ta thấy không có nói lời to tiếng, không có chửi mắng, không có nạt nộ, không có làm cho người ta khổ sở, không có làm cho người ta sợ hãi mà luôn luôn nhẹ nhàng, ôn tồn, nhã nhặn thì đó là cái hạnh, cái oai nghi tế hạnh của cái hành động của miệng. Cho nên nó là giới hạnh thứ sáu ở trong giới luật của đức Phật.

Kế nữa, **“vị tỳ kheo từ bỏ nói lời phù phiếm, tránh xa nói lời phù phiếm, phải nói đúng thời đúng lúc, nói những lời chân thật, nói những lời có ý nghĩa cao đẹp, nói những lời về Chánh pháp, nói những lời về giới hạnh, giới đức, nói những lời đáng được ca ngợi, nói những lời hợp thời, hợp lý, hợp căn, hợp cơ, thuận lý, có mạch lạc, có hệ thống, có ích lợi cho người cho mình. Như vậy là**

giới hạnh của vị ấy thứ bảy trong giới luật của đức Phật.”

Đó thì ở đây cũng trong cái hành động nói mà nói như thế nào mà được những cái hạnh, được cái giới hạnh đó thì như vậy thì cái giới hạnh này là giới hạnh thứ bảy trong giới luật của đức Phật.

“Vị tỳ kheo từ bỏ làm hại các hạt giống và các loại cây cỏ thảo mộc, dùng ngày một bữa không ăn đêm, không ăn phi thời; từ bỏ, xa lánh ăn phi thời; từ bỏ đi xem múa hát, ca nhạc kịch; từ bỏ trang sức bằng vòng hoa hương liệu, dầu thơm, xà bông thơm và các thời trang khác; từ bỏ không dùng giường cao rộng lớn; từ bỏ tủ bàn ghế sang đẹp; từ bỏ nhận vàng bạc, tiền bạc, của báu; từ bỏ không nhận các hạt giống sống; từ bỏ không nhận thịt sống, thịt chín; từ bỏ không nhận đàn bà, con gái; từ bỏ không nhận nô tì trai gái; từ bỏ không nhận cừu và dê; từ bỏ không nhận gia cầm và heo; từ bỏ không nhận voi, bò, ngựa, ngựa cái; từ bỏ không nhận ruộng nương, đất đai; từ bỏ không nhận người môi giới hoặc tự mình làm môi giới; từ bỏ buôn bán các nghề thương mại; từ bỏ gian lận bằng cân, bằng thước, bằng tiền bạc, hoặc bằng các dụng cụ đo lường khác; từ bỏ các tà hạnh như hối

lộ, ăn lo, gian trá, lừa đảo; từ bỏ làm tổn thương hoặc làm đau khổ chúng sanh, câu thúc, bức bách, bức đập. Như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ tám trong giới luật của đức Phật”.

Đó là từ bỏ những cái việc làm như vậy, từ bỏ tất cả những điều kiện ở trên mà Thầy đã kể thì nó mới là cái giới hạnh thứ tám của trong đạo Phật, của giới luật của đạo Phật. Nó một loạt như vậy chứ nó không kể ra từng chút từng chút. Nghĩa là ở đây Thầy xin giải thích thêm chỗ này “*từ bỏ không nhận đàn bà con gái*” là dưới hình thức mà người tu sĩ mà chúng ta nhận đó là chúng ta nhận hoặc là cái người mới vào mà tập sự tu hành làm công quả, đó là hình thức mà tôi tố ở trong nhà chùa đó. Người ta công quả rồi sai người ta làm cái này làm cái kia cái nọ, sai họ làm đủ thứ chuyện nhà chùa, đó là hình thức là công quả nhưng mà sự thật đó là mình nhận là đàn bà hay hoặc là đàn ông hay hoặc là con trai để làm nô tì cho mình ở trong chùa, đó là hình thức công quả.

Cho nên ở đây chúng ta phải xét rằng ông Phật hồi xưa không có làm cái điều này, không có nhận cái kiểu mà công quả đâu, còn bây giờ thì chúng ta ngồi không đó mà nhận người vô để gọi là tập sự đó, gọi là tịnh nhân đó, để cho họ công quả hay hoặc

là những người cư sĩ ở ngoài họ muốn tạo thêm phước để họ vô chùa họ làm công quả đó. Cái điều đó thật sự ra nhiều khi mình hiểu lầm một chút xíu mình tưởng đó là những người công quả để cho họ tạo phước họ nhưng mà cuối cùng thì mình lại nhận họ trở thành những người nô tì của mình ở trong chùa để cho sai vặt họ làm cái này cái kia cho mình, cho mình khỏi làm, từ cái quét dọn nhà cửa chùa chiền đều là sai những cái người công quả. Tu sĩ thì ngồi không chơi chứ còn để cho tất cả những cái vị cư sĩ, bởi vì có những người công quả nhiều thì toàn bộ tu sĩ đều là ngồi chơi. Thầy thấy cái điều này rất rõ, cho nên ví dụ như bây giờ trong cái phần mà nhiệm vụ mà của các cô mà ở trong bếp nước á, mà ni á, thì khi mà có những người cư sĩ vô công quả, họ giao phó hết cho mấy bà công quả đó làm chứ họ ngồi đó họ chỉ móng tay, họ làm chủ họ sai, tức là biến những người công quả đó trở thành nô tì cho cái người tu sĩ, cho nên cái giai cấp của người tu sĩ trở thành giai cấp là chủ, chủ nhân còn cái giai cấp của cư sĩ mà công quả là giai cấp nô tì.

Chúng ta phải hiểu thêm những hình thức mà nó qua cái danh từ thì coi như là công quả, nhưng mà qua cái hành động thì như là nô tì, sai rồi bảo rồi này kia đủ thứ hết, làm đủ thứ mọi mặt hết. Mà cái người

mà làm nô tì như vậy người ta chỉ nghĩ mình làm cái điều đó được phước cho nên cứ ráng mà làm thôi, phước đâu thì có hay không có thì không biết nhưng mà chỉ nghe quý thầy nói ờ thì làm công quả thì được phước thì cứ chống khu mà làm thôi, người ta sai cái gì mình làm cái nấy thôi, bảo quét dọn cái gì, hốt rác hay hoặc là chỗ dơ bẩn nào cũng xông pha vô. Chẳng hạn nào như quý thầy ở đông rồi những cái hầm tiêu nó đầy ngập lên, thay vì quý thầy phải nhảy xuống dưới hốt, không, nhờ mấy ông cư sĩ mà vô mà công quả mấy ông giúp dùm cái này phước báo lớn lắm á, do đó mấy ông nhảy xuống mà hốt. Đó là những cái mà chúng ta lợi dụng cái lòng tin Phật, cái sự mà cầu để được phước báo cho nên cái sự tha cầu được phước báo đó mà chúng ta biến họ trở thành những nô tì làm những cái chuyện dơ bẩn thay cho chúng ta trong khi chúng ta là những người tu sĩ chưa đến đâu mà cũng chỉ muốn ngồi trên để làm chủ mà sai họ. Bởi vì khi mà lật ra những cái giới hạnh này của đạo Phật, Thầy thấy đức Phật dạy chúng ta quá kỹ, không còn có cái chỗ nào mà thiếu sót những cái hành động đúng sai của chúng ta hết. Nghĩa là lật ra tất cả những cái sự thật của cuộc sống tu hành của chúng ta thì những cái giới hạnh Thầy thấy đức Phật dạy không còn cái chỗ nào mà đức Phật không dạy cho chúng ta biết. Do biết như vậy mà

chúng ta dạy cho rõ ràng, cho kỹ lưỡng chứ không khéo thì người ta cũng sẽ lầm lạc mất đi.

Tiếp tục, **vị tỳ kheo không được trồng trọt tất cả các loại hạt giống**, nghĩa là cái hạt giống nào chúng ta cũng không được trồng hết. Những loại giống từ rễ cây sanh ra, nghĩa là có loại giống cái cây mình chặt cái rễ đi, rồi cái rễ đó nó lên cái tược, rồi mình lấy cái tược đó mình đem trồng thì đức Phật cũng cấm không có được lấy đó. Những cái chiết cành, tháp cây, làm cho nó ra những cây con, cây nhánh đó rồi đem trồng thì đức Phật cũng không có cho chúng ta trồng. Những cái hạt giống mà ươm nó lên cây, rồi những cái rễ cây mà lên cây, cũng như thí dụ như cái cây chuối vậy đó, nó từ cái củ của nó ra cây vậy đó thì đức Phật cũng không có cho chúng ta trồng cái gì hết, tới cái cây chiết cây tháp gì cũng không cho trồng hết. Đó là tất cả những cái loại đó đức Phật cấm không cho chúng ta làm. **Và cũng không được làm hại những loại giống đó**, không được làm cho những loại giống chết, nghĩa là chúng ta không được trồng nhưng chúng ta cũng không được làm hại cho nó chết. Đó là những cái đặc biệt của đạo Phật đó. **Vì vị tỳ kheo chỉ dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà thôi**, nghĩa là chúng ta chỉ đi xin ăn thôi chứ chúng ta không có làm

những cái điều đó được, **như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ chín trong giới luật của đức Phật.**

Nghĩa là các thầy thấy giới bốn nó có khác không? Mà đến đây giới hạnh nó đi qua một cái góc độ khác rồi, nó đi qua một góc độ mà chúng ta không ngờ được cái hành động hằng ngày chúng ta phải sống, do đó chúng ta không học giới bốn thì chúng ta thấy hoàn toàn là ở chỗ mà trông tĩa thì nó không có phạm tội gì hết, nhưng mà qua cái giới hạnh chúng ta thấy cái hành động mà của vị tu sĩ đó chỉ có hành động đi xin mà thôi chứ còn hoàn toàn là không có làm được cái gì khác hết. Mà thật sự đi xin mới giải thoát còn làm làm sao giải thoát được, cho nên đức Phật cấm từ không có nhận các hạt giống. Đó là cái giới hạnh thứ chín của một người tu sĩ của đạo Phật.

“Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn cất chứa và thọ hưởng các đồ vật như cất chứa các món ăn, cất chứa đồ ăn uống, cất chứa vải, cất chứa xe cộ, cất chứa đồ nằm, cất chứa hương liệu, cất chứa các mỹ vị, như vậy không đúng giới hạnh. Vị ấy phải từ bỏ cất chứa các vật trên, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười trong giới luật của đức Phật.”

Đó, cảm chúng ta không cất chứa được cái gì hết, nghĩa là dù là thuốc thang cái gì cũng không cất chứa, cho nên Thầy nói trong cuộc đời tu hành của Thầy mà đọc đến cái chỗ giới hạnh Thầy thấy Thầy chưa có trọn vẹn được chút nào hết, chỉ có bây giờ Thầy ẩn bóng sống một cái đời sống du tăng khát sĩ rày đây mai đó, lúc thì ở rừng, lúc thì ở núi, lúc thì giữa chợ, ai cho cái gì ăn cái nấy, hoàn toàn là ba y một bát không thêm không bớt, đau thì xin thuốc mà không đau thì không có xin, không để dành đó. Còn chúng ta thì luôn luôn lúc nào cũng phòng ngừa, phòng ngừa để dành, mang ôm ấp, cứ sợ hãi bệnh đau rồi chết thôi. Người tu sĩ mà khi nỗ lực thực hiện được như vậy rồi thì chúng ta chẳng còn sợ hãi gì nữa hết. Như Thầy bây giờ còn sợ hãi cái gì, cho nên thực hiện đúng cái hạnh của đức Phật chứ còn để làm gì nữa đây. Nếu mà Thầy không thực hiện chắc cuộc đời này chẳng có ai thực hiện được những cái giới hạnh này hết.

“Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn sống theo các trò du hí không chơn chánh như múa, hát, ca nhạc kịch, ngâm vịnh, nhịp tay, nhịp chân, kệ tụng, ca ngâm í a í à, hoặc tụng kinh, tụng thần chú, tay bắt ấn, đánh trống lớn trống nhỏ, phèng la, chập chả, đấu, mổ, diễn tuồng thần

tiên, mĩ vũ, đấu voi, đấu ngựa, đấu bò, đấu trâu, đấu dê, đấu cừu, đá gà, đá dê, đá chim cun cút, đấu gậy, đấu côn, đấu quyền, đồ vật, bắn súng, đấu gươm, thi bắn, tập dợt bắn, tập đánh giặc giả, tập thao dượt diễn binh. Vị tỳ kheo phải từ bỏ các loại du hí đối với người tu nó không chơn chính”.

Tức là tất cả những cái điều kiện trên nó không có chơn chính đâu, đối với người tu thì nó không chơn chính, đối với người ngoài đời thì người ta chơn chánh hay sao kệ người ta, còn riêng mình đi theo đạo Phật thì nó không chơn chánh. **Như vậy là giới hạnh của vị tu sĩ thứ mười một trong giới luật của đức Phật.** Nó được ghép vào thứ mười một ở trong giới hạnh của giới luật của đức Phật. Đó thì những cái điều mà hôm nay Thầy kể ra hết để cho quý thầy chuẩn bị cho một con đường mà học giới, để rồi nó sáng tỏ như là ban ngày, nó không còn cái chỗ nào mờ ảo hết.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn sống theo các trò chơi giải trí trong thế gian như cờ tướng, cờ gánh, cờ quân, cờ vua, cờ tám hình vuông, cờ mười hình vuông, cờ chơi trên đất, cờ chơi cò nhảy ô, chơi bỏ khăn, chơi làm mù bịt mắt, chơi u, bắt mồi, chơi đánh gông, đánh

trông, chơi u áp, chơi nhảy dây cò cò, chơi bông vụ, chơi xúc xắc, chơi đá cầu, chơi bóng rổ, chơi đánh tennis, chơi đánh bóng, đá bóng, lội đua, chạy đua, đạp xe đạp đua, chơi thổi kèn bằng lá cây, chơi lộn nhào như xiếc, chơi đánh đu, chơi búp bê, chơi xe điện tử, chơi chong chóng, bông vụ, chơi giấu, chơi ú tim, chơi những xe tàu đồ chơi trẻ con, chơi cung tên súng giả, chơi đoán chữ viết trên lưng trên không, chơi bắt chước bộ điệu, chơi làm hề, vân vân...

Đó là tất cả những cái trò chơi như vậy hầu hết là cái giới hạnh của người tu sĩ không được làm cái trò chơi đó. Bởi vì có nhiều chú 7 tuổi vô tu hành, các con biết không, nhảy cò cò, có không? Rồi ngồi chơi cái này, 3 - 4 chú ngồi chơi bỏ khăn, rồi bịt mắt, rồi làm mù đủ cách theo cái kiểu mà trẻ con ở ngoài thế gian, cho nên đức Phật kiết những cái giới hạnh của người tu hoàn toàn từ trẻ con mà vào tu mới 7 tuổi, 8 tuổi cho đến người lớn, hoàn toàn là tất cả những cái trò chơi đó đức Phật nêu ra đó là những cái giới hạnh mà người tu không có được làm, không được chơi những cái trò chơi đó. Cho nên trẻ con làm sao 7 - 8 tuổi làm sao mà thấy súng giả không ham, thấy cung tên không thích cho nên nó khoái lắm chớ gì; còn bên nữ mà nhỏ nhỏ vô tu thấy búp bê sao không

ôm, mà ôm ẵm như vậy thì các con thấy nó thực hiện qua một cái tình ái của nó đó, cái tình thương con, cho nên vì vậy mà đức Phật cấm không có cho chơi những trò chơi như vậy để mà từ đó tuyệt, cho nó phá đi những cái tâm mà dục của nó. Đó là những cái điều kiện giới hạnh nó nghiêm chỉnh như vậy để bắt đầu chúng ta sống như một cái người lớn, một cái người thật sự là một người có cái oai nghi tế hạnh chững chạc của một vị tu sĩ. **Vị tỳ kheo phải từ bỏ các loại giải trí như trên, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười hai trong giới luật của đức Phật.** Xem được như các trò chơi này được xem như cái giới hạnh thứ mười hai trong giới luật của đức Phật.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn sống dùng các giường cao rộng lớn, ghé bàn, ghé trường kỷ, nệm trải giường bằng len, trải giường bằng nệm cao su, nệm thông hơi, vải trải giường nhiều tấm nhiều màu, chăn len trắng, chăn len thêu bông, nệm bông, nệm thêu hình các con thú, nệm bằng lông thú cả hai mặt, mền có đính ngọc, mền bằng lụa, khám, mền có voi, mền ngựa, mền xe, mền bằng da sơn dương khâu lại, tấm thảm có lều che phía trên, ghé dài có gối đầu, gối chân, gối ôm, có những màn,

những màu sắc rực rỡ, nói chung là tất cả những đồ dùng trong nhà như xe cộ, ti vi, tủ lạnh, tủ giặt, máy móc vi tính, cát sét thu băng, điện thoại, ra đi ô, vân vân... Tất cả những đồ dùng đó hoàn toàn là người tu sĩ mà gọi là giới hạnh thì không có được dùng.

Vị tỳ kheo phải từ bỏ không dùng những vật vừa kể trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười ba trong giới luật của đức Phật. Mặc dù là tất cả những vật dụng này đức Phật không có nói ở trong kinh nhưng mà đức Phật nói tất cả những cái gì mà có thể trong cái thời của đức Phật có là đức Phật đã vạch ra nói ra, cho nên Thầy dựa theo cái sự hiểu biết đó mà Thầy thêm những cái điều kiện như là ti vi, tủ lạnh, máy móc, vi tính, cát sét, thu băng gì tất cả, ra đi ô, điện thoại trong thời đại này thì người tu sĩ không có được rở tới nó, những vật dụng đó. Đó là nó mới hợp với ý Phật, trong cái thời đại của Phật thì không có những vật dụng đó nhưng đức Phật nói như là toàn bộ những vật dụng mà sang đẹp, những vật dụng của vua chúa, những vật dụng của người giàu có mà xài trong cái thời đó thì tất cả những cái vật dụng mà chúng ta hiện đại mà có thì nó cũng nằm ở trong cái sự đó. Cho nên Thầy kê ra hết để chúng ta biết đó là cái giới hạnh của chúng ta không

được xài những cái thứ đó, vì những cái thứ đó là làm chúng ta mất cái giới hạnh của người tu. Và cái giới hạnh của người tu mà không có xài tất cả những vật dụng đó đó thì được gọi là thứ mười ba trong giới luật của đức Phật.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà cũng vẫn còn dùng các đồ trang sức mỹ phẩm làm đẹp người như thoa dầu đấm bóp, tắm giát làm cho thơm tho đẹp đẽ, hoặc đập tay, đập chân, tập luyện làm cho mềm tay, mềm chân, mềm mại. Ở đây là trong thời đức Phật có dạy cấm những cái khi mà thoa dầu để mà làm cho tay chân mình mềm dẻo, để cho mình làm như những cái người mà làm xiếc đó, uốn mình qua lại đồ đó thì đức Phật ở trong cái đoạn giới hạnh này đức Phật cũng có dạy là chúng ta không có nên luyện tập cái điều đó, chứ không phải thoa dầu thơm, xức dầu thơm như ở đoạn trước đây, mà đây là thoa dầu để làm cho nó mềm dẻo gân cốt của mình để mà luyện tập cho nó mềm dẻo đó, cách thức mà ngày xưa người ta luyện tập để cho thân người người ta mềm dẻo, cái xương sống họ uốn cong như thế này đó là phải thoa dầu để mà tập luyện chớ không phải là đơn sơ mà tập luyện đâu. Theo cái bài kinh của Phật nói thì Thầy đã hiểu biết là người mà tập luyện

cho dẻo dai để mà làm xiếc được trò này trò kia được, như uốn cong người như chân kéo lên tới trên đầu bên đây bên kia được hết á là phải thoa dầu rồi mới tập luyện chớ không phải là không thoa dầu mà tập luyện được. Có khi tập luyện được nhưng mà nó rất khó khăn, nó không bằng những người mà người ta thoa dầu rồi người ta tập luyện.

Làm cho mềm mại, dẻo dai, uốn éo hoặc dùng gương soi, kem đánh mặt, vòng hoa, chuỗi hạt, phấn son, phấn mặt, sáp mặt, vòng tay, tóc giả trên đầu, gậy cầm tay, xà quéo, gươm, lọng, dù, dép, thêu khăn đầu, mũ, nón, phát trần vải trắng có viền tua dài và còn nhiều thứ khác nữa. Vị tỳ kheo không được dùng các thứ như vậy gọi là giới hạnh của vị ấy thứ mười bốn trong giới luật của đức Phật.

Những điều kiện kể trên để mà cái người tu sĩ giữ gìn giới hạnh mà không có vi phạm thì đó là cái giới hạnh thứ mười bốn trong giới luật của đức Phật. Thì Thầy kể ra hết những cái gì mà Phật đã kể ra để chúng ta biết những cái giới hạnh như thế nào để chúng ta đừng có phạm phải cái hành động của chúng ta trong những cái sai đó mà làm mất cái oai nghi tể hạnh của người tu sĩ của đạo Phật, làm cho người ta thấy những cái điều đó mà người ta chê bai mình tu hành

không đúng, hành động không có đúng cái hạnh của người tu.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà không sống thâm lặng, độc cư cứ thường hay nói những câu chuyện vô ích, tầm thường. Đó thì ở đây Phật cũng nhắc nhở chúng ta phải sống thâm lặng, phải độc cư, đừng có hay nói chuyện, nói chuyện vô ích tầm thường. **Như câu chuyện nói về vua chúa; câu chuyện nói về ăn trộm; câu chuyện nói về đại thần; câu chuyện nói về binh lính; câu chuyện nói về sự hãi hùng; câu chuyện nói về chiến tranh; câu chuyện nói về đồ ăn uống; câu chuyện nói về vải mặc; câu chuyện nói về máy móc; câu chuyện nói về khoa học; câu chuyện nói về tôn giáo; câu chuyện nói về thầy này thầy kia; câu chuyện nói về giáo hội; câu chuyện nói về giường nằm; câu chuyện nói về vòng hoa; câu chuyện nói về hương liệu; câu chuyện nói về bà con; câu chuyện nói về xe cộ; câu chuyện nói về tai nạn lưu thông; câu chuyện nói về làng xóm; câu chuyện nói về thị tứ; câu chuyện nói về thành phố; câu chuyện nói về thể giới; câu chuyện nói về đàn bà đàn ông; câu chuyện nói về anh hùng, vị anh hùng này vị anh hùng khác; câu chuyện nói bên lề đường; câu chuyện tại chỗ**

giếng nước; câu chuyện về người chết thế này thế khác; câu chuyện tạp thoại, huyền thoại; câu chuyện biến trạng của trái đất; câu chuyện biến trạng của đại dương; câu chuyện về hiện hữu và không hiện hữu; vân vân...

Tất cả những chuyện này thì cái người tu sĩ không có được mà bàn bạc, không được nói mà phải sống thâm lặng độc cư. Hầu hết là những điều mà đức Phật kê ra như vậy để mà chúng ta biết rằng chúng ta không có nên mà nói cái chuyện nhằm nhí như vậy, mà sống để mà thực hành những cái pháp mà chúng ta đang thực hành, tu hành thì may ra thì giữ được cái giới hạnh này, thì chúng ta mới có thể tu đạt được những cái sự giải thoát, còn nếu mà không giữ được cái giới hạnh này cứ mãi nói chuyện này chuyện kia thì không biết bao giờ mà chúng ta nói hết chuyện của cuộc đời chúng ta, mà của cái thế gian này được. Nó lắm chuyện lắm, nó không bao giờ hết được. Thử quý thầy cứ nói, cứ nhìn người đời có bao giờ họ hết chuyện đâu, không chuyện này thì tới chuyện khác họ nói hoài không có hết, bởi vì cái miệng chúng ta nó nhiều lắm, nó nhiều chuyện lắm, nó nói không bao giờ dứt, cho nên đức Phật dạy chúng ta sống thâm lặng, sống độc cư là chính cái chỗ đó để mà chúng ta dẹp đi, cái giới hạnh chúng ta tròn đầy

ở trong cái chỗ mà dẹp những cái điều mà không nói chuyện thêm đó.

Vị tỳ kheo ấy phải từ bỏ xa lìa không nói những chuyện vô ích tầm thường vừa kể ở trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười lăm trong giới luật của đức Phật. Đó là, đây là giới hạnh thứ mười lăm trong giới luật của đức Phật. Cho nên khi mà nói đến cái giới hạnh thứ mười lăm là chúng ta biết là cái gì rồi, mà nói thứ ba, thứ tư là chúng ta biết cái gì rồi. Cái người mà học giới luật về giới hạnh mà nói đến bây giờ giới hạnh thứ năm là cái gì thì vị đó biết liền, mà nói thứ sáu là cái gì vị đó biết liền, còn bây giờ chúng ta không có học nói thứ mười lăm là cái gì chúng ta chẳng biết, mà nói thứ mười bốn chúng ta cũng chẳng biết. Mà chúng ta học chúng ta biết những cái hành động đó nó nằm ở trong cái giới hạnh nào, trong cái thứ mấy của cái giới luật của Phật. Đó là chúng ta đã thông suốt được cái giới hạnh, còn chưa thông suốt thì chúng ta cần phải học cho thông suốt.

Vị tỳ kheo mặc dù sống đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn sống bàn luận tranh chấp, kiến chấp tà kiến, tranh luận về thiền, tranh luận về kinh Đại Thừa Tiểu Thừa, tranh luận về kiến giải tướng giải, tranh luận về giới luật học, tranh luận về luận Trung

quán A tì đàm, Thanh tịnh đạo luận, tranh luận về trí Bát Nhã, tranh luận về Phật tánh, vân vân... Tất cả những tranh luận này, điều đó hầu hết là đức Phật ở trong kinh thì đức Phật nói phân ra cái chánh kiến, cái tà kiến rồi kiến chấp này, kiến chấp kia mà 62 cái luận. Nhưng bây giờ thì chúng ta thấy cái luận của chúng ta thì nó nằm đâu? Nó nằm ở trong kinh điển của Đại Thừa, Tiểu Thừa, rồi tranh hơn tranh thua, rồi tranh thiên, tranh đạo, rồi tranh Phật tánh, rồi tranh nói Bát Nhã, rồi nói về Trung quán luận A tì đàm, hoặc là Thanh tịnh đạo luận. Tất cả những cái này đều là chúng ta xoay quanh chứ không phải như trong thời đức Phật là 62 lập luận của thời đức Phật. Ở trong cái chỗ này đức Phật nhắc chúng ta đừng có nên tranh luận trong 62 lập luận đó, thì bây giờ Thầy lại nhắc các thầy đừng có tranh luận ở trong những cái tranh luận của trong cái thời đại chúng ta, bây giờ là chúng ta tranh luận thiên, tranh luận đạo, tranh luận Tiểu Thừa - Đại Thừa, tranh luận Nam Tông - Bắc Tông. Đó là chúng ta có những tranh luận đó, lớp thì hòa giải, lớp thì tranh luận, lớp thì móc bên đây, ghé bên kia làm nhiều cái có thể làm cho tan nát cái nhà Phật giáo của chúng ta ra. Cái đó là cái mà đức Phật đã cấm và vì vậy mà người tu sĩ mà có cái giới hạnh thì không có nên làm cái điều này, không có nên tranh luận cái điều

này, ai nói gì thì làm thính không có tranh luận hơn thua. Đó là những cái mà đức Phật đã dạy chúng ta từ xưa, bây giờ chúng ta phải hiểu là lúc bây giờ cái giai đoạn chúng ta họ đang tranh luận cái gì thì chúng ta phải đem cái đó ra mà nêu lên để cho cái người hiện nay người ta biết là người ta đang tranh luận cái đó là cái sai của người tu theo giới hạnh của đức Phật.

Vị tỳ kheo ấy phải từ bỏ, xa lánh những cuộc tranh luận, tranh chấp kể trên, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười sáu trong giới luật của đức Phật. Đó, cái sự tranh chấp này nó nằm ở trong cái hạnh của thứ mười sáu, cái giới hạnh thứ mười sáu của đức Phật.

Vị tỳ kheo mặc dù đã sống dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn sống đưa các tín tức người này người kia, hoặc tự đứng ra làm môi giới, thuyết khách cho vua chúa, cho các vị đại thần, bàn mưu tính kế quốc sự quốc dân, làm mai dong môi giới bán nhà bán ruộng bán đất, môi giới buôn bán, môi giới trai gái, môi giới làm ăn chạy áp phe áp pháo để kiếm danh kiếm lợi thêm. Mặc dù là mình ăn của đàn na cúng dường mình rồi đó, của đàn na thí chủ cúng dường mình rồi mà mình còn đi làm những cái nghề nghiệp như vậy, đi làm những cái

môi giới như vậy hoặc làm quốc sư rồi đó thì cái điều đó là không phải, bởi vì mình người tu rồi, mình chỉ người ta đến hỏi, nhà vua tin mình đến hỏi thì mình gợi ý họ thôi chứ mình không làm quốc sư, điều đó phải bày mưu tính kế này nọ kia, phải đánh giặc như thế này thế kia, thì cái điều đó là cái người tu sĩ của đạo Phật không có được làm cái điều đó, cho nên làm cái điều đó đức Phật gọi là làm môi giới. Minh quốc sư của nhà vua thì tức là mình dạy đạo cho nhà vua thôi, chứ không phải là mình cố vấn quân sự cho nhà vua để đi chinh phạt nước người ta hoặc là phải làm cái thế này để trị dân trị nước. Trị dân trị nước bây giờ nhà vua không hiểu, nhà vua hỏi mình thì mình chỉ góp ý cho cái phần của nhà vua về cái phần đạo đức của mình đang tu tập để mà dạy thôi, còn cái phần khác thì nhà vua muốn làm sao đó thì làm chớ không góp ý là phải xây dựng cái pháp luật này, cái pháp luật kia phải sửa đổi cái này, sửa đổi cái kia như vậy là trị nước như thế này thế khác, mình không có góp ý về cái phần đó. Nhưng mình nói về cái thiện pháp thì nhà vua xét qua cái thiện pháp mà đặt ra giới luật như thế nào để đúng để mà cai trị dân, cai trị nước để đem lại sự trật tự an ninh cho dân giàu nước mạnh. Thì cái đó là mình chỉ góp về cái đạo đức nhân quả, cái đạo đức chơn chánh của đạo Phật để cho nhà vua hiểu được cái đạo

đức mà nhà vua tự làm lấy cái pháp luật mà áp dụng trong dân gian để đem lại trật tự mà thôi, chứ chúng ta không có góp ý gì về cái phần đặt ra pháp luật này, đặt ra pháp luật kia cho nhà vua. **Vị tỳ kheo ấy phải từ bỏ, xa lìa đưa tin làm môi giới như trên, vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười bảy trong giới luật của đức Phật.** Đó là cái giới hạnh thứ mười bảy của cái người tu theo đạo Phật.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường vẫn còn sống lừa đảo, nói lời xiêm nịnh, gợi ý dèm pha cầu lợi, vị ấy phải từ bỏ, viễn ly lời nói lừa đảo, xiêm nịnh như trên, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười tám trong giới luật của đức Phật. Có nhiều người họ nịnh bợ vua lắm, để làm gì, để cho vua phong chức mình cái này cái kia, đó là những vị tu sĩ như vậy không nên làm cái điều nịnh bợ đó. Hoặc là thấy người ta giàu có cúng dường tiền mình thì nịnh bợ cho nên họ đến xin xuất gia thì mau mau xuất gia liền, cho họ thọ cụ túc liền, đó là mình nịnh bợ họ. Mặc họ, chừng nào họ giới luật được rồi mới là cho họ thọ giới đàng hoàng, còn họ chưa được thì không, nhất định là không cho, dù họ là vua cũng vậy nữa chứ đừng có nói là nhà giàu. Cho nên chúng ta là một người tu sĩ phải thẳng thắn, phải cương

ngợi để giữ gìn mạng mạch của Phật pháp chứ không thấy người ta giàu có cúng tiền cho mình cất chùa nhiều rồi, bây giờ chùa mình sang đẹp rồi là nhờ cái ông cư sĩ đó giàu có hoặc là nhờ ông vua đó, bây giờ ông muốn xuất gia cái vô đó cái là cạo đầu cho ông thọ giới cụ túc liền, ông ngồi ông bạch ngực ông quạt như là ông địa mà quạt như vậy đó thì thử hỏi quý thầy nghĩ sao là cái vị tu sĩ giới hạnh ở chỗ nào. Thế mà chúng ta hỉ hả rằng đó là một vị Di Lạc rồi, thì chúng ta thấy cái đó là một cái sai của đạo. Chúng ta phải mạnh dạn không có nịnh bợ vua chúa, không có nịnh nhà giàu. Chúng ta đi xin từng người ăn chớ không phải là chúng ta xin một người nào mà chúng ta sợ.

Vị tỳ kheo mặc dù dùng các món ăn do tín thí cúng dường vẫn còn tự nuôi sống bằng những tà hạnh, tà nghiệp như xem tướng, coi tay, chiêm tinh, tuổi tác, tướng mạo, triệu tướng, mộng tướng, thân tướng, dấu chuột cắn, cúng bái, tế lửa, tế núi, tế sông, tế vỏ lúa, tế tâm, gạo, muối, tế thực tô, tế thực phẩm, tế máu. Tất cả những cái mà cúng tế kiểu này các con thấy có nhiều chùa người ta chiều chiều lấy gạo với muối để cúng cô hồn đó, tức là tế cô hồn đó. Đó là ở đây Phật dạy là tế gạo muối đó, tế thực tô có người lấy thực tô rồi tế thực phẩm cúng bái đồ ăn đồ

uống cúng lên đó, có người lại cắt tay mình lấy máu hoặc này kia đó thề nguyện này kia đó, đó tức là tế máu đó. Đó là những cái sai, những cái mà không đúng, những cái hạnh đó là những cái hạnh không phải là cái hạnh người tu, cho nên làm những cái đó như tế lửa tức là cúng thần lửa, tế núi tức là cúng núi, cúng thần núi, tế sông tức là cúng thần sông tức là cúng hà bá, thủy long ở dưới nước, đó là cúng những cái thần ở dưới đó. Cúng vỏ lúa, hỏi đó Thầy nghe nói cái vỏ lúa lớn lắm và lúa khi mà nó chín rồi thì nó lăn về người ta khỏi có cất gặt cho nên bây giờ người ta nhớ như vậy đó mà người ta đem cái vỏ lúa, không biết là cái vỏ cây người ta tiện ra cái vỏ lúa, y như cái vỏ lúa người ta để đó người ta thờ rồi người ta cúng bái người ta nói hỏi đó cái vỏ lúa hỏi xưa như vậy. Nhưng sự thật ra Thầy nghĩ chắc không có điều đó đâu, người ta tưởng tượng ra như vậy, rồi cúng tẩm tế gạo muối, đó là những cái mà hiện bây giờ chúng ta cũng còn những cái ảnh hưởng đó, mà trong đạo Phật dạy chúng ta những cái hạnh của người tu là không được làm những cái điều đó. Thế mà bây giờ ở trong chùa chúng ta thấy cũng có đem gạo muối tế cúng cô hồn các đảng. Quyển rữ ba con ma nó đến rồi nó khua chén khua bát ở trong chùa nói là quỷ chùa nó dậy, sự thật ra mình rử nó đến nó chẳng khua chén khua bát của mình thì

làm sao mà không dậy, tại vì mình đem cho nó mình kêu nó về nó ở nó chẳng phá mình, còn như ở chỗ Thầy, Thầy không kêu nó làm sao có rung chuông nó, lúc nôi nó có lúc lắc chén bát ở đâu, cho nên ở đây chẳng có quỹ chùa chút nào hết, mà chẳng có cô hồn các đảng nào hết. Bởi vì Thầy là một người tu Thầy không gần những cái thứ đó, Thầy không cầu nó, Thầy không cúng nó, cho nên nó đâu có dám lại đây, còn cái chỗ nào mà mê nó thì cứ mời thỉnh nó thì nó phải tới, nó tới rồi không cho nó ăn thì nó khua chén khua bát nó làm cho sợ, sợ đặng cho đem cơm đem muối cho nó ăn, đem gạo.

Khoa xem tay, xem nốt ruồi, có người thì xem nốt ruồi, cha, nốt ruồi này làm quan, nốt ruồi này làm tướng, nốt ruồi này làm tôi tớ, nốt ruồi này nghèo khổ nè... làm cho mấy bà hoảng hồn đi, mới đem cắt đốt, mới làm cho đau khổ người ta. Nói tầm bậy tầm bạ. Trong da thịt của mình là vô thường có gì đâu mà phải nói là tướng này tướng kia tướng nọ trong đó.

Khoa xem địa lý, khoa xem mộng, khoa cầu thần ban phước, khoa cầu quý ma, yếm đối trùng tang, yếm đối ma quý thần trùng, có thần trùng nữa, đủ thứ hết. **Yếm đối nhà cửa mả mồ, dùng khoa trị rắn thuốc rắn, dùng khoa thuốc độc khoa trị bò cạp đoán số mạng cầu khẩn**

ngăn ngừa tai nạn, khoa biết chim nói chuyện. Đó tất cả những cái khoa như vậy, vân vân,... thì đức Phật đã cấm người mà tu cái giới hạnh của Phật thì không được làm những cái điều mà đã kể ở trên.

Vị tỳ kheo ấy phải tránh xa từ bỏ tà hạnh nghiệp đã kể trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ mười chín trong giới luật của đức Phật. Đó là giới hạnh thứ mười chín trong giới luật của đức Phật là không được làm những cái nghề nghiệp, những điều mà cái hành động làm như vậy tức là sai, không có đúng, đó là nuôi cái tà mạng của chúng ta. Cái tà nghiệp đó nuôi cái tà mạng. Vị tỳ kheo ấy phải tránh xa.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường vẫn còn nuôi sống bằng những tà nghiệp như làm nghề xem ngọc báu, đó mấy cái người mà bán ngọc này kia, mình đem ngọc tốt đến họ xem coi ngọc này thứ thiệt hay thứ giả đó, đó là cái nghề xem ngọc báu đó, **xem tướng que gậy, xem tướng áo quần, xem tướng gương kiếm, xem tướng mũi tên, xem tướng cây cung, xem tướng võ khí, xem tướng đàn bà, xem tướng đàn ông, xem tướng thiếu niên, thiếu nữ, tướng đầy tớ nam, tướng đầy tớ nữ, tướng voi, tướng ngựa, tướng bò đực, tướng bò cái, tướng dê, tướng cừu, tướng gia cầm,**

tướng chim cun cú, tướng con tắc kè, tướng vật tai dài. Tất cả những cái tướng này hầu như người ta xem, các thầy thấy có người họ coi bò, trâu hoặc là ngựa, họ coi xoáy coi bướm đó, coi con ngựa này có cái xoáy này con ngựa hay, con ngựa dở, con bò này nó có cái xoáy này con bò này ăn thịt chứ còn nó cày ruộng không được, đó là tất cả những điều kiện đó có nhiều người họ rành về bướm xoáy dữ lắm cho nên họ coi tướng bò, tướng trâu, tướng ngựa là coi như vậy đó. Còn ở đây thì tất cả những cái này đức Phật đều là cấm không cho người tu sĩ, giao qua cái giới hạnh của người tu sĩ không có được hành động, không có được làm những cái nghề nghiệp đó như vậy. **Như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai mươi trong giới luật của đức Phật.** Thì chúng ta thấy cái giới hạnh mà không có coi tướng coi này kia của người này, người kia hoặc là coi tướng bò, tướng trâu, tướng thú vật như ở trên đã kể thì đó là cái giới hạnh thứ hai mươi trong giới luật của đức Phật.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn nuôi sống bằng những tà nghiệp như đoán trước vua sẽ tiến quân, vua sẽ lui quân, vua bản xứ sẽ tấn công, vua ngoại bang sẽ triệt thoái, vua bản xứ thắng trận, vua ngoại bang thất trận, vua bản xứ

bại trận, vua ngoại bang thắng trận, như vậy sẽ có sự thắng bại, sẽ có sự thắng trận cho phe bên này, sẽ có sự bại trận cho phe bên kia. Vị tỳ kheo này phải từ bỏ, từ giã những tà nghiệp như kể trên.

Đó là cái phần mà khi mà có chiến tranh rồi đó, thì mấy ông thầy chum nhum lại mà bàn tính với nhau, ông vua này thắng á ông vua kia thắng á. Cũng như trong thời chiến tranh các con thấy không, Mỹ nó nay đem quân nó qua đánh mình á, chắc nó thắng á vũ khí nó quá trời nó bỏ bom ở Hà Nội tiêu hết rồi. Đó là mấy ông thầy ngồi bàn chuyện với nhau như vậy đó thì các thầy thấy rằng trong cái vấn đề đó là không phải vấn đề để chúng ta bàn, chúng ta là người tu sĩ phải giữ gìn cái hạnh, trường hợp nó xảy ra mặc nó, ai làm gì làm chúng ta chẳng biết hết. Còn mình bàn như vậy nó có lợi ích gì cho mình không, mình có đem lại cái gì lợi ích cho mình không? Nếu mình muốn bảo vệ Tổ quốc của mình thì mình phải khoác cái áo chiến trận ra, cởi chiếc áo tu sĩ chúng ta ra rồi chúng ta sẽ làm công chuyện bốn phận của người dân để bảo vệ đất nước, thì hơn là mình ngồi đó rồi là Mỹ thắng, là Tây thắng, là Việt Cộng thắng, là Việt Minh thắng. Điều đó là điều đâu có đúng, cho nên vì vậy mình ngồi bàn, mấy ông thầy chùa ngồi với nhau bàn thắng trận, bàn này kia đủ cách đủ loại cho nên vì vậy đó là những cái sai.

Chúng ta muốn làm cái gì thì chúng ta phải làm cho ra nấy, là một tu sĩ chúng ta không có được nói đến vấn đề đó. Mà chúng ta muốn làm bốn phạm người công dân thì chúng ta phải dẹp cái áo cà sa xuống đi, mặc chiếc áo chiến bào lên để mà chúng ta ra trận chiến đấu để dẹp giặc thì như vậy đâu nó ra đó, còn bây giờ mặc chiếc áo này là cái hạnh chúng ta phải đàng hoàng chứ không được ở đó mà nói rằng cái này cái nọ cái kia. Làm cái gì nó ra cái nấy, cho đúng. Chớ còn mặc chiếc áo này mà xiên xẹo nói bên đây bên kia rồi hùa bên đây bên kia cuối cùng mai mốt đi ở tù, ở tù không có giá trị gì hết hà, thà là mình đi chiến đấu mình ở tù nó có giá trị, mình dẹp giặc mình bảo vệ đất nước của mình nó có giá trị. Còn giờ mình nói cái chuyện tào lao như vậy chúng còng đầu mình nó bỏ tù, nói mấy ông thầy chùa này làm chính trị mà có làm chính trị đâu, nói miệng không hà mà bị ở tù, oan ức không? Đó là cái giới luật, cái giới hạnh của Phật cấm chúng ta là đúng chớ không phải là sai, nhưng tại chúng ta không có học cái giới hạnh cho nên từ đó cái miệng của chúng ta nó đi đến cái sai lệch của nó, nó làm chúng ta lạc đường, lạc cái hạnh của người tu.

Như vậy là giới hạnh của vị tỳ kheo thứ hai mươi một trong giới luật của đức Phật. Bởi vậy ở đây Thầy dạy cái nào

nó ra cái này rất rõ ràng, chúng ta là người như thế nào chúng ta phải làm đúng như thế này, người tu sĩ phải làm đúng người tu sĩ, mà chúng ta muốn làm một bốn phận người công dân thì chúng ta phải khoác áo người công dân chúng ta làm bốn phận của người công dân đất nước đó, chứ không phải là mang chiếc áo của tu sĩ mà làm bốn phận người công dân thì không đúng. Mặc dù chúng ta biết chúng ta là người công dân nhưng mà chúng ta đã khoác chiếc áo này lên thì cái oai nghi tế hạnh của một người tu sĩ chúng ta phải hẵn hời của nó, chứ không thể nào mà lầm lạc được, bởi vì Phật dạy nó quá rõ ràng nó không thể nào lầm cái này qua cái kia được.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn tự nuôi sống bằng những tà nghiệp như đoán trước sẽ có nguyệt thực, sẽ có nhật thực, sẽ có tinh thực, mặt trăng mặt trời sẽ đi đúng chánh đạo, mặt trăng mặt trời sẽ đi ngoài chánh đạo, sẽ có sao băng, các tinh tú sẽ đi đúng chánh đạo, các tinh tú sẽ đi ngoài chánh đạo, sẽ có sao băng, sẽ có lửa cháy, phương hướng sẽ có động đất, sẽ có sấm sét, mặt trăng, mặt trời, các vì sao sẽ mọc, sẽ lặn, sẽ mờ, sẽ sáng, nguyệt thực sẽ có kết quả như thế này, nhật thực sẽ có kết quả

như thế kia. Những điều trên đây vị tỳ kheo cần phải tránh xa, cần phải từ bỏ, không được lấy những nghề nghiệp này nuôi sống tà mạng. Như vậy là giới hạnh của vị tỳ kheo thứ hai mươi hai trong giới luật của đạo Phật.

Đó chúng ta biết là mặc sức chúng ta là người tu sĩ, đây là Thầy nói đơn sơ thôi chúng ta không làm cái nghề đó nhưng mà nghe nói nhật thực nguyệt thực là chúng ta cũng chạy ra mà xem mặt trời mặt trăng ăn, mặc tình nó ăn gì nó ăn kệ nó ăn thua gì giới hạnh của chúng ta. Chúng ta là những người tu không có để ý đến cái hiện tượng xảy ra của trên trái đất này, nó làm gì thì kệ trong cái vũ trụ này mặc tình nó làm gì làm. Còn cái này nghe người ta nói nhật thực cái mình cũng chạy ùa theo, cũng đi xem nhật thực, rồi nghe nguyệt thực cũng chạy ùa theo, nghe nói sao băng nó sẽ rớt ở trên quả địa cầu ôm nhau mà khóc mà rág mà tu để cho nó thoát chết. Thử hỏi người tu sĩ mà như vậy cái hạnh là như thế nào, cái giới hạnh là như thế nào, cho nên tâm luôn luôn lúc nào cũng dao động thì làm sao mà gọi là giới hạnh? Bị dao động trước mọi hiện tượng xảy ra của vũ trụ, bị dao động trước những hiện tượng của con người ở trên thế gian này thì làm sao mà tâm chúng ta an ổn được? Cho nên tất cả những cái này chúng ta đã không hành nghề

này mà chúng ta còn phải dẹp cái tâm dao động bằng cái giới hạnh của chúng ta, như vậy là chúng ta mới là những người tu sĩ của đạo Phật. Đó thì hôm nay được nghe giảng được nói cho rõ từng chút từng chút để quý thầy thấy cái tâm của chúng ta không dao động trước cái hiện tượng của thiên nhiên chớ không phải là chúng ta bị dao động nó đâu.

Đây Thầy xin nhắc lại một câu chuyện để cho quý thầy thấy, trong một giáo đoàn của đức Phật 1500 vị tỳ kheo, sau khi đi đến một cái bờ sông đó thì trong khi trời tối cho nên không thể qua sông được, cho nên tất cả các đoàn tu sĩ đều là nằm ở trên cái bờ sông, nằm dựa theo bờ sông, nằm lảng ở trên bờ sông và thậm chí như trong khu rừng nữa. Nửa đêm bắt đầu nước dâng lên ngập, nó ngập rồi chúng hoảng hồn hoảng vía nhao nhao hết, đức Phật mới ra lệnh cho một vị tỳ kheo, ông phải ngăn nước lại không có được cho nước tràn vô để chúng tỳ kheo ngủ sáng ra đi. Thì cái vị tỳ kheo đó mới thực hiện chặn đứng nước lại, nước dâng lên cao mà không tràn vô, chúng tỳ kheo ngủ im rờ, sáng ra thì vị đó đưa chúng tỳ kheo đi hết rồi mới xả cho nước đi. Thì các thầy thấy trong cái thời đức Phật, đức Phật ra lệnh cái vị nào làm cái phận sự nấy khi mà không có để chúng tỳ kheo nhôn nhao trong cái trước

mà thiên tai, trong cái trước nạn nước lụt nước trôi cho nên đi ở trong cái giáo đoàn của đức Phật sự thật ra thì đức Phật đã bảo vệ chúng tỳ kheo rất là nghiêm chỉnh không có để mà dao động trước cái hiện tượng của vũ trụ, của thời tiết.

Đọc qua câu chuyện đó Thầy thấy thật ra thì cái vị đó nói lên cái chỗ mà đức Phật sai thì vị đó mới làm, nhưng mà sau khi vị đó làm rồi thì chúng tỳ kheo biết là vị đó đã có thần thông đến mức độ như vậy thì lúc bấy giờ vị đó đã rời khỏi khu vực đó liền tức khắc, không có đi ở trong đoàn chúng đó nữa. Nhưng mà đó là cái việc bất đắc dĩ để tạo cho chúng tỳ kheo được yên ổn nằm ở trên bờ sông mà không sợ nước cuốn trôi. Nửa đêm nước dâng lên, tràn lên làm cho chúng hoảng hồn hết, do đó đức Phật ra lệnh ông hãy ra ông ngăn nước lại không có được cho nước tràn thì vị tỳ kheo đó dùng thần thông ngăn nước lại không cho tràn, tất cả các chúng tỳ kheo đều nằm yên khô ráo không có một giọt nước. Thì các thầy thấy trong lúc thời bấy giờ trong thời đức Phật là như thế nào, không phải là cái thần lực của đức Phật đến mức độ mà đức Phật không dùng thần lực của mình, sai người đệ tử của mình thôi. Để tới những cái vấn đề đó Thầy sẽ nhắc lại cái vị cao tăng đó tên gì họ gì để cho quý thầy biết.

Vị tỳ kheo cần phải tránh xa, từ bỏ các tà nghiệp như kể trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai mươi ba trong giới luật của đức Phật. Hồi nãy hai mươi mấy rồi con, hai mươi hai phải không? Như vậy là Thầy chưa có đọc cái đoạn này, cái giới hạnh hai mươi ba.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn tự nuôi sống bằng những tà nghiệp như đoán trước sẽ có mưa nhiều, sẽ có đại hạn, sẽ có được mùa, sẽ mất mùa, sẽ được an ổn, sẽ bị bệnh, bị hiểm họa, sẽ có những bệnh ôn dịch, sẽ có bệnh này bệnh khác, hay làm nghề như đếm trên ngón tay, tính số, đoán quẻ âm dương, kế toán, làm sổ sách, làm thư ký, làm theo các nghề của thường tình thế gian. Nghĩa là từ cái chỗ mà đoán cái nghề nghiệp, đoán mưa nhiều mưa ít, rồi xem bệnh ôn dịch, bệnh nào là bệnh đậu mùa, hoặc là như làm nghề mà đếm ngón tay, tính sổ sách, rồi toán quẻ âm dương, hoặc là làm sổ sách như làm thư ký, hoặc là làm các nghề của thế gian khác thì tất cả những nghề nghiệp này đức Phật cấm luôn không cho làm. Như vậy đó là cái giới hạnh thứ hai mươi ba trong giới luật của đức Phật. **Vị tỳ kheo cần phải tránh xa, từ bỏ tà nghiệp như kể trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai mươi ba**

trong giới luật của đức Phật.

Đó thì những giới hạnh mà Thầy kể ra các thầy có thấy ở trong giới luật của đức Phật không? Không có. Trong giới bốn của Phật không có nói, nhưng mà ở đây kể rất kỹ những giới hạnh, bởi vì đây là những cái mà chúng ta lầm lạc cho nên có nhiều người làm thầy thuốc, có nhiều người làm châm cứu, có nhiều người làm cái chuyện mà họ tưởng đó là chuyện đúng, nhưng mà sự thật đó là cái chuyện sai, cái chuyện không đúng. Có nhiều người làm thầy cúng, thầy bái, có nhiều người làm đủ loại hết người ta vẫn cho đó là trong đạo Phật. Mà nhan nhản là hình ảnh đó trong đạo Phật chúng ta rất nhiều, mà cái giới hạnh thì không ai dạy hết cho nên người ta không biết đâu mà người ta cho nên hễ nói đến họ thì họ nói giới luật không có nói những điều đó, bởi vì giới bốn thì đâu có nói cái điều đó nhưng mà cuối cùng thì giới hạnh rất là đầy đủ, rất là rõ ràng.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn còn tự mình nuôi sống bằng những tà nghiệp như chọn ngày lành để rước dâu hay rẻ về nhà, chọn ngày lành để đưa dâu hay rẻ, lựa ngày giờ tốt xấu để hòa giải, để đi thừa kiện, lựa ngày giờ tốt xấu để chia rẽ, lựa ngày giờ tốt xấu để đòi nợ, lựa ngày giờ tốt xấu để cho mượn, cho

vay tiền tiêu tiền, lựa ngày giờ tốt xấu để mà xuất hành, nhập gia, ăn tân gia, lựa ngày giờ tốt xấu đi buôn, đi kiện thưa tụng gởi, lựa ngày giờ tốt xấu an táng trừ linh trừ thần... Có không? Ở đời chúng ta thấy cái đó là nó quá nhiều mà ở trong kinh giới của Phật thì nó không có, mà giới hạnh của Phật thì Phật đã dạy chúng ta rất là đầy đủ. Cho nên tất cả những cái điều mà chúng ta làm như vậy đó là cái hạnh của chúng ta sai, của người tu sĩ sai. Cho nên chúng ta không có nên làm những điều đó.

Đó thì chúng ta đã học tới đây là chúng ta không có chọn ngày giờ tốt xấu bằng cách này bằng cách khác mà hầu như là hiện giờ mà tu sĩ của chúng ta trong chùa thì hầu hết là luôn luôn lúc nào, mà chính bản thân của Thầy đây nghĩa là người ta đến đây người ta nhờ Thầy phải coi ngày tốt xấu, coi ngày ăn tân gia, coi này kia, thiệt là một cái điều kiện mà Thầy thấy không có làm mà họ năn nỉ thế này thế khác, họ nói Thầy thế này thế khác đủ thứ hết, cho nên Thầy thấy đó là một cái điều kiện không phải là người tu sĩ. Mà không làm những điều này cho thỏa mãn họ thì họ nói mình tu sĩ không có giúp đỡ họ cái gì hết, không có làm gì cho Phật tử hết. Người Phật tử nào mà gọi là ruột nhất là đòi hỏi nhất cái này nè, họ nói Thầy coi 1000 lần trúng 1000 lần, cái gì nó hay vô

cùng á, nói đâu có đó, coi ngày tốt là tốt mà coi ngày xấu là xấu, họ tin như vậy lận, cho nên Thầy thấy điều đó là một cái điều thiệt là điều nó không đúng người tu sĩ của đạo Phật lúc nào hết.

Dùng bùa chú để giúp đỡ người buôn bán, làm ăn may mắn, dùng bùa chú để khiến người gặp tai nạn rủi ro, dùng bùa chú yếm nhà cửa, phá thai, dùng bùa chú khiến cho người ta công lười, khiến cho quai hàm cử động, khiến cho tay chân múa men nhảy nhót như điên khùng, dùng bùa chú khiến người đưa tay lên xuống, dùng bùa chú khiến người bị điếc, dùng bùa chú hỏi gương, dùng bùa chú hỏi đồng cốt thiếu nữ, hỏi tà ma, hỏi quỷ thần về tật bệnh, về tai nạn của con người, dùng bùa chú đi hỏi thần thiên thần để biết họa phước, thờ thần mặt trời, thần đất, thần núi, thần lửa, thần tài và cầu si ri thần tài để mang đến tài lợi cho gia chủ. Nghĩa là ông thầy đó ổng dùng bùa chú, dùng thần chú để đọc để thần núi thần sông thần lửa để đến hoặc là thần tài si ri cũng đến để mà đem lại cái lợi cho gia chủ mà người đó rước ông thầy đến để mà rước thần rước này kia. Đó là những điều kiện như vậy là đức Phật cũng cấm không có cho chúng ta thực hiện những hành động, làm nghề nghiệp như

vậy. **Vị tỳ kheo cần phải tránh xa từ bỏ những nghề nghiệp không chơn chánh ở trên như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai mươi bốn trong giới luật của đức Phật.** Đó là đừng có dùng bùa chú, đừng có dùng thần chú mà rước thần, kêu thần, kêu thánh đến để mà gia hộ phù hộ cho gia chủ của mình được giàu sang, được hạnh phúc thì cái điều đó là cái điều mà đức Phật cấm các vị đệ tử của ngài không có được làm, đó là những tà hạnh chứ không phải là cái giới hạnh của người tu sĩ đạo Phật, đó là thứ hai mươi bốn.

Vị tỳ kheo mặc dù đã dùng các món ăn do tín thí cúng dường mà vẫn tự nuôi sống bằng tà nghiệp như dùng chú thuật để gạt người, để tìm đất tốt làm nhà, để cầu phước cho nhà mới, làm lễ cúng bái, làm lễ tắm, lễ hy sinh, làm thuốc nôn mửa, làm thuốc bài tiết xổ, tẩy tịnh trong đầu, thoa dầu trong lỗ tai lỗ mũi, nhỏ mắt lỗ tai lỗ mũi, chữa mắt chữa tai chữa mũi, làm thầy thuốc, thầy mổ xẻ, thầy chữa bệnh con nít, làm thầy thuốc nam cho uống bằng rễ cây lá cây,... Tất cả những cái này Phật cũng cấm chúng ta là những người tu sĩ không được làm tất cả những cái nghề mà thầy thuốc như vậy. Dù là mắt tai mũi miệng thân ý của người ta đau bệnh gì thì đi đến ông thầy nào chuyên môn người ta chữa

chứ mình làm ông thầy tu rồi hoàn toàn là không làm cái điều đó, mà chỉ lo làm sao mà giữ cho đúng những giới hạnh để mà tu cho được giải thoát là điều quan trọng nhất. Chớ làm chuyện đó rồi người ta thấy ông thầy tu thành ra ông thầy thuốc rồi, người ta thấy ông thầy tu thành ra ông thầy bùa rồi, người ta thấy ông thầy tu thành ra ông thầy trị mắt rồi, người ta thấy ông thầy tu thành ra ông thầy thuốc nam rồi. Ở ông thầy chùa nay thành ông thầy thuốc nam rồi, trời ơi ổng đi chặt rế cây rế rừng ổng vác cả đống đống về đây, bà con mình xuống đến đó mà có đau bệnh ổng cho mình chớ gì, tức là trở thành ông thầy thuốc nam, rồi trở thành ông thầy chữa mắt, rồi trở thành ông thầy mổ xẻ bằng cách này bằng cách khác. *Cuối cùng ông thầy tu, ông thầy giải thoát mà không giải thoát, mà vây quanh bao nhiêu cái nhân quả nghiệp báo của chúng, chúng ta làm sao mà giải quyết được cái nghiệp báo đó, chỉ có hành động tu đúng giới luật của chúng ta là mục đích là giải thoát được cái nhân quả nghiệp báo để cho người ta nương theo đó mà hết. Còn bây giờ mình chặt lá cây lá cối cho người ta uống bớt đó, mai một cái nghiệp người ta còn nữa chứ đâu phải hết, cho nên càng uống thấy bệnh càng nhiều. Nếu mà hết thì bây giờ nhà thương đâu có bệnh nhân, mà thế mà uống thuốc càng nhiều, thầy thuốc càng nhiều tại*

sao bệnh nhân lại đờ đờ như vậy, à, quý thầy thấy không, chúng ta trị cái bệnh mà không trị ở cái gốc mà cứ trị ở cái ngọn làm sao cho nó hết? ***Do cái gốc nhân quả mà chúng ta không trị được cái bệnh gốc nhân quả mà đi trị cái ngọn thì làm sao cho hết bệnh nhân của thế gian này?*** Biết bao nhiêu người tốt nghiệp ở trong các trường y khoa mà rồi thế gian này bệnh vẫn bệnh, mà có nhiều cái bệnh bây giờ gọi là những cái bệnh mà không có thuốc trị nữa, chết biết bao nhiêu người. Bệnh gì? Bệnh Sida bệnh gì đó, Thầy chả biết nhưng mà Thầy nghe nói cái bệnh đó bây giờ không có thuốc trị. Thầy thuốc đông quá mà bây giờ trị bệnh không nổi rồi, chịu thua nó rồi, cuối cùng thì càng ngày Thầy thấy các bệnh trạng nó càng có những cái bệnh khó hơn nữa. Do đó chúng ta phải từ ngay cái gốc, mà từ ngay cái gốc đó là những giới hạnh của người tu sĩ đó là trị ngay cái bệnh gốc, thế mà chúng ta không trị ngay cái bệnh gốc của mình mà cứ đi dùng thuốc thang trị ở ngoài ngọn lá làm sao cho hết? Cho nên đối với người tu sĩ có bệnh có sợ không? Bệnh cùi mà người ta rút từng ngón tay kia mà người ta còn không sợ, người ta đặt cái thợ khổ trước mặt, người ta tu cái Định Vô Lậu người ta quét sạch, người ta giải thoát, các thầy không thấy điều đó, còn bệnh quý thầy có ăn nhầm nhò gì mà mỗi chút là mỗi rên,

mỗi chút là mỗi sợ. *Đối với người tu sĩ của đạo Phật giới hạnh chúng ta nghiêm chỉnh thì chúng ta chẳng sợ trước cái thọ nào hết.* Cho nên trong một đêm bị cảm lạnh mà Thầy chỉ cần ngồi trên bồ đoàn nhiếp tâm trong hơi thở, hoàn toàn thắng được cái cơn cảm lạnh. Thì có gì đâu các thầy thấy rất rõ, chúng ta đừng có sợ hãi cái thọ mà chúng ta chiến đấu nó bằng cái sức lực tinh thần của chúng ta thì chúng ta sẽ qua tất cả mọi cái. Thọ làm sao giết chúng ta được, nhân quả làm sao hại chúng ta được khi mà chúng ta chuyển nó? Đó là cái chỗ mà chúng ta phải đi về tận cái gốc mà trị, còn bây giờ chúng ta cứ làm cái nghề này là trị cái ngọn của thiên hạ chứ làm sao chúng ta trị cái gốc? Cho nên đức Phật cấm không cho những hành động của tu sĩ chúng ta làm những cái nghề đó. ***Vị tỳ kheo cần phải tránh xa, từ bỏ những tà nghiệp không chơn chánh đối với người tu sĩ đạo Phật, như vậy là giới hạnh của vị ấy thứ hai mươi lăm trong giới luật của đức Phật.***

Đó thì bắt đầu chúng ta thấy trong cái sự tu tập của chúng ta mà đến cái chỗ này chúng ta thấy cái giới hạnh hai mươi lăm của chúng ta là đức Phật đã cấm chúng ta không cho làm nghề thầy thuốc đó, dù thuốc nam thuốc bắc thuốc tây thuốc gì cũng không cho hết, cấm bặt chúng ta phải thực hiện cái ông

thầy thuốc trị cái bệnh gốc chứ không phải trị cái bệnh ngọn, còn quý thầy mà làm thầy thuốc thì đó là quý thầy đã trị cái bệnh ngọn chứ không phải trị cái bệnh gốc, bởi vậy đức Phật gọi là “y vương”. Y vương là ông vua thuốc mà trị thì trị cái bệnh gốc của chúng sanh chứ không phải trị cái bệnh ngọn của chúng sanh.

Vị tỳ kheo nhờ giữ giới hạnh không làm những tà nghiệp không đúng hạnh nghiệp của người tu sĩ, nhờ đầy đủ giới hạnh luật nghi nên vị tỳ kheo ấy không thấy sợ hãi từ một phương diện nào của sự giữ gìn hộ trì giới luật. Đây quý thầy thấy cái câu chỗ này, 25 cái hạnh, cái giới hạnh của người tu sĩ thì chúng ta đức Phật đã kết luận 25 giới hạnh như thế nào? Nếu mà chúng ta giữ tròn những giới hạnh đó thì dù trước cái sợ hãi nào chúng ta cũng chẳng sợ hãi hết. Đây Thầy đọc lại cho quý thầy thấy câu kết luận của Phật trong kinh rất rõ: **Vị tỳ kheo nhờ giữ giới hạnh không làm những tà nghiệp không đúng hạnh nghiệp của người tu sĩ, nhờ đầy đủ giới hạnh luật nghi nên vị tỳ kheo ấy không thấy sợ hãi từ một phương diện nào.** Không có sợ từ một phương diện nào đến, thì vị đó không bao giờ sợ hãi nghĩa là giới hạnh nó hộ trì vậy đó, không bao giờ sợ trước cái sống chết của vị đó mà giới hạnh nó cũng

sẽ làm cho vị đó không sợ hãi. Sự giữ gìn hộ trì giới luật này nghĩa là với sự giữ gìn hộ trì mà đúng cách của giới hạnh này thì quý vị không bao giờ có sợ hãi, trong khi quý vị sắp sửa chết quý vị cũng chẳng sợ hãi nữa, mà nếu quý vị mà không thực hiện được giới hạnh này thì quý vị luôn luôn là lúc nào quý vị cũng sợ hãi hết.

Vị ấy nhờ giới hạnh luật nghi cao quý này nên hưởng thọ lạc, nội tâm thanh tịnh không còn si ám, đó là tỳ kheo đầy đủ giới hạnh luật nghi. Đây là giới hạnh luật nghi, là 25 cái điều giới hạnh này, mà chúng ta giữ trọn đầy đủ thì chúng ta không còn si ám, nội tâm chúng ta thanh tịnh và cái hạnh luật nghi này nó làm chúng ta có một cái thọ hưởng lạc rất là đầy đủ, nó làm chúng ta an ổn rất là đầy đủ, cho nên trước những đối tượng trước những cái gì chúng ta cũng chẳng sợ hãi, cho nên gọi là nên hưởng thọ lạc. Bây giờ Thầy đọc lại câu này của Phật ở trong kinh, Phật nói rất rõ: **Vị này, vị ấy nhờ giới hạnh luật nghi cao quý này nên hưởng thọ lạc,** nghĩa là giữ gìn cho nó trọn vẹn, thì vị ấy rất là thọ lạc, **nội tâm thanh tịnh không còn si ám, đó là tỳ kheo đầy đủ giới hạnh luật nghi,** tức là giới hạnh cụ túc đó, giới hạnh đầy đủ, như hồi nãy Thầy nói giới hạnh đầy đủ như thế nào đó, giới hạnh đầy đủ như thế nào,

thì đây là kết luận để chúng ta thấy giới hạnh đầy **đủ luật nghi là do cái chỗ chúng ta giữ gìn sống đúng những cái hành động của chúng ta, 25 cái giới hạnh đó.**

Đó thì như vậy chúng ta đã học được 25 giới hạnh của một người tu sĩ tức là học 25 cái oai nghi tế hạnh của một cái người tu sĩ khi bước chân vào đạo là chúng ta phải hiểu cái giới hạnh đó. Đây là phần **sơ thiện**, nghĩa là cái phần mà giới hạnh này đức Phật được xem nó là cái phần sơ thiện mà Đức Phật đã từng nhắc nhở các vị tỳ kheo, các vị đệ tử của mình. Đây là phần sơ thiện mà đức Phật thường nhắc đi nhắc lại cho các đệ tử của mình để tránh xa những tà nghiệp mà luật nghi răn cấm, không cho vi phạm. **Vì vi phạm những luật nghi này thì người tu sĩ khó mà đạt được mục đích giải thoát chân chánh của đạo.**

Đó thì quý thầy phải nhớ kỹ trong cái vấn đề luật nghi về cái **giới hạnh này được xem như là sơ thiện** của đạo Phật chứ chưa phải là trung thiện, chưa phải là hậu thiện đâu. Còn trung thiện và hậu thiện nó còn cao siêu hơn nữa, bởi vì cái **trung thiện nó là giới đức** mà **hậu thiện nó là giới tuệ**, nó phân ra từng chút từng chút rất rõ, còn sơ thiện đó là cái phần giới hạnh của chúng ta. Bởi vì đạo Phật là đạo thiện, đạo thiện pháp cho nên nó đứng ở trong giới luật chúng ta

phân ra chỗ nào là thiện chỗ nào là không thiện, chúng ta thấy rất rõ. Nếu mà chúng ta đi ngược lại 25 giới này là không thiện, tức là không phải sơ thiện của chúng ta đâu.

Đây chính là phần giới hạnh của người tu sĩ đạo Phật, các thầy phải cố tránh và giữ gìn cho nghiêm túc để viên mãn thành ly dục ly ác pháp trong giới hạnh của Phật. Nghĩa là trong cái sơ thiện này mà quý vị đã giữ gìn được nó thì quý vị đã ly dục ly ác pháp trong cái giới hạnh đó, chứ không phải là ly dục ly ác pháp ở trong thiền định mà nhập sơ thiện đâu, mà đây là ly dục ly ác pháp ở trong giới hạnh, quý vị phải hiểu ở chỗ ly dục ly ác pháp ở trong giới hạnh, nó không phải là ly dục ly ác pháp để nhập sơ thiện, hai cái này nó khác. Phải hiểu ở chỗ dùng để mà hiểu nó bởi vì trong khi mà chúng ta thực hiện các hạnh như vậy tức là chúng ta phải có sự ly dục, có sự hàng phục, có sự khắc phục trong cái tâm ham muốn của chúng ta. Do cái chỗ đó thì chúng ta mới ly tất cả ác pháp mới ra. Cho nên ly dục ly ác pháp ở trong giới hạnh của đức Phật là ở trong sơ thiện của nó. Nếu quý vị không gìn giữ đúng giới hạnh này thì con đường tu tập theo đạo Phật của quý vị chỉ hoài công mà biến quý

vi thành trùng trong lòng sư tử, trở lại giết sư tử chết, cũng như bao thế kỷ nay trùng trong lòng sư tử đã giết sư tử chết mà ai ai cũng không ngờ. Nghĩa là người ta không có ngờ rằng con sư tử đã chết mất rồi, mà người ta cứ tưởng rằng con trùng đó là sư tử nhưng mà không ngờ toàn là thứ trùng ở trong lòng sư tử.

Đến đây là giai đoạn phân giới đức của người tu sĩ. Đây là phần mà Thầy dạy tiếp kỳ sau đó, dạy tiếp cho quý thầy là phần giới đức của người cư sĩ của đạo Phật, cần phải trau dồi tu tập, từng phút, hàng phút, hàng giây không được biếng trễ. Tới giai đoạn mà giới đức thì quý vị tu tập trau dồi nhiều hơn còn cái phần kia là quý vị phải dứt bỏ và sống cho đúng những cái hành động của mình ở trong cái sơ thiện, ở trong cái giới hạnh của nó, là cái phần này nó ít có sự tu tập trau dồi mà phải sống, sống cho đúng, phải tập sống cho đúng, phải dứt bỏ những cái ác để cho chúng ta sống đúng thôi. Còn cái phần giới đức thì trau dồi tu tập hết sức à, cái phần này là cái phần quan trọng chứ không phải là cái phần đó, cho nên đến cái phần giai đoạn giữa này, giới đức thì chúng ta là cái phần rất là quan trọng.

Phần giới hạnh là phần dứt bỏ, nay Thầy giải thích thêm để chúng ta biết, phần giới hạnh là phần dứt bỏ, phải từ giã không

làm không làm nữa, phần này là phần giữ gìn cảnh giới nghiêm nhặt không được mọi hành động vi phạm, dù một sự việc rất nhỏ cũng không được lầm lạc. Đó thì cái **phần giới hạnh là phần dứt bỏ còn cái phần giới đức là cái phần tu tập trau dồi**, hai cái phần này nó có hẳn hoi là nó phải có những pháp hành của nó như thế nào để mà chúng ta thấy biết rõ ràng. Cho nên phần nào mà dứt bỏ thì cái phần giới hạnh là cái phần dứt bỏ cho nên ở trong đầu chúng ta cứ nghe cái phần mà chúng ta nhắc đi nhắc lại đó là phải dứt bỏ, phải từ già, phải xa lìa đó, đó là cái phần dứt bỏ đó, cho nên mỗi cái hành động đó, bởi vì bây giờ mình muốn làm cái nghề thầy thuốc thì cần mình phải dứt bỏ chứ mình cứ mình làm thầy thuốc mà mình không dứt bỏ thì làm sao dứt bỏ? Bây giờ tu tập làm sao mà hết làm thầy thuốc đây, phải không? Cứ vác rựa vô rừng chặt rế cây, chặt cây về cứ vạt, rồi hốt cho người ta, thì giờ mình chỉ cần dừng lại đừng có, thì đó là dứt bỏ, mà cứ chặt vạt hoài hốt hoài thì làm sao mà dứt bỏ. Cho nên cái phần giới hạnh là cái phần dứt bỏ chứ không phải là cái phần tu tập, cho nên cái sơ thiện của đạo Phật dạy là cái phần mà dứt bỏ chứ không phải phần tu tập phần trau dồi đâu. Đó như vậy thì chúng ta thấy được cái phần nào dứt bỏ cái phần nào tu tập cái phần nào trau dồi, còn cái phần giới đức là cái phần tu tập và

phần trau dồi, nó phải khác, nó ở đây nó có những cái khác chứ nó không phải giống như vậy.

Đó thì quý thầy đã hiểu rồi đã rõ rồi thì như vậy quý thầy biết được cái dứt bỏ là phần nào rồi, cho nên ở trên Phật nói **thông hiểu, rồi dứt bỏ, rồi trau dồi, rồi tu tập**. Cái phần dứt bỏ bây giờ dạy tới cái giới hạnh thì quý thầy thấy cái phần dứt bỏ, dứt bỏ rất rõ ràng.

Còn phần giới đức, như Thầy đã dạy ở trên, phải siêng năng trau dồi tu tập và còn phải cái phần mà giới đức nó còn phải có phần dứt đoạn nữa, phải dứt bỏ nữa. Nó vừa trau dồi vừa tu tập mà cần phải dứt bỏ những cái gì, thí dụ như bây giờ mình ghiền thuốc phiện hay ghiền thuốc mà bây giờ mình cứ trau dồi cái này cái kia mà mình không chịu, cứ hút thuốc hoài thì thử hỏi làm sao mà trau dồi cái giới đức mình được? Cho nên phải dứt bỏ không hút thuốc, dứt bỏ không ăn phi thời, dứt bỏ, cái đó là phải dứt bỏ, ở trước kia là giới hạnh chúng ta dứt chưa hết, bây giờ tới đây nó còn dính dấp một chút gì đó thì phải tiếp tục dứt bỏ nữa, và đồng thời thì tu tập và trau dồi nó mới có kết quả.

Những chưa dứt bỏ hết cái phần thứ nhất và cái phần này chuyên tu trau dồi

nhều hơn. Về cái phần tu tập trau dồi về cái phần thứ hai này cái phần giới đức nhiều hơn và cái phần dứt bỏ nó chỉ còn chút ít những cái thói quen mà không bỏ được thì bây giờ chúng ta tiếp tục chúng ta dứt bỏ để cho thành tựu được cái giới hạnh và đồng thời thì chúng ta tiếp tục tu tập và trau dồi những cái giới đức.

Đến đây thì Thầy xin ngưng lại vì chúng ta sẽ hết giờ rồi.

CÂU CHUYỆN VỀ CÁC BẬC THÁNH TĂNG, NI

Bây giờ chúng ta tiếp tục chương trình học. Nhưng trước khi học cái phần mà giới đức thì chúng ta sẽ, Thầy sẽ thuật lại cho quý thầy nghe những cái mẫu chuyện của những bậc Thánh Tăng để chúng ta nương theo đó mà lấy kinh nghiệm mà nương vào các bậc Thánh Tăng trong thời Đức Phật để mà lấy kinh nghiệm đó mà chúng ta rút tĩa tu hành cho chính mình và cũng là những gương mà sách tấn để chúng ta lấy đó mà làm gương tu trên bước đường theo đạo Phật. Để tiếp tục học chương trình giáo án này Thầy sẽ nêu lên một vài gương của những bậc Thánh tăng, Hiền đức để chúng ta lấy đó mà sách tấn trên bước đường tu hành.

Nghe cái ông tu xong rồi đó ông xin đức Phật đi hóa độ chúng sanh ở cái vùng

biên cương. Đức Phật hỏi ông thì ông trả lời những cái điều mà đức Phật đã trải nghiệm xem ông có thể thực hiện được cái con đường giáo hóa chúng sanh hay không. Sau khi trả lời thì đức Phật chứng nhận rằng ông là cái người mà có thể được đi giáo hóa ở cái vùng biên cương, cái vùng mà người dân chưa biết đạo đức chưa biết gì hết, cho nên ông ra đi mà ông độ chúng. Thì đây là trên bước đường tu hành của ông, Thầy muốn nhắc lại đây là một vị đại đệ tử của đức Phật ngày xưa có những cái pháp tu hành nào mà ông đạt được đến mức mà ông đối với chúng sanh mà đến đối giết ông ông còn thấy ông vui mừng mà để ông độ chúng, thì chúng ta thấy những người tu hành như vậy lậu hoặc thật là quét sạch. *Vậy ông tu pháp nào? Qua câu chuyện của ông thì chúng ta sẽ thấy được sự tu tập của ông ta, chứ không phải toàn bộ cái giáo lý của nhà Phật là người nào cũng tu sạch hết pháp môn nào cũng tu sạch hết, không phải đâu, người ta chỉ dùng cái đề mục thiền nào đó rồi người ta quán xét rồi người ta xả sạch cái tâm của người ta, cho nên lậu hoặc nó hết là người ta đã thành tựu và từ đó người ta nhập sơ thiền hay nhị thiền, tam thiền, tứ thiền một cách rất dễ dàng không phải khó khăn. Vì vậy mà chúng ta lấy kinh nghiệm này để mà chúng ta rút tĩa cho con đường tu tập của chúng ta cho nó dễ dàng hơn là chúng ta đi*

ngay vào một cái thiên định Hiện Tại An Lạc Trú Định nó rất là khó khăn từ hơi thở cho đến khi mà dừng hơi thở mà chúng ta tâm nó chưa hết lậu hoặc thì tu rất khó.

Khi đến tuổi trưởng thành ông đi với một đoàn lũ hành thương gia đến nước Xá Vệ quốc, bấy giờ ông được nghe Thế Tôn, đức Phật á, thuyết pháp. Ông khởi lòng tin và xin xuất gia. Đức Phật cho một đề tài thiên quán hộ trì các căn. Đó, chúng ta nghe ông chỉ có hộ trì các căn không hà, chớ ông đâu có tu cái gì đâu, thế mà ông lại thành tựu được, chúng đạo được Tam minh, thì đây là một điều kiện mà chúng ta phải thấy rằng những cái giáo pháp của Phật đều là có những vi diệu của nó mà chúng ta *chỉ chọn lấy một đề tài nào đó mà chúng ta thực hiện thì chúng ta sẽ đạt được con đường giải thoát chúng đến Tam minh chứ đâu phải cần mà nương vào cái hơi thở, để mà dừng hơi thở để mà nhập Tứ Thiên rồi chứng Tam minh đâu*. Nhiều khi chúng ta tu cái điều đó mà tâm chúng ta không hết lậu hoặc thì chúng ta cũng chưa đạt được Tam minh, cho nên đức Phật cho ông đề tài thiên quán là hộ trì các căn môn, tức là Phật nói Thánh hộ trì các căn đó, cái pháp môn Thánh hộ trì các căn nó làm cho ông không có dính mắc các pháp, các đối tượng, các pháp cho nên từ đó ông xả ly, ông diệt được cái lậu hoặc mà

thành tựu được Tam minh. Nhờ tu tập pháp này ông đã chứng được Tam minh.

Tại sao mà Thầy đọc lại Thầy lại biết các vị này tu những cái điều đó? Thật sự ra đức Phật đã trao cho các vị đó những đề mục thiền quán như vậy mà các vị đó đã thực hiện rất ráo trong cái thời gian ở trong cái nơi độc cư yên tịnh xa vắng ở trong rừng, ngài nỗ lực thực hiện cho nên ngài đạt được rất nhanh chóng. Vì cái sự quyết tâm tu tập và sự hiểu rõ được cái đường đi của đức Phật cho nên ***chỉ nhắm vào cái lậu hoặc mà quét sạch thì sẽ đạt được những cái vi diệu của Phật Pháp chớ không phải tu luyện một cái gì khác hết.***

Sau đó thì ngài được xin đức Phật và đi giáo hóa người ta, do đó hơn 500 nam và nữ cư sĩ theo ngài tu hành ở vùng biên cương đó chớ không phải là một cái số ít. Khi sắp lâm chung, ngài có làm bài kệ kinh nghiệm tu hành của mình. Ngài để lại một bài kệ nói qua kinh nghiệm tu hành của mình để cho đời sau, thì những bài kệ mà gọi là Pháp cú hay là kệ đó người ta rút ra người ta không thấy được cái kinh nghiệm của các bậc này nhưng mà riêng Thầy, Thầy đọc lại thì Thầy thấy những cái bài kệ của các vị quá là có kinh nghiệm tu hành. Đây Thầy xin đọc lại bài kệ đó cho quý thầy để quý thầy lấy đó mà làm kinh nghiệm. **“Ở đây**

chỉ có giới”, nghĩa là ông đến với đức Phật là ông thấy chỉ có giới mà các thầy biết rằng cái hộ trì các căn môn đó là cái giới hạnh mà chúng ta tu tập đó, đó là cái giới hạnh chứ không phải là cái gì khác hết, cho nên ở đây thì ông nói:

“Ở đây chỉ có giới,

Là pháp thật tối thượng”

Ông ca ngợi giới luật của Phật là pháp tối thượng.

“Vị nào có trí tuệ

Cũng chỉ là vô thượng”

Nghĩa là mình có trí tuệ, trí tuệ tức là giới luật mà giới luật là trí tuệ như Thầy đã xác định ở trong bài kinh của đức Phật đã dạy, cho nên dù là có trí tuệ thông minh đi nữa thì nó chỉ là vô thượng chứ không thể tối thượng được.

“Vị nào đủ giới tuệ

Làm thầy cõi nhân thiên”

Đó ông nói người nào mà có đủ giới tuệ, chúng ta phân biệt rõ mà, giới đức giới hạnh giới đức giới tuệ, mà bây giờ đủ giới tuệ tức là chúng ta phải có giới hạnh, giới đức rồi mới tới giới tuệ cho nên làm thầy cõi nhân thiên, làm thầy cõi trời người. Do cái giới tuệ này mà chúng ta nói chuyện với tam thiên được,

chúng ta nghe chư thiên nói chuyện được còn nếu mà chúng ta chưa có giới tuệ thì chắc chắn là chúng ta không thể nào mà nói chuyện với chư thiên được, cho nên chúng ta đâu có thể nào mà dạy chư thiên được. Cho nên lúc bây giờ đức Phật dạy người, dạy chư thiên tu hành, nó thì chúng ta thấy cái bài kệ của ông rất là...qua cái đề tài một thì hộ trì các căn môn, tức là cái pháp để chúng ta giữ gìn giới hạnh nghiêm túc đó, tức là cái pháp giữ gìn hộ căn môn của chúng ta đó, thì Thánh hộ trì các căn, tức là cái pháp thánh để mà hộ trì các căn của mình. Vì vậy mà Thầy đọc lại bài kệ này để chúng ta thâm thía được những bài học giới luật của chúng ta:

“Ở đây chỉ có giới,

Là pháp thật tối thượng

“Vị nào có trí tuệ

Cũng chỉ là vô thượng”

Dù có trí tuệ đi nữa cũng chỉ là vô thượng.

“Vị nào đủ giới tuệ

Làm thầy cõi nhân thiên”

Đó là bài kệ để mà nhắc nhở chúng ta, lấy kinh nghiệm của ngài, ngài đã kinh nghiệm tu cái này mà ngài đạt được cái ba

cái giới này mà ngài thực hiện được làm thầy của cõi nhân thiên đó. Đó là ngài Phú Lô Na.

Bây giờ Thầy đọc thêm một vị Thánh Tăng trong thời đức Phật nữa, ngài Vassapala. Buổi gặp gỡ vua Bình Sa Vương và đức Phật, thấy đức Phật hàng phục được ngài Ca Diếp, do thế ngài khởi lòng tin và xuất gia. Chỉ trong một tuần lễ ngài triển khai thiên quán **giới đức, giới hạnh, giới tuệ**. Đó ngài triển khai giới đức, giới hạnh, giới tuệ mà Thầy đã giảng đó thì ngài chứng được 6 thắng trí và chứng quả A la hán chỉ trong có một tuần lễ, tức là 7 ngày chứ không có lâu mà ngài thực hiện cái giới đức, giới hạnh, giới tuệ mà ngài đã đạt được cái quả A la hán như vậy, mà có được 6 thắng trí nữa. Ngài có làm bài kệ nói lên kinh nghiệm của mình, kinh nghiệm tu hành của mình đó. Bài kệ như thế này:

“Nếu thấy được sự thật

Thật vi diệu vi tế

Với trí tuệ thiện xảo

Với tâm tư khiêm tốn

Sống rập theo giới luật

Do chính đức Phật dạy

Với người ấy Niết bàn

Chứng đạt không khó khăn”

Đó thì “sống rập theo giới luật” nghĩa là cái giới luật của Phật đặt ra mình sống y như vậy đó thì mà với trí tuệ thiện xảo, với tâm tư khiêm tốn thì sống rập theo giới luật mới được. Thì ông nói bây giờ ông tu cái gì, ông nói khi mà hiểu được sự thật của Pháp của Phật rồi á, nó thật là vi diệu và vi tế. Vi tế là rất là nhỏ nhặt, nhỏ nhiệm, mà vi diệu rất là diệu huyền cho nên với trí tuệ thiện xảo, với sự hiểu biết của mình rất thiện xảo, với tâm tư khiêm tốn của mình thì mình sống rập theo giới luật của Phật thì không có khó khăn đâu, và cái Niết bàn thì mình chứng không có khó.

Đó thì ông đã qua kinh nghiệm tu tập của ông thì đây dạy giới cho nên Thầy chọn lựa những bậc Thánh Tăng trong thời đức Phật đã tu về cái giới. Nhưng mà nếu dạy đến mà giới mà dạy đến mà giới đức thì Thầy sẽ chọn những bậc mà tu về giới đức tức là tu về thiên định, tu về Tứ niệm xứ hay hoặc là bốn định, hay hoặc là Tứ diệu đế đó, hay hoặc là Tứ như ý túc thì Thầy sẽ có những bậc Thánh Tăng trong thời đó họ tu những pháp đó thì Thầy cũng sẽ đem ra những cái gương hạnh đó để cho chúng ta bắt chước mà noi gương. Thì ở đây Thầy muốn đem ra nó đủ các vị Thánh Tăng để **chúng ta thấy chúng ta hợp với vị Thánh Tăng nào đó thì chúng ta nương theo cái kinh**

nghiệm tu hành của vị đó mà chúng ta thực hiện. Còn bởi vì chúng ta chọn tăng để nương theo để quy y theo các vị tăng đó thì chúng ta phải chọn những bậc Thánh Tăng như vậy, vì vậy mà những gương hạnh này không thể thiếu ở trong cái giáo án này được, không thể bỏ qua trong giáo án này được. Cho nên Thầy phải nhắc nhở quý thầy lấy những gương hạnh phù hợp với mình để rút tỉa những kinh nghiệm của các ngài mà tu tập cho chính mình.

Bây giờ đây là một vị thứ ba trong buổi giảng hôm nay, ngài Nitta. Ngài xin Phật xuất gia để được sống thoải mái đời sống của tu sĩ. Nghĩa là ngài xin Phật để xuất gia là ngài thấy đời sống tu sĩ ăn ngày một bữa thoải mái đi xin ăn khỏi có làm khỏi gì hết cho nên ngài muốn xuất gia là cái mục đích đó thôi. Cho nên ngài đến ngài xin Phật ngài xuất gia để ngài cũng ôm bát ngài đi xin bữa ăn, ăn no ngủ, rồi chơi chứ còn không có tu hành gì hết nhưng mà thấy đời sống của tu sĩ sướng quá không có làm mà sống thoải mái dễ chịu, ngủ suốt ngày cũng được, chỉ sáng đi xin ăn rồi trưa chiều tối cứ chuyên ngủ thôi, cho nên ngài xét qua đời sống của các vị tu sĩ ngài thấy sướng hơn ngoài đời nhiều, đời làm lụng cực khổ quá mà có nhiều khi còn đói khát cho nên ngài xin xuất gia. Đây là cũng một vị lười biếng nhất ở trong những

cái bậc Thánh Tăng ở trong cái thời của đức Phật đây.

Ngài đến xuất gia làm tu sĩ rồi thì ngài không có chuyên chú đến cái sự tu tập đâu, chỉ tu lấy lệ, chuyên ăn no nói chuyện nhảm nhí và ban đêm thì ngủ dài. Bậc đạo sư thấy vậy, bậc đạo sư tức là đức Phật, thấy vậy nên nói lên bài kệ để giáo giới cho ngài:

“Trọn đêm người nằm ngủ

Ban ngày thích tụ hội

Kẻ ngu sống như vậy

Sẽ đoạn khổ được sao?”

Đó bốn câu kệ của đức Phật giáo dục ngài, thấy ngài chuyên ăn, rồi chuyên nói chuyện nhảm rồi ban đêm thì chuyên ngủ cho nên đức Phật khuyên ngài làm sao mà đoạn được cái sự khổ, chuyên như vậy làm sao mà đoạn được sự khổ? Do cái lời dạy này ngài bị dao động.

Bị dao động bởi lời dạy của bậc đạo sư, ngài triển khai thiền quán, đặt niệm ăn uống ngủ nghỉ, nói chuyện nhảm nhí tu Định Vô Lậu. Nghĩa là bây giờ ngài có cái tật đó đó, ngài đặt cái niệm ăn, cái niệm ngủ và cái niệm chuyên nói chuyện nhảm nhí của ngài đặt ra cái niệm đó ở trước mặt ngài, ngài quán xét về cái Định Vô Lậu, ngài quét cho sạch cái ham ăn, cái ham ngủ, cái ham nói

chuyện của ngài. Chẳng bao lâu ngài chứng quả A la hán. Ngài lấy bài kệ của đạo sư làm bài kệ chứng đạo của mình và cũng là bài pháp hướng tâm tu hành của mình.

Đó thì các thầy thấy không, khi người ta có bị cái tật gì đó, người ta bị quở rồi người ta thấy xấu hổ lắm rồi người ta lấy cái đó mà người ta làm đề tài thiền quán, người ta quét sạch cái đó thì cái tâm vô lậu người ta sạch liền. Bởi vì cái tật của mình là cái tật đó cho nên mình có cái tật nào mà nó xấu xa như vậy mình đặt nó mình quán, quán cho trôi, quét cho sạch cái tật đó ra thì chúng ta sẽ thành tựu đạo Phật chứ không có gì mà khó khăn hết. Bởi vì cái đó là cái cốt cán của nó mà làm cho chúng ta hoàn toàn cuộc sống của chúng ta trở thành khổ. Đó thì hôm nay những gương hạnh như vậy thì quý thầy phải nương theo những gương hạnh đó mà coi thử coi mình coi nó có bị vướng vấp vào cái chỗ nào đúng như các gương hạnh đó mà chúng ta tu tập.

Bây giờ về cái phần này thì Thầy cũng nhắc luôn là bên nữ, để cho giáo án nó có nam và có nữ còn cái phần mà rầy dạy bảo riêng ở bên phái nữ thì Thầy không có thu băng vào, bởi vì đó là thu riêng ra để cho bên giới nữ mà thôi. Còn ở bên đây thì quý thầy Thầy cũng dạy riêng ở trong cái bữa ăn khi mà có phạm phải những điều gì đó Thầy

nhắc nhở trong bữa ăn thôi chứ không có thu vào giáo án, mà lấy những gương hạnh của bên nữ và bên nam để chúng ta noi theo để mà chúng ta tu học.

Bây giờ thì quý thầy nghe tiếp thêm những bậc Thánh ni, bà Đãng-ti-ca, bà là một đứa con gái của vị giáo sĩ nhà vua, khi đến tuổi trưởng thành bà trở thành một tín nữ của Kỳ Viên tịnh xá. Nghĩa là lúc bà lớn lên thì bà trở thành một người hộ trì ở trong tịnh xá Kỳ Viên, lúc đức Phật còn đang ở đó đó. Về sau bà xuất gia, được hướng dẫn của bà Mahapajapati. Một hôm bà leo lên núi Linh Thứu chơi sau bữa ăn cơm gạo, bà ngồi nghỉ và thấy một người nài điều khiển con voi. Nhờ thấy vậy bà tin nơi lời Phật dạy, nghĩa của Phật dạy điều khiển tâm mình như người nài voi điều khiển con voi.

Đó, bà lên trên núi bà chơi ngồi ở trên cao lên núi Linh Thứu là chỗ đức Phật ở đó, bà lên đó, bà ăn cơm gạo xong rồi bà lên đó, bà nghỉ, bà chơi rồi bà nhìn xuống núi dưới dòng sông đó, bà thấy có một người nài voi họ điều khiển con voi như thế này thế khác, họ tập huấn luyện con voi. Do đó bà mới nghĩ rằng đức Phật dạy mình cũng như một người nài voi mà điều khiển cái tâm của mình. Vậy thì mình tin theo lời đức Phật dạy đó mình về mình điều khiển cái tâm của mình như thế nào, như cái người

nài voi mà điều khiển con voi vậy. Do sự **tùy pháp, hướng pháp** bà điều khiển tâm mình và bà đã bà làm chủ được nó và chứng quả A la hán. Đó thì cái sự điều khiển đó mà chúng ta đã làm chủ và chứng quả được A la hán, vậy thì điều khiển như thế nào? Bà có bài kệ nói lên kinh nghiệm tu tập của mình.

Ở đây Thầy thì xin nhắc thêm bà điều khiển như thế nào, cũng như bây giờ chúng ta ăn một bữa mà một lát nữa nó thèm ăn cái gì đó thì chúng ta điều khiển nó đừng có ăn, thì tức là chúng ta hướng tâm, nó hay thèm ăn vật như vậy thì chúng ta hướng tâm nhắc nó, tùy theo cái pháp mà chúng ta hướng tâm nhắc á, đừng ăn, ăn uống như vậy phi thời, người tu sĩ như thế này thế khác không có được như vậy. Đã biết Phật Pháp rồi thì bây giờ mình là người cư sĩ cũng không được ăn lật vật, không ăn uống phi thời, do đó mình điều khiển cái tâm của mình một ngày hai ngày sau đó nó không thèm ăn nữa, không thèm ăn nữa thì tức là mình điều khiển được con voi chứ gì, mà coi như cái tâm của mình là con voi chứ gì, cho nên bây giờ nó khởi muốn cái gì cái gì nó thấy đó nó ham muốn thì điều khiển nó đừng ham muốn. Mình biết cái muốn đó là cái nguy hại, cái nguy hiểm cho nên do đó bà điều khiển cái tâm bà như là một người nài voi mà huấn luyện con voi vậy.

Đó, thì các Thầy thấy bà có ngồi quán có gì không, bà đâu có ngồi quán như các vị đó mà vô lậu đâu nhưng mà điều khiển cái tâm của mình theo sự điều khiển của mình, do cái tâm đó mà nó trở thành một con voi thuần thực cho nên bảo sao nó nghe vậy. Cho nên thí dụ như bà điều khiển cho đến mức bà điều khiển cái hơi thở này ngưng, các hành ngưng thì nó cũng ngưng theo, nó ngưng theo thì tức là bà điều khiển được cái tâm của bà rồi chứ gì, cho nên bà chứng đạt được đạo quả A la hán.

Các thầy thấy cái điều kiện đó có phải là bà ngồi đó bà quán cái gì đâu, bà cứ theo dõi cái tâm của bà tức là phòng hộ sáu căn đó quý thầy. Như hồi nãy có vị tỳ kheo, vị thánh tăng mà phòng hộ sáu căn đức Phật đưa ra đó, mà nói phòng hộ thì quý thầy không thấy, nhưng bây giờ nêu ra cái bà này thì rõ ràng là bà điều khiển cái tâm của bà qua sự phòng hộ. Bây giờ mình đi ra đường mình thấy con mắt mình nó nhìn đó nó thấy nó thích, mà nó thích tức là mình sẽ làm sao, phải không quý thầy? Mình sẽ ngăn chặn nó đi, không có được thích, mà không có được thích, thích cái này là nguy hiểm, là hại, là khổ, cho nên nó lần lượt nó thấm nhuần nó bỏ đi mà cái lậu hoặc của mình càng ngày nó càng quét sạch mà mình có ngồi đó mình tu lậu hoặc không, phải không? Mình tu phòng

hộ sáu căn của mình. Tai nghe âm thanh gì đó mà nó cứ dính nó nhớ hoài đó thì lúc bấy giờ mình cũng điều khiển nó đừng có bị dính mắc nữa, do đó là mình đã thuần hóa được con voi tâm của mình để cho nó theo sự điều khiển của mình mà nó không muốn gì hết, mà nó không muốn gì hết thì lậu hoặc nó sạch, mà lậu hoặc nó sạch thì tâm nó thanh tịnh, tâm nó thanh tịnh thì cái sự điều khiển mà do pháp hướng này đó, mình do pháp hướng này đó thành ra cái hiệu quả cho nên mình bảo hơi thở ngưng, các hành ngưng, nó ngưng theo hết, vậy mà mình làm chủ được cái sự sống chết của mình. Đó, như vậy là chúng ta đã thấy qua những kinh nghiệm của các bà...



BẢNG SỐ 18: **TRAU DÒI GIỚI ĐỨC**

1. CÂU CHUYỆN VỀ CÁC THÁNH TĂNG, THÁNH NI

Thầy thấy nó dễ dàng quá, nó đâu có khó khăn gì đâu? Hỏi này là có một vị Thánh tăng, là người nam, họ cũng tu cái pháp phòng hộ 6 căn. Bà đây thì không nói pháp phòng hộ 6 căn mà chúng ta thấy rõ ràng là phòng hộ 6 căn, có phải không? Nếu mà cái người không hiểu, đọc cái này không biết là tu cái pháp gì hết. Mà Thầy là người có kinh nghiệm cho nên Thầy đọc qua đây Thầy biết bà này là tu phòng hộ 6 căn, cũng giống như ông kia phòng hộ 6 căn, tức là điều khiển con voi tâm của mình chứ không gì hết, huấn luyện con voi tâm mình chứ không gì hết, cuối cùng thì người ta vẫn thành chứng quả A La Hán. Bà có làm bài kệ nói lên kinh nghiệm tu tập của mình. Đây cái bài kệ của bà cũng hơi dài đây:

Ra khỏi ngôi tịnh xá

Để nghỉ trưa ban ngày

Trên đỉnh núi Linh Thứu

Ta thấy một con voi

Dầm nước xong đi lên
Trên bờ một con sông
Một người cầm cái móc
Yêu cầu nó đưa chân
Con voi duỗi chân ra
Và người nài lên voi
Thấy kẻ chưa nhiếp phục
Đi đến được nhiếp phục
Ta thấy nó vâng chịu
Theo quyền lực của người
Như vậy ta định tâm
Đi vào trong rừng ấy.

Nghĩa là bây giờ bà đi vào trong rừng yên tĩnh, thanh vắng để mà điều khiển làm chủ cái tâm của mình đây.

Ta làm chủ được tâm
Sai bảo nó vâng theo
Sống chết ta tự tại
Chấm dứt được luân hồi.

Đó thấy không? Người ta giải thoát, mà bà nói rất rõ, không có nói là chúng Tam minh gì hết. Hồi nãy ông kia thì chúng Tam minh, thì nó cũng là làm chủ được sanh tử

luân hồi chứ gì? Còn bà đây nói rất rõ “*sống chết ta tự tại*” nghĩa là bà đây muốn sống muốn chết lúc nào cũng được rồi, và chấm dứt được luân hồi, tức là Tam minh, tức là Lộ tận minh rồi chứ gì? Cho nên chấm dứt được luân hồi.

Đó, thấy cái bài kệ của ngài. Bà chỉ thấy có con voi và thừng nài thôi mà ngài thức tỉnh được, ngài về ngài tu cái phòng hộ 6 căn chứ không có gì hết, đó, vậy mà người ta chứng đạo. Còn quý thầy tu sao đây? Mình phải lấy những kinh nghiệm đó, cho nên từ bài kia nói rõ ra cái pháp ra là Phật trao cho ông ta cái pháp để mà ông ta tu là phòng hộ 6 căn, nhưng bà này thì ông Phật không có trao. Bà trèo lên núi bà chơi thôi, bà thấy người ta điều khiển con voi thì bà về bà điều khiển tâm bà. Nhưng không ngờ bà lại tu tập cái pháp hộ trì các căn, cũng y như vậy thôi chứ không khác gì hết.

Bà Ubirì:

Thuở tuổi thanh xuân bà rất đẹp và được đưa vào hậu cung của vua Kosala. Sau vài năm bà sanh một đứa con gái rất đẹp đặt tên là Jivà, nhưng rồi đứa con gái bà bị chết. Ngày nào bà cũng ra nghĩa địa than khóc. Bậc đạo sư thấy vậy liền đến và hỏi bà:

- Tại sao người khóc?

Bà đáp:

- Bạch Thế Tôn, con khóc đưa con gái của con.

Thế Tôn nói:

- Tại nghĩa địa này có 84.000 đứa con gái chết, bị thiêu, vậy người có khóc than cho ai?

Rồi đức Thế Tôn chỉ cho bà những chỗ đất mà những người chết bị thiêu. Thế Tôn nói xong đọc một bài kệ:

Hỡi nàng Ubirì,

Nàng khóc trong rừng sâu,

Khóc than ôi Jivà,

Con gái thân của tôi,

Hãy tự mình hồi tỉnh,

Hỡi này Ubirì!

Trong bãi đốt tử thi

Tất cả tám vạn tư,

Người đồng tên Jivà

Nàng khóc Jivà nào?

Nghĩa là đức Phật khuyên ở trong nghĩa địa này nó có 84.000 cái người con gái chết mà cũng đồng tên Jivà như vậy, vậy bây giờ bà đến đây bà khóc cho cái người con gái Jivà nào, hay hoặc khóc cho 84.000 cái

người con gái này? Đó, ông Phật chỉ nhắc nhở như vậy thôi, nghĩa là bao nhiêu người chết chứ đâu phải có Jivà chết sao mà bà lại khóc, ý ông Phật nói vậy đó. Bao nhiêu người cũng phải đi vào cái cõi sanh tử đó chứ đâu làm sao mà tránh khỏi, vậy mình khóc là khóc gì đây? Cho nên được nhắc nhở như vậy.

Sau khi được bậc đạo sư chỉ dạy, bà suy tư, xin bậc đạo sư xuất gia tu hành. Chẳng bao lâu với đề tài thiên quán người chết, bà đã chứng quả A La Hán.

Tức là bà lấy ngay cái chỗ đau khổ nhất là cái người thân của bà chết, đưa con gái bà chết đó thì chẳng bao lâu thì bà chứng quả A la hán. Có phải là cái vấn đề mà ngoài cái vấn đề của Phật pháp không? Không phải đâu. Bởi vì trong Phật pháp chúng ta thấy sanh lão bệnh tử khổ mà, mà đây là một cái đề tài về cái chết khổ. Cho nên từ đó bà quán xét cái chết, thấu đạt được cái chết, chứng được cái lý sanh tử của nó, cho nên bà giải thoát chứng quả A la hán. Chúng ta thấy đó là một cái đề mục thiền rất là thực tế và cụ thể cho nội tâm của người mẹ đang thương một người con quá nứt nẻ, quá xót xa. Lấy cái đó mà làm đề mục tu thì tức là nó giải quyết được bao nhiêu cái sự ham muốn, cái sự khổ đau của đời người. Cho nên lậu hoặc bà quét sạch.

Đây bà nói lên bài kệ qua kinh nghiệm tu hành của mình:

Mũi tên khó nhìn thấy,
 Đâm dính nơi tâm ta,
 Chắc chắn đã được Ngài,
 Nhổ lên khỏi tâm ta,
 Sầu muộn vì con gái,
 Làm cho ta sầu khổ
 Sầu muộn ấy không còn
 Đã được chấm dứt hẳn.
 Nay mũi tên được nhổ,
 Mọi ham muốn lắng dịu,
 Ta đi đến quy y
 Bạc ẩn sĩ Mâu-ni,
 Quy y Ba ngôi báu
 Phật, Pháp và chúng Tăng.»

Đó thì chỉ có một cái nỗi đau khổ với đứa con thôi thế mà được bài kệ của đức Phật, bà đã giải thoát được cái sự đau khổ và khi mà đến tu hành, bà lấy cái đề tài đó bà làm cái pháp hướng bà tu tập, cho đến cuối cùng bà chứng được quả A La Hán. *Như vậy bà tu pháp môn nào đây?* Bà lấy cái chết bà quán để rồi bà phá đi những cái lậu hoặc

của bà tức là bà tu Định Vô Lậu đó. Trong khi mà mình thấy cái đề mục đó thì mình biết bà tu cái gì rồi, cái định nào rồi. Đó, còn cái kia người ta tu phòng hộ 6 căn, người ta không có nằm ở trong cái Định Vô Lậu mà người ta điều khiển cái tâm của mình đừng cho nó dính mắc, đừng cho dính mắc, riết rồi nó không dính mắc nữa rồi nó cũng vô lậu mất. Thành ra nó không có thiền quán vô lậu mà nó bằng cái trực tiếp ý thức của chúng ta mà xả tâm. Còn ở đây lấy đề mục người chết tức là nó phải có một sự quá trình thấu suốt được cái lý cho nên nó phải vô lậu, nó phải là đặt niệm đó trước mặt của mình rồi quán xét người chết này đến người chết khác, mỗi cái chết nó đều cũng như nhau, cho nên cuối cùng thì bà không còn đau khổ nữa và những cái tâm phiền muộn của bà, những cái tâm ham muốn của bà nó cũng đều tan biến mất đi. Từ đó lậu hoặc nó sạch, cho nên bây giờ chính là bà mới quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng.

Bậc ẩn sĩ Mâu Ni, tức là đức Phật, là một người ẩn sĩ, rõ ràng đức Phật là người ẩn sĩ, nhưng mà độ chúng sanh đó. Cho nên bà gọi cái chỗ này thì rất là phù hợp. Người ẩn sĩ thì không cần cầu danh cầu lợi mà chỉ ai khổ là Ngài đến Ngài độ đó, nghĩa là thấy bà này mất con bà khổ thì Ngài đi khát thực Ngài đã biết được cái nỗi khổ đó và đức Phật

đến nghĩa địa, chứ đi khất thực mà đi vô nghĩa địa làm gì? Nhưng mà biết trong đó có người quá thống khổ và *người này có thể độ được*, cho nên do đó lấy đề mục thiên đó mà hướng dẫn cho bà qua bài kệ. Đó là những bậc ẩn sĩ thì người ta đi tìm những bậc mà có cái duyên sắp sửa thành tựu được cái chỗ tu hành cho nên người ta chỉ dùng một bài kệ. Còn nếu mà cái người bình thường mà chưa có đủ duyên mà chưa có những sự thống khổ mà đến mức độ vậy dù đức Phật có dùng 100 bài kệ chắc độ người ta cũng không nổi đâu. Người ta còn ham làm giàu, người ta còn ham vợ đẹp con xinh, người ta còn ham nhà lầu thì chắc chắn là bây giờ có nói gì nói họ cũng trơ trơ, họ không tu nổi đâu. Đó thì cái phần mà những gương hạnh để chúng ta lấy đó mà làm cái gương tu hành cho chúng ta.

Trước khi tiếp tục bài học giáo án tu tập, Thầy xin nhắc quý thầy **cần lưu ý** những bài pháp bổ túc thêm cho giáo án. Những bài pháp mà Thầy bổ túc thêm cho giáo án là nó làm sáng tỏ cho chúng ta thêm một cái phần để chúng ta tu tập cho nó đầy đủ, được đầy đủ lý pháp và hành pháp để quý thầy biết cách tu tập rành ràng sau này khi không có Thầy. Nghĩa là những cái bài mà bổ túc thêm là nhắc nhở khéo léo cho quý thầy, khi mà quý thầy

gặp khó khăn thì quý thầy nhớ những bài bổ túc thêm thì quý thầy sẽ sáng tỏ ra. Còn nếu mà quý thầy cứ ở trong giáo án mà Thầy giảng suông suông như là giới hạnh, giới đức, rồi giới tuệ đó thì nó suông suông mà nó không có những cái bổ túc thêm thì quý thầy không có nắm vững cái cách thức mà tu tập được. Cho nên khi mà nghe nó suông suông như vậy thì chúng ta lại thấy có những cái bài bổ túc thêm cho phần giáo án. Những bài bổ túc đó nó làm cho chúng ta thông hiểu rõ cái chỗ mà chúng ta tu tập.

Như vào đầu giáo án đức Phật, tức là chúng ta mới vào đầu mà cái bài học giáo án này thì đức Phật đã dạy chúng ta có bốn điều kiện cần phải thực hành cho đúng và cho nghiêm túc. Đó là bốn điều kiện nào? Thầy nhắc lại nè: **“Thông hiểu, trau dồi, dứt bỏ, tu tập”**. Thì bắt đầu một - thông hiểu, hai - trau dồi, ba - dứt bỏ, bốn - tu tập. Bốn điều kiện này nó nhắc đi nhắc lại từ bắt đầu mà bây giờ Thầy cũng còn phải nhắc đi nhắc lại. Cái nào mà phải thông hiểu? Tức là mình phải thông hiểu giới hạnh, phải thông hiểu giới đức, phải thông hiểu giới tuệ. Mình thông hiểu rồi thì bắt đầu bây giờ mình mới tới giai đoạn mình thông hiểu rồi thì mình trau dồi. Còn mình chưa thông hiểu, thuở giờ có nghe ai nói giới đức, giới hạnh, giới

tuệ bao giờ, mà bây giờ được nghe như vậy, được giảng thông hiểu được rồi thì bắt đầu bây giờ chúng ta mới trau dồi giới hạnh như thế nào, giới đức như thế nào, giới tuệ như thế nào. Thì trong khi mà trau dồi đó thì nó có những cái mà chúng ta cần phải dứt bỏ. Cho nên cái gì mà dứt bỏ, cái gì mà để lại? Đó thì những bài bổ túc này để chúng ta biết cái nào để dứt bỏ mà cái nào để lại mà chúng ta trau dồi. Rồi còn cái phần mà tu tập nữa. Phải chuyên cần tu tập nữa. Hằng ngày giờ nào chúng ta cũng phải chuyên cần tu tập nữa, chứ không phải trau dồi dứt bỏ rồi thôi, còn phải chuyên cần tu tập những cái cần thiết cho nó căn bản, cho nó thâm nhuần, đó là sự tu tập.

Ở đây quý thầy cần phải biết những pháp nào thông hiểu, những pháp nào trau dồi, những pháp nào dứt bỏ, những pháp nào tu tập. Đó tức là cách thức nào tu tập, cách thức nào dứt bỏ, cách thức nào và cái pháp nào dứt bỏ, cái pháp nào mà tu tập, cái pháp nào mà phải thông hiểu. Đây là một bài kệ mà đức Phật đã dạy chúng tỳ kheo theo đó mà thực hành. Ở đây là có một bài kệ, trước khi mà dạy cái bài này thì đức Phật đã có nhắc cho chúng ta một bài kệ tóm tắt lại để chúng ta thuộc, để chúng ta nhớ mà nhắc mình phải như thế nào. Đây là bài kệ 4 câu:

Ta nói thập thượng pháp

Pháp đưa đến Niết bàn

Diệt trừ mọi khổ đau

Giải thoát mọi triền phược.

2. MƯỜI THƯỢNG PHÁP

Nghĩa là đức Phật nói: Ta nói mười cái thượng pháp, đây là mười cái pháp cao thượng đó, để cho các vị phải lấy đó mà tu tập, mà trau dồi, mà dứt bỏ để cho đến được Niết bàn, dứt trừ mọi khổ đau, giải thoát mọi triền phược, tức là mọi sợi dây trói buộc đó. Qua cái bài kệ này nó có mười pháp tối thượng, nghĩa là mười pháp tối thượng để mà chúng ta tu tập. Vậy thì mười pháp đó là gì mà quý thầy cần phải hiểu rõ để thực hành cho bằng được? Nghĩa là mình phải làm đúng theo mười cái pháp này.

Một, là một pháp có nhiều tác dụng.

Nghĩa là một pháp tu tập đó chứ nó có nhiều tác dụng cho cuộc sống của chúng ta hằng ngày. Nó tác dụng rất nhiều mặt chứ không phải là một. Vậy thì cái pháp mà nó nhiều tác dụng đó là cái pháp nào? Chúng ta phải biết, chứ nếu mà không biết làm sao chúng ta tu tập được? Giới luật thì chúng ta, giới đức giới hạnh giới tuệ chúng ta thông rồi đó, mà không biết nó cái pháp nào để mà nó tác dụng cho được, đạt được cái giới luật thì làm

sao mà chúng ta tu? Cho nên ở đây Thầy giảng để cho quý thầy thấy rằng từ cái chỗ mà lý pháp cho đến cái chỗ hành pháp thì tức là chúng ta phải biết một pháp, rồi đây rồi hai pháp, ba pháp cho đến mười pháp, rồi đến nhiều pháp nữa chứ đâu phải là một pháp. Nhưng bắt đầu chúng ta chỉ học một pháp. Một pháp đó nó có nhiều tác dụng để chúng ta đạt được ba cái giới này, ba cái giới này.

Hai, là một pháp cần phải tu tập.

Nghĩa là có một pháp mà luôn luôn lúc nào chúng ta cũng cần phải tu tập thì chúng ta mới giữ trọn được giới đức, giới hạnh và cái giới tuệ.

Ba, một pháp cần phải biến tri. Chữ biến tri, biến tri tức là biết thay đổi, biết thay đổi ngay ở trong chỗ tu tập của mình, khéo léo thiện xảo đó. Đó là biến tri đó.

Một pháp cần phải đoạn trừ. Nghĩa là chúng ta học một pháp này mà chúng ta đoạn trừ rất nhiều cái đối tượng của chúng ta, chúng ta phải học cái pháp đó. Cái pháp đó nó có cái tên của nó, và cái tên nó như thế nào để mà chúng ta biết đoạn trừ.

Một cái pháp chịu phần tai hại. Chúng ta phải thấy được cái pháp nào mà nó chịu tai hại đối với cái cuộc tu hành của chúng ta, cho nên chúng ta phải biết một

pháp đó mà chúng ta hoàn toàn là phải chấm dứt phần tai hại nó. Nghĩa là không cho chúng phải sống ở trong tâm của chúng ta, dứt bỏ cái pháp mà nó làm tai hại chúng ta.

Một pháp đưa đến thù thắng. Chúng ta biết một cái pháp tu nào mà nó đưa đến sự thù thắng, cái sự thành tựu của sự tu tập của chúng ta.

Một pháp rất khó thể nhập. Nghĩa là một pháp đó rất khó nhập vào một pháp rất khó, vậy mà chúng ta biết cái pháp đó khó vậy mà chúng ta phải tu tập như thế nào để mà thể nhập được.

Một pháp cần được sanh khởi. Nghĩa là chúng ta phải hiểu một pháp làm cho tâm mình sanh khởi, sanh khởi cái gì? Sanh khởi ác pháp hay là sanh khởi thiện pháp? Nếu sanh khởi thiện pháp thì chúng ta chấp nhận mà sanh khởi ác pháp thì chúng ta không chấp nhận, mà một cái pháp đó nó sẽ sanh khởi ác pháp và thiện pháp.

Một pháp cần được thắng tri. Nghĩa là một pháp cần được hiểu cho thật rõ, thấu suốt chớ không hiểu lơ mơ được, cho nên gọi là một pháp cần mà chúng ta phải thắng tri.

Một pháp cần được tác chứng. Nghĩa là tác chứng là phải chứng cho được cái lý

thâm sâu, bởi vì người ta ngộ, ngộ lý mà còn chứng lý. Còn ở đây tác chứng là chứng cái lý cho thật chứng, nghĩa là một pháp đó chúng ta phải tu tập như thế nào để chứng cho được cái lý.

Đó thì trong mười cái pháp này chúng ta đã được liệt kê ra để được nghe nói vậy. Bây giờ Thầy sẽ giảng ra từng pháp để chúng ta biết được qua những câu hỏi để chúng ta hiểu nó như thế nào là cái pháp mà chúng ta cần phải tu tập đây.

Hỏi: Thế nào là một pháp có nhiều tác dụng?

Một cái pháp mà nó có nhiều tác dụng, tác dụng bên đây tác dụng bên đây, tác dụng bên đây, nó tác dụng đủ thứ hết, nó làm cho chúng ta sanh khởi đau khổ rồi nó làm cho chúng ta không còn đau khổ đó thì một pháp có nhiều tác dụng vậy đó thì Phật đáp: **“bất phóng dật”**, mà nói ngắn gọn thì vậy, đối với các pháp ác, các pháp bất thiện, bất thiện pháp, nghĩa là mình không có phóng dật theo các pháp ác và bất thiện pháp thì đó là cái pháp mà có nhiều tác dụng, nghĩa là mình chạy theo nó, mình phóng dật chạy theo nó thì muôn ngàn thứ khổ, mà mình không phóng dật theo các pháp ác và bất thiện pháp thì muôn ngàn thứ khổ sẽ chấm dứt. Đó thì chúng ta thấy rất rõ ràng, mà cái

pháp đó nó có tác dụng rất lớn, cho nên tâm không phóng dật thì chúng ta giải thoát chứ gì? Tâm có phóng dật thì chúng ta không giải thoát, cho nên chúng ta biết được cái tên của nó “bất phóng dật” là không phóng dật, phải không? Quý thầy không phóng dật thì quý thầy sẽ thấy giải thoát liền tức khắc, mà quý thầy phóng dật là quý thầy bị các ác pháp và bất thiện pháp sẽ trì quý thầy xuống địa ngục đó. Đó thì mới vô đầu chúng ta học được cái pháp có nhiều cái tác dụng lắm, nghĩa là không phóng dật là nó không còn cái tác dụng nào mà ác pháp được với chúng ta hết cho nên tâm chúng ta thanh thoi giải thoát, cho nên Phật dạy thường tâm đừng phóng dật đó. Đó mà đây là một cái pháp mà bất phóng dật là đã giải thoát chớ không còn đòi gì nữa hết.

Hỏi: Thế nào là một pháp được tu tập?

Một pháp được tu tập, đó thì các thầy thấy, có một pháp thôi chớ không có nhiều đó, nếu nói hai pháp thì nó còn lộn xộn đó, chứ nó một pháp thì chắc chắn là quý thầy thấy nó dễ rồi chứ gì? Đầu tiên thì chúng ta nói bất phóng dật, một pháp không phóng dật thì nó có nhiều tác dụng lắm, nó có nhiều cái tốt ở trong tâm hồn chúng ta lắm, mà người nào mà cứ phóng dật ra người đó sẽ ảnh hưởng sẽ đau khổ sẽ nhiều mà người

nào không phóng dật người đó sẽ giải thoát đó, cho nên nó tác dụng rất nhiều mặt.

Còn bây giờ một pháp cần được tu tập?

Đáp: niệm thân câu hữu với khả ý.

Cho nên ở đây cái niệm thân câu hữu với khả ý thì các thầy thấy đây là Tứ Niệm Xứ nè, không phải là một cái pháp Tứ niệm xứ sao? Một cái pháp Tứ Niệm Xứ mà trên cái thân này câu hữu với khả ý, nghĩa là mình lấy cái thân của mình mình niệm, bởi vì Phật nói thân hành niệm mà, có một pháp thân hành niệm mà quý thầy sẽ được giải thoát cho nên chỉ có một pháp là niệm thân thôi.

Mà niệm thân câu hữu với khả ý, lúc bấy giờ chúng ta niệm ở trên thân chúng ta niệm mà nó có cái yên ổn, cái không đau đớn, cái này kia thì đó là đúng. Mà nó có cái trạng thái này, trạng thái kia đó là sai, niệm thân như vậy là sai.

Cho nên Phật nói niệm thân câu hữu với khả ý. Nghĩa là lúc nào mình tu á, thì trên thân mình cũng nghiệm xét thấy nó có sự an lạc, có sự yên ổn, có sự thanh thoi, có sự thanh thản á thì mình tu đúng. Mà nghe nhức nghe nhối, nghe chỗ này nghe tức, nghe lói hay hoặc là nghe nó trạo cử rồi, nghe buồn ngủ rồi thì quý vị đã tu sai rồi. Trên niệm thân của quý vị đã sai rồi. Cho

nên nó có chỉ một pháp niệm thân thôi mà kèm theo với khả ý của nó, câu hữu với nó tức là hợp với cái sự an ổn của cái thân của mình thì nó là đúng. Nó đơn giản, rất là đơn giản, nó không có gì hết.

Bởi vì cho nên, tu theo đạo Phật thì nó phải có sự giải thoát chứ. Mà mình tu theo đạo Phật mà mình không có giải thoát gì hết là như thế nào? Cho nên, ngồi mà nghe có gì sai khác, quý thầy khi mà ngồi mà lặn mất tiêu, ngủ gục hay hoặc là thùy miên luôn thì kể như là quý thầy cũng là không có câu hữu với khả ý. Khả ý là cái ý của mình đang biết được cái yên ổn của nó. Biết được cái sự thanh thản của nó, biết được cái sự mức độ của nó ở trong đó, thân tâm của quý vị rất là an ổn thì đó là khả ý.

Hỏi: Thế nào là một pháp cần được biến tri?

Cần được biến tri tức là phải có cái sự linh động của cái sự hiểu biết đó. Thì đức Phật đáp như thế nào? Xúc hữu lậu hữu thủ. Xúc hữu lậu, hữu thủ. Cái sự va chạm, xúc là va chạm chứ gì, vào những cái hữu lậu, vào những cái đối tượng là hữu lậu chứ gì? Hữu lậu là cái lậu hoặc mà có cái đối tượng của nó mà xúc va chạm với cái vật đó. Ví dụ bây giờ Thầy đụng cái bàn, Thầy đụng cái ghế, Thầy đụng tập vở, Thầy đụng cái máy,

Thầy đụng tất cả mọi cái tức là Thầy xúc chạm nó.

Mà mọi cái đều là có cái giữ của nó lại, tức là cái đó là mình phải biến tri để cho đừng có bị dính mắc nó lại. Thì như vậy cái sự hiểu biết của mình phải theo cái nhịp đó mà mình chủ động điều khiển. Thì này như các vị thấy rằng phòng hộ sáu căn đó, là cái chỗ xúc hữu lậu hữu thủ này đó là *phòng hộ sáu căn đó*. Đức Phật muốn nói đó là một pháp phòng hộ sáu căn, đó là xúc hữu lậu hữu thủ. Nghe cái danh từ, thì nếu mà cái người mà không có tu chứng thì họ không có hiểu được cái danh từ này mà giải thích ra như vậy.

Bởi vì cái hữu lậu là nó có 3 cái lậu hoặc: cái hữu lậu, cái dục lậu, cái vô minh lậu. Mà ở đây đức Phật nói xúc hữu lậu hữu thủ nghĩa là mình đụng cái gì mình dính vô mình giữ lại giữ lại đó, thì tức là chúng ta phải phòng hộ 6 căn thì chúng ta mới quét sạch ra. Thì như vậy, nói xúc hữu lậu hữu thủ thì chúng ta biết rằng phòng hộ 6 căn hay Thánh phòng hộ 6 căn. Đó thì 1 pháp Thánh phòng hộ 6 căn mà chúng ta cũng đã được giải thoát, cũng đã được chứng Niết bàn.

Hỏi: Thế nào là một pháp cần được đoạn trừ?

Ờ, bây giờ cái pháp nào cần phải đoạn trừ đây? Cái đầu tiên vô, đầu tiên Phật dạy chúng ta phải đoạn trừ cái gì, dứt bỏ cái gì?

Đáp, ngã mạn. Các thầy thấy ngã mạn, đức Phật nói đoạn trừ. Mỗi một cái tâm niệm mình móng lên, mình hơn người là ngã mạn rồi. Mình hơi hái huých người ta là ngã mạn rồi, mình hơi có cái vẻ, làm cái vẻ mà đặc biệt hơn người, đó là ngã mạn của mình thể hiện ra. Mình tự nhiên theo cái phong độ của mình tự nhiên thì nó không có ngã mạn. Chứ còn mình làm có vẻ gì khác hơn 1 chút, nghe bài học rồi cái mình tỏ vẻ ra khác 1 chút. Đi hồng dấm đi á, thì đó là ngã mạn của quý vị theo pháp nó lớn lên rồi đó. Cho nên, ở đây chúng ta phải sáng suốt từng chút để mà đoạn trừ cái ngã mạn của chúng ta.

Bởi vì cái ngã mạn nó thực hiện cái ngã của chúng ta ở trong này này nè. Mà cái pháp đó chỉ có 1 pháp đoạn trừ ngã mạn mà quý thầy cũng đã được giải thoát chứ chưa nói gì. Bởi vì ta nói vô ngã là Niết bàn, mà bây giờ cái ngã mạn của mình làm sao mà Niết bàn được. Đó thì như vậy là chúng ta thấy rằng đức Phật dạy chúng ta một pháp một thời mà chúng ta làm cái đề mục của nó, chúng ta tu hành thì chúng ta cũng phải đạt được cái sự giải thoát chứ không phải là tu nhiều.

Hỏi: Thế nào là một pháp chịu phần tai hại.

Đó, một pháp mà nó làm cho chúng ta tai hại cái này cái khác đó?

Thì đức Phật đáp: **bất chánh tác ý.** Nghĩa là cái pháp mà nó làm cho chúng ta phải chịu phần tai hại đó. Thì cái ý mà không có chơn chánh của mình, bất chánh nó tác ý ra. Bây giờ nó khởi ham cái này, khởi ham cái kia là bất chánh chứ gì? Ghét người này, giận người kia là bất chánh chứ gì? Nghi người này nghi người kia là bất chánh chứ gì, sân người này sân người kia là bất chánh chứ gì. Đó là bất chánh tác ý, tác ý ra cái sự bất chánh, không có chơn chánh. Cho nên đó là cái pháp tai hại. Nó làm cho mình hại mình liền. Trước tiên là mình hại mình. Cũng như thấy người ta, mình nghi người ta như vậy, đó là bất chánh tác ý rồi. Cho nên, quý thầy phải ghi những cái này, phải nhớ kỹ những cái này, phải học thuộc lòng những cái này. Để biết từng tâm niệm của mình, để cho mình điều khiển con voi của mình đây. Biết ở trong đầu mình nó tác ý ra những pháp bất chánh rồi, thì đó là con voi của mình nó muốn đi theo cái kiểu rùng rú của nó rồi đó. Nó chưa có phải là con voi thuần để mà mình gác yên gác bành lên để cho mình điều khiển ra trước chiến trận đâu.

Đó thì bắt đầu quý thầy thấy cái pháp tai hại chưa? Bất chánh tác ý là pháp tai hại.

Hỏi: Thế nào là một pháp đưa đến thù thắng? Đó, cái pháp nào mà đưa đến thù thắng? Nghe cái bất chánh tác ý rồi, thì tức là có cái pháp thù thắng. Vậy cái pháp thù thắng là pháp như thế nào?

Đáp: chơn chánh tác ý. Nghĩa là tác ý ra, bây giờ mình không có nghi người đó, không có thấy người đó ăn trộm ăn cắp gì, mình không có nghi người đó tức là mình tác ý cái chơn chánh đó ra. Thì đó là cái pháp thù thắng làm cho tâm hồn mình giải thoát. Mình không tham, không sân, không si thì tức là mình tác ý ra những cái tâm không tham, không sân, không si của mình ra.

Hoặc là mình không ham muốn thì mình tác ý ra. Bây giờ thấy cái đồng hồ, mình tác ý đừng ham muốn thì tức là chơn chánh pháp tác ý đó. Mình thấy cái vật gì đó ham muốn hay hoặc là mình thấy người phụ nữ đi ngang qua: “ồ, đẹp quá”, rồi mình tác ý không chơn chánh là ham muốn liền. Còn mình tác ý, đừng ham muốn tức là tác ý chơn chánh. Cho nên tác ý, cái pháp tác ý tức là như lý tác ý đó, thì các thầy thấy đức Phật đã dạy như lý tác ý tức là pháp âm thị, tức là pháp hướng của chúng ta mà.

Thấy ngang đó, nó khởi tâm lên thì

đó là mình biết là bất chánh tác ý rồi. Nó khởi cái tâm lên, thấy cô ta đẹp thì biết là bất chánh rồi. Cho nên mình đẹp, phải tác ý ra liền. Tức là một cái pháp đưa đến thù thắng, là mình chơn chánh tác ý: “*Sắc đẹp của người nữ là khổ, là đau*”. Tác ý như vậy là chơn chánh tác ý. Đó thì các thầy thấy những cái điều mà đức Phật dạy Thầy thấy rất là tuyệt vời, biết từng tâm niệm của chúng ta để chúng ta từng điều khiển nó, để mà chúng ta thoát ra tất cả những cảnh khổ của cuộc đời chúng ta.

Hỏi : Thế nào là một pháp rất khó thể nhập.

Nghĩa là cái pháp nào mà trong Phật Pháp đó mà khó thể nhập vào?

Thì đức Phật đáp: ***vô gián tâm định, vô gián tâm định***. Bằng chứng là quý vị bây giờ quý thầy nhập vô Nhị thiền hay là Sơ thiền hay hoặc là Tam thiền, nói chung là bóng dáng Tứ thiền. Mà vô gián ở đây có nghĩa là nó liên tục, chữ vô gián nghĩa là liên tục, nghĩa là cái pháp mà nhập vào để mà liên tục ở trong đó, kéo dài từ ngày này đến ngày khác. Thậm chí như 7 ngày, cho đến 1 tháng, 2 tháng, 3 tháng, 5 tháng, 6 tháng, 1 năm, 2 năm mà luôn liên tục như vậy á, đó là cái pháp rất khó thể nhập.

Các thầy hiểu, bây giờ mình nhập nó

trong vòng 1 phút thì có thể được, mà 2 phút, 3 phút có thể được. Mà 5 phút là thấy có thể là khó nhập vô rồi đó. Cho nên, ở đây Phật nói, cái pháp mà rất khó thể nhập đó là *vô gián tâm định*. Nghĩa là nhập nó liên tục, hoài hoài hoài hoài. Như Thầy nhập 2 tháng liên tục ở trong đó. Nó là cái khó, khó thể nhập. Mà cái người nhập được 2 tháng như vậy, không phải là chuyện làm trong 1 ngày, 2 ngày đâu. Mà các thầy phải hiểu, Phật cho đó là cái pháp khó thể nhập. Mà cái người nào nhập được như vậy ngồi suốt 7 ngày không phải là chuyện dễ cho 1 người tầm thường.

Cho nên, các thầy muốn nhập cho được, nghe nói Tứ thiền, muốn nhập cho được thì phải nhập từng phút, rồi ra rồi vô, nhập cho nó quen dần. Chứ quý thầy vô ngồi mà quý thầy nhập mà vô gián tâm định như thế này mà nhập được liền thì cái thân của quý thầy nó tiêu luôn, nó thành thân ma luôn, chớ nó không sống nổi đâu. Cho nên phải nhập vô nhập ra, kéo dài cái thời gian luyện tập nó từng chút, từng chút. Tăng lên thời gian từng chút thì quý thầy không có bị khổ đau, không có bị hoại diệt cơ thể.

Cho nên, cái sức mà thiền định của Tứ thiền, quý thầy đã biết. Có 49 ngày nó còn giữ thân thôi, mà qua 49 ngày, 50 ngày là cái thân của quý vị hoại diệt liền tức khắc, nó

không còn hồi phục lại được. Cho nên, nhập Tứ thiền là tới 49 ngày là tự nó xuất ra, quý thầy muốn kiềm nó cũng không được. Nó còn hồi phục được nó trở ra. Còn quý thầy mà ráng kiềm, mà kiềm cho được, Thầy nói rằng, không ai kiềm được hết. Nghĩa là bây giờ tới chừng đó nó ra rồi, bởi vì nó phải phục hồi cái sự sống của nó, nó phải bung ra. Cũng như bây giờ cái sức của quý thầy có 1 phút à, quý thầy ráng 2 phút nó bung ra. Rồi quý thầy nhắc nó, quý thầy gom lại nữa, quý thầy nhập vô nữa. Thì nó nằm chút xíu nữa nó bung ra, nó chưa được phút nữa đâu. Nó đâu có phải chuyện dễ đâu. Cho nên muốn mà, ở trong này, Phật dạy mà: “Thế nào là một pháp rất khó thể nhập? Là Phật dạy là Vô gián tâm định”. Cái câu nói “vô gián”, mình nghe nói thuở giờ, mình nghe nói cái vô gián địa ngục chứ gì? Có cái vô gián địa ngục là luôn luôn mình luôn luôn liên tục ở trong cái sự đau khổ, nó không có phút giây nào mà hở ra sự đau khổ gọi là vô gián địa ngục.

Các con hiểu không? Bây giờ ở trong cái vạc dầu, mà người ta bỏ mình trong vạc dầu người ta đốt mình á, nó nóng liên tục, nó không có phút nào là nó không nóng. Nên gọi là vô gián địa ngục. Còn có phút mát, phút nóng, phút mát á thì nó không phải là vô gián địa ngục. Cũng như người

ta đánh mình, hơi đã rồi người ta cho mình nằm nghỉ. Thì phút mà nằm nghỉ thì nó không đau. Thì không thể gọi đó là vô gián địa ngục.

Mà lọt vào vô gián địa ngục là liên tục từ ngày này đến ngày khác á. Nó liên tục đau khổ, không có phút nào mà nó được không đau khổ, không phút nào là không đau khổ. Đó quý thầy hiểu, cho nên chữ vô gián mà tâm định á, là liên tục ở trong định. Không có phút nào mà kẻ hở ở trong đó mà bung ra, bung vô được. Gọi là vô gián.

Vậy thì hôm nay, Thầy giảng cho quý thầy biết được cái **Định vô gián** nó như thế nào. Mà bây giờ quý thầy cứ từng phút, từng phút một chữ đâu có lâu được, phải không? Đó, hiểu như vậy thì quý thầy thấy được con đường của đạo Phật vạch quá rõ, không có chỗ nào mà Phật không nói cho chúng ta biết cái khó, cái dễ. Cho nên, bây giờ chúng ta tu được 1 phút, 2 phút chưa chắc đã là chúng ta đã kéo dài 1, 2 ngày nổi. Cho nên, sự tu tập của chúng ta cần phải tu tập nhiều.

Hỏi: Thế nào là pháp cần được sanh khởi? Pháp nào mà cần được sanh khởi?

Phật đáp: **“Bất động trí”**. Mình muốn mà không có cái tâm mà sanh khởi á, thì phải giữ cái trí của mình bất động không có khởi cái niệm này niệm kia, tức là bất động.

Nói như vậy chứ đâu phải dễ đâu. Đó, như vậy muốn đạt được cái pháp này, bất động trí thì chúng ta còn phải tu tập những cái pháp khác.

Kể đây Thầy sẽ cho 2 pháp, 3 pháp rồi 4 pháp. Mỗi cái bài pháp về giới luật về cái giáo án Thầy sẽ cho thêm những cái bài phụ hết. Để chúng ta thấy xen kẽ, xen kẽ để mà chúng ta biết tu tập.

Giờ nói bất động trí, cha, cái chuyện này khó quá. Ngồi đây mà tâm mà không có nghĩ ngợi như là một người nhập sơ thiền, hoàn toàn là thanh thân không có một cái gì hết. Đó là bất động trí. Mà bất động trí, ví dụ như nhập nhị thiền, thì bây giờ suốt thời gian 1 giờ, 2 giờ cho đến 1 ngày, 2 ngày, 3 ngày, 7 ngày mà cái tâm luôn luôn nó không khởi niệm này niệm kia, im phăng phắc thì đó là bất động trí.

Đó thì như vậy là chúng ta phải có một công trình tu tập dữ lắm mới có đạt được. Cho nên thế nào là pháp cần được sanh khởi. Nó liên tục sanh khởi. Lúc thì sanh cái này, lúc thì sanh cái kia. Cho nên vì vậy mà đức Phật mới dạy, thế nào là pháp cần được sanh khởi? Cần được sanh khởi tức là mình đi ngược lại cái pháp mà tâm mình đang sanh khởi thì đó là bất động trí, phải không? Mình nghe nói, thế nào là pháp cần

được sanh khởi? Cái tâm của mình bây giờ nó đang sanh khởi rồi mình sanh khởi nữa sao? Cho nên, cái pháp mà cần cho được nó sanh khởi để cho cái sanh khởi của tâm mình nó đừng sanh khởi. Các con hiểu chỗ đó không?

Cho nên, nghe cái câu này thì chúng ta nghe nó dường như là Phật nói mâu thuẫn. Nhưng mà sự thật là đúng. Bởi vì, mình đang ở trong cái tâm sanh khởi. Mà bây giờ cái pháp cần được sanh khởi, nó không còn được sanh khởi nữa đó. Thì như vậy là bất động trí. Chúng ta phải hiểu như vậy, mới hiểu được, bởi vì trong kinh thường thường cái người dịch và cái người mà hiểu á thì nó có 2 cái hiểu. Thay vì, cái câu này phải đặt như thế này này, **thế nào là pháp cần được không sanh khởi** thì như vậy nó mới đúng. Nhưng mà vì ở trong kinh người ta dịch như vậy thì Thầy cũng viết ra như vậy để mà chúng ta phải hiểu nó. Bằng cách nhưng mà phải hiểu cho đúng, bởi vì hiểu như thế nào? Các pháp mà cần sanh khởi á là các pháp ở trong tâm của chúng ta. Mà muốn cho tâm nó được sanh khởi thì bất động trí nó mới không sanh khởi. Chớ cái trí mà sanh khởi hoài thì nó làm sao mà đối lại với cái pháp đó được. Đó là cái câu hỏi và cái câu trả lời như vậy.

Hỏi: Thế nào là một pháp cần được

thắng tri? Thắng tri tức là phải hiểu cho sâu, hiểu cho thấu triệt cái pháp cần cho hiểu, hiểu cho thấu triệt thì mình mới làm chủ được cái pháp đó.

Thì đáp: **Tất cả loài hữu tình do ăn uống mà được an trú.** Nghĩa là, mình hiểu cho được cái ăn uống này để cho mình làm chủ được cái ăn uống chứ không phải gì hết. Đức Phật muốn nói tất cả loài hữu tình tức là tất cả con vật, con gì, tất cả những loài mà biết, tất cả loài hữu tình, cái thứ nào cũng phải do ăn uống mà an trú. Nếu không ăn uống thì an trú không được. Chúng ta bây giờ không ăn thì chúng ta có an trú nổi không. Có ăn no như thế này chúng ta mới an trú được.

Cho nên, cái pháp, một pháp mà cần được thắng tri á, thì cái pháp đó là cái pháp phải thấu suốt được cái trí hiểu biết của mình. Thấu suốt được lý do ăn uống và an trú của chúng ta. Cho nên, chúng ta ăn một ngày 1 bữa là chúng ta đã thấu suốt được cái lý ăn uống. Cho nên, Phật dạy chúng ta ăn ngày 1 bữa đó, không ăn uống phi thời đó. Mà ăn ngày 1 bữa là chúng ta đã an trú được yên ổn nhất, ăn nhiều chưa chắc đã an trú được. Bởi vì ăn nhiều chúng ta phải giành giật, cũng như loài vật chúng sanh á, ăn nhiều nó phải đánh nhau, giành giật đồ ăn. Cũng như mình, con người cũng vậy.

Ăn nhiều rồi sanh ra đấu tranh, nó mới có chuyện này chuyện kia, nó mới có làm những cái điều ác.

Cho nên chúng ta ăn ngày một bữa và 1 bữa đó chúng ta thấy nó an ổn, chuyên trú. Thân và tâm chúng ta rất là an ổn. Đó là cái pháp cần phải được thắng tri.

Hỏi: Thế nào là một pháp cần được tác chứng. Bây giờ chúng cái lý á thì pháp đó cần phải được tác chứng.

Thì đáp, ***bất động tâm giải thoát***. Bất động tâm giải thoát thì quý thầy thấy hiểu chưa, mà Thầy nói cái mục đích của đạo Phật á. Một cái pháp này thôi để giữ cái tâm mình làm sao cho bất động tâm giải thoát thì đó là cái mục đích của đạo Phật, thì đó là cái sự thành tựu của đạo Phật. Muốn được vậy thì chúng ta phải nỗ lực hết sức mình trên bước đường tu tập mới có đạt được mục đích bất động tâm giải thoát.

Bây giờ chúng ta tiếp tục học giáo án trong phần giới đức cho xong để còn phải học giới tuệ và giới bổn nữa. Nó còn rất nhiều cái phần mà chúng ta phải học. Mà Thầy thấy về học cái giới thì nó quá là tuyệt. Cho nên chúng ta phải học cho nó kỹ hơn một chút để chúng ta biết cái đường lối tu tập.

3. GIỚI ĐỨC

Bây giờ Thầy xin nhắc lại để cho nó nối tiếp với bài pháp vừa rồi về cái giới hạnh, giờ nó tới phần giới đức.

« **Ở đây vị tỳ kheo phải hộ trì các căn** », nghĩa là vị tỳ kheo phải giữ gìn mắt tai mũi miệng thân ý của mình. Bước qua cái giới đức, thì quý thầy thấy rằng cái pháp hộ trì các căn là pháp là đầu tiên. Mà chính đó là giới đức của chúng ta. Quý vị có mắt, đi ra đường mà nhìn xuống á, mình hộ trì con mắt mình không có nhìn thấy vật gì hết, thì cái tâm nó không ham muốn. Thì tức là giới đức của chúng ta chứ gì. *Cái đức ở trong tâm của chúng ta*, còn cái kia là hành động mà, các con hiểu điều đó không? Cho nên người ta nhìn cái đức của cái người tu sĩ, đi mà không ngó qua ngó lại thì người ta thấy ông này giữ gìn đức nghiêm chỉnh, tâm không bị dao động. Bởi vì mình đâu có ngó qua ngó lại, mình đâu có thấy vật gì. Cho nên tâm mình đâu có dao động. Mà phải là phòng hộ giữ gìn mắt tai mũi miệng thân ý của mình, đó là cái giới đức đầu tiên mà cái vị tỳ kheo cần phải học.

Thế nào là vị tỳ kheo hộ trì các căn?

Bây giờ chúng ta nêu lên hộ trì các căn, hồi nãy trước khi mà học cái bài này, Thầy đã nêu lên có những vị mà Thánh tăng đã hộ trì các căn đó. Đó là người ta tu ở trong giới đức đó. Quý thầy thấy nêu lên 1 cái bài pháp

là phải có sự thực hiện ngay cái bài pháp đó liền tức khắc để chúng ta lấy gương hạnh đó mà chúng ta tu tập.

«Thế nào là tỳ kheo hộ trì các căn? Vị tỳ kheo, khi mắt thấy sắc không nắm giữ tướng chung tướng riêng, những nguyên nhân gì khiến cho nhãn căn không được chế ngự, khiến cho tham ái ưu bi, các bất thiện pháp khởi lên, tỳ kheo phải chế ngự nguyên nhân ấy. Hộ trì nhãn căn và nỗ lực thực hành sự hộ trì nhãn căn ấy ».

Đó thì quý thầy thấy, có những cái nguyên nhân nào mà khi con mắt thấy các vật mà không được chế ngự nó thì nó sanh ra ham muốn chứ sao. Cho nên mình phải chế ngự nó, mà khi con mắt thấy một cái vật mà nó sanh ra tham ái, ưa thích thì nó ưa thích thì nó sanh ra, mình về mình nhớ mình nghĩ mình thương, mình thấy như cái này ra. Ví dụ Thầy đặt vấn đề thí dụ, mình đi ra đường, mình thấy một cô gái đó, họ nhìn mình, mình nhìn họ, họ cười mích mích, mình cười mích mích. Về cái bắt đầu cái tâm tham ái của mình bắt đầu nó nổi lên, mình không có chế ngự con mắt của mình được. Mình thấy những hành động đó, những cử chỉ đó, về đó mình nằm bắt đầu mình buồn rầu phải chi gặp cô ta nữa, thôi để ngày mai mình đi ra ngoài đường mình đón cô ta, cô có đi chợ không để mình gặp nữa. Làm cho mình đem

đó ngày đó mình sàu tư ưu bi, người ta gọi là tương tư đó. Tương tư bóng dáng thôi chỉ sơ sơ đó, người ta chỉ cười tình với mình, liếc háy với mình chút xíu thôi mình về thôi sàu nào gần chết, có phải là khổ không?

Cho nên vì vậy đó cái người biết rằng những cái nguyên nhân gì khiến cho nhân căn không được chế ngự, mình thấy được cái sắc pháp đó nó làm cho nhân căn mình không được chế ngự. Khiến cho tâm tham ái ưu bi chúng ta khởi lên. Đó là nó làm cho tâm chúng ta tương tư đó. Thì đó là chúng ta phải biết đó là các ác bất thiện pháp khởi lên, vị tỳ kheo phải biết rõ cái nguyên nhân đó. Cho nên chúng ta trừ diệt, hộ trì cái nhân căn, thực hiện sự hộ trì nhân căn không có cho nó dính cái hình ảnh đó nữa. Quét sạch cái nụ cười đó ra, quét sạch cái đôi mắt mà liếc tình đó ra. Cho nên vì vậy mà chúng ta thấy thanh thản trở lại, không có ưu bi không có tương tư nữa.

Đó thì, ở đây đức Phật dạy cho chúng ta hộ trì các căn làm cho chúng ta thoát khỏi cái dòng mà lôi cuốn, cái dòng mà nó trôi buộc chúng ta bằng những sợi dây vô hình mà rất là vĩ đại đó, chứ không phải thường đâu. Người ta thất tình, tương tư cũng vì ba cái này mà tiêu hết đó. Mà người tu sĩ đạo Phật mà chúng ta không có rõ được cái nguyên nhân đó, mà cứ để nằm lên, thả dãi

thở xuống thì cái kiêu đó tiêu ma luôn chứ đừng có nói chuyện tu.

« Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi hương, thân cảm xúc, ý nhận biết các pháp. Vị tỳ kheo ấy không nhận biết tướng riêng, tướng chung nhờ hộ trì cao quý các căn ấy. Do sự hộ trì các này, mà tâm không đắm trước, đắm nhiễm các pháp thế gian nên nội tâm thanh thản. Nên nội tâm thanh tịnh, thanh thản, không cấu uế, tham dục. Do vậy thân tâm hưởng lạc trọn vẹn của giới đức này ».

Nghĩa là khi mà chúng ta hộ trì các căn thì ngay cái giới đức đó chúng ta thực hiện được thì chúng ta hưởng trọn vẹn của cái sự học giới này. Đó thì quý thầy thấy cái sự phòng hộ sáu căn của chúng ta rất là quan trọng cho cái vấn đề của một người mà trau dồi cái giới đức của họ. **« Vị tỳ kheo trau dồi, tu tập phòng hộ giữ gìn 6 căn không cho dính mắc 6 trần như vậy, được tâm thanh tịnh, trong sạch, không cấu uế trần cảnh. Như vậy là giới đức của vị ấy thứ nhất trong giới luật của đức Phật ».**

Nghĩa là chúng ta hộ trì các căn của chúng ta mà được thanh tịnh như vậy á. Đó là thứ nhất ở trong giới luật của đức Phật, tức là giới đức của vị ấy thứ nhất ở trong giới

luật của đức Phật. Đó chúng ta thấy cái đó là cái thứ nhứt á, cái phần thứ nhứt mà chúng ta tu tập cái giới đức của đức Phật, của giới luật của đức Phật.

« **Ở đây vị tỳ kheo phải chánh niệm tỉnh giác** », đó bây giờ tới thứ hai nữa.

« **Ở đây vị tỳ kheo phải chánh niệm tỉnh giác, thế nào là vị tỳ kheo chánh niệm tỉnh giác?** ». Chánh niệm tỉnh giác là một giới đức của vị tỳ kheo mà cần phải trau dồi, tu tập hằng ngày, không được biếng trễ. Nghĩa là chúng ta thấy đức Phật có nói phòng hộ 6 căn, rồi Phật còn gọi cái tên phòng hộ 6 căn, Phật còn gọi là Thánh phòng hộ 6 căn, Phật còn gọi là Thánh chánh niệm tỉnh giác định đó thì Phật còn gọi là Thánh chánh niệm tỉnh giác, dùng cái tên nghe mà mình thấy các bậc Thánh tu hành chứ không phải người tầm thường.

Vậy thì, thế nào là chánh niệm tỉnh giác, Thánh chánh niệm tỉnh giác là 1 giới đức của vị tỳ kheo mà cần phải trau dồi tu tập hàng ngày không được biếng trễ. Đây là Phật dạy ra cái hành động mà chúng ta tu tập cái Thánh chánh niệm tỉnh giác này. « **Tỳ kheo khi đi tới, khi đi lui đều tỉnh giác** ». Nghĩa là mình tỉnh giác ở trên cái hành động đi tới đi lui của mình đó. « **Khi nhìn thẳng khi nhìn quanh đều tỉnh giác** ». Nghĩa là

mình nhìn qua thì mình tỉnh giác trong cái sự nhìn qua của mình. Nhìn tới, nhìn lui, nhìn qua, nhìn lại, những cái nhìn của mình đều phải tỉnh giác ở trong đó. Tỉnh giác để làm gì? Các thầy nghĩ tỉnh giác để làm gì đây? Tỉnh giác để phòng hộ 6 căn của mình chứ làm gì, để cho nó đừng dính mắc chứ gì. Nếu mà không tỉnh giác thì nó sẽ dính à. Cho nên, mình lúc nào mình cũng tỉnh giác nó, giữ gìn trong cái hành động của mình, liếc nhìn, ngó quanh ngó quất đều là tỉnh giác.

« Khi co tay, khi duỗi tay đều tỉnh giác. Khi mang y kẹp, bình bát, y thượng đều tỉnh giác. Khi ăn uống, nhai nuốt đều tỉnh giác. Khi đi đại tiểu tiện đều tỉnh giác. Khi đi đứng nằm ngồi, thức nói yên lặng, thàm lặng đều tỉnh giác . Nói chung là tất cả các hành động trong thân khẩu ý đều coi sự tỉnh giác, đều lúc nào cũng coi sự tỉnh giác, đều lúc nào cũng có sự tỉnh giác. **Luôn luôn niệm hành động không mất** », tức là không thất niệm, nghĩa là luôn luôn mình giữ cái niệm hành động của mình đừng có mất, thì tức là mình không thất niệm, còn nếu mà nó mất thì tức là mình bị thất niệm. Thí dụ mình đương ngó qua cái mình quên đi tức là mình thiếu tỉnh giác thì đó là mình thất niệm rồi đó. Cho nên, đức Phật thường nhắc chúng ta là thất niệm đó,

khi tu một cái phần nào, luyện tập trau dồi cái phần nào thì tức là mình phải luôn luôn phải đừng để cho thất niệm. Mà thất niệm thì đó là không tốt rồi. **« Như vậy là giới đức của vị tỳ kheo thứ 2 trong giới luật của đức Phật ».**

Đó chúng ta thấy từng cái giới, mà giới đức thứ nhất rồi giới đức thứ 2, nó có tuần tự. Nếu quý vị tu Chánh niệm tỉnh giác trước mà không phòng hộ 6 căn trước thì cái đó là quý vị tu ngược. Lớp 1 mà không tu lại tu lớp 2 đó. Cho nên bây giờ vô Thầy dạy quý thầy “*đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành*”, đó là tu lớp 2 chứ không phải tu lớp 1. Còn dạy mà chúng ta phòng hộ 6 căn thì đó là bước đầu chúng ta tu lớp 1 rồi đến tu lớp 2. **Cho nên khi mà tỉnh giác để chúng ta làm gì? Để chúng ta giữ gìn phòng hộ 6 căn của chúng ta đó.**

Khi nó thấy, khi nó nghe, khi này kia đó. Mắt nhìn ngó, hoặc là cái gì động dụng gì của ý đều là mình quan sát, mình tỉnh thức. Cho nên mình tỉnh thức thì mình ngăn cái lòng ham muốn của mình ngay liền tức khắc. Mình không tỉnh thức, cái lòng ham muốn của mình xâm chiếm mình ngay liền. Ác pháp vô đó mà xâm nhập tâm hồn của chúng ta. À, chúng ta thấy từ cái lớp 1 chứ, đó là cái lớp 1 chúng ta phải tu Thánh phòng hộ 6 căn. Lớp 2 của giới đức thì chúng ta lại

tu Chánh niệm tỉnh thức.

Cho nên, chúng ta tu cái này rồi. Nó thấy được cái phòng hộ rồi, từ phòng hộ ăn uống, tới phòng hộ mặc y áo, phòng hộ tất cả mọi vật nó không còn dính mắc rồi, thì bây giờ tu Chánh niệm tỉnh thức nó rất là tỉnh thức. Các thầy thấy rất rõ, trên con đường của đạo Phật vạch cho chúng ta đi, cứ từng bước một, bước một của chúng ta đi mà nó làm cho chúng ta tỉnh thức, rất là tỉnh thức.

« *Nhờ giới đức tỉnh thức này, nên ngũ triền và ngũ kiết sử không xâm chiếm được tâm của vị ấy* ». Nghĩa là tỉnh thức rồi thì ngũ triền cái với ngũ kiết sử, ngũ kiết sử hay là thất kiết sử, sau này tới phần giới tuệ Thầy sẽ dạy cho quý thầy cái phần ngũ triền cái, ngũ kiết sử và thất kiết sử để cho quý thầy biết những cái đó là những cái gì mà chúng ta cần phải quét sạch nó ra. Còn bây giờ thì chúng ta lướt qua để chúng ta biết rằng, nhờ giới đức tỉnh thức này nên ngũ triền cái và ngũ kiết sử không xâm chiếm được tâm của vị ấy. Vị ấy hoàn toàn sống thanh thản, an lạc. Tâm vị ấy lần lần thanh tịnh, trong sạch.

« **Ở đây, vị tỳ kheo ít muốn ít biết**, đây tới giới đức thứ ba đây. Chánh niệm tỉnh giác là giới đức thứ hai. Giới đức thứ ba ».

« **Ở đây, vị tỳ kheo ít muốn ít biết đủ** ». Ít muốn là thiếu dục tri túc đó. Đó là

một cái giới đức của một vị tu sĩ, họ phải cần tập luyện đây. « **Thế nào là ít muốn biết đủ? Ít muốn biết đủ tức là thiếu dục tri túc. Thiếu dục tri túc là 1 giới đức của vị tỳ kheo nên cần phải trau dồi tu tập hàng ngày. Nếu không trau dồi tu tập hàng ngày thì khó mà sống được với cái đức này** ». Nghĩa là phải luôn luôn trau dồi nó. Vậy thì trau dồi nó như thế nào đây?

«**Ở đây vị tỳ kheo phải chấp nhận, phải bằng lòng với 3 y, 3 tấm y để che thân. Với đồ ăn đi xin để nuôi bụng. Đi đến chỗ nào, cũng chỉ mang theo 3 y, 1 bát không được thêm cũng không được bớt. Cũng như con chim bay đến chỗ nào nó cũng mang theo 2 cái cánh và 1 chiếc mỏ để sống, bữa đói bữa no mà vẫn không quan tâm. Chỉ quan tâm đến cuộc sống thiếu dục tri túc của giới đức, giới đức của người tu sĩ** ». Nghĩa là mình quan tâm tới giới đức của mình, cho nên luôn luôn mình sống thiếu dục tri túc, không có đòi hỏi. Bữa đói bữa no cũng không quan trọng nữa, mà chỉ cần mình giữ cái giới đức của mình.

Đó là mình đi đâu cũng chỉ mang 3 y, 1 bát của mình đến đó. Và cái bát của mình đó là cái mỏ của mình để mình đi xin ăn mà sống. Bữa thì người ta cho ăn thì no, bữa mà người ta không cho ăn thì đói mà vẫn

biết giữ đói thì cũng vẫn là ít muốn biết đủ. Chứ không phải đói là bắt đầu mình muốn cho ăn nhiều á. Thì cái đó không phải là tri túc thiếu dục. Ở đây cái tri túc thiếu dục là nói bây giờ đồ ăn mình dư dả quá nhiều rồi, mình ăn ít thôi. Nhưng mà sự thật khi đói rồi mới biết được chỗ chúng ta có thiếu dục tri túc hay không? Đó là cái khó đó.

Ở đây nói tới cái giới đức thứ 3 của Phật dạy. Cho nên nó khó chớ hổng dễ đâu. Nói thiếu dục tri túc, khi mà chúng ta đói rồi chúng ta mới biết thiếu dục tri túc chúng ta ở chỗ nào. Khi mà quần áo chúng ta, y áo chúng ta rách nát hết rồi, không còn có mặc nữa hay hoặc là ướt át hết rồi chúng ta mới thấy là cái chỗ thiếu dục tri túc của chúng ta nó mới có biết được chỗ đó. Chớ hổng phải nghe nói thiếu dục tri túc, ít muốn biết đủ như vậy là đơn giản cái danh từ vậy đâu. Khi mà trường hợp và hoàn cảnh chúng ta có đói, có khát chúng ta mới biết chỗ tri túc thiếu dục chúng ta ở chỗ đó, ở chỗ đói khát đó. Ở chỗ, mà người đời mà người ta gọi là không thể làm được cái tri túc thiếu dục đó. Chớ còn bây giờ, ví dụ như mình nghèo đó, họ nói tui cũng biết đủ rồi, tui đâu có gì đâu, tui đâu có ham giàu nữa. Sức ông ta ổng làm giàu không được nữa nên ông đâu làm sao ông ham được nữa. Cho nên ông nói ông biết đủ rồi.

Đó thì cái đó là cái mà không thể nói rằng tri túc thiếu dục giới đức của cái người tu sĩ được. Mà giới đức của người tu sĩ căn cứ vào cái chỗ mà đói, mà khát, mà rách, mà rười, mà khi đau bệnh mà không thuốc thang đó mà vẫn tri túc thiếu dục được trong lúc đó, đó mới gọi là tri túc thiếu dục.

Nếu mà Thầy không giảng như vậy, thì quý thầy chỉ hiểu sơ sơ chỗ tri túc thiếu dục đó thì không thấu suốt được đạo Phật đâu.

« Như vậy là giới đức của vị tỳ kheo thứ 3 trong giới luật của đức Phật ».

Đó, cái chỗ mà thiếu dục tri túc này mà sống như vậy đó thì đức Phật coi nó là giới đức của một vị tỳ kheo trong giới luật của mình. *Người tu sĩ nào sống ngược lại những giới đức này là vị tỳ kheo phạm giới đức, phạm phải giới đức của đạo Phật. Vị ấy là trùng trong lông sư tử.* Nghĩa là mình không giữ được tâm của mình khi mà trong cảnh khó, mà mình không giữ tâm của mình thiếu dục tri túc. Cho nên, hầu như người ta không giữ được cái thiếu dục tri túc đó, mà người ta phải để dành thuốc, để dành thang, để dành 2 cái y, để dành 2 cái cục xà bông, để dành 2 cây kim, để rũi cây này có gãy còn cây kia nó còn mà vá. Mà bây giờ mình gãy sạch hết rồi, mà quần áo thì rách hết rồi, lấy gì vá đây? Thì không phải lúc bấy giờ mới là

lúc thiếu dục tri túc sao? Chớ đâu phải lúc còn cây kim đó là lúc thiếu dục tri túc đâu. Quý thầy phải hiểu cái chỗ khó khăn là cái chỗ đó đó. Mà cái chỗ đó mới nói lên cái đức của cái người tu, thiếu dục tri túc đến mức đó đó.

Vị tỳ kheo khi đã thành tựu giới hạnh và 3 giới đức cao quý trên đây, đó phải được xem là 3 giới đức cao quý của họ chứ không phải là tầm thường. Nếu mà giữ gìn được 3 cái giới đức này, thật là một vị tỳ kheo đáng để cho người ta cúi đầu mà người ta đánh lễ. Người ta cúng dâng tất cả những cái thực phẩm để coi như đương nhiên là một vị Phật sống ở tại thế gian này rồi.

Thứ nhất là chúng ta phải hiểu là các giới hạnh chúng ta tu tập ở trên, nghĩa là các giới hạnh chúng ta đã học ở trên cộng với 3 cái giới đức mà chúng ta vừa học á thì 2 là giới đức hộ trì các căn, 3 là giới đức chánh niệm tỉnh giác, 4 là giới đức thiếu dục tri túc. Có 3 cái giới đức này, nó quan trọng trong bước đầu của cái người mà tu tập về cái giới đức của đạo Phật.

4. TU TẬP THIỀN ĐỊNH CỦA PHẬT GIÁO – GỘT RỬA SẠCH THAM SÂN SI MẠN NGHI

Khi đã thấy giới đức, giới hạnh, ***khi đã tu tập giới đức, giới hạnh này viên mãn***

thì nên lựa 1 cái chỗ thanh vắng, khi mà chúng ta giới đức, giới hạnh tức là những giới hạnh 25 cái giới hạnh ở trên và 3 cái giới đức dưới này mà chúng ta tu tập, chúng ta sống được như vậy rồi, thì bắt đầu chúng ta mới đi đến 1 cái chỗ thanh vắng, tĩnh mịch như rừng cây, ngoài trời, đồng rơm, chòi lá, hay khe suối, hang đá, hang động. Bắt đầu chúng ta mới đi đến đó chúng ta thực hiện những giới đức kế tiếp để chúng ta tu tập.

« **Sau khi khát thực ăn cơm xong, vị ấy ngồi kiết già, lưng thẳng tại chỗ nói trên và an trú chánh niệm trước trước mặt** ». Đó, bây giờ mới đi vào giới đức kế tiếp. Còn nếu mà 3 cái giới đức và những giới hạnh ở trên mà chưa thực hiện được, thì cái chuyện mà đi làm cái chuyện này á, thì không thể nào mà làm tới giới đức kế tiếp được. Bởi vì từ cái lớp thấp, phải học cho nó xong thì mới đến cái lớp cao. Và đến cái lớp cao này thì chúng ta phải đầy đủ giới hạnh và đạt được 3 cái giới đức như Thầy đã giảng ở trên.

Thì bắt đầu, bây giờ chúng ta mới vào rừng, để rồi chúng ta tu tập giới đức gì tiếp theo đây. Chúng ta thấy coi thử coi cách thức tu như thế nào đây? « **Vị tỳ kheo sau khi ngồi kiết già, lưng thẳng đứng, vị ấy đặt niệm tham ái trước mặt** ». Đó, mặc dù là phòng hộ giữ gìn, chánh niệm tỉnh thức như

vậy rồi nhưng chưa hẳn đã là quét sạch tham ái trong lòng của mình. Cho nên, vị đó phải đi vào cái nơi thanh vắng yên tĩnh ở trong rừng, trong núi á rồi mới đặt cái lưng thẳng, ngồi kiết già, rồi mới đặt cái niệm tham ái trước mặt mình, **quán xét tận tường tham ái, vị ấy từ bỏ tham ái.**

Quán xét cho nó thấu suốt của nó rồi, tức là tu Định vô lậu đây. Cho nên *lúc bấy giờ chúng ta mới từ bỏ cái lòng tham ái của chúng ta được.* Đó thì quý thầy thấy cái chỗ tu của đạo Phật có từng bước, từng bước rất rõ ràng. Chớ không phải là nói mà cái chuyện tu mù mờ như bây giờ cứ ngồi thiền hít thở không á. Đó là tu mù, tu mờ chứ tu không đúng cách thức mà tu tập.

« **Vị ấy từ bỏ tham ái ở đời, sống với tâm thoát ly tham ái, gột rửa tâm hết tham ái, từ bỏ** ». Đó bắt đầu các thầy thấy không, khi mà đặt cái niệm như vậy đó thì bắt đầu vị ấy mới quán xét tức là dùng cái pháp quán mà quán xét các tham ái của mình. Nó như thế nào, nó khổ như thế nào, nó sao sao, để cho mình quét sạch nó ra những cái tâm mà từ lâu tới giờ mình có những cái tham ái, nó làm cho mình giành giật(đau khổ trong lòng của mình.)

Mặc dù là qua cái giới hạnh và cái giới đức ở trên á, nó làm cho mình được tỉnh

thức được cao, được xả ly rất nhiều rồi đó. Bây giờ nó còn quét sạch những cái tham ái mà vi tế ở trong lòng chúng ta. Còn cái thô thì chúng ta hết rồi. Những cái giới đức, giới hạnh ở trên đã quét sạch hết cái thô rồi. Còn bây giờ cái thô của mình chưa có tu tập cái này á, mà nó còn thô mà ngồi đây quét sạch tham ái thì chắc chắn chỉ là quét cái sơ, cũng như là mình xoa cái da của nó, chứ nhằm nhò gì tới cái tâm của nó đâu, nó làm sao mà nó hết được.

Cho nên, bắt đầu bây giờ đó mới là quán xét nó, từ đó cái trí tuệ chúng ta nó phóng ra những cái tri kiến giải thoát, nó làm cho chúng ta thấm, thấu suốt được cái tâm tham ái, cho nên chúng ta ly nó ra, gọt sạch hết cái tham ái này ra. Bắt đầu cái tham ái mà chúng ta gọt sạch nó hết tham ái này ra rồi thì bắt đầu chúng ta từ bỏ sân hận. **« Vị ấy sống với tâm không sân hận »**. Tức là chúng ta đặt cái niệm sân trước mặt chúng ta nữa. Nghĩa là tâm tham ái đã quán xét nó rồi, thấu suốt nó rồi, xả ly nó rồi, từ bỏ nó rồi. Thì bắt đầu bây giờ chúng ta mới đặt cái niệm sân ở trước mặt nữa.

Chúng ta tiếp tục, không có nghĩa là trong thời gian mà ngồi ở tại khu đó đó, mà thời gian này quán xét tham ái rồi, tiếp tục cái sân nữa được đâu, không phải đâu! Nghĩa là tham ái chúng ta quét sạch rồi bắt

đầu chúng ta xả nghỉ. Chơi cho nó khỏe, rồi một lúc nữa chúng ta đặt chúng ta tu cái tham ái nữa, quét cho thật sạch, chúng ta thấu suốt được cái lý mà ly cho hết cái tham ái trong 1 ngày, 2 ngày, 1 tuần lễ, 2 tuần lễ. Chúng ta thấy cái tâm tham ái của chúng ta nó quét sạch được rồi. Bắt đầu, chúng ta mới đặt cái niệm sân, đặt cái niệm sân rồi chúng ta cũng quán xét cái niệm sân như vậy. Để chúng ta quét sạch cái sân ra.

Khi mà chúng ta quét sạch, từ giả cái tâm sân của chúng ta thì lòng từ mẫn, thương xót tất cả chúng sanh hữu tình. *Đó thì lúc bấy giờ chúng ta quét sạch cái tâm sân của chúng ta thì cái tâm từ mẫn của chúng ta nó thương xót chúng sanh nó hiện ra.* « **Đây là giới đức của vị ấy thứ 4 trong giới luật của đức Phật** ». Nghĩa là khi mà quét sạch cái tâm tham ái, cái lòng sân hận cái tâm từ bi của vị ấy phát triển ra được thì đó là cái giới đức thứ 4 ở trong cái giới luật của đức Phật.

À không ở đây cái tâm sân, ở đây Thầy lộn ở chỗ này. Các thầy nhớ kỹ, chỉ *quét sạch cái tâm tham ái đó là cái giới đức của chúng ta thứ 4 ở trong cái giới luật của đức Phật*. Còn cái tâm sân nó lại nằm riêng ở cái phần khác rồi đó, nó không ở trong cái phần của tâm tham ái. Bởi vì tham ái nó là một cái giới đức, quét sạch cái tham ái nó là một

cái giới đức ở trong cái giới luật của Phật.

Ở đây Thầy tiếp tục vì hồi nãy Thầy bị ghi lộn chứ không phải gì hết.

Khi đã gọt rửa tâm tham ái, gọt rửa tâm tham ái xong rồi thì vị ấy mới đặt lưng ngồi thẳng, ngồi kiết già đó thì mới đặt cái niệm sân trước mặt quán xét. Bây giờ tới cái tâm sân á. **« Quán xét cái tâm sân, vị ấy từ bỏ tâm sân ở đời, sống với tâm thoát ly sân hận, gọt rửa hết tâm sân hận, vị ấy sống với tâm không sân hận, lòng từ mẫn thương xót tất cả chúng sanh. Không chỗ nào mà tâm từ bi không biến mãn đến »**. Đó thì bắt đầu bây giờ quét sạch hết tâm sân á, thì cái lòng thương xót chúng sanh thì bắt nó mới phủ trùm ra, nó mới thương xót tất cả chúng sanh.

Còn cái tâm sân thì không bao giờ mà thương xót tất cả chúng sanh đâu. Người ta còn giận một chút xíu á thì chưa chắc đã là thương xót. Cái thương của chúng ta là cái thương đối đãi, cái thương mà của thường tình chớ không phải là cái thương của từ bi đâu. Cho nên, khi mà chúng ta quét sạch được tâm sân thì cái tâm từ bi chúng ta mới thực hiện ra được. Vì vậy á, mà muốn cho cái tâm sân của chúng ta mà đối trị nó thì người ta tu Tứ vô lượng tâm đó. Để thực hiện cái tâm từ để rồi từ bi nó mới có, nó mới quét

sạch tâm sân.

Nhưng bây giờ ở đây chúng ta lại dùng cái Định vô lậu chúng ta quét cái tâm sân của chúng ta ra, thì từ bi nó sẽ thể hiện ra. Nó đi lại ngược lại. Hồi đó chúng ta còn là chiếc áo cư sĩ á, thì chúng ta không thể tu cái này được bởi vì chúng ta chưa có sống cái đời sống mà thoát ly, xuất gia được. Chúng ta chưa có đời sống mà Chánh niệm tỉnh thức, phòng hộ sáu căn được cho nên chúng ta phải lấy tâm từ mà tu, Tứ vô lượng mà tu, để cho cái tâm của chúng ta phủ trùm lòng thương yêu mà từ đó nó đối trị cái tâm sân của chúng ta, để chúng ta không còn sân hận nữa.

Nhưng chưa phải quét sạch cái tận gốc của sân hận. Cho nên chúng ta phải đi tới cái giai đoạn này, là chúng ta dùng cái Định vô lậu, đặt niệm sân, quán xét sân rồi phá vỡ tâm sân. Từ bi chúng ta bây giờ, tâm từ bi hỷ xả chúng ta bây giờ mới thực hiện chân thật của từ bi hỷ xả.

Đó, hai bên thì chúng ta thấy có khác nhau, nhưng mà nó cũng giúp cho hỗ trợ cho nhau. Nếu mà cái người cư sĩ còn sân mà vào tu chưa chắc đã là giữ được phòng hộ 6 căn, giữ được tất cả mọi cái. Cho nên, chúng ta phải hiểu thấu suốt được, trau dồi cái lòng từ bi hỷ xả của chúng ta trong chiếc

áo cư sĩ. Khi đến với đức Phật thì chúng ta quét sạch cái tâm sân hận của chúng ta rất dễ dàng hơn, nhanh chóng hơn và từ đó tâm từ bi của chúng ta lại còn thấm nhuần sâu hơn và cao hơn nữa.

« Đây là giới thứ 5, tâm sân đó, là giới thứ 5 của vị ấy trong giới luật của đức Phật ». « Khi đã gọt rửa tâm sân hận hết sạch, vị ấy đặt niệm hôn trầm thù miên trước mặt ». Hồi nãy có 1 vị thánh tăng đặt cái niệm buồn ngủ trước mặt để mà tu đó. Thì bây giờ đức Phật cũng dạy chúng ta ở chỗ này này. Tu cái giới đức này phải đặt cái niệm hôn trầm thù miên ở trước mặt của mình rồi mình quán xét cho thống suốt cái niệm thù miên từ đâu đến, do đâu mà có mà sanh ra lười biếng mà tham ngủ như vậy? Do đó mình quán xét thấu suốt được, cái lý mà thấu suốt được á thì mình sẽ từ bỏ thù miên, từ bỏ hôn trầm thù miên ở đời.

« Sống với tâm thoát ly hôn trầm thù miên, sống cố gắng gọt rửa cho hết tâm hôn trầm thù miên, với tâm tưởng về ánh sáng, luôn luôn phải giữ tâm chánh niệm tỉnh thức ». Nghĩa là luôn luôn lúc nào bây giờ mình muốn quét sạch tâm hôn trầm thù miên á, mình mới dùng cái tưởng của mình, mình tưởng cái tâm của mình sáng suốt, đêm thì như ngày chứ không có đen tối như đêm nữa. Nghĩa

là luôn luôn mình phải dùng cái tưởng kèm theo để cho cái tâm hôn trầm thù miên của mình. Bởi vì nó ham ngủ á, nó thấy chỗ nào mờ mờ, tối tối là nó ham lắm. Mà nó sáng chừng nào thì nó ghét lắm, cái tâm mà lười biếng nó thấy sáng nó ghét lắm.

Cho nên vì vậy đó mà mình phải tưởng cái tâm của mình sáng như ánh sáng, sáng như ban ngày làm cho cái hôn trầm thù miên nó phải mất đi. Cho nên, ở đây luôn luôn phải giữ chánh niệm tỉnh thức. Chánh niệm tỉnh thức ở đây là giữ cái tâm sáng suốt chứ không phải là chánh niệm tỉnh thức ở đây là giữ cái hành động của chúng ta như ở trước nữa. Các thầy phải hiểu cái chỗ chánh niệm tỉnh thức này là cái niệm chơn chính của ánh sáng và thức tỉnh nơi ánh sáng để làm cho cái hôn trầm thù miên chúng ta không có. Cho nên phải biết áp dụng, phải biết sử dụng nó ở trong cái chánh niệm tỉnh thức nào, mà ở trong cái chỗ pháp tu thì nó mới có kết quả. Còn ví mà sai chúng ta chẳng biết đường mà chúng ta tu tập. Thì mới mong gọt rửa hết tâm hôn trầm thù miên. **«Từ đó muốn hết hôn trầm thù miên vị ấy phải trau dồi lòng từ mẫn thương xót tất cả chúng sanh, chỗ nào mà tâm từ bi không biến mãn đến. «Đây là giới đức thứ 6 của vị ấy trong giới luật của đức Phật».** Đó thì quý thầy thấy

ràng, trong cái sự tu tập của chúng ta mà xả bỏ được cái hôn trầm thù miên là cái giới đức thứ 6 của giới luật của đức Phật. Đây là giới đức thứ 6 của vị ấy trong giới luật của đức Phật.

« Khi vị tỳ kheo đã gọt rửa hết hôn trầm thù miên thì vị ấy đặt niệm trạo cử, hối tiếc trước mặt, quán xét cho thấu đáo, tưởng tận, sống tâm không còn trạo cử, hối tiếc, từ bỏ trạo cử, hối tiếc, sống với nội tâm trầm lặng, thanh thản, nhẹ nhàng, luôn luôn hân hoan, vì thế lòng từ mẫn thương yêu tất cả loài chúng sanh, chỗ nào cũng có tâm từ bi hỷ xả biến mãn khắp cùng, nhờ thế trạo cử, hối tiếc mới quét sạch, mới gọt rửa hết . Đây là giới đức thứ 7 của vị ấy trong giới luật của đức Phật ».

Đó thì cái trạo cử. Trạo cử là cái gì? Mà hối tiếc là cái gì? Trạo cử là tâm lãng xãng nghĩ cái này đến cái kia, nó liên tục. Phật gọi nó là tùy miên, tùy miên chứ không phải là thù miên. Thù miên là ngủ, còn tùy miên là nó liên tục. Trạo cử là có cái dòng liên tục nó nhớ cái này, nhớ đến cái kia, nó nhớ đến cái nọ. Người nào mà có độ cư thì mới thấy được cái trạo cử. Rồi nó hối tiếc hồi nhỏ mình làm cái này, cái kia, cái nọ, rồi làm cho cha mẹ buồn, làm cho anh em giận; làm cái này, cái kia nó nhớ ra hết. Đó là nó tùy

miên theo cái trạo cử, theo cái dòng tư tưởng của nó gọi là trạo cử đó. Vì vậy cho nên khi mà có cái dòng tư tưởng mà trạo cử như vậy, nó hối tiếc như vậy đó thì chúng ta phải đặt cái niệm, quán xét nó từ đâu sinh ra. Nó ở trong những quá khứ, những sự kiện xảy ra ở trong quá khứ, nó thường thường trào dâng lên một cách rất là tràn trề, nó không bao giờ dứt.

Cho nên có lần Minh Tông nói với Thầy là sống độc cư rồi chúng ta mới thấy nó tuôn tràn, nó tuôn tràn riết mãi, nó tuôn tràn sạch hết rồi thì nó mới hết tuôn tràn. Cho nên do vì vậy đó mà chúng ta biết rằng cái độc cư đó làm cho cái tâm trạo cử của chúng ta tuôn tràn sạch. Còn ở đây đức Phật lại phòng ngừa chúng ta đặt cái niệm cho nó, rồi chúng ta quán xét cái trạo cử này, cái hối tiếc này, mà người ta dùng danh từ là trạo hối. Nó vừa khởi lên mà vừa hối hận ở trong đó, nó vừa hối tiếc cái này, hối tiếc cái kia. Như trước kia mình làm sĩ quan, tướng tá, bây giờ ở trong cái chế độ XHCN thì mình chỉ làm cái thằng xích lô vậy thôi thì nghe nó buồn tủi, nó hối tiếc hồi mình lên voi đó, mình ra lệnh, mình sai thằng này, thằng kia, kẻ hầu, người hạ đầy đủ. La một tiếng là ai cũng chạy mù, còn bây giờ đi ra đường nhiều cái bà mà chửi xiên, chửi xỏ mình đủ cách hết, mà cũng không dám nói họ nữa.

Cho nên những cái nổi mà nuôi tiếc lại thời mà vàng son của mình nó làm cho mình đau lòng, nó làm cho mình khổ sở. Cái tư tưởng đó nó tuôn tràn ra, cái tư tưởng đó gọi là trạo cử hay hoặc là trạo hối hay là trạo cử hối tiếc.

Vì vậy mà chúng ta tu tập để cho nó không còn cái trạo cử hối tiếc đó nữa thì chúng ta phải quán xét tường tận những cái trạo cử hối tiếc đó từ đâu sinh ra, nó có thật hay là không? Hay hoặc là một cái nhân quả nào đó mà chúng ta phải trả với một cái giá rất đắt? Hay hoặc là chúng ta phải hưởng một cái thời vàng son nào đó là hết phước rồi thì chúng ta phải trở về vị trí quá là khổ sở như thế này.

Trước kia mình giàu sang, bây giờ qua giải phóng rồi, mình không còn hai bàn tay trắng không, mà mình luôn luôn mình cứ hối tiếc lại những chuyện vàng son của mình giàu có hồi trước. Bây giờ mình đâm ra mình đau khổ thì tức là mình quá ngu si. Cho nên mình quán xét như vậy, cho nên mình thấy đó là cái luật nhân quả. Người ta nói : **« không ai giàu ba họ mà cũng không ai khó ba đời »** thì đó là nhân quả. Cho nên câu tục ngữ nói vậy là đúng chứ không có sai được. Cho nên đâu có ai mà giàu hoài được mà cũng đâu có ai mà nghèo hoài, thì có lúc lên voi, có lúc xuống chó chứ. Do cái chỗ đó

chúng ta chỉ an ủi chúng ta nhưng tâm trạng của con người khó mà hết cái trạo cử hồi tiếc này. Vì vậy đó mà đạo Phật dạy chúng ta phải quán xét, quét sạch cái trạo cử hồi tiếc ra khỏi cái tâm tư của chúng ta. Nhờ cái sự mà trau dồi như vậy đó thì chúng ta mới gọt rửa sạch hết cái trạo cử hồi tiếc. Nó là cái giới đức thứ 7 của sự tu tập của chúng ta. Nó không phải thường đâu, nó không phải dễ đâu, cho nên phải nỗ lực tu tập ở trong cái Định vô lậu chúng ta mới quét sạch được cái trạo cử hồi tiếc này.

« Khi vị tỳ kheo đã gọt sạch hết trạo cử hồi tiếc xong, vị ấy đặt niệm trước mặt, quán xét cho thấu đáo tướng tận mạn ». Mạn là ngã mạn đó. « Vị ấy từ bỏ ngã mạn ở đời, sống với tâm thoát ly ngã mạn, gọt rửa cho sạch hết tâm ngã mạn, nhờ thế lòng từ mẫn thương yêu tất cả chúng sanh, loài hữu tình. Với tâm từ, bi, hỷ, xả vô bờ bến biến mãn khắp tất cả muôn phương nhờ thế vị ấy mới gọt rửa sạch tâm cống cao ngã mạn của mình. Đây là giới đức thứ 8 của vị ấy trong giới luật của đức Phật ». Đó là cái giới đức thứ 8 của tâm ngã mạn, mình quét sạch nó ra.

Ngã mạn coi vậy chứ khó lắm, bởi vì khi mà chúng ta đặt cái niệm trước mắt rồi chúng ta quán xét suy tư lại hằng ngày mình

có những hành động ngã mạn ở trong đó? Nó vi tế, rất vi tế do đó chúng ta quán xét chúng ta mới thấy được hành động ngã mạn. Từ đó hành động ngã mạn của mình, mình chỉ sơ xuất thôi, mình thấy nó không có, nhưng rồi người khác người ta nhận xét mà người ta không dám nói ra. Chẳng hạn nào như mình lơ đễnh một chút cái ngã của mình lộ ra người ta thấy, mà mình không thấy cái ngã của mình. Mà hễ người ta nhắc mình thì mình đỏ mặt lên liền, cho nên người ta ít có muốn nhắc là như vậy. Nhưng mình phải là quán xét, mình đặt cái niệm ngã mạn của mình mình quán xét. Ngày hôm đó mình có hành động nào mà ngã mạn, mình quán xét mình suy tư. Mình vô tình chứ không phải mình hữu ý nhưng cái ngã của mình nó vẫn còn cho nên cái hành động của mình nó có cái vẻ ra ta đây đó, thì tức là ngã mạn. **Nhất là khi chúng ta tu được một chút ít nào đó, coi chừng mà cái ngã mạn của chúng ta theo đó.** Cũng như chúng ta học được một ít gì đó hay hoặc là chúng ta học giỏi hơn mọi người trong lớp rồi, tuần này chúng ta được hạng nhất rồi. Coi bộ vô trong lớp, coi bộ mình đạp thiên hạ dưới chân hết, hieu hieu tự đắc lắm á. Cho nên vì vậy mà tuần sau nó xuống cái hạng 10 cái hoảng hồn rồi, lật đật. Bởi vì mình nghĩ rằng mình hạng nhất thì phải hạng nhất luôn, nhưng mà không ngờ lại người ta lại dở hơn mình thì người ta

lại cố gắng học hơn, còn mình lại ngã mạn mình không lo học cho nên mình lại thua. Mình thua bắt đầu cái mặt mình buồn so à. ***Buồn so tức là cũng ngã mạn của mình đó, chứ không phải nói mình hiu hiu tự đắc đó là ngã mạn mà lại buồn không phải ngã mạn.*** Chính cái buồn cũng là cái ngã mạn, buồn vì mình thua người ta mình ngã mạn, tức là cái mặt ngã mạn của mình. Cho nên mình phải xét nhiều khía cạnh để cho mình diệt cái ngã mạn của mình.

Từ đó cái oai nghi tế hạnh của một người mà giới đức đó họ không bao giờ để kê hở cho người khác thấy ngã mạn của họ. Còn nếu mà thiếu xét như vậy thì cái ngã mạn của chúng ta càng ngày nó càng lừng lẫy, nó càng lộ ra những cái tướng, coi như mặt vắc hắt ở trên trời á. Mới có dự thi được vào cao đẳng Vạn Hạnh thôi, nghĩa là chưa học Vạn Hạnh ngày nào hết à. Mới có tốt nghiệp qua trường cơ bản Phật học thôi, rồi được thi vô cao đẳng Vạn Hạnh thì Thầy thấy cái mặt đã vắc hắt ở trên trời rồi. Mà chưa học được ngày nào ở trong Vạn Hạnh, chưa được cấp bằng cử nhân nữa mà đã vắc mặt đi coi nghênh nghênh rồi. Coi như mình là sinh viên đại học rồi. Thì thấy cái đó là cái ngã mạn mà là một tu sĩ chứ đừng nói chi cái người ngoài đời. Đó là những cái chúng ta phải biết cái vi tế của cái ngã mạn của

chúng ta, nó là một cái tâm rất là làm cho chúng ta đau khổ trong bước đường tu tập của chúng ta.

« **Khi vị tỳ kheo đã gọt rửa hết tâm ngã mạn, cống cao xong; vị ấy đặt niệm nghi ngờ trước mặt quán xét thấu đáo, tường tận** ». Bây giờ chúng ta hết tâm ngã mạn cống cao rồi thì chúng ta lại đặt cái niệm nghi ngờ. Bởi vì nghi ngờ chúng ta nhiều lắm. Thấy người đó như vậy mình nghi ngờ người đó là như vậy khác, nói xấu mình hoặc thế này thế khác. Thấy người đó vậy mình nghi ngờ họ là không ưa mình, hơi có một cái gì đó mình thấy không ưa. Do cái tâm nghi ngờ đó mà nó sinh ra những cái giận, cái hờn, cái phiền não, rồi cái không ưa với nhau, tất cả mọi cái. Cho nên cái nghi ngờ đó là cái phải đặt cái niệm mình phải quán xét. Nó làm cho tâm mình chướng lắm. Ai mà làm gì mặc, mình chả biết thì cái nghi ngờ mình không có, chứ còn không chút chút mình sẽ dễ nghi ngờ. Thấy thằng đó hơi liếc liếc ngó nhà mình, nghĩ thằng này ăn cắp. Đó, mình nghi ngờ kiểu đó, người ta ngó người ta thấy nhà mình có cây ổi, hoặc là có gì đó lạ lạ, người ta ngó, người ta liếc liếc ngó, mình nói thằng ăn cắp. Người ta chưa từng ăn cắp mà mình cũng nghi người ta nữa. Cái đó là có tội không? Cái nghi ngờ là cái, chẳng hạn như đâu tất cả là những bậc Thánh hết cho

nên có những cái tốt, mà có những cái xấu. Do đó mình xét qua cái người đó, mình xét phần nhiều xét qua cái xấu của họ, cho nên mình nói ông này tu hành chẳng ra gì. Nhưng mà mình không xét cái tốt của người ta, ít ra người ta 10 cái, có 10 cái người ta cũng được 5 cái tốt, còn 5 cái xấu. Mình xét 5 cái xấu mình nói rằng, ông này tu chẳng ra gì hết. Đó là cái sai của mình, bởi vì những cái đó là nghi, nghi người ta tu chẳng ra gì hết. Nhưng mà người ta tu thì phải có được cái xấu, cái tốt của người ta chớ, chứ đâu phải là không. Cho nên cái nghi đó là cái làm cho chúng ta ngã mạn chúng ta trở lên, mà nó không triệt tiêu cái ngã mạn. Cho nên ở đây Thầy nói mình tu thì mình tìm cái sự giải thoát, không có khen chê người nào hết. Mà lỡ mình khen chê, mình thấy người đó sai đúng, coi chừng cái sai đúng của mình chưa hẳn đã là cái sai đúng đâu. Cho nên đó là cái nghi của mình đó.

« Vị ấy từ bỏ tâm nghi ngờ ở đời, sống với tâm thoát ly nghi ngờ, gột rửa hết nghi ngờ đối với các thiện pháp . Đối với giới luật, đối với thiên định của đạo Phật, đối với trí tuệ của Phật phải gột rửa hết tâm nghi ngờ ». Nghĩa là đối với Phật, Pháp, Tăng, Giới của đức Phật mà đã dạy chúng ta, chúng ta không có nghi ngờ nó, chúng ta nghĩ rằng đó là những cái pháp

mà đưa chúng ta đến giải thoát hoàn toàn. Còn nếu chúng ta nghi ngờ Phật pháp thì chẳng làm gì được hết đâu, thôi. Đó là mình đã nghi rồi thì không bao giờ mình tu tập được đâu. Cho nên mình phải nghĩ rằng trước đức Phật đã làm được, sau đức Phật còn nhiều bậc Thánh tăng làm được, kể đó trong thời đại này còn có những người làm được chứ không phải không! Cho nên chúng ta phải quét sạch cái tâm nghi ngờ đó, cho nên chúng ta tin, chúng ta rất tin ở Phật, ở thiên định của Phật, ở giới luật của Phật, ở pháp của Phật và ở trí tuệ của Phật.

Cho nên chúng ta gọt rửa hết cái tâm nghi ngờ Phật, Pháp, Tăng và Giới luật. **« Nhờ gọt rửa hết tâm nghi ngờ đối với các pháp, nhờ thế mà lòng từ bi lân mẫn của chúng ta đối với chúng sanh với tâm từ bi hỷ xả vô bờ bến, biến mãn phủ trùm tất cả sinh linh vạn vật mười phương. Đây là giới đức thứ 9 của vị ấy trong giới luật của đức Phật »**. Đó thì đây là cái giới đức thứ 9 mà khi xả hết cái tâm nghi ngờ. Đó thì quý thầy sẽ học được những cái giới như vậy thì quý thầy thấy tâm hồn của mình như thế nào? Thanh thản vô cùng, vô lượng. Như vậy là giới đức của vị tỳ kheo thứ tư trong giới luật của đức Phật.

Bây giờ Thầy bắt đầu tiếp tục cái bài giảng bữa trước.

Trau dồi cái kia, tu tập cái nọ thì quý vị sẽ vứt bỏ những hỷ lạc ngon ngọt của thế gian thường tình xong thì mới có thể nếm được mùi vị hỷ lạc xuất thế gian. Bây giờ quý vị mới rõ chỗ không phải con đường tu hành theo đạo Phật khô cần, khô cỗi như bãi sa mạc toàn là cát và nắng nóng bức khó chịu.

Vì thế có người hỏi Thầy: *Nếu tất cả mọi người đều tu theo đạo Phật thì thế gian này đâu còn có con người?* Đó là đứng núi này mà trông núi khác hoặc là muốn hiểu núi khác thì không thể nào hiểu được. Như con cá ở dưới nước làm sao biết được sự sống trên đất bằng. Cho nên con người thường sống hàng tướng nên thường tướng sai. Thậm chí ngay trong thân tâm này của họ, họ còn hiểu không nổi hết hướng là họ hiểu cảnh giới của các bậc Thánh Hiền.

Đó thì các thầy muốn mà để hưởng được cái hỷ lạc của các bậc Thánh Hiền, của bậc xuất gia thì phải dứt bỏ cái hỷ lạc của thế gian. Bởi vì nếu mà không có dứt bỏ cái hỷ lạc của thế gian thì không thể nào mà hưởng được cái hỷ lạc của pháp xuất thế gian được. Bởi vì cái hỷ lạc đó là cái hỷ lạc dục cho nên phải ly dục, ly ác pháp của thế gian ra, thì cái dục lạc của thế gian nó không còn có nữa

thì cái hỷ lạc của pháp xuất thế gian nó mới có. Vì vậy bây giờ chúng ta còn ôm ấp cái dục lạc của thế gian, làm sao chúng ta biết được cái mùi vị của xuất thế gian được. Cho nên hầu hết là quý vị ngồi thiền nhập định mà có trạng thái hỷ lạc, khinh an, điều đó đều là sai hết. Bởi vì chính mình chưa có lý được cái dục lạc của thế gian, tâm mình còn dính mắc cái này, cái kia cái nọ, mặc dù là mình là một vị tu sĩ nhưng mà vẫn còn dính cái chùa chứ chưa đâu phải là mình là một vị du tăng khất sĩ, ba y một bát, không còn chùa không còn cái vật gì gọi là của mình hết như vậy mình mới thấy được cái hỷ lạc của bậc xuất thế. Còn mình chưa có được như vậy mà mình tưởng tượng ra nào là khinh an, nào là hỷ lạc, nào là thế này thế kia, thì cái đó toàn là thứ dục lạc chứ không phải hỷ lạc.

Bởi vì tu hành chúng ta phải biết được cái hỷ lạc nào là chơn chánh, cái hỷ lạc nào mà nó không chơn chánh. Cái hỷ lạc mà đem đến chúng ta muôn thứ khổ đó là hỷ lạc của dục, còn hỷ lạc mà đem chúng ta yểm ly, xa lánh tất cả các sự ham muốn, sự lôi cuốn của thế gian, của các pháp thế gian nó làm cho chúng ta xa lìa được những cái khổ đau đó, thì đó là cái hỷ lạc của pháp xuất thế gian. Nhưng muốn nếu nếm được mùi vị của nó thì chúng ta phải tách lìa, xa

lìa cái hỷ lạc của thế gian thì chúng ta mới thọ hưởng được cái đó. Còn nếu mà không xa lìa, không tách lìa thì chắc chắn là chúng ta không có thọ hưởng được. Cũng như con cá mà muốn biết được ở trên đất bằng sống như thế nào thì ít ra nó cũng phải lìa khỏi cái sông, cái hồ nước của nó, mà nó lên đất bằng nó mới biết được. Còn bây giờ nó ở dưới nước mà nó muốn biết được ở trên đất bằng thì làm sao nó biết được. Cho nên đó là những điều mà chúng ta phải ly được thì chúng ta mới thấy được.

Vì vậy khi mà chúng ta phải thấy được 2 cái lộ trình mà đức Phật đã vạch ra thì chúng ta biết điều đó rất là rõ ràng. Nếu mà chúng ta không thấy được 2 lộ trình này thì chắc chắn khó mà chúng ta có thể đạt được kết quả của cái sự tu hành theo đạo Phật. Vì cái lộ trình của đạo Phật là xuất thế gian, ly tất cả các dục, các ác pháp của thế gian, thì chúng ta mới thực hiện được cái hỷ lạc của pháp xuất thế gian. Đó thì như vậy không có nghĩa là con đường mà đi tu theo đạo Phật nó khô cằn khô cội, mà cho đến khi không còn có người Không có thai sanh thì tức là chúng ta phải có hóa sanh, mà hóa sanh là nó phải lìa cái dục, nó mới hóa sanh được. Còn nếu mà chúng ta chưa lìa dục làm sao chúng ta hóa sanh được. Cũng như bây giờ chúng ta còn ở trong dục mà chúng

ta muốn có thần thông thì thần thông đó là thần thông gì? Thần thông huyền hoặc, thần thông như là một cái trò ảo thuật gạt người ta. Còn cái thần thông thực là chúng ta phải có một cái sự ly tất cả các dục này thì chúng ta mới sống được hóa sanh. Hóa sanh thì tức là chúng ta muốn như thế nào ? Như là Tứ như ý túc, Dục như ý túc là chúng ta muốn như thế nào nó phải thành tựu như thế ấy. Chúng ta muốn sanh là sanh mà chúng ta không muốn sanh là không sanh. Chớ không phải là bây giờ chúng ta muốn sanh nó cũng không được, mà chúng ta muốn chết cũng không được, muốn sống cũng không được. Đó là chúng ta không có quyền. Còn khi mà cái người mà ly được cái dục lạc thế gian này rồi thì người ta có quyền sống chết, người ta muốn sanh như thế nào là theo cái ý của người ta muốn, muốn người lớn là lớn mà nhỏ là nhỏ. Bởi vì khi mà chúng ta lìa khỏi dục lạc thế gian rồi thì chúng ta có cái sự tự tại như vậy đó.

Cho nên đạo Phật nhắm vào cái chỗ mà chúng ta ly thế gian, ly các pháp thế gian ra thì chúng ta mới đạt được cái kết quả của cái sự làm chủ. Mà cái sự làm chủ đó nó không có nghĩa là làm cho hoại diệt, làm cho tiêu diệt con người ở trên thế gian này. Mà thể hiện con người trên thế gian này càng cao đẹp, càng tốt đẹp hơn và tâm hồn mỗi

con người đều có những cái lòng thiện biết thương nhau, biết chan hòa với tình thương nhau, chơn thật không biết ganh đua, không biết tỵ hiềm, không biết tham sân si mạn nghi, không có ngũ triền cái, không có ngũ kiết sử, không có thất kiết sử ở trong đó. Cho nên toàn là hạnh phúc của mọi người với nhau. Vì vậy mà chúng ta thấy con đường của đạo Phật là con đường rất rõ ràng, thực hiện nó một cách là chúng ta lìa xa khỏi cuộc đời ham muốn của thế gian là chúng ta đã đạt được đạo Phật chớ đâu có gì khác hơn.

Như trước kia Thầy đã dạy 25 giới hành thuộc về thân hành, còn 13 giới đức thuộc về tâm hành.

Trạng thái tâm hành là gì? Trạng thái tâm hành là thiền định cho nên thân thuộc về giới hành (à, giới hành hay là giới hạnh) còn tâm thuộc về giới định. Vậy 13 giới đức tức là 13 định trong giới luật của đạo Phật, cho nên có chỗ Phật gọi là giới tâm tuệ. Nghĩa là thay vì Phật gọi Tam vô lậu học đó, Phật gọi Giới - Định - Tuệ, thì có chỗ Phật lại gọi là Giới - Tâm - Tuệ. Cho nên tâm tức là giới đức của chúng ta, vì vậy mà chúng ta hiểu rõ được cái con đường đi của chúng ta chia làm ba cái giới rất rõ. Mà ba giới rất rõ này nó chỉ cho chúng ta nằm ở trong cái vị trí của tam vô lậu học Giới - Định - Tuệ.

Vậy thì giới hạnh tức là giới bốn Pitimokkha, mà giới đức tức là định, mà giới tuệ là huệ. Đó là những điều mà hôm nay quý thầy mới thấy rõ được điều kiện của đạo Phật Giới – Định – Tuệ hoàn toàn thuộc về giới, chớ không có gì khác hơn hết. Nhưng mà vì vị trí của giới nào nó ở vị trí này, nó có cái phận sự ở đó, nó làm cho tâm, làm cho hành động của chúng ta thanh tịnh, làm cho tâm chúng ta thanh tịnh, làm cho trí tuệ chúng ta thanh tịnh thì gọi là Giới. Cho nên lúc đầu Thầy có giới thiệu đó:

Gới làm cho trí tuệ thanh tịnh mà trí tuệ làm cho giới thanh tịnh.

Các thầy nhớ cái chỗ đó, ***vì ở đâu có trí tuệ thì ở đó có giới luật, mà ở đâu có giới luật thì ở đó có trí tuệ.*** Cho nên cái trí tuệ của giới hạnh, nếu mà chúng ta có trí ở trong cái giới hạnh thì cái hành động hàng ngày của chúng ta nó phải thanh tịnh. Mà cái hành động được thanh tịnh như vậy thì ở đó phải có trí tuệ.

Cũng như giới đức: Ở đâu mà có tâm thanh tịnh thì ở đó nó sẽ có trí tuệ, mà có trí tuệ ở đó thì phải có giới đức ở đó.

Cũng vậy, cái giới tuệ nó cũng vậy: Ở đâu có trí tuệ thì ở đó có giới tuệ, mà ở đâu có giới tuệ thì phải có trí tuệ.

Đó thì đến đây thì quý thầy đã thấy

rõ được cái con đường đi của Phật toàn là những pháp thiện, cho nên gọi là sơ thiện là giới hạnh, mà trung thiện là giới đức, mà hậu thiện là giới tuệ, rất là rõ ràng. Bởi vì đạo Phật là đạo thiện pháp, cho nên tất cả đều nằm ở trong giới, mà giới tức là thiện pháp chớ không phải là một pháp môn nào xa lạ. Nhưng muốn thực hiện được những điều đó thì chúng ta có những 37 phẩm trợ đạo để mà chúng ta thực hiện con đường tu, để thành tựu được cái con đường thiện pháp này, con đường thiện pháp này tức là Giới – Định – Tuệ.

Vì vậy ở đây quý thầy phải hiểu giới tâm tức là thiên định, mà thiên định là một cảnh giới thực tại có sự an lạc, tuyệt tĩnh trong cảnh giới đó, không phải không có. Quý thầy hiểu, bởi vì cái thiên định nó có những cái hỷ lạc của nó. Cho nên, Phật có so sánh 2 cái hỷ lạc, hỷ lạc của dục thế gian, chúng ta ăn miếng ngon chúng ta biết ngon, đó là dục lạc của hỷ lạc thế gian. Có một sự êm ấm làm chúng ta thích thú, đó là cái dục lạc của thế gian. Còn ở đây chúng ta ly cái đó ra, cho nên chúng ta đạt được cái sức thiên định thì nó có cái hỷ lạc tuyệt đỉnh hơn là cái dục lạc của thế gian. Nó làm cho chúng ta thấy có một cảnh giới rất là tuyệt diệu ở trong đó.

Vì vậy ở đây quý thầy phải hiểu giới tâm tức là thiên định, mà thiên định là một

cảnh giới thực tại có hiện chớ không phải là không có hiện. Nơi trong trạng thái tâm hồn chúng ta chứ đâu. Chớ không phải là cảnh giới nào ở xa xôi đâu, nó ở trong cái tâm trạng chúng ta ở đây. Chỉ chúng ta ly dục là chúng ta sẽ có nó liền. Mà chúng ta không ly dục là chúng ta không có nó mà thôi. Thực tại có sự an lạc tuyệt đỉnh trong cảnh giới đó, không phải không có. Đức Phật đã xác định điều này rất là rõ ràng qua bài so sánh bốn hỷ lạc thế gian của phàm phu và bốn hỷ lạc của xuất thế gian của bậc Thánh.

Tiếc rằng, kẻ phàm phu tu hành chưa tới nơi tới chốn, cứ tưởng tượng ra hỷ lạc thế này thế kia làm sai con đường tu hành theo đạo Phật. Làm cho Phật Pháp gần như mất gốc, người tu thời nay hết biết đường tu. Tu tầm bậy, tầm bạ, đời đạo lẫn lộn. Đạo Phật mà bây giờ lại giống như các tôn giáo khác trên thế gian này, thật rất đau lòng! Kinh sách nguyên gốc của đức Phật còn đó, mà người hiểu theo tâm dục lạc thế gian của mình nên thành sai lệch, quá sai.

Đó thì lấy cái tâm dục lạc của mình hiểu qua kinh của Phật thì làm sao hiểu cho nổi. Ít ra mình phải hiểu được cái kinh sách của Phật là cái tâm của mình phải ly dục lạc của thế gian mà thọ hưởng cái dục lạc của pháp xuất thế gian thì chừng đó mình hiểu từng chữ, từng nghĩa rất rõ ràng không sai. Mà

bây giờ nhìn lại, ai là người mà đã ly được dục lạc thế gian, mà đã thọ hưởng được dục lạc pháp xuất thế gian? Mà để nhìn lại kinh sách để dẫn chúng ta đi con đường này? Tức là phải là những bậc A la hán, những bậc mà có thể phải là có những cái kinh nghiệm tu hành chính xác ở trong giới luật của Phật và sống đúng phạm hạnh, đức hạnh của Phật, của đạo Phật thì mới có thể giải nghĩa và diễn giải nghĩa pháp của Phật mới có thể đem lại cho chúng ta thấy rõ con đường tu tập.

Còn những bậc phàm phu có kiến thức học hỏi, nhưng làm sao hiểu được nghĩa lý này cho thông suốt? Cho nên làm sao vạch ra cho được, từ đó tưởng ra thế này, tưởng ra thế khác làm cho con đường của Phật Pháp quá xa xôi, quá xa lạ. Làm cho chúng ta chẳng biết đường nào mà đi vào cho đạt được kết quả giải thoát. **13 giới đức trong giới luật của đạo Phật, của đức Phật đã xác chứng thiên định của đạo Phật là giới luật nghiêm chỉnh mà thành thiên định.** Nghĩa là thiên định của đạo Phật phải là lấy giới luật nghiêm chỉnh nó mới có thiên định. Bởi vì thiên định của đạo Phật, mà muốn có thiên định của đạo Phật thì không thể một cái người mà tu thiên định đó mà còn sống ở trong dục lạc thế gian được. Như quý vị bây giờ ăn 3, 4 bữa làm sao quý vị

có thiền định được, còn chưa có ly cái dục ăn mà. Quý vị còn ham ngủ làm sao quý vị thực hiện được con đường thiền định này? Quý vị thấy rất rõ. Cho nên từ cái kiếp sống của quý vị, quý vị còn ham thích từ cái nhà, từ cái cửa, từ cái vật dụng, từ phật tử, từ cái danh, cái nhỏ nhỏ làm trụ trì, hoặc làm ông này bà kia, thì thử hỏi cái đó là cái dục lạc của thế gian mà, mà chưa có ly được hết thì làm sao mà quý vị thực hiện được con đường thiền định chơn chánh của đạo Phật?

Cho nên, hầu hết là cái sự tu hành của quý vị đều sai hết. Không có còn cái chỗ nào gọi là đúng. Bởi vì từ cái chỗ Sơ thiền của Phật chúng ta thấy rõ ràng ly dục, ly bất thiện pháp, nhập Sơ thiền, từ đó nó mới có cái hỷ lạc của ly dục, chỗ đâu phải khi không mà có được, tức là mình phải ly cho sạch. Đó thì thấy, qua một cái Sơ thiền, một cái thiền thứ nhứt của đạo Phật mà chúng ta đã thấy được cái điều kiện mà Phật đã xác định như vậy.

Chớ không phải ngoài giới luật mà đi tìm thiền định có được. Bởi vậy, ly dục ly bất thiện pháp mới nhập được Sơ thiền. Điều này quá rõ ràng, giới luật sanh ra thiền định. Nghĩa là từ ở trong cái giới hạnh của chúng ta mới có được cái giới đức chứ không phải là tựưng mà không có giới hạnh mà giới đức có được. Nghĩa là quý vị mà không

đẹp bỏ tất cả những cái nghề nghiệp của thế gian mà sống, mà còn có 1 bình bát, 3 cái y mà đi xin ăn á thì chắc chắn là quý vị có làm một cái nghề gì đi mà sống trong cuộc đời này, mà quý vị chẳng bao giờ xa lìa được cái dục lạc.

Mà chẳng xa lìa được cái dục lạc thì giới hạnh của quý vị chưa xong thì quý vị không bao giờ mà có thể nếm được cái mùi vị của giới đức được. Do đó làm sao có thiên định được nếu không có giới hạnh thì không bao giờ có giới đức. Mà giới hạnh, quý thầy đã biết, một vị tu sĩ chỉ còn 3 y, 1 bát không còn có một nghề nghiệp gì sinh sống, chỉ đi xin ăn mà thôi. Đời sống không nhà không cửa, không người thân thuộc, ruột thịt. Giữa mọi con người tình thương bao la, rộng mở. Có sống như thế thì định kia mới sanh ra, tức là giới đức mới tròn đủ. Giới hạnh được Phật xem là sơ thiện, còn giới đức được xem là trung thiện. Vậy quý thầy học được đến đây là chúng ta đã học được sơ thiện và trung thiện trong giới luật của đạo Phật. Đến đây Thầy dừng lại.

Bây giờ để tiếp tục chương trình học của giáo án, trước khi mà học đến giới tuệ thì Thầy xin thuật lại một vài mẩu chuyện của các bậc Thánh tăng, để bước qua cái giới tuệ chúng ta biết giới tuệ là như thế nào.

Nếu mà không có những gương hạnh này thì chắc chắn là chúng ta chưa biết được cái giới tuệ của Phật là như thế nào bởi vì hầu hết là các thầy cũng có học giới luật không phải không, nhưng mà các thầy chưa có được nghe những cái lời giảng mà do từ kinh nghiệm bản thân của Thầy, mà Thầy thấy đó là một cái điều cần phải lưu lại qua cái giáo án này. Cho nên qua những cái điều kiện mà nêu lên những cái gương hạnh của những bậc Thánh tăng trong thời đức Phật để quý thầy lấy cái đó mà thấy được khi mà bước sang qua giai đoạn mà giới tuệ là nó như thế nào? Chớ không khéo là quý thầy tưởng như là giới hạnh, hoặc là giới đức nữa, nó là khác rồi, nó không giống rồi.

5. CÂU CHUYỆN VỀ THÁNH TĂNG, THÁNH NI

Để tiếp tục học chương trình giáo án này ta nên noi gương các bậc Thánh tăng thời đức Phật để lấy đó mà làm gương hạnh sách tấn tu hành cho mình. Bây giờ Thầy thuật lại ông Phú Lô Na, chắc ai cũng nghe cái ông này hết. Khi đến tuổi trưởng thành, hình như là ông Phú Lô Na Thầy đã thuật lại rồi phải không các con? Ông, ngài Niếp Ta đã có thuật rồi, ngài Vasapala cũng đã thuật rồi. Bây giờ tới Ngài Gavampati.

Ngài Gavampati, Ngài theo Phật xuất

gia và chứng quả A la hán. Một hôm Đức Thế Tôn và một số đông tỳ kheo trên đường du hành vượt sông Sarabhu. Nhưng đến đó trời tối, mọi vị tỳ kheo phải nằm nghỉ trên bãi cát sông Sarabhu. Đến nửa đêm nước sông dâng lên và các thầy tỳ kheo trẻ tuổi la òn náo.

Thế Tôn nghe vậy bảo Gavampati can thiệp, vị trưởng lão dùng giới tuệ thần túc thông của mình làm theo lời Phật dạy, dùng dòng nước lại từ xa. Khiến cho dòng nước dựng đứng lên như ngọn núi mà không tràn vào bãi cát được. Do vậy, mọi người biết ngài có thần thông siêu việt. Hôm sau, chúng và Thế Tôn được ngài đưa sang sông an lành.

Sau khi Đức Phật và đại chúng đi xong thì người ta không còn thấy ngài nữa, ngài đã ẩn bóng. Do vậy, Bạc Đạo Sư dùng kệ tán thán công đức của ngài:

Với tuệ thần túc thông
 Dựng đứng nước Sarabhu,
 Chính Gavampati,
 Không ý lại, không động,
 Ẩn bóng giấu tung tích,
 Vượt qua mọi trói buộc,
 Chư thiên đều đánh lễ,

Bậc Đại sĩ Mâu-ni

Đã vượt qua sanh hữu.

Đó là cái bài kệ của đức Phật tán thán cái vị tu sĩ này. Đó thì khi mà đến giới tuệ thì các thầy thấy sức thần thông của họ đến cái mức độ nào. Nước sông tràn như vậy mà dùng thần thông chặn đứng nước sông cao như núi mà không tràn xuống được. Đó là cái ý muốn của người ta muốn như thế nào được như thế nấy. Đó gọi là **tuệ giải thoát** đó, chứ không phải **tri kiến giải thoát** đâu.

Ở đây chúng ta làm tưởng, lấy cái chỗ mà tuệ của định sinh ra, là cái tuệ nó không phải là cái tuệ tầm thường của phàm phu, không phải là trí tuệ tầm thường. Cho nên chúng ta thấy ở trong kinh sách thường nói, khi mà chúng ta niệm hương á, có cái bài hương mà đầu tiên đó: Giới hương nè, định hương nè, dữ huệ hương. Thì cái huệ hương đó nó thuộc về nằm ở trong giới định tuệ thì nó khác rồi. Nhưng mà tri kiến và tri kiến giải thoát hương thì 2 cái hương mà sau cùng này, cái hương tri kiến và cái hương tri kiến giải thoát nó không phải là tuệ đâu.

Nhưng mà, cái hương tri kiến giải thoát nó nằm trong góc độ của tuệ thứ nhất, của giới tuệ thứ nhất, thì một lát nữa quý thầy sẽ học đến giới tuệ thứ nhất, giới tuệ thứ nhất thì quý vị biết đó là tri kiến giải thoát.

Còn cái tri kiến mà chúng ta dùng đây nó không phải là tuệ đầu, nó là cái tri kiến cho nên nó là cái sự kết tập những sự hiểu biết, chứ không phải là như các vị mà đã giảng, thường giảng cho chúng ta biết là văn, tư, tu. Nó có 3 cái tuệ gọi là: văn tuệ, tư tuệ và tu tuệ.

Những điều đó là những điều kiến giải của bậc học giả, không phải là của những bậc tu hành chứng. Cho nên họ không có biết tri kiến như thế nào và tri kiến giải thoát như thế nào. Cho nên họ gòm cho đó là trí tuệ của họ, sự thật ra chưa phải, họ chưa hiểu. Bởi vì cái trí tuệ của đạo Phật mà khi từ định sinh ra trí tuệ vô cùng siêu việt, không phải là cái trí tuệ tầm thường. Họ ở trong cái Tứ như ý túc mà họ sử dụng cái trí tuệ đó chứ không phải là tầm thường.

Còn khi mà họ ra bình thường mà họ sống như bình thường chúng ta, họ dùng tri kiến giải thoát cho nên gọi là **tri kiến giải thoát**. Nhưng tri kiến giải thoát nó chỉ nằm ở trong 13 cái giới tuệ của đức Phật. Mà cái giới tuệ đầu tiên đó là cái tri kiến giải thoát của họ, còn tất cả những cái tuệ sau cùng, tới sau cùng đều là những cái tuệ do từ định mà sanh ra. Cho nên cái tuệ siêu việt chớ không phải là tuệ tầm thường.

Để rồi học tới đó thì quý thầy mới thấy

được cái giới tuệ của đức Phật tuyệt diệu chứ không phải cái thứ mà tri kiến mà kết tập, tích hợp lại những cái sự hiểu biết của kinh sách của các vị kim cổ, hiểu biết của các bậc thánh hiền để lấy làm của mình đó thì cái tri kiến đó gọi là cái tri kiến chứ chưa được gọi là trí tuệ, chưa được gọi là cái gì cả hết, mà cũng chưa được gọi là cái tri kiến giải thoát nữa.

Thì đủ biết rằng cái con đường của đạo Phật nó dạy cho chúng ta rất rõ ràng và cụ thể. Cho nên ở đây chúng ta thấy cái vị này họ đạt được cái giới tuệ Thần túc thông. Ở đây người ta dùng cái danh từ giới tuệ thần túc thông. “Dựng đứng nước Sara”, tức là dựng đứng nước sông Sarabhu. “Chính Gavampati”, tức là ngài Gavampati, ngài dựng đứng nước sông, không có cho nước tràn vào bờ, vào bãi cát để cho chúng tỳ kheo yên ổn mà ngủ suốt đêm đó để mà sáng mà lên đường đi.

Khi mà làm được những cái hành động như vậy thì ngài không có ỷ lại, ngài không có ngã mạn cho nên **không ỷ lại không động**. Tâm ngài không có thấy đó là mình hơn ai hết, nghĩa là bình thường như mọi người. Rồi khi mà đưa chúng tỳ kheo đi xong rồi thì ngài lại ẩn bóng, ngài giấu tung tích của mình. Chẳng bao giờ ai thấy ngài ở trong cái đoàn đó nữa. “Vượt qua mọi trời buộc”, ở

đây mọi trói buộc không có nghĩa là, nghĩa là vượt qua cái sự khen tặng của các tỳ kheo, của các vị cư sĩ trong cái thời đó. Cho nên ngài đã ẩn bóng, ngài không để cho lộ tung tích nữa. Đó là ngài đã vượt qua cái sự mà khen của các vị đó. “Chư thiên đều đánh lễ”. Hồi nãy cái chỗ câu này là “Chư thiên” chứ không phải là “chư thiên”, “Chư thiên đều đánh lễ” nghĩa là các chư thiên đều thấy cái sự ẩn bóng, và thấy cái hành động mà ông ta làm mà tâm không có ngã, không ý lại. Thì cho nên chư thiên ở trên các cõi trời đều đến đánh lễ ngài.

“Bậc đại sĩ Mâu ni”. Những người đó gọi là đại sĩ Mâu ni. “Đã vượt qua sanh hữu” - nghĩa là không còn dính mắc cái sự sanh hữu, tức là khen chê, hoặc cái này cái kia. Họ đã vượt qua hết những cái đó rồi. Đó là qua bài kệ, như vậy chúng ta thấy khi mà cái trí tuệ, mà giới tuệ của họ, thần túc thông như vậy, siêu việt như vậy đó thì họ là những con người siêu việt mà không thể nào mà tưởng tượng được. Khi mà chúng ta tu hành tới mà giới tuệ thì chúng ta cũng như vậy, nghĩa là chúng ta muốn như thế nào là đạt như thế nấy chứ không phải là cái muốn của chúng ta như còn phàm phu muốn ăn, muốn ngủ đâu, hay hoặc là muốn nhà, muốn cửa, muốn chùa to tháp lớn nữa đâu, hay hoặc là muốn làm danh ông này ông kia đâu,

không có đâu. Người ta sẽ muốn cái khác, chứ không phải, muốn làm sao cho tất cả thế gian này được hưởng hạnh phúc, muốn làm sao cho tất cả mọi ...



BẢNG SỐ 19:

**CÂU CHUYỆN CÁC BẬC
THÀNH TĂNG, THÀNH NI
GIỚI HẠNH VÀ GIỚI ĐỨC**

Nghĩa là chúng ta muốn như thế nào là đạt như thế này chứ không phải là cái muốn của chúng ta như còn phàm phu như là muốn ăn, muốn ngủ đâu, hay hoặc là muốn nhà muốn cửa, muốn chùa to, tháp lớn nữa đâu, hay hoặc là muốn làm danh làm ông này, ông kia đâu, không có đâu. Người ta sẽ muốn cái khác chứ không phải như vậy, muốn làm sao cho tất cả thế gian này được hưởng hạnh phúc, muốn làm sao cho tất cả mọi người đều thực hiện những cái thiện pháp để đem lại những cái quả lành cho mọi con người để được an lành trong cuộc sống. Đó là cái muốn của những bậc mà người ta có Trí tuệ, có Giới tuệ. Còn những bậc mà chưa có Giới tuệ, họ còn muốn danh, muốn lợi của thế gian, họ còn muốn tiền tài của báu, họ còn muốn chùa to, tháp lớn hoặc còn muốn đồ chúng, họ còn muốn bành trướng chỗ này đến chỗ kia để gây cơ sở bằng cách này, bằng cách khác. Đó là cái muốn của họ

đó. Đó là cái muốn của thế gian!

CHUYỆN NGÀI UTTARA

Bây giờ Thầy thuật lại cho quý thầy thấy một vị nữa: Ngài Uttara, Ngài sanh ở thành Vương Xá, Ngài thông minh và thông suốt ba bộ kinh Vệ Đà. Ngài có danh tiếng tốt, Ngài có đức hạnh và dung sắc đẹp đẽ. Ngài được một vị Bộ trưởng ở thành Ma Kiệt Đà gả con gái cho Ngài, nhưng Ngài từ chối và xuất gia với ông Xá Lợi Phất nên Ngài thường làm bốn phận của một chú Sa Di hầu thầy. Một hôm Tôn giả Xá Lợi Phất bị bệnh, Ngài phải ôm bình bát ra bờ hồ lấy nước cho ông Xá Lợi Phất. Khi lấy nước xong, Ngài để bình bát ở trên bờ rồi lội xuống hồ để tắm, cùng lúc ấy có một tên trộm bị lính đuổi chạy ra khỏi thành. Khi chạy ngang qua bình bát của Ngài đang để trên bờ sông, gã ăn trộm liền quăng của báu đánh cắp vào bát của Ngài. Các người lính đuổi theo thấy trong bình bát của Ngài có của báu ăn cắp nên bắt Ngài về đưa cho Bộ trưởng đó (Vassakàra đó, là cái người muốn gả con cho ông ta đó, mà ông từ chối ông đi tu đó) để trừng trị. Nghĩa là bây giờ bắt ông đem về trừng trị do cái tội ông ăn cắp.

Ngài bị hành hạ đến chết đi, sống lại. Bậc Đạo sư liền đến khuyên Ngài : *“Đây là kết quả của nghiệp đời trước của người,*

người cần phải chấp nhận và nhờ sức mạnh tư duy khổ thọ, tu tập Định vô lậu thì mới thoát khỏi nghiệp khổ này”. Bậc Đạo sư nói xong, đặt tay nhẹ lên đầu ông. Trong lúc đó ông bị cột trói ở trong một cái trụ cột rất là to và đồng thời thì đức Phật hiện đến và khuyên ông nên lấy cái Định vô lậu đó mà thực hiện cái khổ thọ, lấy cái đề mục khổ thọ mà đặt ra trước mặt để mà thực hiện cái Định vô lậu. Khi nói xong, thì đức Phật xoa đầu ông một cái rồi đức Phật biến mất. Nhờ thế mà tâm tư ông phấn khởi, đặt niệm quán xét thọ khổ, cuối cùng đoạn tận các uế nhiễm và lậu hoặc, chứng sáu thắng trí, chứng quả A La Hán. Lúc bấy giờ ông đang bị cột trói trong một trụ cột rất to. Khi chứng quả xong, ông dùng Giới tuệ Thần túc thông, vươn mình lên khỏi trụ cột, Ngài đứng trên hư không và hiện thần thông. Vì lòng từ mẫn đối với kẻ khác, Ngài không làm hại một người nào hết. Nghĩa là ông bị hành hạ đến cái mức độ mà tàn nhẫn sức không chịu đựng nổi. Bởi vì cái thù hận của cái ông bộ trưởng này đó là vì gả con cho ông mà ông không có nhận, cho nên khi mà bắt ông là ăn trộm rồi thì ông này hành hạ rất là độc. Do đó khi ông đã thực hiện được, nhưng cái lòng từ mẫn của ông, ông không bao giờ hại những cái kẻ mà đã làm hại ông. Trước sự ngạc nhiên của tất cả mọi người, các vết thương trên thân Ngài đã bị

tra tấn quá tàn ác đều được lành hẳn. Nghĩa là lúc bấy giờ ông dùng thần thông thì các vết thương ở trong thân của ông nó đều lành hết, nó không còn bầm xanh, hoặc là còn đỏ máu hoặc còn rỉ máu hoặc còn mủ máu nữa.

Có người hỏi Ngài, *“Trong cảnh đau khổ ấy, làm sao Ngài còn bình tĩnh mà tu tập được?”*. Ngài trả lời: *“Tôi nhờ bậc Đạo sư nhắc nhở và an ủi, khi tôi thấy rõ sự đau khổ là nhân quả kiếp trước tái sanh của tôi và tánh nhân duyên sanh của sự vật và sự nguy hiểm của sự đau khổ trước kia nhiều hơn hiện tại. Vì thế tôi không còn dao động, tôi phát triển Thiền quán Vô lậu và chứng được kết quả. Sau khi chứng quả, tôi có làm bài kệ”*.

Ở đây, cái chỗ này thì quý thầy phải hiểu, ông thấy rõ, khi mà được đức Phật nhắc ông thì ông thấy rõ cái nhân quả cái kiếp trước ông, ông đã tạo cho người ta khổ còn gấp mấy lần trong hiện tại ông đã chịu khổ. Ông ấy đã thấy được cái điều đó, cho nên ông nhận kiếp trước mình đã làm cho người ta khổ biết bao nhiêu, thì bây giờ cái chuyện hiện tại ông, cái khổ mà hiện bây giờ bị hành hạ như vậy nó không có khổ nhiều đâu. Vì thế mà tâm ông không còn dao động nữa, ông đã hiểu được như vậy, tức là đã hiểu được cái nhân quả chứ gì, cho nên tâm

ông không sợ hãi, không dao động nữa, từ đó mà ông yên tâm, ông phát triển. Đang bị cột trói như vậy mà ông vẫn an nhiên mà phát triển cái con đường thiền quán của ông, cuối cùng ông thành quả. Cho nên ông viết cái bài kệ để cho chúng ta rút tĩa những kinh nghiệm mà tu tập.

“Không có gì có mặt

Lại thường còn mãi mãi

Không có các hành gì

Lại thường hằng, thường trú

Các uẩn được khởi lên”

Đó là cái pháp hướng, cái đề mục của ông mà ông đã đặt thành một cái niệm tu cái Định vô lậu mà qua cái bài kệ này ông lấy ra.

“Đến đời khác diệt vong

Biết được nguy hiểm này

Tôi chấm dứt sanh hữu

Từ bỏ tất cả dục

Tôi chứng lậu hoặc tận”

Nghĩa là ở đây Thầy giải thích từng câu kệ cho quý thầy thấy rõ. Khi mà quán vô thường mà đặt cái niệm khổ, niệm thọ khổ này, ông thấy lúc có đau, lúc không đau, cho

nên ông thấy “*không có gì có mặt*”. Nghĩa là trong thế gian này không có một cái gì mà có mặt hết. “*Lại thường còn mãi mãi*”, nghĩa là vật này có thì nó không có kéo dài được trường tồn, cũng như bây giờ chúng ta có, chưa chắc đã là nó mãi mãi được, nó sẽ bị hoại diệt đi. Đó là cái sức quán của ông, thấy nó vô thường như vậy đó. “*Không có các hành gì*” tức là cái hành động nào, “*Lại thường hằng, thường trú*”, nghĩa là không có hành động nào mà nó thường hoại được, mà không có cái pháp gì mà trong thế gian này mà thường trú được, nó luôn luôn nó thay đổi và hoại diệt. Đó là ông thấy các pháp vô thường đó!

“*Các uẩn được sanh khởi*”, tức là năm cái uẩn của chúng ta nó sanh khởi thì nó lên nó thành cái thân, mà nó không có sanh khởi thì nó hoại diệt, thì nó đâu có cái thân. “*Đến đời khác diệt vong*”, nghĩa bây giờ hiện đời này thì nó hợp nhau nó sanh khởi thì nó có mình, mà đến đời khác thì nó mất đi. Cho nên đến đời khác thì nó diệt vong mất, nó đâu còn nữa. “*Biết được nguy hiểm này*”, nghĩa là thấy sự sanh khởi, sự vô thường, sự vô ngã của nó, sự thọ khổ của nó như vậy thì biết nó là cái sự nguy hiểm, rất là nguy hiểm. “*Tôi chấm dứt sanh hữu*”, sanh hữu là cái gì các thầy biết không? Sanh hữu tức là những cái dây mà trói buộc như nhà cửa,

của cải, tài sản, anh em, cha mẹ ruột thịt, dòng họ, tất cả những vật nhỏ, vật lớn, đó gọi là sanh hữu. Cho nên, ông nghĩ rồi bắt đầu ông buông hết, không có còn gì trong tôi nữa hết, nghĩa là tôi phải buông sạch, thì buông sạch như vậy là còn ba y, một bát chứ gì? Từ lâu tới giờ ông đi theo, ông thọ theo làm Sa Di, theo hầu với ông Xá Lợi Phất nhưng ông có hết sanh hữu không? Còn sanh hữu chứ, chứ chưa phải hết. Cho nên, tới bây giờ ông mới quán được cái sanh hữu, ông mới diệt sạch nó, dứt sạch nó.

“*Từ bỏ tất cả dục*”, tất cả lòng ham muốn ông cũng đều bỏ hết xuống, không có ham muốn nữa. Mà dứt bỏ sanh hữu tức là dứt bỏ dục, bởi vì không có vật để mà dục nữa thì sao mà có dục? Cho nên ông không còn vật gì để mà ham muốn nữa. “*Tôi chứng lậu hoặc tận*”, nghĩa là lậu hoặc ông quét sạch rồi, không còn nữa, cho nên Định Vô lậu ông đã thành tựu, từ đó nó thực hiện được Tam minh, tức là có cái Trí tuệ, cái Giới tuệ của ông hẳn hoi.

Đó thì đó là một vị mà đã có thần thông, đã bị cột trói rồi từ cái chỗ mà chúng đạt thì Ngài thực hiện cái Tuệ, cái Giới tuệ vô lậu của Ngài mà Ngài thực hiện được thì Ngài biến ra một con người đứng ở trên hư không, rồi từ đó người ta hoảng sợ, người ta quá là sợ hãi rồi, không còn ai mà có thể

hành hạ ông ta được nữa hết, và cuối cùng thì ông không trả thù người nào hết hoàn toàn, người nào đối xử với ông như thế nào ông cũng không có thù nhưng ông chỉ nghĩ rằng mình được giải thoát mà thôi.

Đó hôm nay chúng ta thấy những cái đó là những cái mà chúng ta bước sang qua một cái điều kiện mà chúng ta học về cái Giới tuệ, thì cái Giới tuệ là cái vấn đề mà chúng ta phải có Thiền định. Bởi vì nếu mà không có Thiền định, làm sao mà chúng ta có cái này được? Nếu không có Thiền định thì làm sao chúng ta có được? Có Thiền định là như thế nào? Chúng ta bảo các hành phải ngưng, thì bây giờ trong thân chúng ta các hành ngưng tức là thân định, mà tâm chúng ta nó diệt tằm tứ thì nó là định rồi. Cho nên lúc bây giờ tâm nó định ở trên thân, mà thân bây giờ định ở trên tâm, cho nên Phật nói khi mà thân định trên tâm mà tâm định trên thân thì chúng ta câu hữu Tứ như ý túc, là Dục như ý túc, chúng ta muốn như thế nào là nó sẽ theo như thế này. Mà bây giờ cái hơi thở, các hành trong thân của chúng ta mà chúng ta bảo nó ngưng, thì nó ngưng được thì cái lực mà của tinh thần của chúng ta trong cái pháp hướng nó vi diệu đến mức độ nào nó mới ngưng chứ? Còn bây giờ chúng ta tập thở rồi chúng ta ngưng thở, thì cái điều đó không phải là chúng ta dùng cái lực của tinh

thần mà chúng ta dùng cơ để nín thở. Dùng cơ nín thở thì chắc chắn là không đạt được kết quả mà phải dùng pháp hướng mới kết quả.

Cho nên Thầy thường nhắc quý thầy, người ta chỉ dùng cái pháp hướng mà người ta tu Định Vô lậu để người ta quét sạch được cái lậu hoặc của người ta thì cái pháp hướng đó nó trở thành hiệu quả mà người ta điều khiển được cái thân nó ngưng hoạt động, chứ không phải là chúng ta ngay đây mà chúng ta tập thở chậm hoặc là thở như thế nào chúng ta cũng có vận dụng cái sự thật chậm của nó thật, nhưng không phải quá sức của nó, quá sức của nó sẽ rối loạn cơ thể và làm chúng ta sẽ trở thành bệnh. Cho nên chúng ta phải hiểu được, còn cái lực mà tinh thần của chúng ta điều khiển nó rất là vi tế, nó ra lệnh, tuân tị nó sẽ chậm, nhẹ dần theo nó mà nó sẽ không bị rối loạn, nó thay đổi toàn bộ cơ thể chúng ta, đến khi nó dừng mà chúng ta không chết.

Quý thầy phải hiểu con đường tu tập theo đạo Phật là như vậy nó mới đúng cách. **Cho nên ở đây chúng ta cần làm sao ly dục, ly bất thiện pháp mà thôi**, mà ly được rồi thì chừng cái điều khiển này nó không phải khó khăn, bởi vì trong cái thời gian mà ly dục, ly bất thiện pháp đó chúng ta phải tu tập Định vô lậu và Chánh niệm tỉnh thức

định cho cái sức tỉnh của chúng ta rất cao độ, để chúng ta phóng ra những cái tri kiến, làm cho cái sự quán xét của tất cả lậu hoặc chúng ta đều bắt được nó, cho nên chúng ta phải quét cho ra khỏi tâm. Mà quét ra khỏi tâm thì tâm chúng ta tịnh rồi, tức là cái pháp mà chúng ta đã dùng pháp hướng để quét tất cả lậu hoặc, nó trở thành một cái tinh thần, cái lực của tinh thần, cho nên gọi là lực định, hay hoặc là cái Định lực.

Trong đạo Phật nó có năm cái lực (Ngũ lực đó) thì: **Tín lực, Tấn lực, Niệm lực, Định lực và Huệ lực**. Năm cái lực này chúng ta thấy rất rõ ràng nếu mà chúng ta tu tập đúng thì chúng ta có năm cái lực đó. Mà năm cái lực đó thì cái Niệm lực là nơi mà chúng ta tu cái Định vô lậu là nó đã có Niệm lực, mà cái Niệm lực đó thì đó là cái lực tinh thần của chúng ta, nó là cái pháp hướng, cho nên chúng ta ra lệnh thì ngay đó các hành trong thân của chúng ta ngưng, tức là cái Định lực. Do cái Định lực nó đã điều động được cái thân định - rồi thì lúc bấy giờ chúng ta mới dùng cái Huệ lực của chúng ta, do vì vậy mà cái Tam minh, cái Lậu tận minh nó mới thể hiện, nó mới thấy đây là khổ thật, đây là nguyên nhân của khổ, đây là con đường diệt khổ, đây là cảnh giới Niết Bàn.

Đó, nó mới thấy thật, mới chứng được cái lý Khổ - Tập - Diệt - Đạo. Còn bây giờ

chúng ta hiểu là cái ngộ chứ chưa phải là cái chứng lý. Chờ khi nào mà cái Lậu tận minh nó hiện ra thì cái Trí tuệ của cái Giới tuệ này nó hiện ra thì lúc bấy giờ chúng ta mới thấy nó mới chứng được cái lý Khổ - Tập - Diệt - Đạo, nó mới rõ ràng hơn.

Đó thì trên cái bước đường tu tập, thì quý thầy phải thấy, hiểu được những cái sự tu tập của chúng ta nó như thế nào mà đúng, như thế nào sai. Qua cái bài giảng của Thầy rồi thì quý thầy biết, quý thầy tu. Từ lâu tới giờ quý thầy tu sai hay đúng quý thầy biết liền. Còn ngay bây giờ quý thầy mà đi vào từ cái Chánh niệm Tỉnh thức, rồi bắt đầu từ cái Định Vô lậu mà quý thầy tu tập cho đến khi mà quý thầy thấy ly được dục, ly được ác pháp rồi thì quý thầy lấy những cái pháp hướng mà quý thầy đã từng tập luyện đó nó có cái hiệu quả đó, thì ngay đó bây giờ quý thầy chỉ thay đổi, thay đổi Trạch pháp cái câu ra, cái câu này bây giờ phải sử dụng cho nó như thế nào, sử dụng cho nó muốn nhập Nhị thiên thì mình chỉ ra lệnh rằng : *“Tâm tứ phải tịnh chỉ, phải ngưng, không có được hoạt động nữa”*. Thì ngay đó chúng ta chỉ dùng cái pháp hướng đó, nhắc một lần, hai lần thì ngay đó là Tâm, Tứ chúng ta diệt liền chứ khỏi cần phải mà ức chế nó đâu. Các thầy thấy rất rõ, bây giờ chúng ta muốn sáu cái loại tướng hay mười tám cái

loại tướng mà để cho nó ly ra thì chúng ta chỉ cần ra lệnh “*Mười tám cái loại tướng phải ra khỏi*”, tức là ly hủy, trừ xả đó, thì ngay đó là mười tám cái loại tướng nó sẽ ra khỏi tâm chúng ta liền tức khắc, từ đó chúng ta sẽ nhập vào Tam thiên, đâu phải là cái khó? Đâu phải còn ma chướng nữa?

Còn chúng ta chưa có cái hiệu quả của cái pháp hưởng tức là lực của tinh thần chúng ta chưa có mà chúng ta thực hiện thì chúng ta không bao giờ mà đạt kết quả được hết. Chúng ta phải có một cái sức lực của tinh thần của chúng ta, mà lực tinh thần tức là Niệm lực chứ cái gì? Cái Niệm lực là cái Pháp hưởng, câu pháp hưởng đó nó trở thành cái Niệm. Nếu mà không có cái câu đó, làm sao gọi là niệm? Chẳng hạn bây giờ chúng ta bảo *Tâm - Tứ phải diệt* mà không có cái tên Tâm - Tứ thì làm sao gọi là cái niệm? Quý thầy phải hiểu một cái đoạn văn, một cái câu nào đó nó là cái niệm. Mà cái niệm đó để chúng ta ra lệnh, truyền lệnh cho cái hành động của cái đối tượng đó nó phải ngưng, phải dừng, cho nên gọi là cái niệm. Vì vậy mà gọi là Niệm lực. Mà Niệm lực thì quý thầy phải biết nó là Tứ niệm xứ, mà Tứ niệm xứ thì nó ở đâu? Thân, thọ, tâm, pháp của chúng ta ở trong thân của chúng ta chứ đâu? Đâu phải ngoài thân? Cho nên chúng ta ra lệnh trong thân chúng ta để mà làm

chủ. Vì vậy mà học tới Tứ niệm xứ Thầy sẽ giảng cái này rất rõ để cho quý thầy biết để mà sử dụng ở trong Tứ niệm xứ. Nếu mà chúng ta chưa tu Tứ niệm xứ mà vội tu bốn Thiền thì cái chuyện đó hoài công.

Bởi vì Niệm rồi mới tới Định chứ? Chứ đâu lý nào mà Định đi trước Niệm được? Đó thì quý thầy phải biết, chứ không có thể nào mà chưa có Định mà có được cái Trí tuệ Tam minh thì làm sao có, làm sao có Trí tuệ mà thần thông được? Đâu có thể nào có Trí tuệ đó được? Cho nên phải tuần tự mà chúng ta tu tập từng cái bước của mỗi bước đi trên con đường của đạo Phật, xây dựng cho chúng ta từng chút để cho chúng ta không lạc lối.

CHUYỆN NGÀI GANGÀTIRIYA

Bây giờ tới một cái Ngài nữa, Ngài Gangàtiriya, Ngài này thường cái tên quá dài là tại vì cái tên này để mà dịch nghĩa ra là, trước kia thì Ngài không có cái tên, nhưng mà thường Ngài ở bên bờ sông Hằng, Ngài cất cái chòi ở trên đó, mà Ngài theo Phật xuất gia và Ngài ở trên cái bờ sông đó Ngài tu cho nên người ta gọi cái tên đó là cái người sống ở trên bờ sông Hằng. Cái tên của Ngài đó là “*Người sống ở trên bờ sông Hằng*”, chúng ta dịch ra Việt ngữ là như vậy đó! Còn gọi chung cái tên của Ngài là như vậy! Ngài xuất

gia theo Phật tu hành, Ngài chọn đời sống khổ hạnh, ở trên bờ sông Hằng nên người ta gọi Ngài là “*Người sống trên bờ sông Hằng*”. Ngài làm một cái chòi để ở, Ngài nguyện không nói với một ai. Nghĩa là Ngài nguyện suốt cái thời gian tu hành, Ngài ở trên cái bờ sông Hằng đó, không có bao giờ nói với ai một lời nào hết. Suốt một năm, Ngài không thốt ra một lời nói nào. Trong năm thứ hai có một người nữ nhân trong làng thường mang thực phẩm đến cúng dường cho Ngài, muốn biết Ngài có phải là người câm hay không. Bởi vì suốt thời gian cả năm trời, mà không thấy ông này ổng nói một lời nói nào hết, cứ đem sốt bát rồi đi về chứ ông cũng không hỏi gì hết, không có nói chuyện gì hết, mà cũng không xin thêm cái gì hết, cứ cho cái gì thì ăn nấy chứ không hỏi gì hết. Cho nên cái cô này cô ấy không biết ông này ổng câm hay sao mà không nói tiếng nói nào hết, không thấy không nói nào hết, cho nên muốn thử ông ta coi thử coi có nói hay không. Thì đến năm thứ hai, cô mới đem đồ ăn uống đến cúng dường, khi đổ sữa cúng dường, cô làm đổ sữa ra ngoài.

Nghĩa là thay vì cô đổ vào trong bát cho ông ta thì cô lại làm cho nó đổ ra ngoài đi. Thì do đó, Ngài mới nói “*Thôi, vừa rồi bà chị*”, nghĩa là đổ ra ngoài khiến tràn bát ông, ổng thấy kỳ quá rồi cho nên buộc lòng ông

phải nói tiếng nói “*Thôi đủ rồi bà chị, đừng đổ nữa!*”. Đó, như vậy là bà này biết ông này nói chứ không phải là câm. Các con thấy bà này cũng khéo đẩy chứ? Để dò biết mà khiến ông ấy nói “*Đổ vừa thôi chứ đổ gì đổ dữ đổ tràn ra mà cứ đổ hoài*”. Nhưng đến năm thứ ba thì ông chứng quả A La Hán, nghĩa là khi mà bà ta biết ông nói được rồi thì bà ta cứ đem cơm đến cúng dường cho ông, rồi ông chẳng nói nữa. Suốt năm thứ ba thì ông đã chứng quả A La Hán. Ngài có làm bài kệ tán thán hạnh cũ của mình. Đó, thì các thầy nói là Thầy dạy độc cư mà các thầy mà giữ gìn đúng như vậy để chờ người ta thử như vậy. Bởi thấy nó kỳ lạ quá thì mới thốt ra nói thôi chứ còn cái chuyện mà không kỳ lạ chắc ông này không cạy miệng ông được đâu! Cho nên ông ấy lập hạnh cũng dữ tợn lắm đó!

“Trên bờ sông Hằng

Dùng ba lá thốt nốt

Chỉ dùng có ba lá thốt nốt thôi chứ ông ấy cũng không có dùng cái gì hết.

Ta dựng lên cho ta

Một chồi lá nho nhỏ

Bát ta là cái ghè

Dùng cúng sữa người chết

Nghĩa là ông lấy cái bát không phải cái bát như chúng mình đâu, mà là cái ghè người ta để ngoài gò mả để khi mà người ta tảo mộ đó, người ta đổ sữa vô đó để cúng người chết. Ông lấy cái đó ông làm cái bát ông ăn cơm. Các con thấy ghè gốm không? Mình thì chắc không dám đâu!

Bát ta là cái ghè

Dùng cúng sữa người chết

Còn y áo của ta

Lượm chắp từ đồng rác

Suốt hai năm sống vậy

Ta chỉ nói một chữ

Nghĩa là chỉ có nói một lời với cô ta đó thôi chứ còn không có nói với ai nữa hết.

Trong khoảng năm thứ ba

Khởi si ám tan tành”

Nghĩa là tất cả vô minh đã tiêu sạch hết rồi.

Đó, thì qua cái bài kệ này chúng ta thấy những bậc trong thời đức Phật có những bậc thiệt là vĩ đại thiệt chứ không phải thường đâu! Thậm chí là cam đến nỗi người ta tưởng là ông này cam thiệt, không có nói nên người ta mới thử đó, còn chúng ta chưa có gì hết, chúng ta lia lịa hết, không có còn giữ được

cái chuyện gì nữa.

Qua cái hạnh này Thầy mới ghi chép lại cho chúng ta biết rằng những cái sự tu tập của chúng ta nó phải theo những cái gương hạnh. Bởi vì mình quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng mà? Mình phải quy y cho đúng các bậc Thánh Tăng chứ? Chứ không lẽ mình quy y nó không đúng các bậc Thánh Tăng thì mình nương với ai đây? Cho nên mình phải nương các bậc này, vì những bậc này chúng ta thấy tuyệt diệu, quá là tuyệt!

Bây giờ về bên phái nữ thì Thầy cũng khai triển luôn về cái phần nữ để chúng ta có những cái gương hạnh của người nữ, vì chúng ta ở đây, Tu viện chúng ta ở đây cũng có phái nữ, cho nên Thầy cũng khai triển thêm một vài vị tăng, một vài vị ni, Thánh ni.

CÂU CHUYỆN BÀ SHIHA

Bà được cha mẹ cho xuất gia tu hành theo Phật. Bà tu tập thiền quán nhưng không thể chặn đứng tâm tư chạy theo ngoại vật khả ý. Nghĩa là bà tuy tu vậy nhưng lòng bà cứ luôn luôn chạy theo sự ham muốn ở bên ngoài chứ không có nhiếp tâm được.

Bảy năm bị dày vò, nghĩa là bà tu tập bảy năm như vậy mà cái tâm ham muốn, cái tâm mà còn dính mắc cái này, cái kia của thế gian, còn thương mẹ, thương cha hoặc

cái này kia nó vẫn còn hoài, nó không hết mà suốt bảy năm như vậy, làm sao thoát khỏi nếp sống ỨC NHIỆM này? Bà nói cái ỨC NHIỆM tức nó là cái thương, cái ghét, cái này, cái kia, cái nọ, ham muốn cái này cái kia, làm sao mà thoát ra được? Mà ông Phật, ông dạy mình mà tu hoài cũng không được! Nó không xả ra được, nó cứ dính hoài à! Cho nên bảy năm trời bà rất đau khổ! Ta hãy chết là tốt, bà nghĩ rằng mình đi tu như vậy mà cái tâm nó như vậy mà dẹp nó không được thì thôi chết cho rồi đi, để làm gì?

Bà cột một cái dây thòng lọng ở trên nhánh cây, đứt cái cổ vào cái dây thòng lọng để thất cổ chết cho rồi. Trong những giờ phút cuối cùng bà cố gắng triển khai thiền quán. Tức là bà đứt cái cổ bà vô trong cái dây thòng lọng nhưng mà bà chưa có dám đạp cái ghế, sợ đạp nó siết họng chết đi. Cho nên lúc bấy giờ bà lúc đó bà chờ nếu mà quán mà nó không trôi được rồi, nó không xa được rồi thì bà đạp cái ghế một cái cho nó siết cái họng bà cho chết cho rồi chứ đừng có để cho nó dính dính ở trong đó nữa. Đó! các thầy thấy cái gương hạnh của người xưa kinh không? Người ta tu mà người ta thấy cái tâm nó không có dẹp được, người ta chỉ còn tìm cái chết. Mà giờ trước khi giờ chết người ta còn đem cái pháp ra để người ta tu hành coi xem cái giờ phút cuối cùng này nó

ra hay không, hay nó còn dính nữa? Dính nữa thì ta đập cái ghế cho mày đứt luôn! Đó, các con thấy cái sự tu hành của cái người xưa sao mà tuyệt quá! Họ không coi cái thân họ ra gì hết mà chỉ coi cái sự giải thoát là hơn hết!

Bà cố gắng triển khai thiền quán, trí tuệ viên mãn, nội tâm thiền quán tràn đầy, bà chứng được quả A La Hán, mở thông lộng tức là cái dây cột cổ bà đó, bà trở về Tịnh xá. Nghĩa là bà chứng rồi đó, bà trở về Tịnh xá. Chỉ có đứt cái cổ vô đó mà bà đã tu chứng, xa lìa được cái tâm thế gian tức là ly dục, ly bất thiện pháp đó. Những cái gương hạnh thiết là tuyệt vời! Bà sung sướng, phấn khởi nói lên bài kệ:

“Không như lý tác ý

Bị dục tham ám ảnh

Nghĩa là luôn luôn lúc nào bà cũng tu tập theo lời Phật dạy mà bà không có cái Như lý tác ý ra, tức là Ám thị đó! Các thầy thấy bà sơ xuất ở chỗ Ám thị này! Ở trong này bà nói *“Không như lý tác ý”*, cho nên *“Bị dục tham ám ảnh”*, cái lòng ham muốn cái này, cái kia nó ám ảnh bà hoài mà không dứt được là do bà không có Như lý tác ý, tức là bà không dùng Pháp hướng. Còn chúng ta bây giờ hằng ngày tâm chúng ta khởi ham muốn cái gì hoặc là khởi có cái gì thì chúng

ta dùng Pháp hướng chúng ta đánh bạt nó đi. Thì như vậy là chúng ta Như lý tác ý chứ gì? Còn cái này không, bà không có dùng theo cái lời Phật dạy cho nên bà nói:

Không như lý tác ý

Bị tham dục ám ảnh

(nó cứ ám ảnh bà hoài à!)

Ta trước bị dao động

Không chế ngự được tâm

Bị phiền não chi phối

Lạc tướng ngự trị ta

Tâm ta không thẳng bằng

Bị tham tâm chi phối

Bảy năm sống ốm yếu

Da vàng, dung sắc xấu

Đêm ngày không an lạc

Ta sống chịu khổ đau

Do vậy ta lấy dây

Đi vào giữa khu rừng

Tốt hơn ta treo cổ

Còn hơn sống hạ liệt

Nghĩa là bà thấy cái tâm mà nó còn thương, còn ghét, còn ham, còn muốn này

kia là cuộc sống hạ liệt, đâu phải là cuộc sống mà cao thượng đâu? Cho nên bà biết như vậy mà sao lại ly không được? Do cái chỗ bà không dùng pháp hướng, cho nên khi mà chứng rồi bà mới thấy, cái chính là do không Như lý tác ý, Như lý tác nó nó mới chính là cái chỗ để đẹp, còn bà không có dùng cái đó, cho nên bây giờ bà mới vô đầu bà nói "*Không như lý tác ý*" cho nên tâm bà bị tham dục, bà nhắc cho chúng ta thấy cái chỗ đó.

Bởi vì qua cái bài kệ này Thầy thấy qua những cái kinh nghiệm mà người ta nêu một người có tu, người ta nghe cái câu đó người ta biết rằng cái bà này thiếu Như lý tác ý tức là pháp ám thị, cho nên bà mới khổ sở bảy năm trời như vậy, cho nên đến chừng mà đút thòng lọng vô trong cổ đến gần chết rồi bà cứ nhắc đi nhắc lại, bà tác ý lia lịa, đến chừng đó bà xả được cái tâm của bà liền. Bà thấy đúng là pháp Như lý tác ý là cái pháp tuyệt diệu nhất chứ không có gì hơn. Đó thì, hôm nay lấy cái bài kệ này thì các thầy đã biết cái pháp nào mà các thầy tu rồi chứ gì? ***Cái gì mà tâm của quý vị nó khuấy động thì quý vị phải biết nó động tâm vì cái gì chứ gì, mà nó động tâm gì thì ngay ngay ngồi dậy thẳng lưng liền để mà đặt cái niệm đó trước mặt mà lấy cái pháp Như lý tác ý đó mà tát tai cho***

nó vắng ra đi, đừng có để nó ôm ở trong bụng của quý vị thì quý vị sẽ thoát khỏi chứ gì? Cứ như vậy mà tu tập thì vô lậu nó sẽ đến với quý vị chứ có gì khác hơn?

“Còn hơn sống hạ liệt

Làm chắc dây thòng lọng

Ta cột ở cành cây

Quàng thòng lọng quanh cổ

Tâm ta liền giải thoát”

Mau không? Các thầy thấy xỏ cái đầu vào dây rồi bắt đầu ở đó mà quán, mới dùng Như lý tác ý ra, tất cả đều khổ, bây giờ có đứt cổ thì chết cũng là khổ, có nghẹt họng cũng chết cũng là khổ, cho nên vì vậy mà bà quán riết trôi ra hết tất cả, từ đó giải thoát.

Đó thì, những cái gương hạnh của người tu nó gần gũi với chúng ta quá chừng, mà gần cái pháp mà Thầy dạy cho các thầy quá đỗi. Mà cái người ta không có tu tập mà người ta không có khai triển được cái gương hạnh này ra? Những cái bài kệ bà ta viết rõ ràng, bà ghi lại ở trong kinh rõ ràng như vậy, thế mà không có ai khai triển nổi ra những cái pháp tu hành này! Còn bây giờ, vì cái sự kinh nghiệm tu tập, qua cái pháp hướng mà Thầy biết đó là Âm thị chứ gì? Như lý tác ý chứ gì? Do đó Thầy khai triển ra thì đầu đầu nó cũng giống nhau như là in rập khuôn

hết. Cho nên các vị đều là những bậc Thánh tăng, những bậc Thánh ni thời xưa, cũng đều là có những cái tu tập giống như mình không khác, mà người ta đạt được cái kết quả là do cái pháp hướng chứ không phải gì. Bởi vì chúng ta tu tập sai thì nó làm sao mà nó đúng được?

CÂU CHUYỆN BÀ PATACARA

Bây giờ Thầy nhắc đến bà Patacara, bà Patacara này là người ta còn dịch cái tên theo cái âm của người Hoa đó thì bà có gọi là cái tên là Hoa Ni Sắc Tỳ Kheo, mà cái tên này thường thường chúng ta hay nghe bà Hoa Ni Sắc Tỳ Kheo. Ở đây, cái câu chuyện của bà thì dài dòng lắm, nó không có ngắn, nhưng mà ở đây thì Thầy tóm lược lại để cho chúng ta biết để mà qua những bài kệ của bà để mà chúng ta lấy kinh nghiệm mà tu tập thôi. Khi bà đến với đức Phật với một tâm trạng đau buồn nhất, hai đứa con đã chết, chồng cũng chết, cha mẹ và đứa em trai cũng chết. Nghĩa là đồng thời trong một cái ngày hôm đó là cả một cái gia đình chết tan nát, chỉ còn một mình bà sống thôi. Đức Thế Tôn dùng kệ khuyên bà:

“Nước bốn biển ít hơn

Nước mắt của loài người”

Đức Phật nói nước bốn biển nó còn ít hơn nước mắt loài người.

“Khóc than vì đau khổ

Vậy sao người hủy hoại”

Nghĩa là bà đang ở trong cảnh đau khổ, hai đứa con chết, chồng chết, rồi cha mẹ, rồi đứa em trai cũng chết, làm sao bà không khổ? Vì vậy mà đức Phật có cái bài kệ để khuyên bà, thì đức Phật ví như nước bốn biển ít hơn nước mắt của bà trong lúc này nữa, nhưng đức Phật có cái ý trách bà sao bà lại quá ngu si vậy, khóc than để mà mình tự giết hại mình, hủy hoại cái sinh mạng của mình sao? Nghe kệ xong, bà nguôi được cơn đau buồn. Bậc Đạo sư lại dạy tiếp :

“Các con, cha, bà con

Không phải chỗ nương tựa

Khi thân hoại, mạng chung

Bà con, huyết thống người

Không thể che chở người

Thấy được sự thật này

Kẻ trí sống giới đức

Và mau chóng thành tựu

Con đường hướng Niết Bàn”

Đó, đức Phật nói là dù mình có thương, có gì đi nữa mà khi thân hoại, mạng chung hoặc mình đau bệnh, mình già chết thì chắc

chấn là bà con huyết thống của mình, những người thân, cha mẹ của mình không thay thế mình được cái điều đó đâu! Cho nên cái người trí biết thì phải sống với giới đức, giới hạnh, còn cái người không biết thì không sống với giới đức, giới hạnh thì không có thể nào mà hưởng tới con đường mà Niết Bàn được.

*“Và mau chóng thành tựu
Con đường hướng Niết Bàn”
Đức Đạo sư lại dạy tiếp:
“Người sống một trăm năm
Không thấy pháp sinh diệt
Tốt hơn sống một ngày
Thấy được pháp sanh diệt”*

Nghĩa là Ngài khuyên như vậy để rồi Ngài cho một cái đề mục. Ngài khuyên cho bà này và an ủi được bà rồi, bà hiểu được rồi là lấy giới mà sống, khi mà sống được với Giới đức rồi thì cái người đó phải dùng cái Định vô lậu mà quán xét, quán xét cái sự vô thường, cái sự sanh - diệt của các pháp, cho nên cái bài kệ, bốn câu kệ này :

*“Người sống một trăm năm
Không thấy pháp sinh diệt
Tốt hơn sống một ngày*

Thấy được pháp sanh diệt”.

Chúng ta tuy là biết cái thân này nó vô thường, nó sanh - diệt liên tục ở trong này, mà chúng ta biết, hiểu như vậy mà chúng ta không sợ hãi, không có lo lắng tu hành mà cứ sống để cho nó sanh - diệt, sanh - diệt mãi.

Cho nên, coi như là sống dù một trăm tuổi mà không biết nó sinh - diệt, như bây giờ chúng ta là những người chưa biết sinh - diệt, cho nên chúng ta chưa dám ly gia đình, chưa dám bỏ của cải, chưa dám bỏ tài sản. Đó là chúng ta chưa biết pháp sinh diệt, bởi vì tất cả các pháp sinh - diệt nó đều thay đổi liên tục. Bữa nay nó là của mình, ngày mai nó là của người ta chứ còn là của mình nữa sao? Thế mà mình cứ chấp là của mình, mình cứ ôm giữ nó hoài. Cũng như bữa nay là vợ mình, ngày mai biết là vợ ai đây? Cho nên vì vậy mà mình cứ ôm nó là vợ mình không à, mà không ngờ rằng ngày mai mình chết, ngày một nó đi lấy thằng khác mất rồi! Mình đâu có biết được chuyện đó, vì nó là pháp sinh - diệt mà? Nó đâu có phải là thường còn được? Cho nên có ông Trang Tử ông ấy vỗ bụng ca đó, khi mà vợ ông chết ông đánh trống vỗ: **“Vợ chết trước là vợ ông, vợ chết sau là vợ người ta”**.

Rõ ràng là cái lời của ông Trang Tử nói

rất đúng về pháp sinh - diệt, cho nên nó đâu có thường hằng được? Mình nghĩ là mình chết chắc vợ mình nó ở vậy nó nuôi con thôi chứ, nhưng mà sự thật ra ba bữa sau nó chờ cho mình chôn xuống mồ rồi, ba bữa sau nó đi theo thằng khác rồi. Cái điều đó là mình không ngờ được cái sự sinh - diệt đó, thế mà mình cứ ôm ấp cho mọi cái là của mình hết. Tiền của bữa nay do mồ hôi, nước mắt mình làm ra, chưa chắc gì mình đã thọ hưởng hết được, tối mình làm ra rồi mình đem cất trong tủ, tối thằng trộm nó vô nó lấy hay hoặc ăn cướp nó vô nó cạy họng, nó đánh mình u đầu, đổ máu rồi lấy ra cũng sạch. Đó là pháp sinh - diệt, nó càng đem cái sự khổ đến cho mình, cho nên ở đây đức Phật nói:

“Tốt hơn sống một ngày

Mà thấy pháp sinh diệt”.

Thấy được pháp sinh - diệt thì người ta vứt bỏ hết chứ người ta đâu có thêm nữa? Nó là rắn độc mà, nó là thú dữ mà, tại sao mình cứ huân vô để mình lấy khổ? Nó không giải thoát được! Cho nên ở đây, khi một người mà đã hiểu được Phật pháp rồi người ta rất sợ các pháp sinh diệt! Mà các pháp sinh diệt là gì? Là xung quanh chúng ta toàn là các pháp, nó luôn luôn sinh - diệt! Cho nên chúng ta phải ra khỏi, ra khỏi cho mau chứ

không phải là còn một phút giây nào là đau khổ, cũng như là bây giờ Thầy còn cái thân này nè tức là Thầy còn đau khổ chứ? Bữa nay nó không đau nhưng ngày mai nó đau.

Suốt cái thời gian mà Thầy giảng cho quý thầy, quý thầy thấy Thầy cũng mệt nhọc, cũng khổ sở, cũng đủ thứ hết, cũng nhức đầu, cũng mệt cái này, cũng mệt cái kia chứ đâu phải, đó là cái pháp sinh - diệt mà làm sao mà bảo nó đừng làm cái chuyện đó được? Cho nên bỏ nó là chúng ta khỏe, vì vậy mà bỏ nó tức là Thầy được giải thoát hoàn toàn, cho nên đâu có thiết gì cái thân này mà phải trường thọ làm gì?

Khi nghe kệ xong, bà đặt cái pháp trạch pháp đó, bà lấy các pháp vô thường sinh diệt, bà đặt thành một cái pháp hướng, cho nên từ đó bà quán cái pháp hướng đó mà bà tu tập cái Định vô lậu, bà chứng được quả A La Hán liền tức khắc. Các thầy thấy chưa, nội cái ông Phật, ông cho bốn cái câu kệ này là bà ấy đã biết được đó là cái pháp hướng của bà rồi. Còn chúng ta nghe cái câu kệ này chứ chưa biết đâu, phải không? Nhưng mà Thầy giải thích ra thì quý thầy biết đây là một cái pháp hướng trạch ra cái câu này, tức là ông Phật ông ấy biết không có thể nào mà không dạy cho cái bà Hoa Ni Sắc Tỳ Kheo này mà hiểu được cái pháp hướng này thì chắc là không hết cái lậu hoặc của bà ta đâu! Cho

nên ông Phật tiếp thêm cho bà cái câu trạch pháp ra, cái câu pháp hướng.

*“Người sống một trăm tuổi
Không thấy pháp sinh diệt
Tốt hơn sống một ngày
Thấy được pháp sanh diệt”.*

Do đó bà đặt cái câu này ra bà làm cái trạch pháp của bà, thì hằng ngày bà dùng cái đó mà quét sạch cái tâm vô lậu của bà, cho nên bà chứng quả A La Hán. Sau khi bà chứng quả A La Hán rồi thì bà cũng có làm một cái bài kệ nói lên cái chỗ tu tập của mình:

*”Với cày, cày ruộng đất
Gieo hạt giống trên đất
Loài người được tài sản
Nuôi dưỡng vợ và con
Sao ta giới đầy đủ
Làm theo Đạo sư dạy
Lại không chứng Niết Bàn?
Không sợ, không dao động
Khi ta đang rửa chân
Làm cho dòng nước chảy
Thấy được nước rửa chân*

Từ cao chảy xuống thấp

Nhờ vậy tâm ta được định

Như ngựa hiền khéo luyện”.

Đó, thì khi mà đức Phật khuyên bà để cho bà không có buồn khổ, rồi khuyên bà để bà thấy rằng các pháp thế gian không phải là chỗ nương tựa như cha mẹ, anh em, huyết thống gì đó, không phải là chỗ nương tựa, của cải, tài sản cũng không phải là chỗ nương tựa, nhưng mà bà cứ bà tu hoài mà sao bà thấy rằng giới luật của Phật giảng cho bà như vậy, bà giữ giới luật như vậy. Bởi vì trong cái bài kệ trước thì quý Thầy thấy có cái chỗ “*Kẻ trí sống giới đức*” đó, cho nên bà giữ gìn giới đức của Phật dạy, cái giới nào bà cũng giữ rất là nghiêm chỉnh, nhưng mà bà thấy sao mình lại không chứng Niết Bàn? *Làm theo lời Đạo sư dạy lại không chứng được Niết Bàn, mà tâm thì không sợ, không dao động, không có buồn lo nữa mà sao vẫn không chứng?*

Một hôm đó bà được đức Phật cho cái bài kệ tiếp bà cũng chưa hiểu nữa. Cho nên bây giờ hôm đó bà đang rửa chân, bà rửa chân, rồi bà thấy cái dòng nước mà nó chảy xuống, rồi thấy được nước rửa chân từ trên cao mà nó chảy xuống thấp, “*Nhờ vậy tâm ta định*”, nghĩa là trong lúc đó bà mới nhớ lại câu kệ này, tức là cái dòng nước nó chảy

hoài, chảy hoài thì bà nghĩ rằng nó chảy hoài tức là vô thường chứ gì? Đó, thì các pháp sinh - diệt đó nó không còn cái chỗ mà một mực nữa, cho nên từ đó mà bà mới ngộ được bốn cái câu ở bài kệ trên, do đó bà mới đặt nó thành một cái câu thiền quán vô lậu của bà để cho bà quét sạch những lậu hoặc. Nhờ cái thực hiện rửa chân rồi bà, bởi vì đức Phật nói mà bà chưa có hiểu, bà chưa có thấu đạt cái lý đó, từ cái chỗ bà rửa chân, bà thấy nước nó chảy xuống, chảy xuống mà nó không có chảy lại được, do đó bà mới thấy à cái dòng nước là cái dòng các pháp sinh - diệt, cho nên bà ngộ được rồi. Bà ngộ được rồi thì cái tâm bà nó được định tĩnh rồi, được định tĩnh rồi thì bà mới như thế nào để cho tiếp tục trên con đường tu hành của bà.

“Rồi ta cầm cây đèn

Bước vào ngôi Tịnh xá

Nằm trên chiếc giường nhỏ

Ta nhìn, quán ngọn đèn

Rồi ta lấy cây kim nhỏ

Dìm tim đèn xuống dần

Thấy cây đèn Niết Bàn

Tâm ta được giải thoát”.

Như vậy là như thế nào? Bây giờ cái

ngọn đèn nó như thế này, đang cháy ngọn lửa đó, bà lấy cái kim bà đè cái tim đèn cứ dần dần xuống thì ngọn lửa cứ nhỏ dần, nhỏ dần cho đến khi cái tim nó bị lún sâu quá và ngọn đèn nó tắt đi, thì bà thấy ngay đó là cái dòng sinh - diệt nó đã hết rồi. Các thầy thấy, đó là qua cái kinh nghiệm tu hành của người ta, quán xét từng chút để người ta thấy được cái tâm của người ta thay đổi từng chút từng chút ở trong cái sự quán xét của Định vô lậu nó như vậy. Còn mình ngồi quán quán gì thì mình cũng chẳng biết gì hết, còn người ta rất là vi tế ở trên cái sự tu tập của người ta để người ta quán xét được cái chỗ tu tập đó. Đó là những cái bài kệ qua những cái kinh nghiệm tu tập rất là vi tế khi mà chúng ta tu Định vô lậu. *Chúng ta phải xét từng chút, nếu chúng ta cứ đặt một cái câu rồi chúng ta quán thường nó thì không có nhằm nhò gì hết.*

Cho nên Thầy nói Thầy ngồi ở trên núi, ở trên cái Hòn Sơn đó, Thầy ngồi mà Thầy dùng những cái sự quan sát những loài chúng sanh, Thầy thấy như thế này, thế khác, nó làm cho tâm của Thầy nó mới có khởi lên cái lòng thương yêu đối với chúng sanh sâu sắc. Còn các thầy không chịu ngồi quan sát thì làm sao các thầy có lòng thương yêu đó được? Cho nên, ở đây chúng ta muốn vô lậu thì chúng ta phải quan sát tất cả

những sự kiện thay đổi, mà những sự kiện thay đổi đó nó làm cho chúng ta sâu ở trong cái chỗ pháp, cho nên chúng ta mới chứng được cái lý vô thường. Còn các thầy cứ nghe Thầy nói câu nào viết đó, rồi cứ nhai đi nhai lại cũng như nhai bã mía vậy thì thôi thôi nó có vô thường gì được? Các thầy hiểu điều đó không?

Cho nên Thầy mới thấy bà Hoa Ni Sắc Tỳ Kheo này thiệt là hay à! Cái bài kệ này thật là tuyệt diệu, nó ở trong cái hành động để mà phá vỡ cái lậu hoặc. Nếu mà không đem cái bài kệ này giảng cho quý thầy thì chắc chắn là quý thầy cũng nhai lại bã mía của Thầy thôi chứ không có gì khác hơn, nhai hoài mà lậu hoặc nó vẫn còn, cũng vẫn còn nhớ nhà nhớ cửa, cũng còn nhớ này kia mà nó không hết. Đó, đến đây là chúng ta đã qua những cái gương hạnh của Thánh Tăng và những bậc Thánh ni.

GIỚI HẠNH VÀ GIỚI ĐỨC

Tiếp tục trong cái phần giáo án hôm nay, để bổ túc thêm phần Giới hạnh và Giới đức, **quý thầy hãy lắng nghe cho kỹ** ở phần này để biết, mà giữ gìn và trau dồi thân, tâm đầy đủ Giới hạnh và Giới đức, để không còn vi phạm một lỗi làm nhỏ nhặt nữa, để tâm trọn vẹn lia xa lòng ham muốn và các ác pháp thế gian, để tâm sống trong cảnh giới

thanh thản, an lạc mà các bậc Thánh đang thọ hưởng, đang sống thâm lặng trong cảnh giới đó, cảnh giới của Giới hạnh và Giới đức đã viên mãn.

Bây giờ quý thầy hãy lắng nghe những câu hỏi và trả lời, những câu hỏi để truy tìm cái gốc tội lỗi, ngõ hầu để biết rõ dùng Giới hạnh và Giới đức đập tan tành cái gốc khổ của loài người. Nghĩa là chúng ta phải truy tìm ra khi mà học cái Giới đức và Giới hạnh xong thì chúng ta phải truy tìm coi những cái gốc khổ và cái gốc mà làm cho con người đau khổ như thế nào. Mặc dù là trong kinh Phật có nói là do cái lòng ham muốn là đau khổ, nhưng mà chúng ta phải truy tìm cho nó sâu xa hơn nữa, chứ không thể nói đơn giản là do cái lòng ham muốn đó, do cái tâm dục của mình là cái nguyên nhân sanh ra đau khổ, mà nó còn có những cái chi tiết li ti nhỏ mà chúng ta phải thấu đáo. Nếu không có thấu đáo thì chúng ta không có biết đường đâu mà chúng ta dẹp.

Bây giờ, đầu tiên có một câu hỏi và có một sự trả lời để chúng ta theo đó mà chúng ta tìm ra xem cái lỗi nào mà cái tâm chúng ta nó đi đến cái chỗ tham dục đó?

Tại sao con người lại sanh ra oán thù và đánh đập nhau bằng dao gậy?
Đó, vào đầu cái câu hỏi đầu tiên đó, thì

chúng ta thấy cái sự đau khổ của con người ở trên thế gian này là cái sự oán thù, cái sự đánh đập nhau bằng dao gậy.

Bắt đầu để trả lời cái câu hỏi đó, **sự sanh ra oán thù và đánh đập nhau đều do lòng tham lam và ganh ghét**. Do lòng ham muốn, tham lam của mình, tham cái này, tham cái kia và cái sự ganh ghét đó nó mới có cái sự đánh đập nhau, mới có sự thù hằn nhau. Thì chúng ta thấy nếu mà không có lòng tham lam, không có sự ganh ghét thì làm sao đánh đập nhau? Đúng không? Đó là câu trả lời rất đúng! Không thể nào mà chúng ta phủ nhận rằng cái câu trả lời này là sai được.

Lòng tham lam và ganh ghét do đâu mà sinh ra? Người ta lại đặt câu hỏi thêm cho mình thấy, bây giờ mình nói bây giờ có sự đánh đập, cái sự thù hằn nhau là do lòng tham lam và ganh ghét thì ai cũng chấp nhận rồi. Nhưng mà bây giờ người ta hỏi lòng tham lam và ganh ghét này ở đâu mà sanh ra?

Đó, tức là chúng ta phải truy ra thử coi nó ở chỗ nào? Thì đây là câu trả lời Phật đã trả lời trong kinh để chúng ta thấy rất rõ, **“Lòng tham lam và ganh ghét là do thương, ghét mà sanh ra”**, có thương, có ghét thì mới sanh ra, chứ không phải là ngoài

cái thương ghét mà nó có cái lòng tham lam và ganh ghét được.

*Thì người ta lại hỏi : **thương, ghét do đâu mà sanh ra?***

*Trả lời, **thương, ghét là do tham dục mà sanh ra.*** Mình có thương, có ghét là do cái lòng ham muốn của mình mới sinh ra. Bây giờ mình mới thấy cái chỗ dục đó, truy ra từ cái chỗ mà oán thù, đánh đập đến cái chỗ tham dục thì mình mới biết rằng thương, ghét này là nó do cái sự tham dục mà sinh ra. Vậy chúng ta có thương cũng là do tham dục, mà có ghét cũng do tham dục. Mà có thương, có ghét thì nó mới có tham lam và ganh ghét, mà có tham lam và ganh ghét thì nó mới có đánh đập và oán thù. Đó, bây giờ mình đi ngược trở lại thì mình thấy rất rõ.

*Rồi bây giờ người ta hỏi : **tham dục do đâu mà sinh ra?*** Đó, từ đó rồi bắt đầu mình mới trở về cái gốc của tham dục đó, tức là Phật nói cái gốc muôn khổ đó. Vậy thì người ta hỏi **tham dục do đâu mà sinh ra?**

*Trả lời, **do tưởng mà sinh ra!*** Mình tưởng chứ nó đâu phải có thật? Mình tưởng ra, mình ham muốn cái gì đó rồi mình tưởng ra chứ đâu phải khi không mà mình có ham muốn cái chỗ đó được? Mình tưởng ra, mình tưởng ra nó đẹp, mình tưởng ra nó

xấu, mình tưởng ra thế này, kia. Đó là do tưởng mà sanh ra! Đúng không? Tham dục của mình do tưởng mà sinh ra chứ không có tưởng thì chắc chắn không có. Cho nên cái người mà người ta đẹp cái tướng rồi thì người ta có tham dục nữa không? Người ta hết tưởng là hết tham dục mà còn tưởng là còn tham dục!

Cho nên chúng ta biết cái người mà tu thiền định là phải dẹp tướng! Mà dẹp tướng dần thì sẽ hết tham dục!

Tướng do đâu mà sinh ra? Người ta hỏi tướng do đâu mà sinh ra?

Bắt đầu ở đây Phật mới trả lời ***“Tướng do điệu hý mà sinh ra”***, điệu hý là cái gì? Các thầy có hiểu hai chữ này không? Đó, điệu hý có nghĩa là hý là vui, thích vui, mà điệu hý là cái kiểu cách làm thế này thế kia cho vui đó. Cũng như bây giờ mình thấy người ta đá banh cái mình thấy mình thích tức là mình bị điệu hý đó rồi, bị điệu hý đá banh rồi. Thấy người ta đánh cờ mình nhòm vô mình cũng ngứa nghề vô đánh cờ, thấy người ta bài bạc mình cũng ngứa nghề, thấy người ta uống rượu mình cũng ngứa nghề mình vô gọi là điệu hý! Đó, thấy không, cái đó là nó vui, nó đủ cái màn cách của nó gọi là điệu hý của nó đó! Cái danh từ người ta dùng như vậy, mình hiểu như vậy là nó gọi

cho mình những cái vui thích, nó gọi cho mình vui thích. Do cái sự vui thích đó nó mới do cái tướng và *cái tướng này nó mới sanh ra cái tham dục, nó mới có cái tham dục.*

Mình tưởng cái đó là vui, đó cái diệu hý đó, tướng do diệu hý sinh ra, cho nên do diệu hý với mấy cái chuyện người ta làm đó, nó vui vẻ đó, cho nên mình tưởng nó là vui, cho nên cái tướng nó mới có sinh ra chứ biết đâu chừng đó là cái chuyện đau khổ của người ta? Cho nên mình tưởng nó là ngon rồi mà không ngờ mình vào đó là thấy mệt. Nhìn mấy tảng đá banh tưởng đâu là ngon lắm chứ nó đá, Thầy thấy nó thở muốn chết nó luôn, đâu có sung sướng gì đâu? Nhiều khi nó đá banh nó té ngã gãy chân, gãy giò nó nữa, coi nó muốn chết chứ đâu có sung sướng gì? Thế mà ở ngoài thì người ta vỗ tay khen, đó là diệu hý đây! Thầy giải thích như vậy, dùng cái danh từ đó như vậy thì quý thầy chắc hiểu nó rồi!

Nếu người tu theo đạo Phật diệt trừ hết diệu hý, cho nên Phật cấm mình không có cho vui chơi gì hết ấy, các thầy thấy không? Cho nên vui chơi là nó diệu hý đó, nó sẽ không an trú được đâu!

Nếu người tu theo đạo Phật diệt trừ hết diệu hý, an trú trong cảnh tịch diệt

được chẳng? Đó, bây giờ có cái người mà hỏi đức Phật, bây giờ nếu mà nói như vậy thì là do cái này nó tưởng ra nó mới tham dục, bây giờ mình muốn diệt tham dục thì tức là mình phải diệt hết cái điều hý này đi thì chắc chắn là nó hết chứ gì? Thì hỏi ông Phật và ông Phật nói *“Không có trừ bỏ được điều hý mà có thể an trú cảnh giới tịch diệt”*, nghĩa là ở câu này Thầy xin đọc lại để cho nó rõ ràng hơn, *nếu người tu theo đạo Phật diệt trừ hết điều hý, an trú trong cảnh tịch diệt được chẳng? Hay không trừ bỏ được điều hý mà có thể an trú được trong cảnh giới tịch diệt được chẳng?* Nghĩa là hai câu hỏi này nó rất là rõ ràng. Một câu hỏi thứ nhất là nói mình diệt trừ hết điều hý thì mình có an trú trong cảnh tịch diệt được chẳng? Mà hay là không trừ bỏ hết điều hý này thì mình vẫn có thể an trú được trong cảnh giới tịch diệt chẳng?

Bây giờ đức Phật trả lời ***“Tu sĩ không trừ hết điều hý mà an trú trong cảnh giới tịch diệt thì sao được?”***. Phải không? Nghĩa là mình còn vui thì mình làm sao an trú trong cảnh tịch diệt được? Cho nên ông Phật, ông trả lời một câu mà bằng cách là trả lời luôn cả hai câu. ***“Vì thế gian có nhiều cõi, chúng sanh đều y cứ theo loại cảnh ấy và giữ gìn chắc chắn không thể rời bỏ, đồng thời họ cho đây là thật, còn***

ngoài ra là hư dối”. Đó, nghĩa là thế gian thì người ta chấp cứng trong những cái vui đó, cái diệu hý đó, cho nên người ta cho những cái đó là cái vui, cái hạnh phúc của họ. Cho nên ngoài ra thì nó không thật và là hư dối hết, chỉ có những cái đó là cảnh giới của họ, dục lạc của họ, thích thú của họ mà thôi. Cho nên nếu cái người mà muốn mà được ở trong cái cảnh giới mà tịch diệt, an trú ấy thì phải ly trừ hết những cái diệu hý thì nó mới có an trú trong cái cảnh giới đó được! Vì vậy mà đức Phật trả lời **“Tu sĩ không trừ hết diệu hý mà an trú cảnh giới tịch diệt sao được?”**. Đức Phật nói như vậy thì chúng ta biết rõ.

“Vậy có bao nhiêu diệu hý?”, có người hỏi đức Phật thêm, có bao nhiêu cái diệu hý đó?

“Có ba diệu hý. Một là về khẩu, hai là về tướng, ba là về mong cầu”. Quý thầy thấy ông Phật, ông dạy chúng ta từng cái chi tiết nhỏ để chúng ta hiểu biết được, đó là chúng ta phan ra để chúng ta diệt cái lòng tham dục của chúng ta. Một người mà còn vui theo, thì tức là mình còn thích nói chuyện với nhau là còn vui theo chứ gì? Mà còn vui theo tức là diệu hý rồi! Nghe người ta thuật lại chuyện đông chuyện tây mình cũng khoái lắm chứ. Nghe người ta thuật lại chuyện cổ tích rồi mình cũng nghe cũng thích chứ! Đó

thì tức là mình còn đang ở trong cái chỗ điệu hý. Đó là điệu hý về khẩu. Một là hại mình! Cái sự vui chơi đó nó làm cho mình có hại nè. Rồi hai là hại người. Cái chuyện mà vui chơi đó nó có thể làm hại người đó. Cái điệu hý đó nó có tên là (..?) 52:10, và ba là hại cả hai, nghĩa là hại mình và hại người. Trong cái điệu hý đó nó có xảy ra về khẩu thì một là mình nói ra mà hại mình, hai là mình nói ra hại người, ba là mình nói ra là hại cả hai (cả mình và cả người).

Đó là đức Phật phân tích cho chúng ta thấy là về cái khẩu thì mình có những cái điều kiện đó. Nếu mà xả bỏ lời nói hại mình, hại người, hại cả hai và nói đúng lời, nói chân thật, không hại mình, không hại người, không hại cả hai thì chuyên niệm không tán loạn thành vô lậu. Đó, đức Phật nói mình nói ra cái lời nói gì, miệng của mình mình nói ra lời nói mà hại mình thì không nên nói, đó là điệu hý thứ nhất. Điệu hý thứ hai là nói ra lời nói mà hại người thì không được nói. Mà cái điệu hý thứ ba là nói ra lời nói mà hại mình, hại người thì không được nói. Cho nên mình phải nói như thế nào, nói như thế nào để cho đúng cách. Nói lời nói đúng như thật, không hại mình, không hại người mà không hại cả hai thì chuyên niệm không tán loạn thành vô lậu. **Vậy thì mình nói lời nói mà không hại ai hết thì cái đó nói**

sao quý thầy thấy chưa? Là không nói! Phải không? Không nói là độc cư thì nó đâu có hại ai? Cho nên bây giờ nó chuyên niệm chứ gì? Cho nên tâm không tán loạn! **Còn mình nói là tán loạn.** Rõ ràng thấy không? Đó là mình diệt trừ cái điều hý thứ nhất về khẩu của mình đó! Có đúng không? **Nhờ vậy là chúng ta biết rằng diệt điều hý tức là chúng ta sẽ diệt lòng tham của mình chứ gì?** Đi từ cái gốc nhỏ đó mà chúng ta diệt ra chứ gì? Vậy thì chúng ta sống độc cư, không nói thì tức là không hại mình, không hại người mà không hại ai hết. Do đó là tâm không tán loạn, thành ra vô lậu! Ta thấy chỉ nội cái miệng của mình mà nó đã có được cái vô lậu rồi đó!

Về phần tướng cũng có ba, tướng mà hại mình, tướng hại người và tướng hại cả hai. Nếu xả bỏ tướng ấy và dùng tướng như thật, không bị hại mình, hại người, hại cả hai thì chuyên chú, nhớ mãi không quên, sáng suốt, thành vô lậu. Đó, không tướng! Các thầy nghĩ đức Phật dạy như vậy thế nào? Nghĩa là ngồi đừng có tướng tâm bậy! Mà không tướng tâm bậy thì nó có hại ai đâu? Phải không? Mà không hại mình, không hại người, không hại cả hai thì lúc bấy giờ có tướng nữa không? Mà không tướng thì nó chuyên chú, nhớ mãi cái việc gì thì các con biết không? *Đó thì chỉ còn có cái tâm*

của mình thanh tịnh, yên lặng, thanh thản đó thôi. Cho nên, sáng suốt thành vô lậu! Đúng không? Ông Phật dạy rất đúng! Như vậy là mình phá cái tâm tham dục của mình rất là dễ dàng đâu có gì khó? Biết cách làm như vậy, vì vậy cho nên bây giờ ngồi đừng có tưởng, ngồi đây mà tưởng đến chuyện nhớ nhà thì cái đó là như thế nào? Điều hý rồi còn gì đâu? Nhớ cái này, nhớ cái kia là điều hý rồi. Bởi vậy ông Phật ổng dạy để chúng ta biết rất rõ những cái điều kiện để mà chúng ta ngồi một cái tâm niệm của chúng ta chúng ta biết rằng nó thuộc về cái loại nào rồi!

Cho nên ở đây nếu mà Thầy không giảng cái này ra thì Thầy thấy thiệt là cái lời ông Phật dạy chỉ là phí cho ông, ông mệt mỏi quá rồi! Ông giảng ra cho chúng tỳ kheo trong thời đó mà bây giờ người ta chối bỏ cái này, người ta nói cái gì mênh mông ở trên trời ấy mà không dạy cho chúng ta biết từng chút này để mà chúng ta ly để mà chúng ta được cái tâm vô lậu. Mà thấy cái này rồi chúng ta biết cái tâm tư của mình bây giờ nó ở trong tưởng này, tưởng điều hý này, phải không? Bây giờ miệng mình đang nói cái gì thì mình biết đây là khẩu nè, là điều hý nè, biết nói như vậy là hại mình, hại người và hại cả hai nữa. Thôi thì im luôn cho rồi! Như vậy là mình ở trong cái chánh niệm của mình. Đó, tức là nó thành vô lậu! Thì cái tưởng nó

cũng như vậy cho nên nó cũng thành vô lậu.

Về mong cầu cũng có ba, sự mong cầu của mình mà, mình ngồi mình mong cầu cũng có ba cái điều hý của nó, hại mình, hại người và hại cả hai. Nếu xả bỏ sự mong cầu, thấy và mong cầu đúng cho thật, không hại mình, hại người, hại cả hai thì mong cầu đúng như thế sẽ chuyên chú, nhớ mãi không quên thành vô lậu.

Sự mong cầu mà không hại mình, không hại người và không hại cả hai hết thì cái sự mong cầu đó là mong cầu cái gì quý thầy biết hay không? *Đó tức là mong cầu sự giải thoát nơi tâm của mình*, là không có ai dính mắc vào trong tâm của mình được hết, cho nên nó thành vô lậu. Có gì đâu mà khó khăn khi mà nó mong cầu một cái gì khác hơn thì mình biết liền, mà nó không mong cầu thì tức là nó ở trong thanh thản rồi, nó ở trong cái tâm rất là an ổn rồi thì đó là vô lậu. Tâm niệm của mình chút nào là mình biết nó ở trong cái chỗ nào. Thì như vậy là chúng ta đã thấy được những cái điều hý của nó rồi. Như vậy là biết được cái nguồn gốc để mà chúng ta tu về cái Định Vô lậu để cho nó quét sạch vô lậu, để cho nó quét sạch cái tâm tham dục của chúng ta.

“Bậc Thánh hiền xả thân có ba”. Bây giờ cái thân của chúng ta có xả ba cái cách

của nó. Bây giờ hồi nãy là chúng ta do cái điều hý, bây giờ chúng ta lại xả vì cái thân của chúng ta. **Một là Hỷ thân, hai là Ưu thân, ba là Xả thân.** Bây giờ đến cái giai đoạn của những bậc Thánh hiền tu tập, hồi nãy là những bậc phàm phu đó là chúng ta có những điều hý, còn giờ là bậc Thánh hiền thì có vui nữa không? Có vui điều hý như chúng ta này nữa không? Không! Hết rồi! Vậy thì bậc Thánh hiền có xả thân có ba là Hỷ thân, Ưu thân và Xả thân. Trong cái thân của chúng ta coi vậy nó còn có cái Hỷ nè, còn cái Ưu nè, rồi còn cái Xả của nó nữa nè. Bây giờ chúng ta là những bậc Thánh rồi, chúng ta đã xa lìa những cái tham dục của thế gian rồi, bây giờ còn cái phần thân của chúng ta để nó như thế nào đây?

Cho nên bậc Thánh mới có ba phần này! Hỷ thân cũng có ba, hại mình, hại người và hại cả hai. Bởi vì khi mà mình đã đứng vào trong những bậc Thánh hiền rồi thì mình coi chừng cái thân của mình nó cũng có thể làm hại mình, hại người và hại cả hai. Nếu xả bỏ hỷ ấy, chỉ dùng hỷ đứng như thật, không hại mình, hại người và hại cả hai, nhờ đó chuyên chú mãi không quên, đây là thọ Cụ túc giới. Bây giờ đó mới là một bậc Thánh hiền, mới gọi là thọ Cụ túc giới đây, chứ không phải như hồi nãy là Vô lậu đầu mà đây là thọ Cụ túc giới, nó mới đầy

đủ cái giới, đầy đủ của cái vị tu sĩ đây. Nếu mà chúng ta dùng cái hỷ mà cái hỷ đó nó như là chúng ta tu về cái Hỷ vô lượng tâm đó. Cái Hỷ vô lượng tâm đó nó sẽ giúp chúng ta xả được không hại mình, hại người và hại cả hai. Cho nên chúng ta biết cái hỷ đó là hoan hỷ, vui theo với mọi sự, mọi vật. Do đó chúng ta không làm hại người nào hết, không làm khổ ai hết, không làm khổ mình, khổ người nữa.

Do đó mà chúng ta đã thực hiện Tứ vô lượng tâm thì chúng ta thấy cái hỷ này rất là cần thiết cho cái sự tu tập của chúng ta. Do đó thì chúng ta nhớ mãi không quên do cái lòng hỷ này, đó là chúng ta mới thọ Cụ túc giới.

Về Ưu thân cũng có ba, hại mình, hại người và hại cả hai. Chữ Ưu đây là cái sự buồn khổ đó, buồn khổ trong cái thân của mình. Thân mình nhức chỗ này, thân mình đau chỗ kia, lói chỗ nọ đó là sự buồn khổ của cái thân đó. Nếu xả bỏ Ưu thân này, dùng Ưu thân đúng như thật, không hại mình, không hại người và hại cả hai. Đây gọi là thọ Cụ túc giới. Nghĩa là chúng ta dùng cái Ưu thật, nghĩa là *đừng có lấy cái đau khổ của mình mà làm cho mình khổ sở đó là cái sai*. Mà lấy cái đau khổ phiền toái của chúng sinh mà làm cái chỗ thương xót, thì đó là chúng ta đã thọ Cụ túc giới đó. Như Thầy dạy Từ,

Bi, Hỷ, Xả đó, quý thầy tu tập về cái lòng thương yêu của mình đó. Đó là cái chỗ về Ưu thân có ba đó, là không hại mình, hại người và hại cả hai. Tức là thực hiện tâm từ bi của mình đó. Đó gọi là xả về cái Ưu thân của mình. Đây gọi là thọ Cụ túc giới thứ hai.

Về Xả thân cũng có ba. Mình xả, có cái mình xả mà hại người, có cái mình xả hại mình, có cái mình xả hại cả hai. Cho nên mình phải xét cái nào mình xả, mình bỏ ra mà hại người khác. Cũng như bây giờ mình tính thôi bây giờ mình bỏ đi, mình bỏ mình đi tu đi, mình xả bỏ hết của cải, tài sản đi, bỏ luôn cả vợ con đi. Lúc bấy giờ vợ con không ai nuôi, không ai làm cho nó sống hết, nó khổ sở. Đó, mình xả cái kiểu đó là mình xả hại người ta đó, chết đó! Bây giờ con mình mới sanh ra, nó chưa có ai mà chăm sóc, chưa có ai lo lắng mình muốn xả bỏ con đi đi thì lúc bấy giờ ai nuôi nó? Đó là mình xả như vậy là sai! Vì vậy cho nên chúng ta khi mà xả những cái gì mà ở trong thân của chúng ta cũng như xả một cái gì đó thì chúng ta phải sáng suốt, khéo léo. Cũng như bây giờ, cái thân của chúng ta như thế này thôi bây giờ mình chặt cái đầu nó chết đi, nó là vô thường đi, mình xả bỏ nó đi cho nó không khổ nữa. Cái điều đó là mình xả ngu rồi chứ không phải là xả đúng. Cho nên vì cái sự xả đó mà làm khổ mình, hại mình

thì cái đó là Phật nói xả kiếu đó là xả thân mà hại mình thì đừng có làm cái chuyện đó. Cho nên có một thời tỳ kheo mà nghe quán thân bất tịnh rồi họ thấy cái thân này ghê gớm quá, họ mượn người khác đâm cho họ chết đi thì một lúc sau đức Phật hay được cấm không có cho làm cái chuyện đó, không phải là cái chỗ như vậy.

Đó thì chúng ta thấy trong cái bước đường, nói về xả thì chúng ta phải sáng suốt xả mà không hại mình, không hại người mà không hại cả hai. Chứ có nhiều người ham tu, xả, bỏ gia đình, bỏ chồng con, trời ơi! Tức tối gần chết, vợ con gì nói nó không biết nghe, nó bỏ nó đi tu thì chắc là ông thầy chùa nào quyến rũ như vậy, tao đốt chùa. Bởi vậy trong cuốn Diệu Thiện đó, mà cô Diệu Thiện, cô đi tu đó, cha cô giận quá ổng đốt chùa. Ông nói ông thầy quyến rũ con ông, công chúa đi tu ông giận đốt chùa, cho ớn, cho ghét! Đây gọi là thọ Cự tức giới.

Về các căn, đầy đủ trong luật nghi của Hiền Thánh có chừng bao nhiêu tâm? Có người hỏi, về các căn mà được đầy đủ trong luật nghi của Thánh hiền có chừng bao nhiêu căn?

Đó, thì đức Phật cũng giải thích cho chúng ta thấy rằng về luật nghi mà đối với các căn của chúng ta được đầy đủ của Thánh

hiền, về mắt thấy sắc, ta nói có hai. Nghĩa là đối với mắt ta thấy cái sắc, thấy các pháp đó thì ta thấy phải có hai, để cho cái luật nghi của giới Thánh hiền nó phải như thế nào đúng ở trong cái chỗ căn đó, cho nên đối với mắt thì nó có hai.

Một là đáng thân cận, hai là không đáng thân cận. Đó thì các thầy thấy khi chúng ta thấy một cái vật đó mà chúng ta đáng thân cận, mà khi chúng ta thấy cái vật đó mà chúng ta không đáng thân cận. Thì chúng ta phải thấy khi con mắt thấy cái vật đó mà chúng ta thân cận, mà thấy cái vật đó mà chúng ta không nên thân cận, thì cái này nó là Luật nghi của Phật đó, cái luật nghi của Phật. Mình thấy một cái gì đó mà gọi cái tâm dục của mình lên là không nên đáng thân cận, mà thấy cái đó mà tâm dục của mình không có gọi lên và không có ham thích đó, thì cái đó là đáng thân cận. Cũng như bây giờ các thầy vô đây ăn ngày bữa cơm mà không cho quý thầy ăn phi thời ấy, thì cái đó là quý thầy đáng thân cận. Thấy thực phẩm ở đây mà bắt đầu cho quý thầy không thấy thèm, thấy khát cái gì hết đó, thì đó là đáng thân cận. Mà các thầy thấy còn thèm ăn, còn này kia thì không nên đáng thân cận, vì cái chỗ đó không phải là cái chỗ tu.

Cho đến tai nghe cũng vậy, mà mũi ngửi mùi cũng vậy, lưỡi nếm vị cũng vậy,

thân xúc chạm cũng vậy, ý duyên pháp cũng vậy. Nghĩa là cũng có hai pháp, lúc thì cái mũi ngửi mùi của mình, cái tai nghe tiếng của mình thì cái tiếng nào đáng thân cận, cũng như nghe Thầy thuyết giảng thì các con nghe cái tiếng đó là đáng thân cận. Mà nghe ca, nghe hát, nghe mấy cô đào ở thành phố mà phát đài á, các con mở đài ra nghe ca hát, trời du dương quá! Tám câu vọng cổ, mười câu vọng cổ nghe trữ tình dữ tợn, nghe nó muốn xiêu hết á, thì các con nên dẹp những cái thứ đó đi! Cái đó là không có đáng nghe! Cái tiếng đó là không có được nghe!

Còn những cái mùi thơm, mùi này mùi kia, mùi mà làm cho chúng ta gọi lên cái thích ăn, thích mà gần gũi thì những cái mùi đó dẹp đi! Những cái mùi vị của đạo thì nên là gần gũi, còn cái mùi vị mà của thế gian thì không nên gần gũi!

Còn cái lười nếm vị cũng vậy, vị ngon, vị đắng, vị này kia tất cả, xa lìa nó đi, đừng có nếm những cái vị đó nó không có được! Phải nếm cái vị Cam Lồ của cái sự tu hành của chúng ta mà thôi!

Thân xúc chạm cũng vậy, ý duyên pháp cũng vậy, cho nên nó cũng có hai. Đó là quý thầy nhớ kỹ để mà chúng ta nỗ lực tu hành.

Đó là như thế nào? Mắt thấy sắc mà

thiện pháp tổn giảm. Nghĩa là đức Phật nói khi con mắt chúng ta thấy một cái hình ảnh đó mà cái thiện pháp nó bị làm giảm xuống đi mà bất thiện pháp nó tăng trưởng thì không nên thân cận cái đó. Bây giờ các thầy hiểu chưa? Mà bây giờ mắt nó thấy cái sắc đó mà cái thiện pháp nó tăng trưởng. Bây giờ thấy thí dụ như có người ăn mày đi sang đường của mình, đi ngang trước ngõ mình, mình thấy cái người đó đói khổ quá, tội nghiệp, mình lấy gạo mình cho người đó, hay lấy cơm cho người đó, hay lấy thực phẩm cho người đó, hay lấy tiền cho người đó thì cái đó là mình thân cận cái đó!

Còn mình thấy một cái người uống rượu mà mình nhào vô mình uống rượu với họ, thì thôi thôi đừng đừng thấy cái này thì thôi, đó là ác pháp nó tăng trưởng rồi đó, mà thiện pháp nó giảm xuống thì mình tránh xa cái bọn uống rượu đi! Như vậy đó là mình mắt thấy sắc mà thiện pháp nó tổn giảm thì ngay đó là mình lui đi, thấy người ta bài bạc thôi đừng rớ vô vì đó là cái ác pháp rồi. Bất thiện pháp nó sẽ tăng trưởng lên mà thiện pháp nó giảm, vì vậy cho nên mình tránh xa đi!

Mắt thấy sắc mà thiện pháp tăng trưởng, bất thiện pháp tổn giảm thì nên đáng thân cận! Đây là các căn đầy đủ luật nghi Thánh hiền. Đó thì quý thầy thấy chưa? Bởi vì mình muốn cho cái luật nghi của Thánh hiền

mình, cái oai nghi, cái tế hạnh của luật của mình được đầy đủ thì mình có con mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình đối với pháp nào mà đáng thân cận và pháp nào không đáng thân cận. Thấy thiện pháp tăng trưởng thì thân cận, còn thấy ác pháp tăng trưởng thì mình không được thân cận. Đó, Phật dạy cho mình từng chút để mình giữ oai nghi, cái luật nghi tế hạnh của mình ở trong những cái chỗ mà mình có thể tiếp xúc chứ đâu phải là đức Phật dạy luật nghi mà không có cái hiểu biết như vậy thì quý thầy sẽ bị phạm hết sao?

Cho nên trong cái dạy về giới luật Thầy dạy rất kỹ về cái vấn đề này để cho quý thầy thấy được cái chỗ tu tập của chúng ta trong cái giới hạnh cho nó nghiêm chỉnh, biết được nó cái nào là đúng, cái nào là sai ở trong cái oai nghi, chánh hạnh của bậc Thánh hiền.

“Có bao nhiêu cứu cánh?”, ở đây có người hỏi đức Phật, “Có bao nhiêu cứu cánh?”.

“Bị ái làm khổ thân, tâm mà diệt được thì là cứu cánh”. Đức Phật trả lời đó! Bị ái, tức là bị thương ghét, bị ham muốn làm khổ thân, tâm của mình mà diệt được cái đó là cứu cánh!

“Vậy thì cứu cánh có bao nhiêu?”.

“Có ba cứu cánh!”. Đó, đức Phật phân

tích cho chúng ta thấy nó có ba cứu cánh. Bây giờ chúng ta diệt ái mà nó sạch rồi thì thân, tâm của chúng ta không còn khổ được nữa, thì đó gọi là cứu cánh chứ không phải là cứu cánh có một cảnh giới nào khác lạ hơn là cái chỗ mà chúng ta diệt cái lòng ham muốn của chúng ta. Do đó, khi mà cái lòng ham muốn nó hết thì đó gọi là cứu cánh. Nhưng mà nó có mấy loại cứu cánh? Ở đây Phật nói có ba loại cứu cánh.

- *Một là cứu cánh phạm hạnh.* Cứu cánh phạm hạnh tức là giới hạnh đó, các con thấy giới hạnh đó! Vậy thì cứu cánh phạm hạnh, một người mà còn làm nghề nông nè, còn làm thư ký nè, còn làm thầy thuốc nè thì cái đó có phạm hạnh không? Không có phạm hạnh! Cho nên nó còn bận tâm lo là đi vào rừng đào rễ cây về vạt, rồi hót, rồi băm, sắc, sao, rồi đốt hay hoặc là tẩm rồi chế cái này, chế cái kia ra rồi mới hót cho họ thành thang để họ trị bệnh, thì như vậy họ có cứu cánh không? Hay hoặc là họ đang bận công việc, họ đâu có giải thoát đâu mà gọi là cứu cánh? Cho nên không thể nào mà gọi là cứu cánh phạm hạnh được! Mà cứu cánh phạm hạnh thì gọi là giới hạnh.

- *Cái thứ hai là cứu cánh an ổn.* Cứu cánh an ổn gọi là giới đức. Một người mà tu mà ngồi thiền định mà nhập từ Sơ thiền đến Tứ thiền, có an ổn không quý thầy? Rất an

ồn, hỷ lạc rất tràn đầy, lúc bấy giờ ngồi như ở trên cái cảnh giới mà Thiên đàng chứ đâu phải là ngồi dưới đất này đâu? Cho nên vì vậy gọi là Giới đức.

- *Ba là cứu cánh Vô dư*, đó là cứu cánh Vô dư, đó là Giới tuệ. Cái cứu cánh Vô dư đó là Giới tuệ. Các thầy thấy, ba cái cứu cánh này nó ứng với ba cái giới mà chúng ta đã học, Giới hạnh, Giới đức, Giới tuệ.

Đó, thì qua những cái bài học như vậy thì chúng ta đã thấy, biết được con đường mà chúng ta tu tập nó phải đi từng bậc nào để đi vào trong những cái giới luật mà chúng ta đã học.

Tiếp tục Thầy giảng thêm cái phần này để chúng ta thấy được con đường mà tu tập giới luật của chúng ta nó thực hiện như thế nào để mà chúng ta biết được cho nó rõ ràng hơn để mà chuẩn bị cho cái sự bước qua một cái giai đoạn mà giới tuệ cho nó thông suốt. Chứ còn nếu không bước qua giới tuệ thì tức là chúng ta thấy như mình ở trên trời xanh chứ chưa phải là ở dưới đất đâu!

NĂM DỤC TRƯỞNG DƯƠNG

Có năm pháp khiến dục lạc tăng trưởng! Hồi nãy chúng ta nói dục đó, tham dục đó, thì bây giờ cái việc mà khiến cho dục lạc nó tăng trưởng, có năm pháp khiến cho dục lạc tăng trưởng. Người tu sĩ Phật

giáo phải xem năm pháp này là dây xiềng xích, lòi tói trói chặt người tu sĩ, không có vẫy vùng, khó mà vẫy vùng ra khỏi. Nghĩa là phải thấy năm pháp mà khiến cho cái đục lạc của thế gian nó tăng thịnh ở trong tâm của chúng ta. Vậy năm pháp đó là gì?

Những pháp, những sắc pháp do mắt cảm nhận khả ái, mỹ miều, thích thú, hấp dẫn, câu hữu với đục lạc, ái lạc. Đó, thì cái pháp nào, lẽ ra thì Thầy đã giảng ở trong cái chỗ mà ngũ đục lạc, rồi sáu cái đục lạc sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp đó, nhưng mà Thầy lướt qua cái chỗ đó đi. Cho nên bây giờ Thầy nghĩ là nếu mà không nhắc lại sơ cái này coi như lược sơ ấy, thì quý thầy, không có giảng cái phần đó thì coi như là hơi thiếu. Thay vì phải giảng cái phần đó thì nó cũng quá nhiều cho nên Thầy không giảng nhưng ở đây Thầy chỉ lược sơ để cho quý thầy thấy được cái chỗ mà sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp đó, đó là nó lôi hút, nó cám dỗ chúng ta cũng dữ lắm!

Nhưng ở đây, để xuyên qua trong cái phần mà giới luật của Giới tuệ thì chúng ta nhắc lại cái phần này để chúng ta thấy được cái chỗ mà chúng ta tiến vào con đường của đạo Phật.

“Những sắc pháp do mắt cảm nhận, nó làm cho chúng ta thấy khả ái, mỹ miều,

thích thú, hấp dẫn, câu hữu với dục lạc và ái lạc". Đó, thì những cái pháp đó chúng ta thấy nó là những cái sợi dây mà xiềng xích, lòi tói mà trói chặt chúng ta lắm đó! Coi chừng những cái hình ảnh, những sắc pháp đó nó sẽ cám dỗ chúng ta mạnh lắm đó!

Những tiếng pháp do tai cảm nhận, những cái âm thanh, tiếng pháp đó, coi chừng nó cũng có thể là những sợi dây xiềng xích, lòi tói nó trói chặt chúng ta lắm đó!

Những hương do mũi cảm nhận, những hương thơm do mũi cảm nhận, nó cũng là sợi dây xiềng xích, lòi tói trói chặt chúng ta đó!

Những vị do lưỡi cảm nhận, tức là những ngày mà chúng ta ăn những cái món ăn ngon, dở, coi chừng nó trói chúng ta chặt lắm đó! Nó là sợi dây xiềng xích, lòi tói rất là chặt đó!

Do xúc cảm nhận, do xúc thân cảm nhận, đó thì những cái điều kiện đó nó là những cái sợi dây trói chặt.

Năm pháp này khiến cho con người chấp trước, mê đắm, bị trói buộc, không thấy nguy hiểm của chúng, không nhận thức sự không thoát ly chúng. Nếu mà chúng ta không nhận nó được thì nó sẽ trói buộc chúng ta rất chặt chứ không phải là đơn giản đâu! Thường thường là chúng ta xem

thường nó lắm, nhưng mà rồi chúng ta sẽ bị nó trói chặt! Cho nên ở đây, Phật chỉ nêu lên năm cái pháp để mà nó lôi cuốn, nó trói chặt chúng ta, nhưng chúng ta còn quên có một cái pháp nữa, **tức là cái pháp thứ sáu đó, do cái ý**, ở đây nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý. Thân thì có xúc, mà ý thì nó có cái khởi ra các pháp. Cho nên cái pháp đó nó làm cho chúng ta trở thành những cái kiến chấp, nó cũng ghê gớm vô cùng, nó trói chặt chúng ta. Biết cái pháp của mình là sai chứ chưa dám bỏ đâu!

Khi mà mình nghĩ rằng con đường thiền của tôi tu đây là đúng của Phật rồi, mà sự thật thì nó trật lất à, nó không đúng, mà họ nói đó là đúng rồi, họ bỏ không có được, cũng như họ tu tập thiền xuất hồn, họ nói đây là xuất hồn, tôi đã xuất hồn được rồi, cho nên từ đó họ không bỏ được. Đó là cái pháp, cái pháp làm cho họ dính mắc, nó cũng cảm dỗ dữ lắm! Khi mà đọc được một cái bài nào đó họ thích thú, cũng chẳng hạn như là có người đọc sách của ông **Krisnamurti**, trời ơi nó hay quá, quá chừng hay, do đó mở miệng ra cứ là Krisnamurti không hà, mà cuối cùng thì ông ta chỉ có miệng không hà, chứ không có giải thoát như Krisnamurti chút nào hết. Cho nên cuối cùng thì cái đó gọi là cái kiến chấp của pháp, mà cái đó nó lôi cuốn cũng mạnh lắm! Hở ra chút nào thì ông ta vươn

cổ lên mà khạc ra ba cái thứ đó. Nó không phải là con đường mà giải thoát mà là con đường tà kiến, một con đường sai mà lý luận nó nghe nó siêu việt dữ lắm, cho nên từ đó chúng ta bị cái làm chấp đó, chúng ta thấy nó hay cho nên chúng ta bị dính nó rồi!

Nó cũng làm cho chúng ta thích thú, cũng say mê, cho nên nó trói buộc chúng ta rất chặt. Cho nên ở đây thì Phật nói năm chữ sự thật nó là sáu: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp mà! Chứ đâu phải là cái thứ thường đâu!

NĂM TRIỀN CÁI

Bây giờ tiếp tục, chúng ta sẽ học cái phần này, bởi vì chúng ta nghe **triền cái** rồi nghe nào là **kiết sử** mà chúng ta không hiểu nó thì chúng ta biết ở đâu mà chúng ta dẹp những cái triền cái này? Bắt đầu chúng ta phải học cái này.

Có năm triền cái được gọi là chướng ngại, được gọi là màn che, triền phược trong giới luật của bậc Thánh. Nghĩa là năm cái này nó làm cho chúng ta, nó làm che mất cái giới luật nghi của các bậc Thánh, nó làm cho chúng ta không giữ trọn được các giới của bậc Thánh là năm cái triền cái này. Cho nên một cái người mà học về giới luật mà không thông được năm cái triền cái này thì chúng ta bị nó che, bởi vì “cái” là cái

màn che, nó che ngăn, nó làm cho chúng ta không có thấy được, cho nên chúng ta phạm giới chứ không phải gì hết. Còn chúng ta thấy được thì chúng ta không phạm giới. Cho nên trong cái luật của bậc Thánh hiền mà khi mà chúng ta rõ được năm cái triền cái này thì chúng ta không còn bị nó che mất cái luật của chúng ta đi. Còn nếu mà không rõ thì nó bị che mất đi, nó làm cho chúng ta phạm giới.

- Một là Dục cái, tức là Tham cái đó;

- Hai là Sân cái;

- Ba là Hôn trầm - thù miên cái;

Bốn là Trạo hối cái;

- Năm là Nghi cái.

Đó là năm cái được gọi là Ngũ triền cái đó! Năm cái triền cái, năm cái sự ngăn che làm cho chúng ta mờ mịt, làm cho chúng ta phạm giới của bậc Thánh hiền, đó thì đó là năm cái này.

Dục cái hay là Tham cái, tức là cái lòng ham muốn của chúng ta nó ngăn che, nó làm cho chúng ta phạm giới. Bởi vì mình ham muốn, ví như mình thấy một cục đường hay hoặc một miếng kẹo, cái bánh mình thèm ăn rồi thì bắt đầu mình lấy mình bỏ vô miệng mình nhai và nuốt đi thì tức là cái lòng tham muốn của mình đó đó mà nó che đi, làm

cho mình phạm giới ăn uống phi thời, phải không? Quý thầy thấy rất rõ, cho nên chỉ một chút xíu thôi là mình bị phạm giới, chỉ một chút hà, nó ham muốn cái đó thì nó bị che giới luật đi đó là mình bị phi thời.

Sân cái tức là cái tâm sân hận của chúng ta, giận dữ lên thì nó làm chúng ta phạm vào những cái giới luật, lời ăn, tiếng nói của chúng ta thô lỗ. Tức là nó phạm vào cái giới luật đó rồi. Nó chửi mắng người ta, nó nạt nộ người ta, nó làm dữ tợn, thì đó là phạm phải cái giới luật của về khẩu nghiệp của chúng ta. Cho nên chúng ta có phạm vào cái giới.

Ba là Hôn trầm - thù miên cái. Hôn trầm là ngủ gục, Thù miên là ngủ. Những cái người mà ngủ này họ thường thường là họ bị phi thời. Cho nên trong cái vấn đề Hôn trầm - thù miên này nó mới sanh ra cái nghi, à cái si mà cái si tức Si cái ấy tức là cái ngu si, cái vô minh thì gọi là hôn trầm ,thù miên cái tức gọi là si cho nên gọi là tham, sân, si á, nó là ba cái độc. Hôn trầm, thù miên là cái trạng thái của cái người ngu si, mà ngu si thì nó làm cho người ta vô minh, người ta không có thấy cái đúng, cái sai, cái nào là hại, cái nào không hại, cái nào là đúng chân lý, mà cái nào là không đúng chân lý. Vì cái si mà làm sao đúng được? Cho nên do đó nó bị lầm chấp!

Cũng như bây giờ mình chấp một cái pháp nào đó, mình cứ cho nó đúng, tức là do cái si mê của mình, bị cái kiến chấp. Cũng như mình lầm chấp cái thân của mình, có cái ngã ở trong này, có cái thật ở trong này. Đó là cái lầm chấp, mà cái lầm chấp đó gọi là si, si mê. Mà cái si mê đó nó hiện ra cái tướng hôn trầm, thù miên. Tức là cái người mà ngu si là cái người ham ngủ. Cái người mà ham ngủ, ngủ gà ngủ gật là mấy cái người ngu si đó! Họ không có thông minh. Mặc dù là họ thông minh cái gì kệ họ nhưng mà đối với Phật pháp, đối với sự giải thoát, tu hành họ là người ham ngủ thì họ là cái người ngu si, họ không sáng suốt được, họ không thấy được cái chân lý đúng là cái chỗ giải thoát. Cái người mà ngu si mà hôn trầm, thù miên đó thì cái người đó họ luôn luôn là những hạng người chạy theo dục chứ không bao giờ họ thoát ra khỏi dục.

Bốn là Trạo hối cái. Trạo hối cái là những cái loạn tưởng, những cái vọng tưởng nó liên tục, nó từ cái này đến cái khác. Nó làm cho họ nhớ, tiếc, thương cái này, nhớ, tiếc, thương cái kia. Ngồi đây mà nhớ chuyện quá khứ không thì cái chuyện đó là Trạo hối của họ. Gọi là Trạo hối cái, nó che làm cho họ không có thấy được cái tâm của họ đang dày vò, đang đau khổ, đang nhớ cái này, đang tiếc cái kia gọi là Trạo hối!

Cũng như mình đến mình học với ông thầy nào đó dạy mình nghi ông thầy ổng chưa có tu chứng như thế này như thế khác, thôi mình học ít bữa mình bỏ đi. Như mình thấy cái vị đó mình tu hành, mình đâu có hiểu được họ như thế nào. Trong một ngày, hai ngày đâu làm sao thông họ được? Ông thầy này ổng ở bản quá, không thể được! Rồi mình ở với ông thầy này, ổng lại khổ hạnh quá, mình ở cũng không được! Ông thầy này ổng ăn uống ngày có một bữa như vậy, mình sống sao nổi mà tu? Ông thầy này ổng làm cái kiểu cách của ổng chứ chưa chắc đã là chứng! Do đó mình nghi ổng đi! Mình nghi ổng tức là mình phải bỏ ổng thôi, mình không làm sao mà tu. Cho nên, những cái nghi đó nó che mờ mà mình không thấy được cái (sự thật). Hoặc là ông thầy ổng thể hiện qua sự thử thách người đệ tử, cái người đệ tử tưởng là ông thầy này còn phạm phu quá, thấy kiểu cách của ông ấy không phải là bậc Thánh. Nhưng mà không ngờ là người ta thử thách mình, nhưng mà cuối cùng thì mình bị người ta gạt mình, rồi mình đâm ra mình nghi. Từ đó mình sẽ mất cái chỗ đứng của mình để mình tu tập.

“Bởi năm triền cái này mà người tu sĩ bị che khuất, bị trói buộc, bị triền phược, bị chướng ngại khiến cho người tu sĩ phạm giới”. Đó, thì năm cái triền cái đó nó sẽ làm

cho cái người mà tu sĩ phạm giới, đều là do năm cái triền cái đó.

NĂM HẠ PHẦN KIẾT SỬ

Vậy thì chúng ta đã biết được năm cái triền cái rồi thì bây giờ chúng ta học thêm năm cái **Hạ phần kiết sử**. Bởi vì về Kiết sử thì nó có Năm hạ phần kiết sử và Năm thượng phần kiết sử. Nếu mà chúng ta không học thì chúng ta làm sao biết được? Do đó chúng ta thấy Triền cái nó cũng giống, mà lại là Kiết sử nó cũng giống, nó cũng giống như nhau, nó không khác nhau. Chỗ nào là Kiết sử, mà chỗ nào là Triền cái? Chúng ta phải phân biệt được cái chỗ này!

Năm hạ phần kiết sử : Một là Tham, hai là Sân, ba là Si, bốn là Mạn, năm là Nghi.

Tham tức là hôi nầy là Dục cái đó, chúng ta thấy nó che ngấn, nó làm cho chúng ta không thấy, gọi là *Cái*. Mà nó làm cho chúng ta bị trói buộc, bị dính mắc đó, thì đó là *Kiết sử*. Kiết sử có nghĩa là nó trói chúng ta, rồi nó sai chúng ta, nó làm cho chúng ta chạy theo nó, gọi là *Kiết sử*. Cho nên, khi mà chúng ta bị một cái tâm tham mà nó kiết sử á thì chúng ta bị nó trói chúng ta, rồi nó sai chúng ta, gọi là *Kiết sử*. Mà khi một cái tâm tham mà của chúng ta nó bị mờ ám, nó làm cho chúng ta phạm giới thì cái

đó là Dục cái. Chúng ta không rõ cho nên do cái tâm ham muốn đó mà nó xảy ra, nó làm cho chúng ta phạm giới. Đó là Dục cái!

Chẳng hạn như bây giờ mình bị che mờ, mình thấy một cái cô phụ nữ đi ngang qua, trong tâm mình khởi lên có cái tâm dục thì do đó mình bị cái tâm dục mình nó che đi, tức là cái tâm tham dục nó che đi, do đó cái ý mình khởi lên thấy cô ta đẹp. Chứ mình chưa khởi gì hết, thấy cô ta đẹp thì ngay đó là mình bị che mờ đi do cái ý đó mà mình đã bị phạm giới. Còn bây giờ thì Kiết sử nó lôi chúng ta chạy theo cười cợt, nói chuyện với cô ta rồi đó, thì cái chuyện đó là Kiết sử! Bây giờ nó lại gần hơn đó, hồi đó nó che chúng ta, rồi chúng ta không thấy, chúng ta mới khởi ý thích thôi thì bắt đầu cô này ngó mình một cái, liếc qua, rồi mình cũng ngó theo, mình liếc theo bắt đầu bây giờ đi theo gót cô ta tìm cách gợi chuyện nói. Thì như vậy đó là mình đã bị Kiết sử, nó trói mình đó.

Sân nó cũng vậy, mà Si, ở đây chỗ Si mà gọi là Năm hạ phần kiết sử thì Phật còn gọi một cái tên là Giới cầm thủ. Giới cầm thủ nghĩa là cái Si nó làm cho mình dính mắc, giữ gìn cái đó trở lại, nó làm cho mình không có thấy nên mình không có buông ra được, mình không có ly ra được. Đó, chạy theo hoài mà không có biết mệt mỏi. **Đó gọi**

là Si, cho nên Phật còn gọi là Giới cấm thủ.

Mạn tức là ở đây Phật còn gọi chữ Mạn đó là Thân kiến, nghĩa là mình chấp cái thân của mình. Cái phân mà Năm hạ phần kiết sử này là thay vì Mạn là ngã mạn, là kiêu mạn, thì ở đây cái Mạn của Năm cái hạ phần kiết sử này thì Phật cho là Thân kiến, tức là mình chấp cái thân của mình là có thật, ở trong cái thân này nó có cái thật ở trong này. Ở trong cái thân Tứ đại này nó có cái thật ở trong này, cho nên đó gọi là Thân kiến, kiến chấp, tức là chấp cái thân có thật.

Cho nên chữ Mạn đây là chỉ cái Thân kiến chứ không phải Mạn là ngã mạn, cao ngạo, mà đây là Thân kiến. Cho nên Năm hạ phần kiết sử đây mình chấp cái thân mình là có, vì vậy mà những cái vật chất xung quanh là cái năng sở của nó, nó trói buộc mình, làm cho mình bị cái Mạn này.

Nghi thì chắc chắn là lúc này Thầy có giảng ở Nghi cái rồi, bởi vì cái nghi này khi nó nghi rồi bắt đầu nó cứ theo dõi này kia nọ, nó đủ cách nó lôi cuốn mình đó, gọi là Nghi. Mà cái Kiết sử thì nó lôi mình đi theo cái sự Nghi đó mà nó không bao giờ mà rời, gọi là Kiết sử. Cho nên đây gọi là Năm hạ phần kiết sử!

NĂM THƯỢNG PHẦN KIẾT SỬ

Năm thượng phần kiết sử thì như thế nào? Một là Sắc tham, hai là Vô sắc tham, ba là Mạn, bốn là Trạo cử, năm là Vô minh. Vô minh ở đây chúng ta phải hiểu nó là Si đó, là Hôn trầm, thùy miên như hồi nãy đó, là ở trên cái Cái kia, còn chữ Si ở Năm hạ phần kiết sử này là Giới cấm thủ tức là bị dính mắc, nó không rời ra được, nó giữ chặt, bị nó trói buộc ở trong cái vật chất, cái giới đó rồi. Nó làm cho chúng ta chặt ở trong đó. Cho nên cái Si này nó bị mờ mịt, nó không thấy, nó vô minh không thấy mà cứ cho đó là cái chấp của mình, như mình bây giờ Thân kiến, mình chấp cái thân này thật mà mình bị Giới cấm thủ của cái Si cho nên mình coi nó là thật, ai nói gì mình cũng chẳng nghe hết. Tức là mình bị Si, tức là Giới cấm thủ đó!

Còn ở đây, còn ở *Năm thượng phần kiết sử này*, Sắc tham nghĩa là có một cái hình ảnh, có một cái sắc tướng nào đó làm cho mình chạy theo cái sắc đó, trói buộc mình chạy theo sắc đó tức là Sắc tham. Vô sắc tham tức là mình ngồi, mình tưởng tượng ra cái hình sắc này, hình sắc kia thấy thích thú ở trong đó, đó là kiết sử nó Vô sắc tham. Ba là Mạn, Mạn tức là ở trong chỗ này là cao mạn, kiêu mạn chứ không phải Mạn là Thân kiến nữa đâu! Nghĩa là nó coi mình là trên hết đó! Thì cái Mạn cũng có nghĩa là Thân

kiến, mà cũng có nghĩa là cao ngạo, mà cũng có nghĩa là chấp ngã. Trạo cử, Trạo cử như hời nãy mà ở chỗ Trạo hồi đó. Trạo cử là nó lằng xằng, nó nghĩ chuyện này đến chuyện kia, lung tung đó.

Đó là Năm thượng phần kiết sử! Thì cái triển miên của cái tư tưởng nối tiếp nhau nó gây cho chúng ta có cái sự liên tục, trói buộc nhau ở trong cái triển miên suy nghĩ đó thì cái đó gọi là Trạo cử của Kiết sử, Năm thượng phần kiết sử. Vô minh tức là Si thì Si vô minh thì nó cũng giống như những cái Si kia, nhưng mà cái Si này nó thể hiện qua cái chỗ vô minh, mờ không thấy rõ năm cái Thượng phần kiết sử này, là không có thấy rõ cái chân lý giải thoát của đạo Phật. Còn cái Si hời nãy á, nó là cái Hôn trầm, thùy miên, đó là cái sự ngu si của một cái mắt tỉnh thức, nó không sáng suốt.

Còn cái chỗ Vô minh này nó có minh, cái chỗ vô minh của thượng phần kiết sử này là người đó có thể là một nhà bác học, có thể là một nhà tiến sĩ học rất thông minh, thông minh mọi mặt của thế gian nhưng mà họ không có thông minh cái con đường giải thoát của họ, không có trí tuệ hiểu biết chân thật như Bốn cái chân lý của Phật là Khổ, Tập, Diệt, Đạo, cho nên họ không giải thoát được họ, vì vậy cái Vô minh này gọi là Si, họ không thấy được cái chân lý giải thoát và

họ thấy toàn là chạy theo cái danh lợi, chạy theo cái danh của thế gian, cái lợi của thế gian, cái sắc của thế gian, cái ăn, cái uống, ngủ của thế gian. Họ làm cái gì họ cũng lo phục vụ cho những cái đó thì họ gọi là Vô minh chứ họ thông minh lắm chứ đâu phải, họ làm ông giám đốc, bà giám đốc không chứ đâu phải làm nhỏ đâu? Họ làm ông lớn không chứ không phải làm nhỏ, nhưng mà họ vẫn vô minh là vì họ không giải thoát.

Cho nên chữ Si của Năm thượng phần kiết sử thì chúng ta phải hiểu chữ Si này nó nằm ở chỗ nó là chạy theo những cái thông minh của dục lạc chứ không phải là Si theo cái kiểu mà buồn ngủ như mấy cái thằng làm biếng đó đâu, như là Triền cái đó đâu! Đó thì phải hiểu như vậy thì chúng ta mới hiểu được những cái danh từ ở trong kinh điển của đạo Phật đã chỉ cho cái tên của nó như thế nào!

BẢY KIẾT SỬ

Và về phần Kiết sử mà gọi chung thì đức Phật có cho nó là bảy cái kiết sử. Nghĩa là hồi đó thì năm cái Hạ phần kiết sử rồi năm cái Thượng phần kiết sử, tức là mười cái Kiết sử, *nhưng mà đức Phật tóm lại thì cho chúng ta biết rằng có bảy cái Kiết sử. Đó là, một là Ái kiết sử, hai là Sân kiết sử, ba là Kiến kiết sử, bốn là Nghi kiết sử, năm là*

Mạn kiết sử, sáu là Hữu tham kiết sử, bảy là Vô minh kiết sử. Đó, thì chúng ta thấy nó rõ ràng là bảy cái Kiết sử này mà gồm chung nó là mười cái Kiết sử kia là Năm hạ phần kiết sử và Năm thượng phần kiết sử. Gồm lại thì nó chỉ có bảy kiết sử, tắt lại thì có bảy kiết sử mà thôi!

Ở đây, thì những kiết sử cũng là Ái kiết sử tức là Dục kiết sử hay là Tham kiết sử thôi chứ không có gì. Sân thì biết rồi, Kiến thì Thân kiến biết rồi, Nghi thì quý vị cũng biết rồi, Mạn thì cũng biết rồi, Hữu tham kiết sử mà Hữu tham kiết sử thì các vị cũng biết rồi, mà Vô minh kiết sử thì cũng biết rồi, Hữu tham tức là có khởi một cái lòng ham muốn. Hữu là có nghĩa là có khởi một cái lòng ham muốn, tức là có kiết sử liền tức khác.

BẢY TÙY MIÊN

Nói như vậy là chúng ta đã rõ hết là bảy cái Kiết sử. Vậy thì rõ biết bảy Kiết sử thì chúng ta phải rõ thêm **bảy Tùy miên**. Tùy miên đây không phải Thùy miên là buồn ngủ. Còn Tùy miên, Tùy là theo, Miên là liên tục. Theo liên tục, cho nên cái này gọi là theo liên tục đó! Thì gọi là Bảy tùy miên. Cho nên có nhiều người không hiểu thấy trong kinh sách có chỗ sao để Thùy miên và có chỗ sao lại để Tùy miên? Họ không hiểu! Họ

không hiểu cái danh từ chỗ người ta dùng và người ta cũng không hiểu bởi vì chữ Tỳ với chữ Thùy nghe nó gần như là cái âm nó gần giống nhau, nhưng mà cái nghĩa nó cách xa lắm! Chữ Thùy là nó ngủ, mà chữ Tỳ là nó theo! Đó phải hiểu như vậy để rồi chúng ta mới thấy được bảy cái chỗ Tỳ miên này, nó có bảy Tỳ miên chứ không phải có thùy miên, hôn trầm, thùy miên không. Cái kia là ngủ nghỉ, ngủ gục thôi. Nó khác!

Cho nên bảy Tỳ miên này nó như thế nào?

Một là Dục ái tùy miên, nghĩa là cái lòng tham ái, tham dục của mình nó miên man, nó thích thú ở trong đó, nó kéo dài thích lắm, nó kéo dài cái thời gian liên miên ở trong đó. Cái người mà có cái tâm dục nó miên man ở trong những hình ảnh của các cô gái mà khiêu gợi họ đó, họ không bao giờ quên những hình ảnh đó. Cho nên nó làm cho họ miên man ở trong cái chỗ thích dục đó!

Sân tùy miên cũng vậy. Người ta chửi mình, cái bắt đầu suốt ngày đó nó cứ ở trong lòng nó cứ liên tục phiền não, phiền não hoài gọi là tùy miên Sân đó, đó là mình phải hiểu cái chỗ đó! Ngay sân rồi thì mình dứt đi liền, không, để nó kéo dài từ ngày này đến ngày khác, ba bốn bữa mới cười cười được

một chút, chứ cái mặt nó sầu. Đó là nó bị tùy miên Sân đó!

Kiến tùy miên cũng vậy, luôn luôn lúc nào mình cũng chấp những cái ý nghĩ của mình, cái gì của mình đúng luôn luôn mình cứ cho nó đúng, luôn luôn liên tục hoài cái gì cũng cho đúng đó. Coi chừng cái đó nó kéo dài mình mà nó không bao giờ cho mình thoát ra khỏi những cái tà kiến nữa! Nhiều khi những cái tà kiến của mình mà mình cứ cho mình đúng rồi mình cứ miên mật, cứ luôn luôn liên tục ở cái chỗ đó mà mình cho nó là đúng, đúng, đúng, không bao giờ sai hết. Ai nói gì cũng trật, chỉ có mình là đúng thôi! Thì cái đó là cái tùy miên đó, Kiến tùy miên.

Nghi tùy miên cũng vậy. Nghi người nào thì nghi chết thì thôi hà, không có chịu suy nghĩ con người ta có đúng có sai, người ta có ăn trộm hay không mà cứ nghi người ta ăn trộm, cứ để nghi người ta ăn trộm hoài mà người ta có ăn trộm đâu? Đó là Nghi tùy miên!

Mạn tùy miên cũng vậy! Ngã mạn, công cao, luôn luôn lúc nào hở ra cũng nghênh mặt ở trên trời, đi thì không ngó dưới đất mà ngó lên trời coi thiên hạ không ra cái gì, coi ngó người ta nhý kiến cỏ đó. Đó là Mạn tùy miên!

Hữu tham tùy miên. Lòng ham muốn của chúng ta, có cái gì cũng ham muốn liên tục ở trong đầu, thấy cái gì cũng ham, thấy cái gì cũng ham, gọi là Hữu tham tùy miên. Thấy vật gì nhỏ, lớn gì cũng tham hết, cũng đem nhét cất hết, đó là Hữu tham tùy miên đó!

Vô minh tùy miên là luôn luôn lúc nào cũng không thấy hiểu biết gì hết à. Cái gì cũng chấp, cái gì cũng dính, cái gì cũng mắc hết á. Lúc nào nó cũng miên mật ở trong cái đầu của người đó hết, thì đó gọi là Vô minh tùy miên, không có hiểu cái gì hết! Cái gì cũng bị dính mắc hết!

Đó là những cái phần mà chúng ta học về những cái từ để chúng ta biết được những cái trạng thái của tâm của chúng ta nó rơi vào ở trong cái trạng thái nào của Kiết sử, của Cái, của Năm triền cái, của bảy cái Tùy miên. Chúng ta biết được những cái chỗ đó để mà chúng ta biết được cái tâm niệm của mình nó đang ở cái dạng nào mà chúng ta diệt trừ nó chứ không có để. Nói như vậy nó quá nhiều, quý thầy cũng khó nhớ, do đó quý thầy cũng ***cần phải đọc đi đọc lại nhiều lần để nhớ những cái này.*** Khi tâm chúng ta khởi ra, chúng ta biết nó nằm ở trong cái Kiết sử nào, cái Dục cái nào như thế nào thì chúng ta mới loại trừ nó ra được, còn nếu không thì chúng ta khó mà loại trừ

ra được!

Bây giờ Thầy đọc lại chỗ Tùy miên để cho các con kiểm tra lại bẫy có phải không? Một là *Dục ái tùy miên*, hai là *Sân tùy miên*, ba là *Kiến tùy miên*, bốn là *Nghi tùy miên*, nghi là nghi ngờ đó, năm là *Mạn tùy miên*, sáu là *Hữu tham tùy miên*, bảy là *Vô minh tùy miên*. Đủ rồi phải không?

GIỚI TUỆ

Để tiếp tục cái chương trình giáo án này, quý thầy học đến **Giới tuệ**. Sau thời gian đã qua, đã được học Giới hạnh, Giới đức và bây giờ là học Giới tuệ. Giới tuệ phải được đặt trên nền tảng của Giới đức, nếu không đặt trên nền tảng Giới đức thì khó mà xây dựng ngôi nhà Giới tuệ được. ***Nghĩa là không tu tập xong Giới đức thì không thể nào tu tập Giới tuệ được. Cũng như các thầy không tu tập Giới hạnh được mà vội tu Giới đức thì khó mà tu tập được.*** Ví như trường học ngoài đời có ba cấp, một là Tiểu học, hai là Trung học, ba là Đại học. Nếu học chưa xong Tiểu học thì làm sao lên Trung học học được? Nếu học chưa xong Trung học mà lên Đại học thì làm sao học được? Vì vậy quý thầy muốn tu theo đạo Phật thì quý thầy phải tu tập lớp **Sơ thiện** tức là Giới hạnh. Khi đã tu tập lớp này xong mới tiến lên lớp **Trung thiện** -

Giới đức. Sau khi đã tu tập xong lớp Trung thiện xong thì quý thầy mới tiến lên lớp tu tập **Hậu thiện** là Giới tuệ.

Đó thì quý thầy thấy nó phải có từng bước từng bước, cũng như bây giờ thí dụ như cái lớp mà Sơ thiện là cái lớp Giới hạnh, mà cái lớp Giới hạnh thì quý thầy biết rằng đó là cái lộ trình của người tu sĩ. Bây giờ quý thầy còn ở trong chiếc áo của cư sĩ, còn gia duyên còn làm những công việc, còn bao nhiêu nghề nghiệp để sinh sống thì thử hỏi quý thầy không có thực hiện cái lớp đó mà bây giờ cho quý thầy ngồi cái lớp Giới đức để tu thiền định thì có được không?

Như vậy là quý thầy không có học cái lớp Tiểu học mà nhảy lên Trung học học thì ngồi đó chỉ ngó thôi chứ làm cái gì? Người ta cho bài ra thì chỉ còn có nước cắn ngòi bút chứ làm sao mà làm? Đó thì quý thầy thấy điều đó là một cái điều mà quý thầy đã lạc ở trên con đường tu tập. **Cho nên cái ba y, một bát mình chưa xong mà mình vội mình ngồi tu thiền thì chẳng qua là mình đi vào cái thiền ma, thiền quý thôi chứ làm sao mà thiền gì đúng được?** Bởi vì đức hạnh của con người là cái Giới hạnh, là phải dẹp tất cả cái đời sống của thế gian mới đi vào cái con đường này được!

Bởi vậy đến Giới tuệ, quý thầy mới thấy

cái lực của Giới tuệ nó tuyệt vời không thể nào tưởng tượng được là vì người ta phải dẹp hẳn cái cuộc sống của thế gian, hoàn toàn là người ta thực hiện cái đời sống của bậc tu sĩ rồi. Do đó mới đến cái Giới tuệ này chúng ta mới thấy nó là cả một cái sự siêu việt của con người chứ đâu phải là tầm thường?

Cho nên muốn đi được vào cái chỗ này mà quý thầy còn sống ở trong thế gian thì thử hỏi làm sao mà quý thầy được? Cho nên cái lớp Sơ thiện mà không được thì làm sao mà học cái lớp Đại học – cái lớp Giới tuệ được, cái lớp mà Hậu thiện được? Đâu có phải chuyện dễ đâu?

Lẽ ra người dạy đạo tu hành không thể dạy mệnh mang như thế này được. Nghĩa là đối với Thầy là một người mà dạy đạo thì không bao giờ mà dạy mệnh mang. Nhưng vì cái giáo án tu tập của đức Phật đã có sẵn mấy ngàn năm, nghĩa là cái giáo án của Phật đã để lại trong kinh sách của chúng ta mấy ngàn năm chứ không phải là ít, hai ngàn năm trăm bốn mươi một năm chứ đâu phải ít? Thế mà đến bây giờ chưa có ai sắp xếp lại được những cái thứ lớp này. Cho nên ở đây vì vậy mà Thầy phải dạy mệnh mang như vậy chứ còn lẽ ra mà dạy đạo là tùy theo căn cơ của mỗi người. Bây giờ đến đây là phải sống đúng cái hạnh của người tu. Nghĩa là phải bỏ hết của cải, tài sản, dẹp hết

những nghề nghiệp, đến đây chỉ ôm bát đi xin mà thôi, thì cái đó là cái Giới hạnh thứ nhất!

Cho nên chấp nhận được thì vô tu, còn không chấp nhận được thì thôi chứ còn tu lơ mơ mà như thế này thì tổn của đàn na thí chủ chứ có ích gì đâu? Nó có đi đến chỗ nào được đâu? Cho nên khi mà chấp nhận cái đời sống mà xuất gia tu hành rồi thì phải ba y một bát rồi. Đó là cái Giới hạnh!

Về cái Giới đức thì bắt đầu bây giờ mình đã ly được rồi thì ngay đó cái Giới đức mình có thể tiếp tục mình tu được rồi, đâu có gì khó đâu? Đó thì quý thầy thấy cái điều kiện tu tập nó phải rõ ràng. Còn bây giờ mà thầy dạy mênh mang như thế này thì thử hỏi cái lớp mình có ai dứt được chưa? Chưa à! Phần nhiều là chúng ta còn đang ở trong lưng chừng chứ chưa phải là rõ nét đâu, khó lắm chứ không phải dễ!

Đó, nhưng vì giáo án tu tập của đức Phật đã có sẵn mấy ngàn năm nhưng chưa ai sắp xếp có lớp lang, có kỹ thuật, thầy sao thấp cao cho rõ ràng để người tu tập được dễ dàng, vì thế Thầy phải sắp xếp có lớp lang, có kỹ thuật nên mới dạy mênh mang như thế này. Và lại nếu Thầy không làm điều này thì nhìn trước, nhìn sau còn có ai làm được và làm sống lại giáo lý của đức Phật? Nghĩa

là bây giờ nhìn trước, nhìn sau thì Thầy thấy chưa có một vị thầy nào, chưa có một người nào mà có thể gánh vác cái trọng trách này được! Cho nên buộc lòng Thầy phải dạy cái cách thức mênh mang như thế này nè. Chuyện mà các thầy chưa tu tới mà phải nói á, gọi là dạy mênh mang đó! Thay vì tu tới đâu Thầy dạy tới đó chứ không phải là dạy như cái kiểu này được! Cho nên ngày xưa đức Phật dạy đệ tử của Ngài cũng vậy. Khi tu tới đâu thì Ngài dạy tới đó, mà người nào chưa tu tới thì Ngài chưa có dạy tới những cái mà chưa có thể mà dạy cho họ được. Còn bây giờ vì có những cái điều kiện cần phải làm cho nên Thầy phải làm mà thôi! Chứ dạy như thế này nhiều khi gieo vào trong tâm tư của quý vị những cái tưởng giải trong đó không hà, những cái tưởng tượng của các vị trong đó không hà, chứ không phải là cái tốt lành gì đâu!

Cho nên Thầy không có mong muốn làm cái điều này. Cho nên từ cái ngày mà Thầy tu hành xong ấy, Thầy ra thất, Thầy không bao giờ Thầy muốn viết một bài kinh nữa. Thầy đã hiểu biết cái lầm lạc đó vì viết bài kinh là giết người ta chứ chưa phải là độ người ta đâu! Vì khi mà người ta hiểu nó hay là người ta bị dính nó rồi. Rồi khi mà người ta chưa tu tới đó, người ta tập chưa có căn bản, đầu chưa có mà người ta tập, người ta

thấy cái hay đó, người ta bắt đầu người ta tập cái đó thì cái tướng của người ta sẽ sinh ra. Mà nó sinh ra thì nó là ma chướng của họ chứ đâu phải là chuyện dễ? Cho nên viết kinh sách là một cái tai hại! Cho nên thời đức Phật Ngài không có viết kinh sách và người nào tu tập tới đâu là dạy tới đó rồi sai thì Ngài nhắc nhở chứ cũng không cho ai lấy lá buông hay hoặc là lấy lá thốt nốt mà ngồi viết chữ lên đó hết để mà ghi nhớ lại như bây giờ đâu!

Còn bây giờ chúng ta ghi nhớ như vậy, nó làm cho đầu óc của chúng ta không có sống độc cư, không có sống trầm lặng được! Thường thường là chúng ta hay quên, mà chúng ta tu tập vốn tu tập chứ không phải vốn để nhớ. **Tu tập để giải thoát chứ không phải là nhớ một cái bồ chứ đó đâu, một cái tử đưng kinh sách đó đâu!** Cho nên chúng ta vốn để nhớ, nhớ để nó trở thành cái tâm của chúng ta trở thành một cái tử đưng kinh sách, từ đó mới giải thoát.