

Trưởng lão Thích Thông Lạc

THẦY DẠY
MINH ĐIỀN - MỸ CHÂU I

Người nghe: Phật tử

Thời lượng: [01:29:25]

Nghe pháp âm:

<https://youtu.be/TXvZ9FxFm80>

1- CÁCH THỨC THIỆN XẢO ĐỂ DẪN TÂM

Phật tử Minh Điền: Bạch thầy, Mỹ Châu con kính bạch Trưởng lão từ bi chỉ dạy cho con thiện xảo cách nào để tập trung cao độ sự tỉnh giác?

Trưởng lão: Cái sự tập trung của đạo Phật, là cách thức thiện xảo để dẫn cái tâm thôi, chứ không phải mình tập trung vào cái đối tượng để mà ức chế tâm, cho nên cái đó gọi là thiện xảo. Còn cái mình tập mà trung ức chế thí dụ như mình nương vào hơi thở, mình cố gắng mình tập trung trong hơi thở để cho đừng có cái niệm khởi, thì cái đó là không phải thiện xảo mà ức chế tâm. Còn cái thiện xảo của đức Phật rất khéo léo, đức Phật đã dạy ở trong cái Định Niệm Hơi Thở.

Thí dụ như muốn cái tâm cho nó đừng có một cái, nó yên tịnh, nó thanh tịnh, đừng có cái niệm khởi. Muốn cho cái tâm nó được như vậy, nhưng mà nếu mình muốn như vậy thì mình phải làm đúng cách của nó thì nó sẽ không có niệm. Nhưng mà cái gốc của cái niệm nó khởi ra thì nó còn chưa có hết. Do mình sống hằng ngày, mình ly được cái tâm tham, sân, si của

mình, ly dục ly ác pháp, thì cái đó là cách thức tu để ly.

(1:09) Còn bây giờ cái thiện xảo để làm cho cái tâm của mình nó tập trung, để nó không có cái niệm. Cho nên trong cái đề mục thứ sáu của Định Niệm Hơi Thở, thì đức Phật có dạy cách thiện xảo, có dạy cách thiện xảo. Ví dụ như mình muốn cái tâm của mình an tịnh nó không có niệm, thì mình có cái phương pháp mình làm cho cái tâm mình nó được an ổn mà nó không có niệm.

Thì cái phương pháp đó đức Phật nói mình lấy cái ý thức của mình, mình nhắc cái tâm của mình, nhắc: *"An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra"*. Mình cứ, cứ năm hơi thở hay là mười hơi thở mình nhắc một lần. Mình cứ nhắc, nhắc cái thời này nó chưa hết, thời sau đó nó sẽ hết, hoặc thời sau nữa nó sẽ hết.

Nó sẽ không niệm, nhưng mà không phải là mình dẫn cái tâm mình vào chỗ không niệm đó để rồi nó hoàn toàn nó ly dục ly ác pháp. Mà chính cái chỗ không niệm đó đó để cho mình, cái tâm của mình, cái thân của mình nó an tịnh được, không có niệm thì mình mới dừng, khi

mà cái tâm nó thanh tịnh, nó không niệm thì mình mới dùng cái phương pháp tác ý: "*Quán ly tham, quán vô ngã*".

Thì lúc bấy giờ ngâm ở trong đó, cái phương pháp mà tác ý nó ngâm, cái lực nó làm cho cái Ngũ Triền Cái, tức là cái tham, sân, si, mạn, nghi của mình. Năm cái màn che á nó bị phá nát, làm cho đổ vỡ cái cái màn che đi. Để làm cho cái tâm mình nó thanh tịnh hoàn toàn, nó không bị năm cái màn ngăn che này gọi là Ngũ Triền Cái.

(2:40) Cho nên khi mà dẫn cái đề mục thứ sáu ở trong Định Niệm Hơi Thở, nó dẫn cái tâm nó đến không có vọng tưởng. Nghĩa là một cái người mà mới tu, thì chúng ta hơi khó. Nhưng mà cái người mà tu có lâu rồi chúng ta chỉ nhắc nó một chút xíu thì nó sẽ không có và đồng thời cái tỉnh thoảng mình nhắc, thì suốt cái thời gian mình tu nó không có niệm đâu, nó không có niệm. Cái đó là cách thiện xảo bằng cái phương pháp dẫn tâm.

Cho nên thí dụ như Thầy ngồi lưng thẳng, ngồi kiết già mà Thầy muốn không niệm, còn bây giờ Thầy lại muốn không niệm mà Thầy cứ tập trung trong hơi thở, thì Thầy dùng cái đối

tượng đó, thì bị ức chế. Còn trái lại mình cứ nhắc thôi, Thầy không có ức chế nó để cho tự nhiên cái hơi thở ra, vô mình biết một cách rất tự nhiên chứ không có tập trung gom vô. Con hiểu không? Do như vậy mà mình chỉ nhắc: "*An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*". Chữ tâm hành là cái tâm của mình nó có hai cái hoạt động, cái hoạt động tịnh và cái hoạt động động. Cái hoạt động động là nó có cái niệm. Còn cái hoạt động tịnh thì nó không niệm.

(3:45) Cho nên mình bảo nó an tịnh tức là nó phải thanh tịnh, nó không có niệm mà nó phải an ổn, nó không có lăng xăng. Cho nên vì vậy mới bảo: "*An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*". Thì cái hít vô và thở ra nó là vấn đề phụ, mà chính cái phương pháp tác ý mà an tịnh, đó là chính.

Cho nên mình luôn luôn mình phải nhắc, mình nhắc, nhắc đến khi nó, nó thuần thực, chỉ nhắc nó một lần, hai lần thôi. Bắt đầu nó không có niệm, con ngồi suốt 30 phút hay một giờ, không có bao giờ có cái niệm vô. Cái đó là cái thiện xảo để cho cái tâm nó không có niệm. Nhưng khi mà chúng ta thiện xảo được rồi, được rồi thì bắt đầu bây giờ đó chúng ta mới,

chúng ta mới: "*Quán vô ngã tôi biết tôi hít vô, quán vô ngã tôi biết tôi thở ra*". Cái ngã của mình ngằm nó chấp chặt lắm, cái thân kiến của mình nó chấp chặt lắm.

(4:36) Cho nên vì vậy đó, chỉ khi mà cái tâm của mình hoàn toàn nó không có niệm, nó hết niệm rồi, bởi vì cái đề mục thứ sáu nó làm cho cái tâm của chúng ta nó định, không có niệm nữa. Thì lúc bấy giờ chúng ta mới quán ly tham, quán ly sân, quán vô ngã, quán thân này không phải của ta. Thì lúc bấy giờ nó mới có hiệu quả, còn cái tâm mình nó còn lăng xăng thì nó không có hiệu quả. Con hiểu chỗ đó, cái đường đi của đạo Phật mình như vậy.

Cho nên những cái đề mục này, khi mà những cái đề mục này cho tới khi mà đề mục thứ mười bảy, tức là quán ly tham, quán ly sân, cho nó ly tham, sân, si, vô ngã. Tất cả, tất cả những cái đều là vô ngã, đều là không còn cái gì mà mình dính mắc ở trong cái thân kiến của mình nữa hết rồi. Thì lúc bấy giờ cái tâm nó sẽ định tĩnh, cái tâm định tĩnh thì trong cái đề mục thứ mười bảy, đức Phật dạy với: "*Với tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô, với tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra*". Thì cái hiện tượng mà tâm định tĩnh

nó có hiện ở trên cái trạng thái lúc cái đề mục đó.

(5:35) Nhưng khi đó chúng ta lại chuyển nó qua cái Thân Hành Niệm, cái Thân Hành Niệm là ra lệnh, một cái lệnh truyền thì cái hành động nó làm theo cái lệnh. Và cứ như vậy mình tập, tập cho nó quen từng cái hành động để cấu kết nó thành một cái cỗ xe. Do đó cái tâm nó sẽ bám chặt ở trên cái thân hành đó, nó định tĩnh trên thân hành đó. Vì vậy mà Bảy Giác Chi nó xuất hiện ra đủ. Còn cách thức thiện xảo mình tu là khéo léo mà thiện xảo cho đừng có niệm, để cho mình quán ly tham, quán ly sân, quán vô ngã cho ngằm ở trong đó nó tạo thành cái ý thức lực, ý thức lực nó ngằm nó quét ra.

(6:09) Cho nên cái người tu khi người ta bèn chí, người ta bèn chí, người ta không có lo nó có niệm. Thí dụ như bây giờ con dẫn: "*An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô*". Nhưng mà nó vẫn còn niệm chứ chưa phải hết, nhưng mình cứ bèn chí đi, mình sẽ nhắc rồi nó sẽ hết. Mình tin rằng đức Phật dạy cái pháp này, là giúp cho cái tâm của mình sẽ không còn niệm chứ không có ức chế. Cho nên mình cứ thiện xảo ở trên cái pháp mình cứ nhắc hoài, nhắc hoài. Ngày nay

mình tu, ngày mai mình tu, nó bỗng dung sao lại nó rỗng rang, cái đầu óc nó rỗng rang.

Bởi vì mình nhắc cái bắt đầu nó an tịnh rồi nó rỗng rang, cái tâm nó không phóng dật ra. Thì lúc bấy giờ đó con mới tác ý con: "*Quán ly tham tôi biết tôi hít vô, quán ly tham tôi biết tôi thở ra*". Thì lúc bấy giờ cái năng lực mà ly tham, con thấy nó nó rất mạnh, nó rất mạnh. Vì lúc bấy giờ cái tâm nó thanh tịnh rồi, bởi vì nó không có niệm thì nó đang ở trong cái dạng mà vô niệm rồi, nó thanh tịnh thì mình quán ly tham, quán ly sâu thì nó có cái lực, cái lực hơn tâm mình còn niệm. Thì như vậy cách thức đó gọi là thiện xảo.

2- DỪNG THÂN HÀNH NIỆM PHÁ THỌ ÁM MA

(7:15) Phật tử Minh Điền: Bạch Hòa thượng, khi tập trung cao độ sự tỉnh giác thì bị thọ ám ma, cách xử trí như thế nào. Mỹ Châu bị thọ ám ma là đang ngồi cái có một bày kiến vàng nó bu, nó cắn, nó rút nó rút da, xé thịt trên cái tay của Mỹ Châu. Rồi kính bạch Thầy chỉ cho con vượt qua thọ ám ma.

Trưởng lão: Cái trường mà học bị thọ âm ma nó đến, nó phá, nó làm cho mình cảm thấy đau đớn, nhức nhối ở trong cái thân của mình.

Thí dụ như bây giờ mình đi Thân Hành Niệm mà khi đó, cái lệnh cái ý thức của mình lệnh bảo: "*Chân trái bước*" thì mình đỡ lên mình bước, nhưng khi để chân xuống cái nghe nó thốn, nó đau, đó là thọ âm ma nó đánh rồi. Thì lúc bấy giờ đó chúng ta không phải sợ, không phải sợ. Lúc bấy giờ chúng ta có một cái tâm nguyện, một là chết, hai là chứng quả A La Hán. Vì lúc này là lúc phải chiến đấu tận cùng với thọ âm ma chứ không thể đầu hàng nó. Thí dụ đầu hàng cái nó đau quá, cái mình xả ra, tức là đầu hàng.

Bây giờ mình ngồi mình thấy kiến vàng cắn mình đau quá, mà kiến vàng cắn mà con biết nó đau ghê gớm chứ, còn thôi mình xả ra thì như vậy là mình đầu hàng, một là tao sống, tao chiến đấu với thọ là không thua. Tuy rằng nhất định là ngồi chết, còn nếu mà đi mày cắn đau nhức, tao cứ ôm chặt ở trong cái thân hành thôi, hoàn toàn là không lìa ra pháp.

(8:35) Thí dụ như bây giờ mình đang ngồi mình hít thở, nhất định là tao ôm chặt cái hơi

thở chứ tao không có lia khỏi hơi thở đâu, cho mày cắn chết bỏ. Thì lúc bấy giờ nó chỉ là một cái gan dạ của mình, chỉ mình cần gan dạ đừng có dao động tâm, thì tất cả những con kiến vàng này nó cắn, nó chạy mất hết. Cái lực của nó, cái từ trường khi mà cái tâm nó bất động rồi, cái lực nó rất mạnh, nó rất mạnh. Nó phóng ra cái từ trường, nó làm cho các loài vật này nó giãn ra hết.

Như bây giờ mình ngồi kiết già, mà kiến, kiến gì nó lại nó cắn mình, nó ngứa, mà lúc bấy giờ mình nhất định là tu Thân Hành Niệm định tĩnh rồi thì nhất định là không có xả, không có xả ra đó, chết bỏ chứ còn nhất định là không đuổi kiến. Tao sử dụng cái pháp, cái pháp: "*Thọ là vô thường, kiến cũng là vô thường, tất cả những cái này đều do nhân quả, nếu quả chẳng đời trước tao có gieo nhân quả, thì tao cho tụi bây ăn thịt tao, tao trả lại, tao không sợ chết đâu*".

Bắt đầu cái tâm nó vững vàng, khi mà tâm vững vàng, một là tao chết, hai là tao chứng quả A La Hán, có hai con đường này, chỉ phải chọn hai cái này thôi. Khi mà gặp thọ âm ma thì đừng có sợ hãi, một là chết hai là chứng quả A La Hán có vậy thôi. Nhưng mà khi mà mình

quyết định như vậy thì con sẽ thấy sau lưng cái trận mà đau đó đó, kiến cắn nó đó, nó sẽ chạy mất hết, hoàn toàn nó chạy hết và nó để lại cho mình một cái trạng thái hoàn toàn đặc biệt, đặc biệt vô cùng không thể nào mà lường được.

Mà đức Phật đã nói, khi mà cái sức tận cùng chịu đựng cái cảm thọ khổ đau tận cùng của sức sinh mạng của mình thì nó sẽ mát lạnh. Đúng vậy, khi mà một cái người mà người ta vượt qua rồi người ta mới thấy, đúng là mình vượt qua cái cái cảm thọ của mình rồi. Thì phía sau cái cảm thọ đau đớn đó, nó sẽ bồi đắp lại cho mình một cái, một cái sống, một cái trạng thái an lạc vô cùng không thể tưởng tượng được. Đó là, đó là phải đánh chiến đấu với thọ ấm ma là như vậy, đừng có sợ.

(10:36) Cho nên vì vậy mà con biết khi mà cái người tu, mà nếu tu tới cái giai đoạn gọi là Thân Hành Niệm. Đức Phật nói nó nhiếp phục được sự đau đớn. Con đọc lại cái bài Thân Hành Niệm, có mười cái điều kiện mà nó nhiếp phục, có năm điều kiện đầu tiên nó nhiếp phục tất cả những cái đau mà đau đến tận cùng nó nhiếp phục đều được, ôm cho chặt trong cái pháp hành ấy.

Nghĩa là thân hành con đang đi, bởi vì con đang đi phải không? Mà mỗi bước đi con để chân xuống nghe nó thốn đau, mặc mày chết tao vẫn để chứ tao không đầu hàng đâu. Chân này bước rồi cái ôm chặt chân kia, lệnh chân trái bước, chân trái để lên bước, chân mặt bước, cũng đi chậm chậm chứ nó đau, không có lật đật, không có vội vàng.

Thì khi mình chiến đấu với cái thọ âm ma đó, là chiến đấu rất là vững vàng và tinh thần của mình, mình phải tạo: “*Một là chết, hai là chứng quả A La Hán, cho nên tao không sợ đau!*” Cho nên đi vẫn không có vội vàng mà đi đúng với cái tánh cách của Thân Hành Niệm, cho nên nó chậm chạp để xuống vững vàng chứ không phải sợ đau mà để nhẹ nhẹ, không có đau, để cũng đàng hoàng, rồi chân này cũng vậy. Vì vậy mà cuối cùng thì trong vòng chừng năm, mười bước cái tâm không dao động là thọ âm ma chạy mất hết.

(11:46) Cho nên bảo Mỹ Châu, khi mà gặp thọ âm ma là một là mình tới cửa đạo, hai là mình đầu hàng nó, có vậy thôi. Mà nếu mà còn sợ chết thì đầu hàng mà không sợ chết thì tao chứng quả A La Hán có vậy thôi. Ở đây cái chỗ

này nó chỉ có chớp nhoáng thôi. Con hiểu không?

Lúc đó bây giờ cái tâm nó sẽ không còn phóng dật nữa, nó vẫn ôm cho chặt rồi bắt đầu nó bị cái thọ đó, nó khép chặt cái thọ thì cái tâm nó lại bám chặt ở trên thân hành. Do đó nó càng bám chặt bao nhiêu thì cái sức định tĩnh nó càng bấy nhiêu. Mà cái sức định tĩnh, hễ mà khi mình bị cái thọ rồi mà mình bám cho chặt, thì lúc bấy giờ cái từ trường ở trong người của mình nó phóng ra, nó phóng ra một cái luồng từ trường mình cảm thấy cái thân của mình nó đang đau vậy mà cái từ trường nó phóng ra, nó nghe nó mát, mát lạnh à. Nó không còn nhức nhối, không còn chỗ nào, cái thân nó an mà nó nhẹ nhàng như một cái thúng bông gòn. Nó lạ lắm, chứ không phải đâu.

Bởi vậy Thầy nói tu hành nó có nhiều cái mình cũng thấy nó lạ. Chỉ có người gan dạ thì mới có, mới có được chứ còn cái người nhát gan thì chỗ này thì chắc ai cũng sợ. Cho nên hầu hết là hầu như mọi người mà tu đến cái giai đoạn này mà gặp thọ ám ma rồi thì người ta phân nhiều đầu hàng, bỏ cuộc, tức là sợ quá. Còn cái người mà không sợ thì họ lại hưởng

được, họ lại hưởng được cái mùa xuân vĩnh cửu.

(13:03) Phật tử Minh Điền: Mỹ Châu nói nó cắn, nó rút, nó rút, nó rút. Cho nên mấy ngày đầu thì thua mà sau này cũng tiếp tục tu lại, cũng vững vàng.

Trưởng lão: Thôi như vậy là được rồi, nó chiến đấu được.

Phật tử Minh Điền: Mỹ Châu không có chịu thua.

Trưởng lão: Rồi, được rồi.

Phật tử Minh Điền: Nhưng mà mấy ngày đầu thì phải chịu thua nó bởi vì không biết đó bạch Thầy, nó cắn đau đớn quá rồi cái không dám ngồi thiền. Cái con nói thì bà quyết làm hay là bà xả nó ra sao rồi. Bởi vì cần phải về hỏi Thầy.

Trưởng lão: Lên hỏi Thầy phải không?

Phật tử Minh Điền: Rồi sau đó về con nói đi tu cũng dữ.

Trưởng lão: Nỗ lực.

Phật tử Minh Điền: Mỹ Châu tu khá mà lại hay thấy những cái dè dặt ở trong cái không gian đó mà Thầy, cái đó là có niệm gì ạ Thầy?

Trưởng lão: Cái đó là những cái, thứ nhất là cái cảm nhận. Bởi vì khi mà con nhớ, con nhớ khi mà mình tu về Định Niệm Hơi Thở: “*Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô*”, Cảm giác toàn tâm là cảm giác vũ trụ trong con, còn thân là cái không gian của nó, mình cảm giác được cái thân của mình là cảm giác cái không gian. Còn cảm giác cái vũ trụ của nó là cảm giác cái tâm của mình, nó mênh mông.

Cho nên vì vậy đó, thì lúc bấy giờ khi mà mình tu hai cái pháp này rồi, thì lúc bấy giờ mỗi một cái từ trường mình phóng ra, mình cảm nhận được cái từ trường của mình, từ trường thì nó vô hình con. Mà mình cảm nhận được, cảm nhận được trong người của mình nó đang phóng ra một cái từ trường rất là mạnh. Nghĩa là nếu mà mình, mình dùng cái tưởng của mình, mình nghĩ rằng những cái từ trường này nó sẽ trở thành cái ánh sáng, thì ngay đó là cái ánh sáng nó tỏa rộng ra như cái hào quang. Còn nếu mà mình không có dùng thì người ta không thấy đâu, nhưng mà mình cảm nhận được từ cái từ trường trong người của mình nó

phóng xuất ra, nó phóng xuất liên tục. Như là những cái ánh sáng ở trong người mình nó phóng ra vậy.

(14:44) Thì do như vậy mà cái tâm mình nó định tĩnh thì nó sẽ phóng, nó phóng rất rất mạnh con. Cho nên con muỗi, con mòng, tất cả những cái loài vật gì xung quanh nó bị từ trường nó phóng ra, không con vật nào mà vô được. Mà mới cái tâm nó định tĩnh thôi, chứ chưa phải là mình Nhập Định đâu nghen. Đó nó có định tĩnh à, nó không phóng dật thôi đó mà nó còn có cái lực từ trường nó như vậy.

Nó y như là cái, nếu mà mình, nếu mà ban đêm mình thấy ngọn đèn mà đốt lên, mình thấy ánh sáng nó tỏa ra, thì cái ánh sáng mà mình thấy sáng ra tại vì cái đèn tối mà thấy sáng, cái chỗ mà ánh sáng của ngọn đèn nó tỏa ra thì mình thấy sáng chứ còn sự thật nếu mà nó không có đèn tối như ban ngày thì mình không thấy sáng được. Con hiểu không? Thì cái từ trường đó chỉ có cái người đó người ta nhận thôi. Còn cái người khác thì muốn nhận được nó thì phải ở trong đèn tối mà nhận ra cái ánh sáng chứ không có cách nào khác hơn hết.

(15:29) Cho nên vì vậy mà một cái người mà tâm bất động rồi thì cái từ trường nó sẽ phóng ra, nó phóng ra. Mà tâm bất động thì tức là nó phải định tĩnh, nó không định tĩnh thì nó không bất động được. Con thấy như bị thọ âm ma, những con kiến vàng nó cắn mà cái tâm mình bị dao động rồi, thì cái từ trường nó mất. Còn mình không dao động, không sợ chết gì hết cái từ trường nó phóng ra, thì bao nhiêu cái đau đón đó nó sẽ bị diệt đi. Nó làm cho mình sống trong một cái trạng thái an lạc rất lâu của đạo. Đó là cách thức chiến đấu.

3- KẾT HỢP CẢ THÂN HÀNH NỘI VÀ NGOẠI MỚI ĐỦ BẢY GIÁC CHI

(16:03) **Phật tử Minh Điền:** Kính bạch Thầy, muốn thực hiện đủ Bảy Giác Chi thì phải tập trung sự tỉnh giác trên mười hai tiếng đồng hồ, trong Thân Hành Niệm Ngoại hay Thân Hành Niệm Nội?

Trưởng lão: Về cái Thân Hành Niệm Nội và cái Thân Hành Niệm Ngoại thì trong bài Thân Hành Niệm thì nó kết hợp nội và ngoại. Không thể, cái lực của nó, nó phải có nội và có ngoại. Mà nội, Thân Hành Nội là hơi thở mà Thân Hành Ngoại là cái hành động mình co tay, co chân, đi tới đi lui. Đó là Thân Hành Ngoại, thì

Thân Hành Ngoại nó có cái lực của ngoại thôi. Mà Thân Hành Nội thì nó có lực của nội nhưng mà hai cái này nó kết hợp lại nó gọi là Thân Hành Niệm.

Nó kết hợp nội và ngoại nó tạo cái lực nội và cái lực ngoại. Cho nên nó mới trở thành Bảy Giác Chi. Còn nếu mà nó có cái ngoại không thì nó không có thành Bảy Giác Chi được. Mà có nội không thì nó cũng không thành Bảy Giác Chi được. Bởi vì Bảy Giác Chi là bảy cái trạng thái giải thoát, bảy cái năng lực mẫu nhiệm. Do đó khi một cái người tu thì phải lấy thân hành của nó mà kết hợp lại nội và ngoại thì nó mới tạo thành bảy cái năng lực đó.

Cho nên vì vậy mình phải tu đủ chứ không thể tu thiếu được. Thí dụ đi kinh hành không thì nó có cái năng lực, cái lực của ngoại thôi. Thì thay vì nó Bảy Giác Chi thì nó có xuất hiện có Năm Giác Chi, nó còn Hai Giác Chi nữa nó không xuất hiện. Còn nếu mà mình tu cái nội nữa thì do đó cái giác chi nó sẽ xuất hiện đủ. Thì nhớ phải tu cho kỹ về Thân Hành Niệm mà đức Phật nói là: “*Cấu kết như cỗ xe*”.

Thì cỗ xe thì nó phải có bánh xe, có thùng xe. Mà nếu mà có bánh xe nó chạy mà không

có thùng xe thì nó đâu có chứa gì được đâu. Cho nên cái thùng xe coi như là nội, mà cái bánh xe mà cái trục, cốt để mà chạy, đó là ngoại. Con hiểu được như vậy thì mấy con thấy cái pháp của Phật cấu kết nó rất là hay, để làm cho mình có cái nội lực và có cái ngoại lực.

(17:54) Một cái người mà luyện võ công, thì họ luyện nội công thì nó có cái lực nội thôi, mà không có cái lực ngoại. Còn trái lại một người tu theo đạo Phật nó có lực ngoại mà có lực nội, nó cả hai bên. Mà nó đồng thời nó phải luyện tập, chứ nó không phải là, hai cái phương pháp này phải cấu kết nhau. Còn cái kia võ công, nó luyện, nó luyện tập những cái lực những cú đấm của nó, những cái đòn võ. Thì cái lực ở bên ngoài nhưng mà nó không cấu kết ở bên trong được, cho nên vì vậy khi nó ngồi nó vận công, thì lại nó ngồi nó vận công mà không cấu kết được.

Còn cái phương pháp của Phật nó cấu kết nội và ngoại công của nó, nó tạo thành một cái lực, cho nên Bảy Giác Chi nó xuất hiện. Còn cái người mà luyện võ công, khí công, nó không có Bảy Giác Chi xuất hiện là tại vì hai cái này nó luyện rời ra, nó không kết hợp lại được. Cho

nên đức Phật nói: "*Kết hợp thành một cỗ xe*".
Do như vậy là mình phải chiến đấu.

4- CÁC ĐỀ MỤC ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ CHUYÊN SÂU

(18:50) **Phật tử Minh Điền:** Kính bạch Hòa thượng từ bi ban bố cho con được tu thêm đề mục Định Niệm Hơi Thở.

Trưởng lão: Đề mục Định Niệm Hơi Thở nó có mười tám cái đề mục. Bây giờ thì không biết là con tu tới cái đề mục thứ mấy rồi?

Phật tử Minh Điền: Cái này Mỹ Châu Thầy.

Trưởng lão: Mỹ Châu hả con, không biết nó tu tới cái đề mục thứ mấy rồi?

Phật tử Minh Điền: Tu cũng, con thấy cô đi tới điểm muốn gần hết đó rồi Thầy.

(19:14) **Trưởng lão:** Gần hết nhưng mà mỗi một cái cái đề mục nó có mang kết quả của cái đề mục. Bởi vì mười tám cái đề mục, khi một người mới tu tập nó thì người ta tu tập tất cả những cái đề mục này đều có tu tập hết. Nhưng mà nó không có đợi kết quả, còn khi mà chuyên sâu để đi vào cái Thân Hành Niệm, để bước vào

cái Tứ Niệm Xứ mà chuyển qua cái Thân Hành Niệm, thì bắt đầu người ta trở lại cái Định Niệm Hơi Thở, người ta chuyên sâu.

Cho nên mỗi cái đề mục của nó là phải đạt được cái kết quả. Thí dụ như bây giờ cái đề mục: "*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*". Thì lúc bây giờ cái thân của chúng ta, nó bị cảm thọ, cảm thọ nó đau, nó nhức hoặc nó tê. Bởi vì mình ngồi hai cái chân nó tê. Bây giờ tôi sẽ dẫn cái cái thân của tôi sẽ hết tê, bằng cái phương pháp Định Niệm Hơi Thở này, cái đề mục này.

Cho nên bây giờ tê tôi ngồi, tôi không đứng dậy, tôi xả đầu. Mà tôi vẫn ngồi bình thường, tôi nhắc : "*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*". Tôi cứ nhắc thôi còn nó tê mặc nó, nó hết tê thì cũng mặc nó mà tôi chỉ dẫn cho cái thân tôi nó an. Do đó cái kết quả người tu mà có kết quả của cái đề mục này, thì khi nhắc nó lần thứ nhất, lần thứ hai, lần thứ ba là nó không tê nữa, hết tê.

Nghĩa là cái chân của mình ngồi đang tê nhắc lần thứ ba là an ổn vô cùng, cái thân nó nhẹ bung lên, cái đầu óc nó rỗng rang liền, cái thân này nó cảm giác khinh an vô cùng, nó

không còn thấy tê nhức đau chỗ nào nữa hết, đó là như vậy. Thì do cái đề mục này, chúng ta mới thấy ngay cả khi mình ngồi mà hai cái chân bị đau hay tê mà mình còn dẫn nó hết đau, nó không còn đau tê.

(20:54) Thì bắt đầu bây giờ trong cái trường hợp như có một con muỗi cắn ở đây, nó ngứa thì mình thử đề cho mình dùng cái phương pháp này coi để mình đối trị coi cái ngứa này hết không, mình nhắc, biết nó đang cắn ngứa nè, nhưng mà nhất định là không đuổi con muỗi đâu để cho nó ngứa mặc nó đi. Mà bây giờ đó mình nương vào hơi thở, bắt đầu (nhiếp) cái tâm mình.

Bởi vì mình tu, mình tu nó quen rồi phải không? Phải mình nương vào hơi thở thì cái tâm nó bám vô hơi thở, nó không có bám vô chỗ con muỗi đâu. Do đó mình nhắc: "*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*". Rồi cứ năm hơi thở mình cứ nhắc vậy, nhắc lần lần lần lần. Một hơi sau không biết nó hết ngứa mất đâu, mất tiêu hết. Như vậy là đuổi được cái ngứa của con muỗi rồi, mình đuổi được cái tê của cái chân rồi.

(21:35) Nhưng bây giờ mình thử, hôm nào đó mình đau bụng hay nhức đầu hoặc là nó nhức cái tay, hoặc là nó thấp cái khớp, cái chỗ nào đó mà nó đau đớn. Được rồi tao dùng cái pháp này tao đẩy lui cái thọ này coi. Do đó mình cũng ngồi ngay ngắn, không có sợ đâu, ngồi ngay ngắn mình nhắc: "*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*".

Khi mình nhắc như vậy thì cái thọ, cái cảm thọ nó không có đánh trên cái thân của mình được là mình đã tu có kết quả của cái đề mục này rồi, cũng làm chủ được cái bệnh. Rồi cái tâm cũng vậy con, cái tâm mình lăng xăng niệm này niệm kia mình dẫn nó vô, nó cũng không có niệm nữa. Nó hay như vậy, cho nên vì vậy bây giờ mình dẫn được cái thân nó an, cái tâm nó an rồi.

Thì những cái điều kiện mà những cái đề mục khác, đi chuyên sâu là mình phải quán vô ngã, quán ly tham, quán ly sân. Là mình phải tu chuyên của nó. Thì tu chuyên nó để làm gì? Để nó tạo thành một cái nội lực. Mỗi lần mình nhắc là nó có cái hiệu quả. Thí dụ như trong khi mình tu rồi, mình tu cái đề mục thí dụ như:

"*Quán vô ngã tôi biết tôi hít vô, quán vô ngã tôi biết tôi thở ra*". Phải không?

Bây giờ đó mình ngồi tu thì mình như vậy, nhưng bình thường mình xả ra, có một người nào nói cái gì mà mình nghe cái tâm mình nó vừa muốn khởi chương nó thấy là ác pháp. Rồi mình nhắc, tự mình nhắc nó, mình nhắc cái tâm của mình, để cho nó hoàn toàn nó an ổn, để nó không bị gì hết, thì mình nhắc nó: "*An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*". Chỉ nhắc nó một cái, cái tâm nó im phăng phắc mà nó an ổn, nó nhẹ nhàng, nó không có phiền não, nó không đau.

(23:01) Bây giờ có cái chuyện gì xảy ra cho gia đình, nó phải bắt buộc mình phải lo chứ gì? Chuyện gì nó xảy ra thí dụ như một đứa con nó bị bệnh đau, nó đi nhà thương đi. Nghe cái tin đó, bây giờ mình thử cái tâm của mình coi nó an nổi không? Trong cái hoàn cảnh này thì chắc chắn là phải lật đật đi nhà thương coi nó đau bệnh như thế nào. Nhưng mình thử coi nó có an không? Mình nhắc: "*An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra*".

Bỗng dưng nó quên hết, nó không còn nhớ cái chuyện con đau hay gì nữa hết. Rõ ràng nó

thấy nó có cái trạng thái an lạc của cái tâm hoàn toàn im phăng phắc, nó nương vào hơi thở ra vô nhẹ nhàng. Mà hơi thở lúc bấy giờ con biết nó thông suốt luôn, nó thông suốt nó làm rỗng rang, nó tự động mà nó ra vô, chứ không phải là còn mình dụng cơ hít ra, hít vô đâu.

Cũng như bây giờ con tập trung nó rồi, con hề tập trung vô nó là con có dụng cơ, con hít ra hít vô. Còn cái này không vậy con, nhắc vậy đó thì tự động cái hơi thở nó ra vô. Cũng như một cái người mà nhạc sĩ mà họ nhịp nhịp xăn vậy đó. Hễ cái nhịp của nó, nó nhịp cái, nó nhịp thì nó tới đúng nhịp nó nhịp, thì cái hơi thở ra nó cũng nhịp đúng cái như vậy, rồi nó vô nó cũng nhịp đúng cái như vậy. Nó tự động nó ra vô, ra vô nó làm cho cái tâm của cái người mà tu nó nhẹ nhàng nó an ổn, nó không còn biết cái chuyện gì bên ngoài của nó nữa hết.

(24:11) Đó là cái chỗ kết quả của mười tám cái đề mục của Định Niệm Hơi Thở, rất là tuyệt vời. Nhưng mà đây là thuộc về chuyên sâu, chuyên sâu. Còn cái người mới tu thì không được. Họ tu mà nếu một người mới tu mà tu như vậy họ bị ức chế. Cho nên trải qua một cái thời gian tu coi như là họ có tập cho họ quen với mười tám cái đề mục này, quen với mười

tám đề mục. Tức là cái đề mục nào họ cũng có tu, tu sơ sơ rồi họ tới cái đề mục khác.

Cũng như trong ba mươi phút thì họ tu mười sáu cái đề mục này, họ tu hết mười sáu đề mục này. Cứ một chút cái họ nhắc cái đề mục này, một chút cái nhắc đề mục khác. Họ nhắc hoài như vậy. Nhưng mà cái đó là đi vào trong cái chỗ mà mình phải thông. Tức là mình biết được tổng quát hết được những cái đề mục của Định Niệm Hơi Thở.

Nhưng mà khi chuyên sâu rồi, để mà thực hiện khi mà bước vào Tứ Niệm Xứ để khắc phục tham ưu rồi đó. Thì đây là mình phải chuyên sâu, chuyên sâu nhờ cái Định Niệm Hơi Thở mà mình mới khắc phục được tham ưu ở trên cái Thân - Thọ - Tâm - Pháp của mình.

Thí dụ cái thân bây giờ đang đau nhức, nó có chương ngại là phải có pháp để đuổi, chứ còn nói không pháp đuổi làm sao mà gọi là khắc phục tham ưu ở trên đó được. Cho nên nó, cái tâm của mình cũng vậy, nó không thanh thản, an lạc mà nó cứ niệm này tới niệm kia khởi, hoặc là nó bị hôn trầm, thùy miên. Thì ngay đó mình phải lấy mười tám cái đề mục của Định Niệm Hơi Thở này mà quét nó mới được, chứ

không có mười tám cái đề mục của Định Niệm Hơi Thở này mà tu tập, mà mà chuyên sâu nó, thì mình không có cái phương pháp mình đối trị nó. Thì đó mình bị, mình đầu hàng chứ không thể nào mình ở trên Tứ Niệm Xứ mà khắc phục tham ưu được.

(25:38) Cho nên khi mà Thầy dạy tới cái pháp Thân Hành Niệm để biết thực hiện Bảy Giác Chi, thì chúng ta trở về chuyên sâu vào cái Định Niệm Hơi Thở. Từng cái đề mục, cái nào mà nó đã có kết quả rồi thì thôi mà cái nào mà chưa có kết quả thì phải chuyên trở lại, chuyên trở lại cho đạt được kết quả.

Và cứ như vậy lần lượt mỗi cái kết quả đó mình thấy rõ ràng là mình làm chủ được. Khi mà trở lại chuyên sâu con mới thấy cái năng lực của người ta làm chủ được bốn sự đau khổ Sinh - Già - Bệnh - Chết, cụ thể rõ ràng lắm. Nếu lúc nào mà nó xảy ra cái gì mình làm chủ được cái nấy hết, mình có cái phương pháp để mà làm chủ. Đó là cách thức trong bài Định Niệm Hơi Thở.

(26:14) Cho nên sau này tới cái điều kiện mà bây giờ thí dụ như bây giờ: "*Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra*". Thì lúc bấy giờ

Thầy biết là cái này nó sẽ chuyên sâu nó có kết quả rồi, nhắc nó là nó dẫn cái tâm nó được rồi nó không có còn lộn hơi thở, không còn này kia. Rồi đến cái hơi thở mà khi nó thở, nó thở cái tâm nó an tịnh được thì cái hơi thở nó thông suốt. Nếu nó dài thì nó cũng thông suốt, mà nó ngắn thì nó cũng thông suốt à. Thì cái này nó cũng là kết quả rồi thì mình khởi cái đề mục này.

Bây giờ tới cái đề mục: "*An tịnh cảm giác toàn thân*". Thì cái cảm giác này nếu mà nó đã cảm nhận được cái thân của nó rồi, thì cái đề mục này nó cũng thông qua được rồi. Thì bây giờ bắt đầu: "*An tịnh thân hành*".

Mà nếu mà nó nhắc cái thân nó được an ổn rồi, nó phá được những cái thọ của nó rồi thì nó đã thông qua được cái đề mục này rồi, thì nó đi tới "*Cảm giác toàn tâm*" để mà nó nhận được cái động và cái định của tâm nó. Rồi khi mà nhận được cái định của tâm nó rồi, thì cái đề mục này nó thông qua rồi thì coi như là có kết quả rồi. Thì nó đi tới cái chỗ mà: "*An tịnh tâm hành*", "*An tịnh tâm hành*" nó dẫn cái tâm nó vào cái cái sự an ổn đó thì nó sẽ không có niệm. Nó sẽ không niệm, nó thanh thản, an lạc và vô sự.

(27:24) Do cái tâm mà nó thanh thân rồi. Thì lúc bấy giờ đó nó chỉ còn có những cái đề mục quán vô ngã, quán ly tham, quán ly sân. Thì trong khi hằng ngày mình sống. Coi cái ngã mình còn hay không. Nếu còn cái ngã thì nó còn phiền, nó còn cái ngã thì nó còn lo, có chuyện gì thì nó lo thì tức là cái ngã của nó chứ không ai đâu. Bởi vì nó lo là nó lo, nó có cái ngã thì nó phải lo cho nó, nó lo cái ngã sở của nó là những cái xung quanh của nó. Những cái gì?

Ví dụ như con cái hay là nhà cửa, tài sản có hư hao gì thì nó lo. Đó là nó bị còn cái ngã. Vì vậy mà khi còn cái ngã, thì hằng đêm mình ngồi tu, mình chia ra nhiều thời trong một buổi vậy đó. Một buổi vậy thì mình chia ra, buổi tối thì mình chia ra mình quán vô ngã. Để cho cái quán thân vô ngã hay quán tâm vô ngã, hay quán pháp vô ngã. Thì mình quán những cái này để cho nó đi sâu vào nó phải vô ngã hoàn toàn. Nhưng mà khi nó vô ngã nó không có nghĩa là hoàn toàn mình trợ trợ như cây như đá, nó rất là sáng suốt nhưng mà nó không có, nó không có móng tâm, nó phiền não, nó lo lắng, nó bận bịu cái gì hết.

(28:25) Mỗi thứ vậy chứ nó có trí tuệ tức là tâm tứ của nó. Sự kiện gì xảy ra thì nó sử dụng ở trên cái sự tư duy của nó, thì nó biết cái này phải giải quyết như vậy là nó sẽ ổn, chứ nó không còn buồn lo, nó không còn sợ. Vì vậy mà trong khi đó nó hoàn toàn là nó vô ngã, là nó làm cho cái người đó bất động tâm, nó không có dao động trước ác pháp.

Đó là vô ngã là vô ngã chỗ bất động, chứ không có nghĩa là cái người đó nó mất đi hoàn toàn là họ không còn biết gì họ hết thì đó không phải. Nó không phải lọt vào ở trong cái Không Tướng như mà Thầy lọt vào trong cái trạng thái của Thiên Tông mà Tướng Không đó. Hai thàng mà Thầy hoàn toàn Thầy làm những cái hành động của Thầy nó theo như cái thói quen mà Thầy không biết. Thì như vậy là Thầy rớt ở trong cái Không Tướng. Nhưng mà chỗ đó là chỗ vô phân biệt của Thiên Tông, cái ý thức nó không hoạt động rồi. Cho nên bây giờ nó không phân biệt mà nó rớt vào ở trong cái đó là cái Không rồi. Rồi nó hoạt động theo cái thói quen của nó thôi. Ăn thì nó hoạt động theo cái thói quen. Thì đó là mình đã đi sai.

5- TRẠNG THÁI TƯỚNG THẦY GẶP PHẢI KHI CÒN TU TẬP

Vì cái chỗ này, sau này các con đọc Người Chiến Thắng phần thứ hai. Mà khi tu về cái vấn đề mà Tứ Thánh Định, Tứ Niệm Xứ và Tứ Thánh Định thì cái chỗ này sau này thì mấy con sẽ thấy Thầy nói, Thầy nhắc lại cái chỗ này rất nhiều.

(29:35) Là vì những cái trạng thái tướng này mà khi mà Thầy tu vào cái Tướng Không, rớt vào mười tám cái loại tướng của Thiền Tướng của bên Đông Độ đó. Thì lúc bấy giờ nó cứ nó xuất hiện ra những cái trạng thái này, nó làm cho con đường tu của Thầy nó rất là khó khăn.

Cho nên cái người mà đã rơi vào cái chỗ này rồi thì tu rất là khó. Còn cái người mà không có rơi vào chỗ chỗ này rồi tu rất dễ con. Cho nên mấy con mà chưa có rớt vào cái Không Tướng này thì mấy con sẽ dễ dàng. Còn người nào mà có bị trạng thái của tướng thì rất khó khăn.

(30:15) Khi mà Thầy, bị vì trải qua Thầy tu Thiền Đông Độ, Đại Thừa rồi Thiền Đông Độ, cho nên nó lọt vào cái thế giới tướng. Nó sau này nó trở về Nguyên Thủy nó có những cái khó, rất là khó. Thế mà Thầy còn vượt qua được. Còn mấy con bây giờ chưa có gì hết mà, chỉ khi mà các con tu sai một chút thì nó có cái

trạng thái tướng nó hiện ra thôi. Còn Thầy nó đã thâm căn rồi, mỗi lần mà vô thì bắt đầu nó hiện ra rồi. Còn các con thì bây giờ một cái mà ức chế tâm, mà gom tâm cho chặt rồi cái bắt đầu nó thấy có những cái trạng thái, trạng thái này kia nọ.

Nhưng mà mình có cái phương pháp của Phật tác ý rồi, nó đâu có làm sao nó trật được. Vì nó vừa móm ra cái hỷ lạc nào đó thì các con nói mình không dẫn cho nó hỷ lạc mà nó có hỷ lạc đây là ma hỷ lạc rồi, là tướng rồi. Còn bây giờ khi dẫn cho nó an lạc: "*An tịnh thân hành*". Ta dẫn cho nó an thì nó an thì nó đúng, mà cái này không dẫn nó an mà lại nó an, thì đây là ma an chứ đâu phải là của mình. Cho nên mình biết rõ rồi.

(31:15) Cho nên bây giờ mấy con có Thầy mấy con đỡ. Còn khi hỏi Thầy tu không có ai hết. Cho nên nó an là ý thức thôi chứ không biết đâu mà tránh. Vì vậy mà sau khi trở về Nguyên Thủy là đã từng sống trong những cái an ổn của của ma nó quá nhiều rồi. Cho nên mỗi lần có cái gì nó không biết đúng sai, cứ cái gì mà thấy nó tướng ra là kể như là mau mau dừng lại chứ không có cho nó thể hiện ra. Nó khó vì vậy mà Thầy phải sáu tháng, Thầy phải

sáu tháng để mà tu tập nó mới nhập được Tứ Thánh Định và thực hiện Tam Minh. Còn đức Phật có bốn mươi chín ngày, tại sao đức Phật lại có bốn mươi chín ngày mà Thầy phải sáu tháng mấy con?

Cái vấn đề này thật sự ra mấy con biết rằng. Thầy thì chưa có nhập Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ, còn ông Phật ông nhập Phi Tướng Phi Tướng Xứ rồi, ông vượt qua được cái tướng. Còn Thầy thì chưa có vượt qua tướng cho nên Thầy bị kẹt. Còn ông vượt qua tướng, cho nên vì vậy ông bốn mươi chín ngày là tại vì ông vượt qua được Phi Tướng rồi. Còn Thầy chưa có vượt qua Phi Tướng.

Con thấy không Thầy lọt trong cái Không tướng rồi đến cái Thức Vô Biên Xứ Tướng thôi. Phải không? Rớt trong cái Không, rồi chùng mà nó, chùng mà nó tỉnh lại. Rõ ràng là các con đọc Người Chiến Thắng con thấy không? Thầy tỉnh lại là do cái chân Thầy nó đụng vào cái bàn Phật chứ gì? Thầy mới tỉnh lại, Thầy tỉnh lại thì lúc bấy giờ cái thức của Thầy nó ở trong cái trạng thái của tướng Thức Vô Biên Xứ Tướng mà. Phải không? Nó phủ trùm vạn hữu hết rồi. Cho nên bây giờ Thầy cứ ngỡ là mình chứng rồi, rõ ràng là kết thúc của mình rồi. Do đó các

con thấy rõ ràng thầy chưa có nhập Phi Tướng mà.

Còn ông Phật ông chơi ông nhập vô Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ, ông vượt qua cái tướng rồi. Cho nên ông vô, khi mà ông vô đó rồi ông có các trạng thái tướng, ông vượt qua Phi Tướng liền, ông biết cách. Thầy đâu có biết, nó cứ nó dính vô hoài. Cho nên Thầy mới gỡ, tháo gỡ nó mà để cho mình tu cho được Thầy phải dùng cái pháp Như Lý Thầy tác ý Thầy đuổi nó đi chứ Thầy đâu có biết cách nào khác hơn. Cho nên do đó mà đức Phật có bốn mươi chín ngày Thầy phải sáu tháng, Thầy phải cực khổ hơn là Thầy phải đấu với con ma tướng này quá nhiều. Các con hiểu chưa?

(33:13) Các con thấy chưa, sau này các con mới đọc, các con mới thấy trời ơi tu sai mới là chết được chứ. Còn ông Phật ông nhanh hơn là tại vì ông đi tới cái chỗ mà cái bốn cái định tướng của ông. Thì ông lại đến cái tướng Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định. Ông nhập vô được cái đó rồi. Cho nên khi đó mà cái tướng nào ông nhập vô cái Phi Tướng là nó mất rồi, nó đâu còn bị tướng nữa. Cho nên ông dùng cái pháp tác ý ông tác ý ông đi luôn được, nó dễ dàng nó không bị cái trạng thái tướng nó vô.

Còn Thầy mỗi lần nó hiện ra tướng rồi mới tác ý dùng cái pháp Như Lý Tác Ý tác ý để đuổi nó thôi. Nhiều khi nó không chịu đi nữa chứ đừng nói, nó khó lắm chứ. Còn ông ta vô cái Phi Tướng cái nó đâu còn, nó chạy mất rồi. Các con thấy chưa?

Cho nên ông Phật nhờ vậy mà bốn mươi chín ngày ông mới chiến thắng. Vậy mà thọ ẩm ma nó đánh ông, cái ngũ ẩm ma mà cái giờ phút cuối cùng mà chúng đạo đó, ngũ ẩm ma nó đến nó đánh tan nát hết chứ đâu phải dễ đâu. Mà chỉ còn có cái mà gan dạ nhất chiến đấu nhất là mới có thắng được. Chứ còn lơ mơ thì đâu có thắng được. Đó thì mấy con thấy trên con đường tu, đi sai một chút là nó khổ ghê gớm lắm chứ không phải không đâu.

(34:11) Còn bây giờ mấy con có người được hướng dẫn. Cho nên đệ tử của Phật ngày xưa: Ông Mục Kiền Liên, ông Xá Lợi Phất, đệ tử của đức Phật. Những cái vị mà tu như ông Ca Chiên Diên, ông La Hầu La. Tất cả những đệ tử Phật là đều là nhờ đức Phật hết. Còn ông Phật thì không biết đường, chỉ có cái sáng suốt của mình? Còn Thầy thì không ai dẫn đường rồi.

Do đó thì pháp Phật có đó, nhưng mà cái kinh nghiệm người ta dẫn, chứ còn cái chữ nghĩa thì chắc chắn nó bị ba cái tướng này, trời ơi ma này nó dẫn mình đi tùm lum hết, nó không có còn cái chỗ nào mà biết đường đâu hết. Cứ hết cái trạng thái này rồi, nó hiện ra cái tướng này rồi, nó hiện ra tướng khác. Khi mà cái tâm của mình, cái ý thức của mình nó hoàn toàn nó không có niệm nữa rồi, thì cái thể giới tướng nó phải hiện ra.

Khi nó hiện ra ông Phật này, nó hiện ra ông thần kia, nó hiện ra con quỷ nọ, đó là sắc tướng rồi. Rồi nó hiện ra nào là âm thanh sắc tướng trong lỗ tai mình, có khi là tiếng nổ, có khi là nó làm như cái đầu của mình nó sôi lụp bụp ở trong. Thì các con biết những cái này đều là nó làm cho mình rất là khổ chứ đâu phải dễ.

Nó đâu là phải bây giờ nó yên như thế này, nó không có gì hết. Các con cứ bịt cái lỗ tai nghe nó ù ù ù ù là các con cũng thấy khó chịu rồi, huống hồ là nó sôi nghe âm âm ở trong đó thì mấy con nghĩ sao. Mà mình ngồi vậy mình không có bịt lỗ tai, mà nó phát ra cái thỉnh tướng nó làm nghe âm âm ở trong cái lỗ tai mình như vậy các con nghĩ sao? Ở ngoài thì người ta không nghe tiếng gầm, tiếng thét đó

mà bây giờ ở trong lỗ tai mình, mình nghe như cộp rỗng ở trong đó thì các con nghĩ như thế nào, mà cứ ngồi đây mà chịu đựng nổi nó ha. Đâu phải dễ đâu, nó là thịnh tướng mà đâu phải dễ nó đâu.

(35:37) Cho nên khi mà tu mà tới chỗ mà mười tám cái loại tướng mà nó xuất hiện ra là cả cái vấn đề người ta chiến đấu chứ đâu phải dễ đâu. Một là chết, hai là sống với nó chứ đâu phải dễ. Cho nên mấy con yên tâm là vì có Thầy dẫn con đường mấy con không có sợ lạc. Hờ hờ ra cái gì đó có Thầy chặn đứng lại liền, nó không có còn mà bị lạc nẻo. Còn lúc bấy giờ Thầy coi như là không có biết gì hết, chỉ có tự mình cứu lấy mình thôi. Có vậy thôi mà đi cho tới cuối cùng mà để mà thực hiện được cái sự làm chủ sanh, già, bệnh, chết của mình. Bất động tâm đối bằng máu và nước mắt chứ đâu có phải thường đâu. Kể như là chết mà chưa chôn.

(36:17) Cho nên bây giờ các con hờ ra chút mà có bị thọ ám ma là có Thầy rồi, chiến đấu đánh tận cùng nó ôm chặt vào pháp Thân Hành Niệm. Nhất định chết bỏ không có lia, thì ngay đó các con vượt qua một cách nghe mát mẻ vô cùng. Phải không? Còn Thầy hỏi đó không biết nó có đau tới mức đó, rồi nó đau nữa hay không

nữa? Nếu mà mình gan, nó tới đó rồi nó đau quá rồi chịu sao nổi đây. Có lẽ mình điên chết hay sao?

Cũng như bây giờ hai chân ngồi đau quá trời mà nếu mà ráng nữa không biết chừng nó gãy giò mình nó lọi luôn đây rồi làm sao. Rồi chừng đó mình tàn tàn tật rồi làm sao mình đi được. Nó đủ thứ lo trong này. Khi mà nó đánh cái thợ như vậy thì nó đánh cái vọng tưởng, nó nghĩ cái này, nó nghĩ cái kia. Nó làm động tâm mình hết sức, nó đâu có phải dễ đâu.

Còn mấy con có gì Thầy nói cái mấy con an tâm liền. Không có sợ nó. Thầy nói vậy chứ không có bao giờ chết đâu mà sợ. Có Thầy nói vậy chắc chắn là cái niềm tin nó làm cho mình vững vàng, cái ý, cái lực của mình bắt đầu nó hiện ra nó chống lại liền tức khắc, nó không sợ. Như Thầy thì đâu có được. Con hiểu chưa?

Chỉ khi mà nó thật sự ra cái vọng tưởng nó đánh các con biết đó, nó đánh cái vọng tưởng thì nó đánh cái thợ. Khi mà bị đau rồi thì bắt đầu cái vọng tưởng nó đánh ra. Nó đánh ra cái vọng tưởng, nó luận, nó luận cái thợ như thế này, thế khác. Cho nên nó luận các con ăn, các

con uống cho nó mạnh đặng tu chứ nó có luận cái gì hơn. Do đó các con ngã lòng, các con ăn.

Bây giờ nó đánh cái thọ rồi thì nó đánh cái cái vọng tưởng nó luận, nó luận để cho mình xiêu lòng theo cái điều kiện của nó. Mà nếu không xiêu thì bắt đầu nó đánh hôn trầm. Nó đánh con gục tới gục lui, nó nói đi nằm một chút cho nó khỏe đặng tu. Nó dụ mình đủ cách rồi nó đánh mình đủ cách, các con biết nó khó lắm. Còn có có Thầy, nhất định chết bỏ nhất định là cứ đi kinh hành đi thì mình sẽ phá hết cái buồn ngủ. Phải không? Có Thầy thì nó vững rồi. Thầy nói cái niềm tin nó bắt đầu nó sống dậy liền, cái nghị lực của mình nó mạnh mẽ liền, chiến đấu liền.

(38:07) Còn hồi đó như Thầy không có ai hết. Cho nên cuối cùng Thầy phải tự mình chiến đấu với mình mà Thầy còn vượt qua đó thì các con biết không? Nó còn khó khăn vô cùng mà phải không? Cho nên bây giờ, các con đỡ. Cho nên khi mà gặp những cái thọ ám ma, khi mà bảo các con tu lại cho kỹ hẳn hoi đàng hoàng. Vì đây là con đường mà chúng ta sẽ sắp sửa đi vào cái sự làm chủ sanh, già, bệnh, chết rồi. Chúng ta phải nỗ lực đi tận cùng, thì như vậy chúng ta phải ôm chặt pháp. Thầy bảo ôm

cái pháp nào thì ôm chặt pháp này thì mấy con vượt qua được.

6- ĐỀ MỤC AN TỊNH TÂM HÀNH VÀ THÂN HÀNH

(38:46) Phật tử Minh Điền: Kính bạch Thầy như Mỹ Châu bây giờ trở về cái đề mục "*An tịnh tâm hành, an tịnh thân hành*".

Trưởng lão: Hai cái đề mục đó là quan trọng nhất để mà dẫn cái thân và cái tâm, để khi nó có cái chướng ngại gì đó rồi bắt đầu ôm hai cái đề mục này mà dẫn thân tâm cho nó an tịnh. Rồi khi mà nó an rồi thì coi như là nó phá vỡ những cái cái thọ ấm ma. Cho nên đó là những cái phương pháp để mà đối trị được cái thọ ấm ma. Nếu mà không có cái phương pháp đó thì khó mà mình có thể mà vững tâm mà mình có thể mà chiến đấu với nó được.

Cho nên Mỹ Châu bây giờ mình trở về với cái đề mục "*An tịnh thân hành*" và "*an tịnh tâm hành*". Mỗi lần mà nó có cái gì chướng ngại trên thân của mình gọi là thân thọ đó, cái cảm giác đau, ngứa, nhúc ở trên thân của mình, nó tê đó, thì sử dụng cái đề mục này, đề mục "*An tịnh thân hành*". Còn nếu mà cái tâm của mình nó lo lắng, cái tâm của mình nó khởi

niệm, cái tâm của mình nó bị kiết sử hay hoặc là gì đó thì tức là thuộc về tâm thì "*An tịnh tâm hành*".

Hai cái đề mục này phải nắm cho vững. Đề rồi đi vào trong cái pháp nào thì hai cái đề mục này nó cũng là những cái loại vũ khí tối cần thiết cho một người chiến đấu trong cái mặt trận nội tâm. Đó là hai cái loại vũ khí rất cần thiết. Cho nên tu phải cho nhuần nhuyễn, cho thấm nhuần, cho có hiệu quả thì nó sẽ thắng trận.

7- DÙNG Ý THỨC DẪN TÂM VƯỢT QUA BIÊN TƯỞNG DỤC

(40:08) Phật tử Minh Điền: Kính bạch Thầy như tu Tứ Niệm Xứ, Thân - Thọ - Tâm - Pháp rồi tâm nó dẫn qua định trên hơi thở. Rồi hơi thở ra vô nó ở yên lặng trên đó có phải là ức chế tâm không Thầy?

Trưởng lão: Như nếu mà mình chỉ dẫn nhắc nó, rồi dẫn nó vào thì nó không bị ức chế. Mà mình không có nhắc nó, mà luôn luôn cứ lo tập trung gom vào ở trong cái hơi thở của Thân Hành Nội của thân mình. Mà mình lo luôn luôn lúc nào mình cũng quên cái ý thức mình nhắc đi đó, thì đó là bị ức chế. Còn có cái ý thức,

thường xuyên cứ mình dùng ý thức để mình dẫn nó vào trong cái mục đích gì đó. Thì cái kết quả của nó dẫn đi đó là cái chính của nó, nó không bị ức chế đâu.

Phật tử Minh Điền: Mô Phật, vậy là đúng phải không Thầy?

Trưởng lão: Đúng đó. Tức là nhớ rằng cái pháp Như Lý Tác Ý của Phật luôn luôn lúc nào, cho đến khi cái pháp Như Lý Tác Ý đó nó trở thành cái Trạch Pháp Giác Chi. Cái pháp Như Lý Tác Ý đó nó trở thành cái Trạch Pháp Giác Chi. Từ cái Như Lý Tác Ý đó nó thuộc về ý thức lực, đến khi mà nó trở thành Trạch Pháp Giác Chi nó là tâm thức lực. Cho nên lúc bây giờ chúng ta sử dụng nó, thì cho nên từ đầu mà chúng ta vào tu cho đến khi cuối cùng mà chúng ta nhập tới Bốn Thiền mà thực hiện Tam Minh. Điều hoàn toàn, điều hoàn toàn do hai cái lực này.

Lực đầu tiên là ý thức lực, cái lực kế cuối cùng là Trạch Pháp Giác Chi, đó là tâm thức lực đó. Thì cái tâm thức lực này nó là Trạch Pháp Giác Chi nó sẽ giúp chúng ta nhập các định và thực hiện Tam Minh. Cho nên luôn luôn lúc nào chúng ta đâu có lia nó đâu, phải

ôm chặt nó mà đi hoài. Mà chúng ta bỏ cái phương pháp Như Lý Tác Ý là chúng ta đã bỏ một cái phao. Mà đi trên biển mà bỏ phao thì kể như là chìm thôi chứ không còn gì hết. Bởi vì cái biển này là cái biển tưởng. Con biết không?

(41:53) Bắt đầu từ cái đầu tiên chúng ta vào tu, nó là cái biển đục - Cái tâm đục của lòng ham muốn của con người là cái biển đục. Sau khi mà chúng ta dùng cái ý thức mà chúng ta vượt qua cái biển đục đó thì nó rớt vào cái biển tưởng đục, lọt vào cái biển tưởng. Một lần nữa đi vượt qua cái biển thể tục, cái biển đục là biển thể tục. Bây giờ nó được vượt qua cái biển này rồi thì nó lại rớt vào một cái biển nó còn đen tối hơn nữa. Đó là cái biển tưởng. Nếu mà không có cái ý thức lực, không có ý thức mà tác ý - cái phương pháp tác ý thì coi như là không có cái phao.

Đầu tiên mình nói: "*Tâm như cục đất, ly tham, sân, si*". "*Tâm ly đục ly ác pháp nhập Sơ Thiên*". Thì cái tác ý đây nè, đó là cái phao của chúng ta ôm mà nhắc mình phải giữ gìn hoàn toàn. Khi đó mình mới lìa được cái tâm đục của cái ý thức đục của mình. Bắt đầu bây giờ cái ý thức của mình bắt đầu nó ngưng đi, cái ý thức nó ngưng đi. Thì bắt đầu nó hoàn toàn nó không

có còn mà tác ý, ý thức nữa. Thì nó rút mình hoàn toàn ở trong cái tướng, trạng thái tướng. Mà lúc bấy giờ nếu mà không có dùng cái tướng thức lực của nó để mà tác ý ra đó. Thì coi như là chúng ta bị chìm ở trong cái biển tướng mất đi.

(43:06) Do đó thì luôn luôn lúc nào cái ý thức của chúng ta khi mà nó còn mới tu, thì cái ý thức rõ ràng là ý thức chúng ta dẫn. Nhưng mà khi mà chúng ta lọt vào một cái trạng thái nào, an lạc nào đi nữa. Nó làm cho chúng ta thấy thân tâm chúng ta cứ nhẹ nhàng, khinh an thì coi chừng chúng ta luôn luôn cũng nhớ tác ý.

Bởi vì đây không phải là ý thức lực nữa, mà nó ở trong cái tướng thức, để mà dùng cái lực của tướng để mà dẹp cái tướng chứ không thể nào mà khác hơn được nữa. Sau khi cái tướng nó vượt qua được cái biển tướng rồi, thì lúc bấy giờ đó cái tâm thức lực chúng ta nó mới hiện ra. Cho nên chúng ta mới thực hiện Thiền Định, nhập các định và thực hiện Tam Minh.

Chứ còn nếu mà trong khi đó cái ý thức của chúng ta, con người đang sống bình thường như thể này mà không có ý thức, thì chúng ta đâu có

làm sao mà chúng ta dẫn cái tâm của mình đi vào cái chỗ thanh tịnh của nó ly dục ly ác pháp được. Cho nên bình thường bây giờ mình sống như thế này mình bảo: "*Tâm như cục đất ly tham, sân, si hết đi. Tham, sân, si, là đau khổ*". Đó là mình tác ý ra.

(44:04) Bây giờ ở trong giấc mộng này mà thấy Cọp dí mình nè, nó bắt đầu mình nói: "*Các pháp thế gian á...*". Mình cũng nghĩ ở trong giấc mộng thì nó cũng như là mình sống như thế này thôi nhưng mà nó là giấc mộng rồi, ở trong cái thế giới tưởng rồi. Thì lúc bấy giờ: "*...Cọp nó là một cái loài động vật hung ác đối với cái nhân quả. Nếu mà có nhân quả cọp ăn thì mặc tình cho nó ăn để mà mình trả nhân quả, có gì mà phải sợ, mà phải chạy mà phải la*". Do đó bình tĩnh không la gì hết cho nên tối ngủ không thấy ác mộng.

Còn trái lại mình thấy cọp dí mình, mình hoảng hồn la quá chừng, giật mình lại thì cọp không có, mà trái lại đó là cái hình ảnh ảo của tưởng thôi. Do đó trong tưởng mình cũng có thể sử dụng được cái ý thức lực tưởng của mình chứ. Cho nên mình cũng tác ý ra: "*Cọp là cái loài vật hung ác, nó là ác pháp. Và như vậy nếu mà chúng ta có cái nhân duyên với ác pháp thì*

bây giờ Cọp ăn mình cũng được có gì đâu phải sợ". Do đó không có la, do đó vượt qua. Thấy Cọp dí mà không sợ, tới chừng đó Cọp nó nhả ra, không có dí mình được nữa. Do đó mình tỉnh bơ không có thành ác mộng.

(45:07) Cho nên đối với cái ý thức ban ngày mình sống mình tu tập như thế nào thì ban đêm nó cũng thực hiện ra được như vậy. Cũng như bây giờ con ngồi con hít thở phải không? Thì tới chừng con nằm chiêm bao, con ngủ con cũng thấy hít thở rõ ràng rồi con ngủ cũng hít thở đó. Thì như vậy là trong tưởng cũng tu được chứ đâu phải là không được. Vì mình huân nó thành cái thói quen, cho nên trong cái thế giới tưởng, chúng ta cũng ở trong cái thói quen của nó. Cho nên bất cứ ở trong cái cuộc sống chúng ta hằng ngày, chúng ta huân tập cái gì thì chúng ta dù là chúng ta có ở trong cảnh giới nào, cái thế giới nào thì chúng ta cũng có cái sự huân tập đúng. Con hiểu không?

Cho nên vì vậy mà cái ý thức mà tác ý - cái Như Lý Tác Ý, nó là cái vấn đề quan trọng của đạo Phật. Cho nên chúng ta không có lia nó được. Cho nên vì vậy bây giờ hít thở là cứ năm hơi thở là mười hơi thở, cao lắm là mười hơi

thở phải nhắc ý, phải nhắc một lần, chứ không thể nào không. Mà nhắc nó thành cái thói quen.

Cho nên bây giờ con hoàn toàn con ở trong cái thế giới tưởng. Thì con cũng còn cái nhắc đó chứ không có mất được, mà không ngờ cái nhắc đó nó thuộc về tưởng thức lực chứ không phải là ý thức lực nữa. Rồi khi mà cái tưởng thức lực nó đã phá vỡ đi cái thế giới tưởng rồi thì bắt đầu cái tâm thức lực của con tức là cái phao. Không được buông nó, ở bất cứ ở trong cái trường hợp nào thì chúng ta cũng vẫn ôm pháp đó mà chúng ta đi.

Đó là cái pháp Như Lý Tác Ý mà Thầy gọi là dẫn tâm vào đạo, chứ đừng dẫn đạo vào tâm. Luôn luôn mình dẫn cái tâm của mình đi vào trong cái đạo của nó, thì cái tâm của mình dẫn cái tâm của mình vào thiện pháp. Thì bây giờ ác pháp, mình gặp ác pháp thì mình dẫn nó vào thiện pháp thì nó sẽ thoát khổ. Còn mình dẫn nó vào ác pháp thì mình sẽ khổ. Bởi vậy cho nên cái phương pháp của Phật, mình nhờ mình dẫn nó cho nên vì vậy mình ngăn và diệt. Ngăn ác và diệt ác, sanh thiện, tăng trưởng thiện. Cho nên luôn luôn lúc nào mình cũng đem cái tâm của mình vào cái chỗ cõi thiện chứ không để

cho nó cõi ác. Thì cuối cùng thì mình thành tựu.
Con nhớ chưa?

8- TRẠNG THÁI AN TỊNH KHÔNG CÓ THỜI GIAN

(47:10) Vì vậy cho nên về cái đề mục mà dẫn hai cái tâm của mình với cái thân của mình: "*An tịnh thân hành*" và "*an tịnh tâm hành*". Là hai cái đề mục này phải tu rất nhiều và tu phải đạt được cái kết quả là không nhắc thôi mà nhắc là thấy rõ ràng là an ổn. Thì cái đó là cái cần thiết, do cái sự mà tu tập của mình rất là cần.

Nghĩa là hằng ngày mà nỗ lực tập mà nhắc: "*An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô, an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra*". Vì ba mươi phút nếu mà thân không an thì mình coi như ngồi cả tiếng đồng hồ. Mà khi nhắc nó an rồi, ba mươi phút mình thấy nó coi như cái thời gian của nó chừng năm phút, nó phải còn ngắn hơn năm phút nữa. Nghĩa là cái thời gian ba mươi phút mà thấy nó có chút xíu, nó mau, rất mau. Bởi vì nó an rồi nó không có còn lâu.

Mà khi dẫn được rồi thì con ngồi ba mươi phút con thấy như chớp mắt, như mình nháy mắt vậy, sao nó mau quá. Thí dụ như bây giờ

con dẫn được cái thân con an rồi, con ngồi hai tiếng đồng hồ mà con thấy như nó mau, quá mau. Mà nhìn lại đồng hồ thì hai tiếng. Ở ngoài thì người ta thấy hai tiếng rất lâu nhưng mà mình ngồi trong đó thấy có chút xíu, cái thời gian nó không có.

Cho nên khi mà dẫn vô được cái thân mà nó an rồi thì các con thấy không có thời gian. Cái thời gian nó đi mất rồi. Lúc bấy giờ đó, con ở trong cái cõi Trời nào đâu đó, cái thời gian nó quá dài. Rồi coi như hai tiếng đồng hồ mà nó chỉ có chút xíu, chứ nó không có lâu đâu.

Thành ra trái lại ở cái tâm trạng của thể gian, hai tiếng đồng hồ thì con thấy nó dài, thời gian nó dài ra. Nhưng mà ở trong cái cảnh giới mà trạng thái mà an tịnh của nó rồi. Thì cái thời gian của nó không có dài nữa. Ví dụ như người ta nói ở trên Trời một năm bằng ở dưới thể gian một ngàn năm bằng trên Trời một năm thí dụ vậy. Thì rõ ràng là trong lúc đó mình đặt ở trong cái trạng thái đó là rõ ràng là mình ở trên Trời rồi. Ở thể gian một ngàn năm mà mình ở trên đó có một năm. Thì cái thời gian nó không có còn dài.

(49:10) Cho nên cái lúc mình ngồi thiền, cái tâm nó không an, cái thân nó không an, ngồi rỗng ngồi cho hết giờ, nó lâu quá. Phải không? Mà nhất là hai cái chân mà đau mà tê rồi, lại ngồi cho chừng năm phút hay ba phút mà cho nó hết, hết đau đặng cho hết giờ đặng xả. Sao mà năm phút nó đi sao mà lâu quá, nó nhưc gần chết mà nó lâu quá. Trái lại khi mà chúng ta tu mà dẫn cho được an rồi thì một giờ, hai giờ chúng ta coi như là một tích tắc, một chớp mắt nó đi qua quá nhanh. Cái trạng thái an đó nó không có thời gian.

Cho nên thí dụ như bây giờ cái tuổi thọ của Thầy năm nay là bảy mươi mấy tuổi rồi thì người ta nghĩ rằng, nghĩ mình già chứ gì. Không ngờ là Thầy chỉ cần nhập định thôi, một ngàn năm sau Thầy mở mắt ra Thầy nhìn người ta già lủ khủ, người ta chết hết cả đám nhau, Thầy thì còn trẻ nhẵn. Thì các con thấy không? Một ngàn năm mà Thầy còn trẻ nhẵn là Thầy không có già. Còn mấy con ở ngoài cái thời gian, một ngàn năm mấy con thay đổi mất, không biết chết bao nhiêu kiếp rồi. Là tại vì cái thời gian của Thầy nó cô đọng nó không còn có, còn mấy con có cái thời gian cho nên nó vô thường nó chi phối mấy con.

(50:18) Cho nên thí dụ như bây giờ Thầy muốn một ngàn năm sau để xem lại con cháu của mình ra sao, tu ra sao? Thầy chỉ cần vô trong cái Định Thầy nhập Định một ngàn năm sau, Thầy ngồi dựa gốc cây nào đó một ngàn năm sau đừng có ai động địa gì đến. Thân Thầy đừng động đây gì đến hết. Thầy ngồi đó một ngàn năm sau. Chừng một ngàn năm sau không biết cái thế giới này nó biến đổi tới cái chế độ nào nữa chứ đừng nói. Phải không?

Nó thay đổi toàn bộ hết. Mấy con bây giờ đó chết mất hết rồi, Thầy ra hỏi thăm hỏi đó con tu hành tới đâu? Nó chết hồi nào rồi bây giờ có cháu chít nó không chứ còn không nghe nói tới cái ông đó, nó kêu ông cố ông sơ không hà. Mà Thầy thì ở trong cái Định đó thầy mở mắt ra thì một ngàn năm mà Thầy thấy như có chút, có chớp mắt hà. Con thấy không? Thời gian, nó không có, thực sự là đúng như vậy.

(51:05) Cho nên bây giờ mấy con mà dẫn được cái tâm mình an ổn rồi, cái thân an ổn rồi, mấy con không thấy thời gian. Thật sự ra ở đây thầy Chơn Thành nè. Ở đây mấy con tu mà thấy tới lúc mà nó an rồi, các con thấy sao cái thời gian nó nhanh quá, nó không có lâu nữa. Tức là cái thời gian nó không có dài ra nữa. Mà đúng

là thực sự đúng như vậy mấy con, có tu rồi mấy con mới biết được cái trạng thái, cái trạng thái an ổn đó. Là cái thời gian của chúng ta ở trong cái thế gian này nó không chi phối mấy con được, nó không còn dài ra nữa, nó chớp mắt. Ngồi một giờ đồng hồ mà thấy sao nó mau quá, nó không còn có cái thời gian lâu. Cho nên nó thật sự, nó thật sự có như vậy chứ không phải là không có như vậy.

Cho nên ngày xưa người ta nói nhập Định một ngàn năm sau, xuất Định ra nhìn lại mọi người họ chết đâu mất hết rồi. Người ta nói cái đó là người ta tưởng tượng ra nhưng mà sự thật, khi mà chúng ta vào Định rồi, cái này không phải tưởng nữa, nó thật, nó thật là như vậy. Cái thời gian đối với cái người nhập Định nó không còn có nữa.

(52:08) Như các con nghe cái câu chuyện hồi chuyện đời xưa mà hồi Thầy đọc lại cái chuyện Từ Thứ mà đi vào cái động Tiên, rồi khi mà trở ra đó thì hỏi thăm bà con người ta thấy ai cũng già chết hết mất, không còn ai biết nữa. Mà mình vô mới có chút xíu mà trở ra thì ở ngoài này họ chết mất hết rồi. Thì rõ ràng là người ta muốn nói cái cảnh giới Tiên, nói với cảnh giới

phàm phu, với thể gian của mình nó khác xa chứ gì. Đó là cái như vậy, là đúng như vậy.

Bởi vì cảnh giới Tiên thì các con biết rằng cái trạng thái mà ở trong một ngày, một đêm ở trên cảnh giới mà người ta gọi là Tiên. Thì cái trạng thái đó là cái trạng thái gì của chúng ta ở đây. Có phải là Thập Thiện không mấy con? Cho nên khi mà chúng ta lọt vào ở trong cái Thập Thiện rồi thì nó toàn là nó có sự an lạc của nó mà không có cái thời gian mà nó kéo dài như cái thể gian của chúng ta nữa. Cho nên nói nó là cõi Trời.

9- CÁCH XÁC ĐỊNH THÁNH CƯ SĨ, THÁNH TĂNG, THÁNH NI

Vậy mà người ta còn nói mấy ông Trời, mấy ông Tiên uống rượu thì Thầy nói thiệt là không đúng rồi.

(53:09) Giới luật của Phật đã nói là người là có năm giới là còn tới rượu là còn cấm, huống chi mà nói Tiên uống rượu thì chắc là Tiên này chắc là Tiên đạo chứ đâu phải là Tiên Phật. Cho nên gọi là Tiên tửu đó thì như vậy là rõ ràng mấy ông uống rượu là mấy ông Tiên đó chứ gì? Mà Tiên này Tiên ở thể gian chứ không phải là Tiên trên Trời. Họ nghĩ rằng ở trên Trời mà

Tiên uống rượu, cho nên Thầy nghe nói những cái chuyện thần Tiên mà người ta nói những ông Tiên mà uống rượu huỳnh đào rồi này kia rồi đó, đều nói dóc máy con. Giới luật của Phật đã xác định điều đó mà.

Nghĩa là làm Tiên thì đâu còn uống rượu mà còn uống rượu thì không làm tiên. Mà làm người, người ta còn không uống rượu, mà làm người uống rượu là đâu phải là người máy con. Bởi vậy năm giới của Phật có cái giới không uống rượu mà, mới làm người chứ. Mà giờ ông, ông chỉ là ông nói ông làm người chứ ông còn uống rượu, tôi biết ông không phải người rồi.

Bởi vì cái tiêu chuẩn làm người tôi biết phải có năm điều kiện. Mà ông còn thích nhậu là ông không phải, ông là động vật rồi, một con thú vật nó đụng cái gì nó ăn cái nấy, nó ngu quá trời, đâu có biết cái thứ rượu là độc. Còn con người người ta phải thông minh người ta biết chứ. Cho nên người ta đâu có uống tầm bậy tầm bạ. Con người thôi, còn huống hồ là ông Tiên thì không phải là thông minh hơn nữa chứ, ông tiên gì mà lại ham uống rượu, thì như vậy là còn sai nữa phải không?

(54:23) Cho nên vấn đề mà người ta đặt ra nói về Tiên uống rượu là sai. Mà Tiên còn đánh cờ là trật. Phải không? Tiên gì mà còn ham cờ. Vậy chứ còn ham cờ bạc, còn tranh hơn, tranh thua nhau. Thì cái đó là sai. Cho nên trên núi mà Thầy nói có những cái cái tảng đá vầy, họ gạch cái bàn cờ tướng phải không? Họ nói ngày xưa Tiên sướng hơn đánh cờ. Trời đất! Tiên này chắc bộ Tiên đọa rồi chứ không phải là Tiên Phật.

Nếu mà Thánh nè, rồi mới Tiên rồi mới Phật phải không? Tiên nó phải hơn Thánh chứ phải không? Nhưng mà ông Thánh đó đức Phật cấm phải không, không uống rượu chè, không bài bạc, không đánh cờ, đánh tướng gì hết mà, thế mà ông Tiên còn bị dính thì ông này ông, ông còn thua ông Thánh rồi.

(55:03) Cho nên bậc thánh Tăng con biết không? Hành động không xem ca hát, không đánh cờ, đánh cờ tướng, cờ gì cũng không đánh, không chơi gì hết. Tức là không có còn dục lạc của thế gian. Thì như vậy mới gọi là Thánh Tiên chứ. Thánh Tiên gì mà còn ham quá vậy thì đâu phải là Tiên. Cho nên những cái này là những cái tướng tượng của chúng ta chứ

chúng ta chưa biết Tiên là cái gì hết. Có phải không?

Bây giờ Thầy biết đứng ở trong giới luật của Phật, Thầy biết là những cái giới đức Thánh chứ gì? Bây giờ một ông Thánh là phải sống như thế nào, thì qua cái giới đức này thì nó xác định được một vị Thánh Tăng, Thánh Ni. Mà nếu những người này làm không đúng thì đó không phải là Thánh Tăng, Thánh Ni. Phải không? Mà không đúng nữa thì đó là không phải được làm con người nữa. Phải không?

Bởi vì đệ tử của Phật là cư sĩ, mà cư sĩ thì có năm giới. Mà nếu cư sĩ mà không giữ gìn đúng năm giới thì người này không phải là cư sĩ của đệ tử của Phật. Phải không? Bây giờ nói tôi cũng là Phật tử nè, tôi cũng theo Phật tôi tu nè, tôi phải giữ gìn trọn năm giới tôi mới là người đệ tử của Phật, người cư sĩ đệ tử của Phật.

(56:07) Còn bây giờ Thầy là một tu sĩ nè, nếu mà Thầy là tu sĩ thì Thầy phải giữ Thập Giới Sa di chứ chưa nói về Cụ Túc đâu nha, Thập Giới Sa di. Mà Thập Giới Sa di thì các con biết là đâu phải để đâu. Phải không? Giới uống rượu cũng không có nè mà cái ông Sa di mà còn uống rượu thì ông này đâu có phải là,

ông cũng không được cư sĩ nữa chứ đừng nói chi là Sa di. Phải không? Ông này còn cất tiền bạc, còn ăn phi thời thì như vậy làm sao Sa di, phải không? Thánh Sa di làm sao sống cái kiểu đó được.

Cho nên tất cả những cái này nó xác định được là một người đệ tử của Phật đúng hay là người đệ tử sai. Chúng ta nhìn hoàn toàn nhìn vào cái giới này, chúng ta nhìn hoàn toàn vào cái giới luật này thì chúng ta xác định được đệ tử của Phật là cái hạng người nào. Bây giờ nói ông là Phật tử mà tôi thấy ông uống rượu như vậy là ông không phải Phật tử đâu. Ông nói chứ ông không phải Phật tử đâu, ông Thọ Tam Quy, ông làm cái sống giống như Phật không?

Bởi vì ông Thọ Tam Quy là ông phải sống như Phật, như Pháp và như Tăng. Phải không? Mà như Pháp thì trong Pháp nó có giới. Phải không? Mà giới xác định cho ông là người đệ tử của Phật là người cư sĩ đệ tử của Phật hay là người cư sĩ không phải đệ tử của Phật. Ông Thọ Tam Quy Ngũ Giới, vậy thì năm cái giới xác định cho ông nè, tôi bây giờ nói là giới ăn trộm, ăn cắp nè, giới tà dâm nè tôi không biết. Nhưng mà tôi thấy ông còn hút thuốc, còn uống rượu là tôi không chấp nhận rồi. Không lẽ người cư sĩ

đệ tử của Phật mà như vậy là làm sao mà gọi là đệ tử Phật. Ông quy y với ông Thầy nào, ông đó còn hút thuốc phải không? Còn uống rượu phải không? Truyền giới cho ông kiểu này là không được. Ông về ông sửa lại mới là đệ tử của Phật, chứ mà ông không sửa lại thì ông đệ tử của ngoại đạo chứ không phải là của Phật đâu.

(57:48) Cho nên năm giới nó đã xác định cho đúng là người cư sĩ đệ tử của Phật. Phải không các con, thấy không? Mà bây giờ đó Mười Giới Sa di nó xác định cho người đệ tử tu sĩ của Phật rồi. Mà nếu tu sĩ của Phật mà sống không đúng Mười đức hạnh, Thánh Hạnh này thì làm sao gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni được. Không thể nào gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni. Người ta còn gọi cư sĩ là Thánh cư sĩ.

Bởi vì giới Thánh của nó ở trong giới cư sĩ là Đức Thánh Hiếu Sinh. Người cư sĩ mà biết thương tất cả sự sống của loài vật mới là đệ tử của Phật chứ. Đó là gọi là tâm Từ, Bi, Hỷ, Xả của người ta mà. Cho nên vì vậy mà giới đức hiếu sinh là giới không sát sanh chứ gì. Đâu có phải cấm mấy ông đừng có sát sanh mà mấy ông không có lòng thương yêu sự sống thì cái không sát sanh của mấy ông có nghĩa lý gì.

Cho nên ở đây nó xác định được đức Thánh của mấy ông là một người cư sĩ Thánh đệ tử mà, đã nói Thánh đệ tử của Phật chứ đâu phải là nói đệ tử phàm phu của Phật đâu. Bao giờ ông Phật mà nói là không Thánh đệ tử. Cho nên mấy con, thí dụ cư sĩ là đệ tử của Phật là Thánh cư sĩ đệ tử của Phật chứ đâu phải là phàm phu. Năm giới này mấy con phải giữ gìn năm đức hạnh của nó. Cho nên năm đức hạnh này nó mới lên được Thánh cư sĩ đệ tử chứ.

Mà Mười Thánh Đức của Sa di thì nó xác định cho được một tu sĩ vừa mới bước chân vào đạo Phật, vẫn có mười cái Đức Thánh của người ta sống. Thì như vậy mới là Thánh Sa di chứ. Còn mình Sa di gì mà sống không có đúng những cái giới đức Thánh này, làm sao mà gọi là Thánh Sa di được.

(59:24) Cho nên ở đây kê ra những cái giới đức Thánh ra thì từ cái ông nào dù là Hòa thượng, Thượng tọa, Đại đức. Tất cả những vị dù là có trình độ học thức tiến sĩ Phật học đi nữa mà ông sống không đúng, ông chỉ là ngoại đạo thôi chứ không thể nào được chấp nhận ông là đệ tử của Phật. Vị đệ tử của Phật được gọi là Thánh Tăng và Thánh Ni, Thánh cư sĩ. Vì nó xác định được những đức hạnh Thánh của nó.

Nếu mà ông sống sai thì ông không phải là Thánh đệ tử Phật.

Thì do như vậy khi mà cái bộ Giới Đức Thánh mà ra đời thì xác định được cái chỗ mà chúng ta rõ người cư sĩ nào là đệ tử của Phật mà người cư sĩ nào đệ tử của ngoại đạo. Cũng cư sĩ mà đệ tử ngoại đạo chứ đâu phải là cư sĩ nào cũng của Phật hết đâu phải không? Đệ tử của Phật là phải Thánh cư sĩ, sống phải đúng năm giới. Phải không? Đệ tử mà tu sĩ của Phật là phải sống tề nhất là phải sống mười giới. Thánh Sa di mà, mười giới người ta hỏi mà, làm sao phạm mười giới này, làm sao gọi là Thánh được.

Cho nên mục đích những cái Thánh Đức này nó giúp cho người tu đó, người cư sĩ đó ly dục ly ác pháp làm cho họ sống đúng Giới Hạnh là họ có ly, họ có cái sự giải thoát của họ rồi. Có phải không? Các con lấy giới mà kê ra thì các con thấy các con có giải thoát không? Không có còn làm đau khổ mình, mà không có làm đau khổ người thì đó là giải thoát chứ sao. Có phải đúng vậy không?

(1:00:47) Bây giờ thí dụ như Thánh Đức Hiếu Sinh, biết thương yêu sự sống của muôn

loài, thì mình nở nào mình là thương yêu mà mình làm khổ người khác được sao? Cho nên đó là giải thoát phải không? Không làm khổ mình, không làm khổ người thì như vậy là nội cái Thánh Đức đó - Một Đức Thánh này cũng là thấy được giải thoát rồi. Còn bây giờ không tham lam trộm cắp là Đức Thánh Buông Xả. Rồi không tà dâm là Đức Thánh Đạo Nghĩa. Không vọng ngữ là Đức Thánh Thành Thật. Không uống rượu là Đức Thánh Thông Minh.

Năm Đức Thánh này của người cư sĩ phải là những người mà sống đúng cái này, có phải là Thánh cư sĩ không? Nghĩa là cái người mà sống đúng năm giới này Thầy nói thật sự là người Thánh cư sĩ của Phật rồi. Đệ tử của Phật là Thánh rồi chứ không còn phải là phạm phu nữa.

(1:01:33) Họ nhìn lại đi, bây giờ cư sĩ mà theo đạo Phật bây giờ tu gọi là tín đồ đạo Phật thì Năm Giới Đức Thánh này có sống trọn đúng không? Không! Cho nên mấy người này chỉ là cư sĩ ngoại đạo chứ chưa phải là cư sĩ của đạo Phật. Có đúng không? Nếu mà cư sĩ của đạo Phật là phải như vậy mà Năm Giới Đức Thánh này nó đã xác định được người này ly dục ly ác pháp hoàn toàn cho nên họ không còn đau khổ nữa, họ không làm khổ mình, khổ đau người.

Còn Đức Thánh của tu sĩ là Mười Đức Thánh Sa di của nó thì các con thấy nghiêm chỉnh vô cùng lặn thì làm sao ai dám chê nó được. Nó là Thánh A La Hán rồi, nếu mà nó chấp nhận Mười Đức Thánh này thì nó ly dục ly ác pháp hoàn toàn, cho nên nó thực hiện các pháp thì nó sẽ chứng quả A La Hán chứ sao. Các con thấy chưa? Đi từ cái giới mà phải thấu suốt được cái lý của cái giới rồi thì lúc bấy giờ chúng ta mới xác định đạo Phật có mấy người? Còn lại được mấy người?

Bây giờ nhìn thì đông đó, ai cũng mang y mặc bát, ai cũng vỗ ngực xưng mình là Thọ Tam Quy Ngũ Giới hết. Nhưng mà xét lại cho cuối cùng bây giờ đạo Phật còn được mấy người. Phải không? Còn bao nhiêu là ngoại đạo hết đó. Như vậy là sai, là ngoại đạo chứ gì? Không đúng là ngoại đạo chứ gì?

Mấy ông đừng có vỗ ngực xưng tên mấy ông là đừng nghĩ là mấy ông là đệ tử của Phật đâu. Phật không có chấp nhận những đệ tử mà phạm giới, phá giới này đâu. Đức Phật đã xác định mà, giới luật còn là Phật pháp còn, giới luật mất là Phật pháp mất mà. Mấy người đã phạm, mấy người đã phạm giới làm hư hoại giới là mấy người đã làm Phật pháp chết rồi. Cho nên Phật

pháp đầu còn mà gọi là đệ tử của Phật. Còn một người còn sống đúng giới luật, sống đúng Thánh hạnh, thì do đó là Phật pháp chỉ có một người. Cho nên Phật pháp còn là còn có một người chứ đâu phải còn nhiều người được.

(1:03:13) Cho nên trên con đường tu mấy con nên nhớ rằng Thánh Hạnh rất là quan trọng. Thì trong vài hôm nữa thì các con sẽ đọc được bộ Mười Thánh Đức Sa Di. Nghĩa là Mười Đức Thánh của Sa di trước kia mấy con đọc, khi bộ giới Thánh Đức Sa Di này ra đời thì coi như là các bậc Tôn túc, Hòa thượng ở trong cái hàng giáo phẩm của Phật giáo của chúng ta đều là bị đổ vỡ xuống. Chứ chưa nói đến mà một trăm mấy chục giới Thánh của một vị Tỷ kheo, vị thọ Cụ túc. Đó là mới có Sa di thôi nhưng mà nó xác định được cái tầm vóc của của Phật giáo là như vậy.

Để chấn chỉnh lại toàn bộ Phật giáo nó phải - thà là một người tu mà tu cho đúng pháp của Phật, tu cho đúng giới của Phật hơn là nhiều người tu mà Phật pháp không còn. Sau khi bộ giới đó, nó sẽ xác định rõ được để mà chấn chỉnh lại Phật giáo hoàn toàn đem lại cho đạo Phật và xây dựng lại nền đạo đức của đạo Phật để làm tốt lại.

Người cư sĩ là phải sống như thế nào cho đúng. Nếu mà tôi chấp nhận tôi sẽ là đệ tử của Phật thì tôi phải làm đúng như vậy. Còn nếu mà tôi không dám chấp nhận thì thôi tôi cứ sống ở ngoài đi. Đức Phật đâu có dụ, không có dụ dỗ người ta theo đạo mình cho đông đảo. Nghĩa là không bao giờ dụ dỗ ai hết. Anh muốn vào đạo thì anh phải là sống cho đúng, để đem lại lợi ích cho bản thân của anh thứ nhất và đem lại lợi ích cho những người xung quanh anh. Còn nếu mà anh vào đạo Phật tu, anh đến với đạo Phật, anh là đệ tử của Phật mà anh làm khổ người, làm khổ anh thì anh không phải là xứng đáng.

(1:04:44) Mục đích của nó là sau này nó phải chấn chỉnh như vậy đó, nó làm tốt lại như vậy đó. Tôi nguyện cuộc đời tôi vào đạo Phật là tôi đem lại hạnh phúc cho mọi người và đem lại hạnh phúc cho chính tôi, cho chính bản thân tôi thì tôi mới vào đạo Phật. Còn nếu mà tôi muốn làm khổ thiên hạ, tôi muốn làm khổ tôi, tôi muốn làm khổ thiên hạ thì tôi phải ở ngoài cái hàng rào của Phật giáo đi, đừng có vô trong cái hàng rào Phật giáo. Đó là cách thức của cái mục đích và cái cách thức đời sống của một vị tu sĩ, cư sĩ của đạo Phật là phải như vậy.

(1:05:17) Như hôm nay thì trên cái bước đường mà các con theo Thầy các con tu, lần lượt Thầy sẽ chinh đốn mấy con lại hết. Để mấy con xứng đáng là một người đệ tử của Phật. Rồi bắt đầu từ đây về sau các con mà đã sống đúng như vậy rồi thì các con tu thấy không còn khó khăn. Nghĩa là chứng quả A La Hán rất dễ dàng. Bây giờ các con sống ê chề như trên đồng rác mà các con muốn làm một bậc Thánh à, A La Hán à? Làm sao mà Thánh được phải không?

Các con hiểu mình phải sống cho trong sạch, cho đúng cách của một Thánh đệ tử. Thì lúc bấy giờ đó thì cái con đường mà tu để mà chứng quả A La Hán đâu phải còn khó khăn. Cho nên trải qua một cuộc đời tu hành của Thầy rồi, Thầy thấy rõ ràng đạo Phật không phải là khó khăn.

Cho nên hồi sáng này có một người Mỹ họ nói khó quá, làm nói thì vậy chứ làm khó quá. Tại vì họ chưa hiểu thôi chứ đâu phải khó đâu. Mình tập sẽ thành quen. Nghĩa là bây giờ hồi nào tới giờ Thầy đâu có ăn ngày một bữa. Bây giờ Thầy tập Thầy ăn ngày một bữa Thầy cũng quen như thường. Mấy con về đây mấy con tập ăn ngày một bữa, có ai bắt mấy con chết bao

giờ đâu mà sợ, thành ra bây giờ cũng quen rồi. Tới trưa mình ăn, sáng cũng đâu có đói. Mọi lần ở nhà để gì, sáng ra mà không ăn được miếng chắc chắn là còn cào bụng rồi. Chiều mà không có ăn, có uống gì đó thì chắc cũng chịu không nổi rồi. Nhưng bây giờ các con thấy bình thường rồi không còn gì nữa. Rõ ràng là mình sống quen chứ, đâu có cái gì đâu khó. Phải không?

Bởi vì con người ta tập thành cái thói quen mà thói quen tốt, chứ không tập thành thói quen xấu. Còn một ngày mình tập ăn ba bốn bữa là tập thành cái thói quen xấu chứ đâu phải là thói quen tốt. Ăn cho nhiều hao tiền, hao của mà rốt cuộc rồi tiêu ra, bỏ ra phí ra ngoài chứ có lợi ích gì đâu. Không có lợi ích gì hết.

(1:07:01) Cho nên trong cái vấn đề tu theo Phật các con phải biết sống cho quen, tập cho quen đừng có vội vàng. Hỏi nào tới giờ mình sống nó không có đúng, bây giờ mình tập sống cho đúng. Đừng có muốn mau mà phải sống cho đúng cách. Từng đó mỗi một cái tâm niệm, đức Phật đã bảo mình ly dục ly ác pháp, đừng có vội vàng mà hàng ngày mình sống cái tâm niệm của mình khởi lên nó muốn cái gì? Thì lúc

bây giờ cái muốn đó mà thực hiện cái muốn đó, nó đúng hay là nó sai.

Nó đúng thì như thế nào gọi là đúng? Nếu nó đúng là nó không làm khổ mình, khổ người. Mà nếu nó không đúng là nó sẽ có làm khổ mình, khổ người trong đó. Thì hễ không đúng thì nhất định là không làm theo mà đúng thì làm. Thì các con làm sao mà suy nghĩ không làm khổ mình, khổ người thì nó mới đúng. Mà có làm khổ mình, khổ người là không đúng.

Bây giờ thí dụ như con khởi muốn có cái chiếc xe để mà lái đi làm công việc phải không? Nhưng bây giờ tiền nó không có nè, bây giờ phải ráng lo làm cái này cái kia cho nhiều để mà có tiền. Thì đây là nó sai, nó không đúng. Là tại vì sao mấy con biết?

Tại vì nó sai mình, nó làm cho mình phải cực khổ tức là ác pháp. Bây giờ mình chỉ cái phương tiện của mình dùng thôi, đừng có theo cái ham muốn đó. Thì tức là nó không làm khổ mình rồi. Do đó mình cứ cố gắng mình làm đến khi mà nó có đủ điều kiện mà sắm cái xe thì cứ sắm ai cấm, ai cản mình. Còn bây giờ nó không đủ mà mình khởi ra tâm ham muốn thì phải lo làm cái này, phải lo ăn trộm, ăn cắp cái kia để

mà làm cho có đê sấm cái xe thì như vậy là lần lượt đưa mình đến cái ác pháp nhiều rồi. Tức là sai. Phải không? Các con thấy chưa?

10- CÁCH NGỒI CHƠI LY DỤC TRÊN TỨ NIỆM XỨ

(1:08:42) Cho nên trong cái vấn đề tu, chúng ta tu, cứ ngồi mà xem xét, cho nên đức Phật nói: "*Trên Tứ Niệm Xứ đê mà khắc phục tham ưu*". Bây giờ nói về tâm của mình thì nó niệm này, nó khởi cái kia. Ai biểu ngồi đây đừng niệm, có niệm nhưng mà biết cái niệm này là tốt, cái niệm này xấu, cái niệm này phải, niệm này trái. Cái niệm này đừng lại không làm theo, cái niệm này cần phải làm theo, vì làm theo mà không làm khổ mình, khổ người thì nên làm chứ, chứ đâu phải niệm nào cũng diệt hết đâu.

Thì như vậy là hàng ngày các con ngồi trong thất này, bây giờ ngồi tu chứ gì, tu Tứ Niệm Xứ nè mà cái tâm nó khởi, bây giờ nó nghĩ là thấy mấy cái ngọn lang kia thôi đê ngắt ngày mai luộc ăn. Như vậy là cái tâm mình còn tham ăn rồi. Ngày mai người ta không ngắt lang, người ta cũng ăn, người ta cũng sống mà tại sao giờ này còn đòi thêm rau nữa, thì như vậy là rõ ràng mà còn tham rồi. Như vậy là chỉ cái mặt của nó tham đi. Thì do đó nó tham là phải đừng

không có được. Cuối cùng thì nó dùng cái tham của nó đi. Thì đó gọi là ly dục chứ cái gì?

Cho nên mấy con tu mấy con ly là ly cái gì bây giờ. Nghĩa là chặn đứng cái lòng ham muốn của chúng ta là ly. Hằng ngày nó biết bao nhiêu cái mặt của nó hiện ra để mà nó sai chúng ta trong cái dục mà chúng ta không thấy mặt. Cho nên vì vậy mà nó bảo cái gì chúng ta cũng đi làm theo hết.

Bây giờ ngồi đây mà nó thấy đồng rác dơ kia, thôi đi quét cái đồng rác đi. Thì cái này là cái dục chứ gì, chứ có gì: “Giờ này đâu phải là giờ mà quét rác đâu, sáng sớm là mà xách chổi mà quét là tao cho mà sáng đó mà đi quét. Chứ đâu phải giờ này giờ đi hốt rác đâu, giờ này mà ngồi chơi chứ. Tao cho mà ngồi không mà mà không chịu, mà thấy đồng rác kia hoặc cây cỏ kia mà ra nhỏ. Bộ mà muốn cái được điều đó hả? Mà muốn không? Vậy tao cho mà làm mà chết”. Như vậy là không có đúng, mình làm như vậy là mình làm theo dục.

Dừng lại cái dục này đi gọi là ly, còn chạy ra hốt đồng rác, nhổ cọng cỏ kia thì như vậy thật. “Sáng sớm là cái giờ tao lao động thì không

phải là do tao muốn, mà đây là cái nhiệm vụ trọng trách tao phải quét cái sân cho sạch. Cho nên sáng sớm tao thức dậy tao cầm cây chổi tao đi quét mà cái trách nhiệm bổn phận của tao không phải ham sạch đâu”. Phải không? Bây giờ mình quét cái sân của mình rồi, rồi bắt đầu cái giờ tu,ngồi thấy cái đồng rác đó, bắt đầu để hồ đi hốt rác cho sạch. Như vậy là cái dục chứ cái gì đâu, cho nên mình phải diệt nó đi. Phải không?

(1:10:59) Cho nên bây giờ mình ngồi đây cái mình thấy: "Cha! Có con mới nó bò lên cây cột nè nó ăn? Thôi để, để diệt nó đi!. Giờ này đâu phải là giờ đi diệt mới. Phải không? Buổi sáng là buổi mày chăm sóc quét dọn thì có mới thì mày trừ, còn không mới thì thôi buổi sáng chứ sao giờ này. Giờ này ăn sập cột tao cũng không thèm nói tới đâu. Phải không? Mày sai tao làm cái gì cũng không được hết, nhất định là tao ly dục rồi", các con hiểu không? Có chút chút vậy chứ mà nó sai mình.

Cái chút nhìn thấy: “A một cái con thần lần, nó bắt cái con thiêu thân gì đó. Thấy nó đập con kia chết tội nghiệp quá. Trời tâm từ bi mình phải thương xót thôi, thôi để cứu”. Mặc nó, nhân quả của nó làm ác kệ nó, giờ này đâu phải

mà giờ đi cứu chúng sanh đó đâu. Phải không? Còn cái giờ mà đi cứu chúng sanh thì mà làm. Còn cái giờ không phải giờ mà ở đây mà tu cái tâm của mình, mà mà cứ ba cái chướng ngại này thì trong cái xã hội này biết bao nhiêu là pháp chướng ngại, mà mà ngồi đó mà cứ lo cái chuyện thiên hạ không thì cái tâm mà làm sao thanh tịnh? Mà chạy theo dục hết rồi. Có đúng không?

Mấy con thấy không? Nội mình ngồi mình xét cái tâm của mình, mình thấy mình có ly hay không ly thôi. Mà vì vậy mà gọi là tu Tứ Niệm Xứ để khắc phục tham ưu, những cái này là những cái tham ưu của mình mà mình không khắc phục được thì mình còn tu cái gì mấy con.

(1:12:10) *Mấy con tu cho nhiều chứ sự thật ra gom lại thì mấy con chưa có ly dục, ly ác pháp thì mấy con bị ức chế chứ cái gì. Thầy nói thật ra Thầy ngồi tu, khi mà Thầy trở về pháp của Phật Tứ Niệm Xứ, Thầy thường ngồi chơi Thầy nhắc: "Tâm ly dục, ly ác pháp, như cục đất, ly tham, sân, si hết đi". Nhắc nó vậy thôi, thì nó đâu phải cái tâm của mình nó như cục đất liền được đâu?*

Bắt đầu nó nghĩ, nó nghĩ là nó sai mình đi làm nữa chứ. “Ồ mày chết cái dục của mày, rõ ràng là tao bảo mày ly dục, mày phải ly, chứ sao mày lại sai tao làm. Như vậy là mày muốn đó chứ, chứ đâu phải là mày không muốn, như vậy là tao không làm”. Hơi rồi bắt đầu mình ra lệnh nó mình không làm, mình ngồi chơi. Cái lát, cái nó kiếm chuyện khác nữa chứ không phải là nó chuyện đó thôi đâu, chuyện này rồi tới chuyện kia.

Để coi một ngày mà khi mới tu, các con sẽ thấy nó nhiều chuyện lắm, nó sai mình nhiều chuyện, nó dục nhiều thứ lắm chứ không phải một thứ. Còn có thanh thân, an lạc nó ít lắm. Nhưng mà ngồi riết rồi, nó sai không được rồi bắt đầu nó thanh thân. Trời ơi, thanh thân sao cái đầu nó trống rỗng vậy! Trời ơi, thanh thân sao cái thân mình nó nhẹ nhàng quá vậy!

Thì vậy là sướng quá rồi! Phải chi mà đi hốt rác đồ này kia chắc cái thân của mình nó như cục đất nặng chứ làm gì. Đúng không mấy con? Lúc đó làm riết rồi cái thân của mấy con Thầy nói y cục chì chứ đừng nói cục đất. Nó nặng như cục đá vậy.

(1:13:25) Còn Thầy nó sai Thầy không được bắt đầu cái thân Thầy nó nhẹ lên, cái đầu Thầy nó trống rỗng, cái tâm nó không phóng dật. Thầy có ngồi thiền, Thầy có nhiếp tâm ở đâu. Còn hỏi mà Thầy tu Thiền Đông Độ Thầy nhiếp, trời, kinh khủng lắm mấy con đầu phải dễ đâu. Mà Thầy nhiếp không có vọng tưởng vô được mà, Thầy tu kinh lắm chứ. Nhưng mà cuối cùng có lợi ích gì đâu. Nay Thầy ngồi chơi, tâm Thầy sai Thầy không được, nó bảo Thầy muốn gì cũng không được hết. Cuối cùng Thầy thắng nó, Thầy ly mất hết. Có phải Thầy sướng không? Có bao nhiêu đó thôi chứ gì?

Thầy nói bây giờ Thầy ở trên ghé này Thầy ngồi Thầy chơi. Thầy ngồi trong cái thất này nè, cái nhà này Thầy ngồi chơi nè, từ sáng đến bây giờ. Nó bảo Thầy đi, Thầy nói Thầy không đi. Còn mấy con nó nói mỗi chân mà nó kêu đi, cái các con rề chân đi, tức là nó sai mình nó dục rồi chứ gì. Bởi mấy con thua nó rồi, còn Thầy luôn luôn Thầy thắng nó. Phải không? Cuộc đời Thầy tu hành là Thầy làm chủ nó, Thầy thắng nó. Liên tục nó sai Thầy không được gì hết.

“Bây giờ, giờ này là giờ ngồi chơi nè, ngồi chơi Tứ Niệm xứ nè phải không? Mà sai tao không làm nè!” Con nhắc nó vậy rồi, vậy mà

một lát nó chuyện này hết chuyện kia. Rồi bắt đầu nó làm gì các con biết không? Ngồi một hơi là nó bắt đầu nó làm cho cái thân mình mỗi chữ gì, nó bắt đứng dậy đi là cái khoái rồi chứ gì. Nhất định là mỗi chết bỏ tao ngồi đây tao không đi thì như vậy là mình ly dục chứ gì. Còn nghe hơi mỗi mỗi cái bắt đầu đi, nó làm cho mình nhìn cái này, kia thoải mái, trời ơi sướng! Sự thật ra mấy con đã chạy theo dục hết rồi.

(1:14:47) Còn vô ngồi tu thì mấy con cứ hít thở ức chế nó, cuối cùng lúc mà ức chế không vọng tưởng nhưng mà xả ra các con cũng không làm chủ được nó gì hết, không có ly được nó gì hết. Cho nên Thầy nói thật sự Thầy tu ba ngày là chứng đạo liền, nó sai Thầy không được Thầy chứng chứ gì. Còn mấy con nó sai lia lịa hà. Lát cái rờ tóc, nó dài thôi để cạo cho nó trống. Trời đất ơi! Còn đẹp để gì nữa các con biết không?

Các con đọc trong Người Chiến Thắng, râu Thầy ba dai vậy nè, tóc Thầy nó phủ đầy nè. Thầy chẳng bao giờ Thầy cạo tới nó nữa. Nó cũng muốn chứ, nó nói cái đầu ngứa quá, bây giờ không có xà bông thôi để cạo cho nó sạch đừng ngứa. Nó cũng sai Thầy, Thầy nói ngứa chết bỏ tao không có sợ đâu, tao không cạo đâu

đâu. Ai nói tao Tiên, nói gì kệ, tao không cạo đầu, tao bây giờ ở trong thất tao biết tu chứ tao biết xả tâm tao, không có sai nữa. Cho nên râu Thầy ba dai nè phải không? Tóc Thầy nó phủ xuống nè, Thầy kệ nó, nó muốn làm đàn ông, đàn bà gì thôi kệ, Thầy chả cần nó.

Còn mấy con hơi hơi vậy cái, nay là 12 rồi, còn ba bữa nữa là rằm phải cạo tóc rồi. Trời đất ơi! Chưa tới cạo tóc mà nó lo nó nhớ nó dục vậy rồi. Như vậy mấy con tu làm sao cho tới, các con thấy cái tâm mình nó sai. Trời đất ơi! sao lại nó cứ, nó lựa chừng gần tới ngày đó, nó sai chuyện này đến chuyện kia, nó làm đủ thứ.

(1:16:00) Khi mà tu rồi, mình thấy mình ngồi mình mới tu Tứ Niệm xứ, mình mới sáng suốt, mình mới quan sát được. Không ngồi thiền đâu, không có cần ngồi kiết già đâu mà ngồi. Thường thường trong thất Thầy không có cái ghé vậy đâu, Thầy ngồi dựa lưng vô vách chơi vậy thôi. Không thềm mở cửa ra, nó bảo “*mở cửa ra đóng dòm ở ngoài thấy chút cho sáng.*” “*Nhất định tao đóng cửa không thềm mở đâu. Mà đừng có sai tao được đâu.*”

Coi như là mình, mình độc thoại với mình. Mình nói chuyện với mình luôn luôn lúc nào

cũng đấu tranh với nó hết. Nó bảo gì cũng không được hết, nó bảo mở cửa sổ, cũng không mở. Nó bảo mở cửa cái, cũng không mở. Nó bảo nhìn ra ngoài, không nhìn. Nó bảo nhìn ra, mình nhìn xuống. Mình làm cứ ngược lại nó, làm riết cái bắt đầu không được, nó đi mất thì mình chứng đạo. Có vậy thôi, có gì đâu.

Các con thấy cái này nó dễ thôi chứ đâu có gì đâu khó đâu. Mình làm ngược lại mình đi, nó bảo gì cũng không được hết, ngồi chơi là ngồi chơi. Nó bảo mỗi thôi đứng dậy đi! Nhất định là không đi! Nhất định nó làm cái gì Thầy cũng không đi. Nghĩa là chỉ có mình làm thôi chứ còn nó sai không được. Và cứ như vậy thì mấy con sẽ...

(1:17:01) Cho nên thầy Mật Hạnh nói với Thầy: Con thấy cái pháp nó kì cục, khi mà Thầy bắt con vào trong thất tu ba năm với Thầy. Thì con thấy cuối cùng cái tâm nó sai con đủ thứ hết mà con biết là nó sai con không được, vì con biết mặt nó quá rồi. Nó hể nó hiện ra cái tướng gì nó sai con, con không làm theo nó.

Cuối cùng thì nó đánh con bằng cách này, nó nói: *“Nếu mà thành Phật thì như vậy là nó sai*

mình không được rồi, thì tức là cái tâm ham muốn của mình nó hết. Mà mình hồi nhỏ tới lớn mình chẳng biết gì đời hết, rồi nó không làm ham muốn thì nó uổng quá. Thôi bây giờ để ra đời cho mình biết chút ít, để coi thử coi nó sao, rồi bắt đầu mình vô tu chắc ăn, chứ để không nó mất hết muốn sao? Thành Phật rồi đâu còn muốn nữa!"

Nó nghĩ rõ ràng là nó hết muốn được, cứ mình bảo nó, cứ nó sai gì cũng không được hết thì tức là nó hết muốn chứ gì? Thì như vậy rõ ràng là thành Phật chứ gì? Phải không? Như vậy là không được. "*Mình từ hồi nhỏ tám tuổi theo Thầy tu tới bây giờ, chẳng biết gì ngoài đời hết trơn, hết trọn vậy. Không biết ở ngoài nó sao đây? Bây giờ nếu mà nó hết muốn luôn rồi, chắc chết luôn, rồi có biết gì nữa?"*

Rồi đó nó bắt đầu nó lý luận, nó cũng là lý luận như vậy chứ đâu phải không. Nó lý luận nó đánh anh này cũng tan nát chứ không phải vừa. Con biết không? Cho nên nó xin phép Thầy mặc chiếc áo đời. "*Con mặc chiếc áo đời ra để biết đời rồi, mai mốt nó làm sao nó dụ con được, con biết nó mà, nên đâu có sai."*

(1:18:17) Thì hôm nay mấy con đã hiểu biết đời rồi, đời là khổ rồi. Ông Phật đã xác định và mình cũng đã hiểu biết rồi. Nghĩa là thí dụ như mấy con cư sĩ mấy con đã biết đời khổ nhiều rồi. Thế mà bây giờ để cái tâm mình sai mình sao? Nhất định là không được sai nữa.

Cho nên thí dụ như mấy con về đây ở hai bữa, ba bữa, bốn bữa. “*Sai cái gì tao cũng không làm hết, tao là người vô sự nè, thanh thản, an lạc, vô sự. Thân thì an lạc, tâm thì thanh thản mà vô sự không làm điều gì hết. Sáng sớm tao xách chổi, tao đi quét là tại vì buổi sáng phải làm công việc.*” Phải không? “*Tao sai mà làm, chứ mà không có sai tao. Còn trưa tao phải xách bình bát tao đi xin cơm ăn, tao sai mà đi xin cơm chứ không phải mà đòi bụng đi xin. Bây giờ, 5 giờ chiều mà bảo tao đi xin cơm, nhất định là tao không đi, chết bỏ.*” Phải không? “*Sáng mà bảo tao bưng bình bát đi xin cơm ăn, tao nhất định không đi, không, mà không có chống tao được.*”

Như vậy là nó sai mình được không? Nhưng mà tới giờ, “*đúng 11 giờ là tao đi xin cơm. Mà không sai tao cũng đi nữa chứ đừng nói.*” Phải không? Cái giờ nào mình làm ra giờ này, “*sáng*

ra đúng giờ tao đi quét sân, không khéo mà mới sáng ra bây giờ mà không chịu quét sân cái mà nằm, mà cứ nằm ì, ì đây mà làm biếng, mà nằm ở trên giường. Mà nói mà rảnh rang mà vô sự, mà làm biếng đâu có được. Sáng sớm ai cũng xách chổi quét thì mà cũng phải đi quét chứ mà đâu có làm biếng cái kiểu đó được!”

Thì do đó mình sai nó chứ nó đâu có sai mình. “*Còn giờ này đâu phải giờ quét mà mà bày đặt, tao xách chổi ra đó quét. Mà sai tao như vậy là trật giờ là như vậy là mà dục. Cho nên tao không có làm theo dục!*” Thì như vậy là cuối cùng mình là người thắng nó chứ gì? Tức là ly dục, các con hiểu cách thức ly chưa? Học ly là học như vậy chứ sao, chứ đâu phải là ly tâm như cục đất, ly tham sân, si hết.

Cái này là các con luyện cái pháp ý thức lực để thành nội lực thôi chứ các con làm sao ly. Ly là mình không làm lại nó, theo cái lệnh của nó, theo cái ý muốn của nó thì tức là mình ly nó. Rồi cuối cùng thì nó ly ra, nó ly ra thì mình giải thoát chứ có gì đâu. Các con thấy chưa?

11- ÔNG CHÂU LỢI BÀN ĐẠC QUÉT TÂM MÀ CHÚNG ĐẠO

(1:20:18) Thầy muốn nói cái kinh nghiệm để cho chúng ta biết tu Tứ Niệm Xứ là như vậy. Cho nên cái ngày xưa mà ông Châu Lợi Bàn Đặc ổng dốt, ổng học có bốn câu kệ mà anh ổng dạy ổng không thuộc. Đọc hoài mà ông anh ổng dạy không được: "*Mày ngu quá mày đi về đi, chứ mày tu cái gì mà mày học có bốn câu kệ mà không có thuộc. Ở đây tao mắc công tao quá, tao dạy mày có bốn câu kệ không thuộc*". Ông này thì ổng ham tu mà bắt ổng phải học thì ổng làm sao ổng học được. Cho nên ổng khóc. Ông anh nói kỳ: "*Chiều nay là mày phải đi về chứ mày không có được ở đây nữa. Mày học mày dốt quá như vậy làm sao được mà tu*". Đuổi ổng như vậy, ổng tức quá ổng cứ ngồi ổng khóc.

Ông Phật ổng đi ngang qua ông thấy ông hỏi tại sao khóc? Nói: "*Anh tôi chiều nay cho về, đuổi tôi không có cho tôi ở, tôi tu nữa, tôi học bốn câu kệ không thuộc*". Ông Phật ổng nói: "*Thôi, đến thất của Phật đi, Phật dạy cho cách thức tu*". Ông dạy ngồi quét tâm tức là tu Tứ Niệm Xứ, trên Thân - Thọ - Tâm - Pháp mà quét ra cho sạch, cứ quét đi không học câu gì hết.

Về nói với ông anh: "*Nếu mà đuổi lần nữa thì đức Phật không chấp nhận ghen. Đức Phật*

đã chấp nhận con là đệ tử của Phật rồi thì bây giờ phải lo quét cái tâm cho sạch". Thì ông cứ ông ngồi, ông tối ngày ông ngồi trong thất ông quét không có đi đâu hết. Tối giờ đi xin thì đi xin về ăn mà hết giờ thì thôi, không có làm gì nữa hết, cứ ngồi đó quét.

Tối chừng mà cái ngày mà người ta đi thọ trai hết. Tất cả mọi người đều được mời đi thọ trai, thậm chí như đức Phật cũng được mời đi thọ trai. Còn ông Châu Lợi Bàn Đặc này không ai thềm mời ông hết. Người ta cũng có mời nhưng mà ông không thềm đi, ông cứ ngồi ông lo ông quét hà, quét cái tâm ông cho sạch. Và cuối cùng thì khi mọi người đi hết rồi, ông nói: *"Hôm nay cái tâm của mình nó sạch rồi, nó không có sai mình được nữa rồi. Vậy thì mình sai thử coi nó làm được không?"*

Nghĩa là bây giờ ai cũng đi vắng hết: *"Cái rừng này thì phải có một ngàn ông Bàn Đặc, phải ngồi đầy mọi cái góc cây này cho tao".* Thì lúc bấy giờ ông Bàn Đặc, ông ngồi đầy hết một ngàn ông, ngồi đầy cái rừng hết. Ông nói *"như vậy là tao sai mà được rồi. Hỏi nào tới giờ mà sai tao làm theo mà đủ thứ. Phải không? Bây giờ mà sai không được, bây giờ tao mới sai mà!"* Thì do đó ông sai bây giờ nó

biến ra một ngàn ông Bàn Đạc ngồi khắp rừng hết.

Thì lúc bấy giờ ông Phật ông đang thọ trai tức là ông đến nhà của người thí chủ, ông biết ông Bàn Đạc đã chứng đạo rồi mấy con. Tất cả quý thầy thì không biết nhưng mà ông Phật ông biết, ông mới nói với người mà thí chủ đó, người chủ nhà: *“Ông hãy đến cái khu rừng mà chỗ đức Phật ở đó, gọi ông Bàn Đạc đến đây thọ trai. Bây giờ chỉ còn một ông tu sĩ đó thôi”*.

Ông này ông đến cái khu rừng ông thấy sao mà ngồi đầy hết mà có một ông thôi, ông nào cũng giống ông nào, cũng y như vậy hết. Ông không biết ông Bàn Đạc là ông nào. Ông mới lật đật về ông nói sao mà trong khu rừng chỗ ông Phật ở bây giờ có một ông Tỳ kheo, có một gương mặt y như nhau mà ngồi ở gốc cây nào cũng có hết.

Thì ông Phật ông nói cứ đến đó, ông gọi: *“Ông nào là ông Bàn Đạc, hãy vâng lệnh Phật mang bát mà đi thọ trai”*. Thì lúc bây giờ, ông nào mà bước ra rừng mà mang bát thì ông đó là ông Bàn Đạc. Thì lúc bây giờ ông cư sĩ đó, ông đến đầu cái cửa rừng đó, ông đứng ông mới gọi: *“Ông nào là ông Bàn Đạc, lệnh của Phật mời*

ông đi thọ trai”. Rồi lúc bây giờ tất cả những ông Bàn Đặc khác mất tiêu hết, chỉ còn có ông Bàn Đặc mang cái bình bát, giống cái y như con vậy đó, ôm bình bát đi ra. Thì lúc bây giờ đi theo ông cư sĩ đến thọ trai.

(1:23:32) Thì các con thấy, cái tu nó đơn giản chứ đâu phải là khó khăn, đâu có ngồi thiền, đâu có nhập định, đâu có làm cái gì cho nó cực khổ đâu. Chỉ có ngồi trước cửa thất của mình chơi cái thất của mình thôi, vô sự hoàn toàn không chơi với ai thôi. Tức là sống độc cư chứ gì? Đúng là cách thức Phật dạy chứ gì? Ngồi đó mà quét tâm của mình, tức là trên Tứ Niệm Xứ chứ gì?

Ông ngồi suốt, nó mới hay nó sai ông đi ông cũng không đi nữa. “*Sai tao không được nữa, mới chết bỏ!*”. Đâu có bao giờ ai mà ngồi mới chết bao giờ đâu? Cho nên ông không thêm đứng dậy đi, ông cứ ngồi đó ông chống lại với tâm ông. Cuối cùng ông xả ly sạch trống không.

Bởi vậy mình đang bị cái tâm mình sai mình cho nên mình không có làm được chuyện gì hết. Trái lại nó sai mình không được, cuối cùng mình lại sai nó. Thành ra nó biến được một ngàn ông Bàn Đặc, có phải không? Bây giờ cái

chuyện tu nó đơn giản như vậy mà sao lại tu? Mọi người làm không được chứ. Thầy nói sao tu lâu quá vậy. Các con thấy không? Cái người tu theo Thầy hai năm, ba năm. Có người hai tháng, ba tháng. Có người năm tháng, sáu tháng rồi mà bây giờ không làm được như ông Bàn Đặc chút nào hết.

Còn ông Bàn Đặc ổng dốt hơn mình nhiều phải không? Còn mấy con bây giờ chữ nghĩa đưa nào cũng cả bụng hết rồi, còn ông Bàn Đặc viết chữ không được. Có phải không? Lẽ ra một cái người dốt như vậy đó là phải tu khó chứ, thế mà người ta không khó. Còn mình là người biết chữ mà tại sao mình tu lại lâu.

(1:24:49) Cho nên theo Thầy thiết nghĩ tu phải tu đúng, bây giờ nói như vậy là tới cái giờ, tại vì cái giờ đó là cái pháp đó. Mình ôm pháp mình tu, là mình ôm cái pháp mình tu, nó có vọng tưởng, không vọng tưởng hay kệ nó, miễn là tôi tu cho đúng cái pháp này thôi.

Thầy bảo tôi bây giờ Thân Hành Niệm là phải đứng lên, ngồi xuống như vậy, hành động như thế nào, thế nào tôi làm đúng. Tới cái giờ mà đi Chánh Niệm Tĩnh Giác, đi kinh hành tôi cũng làm cho đúng. Tới cái giờ ngồi hít thở tôi

cũng làm đúng. Tới cái giờ mà ngồi chơi trên Tứ Niệm Xứ tôi cũng làm đúng nhưng mà cái tâm tôi sai không được. Giờ này giờ mà tu cái này thì mà phải làm cái này chứ mà không được làm cái khác. Rồi giờ mà ngồi chơi thì mà ngồi chơi, tức là mà cũng không có sai được.

“Bởi vì tao ngồi chơi chứ tao đâu phải đi làm, sao mà sai?”, phải không? Còn bây giờ thí dụ như con thấy cái nền nhà con dơ, con lấy cái cái thùng nước con đi lau. Như vậy là rõ ràng nó sai con đi làm lau cái nhà. Như vậy là các con đâu có xả, nhất định là không xả. “Ngày mai đó sáng buổi sớm tao đi quét sân, còn thì giờ vô tao lau chứ bây giờ mà sai tao không được”. Phải không?

“Hôm rày nó dơ sao lại không làm mà bữa nay lại phải đi muốn làm. Thì đây là mà sai, sai tao làm chứ đâu phải được”. Cho nên tất cả những cái chuyện nhỏ nhặt này, các con phải đều quan sát kỹ cái tâm của mình, để cho mình ly. Mà ly sạch rồi nó sai mình không được là nó hết. Nghĩa là hoàn toàn nó phải hết thôi.

(1:26:13) Thì hôm nay Thầy nói để cho con biết cách thức tu tập, sau này mà có một cái

duyên, chỉ trong vòng ba bữa đến một tuần lễ mà như đức Phật đã nói bảy ngày, bảy tháng, bảy năm. Nếu mà trong bảy ngày mà ngồi quét tâm của mình mà theo kiểu ông Bàn Đạc đó thì bảy ngày có thể là mình sẽ bảo ông Bàn Đạc phải ngồi khắp rừng cũng được nữa con, đâu có gì đâu cái chuyện đó. Bởi vì khi mà cái tâm nó định tĩnh, nó không có sai mình được. Nó ly dục rồi thì nó thanh tịnh rồi thì nó thanh tịnh thì nó có bảy cái năng lực của nó, tự nó xuất hiện.

12- ĐỦ SỨC ĐỊNH TĨNH THÌ BẢY GIÁC CHI XUẤT HIỆN

Như hồi nãy con hỏi Thầy là mình phải tu suốt cái thời gian mà 12 tiếng đồng hồ thì bảy cái năng lực đó nó mới xuất hiện hay là như thế nào? Không phải? Bởi vì cái sức mà định tĩnh của chúng ta nó tuy rằng nói Nhất Dạ Hiền là 12 tiếng đồng hồ là cái tiêu chuẩn, là phải đạt được cái sức định tĩnh đó là 12 tiếng đồng hồ. Đó là trong kinh nói nhưng mà hằng ngày chúng ta tu chỉ có hai tiếng hay là ba tiếng trong một buổi mà thôi. Nhưng mà cái sức định tĩnh của chúng ta mà được định tĩnh rồi thì Bảy Giác Chi này nó không cần phải mà chúng ta tu suốt 12 tiếng đồng hồ.

Nhiều khi các con cố gắng mà ôm suốt 12 tiếng đồng hồ để mà tu tập thì trong khi đó tâm các con nó chưa hoàn toàn định tĩnh. Còn bây giờ Thầy chỉ tu mỗi một buổi, Thầy tu có hai tiếng thôi. Phải không? Nhưng mà Thầy xả tâm Thầy tu tập kỹ cho đến hai tiếng đồng hồ này, Thầy thấy hoàn toàn nó định tĩnh. Sáng cũng vậy, trưa cũng vậy, chiều cũng vậy, tối cũng vậy. Bốn buổi, mỗi buổi Thầy tu có hai tiếng chứ Thầy không có tu nhiều. Nhưng mà thời nào Thầy cũng tu thấy nó định tĩnh rõ ràng phải không?

Mà khi thời nào nó cũng định tĩnh được rõ ràng thì Bảy Giác Chi nó sẽ xuất hiện chứ không phải đủ 12 tiếng đồng hồ. Các con hiểu chưa? Nghĩa là bây giờ sáng thì tu buổi sáng hai tiếng, buổi chiều hai tiếng, buổi tối hai tiếng, buổi khuya hai tiếng. Mà hai tiếng đồng hồ này nó vẫn định tĩnh, rõ ràng là nó định tĩnh nó ở trong một cái trạng thái đầu óc rỗng rang, không phóng dật hăn hòi, đàng hoàng.

Hai tiếng đồng hồ rõ ràng, buổi sáng, buổi chiều, buổi tối, buổi khuya bốn thời nó cũng y vậy mà Thầy tu có hai tiếng, Thầy đâu có tu cần gì phải 12 tiếng đồng hồ. Nhưng mà suốt trong một ngày, một đêm như vậy mà mỗi thời tu chỉ

có hai tiếng. Mà nó định tỉnh như vậy rồi thì Bảy Giác Chi nó cũng xuất hiện đủ.

Tại vì nó định tỉnh, cái mức định tỉnh của nó thì nó phải xuất hiện đủ. Còn bây giờ các con có ôm ráng bây giờ thức suốt đêm, nghĩa là tu suốt 12 tiếng đồng hồ mà nó chỉ có định tỉnh có hai tiếng đồng hồ, còn bao nhiêu nó không định tỉnh. Lát nó xẹt cái này, lát nó buồn ngủ hôn trầm, nó vô ký, nó đủ loại ở trong này hết. Thì như vậy là cái đêm 12 tiếng đồng hồ này, các con không có chất lượng chỗ nào thì Bảy Giác Chi nó cũng không xuất hiện. Mấy con hiểu chưa?

Cho nên có nhiều người nói tôi ráng thức một đêm, tôi tu Nhất Dạ Hiền một đêm làm Thánh Hiền. Sự thật ra một đêm mà cái chất lượng nó không có. Còn Thầy thì tu tuần tự, tu cho đến khi có thể buổi sáng Thầy tốt nè, buổi chiều Thầy tốt nè, buổi tối nó không tốt, nó có niệm rồi, nó phóng dật rồi, buổi khuya nó phóng dật. Như vậy là Thầy phải tu tu sao mà...

HẾT BĂNG

MỤC LỤC

1- CÁCH THỨC THIÊN XẢO ĐỂ DẪN TÂM	3
2- DỪNG THÂN HÀNH NIỆM PHÁ THỌ ẨM MA	9
3- KẾT HỢP CẢ THÂN HÀNH NỘI VÀ NGOẠI MỚI ĐỦ BẢY GIÁC CHI.....	18
4- CÁC ĐỀ MỤC ĐỊNH NIỆM HỜI THỞ CHUYÊN SÂU.....	21
5- TRẠNG THÁI TƯỚNG THẦY GẶP PHẢI KHI CÒN TU TẬP.....	31
6- ĐỀ MỤC AN TỊNH TÂM HÀNH VÀ THÂN HÀNH.....	41
7- DỪNG Ý THỨC DẪN TÂM VƯỢT QUA BIÊN TƯỞNG DỤC.....	42
8- TRẠNG THÁI AN TỊNH KHÔNG CÓ THỜI GIAN.....	49
9- CÁCH XÁC ĐỊNH THÁNH CƯ SĨ, THÁNH TĂNG, THÁNH NI.....	54
10- CÁCH NGỒI CHƠI LY DỤC TRÊN TỨ NIỆM XÚ.....	69
11- ÔNG CHÂU LỢI BÀN ĐẶC QUÉT TÂM MÀ CHÚNG ĐẠO	80
12- ĐỦ SỨC ĐỊNH TỈNH THÌ BẢY GIÁC CHI XUẤT HIỆN.....	87