

## **Bài 156. Kinh Tăng Chi | Chương Sáu pháp | Phẩm Cần Phải Nhớ (tt) | Sư Giác Nguyên giảng 22/01/2019**

Sáng nay chúng ta học kinh số 17, tựa kinh là chữ [...]. Chữ [...] có cùng một nghĩa với chữ [...] là ngủ, trong tiếng Sanskrit là [...]. Tại sao tôi phải ghi chú cái này? Để cho bà con biết thêm một chữ nữa: chữ [...] là ngủ nghỉ.

Trong chánh kinh kể lại cho chúng ta nghe cái duyên sự của bài kinh này. Có một ngày kia, có rất nhiều các vị tôn túc trưởng lão, đệ tử thỉnh văn hàng đầu của Đức Thế Tôn, gồm có nhị vị thượng thủ thỉnh văn Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, rồi các vị như là Mahākassapa, đệ nhất đầu đà; Mahākaccāyana, đệ nhất luận nghĩa; Mahāpanthaka, đệ nhất về tuệ phân tích; Mahākapina, đệ nhất về huấn tăng, là hướng dẫn chư tăng; Anuruddha, đệ nhất về thiên nhãn. Rất là nhiều vị hàng đầu trong tăng chúng về hầu Phật.

Và đương nhiên, bên cạnh các vị này còn có rất là nhiều, hàng trăm vị tỳ kheo tân thọ. Tỳ kheo mà tân thọ đại giới là mới tu. Thì khi không có duyên sự gì đặc biệt, Thế Tôn và các vị tôn túc trưởng lão gặp nhau chỉ im lặng cùng thiền định. Nếu không có duyên sự gì đặc biệt để mà thuyết giảng, thì Thế Tôn cùng với các vị tôn túc im lặng. Chuyện này là chuyện rất là thường xảy ra.

Vì chính Thế Tôn Ngài cũng dạy là khi mà người xuất gia gặp nhau chỉ có hai việc để làm: một là nói pháp, giảng pháp, trao đổi giáo pháp; hai là cùng im lặng để mà thiền định. Trong trường hợp không có duyên sự gì đặc biệt thì thầy trò cùng nhau im lặng.

Đây là một bài học rất là đẹp, rất là quan trọng cho đời sống của chúng ta. Nếu không có gì để nói, chúng ta im lặng tốt hơn. Đó là bài học thứ nhất.

Bài học thứ hai nữa là trong các cái kiểu im lặng thì gom lại có hai cách: im lặng trong thiện pháp và im lặng trong ác pháp, trong bất thiện. Về cái cách im lặng mà trong thiện pháp, nó tốt hơn.

Nói cũng vậy, nói có hai cách: nói có lợi ích và nói không có lợi ích, thì người ta chọn cách nói có lợi ích. Nếu không có gì để nói thì chọn cách im lặng. Và trong im lặng lại có hai cách: im lặng trong cái ác và trong cái thiện. Ta chọn im lặng trong cái thiện. Đó là cái thái độ sống của các bậc thiện trí, của người cầu đạo giải thoát.

Mình thấy trong kinh này là khi Đức Thế Tôn cùng các vị tôn túc, bậc trưởng lão thỉnh văn gặp gỡ nhau, và khi không có gì đặc biệt thì các Ngài cùng im lặng. Thế Tôn không có gì để nói và các vị kia không có gì để nghe, thì thầy trò cùng nhau im lặng thiền định.

Tối khuya như vậy thì Đức Thế Tôn đi về phòng riêng, và các vị trưởng lão tôn túc, mỗi vị cũng đi về cái chỗ của mình. Lúc đó, theo trong chú giải, mỗi vị về sống an trú trong thiền định, đặc biệt là trong thiền quả. Thiền quả là an trú trong tầng thánh quả mà mình đã đắc. Còn riêng các vị tân thọ tỳ kheo thì khi mà mệt mỏi quá, về kiếm một chỗ nào vừa vặn, thích hợp, thì cứ vui đầu ngủ say cho đến sáng hôm sau.

Khi mà Đức Thế Tôn nhìn thấy, Ngài biết cảnh đó, Ngài mới hỏi ngài Anan:

“Các tỳ kheo lớn đi đâu hết rồi?”

Ngài Anan nói:

“Mỗi người đi về chỗ riêng của mình hết rồi.”

Thì các vị theo dõi phần này trong chánh kinh. Còn phần nội dung của kinh nằm ở phần sau. Tức là Đức Phật Ngài gọi chư tỳ kheo lại, Ngài hỏi một câu thôi, có nghĩa là từ trong đạo cho đến ngoài đời. Từ trong đạo cho đến ngoài đời, ở ngoài đời gồm có các hạng như là ngư, tiều, canh, mục, sĩ, nông, công, thương. Tôi đang dùng ngôn ngữ của mình bây giờ: ngư, tiều, canh, mục, sĩ, nông, công, thương.

Trong đạo, ngoài đời, trong tất cả những cái hạng đó, có cái hạng nào, có tầng lớp nào mà ham mê ngủ nghỉ mà có thể gây dựng được sự nghiệp, làm được cái gì đó ra trò trống hay không? Thì chư tăng đều là đồng loạt, đồng thanh thưa rằng:

“Bạch Thế Tôn, không.”

Trong đạo, ngoài đời, người ta không thể nào có được sự nghiệp, đạo nghiệp, nếu mà cứ vui mình trong chăn, cuộn mình ngủ say, hưởng thụ cái sự an dưỡng nhàn lạc.

Đức Phật Ngài dạy rằng nếu mà các vị hiểu như vậy, các vị hãy tâm niệm cái bài học như sau. Bài học gì? Bài học này chính là cái lời giáo hối của chư Phật ba đời cho cái người xuất gia, chứ không có riêng cái bài học giáo lý của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni mà dạy cho các vị đệ tử của Ngài. Không phải, không riêng, mà tất cả chư Phật ba đời đều có cái pháp thoại ngắn này để mà giáo giới cho chư tỳ kheo.

Và trong kinh cũng ghi rất rõ là có những vị Phật khi mà ra đời thành lập tăng đoàn thì có thuyết giảng đầy đủ ba tạng Kinh, Luật, Luận; Kinh, Luật và A-tỳ-đàm. Nhưng có những vị Phật tùy duyên mà thuyết giảng từng pháp thoại cho các đệ tử tăng tục, nghĩa là người xuất gia và cư sĩ. Tùy duyên, nay thì thuyết cái pháp thoại này, mai thì thuyết pháp thoại kia, nhưng mà không có cái nội dung cụ thể cho ba tạng, có nghĩa là không có ban hành giới luật. Có nghĩa là người nào hữu duyên đến với Ngài thì Ngài chỉ dạy có một bài kệ ngắn thôi, thì người đó cứ theo đó mà tu rồi chứng La Hán.

Cái bài kệ ngắn đó là gồm cái gì? Gồm những điều mà chúng ta nhìn thấy trong cái đoạn cuối của bài kinh này. Đoạn cuối của bài kinh này. Và Đức Phật Thích Ca Mâu Ni cũng vậy, trong cái đêm đầu tiên, ngay sau khi mà Ngài nhận cái chùa Trúc Lâm của vua Bình Sa Vương, đó là một khu rừng trúc có rất nhiều sóc. Đó là một ngôi chùa đầu tiên trong lịch sử Phật giáo.

Trong cái đêm đó, vào rằm tháng Giêng đầu tiên trong đời của Ngài sau khi thành Phật — Ngài thành đạo rằm tháng Tư năm trước, thì 9 tháng sau đến rằm tháng Giêng — ngay ngôi chùa đầu tiên đó, với sự hiện diện của 1.250 vị tỳ kheo lục thông La Hán, không cần triệu tập, tự động có mặt.

Và ngay trong đêm đó, với sự có mặt của nhị vị thượng thủ thỉnh văn gồm có ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên và 1.250 vị tỳ kheo khác, Đức Thế Tôn đã ban lời giáo hối có nội dung của một cương lĩnh, cương lĩnh giáo pháp. Nội dung nó như thế này: không làm các điều ác, thực hiện các hạnh lành, giữ gìn tâm trong sạch. Đó là một phần mà Phật tử Việt Nam chỉ biết tới đó thôi: giữ gìn tâm trong sạch là ba.

Rồi tiếp theo: người xuất gia phải luôn luôn kham nhẫn, vì kham nhẫn là hạnh tu đệ nhất, cũng như trong các pháp, Niết-bàn là đệ nhất.

Tiếp theo là cái gì? Người xuất gia luôn luôn sống với sự thu thúc lục căn, ăn uống chừng mực, thường xuyên tỉnh thức, không mê ngủ, thường xuyên trú ngụ chỗ trú xứ xa vắng, nhàn tịnh. Đây chính là lời giáo hối của chư Phật ba đời mười phương cho chúng sinh.

Tôi vừa trùng thuật nguyên văn cái gọi là cương lĩnh giáo pháp mà từ đó về sau, trong suốt 45 năm còn lại, Đức Thế Tôn đã theo đó mà hướng dẫn cho người tìm đến tu học với Ngài.

Và trong bài kinh này thì Ngài nhắc lại nội dung đó mà gọn hơn. Ngài không có nhắc lại cái chuyện tránh ác, hành thiện, giữ tâm trong sạch. Ngài không có nhắc. Ngài chỉ nhắc lại có phần sau thôi: người xuất gia phải thu thúc lục căn, ăn uống tiết độ, thường xuyên tỉnh thức.

Ở đây mình thấy trong cái bản tiếng Việt có một chữ rất là dễ hiểu lầm, đó là “chú tâm cảnh giác”. Ác vậy đó.

Thì các vị thấy: “các căn với căn môn phòng hộ” có nghĩa là thu thúc lục căn. “Ăn uống có tiết độ” là ăn uống chừng mực. Chừng mực là không có cầu ngon, cũng không có để quá no. Nhớ nha, cái này chắc phải ghi chú quá.

“Các căn môn được phòng hộ” có nghĩa là thu thúc lục căn, không để cho mình phải bất mãn hay tham đắm trong lục trần. Không để cho mình phải bất mãn hay tham

đắm trong lục trần, đó là thu thúc lục căn.

Thứ hai là ăn uống có tiết độ, có nghĩa là ăn không có cầu ngon mà cũng không có ăn quá no.

Còn cái “chú tâm cảnh giác” ở đây là một cái chữ, nếu mà không có bản Pali thì rất dễ là hiểu lầm. “Chú tâm cảnh giác” ở đây, trong tiếng Pali thì là [...].

Đoạn cuối bài kinh: “Do đó, này các tỳ kheo, các người phải tâm niệm như sau: [...] chúng ta sẽ sống với các căn thanh tịnh”, tức là thu thúc lục căn, tức là các căn được gìn giữ rất là chừng mực; biết chừng mực trong chuyện ăn uống; thường xuyên tỉnh thức, không có mê ngủ.

Ngài Minh Châu dịch: “quán các thiện pháp”, nhưng trong chú giải lại nói khác, là có cái lòng tầm cầu, kiếm tìm để mà nâng cấp, bổ sung thiện pháp. [...] Có lòng hướng tìm, tầm cầu đối với thiện pháp, chứ không phải là quán. [...] Có nghĩa là có nhìn thiện pháp của mình coi có cái gì cần thì bổ sung. Có nghĩa là kiếm tìm thiện pháp, là có lòng [...]. Cả hai chữ đều có nghĩa là kiếm tìm hết.

Lấy đoạn cuối là [...] là quán trong pháp. Đây có nghĩa là [...] có cái lòng kiếm tìm trong thiện pháp, không có để mình bị mất [...].

Như vậy thì mình học bản tiếng Việt nhưng mình phải đối chiếu bản Pali chứ.

Như vậy ở đây vị tỳ kheo, Ngài dạy rằng trong đạo, ngoài đời, dầu là sĩ, nông, công, thương, ngư, tiều, canh, mục, hoặc là người xuất gia, tăng ni, cư sĩ; nói chung người theo đạo, bất cứ ai trong những hạng người đó mà ham mê ngủ nghỉ, thích thú, an dưỡng, hưởng nhàn thì đều không có thể nào thành tựu được đạo nghiệp hay là sự nghiệp ở đời.

Ngược lại, phải thường xuyên tâm niệm mấy điều sau đây: ta sẽ sống với 6 căn được thu thúc; ta sẽ ăn uống chừng mực, không cầu ngon mà cũng không ăn quá no thì mới

gọi là [...]. Tiếp theo là thường xuyên tỉnh thức, không mê ngủ; sống có lòng tầm cầu trong cái thiện pháp.

Cái gì nữa? Tu tập trong 37 phẩm Bồ-đề, có nghĩa là ngũ căn, ngũ lực, tứ chánh cần, tứ như ý túc, tứ niệm xứ, thất giác chi, bát chánh đạo. Kể chi tiết là 37, nhưng gom gọn lại thì, các vị ghi dùm tôi câu này: kể rộng rãi chi tiết thì có 37, nhưng gom gọn lại thì nhóm này chính là nhóm kia.

Có nghĩa là tứ như ý túc là bao gồm toàn bộ mấy chục Bồ-đề phần còn lại. Tứ niệm xứ là bao gồm mấy chục cái còn lại. Có nghĩa là tương tức, quan hệ giữa 37 pháp Bồ-đề phần là quan hệ tương tức, là cái này chính là cái kia. Mặc dù kể về chi pháp thì nó hơi khác khác, nhưng trong thực tế, người chuyên tu thất giác chi cũng là người chuyên tu bát chánh đạo, mà người chuyên tu bát chánh đạo cũng là người chuyên tu tứ niệm xứ, mà người chuyên tu tứ niệm xứ cũng là người chuyên tu tứ chánh cần. Người chuyên tu tứ chánh cần cũng là người chuyên tu ngũ căn, ngũ lực, thất giác chi, tứ như ý túc. Nó cứ vòng vòng vậy đó.

Nhưng mà kể rộng rãi chi tiết thì nó ra 37. Tại sao vậy? Là tùy thuộc vào căn của chúng sinh, nhớ nha, tùy thuộc vào căn tánh, cái cơ duyên của chúng sinh.

Có người thì cho họ nghe tứ niệm xứ họ mới yên, họ hợp với tứ niệm xứ. Có người thì lại đi giảng cho họ nghe tứ chánh cần. Tứ chánh cần là cái gì? Mà ta đã học nhiều lần lắm rồi: tứ chánh cần là nỗ lực ngăn ngừa cái ác pháp chưa có, nỗ lực cắt đứt cái ác pháp đã có, nỗ lực tu tập cái thiện pháp chưa có, nỗ lực bảo trì cái thiện pháp.

Đã có, tổng cộng cái Tứ chánh cần. Thì mình chỉ nghe cái nội dung là mình đã biết cái này nó chính là cái kia, cái này nó chính là cái kia.

Cho nên Đức Phật Ngài dạy rằng, trong mọi tình huống, dầu là đời hay là đạo, một người muốn có được sự nghiệp, muốn thành tựu được cái gì đó gọi là trò trống ở đời, trong đạo, chuyện đầu tiên là phải sống với những cái điều tâm niệm mà tôi vừa nói.

Thứ nhất là phải làm chủ được giác quan của mình. Người ngoài đời không biết đạo mà không có khả năng làm chủ, không có khả năng kiểm soát được sáu căn của mình thì coi như hỏng việc.

Tôi biết tôi nói cái này có nhiều người rất là ngạc nhiên. Tôi ví dụ như các vị tượng tượng người con gái không có nết, chưa nói đã cười, chưa đi đã chạy, ăn không coi nôi, ngồi không coi hướng, không biết học ăn, học nói, học gói, học mở, thì có phải là người con gái đó thiếu kiểm soát trong sáu căn hay không?

Đương nhiên cô ta không phải Phật tử, cô ta không biết giáo lý gì hết trơn. Nhưng mà bất cứ chuyện gì ở đời cũng phải cần đến khả năng kiểm soát sáu căn. Và tôi bảo đảm, thí dụ như các vị nói: “Tôi đâu biết đạo, tôi đâu biết sáu căn là gì.” Trúng, các vị không biết sáu căn là gì. Nhưng trong thực tế, khi các vị lái xe trên đường cao tốc mà các vị không có khả năng kiểm soát được mình, không làm chủ được tay lái thì chết là cái chắc.

Thì cái khả năng mà làm chủ được mình, không say sưa, không ngáo đá, không có để cho cảm xúc của mình nó dâng trào, tràn bờ, để mà lạc tay lái, không thể làm chủ tốc độ, là quý vị chết cái chắc.

Cho nên, một cái người lái xe trên đường, ngay cả người nấu ăn cũng vậy, tối thiểu họ cũng phải có khả năng làm chủ được sáu căn trong một chừng mực tối thiểu nào đó. Nấu ăn đó, tức là mình phải chú ý, để ý cái bếp như vậy, cái lửa nó như vậy, cái chảo với lượng dầu nó đang nóng như vậy, mình phải chú ý, chứ mình không thể vô trong đó để cho nó gọi là buông tuồng, dục dạc không được.

Đã bước vô bếp là phải có khả năng kiểm soát bản thân mình một cách tối thiểu. Nấu ăn, làm vườn, lái xe, chăm sóc người già, trẻ con, thú cưng, quét nhà, lau dọn, làm vườn, tất cả hết thảy.

Ngay cả phụ nữ ngồi trước cái gương soi để mà trang điểm, cũng thấy là phiền não đầy ắp đó, tham đầy ắp, nhưng mà phải nói là họ phải có khả năng làm chủ các căn

một phần nào đó. Để làm chi? Để mà cái cây cọ, cây bút vẽ lông mày nó phải đi cho đúng đường nét, nó không bị nhòe, nó không bị lan ra chỗ không cần thiết. Sơn đánh tới đâu và vừa. Mình phải trừ hao, đánh xong, bặm môi lại, thả môi ra là vừa khít, không cần phải lấy cái tay mà tét.

Như vậy rõ ràng là ngay trong cái khoảng mà tào lao nhất trong vũ trụ cũng có khả năng kiểm soát tối thiểu. Không phải rành. Trên 18 tuổi, đừng bị tâm thần, thẳng nào, con nào cũng biết chuyện này. Nói oan tôi rành, không có đâu. Trên 18 tuổi, tâm thần bình thường, không cần thông minh là tự nhiên biết cái này thôi.

Tôi đang nói chuyện tào lao nhất tôi nói. Chuyện tào lao nhất là chuyện phần son của phụ nữ cũng phải có một chút khả năng kiểm soát sáu căn. Tay chân phải nằm trong vòng kiểm soát, nói chi là người tu hành mà cầu đạo giải thoát, Vô thượng Bồ-đề nha.

Rồi, đây còn có người còn dối trá: “Con chưa biết.” Cái người này nếu mà là nữ là hết xài rồi nha. Chuyện đó mà không biết. OK.

Rồi bây giờ mình gom gọn bài kinh lại đại khái là như vậy. Gom gọn đại khái là như vậy. Đức Phật nhân chuyện mà các vị tân thọ Tỳ-kheo có một đời sống buông lung, dễ người, ưa thích ngủ nghỉ, Ngài nhắc nhẹ như vậy.

Cái lời nhắc của Ngài, tôi nhắc lại, các vị lưu tâm dùm cái này: cái phần cuối của kinh không phải là cái nội dung giáo hối của riêng Thế Tôn với các đệ tử của Ngài, mà đây chính là một phần cương lĩnh giáo pháp của chư Phật ba đời cho cái người tu hành.

Hồi này tôi đã nói rồi, có nhiều vị Phật không có hệ thống Tam tạng kinh điển như là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, mà các Ngài tùy duyên ngó vào cái bản tâm của người đối diện, rồi theo đó mà nói ra một pháp thoại ngắn, vừa đủ.

Nói một cách khác, có những người thì là mình cho họ đi điều trị nội trú, có những người điều trị ngoại trú, có người chỉ cho toa họ đi về mua thuốc uống, mình hẹn bao

lâu họ tái khám ở bệnh viện. Còn có người mình phải từ bệnh viện điều y tá tới tận nhà...

Thì Đức Phật cũng giống như vậy. Tùy người mà Ngài có cái kiểu điều trị tâm bệnh khác nhau. Có người thì Ngài cho họ điều trị nội trú, có nghĩa là Ngài phải cho họ cạo đầu đắp y, sống sát sườn với chúng Tăng trong nhiều năm để được đào tạo, huấn luyện, kèm cặp liên tục, liên tục, thường xuyên. Đó là điều trị gọi là nội trú.

Còn có những người điều trị ngoại trú, có nghĩa là Ngài chỉ thuyết cho họ một thời pháp rồi họ theo đó họ về. Có thể họ đi xuất gia rồi họ sống một mình, hoặc họ trở về tiếp tục sống đời cư sĩ, nhưng họ cứ theo đó hành trì thì họ vẫn đắc chứng được.

Và cũng có những người chỉ cho toa, thỉnh thoảng họ tới tái khám. Có nghĩa là thỉnh thoảng họ tới họ gặp Ngài hoặc gặp chư vị Thánh Tăng chút xíu vậy đó, đánh lễ, cúng dường, nghe pháp rồi họ rút lui. Có người chỉ cho họ một toa là về họ dứt bệnh. Có người tái khám cả đời như vậy đó, có, chuyện đó có thiệt. Tức là cứ họ quen biết Đức Phật và chư Tăng mấy chục năm, lâu lâu xẹt tới đánh lễ, nghe pháp, cúng dường rồi biến mất, rồi lâu lâu xẹt trở lại tái khám.

Lấy thêm thuốc, đổi toa. Thú vị lắm quý vị, rất là thú vị.

Chư Phật ba đời mười phương tùy duyên với chúng sanh mà chọn một liệu pháp thích ứng để mà cho người ta sơ đồ điều trị, phác đồ điều trị cho mỗi người khác nhau.

Bây giờ chúng ta qua một kinh khác, đó là kinh Con Cá. Kinh này thì nội dung rất là mềm, rất là mềm, nhưng mà rất là thiết thân, rất là sát sườn với đời sống tu học của chúng ta. Tôi không nói cái đó quý vị không có lường được đâu.

Cái duyên sự bài kinh rất đơn giản: có một lần Thế Tôn cùng với đại chúng tỳ kheo đi trên đường, thấy người ta bắt cá. Có nhiều đó thôi. Rồi Ngài mới hỏi chư tăng:

Một người có thể nhờ vào cái ác tâm sát sanh mà có được cái này, cái kia trong cuộc đời hay không?

Chư tăng nói:

Không.

Đức Phật Ngài mới dạy rằng:

Cũng vậy, trong mọi tình huống, không ai có thể lấy cái ác tâm mà làm cái nền tảng phát triển sự nghiệp được hết.

Nội dung bài kinh này là như vậy.

Tại sao tôi nói nội dung nó sát sườn với đời sống tu học của mình? Cái chuyện này rất là quan trọng. Nhiều người trong chúng ta cứ hiểu không phạm giới là giữ giới.

Bây giờ quý vị biết tại sao tôi nói bài kinh này là đáng để lưu tâm. Nhiều người trong chúng ta cứ nghĩ rằng không phạm giới tức nghĩa là giữ giới.

Cho tôi làm phiền lòng một vài người nha. Chán đời hay là mền đạo gì tôi không biết, bỏ tiền ra cất một cái cốc trên chùa, cạo đầu. Coi như cái khăn choàng cũng phải lựa, đôi dép, đôi giày mang cũng phải chọn, cái vải mà may cái áo tu nữ cũng phải lựa soa mềm, suýt bóng gì đó. Xong rồi tủ lạnh, tivi, rồi nguyên cái router, wifi. Rồi mỗi cuối tuần phải có tài xế từ dưới phố đánh xe đem đồ ăn mới, ngon, tinh tươm lên để mà phục vụ. Còn không, tự mình là phải đi về phố. Có một cái cốc sang trọng.

Tôi được biết ở Việt Nam tình trạng tu cái kiểu đó nhiều lắm. Có một cái cơ ngơi trên chùa nhiều, có cái cơ ngơi trên chùa sung sướng y như ngoài đời, chỉ có cái đầu cạo, rồi ở dưới mặc đồ tu nữ trắng nõn, trắng tinh, trắng nuột vậy đó. Rồi giấc chiều có uống sữa Ovaltine, cacao, Milo. Rồi có con cháu, thân nhân nước ngoài nó rót ba cái đồ xịn nước ngoài về ăn vào hưởng thụ, mập như cường. Rồi cứ lên nghe tụng kinh. Trong phòng thì bày nguyên một bàn Phật cực kỳ sang trọng, thơm phức, trầm đốt suốt mùa. Tưởng đó là tu.

Nhưng mà không. Tràn ngập, đắm chìm ở trong cái điều kiện tiện nghi như vậy, ngay cả cái áo, cái quần, cái đôi dép, cái mũ trên tóc, trên đầu; cả cái tu nữ cũng còn đeo cái đồng hồ trên tay, cứ tưởng đó là tu.

Thì cái bài kinh này là muốn nhắm đến cái đối tượng đó. Có nghĩa là sao? Các vị lấy làm ngạc nhiên: từ cái vụ mà mấy người bán cá, giết cá mà tại sao tôi lôi qua cái đó? Là bởi vì mình không có sát sanh. Trong đây Ngài nói rõ không có sát sanh, chỉ cần có cái lòng, chỉ cần có cái lòng vui theo cái chuyện sát sanh của người khác, đó đã là bất thiện.

Bây giờ quý vị hiểu ý của tôi chưa?

Không có lòng sát sanh, nhưng mà vui theo chuyện sát sanh của người khác đã là một cái trọng tội. Không có cái lòng sang đoạt, chiếm hữu, trộm cướp, lừa đảo, lật lọng, lừa lẹo ai, mình không có làm, nhưng mà mình lại âm thầm thích thú, mình hoan hỷ, mình tùy hỷ với cái chuyện đó, đó cũng là tội ác nha.

Tôi không cần kể từng điều. Nói chung là trong 5 giới, trong 8 giới có nhiều cái chuyện mình không cụ thể, không trực tiếp ra tay vi phạm, nhưng mà cái nội tâm của mình nó thuận dòng, nó chiều theo, nó có vẻ thích thú với cái tội lỗi đó. Cái bản thân cái sự thích thú ấy cũng là tội lỗi.

Tôi nói trong room có nghe kịp không?

Bài kinh này sâu lắm. Bài kinh này thấy nó thường mà sâu lắm. Bài kinh này chỉ nói về sát sanh thôi. Đọc kỹ lại thì rất là sâu nghe. Ngài chỉ nói một chuyện sát sanh. Người trí bắt buộc phải hiểu như vậy.

Không có sát sanh, sát sanh nó quá tệ rồi. Cái này không có sát, chỉ có vui thôi. Trong kinh quý vị có thấy cái câu đó không? Có thấy cái câu đó không? Chỉ vui theo thôi. Đây các tỳ kheo, chỉ vui theo thôi. Chỉ vui theo cái chuyện sát sanh đã là tội rồi, thì

tất cả những chuyện của thế gian, mình tưởng là mình đã đi tu, mình đã thoát. Nhưng không. Vui theo hay không?

Lựa một cái áo trắng tinh, trắng nõn để mà mặc; lựa cái áo mịn, mát, đắt tiền để mà mặc, mà mình không có biết đó là cái tội. Mình không có biết, mình không có ngờ. “Cái đó tiền của tui mà, của vợ chồng con cái tui làm ăn. Bây giờ tui cạo đầu tui đi tu, tui lớn tuổi, tui buông hết tội đi tu, tội gì tội xài tiền của tui? Tui đâu có xài tiền của đàn na tín thí đâu. Tiền của chồng tui, con tui mới đem lên. Tôi chưa có mua 80 mét silk, soa của miền Bắc, soa Mỹ A của Châu Đốc, soa Ý, soa Hàng Châu, chứ còn mà tôi đâu có đem về tôi may. Mà may đồ trắng tôi mặc, tôi đâu có mặc đồ màu mè, bông hoa, chim cò gì đâu. Tôi mặc màu trắng, bạch y cư sĩ, tôi là tu nữ.” Thí dụ như vậy.

Và ngay cả cư sĩ cũng vậy. Có rất nhiều chuyện các vị không có làm, nhưng các vị vui, các vị sống nó hơi mập mé, nó gần giống với cái đó, bản thân nó đã là tội rồi nha. Bài kinh này nó sâu là ở chỗ đó.

Mình không có dám sát sanh, nhưng mà ai mà gợi ý: “Để con tới con xịt thuốc kiến, thuốc gián cho sư nha, cho cô nha.” Mà mình: “Ừ, coi làm được gì làm đi con.” Đó đã là sát sanh gián tiếp.

Nhớ nha, cái này quan trọng.

lắm, mình than: “Lúc này gián nhiều quá.” “Để con lên con làm dùm cho.” Hoặc là mình nói: “Để con lên con cúng cho cô, cho sư cái thuốc dán.” Mình nói: “Không, không có sát sanh được.” “Nếu mà cô hoặc sư ngại, để con kêu thợ nó tới, nó xịt dùm cho.” Mà mình ừ, đó là không được.

Ở bên Mỹ bây giờ có một loại thuốc dán, tôi đang nói tại tiểu bang Florida nha, ở chỗ khác tôi không biết. Có một loại thuốc dán có bán ở Depot, có tên là Combat. Tiếng Pháp, tiếng Anh đều có nghĩa là chiến đấu. Nó để trong tuýp như tuýp kem mình vậy đó. Không có cần giết, không có cần giết con nào hết, gián. Các vị chỉ lấy cái tăm xĩa

răng, các vị chỉ trét một ít cái đầu tăm xỉa răng, các vị dí một miếng xiu xiu xiu, thí dụ như ở dưới ghế salon, sofa của mình, mình thấy có gián, mình chỉ lấy tăm xỉa răng mình quẹt một miếng thôi. Rồi mình vô bếp, mình kiểm chỗ nào khuất khuất, mình lấy tăm xỉa răng mình quẹt một miếng thôi. Rồi mình đi ra ngoài gara, mình thấy nó bò bò, mình chỉ trét chỗ nào không có nó, mình trét một miếng chút xiu thôi. Trong phòng ngủ, trong toilette, một miếng chút xiu thôi, lấy cây tăm xỉa răng.

Thì coi như nó sẽ thực hiện một cái cuộc di tản lớn nhất trong lịch sử loài gián. Nó sẽ đi, không có để lại bất cứ một chút dấu vết nào hết. Đặc biệt, đặc biệt, tôi không biết ở Việt Nam có cái đó không. Chắc tôi nghĩ nó độc dữ lắm. Cái đó mà mình để nó vô miệng là chết, vô miệng, vô mắt là chết. Nhưng mà không cần giết. Mà tôi không biết cái gì trong đó mà nó cực mạnh như vậy? Cực mạnh.

Mà tại sao tôi phải nói lạc đề? Bởi vì tôi muốn nhắc cho quý vị biết có nhiều biện pháp để mà đối phó với những cái phiền, chứ không nhất thiết là mình phải ra tay đậm đặc, không có cần. Thí dụ như mình không có sát sanh, nhưng mà mình vui khi thấy gián, chuột, kiến nó chết, cái đó nó không có tốt nha. Bởi vì vui khi mà thấy chúng sanh khác nó bị bất lợi, nó bị đau đớn, nó bị chết chóc mà mình vui là không tốt. Tu là tu từ ngay trong cái ngõ ngách đó.

Tôi biết trong room có nhiều người rất là phiền tại sao tôi đi nói xấu họ. Không có phải. Phải móc cái thiệt ra mà nói, có rất là nhiều chuyện ta không có làm nhưng mà cái tâm của mình nó đã làm rồi nha. Tâm nó đã làm, tâm nó đã làm. Mình nói mình bỏ đời mình vào đạo, nhưng mà cái tâm của mình có thật sự bỏ hay chưa? Mặc dù trên hình thức, ngó nó hơi bỏ, nó hơi bỏ rồi đó. Nhưng mà chỉ cần cái lòng nó còn hướng tìm, cái lòng nó còn cái tìm vương mang vương mắc thì coi như nó cũng chưa có khá.

Cái bài kinh này nó sâu, mặc dù Ngài chỉ nói về chuyện sát sanh. Là vì sao? Là vì trước mặt Ngài là cái chuyện mấy người bắt cá. Ngài chỉ đem cái chuyện đó ra Ngài nói, chứ Ngài nói chuyện gì bây giờ? Trước mặt Ngài, Ngài lấy cái duyên sự là hình

ảnh của mấy người bắt cá và Ngài nhắc chừng như vậy. Làm cái chuyện sát sanh là tội ác, mà vui theo cái chuyện đó cũng là một tội ác khác. Ít nhiều khoan nói, khoan nói ít nhiều nha, cái này rất là khó nói. Nhiều khi người ta sát như vậy đó, tội ít hơn là cái người vui theo. Mình thấy sát ở cái tâm miễn cưỡng, cái tội nó nhẹ hơn cái người không làm mà vui nhiều.

Thí dụ trong công đức cũng vậy. Một người bỏ tiền ra trai tăng, cúng dường, làm thí chủ dâng y, cất chùa, đúc tượng, in kinh, trong khi họ quăng tiền ra nó là phiền cái lòng cầu danh, cầu lợi, vì họ đã lỡ khấn hứa là trúng số, làm ăn xong cái phi vụ này cúng dường, thí dụ như vậy. Thì nếu với lý do đó thì họ quăng tiền ra, công đức không có bì được với cái người mà vui theo. Cái người vui theo, cái người vui theo họ dốc lòng, họ hoan hỷ với tất cả nỗi niềm tín tâm trong sạch, thì có thể công đức nó lớn hơn cái người làm mà với cái tâm không có thanh tịnh. Nhớ nha, nhớ cái đó. Đối với thiện pháp là như vậy.

Còn đối với ác pháp cũng y chang như thế. Mình không trực tiếp làm chuyện đó, nhưng mà mình hào hứng, hứng thú, thích chí với cái chuyện bày bạ mà người ta làm thì cái tội đó không có nhỏ. Nhớ cái đó. Chứ còn những hình thức tu hành: cạo đầu, đắp y, mặc áo tu, chưa đủ đâu quý vị, chưa được. Cái đó gọi là tu chưa đủ. Bởi vì nếu mà chừng đó gọi là tu thì coi như mình đắc đạo hết rồi. Cứ cạo đầu xong, đắp cái y là phiền não nó trôi tuột hết là đắc rồi. Mà không, không phải dễ như vậy.

Cái đó mình mới áo lính, mới mặc áo lính và mới khoác lên vai cái dây súng thôi, chưa đủ. Mình phải đối diện với quân thù, mình bóp cò ra sao? Lăn lê, bò toài ra sao? Ấn nút ngụy trang ra sao? Hầm hố của mình ra sao? Cái hỏa lực của mình, cái bước chân tiến công của mình, kinh nghiệm chiến trường của mình, khả năng mà coi như là mưu sinh thoát hiểm khi mà bị thương tích, bị bao vây ra sao? Còn bao nhiêu chuyện, chứ không phải mặc cái áo lính đã là anh hùng quân đội thì chưa chắc nha. OK.

Và bây giờ mình qua một cái kinh khác, mình qua một cái kinh khác đó là niệm chết. Bài kinh này khỏi nói rồi, bài kinh ruột của chúng tôi, bài kinh ruột.

Tức là Đức Phật Ngài hỏi chư Tăng vậy chứ có... Mỗi lần tôi gặp địa danh này tự nhiên tôi ngậm ngùi. Các vị thấy bài kinh số 19 không? “Một thời Thế Tôn trú ở Nāḍika tại Gijjakāvasattha.” Trong room thấy Gijjakāvasattha, tức là ở đó có một cái ngôi nhà lớn mà nó bằng gạch, cho nên người ta, dân địa phương người ta đặt tên chỗ đó là nhà gạch. Cũng giống như ai mà đọc Nam Cao, Chí Phèo,

Thì cái mối tình ngang trái, trái ngang mà dễ thương mà buồn cười của Thị Nở, Chí Phèo nó cũng diễn ra trong cái bối cảnh lò gạch.

Mà tại sao tôi phải dừng lại cái địa danh này? Là bởi vì trong room chắc có nhiều người cũng yêu văn học và cũng biết nhân vật Chí Phèo, Thị Nở. Thì từ đây về sau, mỗi lần mà nhìn thấy địa danh này trong kinh, hoặc mỗi lần nhắc đến Chí Phèo, Thị Nở, thì quý vị nhớ: “Ờ, hôm có nghe ông nói, có nghe ông sư ông nói trong room, trong thời Đức Phật cũng có một cái nhà gạch.”

Thì đương nhiên thời nào, ở đâu cũng có Chí Phèo và Thị Nở; ở đâu cũng có anh hùng; ở đâu cũng có thằng khùng, thằng điên; ở đâu cũng có Thúy Kiều, Từ Hải; ở đâu cũng có Thị Nở, Chí Phèo; ở đâu cũng có Thạch Sanh, Lý Thông. Thời nào và lúc nào cũng vậy quý vị.

Cho nên là tự nhiên cũng thương thương bà con, muốn tặng bà con một món quà sáng. Từ đây về sau, thấy kinh Gijjakāvasattha nhớ: à, đúng, đây cũng là cái lò gạch thời Đức Phật. Chắc chắn cũng có những Thị Nở, Chí Phèo, cũng có một khu vườn chuối, có những cái đêm say sưa, có gió, có trăng, đi về có nhau của Chí Phèo, Thị Nở. Đây cũng có bát cháo hành Gijjakāvasattha. Tào lao tới đó đủ rồi.

Bây giờ mình quay lại kinh. Ngay tại ngôi nhà gạch đó, Đức Thế Tôn gọi các tỳ kheo, hỏi vậy chứ. Ngài nói rằng có một pháp môn, khi mà tu tập tới nơi tới chốn, sẽ đem lại lợi ích rất là lớn, đó là cái đề mục niệm chết.

Rất nhiều người trong room của chúng ta chưa từng nghe qua đề tài này. Thường chỉ nghe nói niệm Phật, niệm hơi thở, đó là hai niệm phổ thông. Còn không nữa là từ bi quán: “Nguyện cho tất cả chúng sanh hướng đông, hướng tây, hướng nam, hướng bắc được an lạc, không đau khổ, không sợ hãi, đừng oan trái lẫn nhau,” đại khái. Nói chung là pháp môn từ bi, pháp môn rải tâm từ, là niệm Phật, niệm hơi thở. Còn thêm cái nữa là quán bất tịnh, thể trước, tử thi, thường là mình nghe cái đó.

Chứ có rất nhiều người họ ngạc nhiên, há hốc mồm, mắt chữ A, mồm chữ U, coi như là thắc mắc: tại sao tu mà có niệm cái đề mục gì mà lạ như vậy? Nhưng mà họ không hề ngờ được rằng cái đề mục chết này là một đề mục gọi là dính liền trong tâm khảm của tất cả những người tu hành cầu giải thoát.

Vì đâu? Vì đâu tôi nói như vậy? Vì đâu? Là mình thấy đại trí như là Bồ tát Tất Đạt, nhìn thấy xác chết là đã muốn buông hết để đi tu. Nhìn thấy bốn cái cảnh lão, bệnh, tử, tăng là sao ta? Lão là người già, bệnh là người bệnh, tử là cái xác chết, tăng là vị sa môn. Nhìn thấy bốn cảnh đó, Ngài buông, Ngài đi tu liền tức thì.

Rồi ai nữa? Ngài Xá Lợi Phất, Ngài Mục Kiền Liên đi xem kịch, hồi còn ở ngoài đời. Hai anh em rủ nhau đi coi kịch, thì khi nhìn thấy cứ mỗi lần mà cái bức màn sân khấu kéo ra một cái là nó ra người khác, nó đóng lại rồi mở ra lần nữa là ra người khác. Coi như là cái chuyện thay tuồng, thay vai, thay áo nó cứ liên tục diễn ra.

Hai người mới nhìn nhau. Ngài Xá Lợi Phất nói với Ngài Mục Kiền Liên, Ngài Mục Kiền Liên cũng nói với Ngài Xá Lợi Phất một câu giống nhau, đó là: “Sao tôi thấy nó giống cái cuộc đời này quá. Có rồi mất. Hồi nào lên voi xuống chó, rồi hồi nào là công hầu khanh tướng, rồi nhào xuống là ăn mày khổ rách áo ôm. Giống cuộc đời này quá.”

Hai anh em mới chán đời, quyết định bỏ đi tu luôn. Các Ngài cũng thấm thía cái nỗi đời hư ảo đó.

Tôi nhớ có câu thơ, tự nhiên nhắc đây tôi nhớ câu thơ của cái ông nào:

“Hôm nay ngửa mặt nhìn trời,  
Nghe ta hư ảo, nghe đời phù du.”

Rất là đẹp. Câu thơ rất là hay.

Một, niệm chết nó phải là thường trực trong tâm tưởng của người tu hành. Bởi vì anh có tu cái đề mục gì tôi không cần biết, anh có thân thọ tâm pháp tôi không cần biết, anh tu cái giống giải gì tôi không cần biết. Nhưng mà anh chỉ làm ơn anh nhớ dùm: cơ hội tu tập chỉ là trước mắt, ngay bây giờ và tại đây. Nhớ như vậy. Cơ hội tu tập chỉ có ngay trước mắt, ngay bây giờ và tại đây, bởi vì một lát nữa mình không biết mình còn hay không.

Tu tập rốt ráo là phải như vậy. Rốt ráo là phải như vậy, tức là luôn luôn tâm niệm như vậy. Cái chuyện đáng làm nhất trong cuộc đời của mình chính là tu tập, và cơ hội để tu tập nó chỉ là tại đây và bây giờ. Bởi vì không biết một tiếng nữa chuyện gì sẽ xảy ra.

Sáng nay, mỗi ngày tôi cũng liếc trên báo Việt Nam, đảo một vòng để biết tình hình thế giới nói chung. Sáng nào cũng đảo một vòng thì mình thấy Việt Nam lúc này cái tai nạn giao thông coi như quá tàn khốc, dễ chết lắm. Tôi không có dọa bà con, nhưng bà con phải đồng ý với tôi là bà con đừng đèn đỏ cũng chết, đi xe hai bánh cũng chết, bốn bánh cũng chết, tám bánh, mười tám bánh cỡ nào cũng chết. Nhớ bấy nhiêu thôi.

Cho nên mình nhớ cái chuyện đáng làm nhất trong đời người đó là sống theo lời Phật dạy. Và thứ hai là cái cơ hội để sống theo lời Phật dạy chỉ có tại đây và bây giờ. Câu đó nghe nó hơi quá, nhưng đó là sự thật. Trên đời này chỉ có chuyện đáng làm nhất là sống theo lời Phật, và cơ hội sống theo lời Phật chỉ có một thôi, đó là ngay bây giờ.

Còn cái chuyện đã qua nói làm chi? Chuyện ngày hôm qua, hôm kia nói làm chi? Nó đã mất rồi. Còn chuyện sắp tới mình không lấy gì làm chắc. Mình không biết một lát nữa mình ra đường có còn hay không. Đừng có nói trong nước, ở nước nào cũng vậy

hết. Trong cái nhịp sống xô bồ của thế giới hôm nay, với cái điều kiện thuốc men, thực phẩm, chúng ta tích tập trong người mình biết bao nhiêu là thứ.

Tâm bệnh, stress, trầm uất; trong cơ thể biết bao nhiêu là cái chứng bệnh do thực phẩm, do nhịp sống rộn ràng, nhộn nhịp nó đem lại cái mầm chết trong lòng, trong thân xác chúng ta. Lúc nào cũng đầy ắp ra đó. Cái cơ hội mà chúng ta chết nó nhiều lắm quý vị, nhiều lắm.

Chưa kể bây giờ nó có những chứng bệnh mà người ta chưa có gọi tên, chưa kịp đặt tên là nó đã chết một đồng rồi. Chưa kịp đặt tên. Có những bệnh lạ lắm, mới vừa phát hiện. Chẳng hạn như những chứng bệnh mà nó lạ lắm, là nó mất hẳn khả năng đề kháng. Nó không phải là SIDA, nhưng thuốc men gì nó từ chối hết, nó không có tiếp nhận bất cứ một dược phẩm nào vào người hết.

Có nghĩa là chích thuốc vô, người bệnh chỉ biết mệt thôi. Bác sĩ tìm không ra bệnh, mà tìm không ra thì làm sao cho thuốc. Thế là thằng nhỏ cứ lăn đùng ra, thằng nhỏ chết. Mà loại bệnh đó bây giờ có rất là nhiều, rất là nhiều. Tôi nghĩ trong room này có nhiều người cũng có kiến thức chuyên môn, quý vị có biết cái điều tôi nói. Có những chứng bệnh rất là lạ, lạ lắm.

Có nghĩa là người ta định bệnh được. Có nhiều người ngộ lắm, bị ung thư mà từ lúc phát hiện cho đến lúc chết 10 năm; có nhiều người từ lúc phát hiện cho đến lúc chết chỉ có 3 tháng thôi. Chuyện đó rất là lạ, lạ vô cùng. Một anh thì 10 năm, từ lúc phát hiện đến lúc chết 10 năm; có anh mới vừa nói là ung thư thì 3 tháng sau nó lên tới óc, nó di căn vô tới tủy, tới xương rồi, thằng nhỏ đứt bóng.

Cho nên mấy cái người mà khám bệnh định kỳ thì cũng không có nên tin tưởng lắm vào tuổi thọ của mình. Bởi vì nó có 3 tháng, nó cũng hơi nhanh, hơi lâu; bệnh nó không có cần 3 tháng, nó làm cái rẹt.

Bên Houston tôi biết có một cái cô đó, cổ đi ngon lành lắm, khỏe mạnh lắm. Cổ người Việt, có chồng Mỹ. Cổ đi làm về chiều thứ tư, cổ thấy kỳ kỳ. Cổ nói với ông

xã: “Em thấy nó ngộ quá.” Thì ông xã biết bà vợ không có bao giờ nói những cái câu mà kỳ cục như vậy. Bả luôn luôn trấn an ông còn không kịp, thì làm sao nói cho mình lo. Cho nên khi bà nói: “Em thấy nó kỳ kỳ...” rất nhanh, họ nói rằng bà này chỉ có nước về làm di chúc thôi, chứ bà này không có qua khỏi tuần này. Đó là buổi chiều thứ tư.

Đem bả về đi, bả không cần điều trị, và bả không hề có đau đớn gì hết, bả chỉ mệt thôi. Thì bả về, bả thu xếp việc nhà, thì chiều thứ sáu bả mất. Các vị có tin không? Có nghĩa là bả mất mà bả vẫn còn tiếp tục trẻ đẹp. Vì mới chiều thứ tư đưa vô bệnh viện, bệnh viện nói đem bả về vì bệnh này không có chữa được mà bà này không có qua tuần này. Về coi có chuyện gì làm được thì làm. Là bả về, bả thu xếp việc nhà, rồi đến chiều thứ sáu bả mất. Rất là đơn giản, rất là đơn giản.

Cho nên bài kinh này rất là quan trọng. Đức Phật Ngài dạy cái nền tảng của tất cả mọi pháp môn chính là niệm chết. Bởi vì anh tu cái giống gì tôi không cần biết, chuyện đầu tiên anh phải nhớ rằng cái cơ hội để anh hành trì chỉ là tại đây và bây giờ thôi. Một tiếng nữa mình không biết chuyện gì xảy ra. Một tiếng nữa, nó không chết, tự nhiên nó bị liệt. Nó không bị liệt, tự nhiên nó từng từng, nó quên sạch hết, quý vị nghĩ sao? Nó từng từng, nó quên sạch hết, nó thành ra con người khác. Hoặc là nó chơi, nó nằm liệt, nó thêm thiếp, hoặc là nó coma, nó thành thực vật. Mình không có biết nha.

Cho nên đề mục chết rất là quan trọng. Và Ngài hỏi chư Tăng, thì mỗi vị đều thưa với Ngài: “Chúng con có, có, chúng con có tu tập niệm chết.” Mỗi vị có trình bày, có thưa với Ngài là họ tu như thế nào. Thì trong đó, rốt ráo nhất có một vị tỳ-kheo mà Đức Phật tán thán. Vị đó nói rằng: “Con tu tập cái đề mục chết trong từng hơi thở, trong từng hơi thở.”

Tôi không biết là do tôi chết yếu, sẽ yếu, hay là do một cái thúc đẩy tiền duyên quá khứ, tôi không biết. Nhưng mà tôi rất là đặc biệt, rất là tâm đắc đề mục chết, rất rất là tâm đắc. Tôi nhấn mạnh 3 lần chữ đó. Ngộ. Một phần do nhát gan, có; một phần do

thể trạng từ bé nó không có khỏe; và cũng hy vọng một phần là do cái sự tác động của kinh điển.

Cho nên cái đề mục chết là đề mục mà tôi thường nhắc nhở bà con ngay khi có dịp. Đề mục chết. Bởi vì chết ở đây nó có mấy trường hợp phải nhớ, rất là quan trọng. Bà con phải ghi bài kinh này, rất là quan trọng.

Niệm chết là sao? Niệm chết cấp độ 1, bà con ghi nha, có 3 cái cấp độ niệm chết:

Cấp 1 là cái cấp niệm sơ sai để mình điều chỉnh cuộc sống. Sơ sai là sao? Sơ sai có nghĩa là về thời gian và về tâm trạng. Có nghĩa là sao? Thời gian có nghĩa là 1 ngày, 2 ngày mình nhớ chừng chừng vậy đó. Mình nhớ chừng chừng: cái chết sẽ đến nha. Mỗi lần nhớ như vậy thì cái tâm nó cũng không đến nỗi kinh động, không đến nỗi kinh động lắm; tâm trạng không đến nỗi kinh động lắm và thời gian cũng không có khít khao lắm.

Thứ nhất là cấp độ 1: niệm sơ sai để mà thu xếp đời sống, nhớ nha. Đó là cấp độ 1, tức là niệm chết một cách sơ sai để thu xếp đời sống. Có nghĩa là nhà đất, di chúc gì đó là mình phải tính toán trong cái sự thanh thản, nhưng mà nhớ chừng.

Thì tôi nhắc lại, sơ sai ở đây là về thời gian và về cái tâm trạng cảm xúc. Về thời gian có nghĩa là một hai ngày, ba bốn ngày, nhớ lần. Còn về tâm trạng, mỗi lần nhớ thì cái lòng nó hơi ngậm ngùi, nó hơi giựt mình chút vậy đó. Đó là sơ sai tâm trạng.

Cấp độ 2 là niệm chết để mà mình tinh tấn trong mỗi ngày. Đó, cấp độ 2 đó, là niệm chết.

Để mình có thể tinh tấn trong mỗi ngày, trong mỗi cái thời khóa tu tập. Có nghĩa là giấc sáng mà muốn ngủ nướng, ở đây trời mùa đông đắp mền nó nướng, nó đang nướng ngon quá, chực nhớ liền, nhớ đến cái chết là bật dậy liền. Hoặc là nhiều khi giấc chiều gió mát hiu hiu, tính ngồi pha bình trà ngồi chơi, nhưng mà không, tới giờ ngồi thiền tọa rồi là bắt đầu kiếm chỗ vô ngồi. Ngồi hồi rồi tính bỏ đi đâu đó chơi,

nhưng mà nói: “Không, không được, cơ hội không có nhiều. Thôi giờ mình, thay vì đi tìm lum, thôi thì từ thiền tọa mình chuyển qua thiền hành.”

Đó như vậy là cấp độ 2. Tôi nhắc lại, cấp độ 1 là niệm chết một cách sơ sài để dàn xếp cuộc sống. Sơ sài, tôi định nghĩa sơ sài về tâm trạng, sơ sài về thời gian. Còn cấp độ 2 là niệm chết để mình tỉnh tấn trong mỗi ngày. Trong mỗi ngày, tức là từ sáng sớm muốn ngủ nướng, từ buổi trưa, buổi chiều mà nó lên cơn làm biếng là tôi nhớ: cơ hội hết rồi nha, hết rồi nha. Một là còn sống mới tu, chứ mai một chết rồi thôi, mình biết đi về đâu. Thứ hai, còn khỏe mới tu, chứ mai một nó bệnh làm sao mà tu. Thứ ba, bây giờ nó còn trẻ mới tu, chứ mai một nó già làm sao mà tu. Nhớ như vậy, nhớ đến cái già, cái bệnh, cái chết để mà mình tỉnh tấn.

Đó là cấp độ 2, có nghĩa là niệm chết để mà tỉnh tấn trong mỗi ngày.

### Cấp độ 3

Và cái cấp độ 3. Cấp độ 3 quan trọng lắm à ngen. Cấp độ 3 này không phải ai trong room cũng nghe chịu nổi cấp độ 3 này. Cấp độ 3 có nghĩa là liên tục thấy rằng thân tâm ta đang chết đi trong từng giây. Để chi? Để mình không còn gì ghét, sợ hãi, ngay cả cái chết có xảy đến mình cũng không sợ hãi.

Cấp độ 3 là cấp độ của hành giả, tức là liên tục thường trực niệm chết trong mỗi giây, mỗi hơi thở. Mỗi hơi thở thì đúng hơn, mỗi giây thì nó ngắn quá. Liên tục thường niệm chết trong mỗi hơi thở, có nghĩa là lúc nào mình cũng nhớ rằng là thân tâm này không có gì là một.

Cái con số 1 là một con số giả thuyết, không có ở trong tự điển Phật pháp, nhớ nha. Con số 1 là con số không có thật, bởi vì nó là một con số giả thuyết. Đó là con số giả thuyết chứ nó không có thật.

Tôi biết tôi nói như vậy nhiều người trong room này nhảy dựng, xắn tay áo sẽ đòi nhất quyết nhảy vô cái. Bây giờ quý vị nghe: tôi hỏi các vị, các vị học toán, các vị có

biết con số mượn không? A-lô, các vị có biết con số mượn không, con số giả thuyết có biết hay không? Khổ quá, rồi học toán mà không biết con số mượn là con số giả thuyết. Nó không có, mình tạm mượn, mình tự mình đặt ra mình mượn, để rồi lát nữa mình trả lại, mình không có ăn nhậu gì nó. Nó là số mượn, số giả thuyết.

Thì con số 1 chính là con số giả thuyết trong đạo Phật, bởi vì trong đạo Phật không có cái gì là 1 hết, các vị có biết không? Thí dụ như mình nói là trong mỗi chúng sanh, mình nghe chữ “mỗi”, quý vị, “mỗi” là 1 đúng không? Tiếng Mỹ nó kêu là “its”. Nhưng mà thật ra ngay cái chữ “trong mỗi chúng sanh” là mình đã thấy nó cái gì đó hơi sai sai rồi, bởi vì cái gọi là chúng sanh nó gồm rất là nhiều thứ mà mình gom gọn lại là danh và sắc, xong chưa?

Rồi mà danh ở đây gồm có tâm thức và tâm sở, mà tâm sở có mấy chục cái lận. Rồi còn sắc pháp chính là vật chất mà nó có mấy chục thứ sắc pháp lận. Mấy chục đó cộng lại nó thành ra cái một người, “một”. Mình phải hiểu ngầm nó là con số giả thuyết, là con số mượn.

Rồi cái dòng chảy tâm thức, cái dòng chảy sinh tử... sát-na nó lại là một tổng hợp của nhiều cái tâm thức và tâm sở trong đó. Tâm thức thì chỉ có một mà tâm sở nó có mấy chục trong đó. Có nghĩa là xé nhỏ, càng xé thì mình thấy không có cái gì là 1. Đó, nhớ chưa?

Mà hành giả thường xuyên liên tục ghi nhớ cái điều này: thật ra không có gì là một, tất cả đều là đồ ráp. Mình chỉ là nắm cát, nắm cát này đang bị gió... cuốn theo chiều gió, và được thay thế bởi cái liên tục và thường trực. Suy niệm như vậy được gọi là niệm chết ở cấp độ 3.

Thì với cấp độ này nè, thì bà con mới có thể đối phó với những cái sợ hãi, ghen tuông, hờn giận, tiếc nuối, ray rứt, và bà con mới có thể sống an lạc, sống với tâm trạng của một người không còn gì để nắm và cũng không biết nắm vào đâu, vì không có gì để nắm. Tâm trạng đó rất là thoải mái.

Chúng ta từ trước đến giờ chúng ta thấy bơ vơ, chúng ta thấy cô quạnh, chúng ta thấy lẻ loi, nhưng mà chúng ta không có biết được rằng trên đời làm gì có cái điểm tựa cho danh sắc. Danh sắc nó do duyên mà có, nó do duyên mà có chứ nó không có tựa, không có dựa, không có nương vào đâu hết.

Ở đây bà con, xin hỏi bà con có cầm trong tay cái quyển “Thanh Tịnh Đạo” hay cái quyển “Kinh nghiệm Tuệ quán 2” của chúng tôi? Các vị dò trong đó xem coi trong 50 cái đặc tướng, cái đặc tính mà tam tướng của danh sắc có chữ [...] Làm ơn mở ra cho chúng tôi coi có đúng không? Làm ơn mở cuốn “Tuệ quán 2” của tôi. Không phải tôi chế, trong kinh đó mà, mấy ba má mở ra trong đó nói cái đặc tính tam tướng của danh sắc, trong đó có mấy đặc tính [...] nó không có điểm tựa. Có nghĩa là nó có đủ duyên thì nó có, mà duyên hết thì nó bèn tan, không có cái gì mà kèm giữ, nắm níu nó lại hết đó.

Nghĩ như vậy mới thấy khiếp nha. Nó do duyên mà có. Hành giả phải thấy đến mức như vậy: đây là do duyên hội lại. Mắt thấy, rồi cộng với tiền nghiệp, cộng với khuynh hướng tâm lý và môi trường hiện tại, gió mát trăng thanh, những gì mình thấy nó cộng lại hết đây.

Là trăng đang lên sau cái bờ tre, bụi chuối, rồi gió mát hiu hiu. Cộng hết mấy cái duyên này lại, mình thấy vui, thấy đêm trăng nó đẹp.

Rồi cũng đêm trăng nó y chang như vậy, tự nhiên mình đang ngồi thưởng thức, mình nghe cái phone kêu cái “beng”, mình móc ra mình đọc cái tin nhắn, mình nổi dịch lên. Có không ta? Tôi thấy hình như có đó. Không có lấy bớt cái gì, chỉ tặng quý vị cái tin nhắn thôi.

Đó, khi mà hành giả tu tập thì hành giả thấy: Ô, thì ra nỗi khổ niềm đau, nỗi hạnh phúc của mình là nó mong manh, nó phù du đến dường thế. Đây, trước sau chỉ có ngàn ấy thôi. Nó do duyên mà nó có.

Các vị tưởng là bây giờ tôi khỏe mạnh, tôi đẹp, tôi giàu, chồng thương, vợ quý, con cái ngoan ngoãn, nhà cửa ngon lành, tôi tưởng... Không, không. Máy cái đó là do mình tưởng thôi, quý vị. Còn nếu để cho mình vui, tôi không có hứa nha.

Hồi này tôi nói rồi: trăng thanh, gió mát, ngon lành, tự nhiên chỉ cần có một cái “beng” một phát, mở ra coi tin nhắn cái là tan tành. Trăng rụng xuống cầu, trăng nó rụng xuống cầu. Gió mát trăng thanh nó biến thành gió nóng nam Hạ Lào, gió sa mạc. Vì sao? Chỉ vì tin nhắn thôi.

Cho nên hành giả tu tập đề mục chết là phải thường xuyên tâm niệm rằng: Đây, cái chết nó đang xảy ra trong từng phút cho thân và tâm này. Không có cái gì trên đời này là một. Mọi thứ nó chỉ là một khối tổng hợp của nhiều thứ, và nó tan biến trong từng phút, từng giây, và được thay thế bởi một cái khối tổng hợp khác.

Đó là niệm chết cấp 3, niệm chết ở cái mức rất ráo nhất. Phải nói như vậy bà con mới thấy vì đâu mà Thế Tôn khen cái vị tỳ-kheo mà niệm chết trong từng hơi thở.

Niệm chết như vậy, niệm chết như vậy thì khi gặp cái chết nó mới không có sợ. Và khi ra đi, không sợ hãi, không tiếc nuối, không ray rứt, không luyến lưu, không có quay đầu nhìn lại.

Không có cái gì tan nát, tan tràn cho bằng chân bước đi mà đầu quay lại, mặt quay, mặt ngoáy nhìn, mắt nhìn lui. Đau lắm quý vị, đi như vậy nó đau lắm.

Tôi có một kinh nghiệm nhỏ nhỏ đó là: có những nơi chốn khi tôi đi được, tôi mừng lắm quý vị biết không, nó mừng lắm.

Tôi đi dạy học, tôi đã từng ở những cái chỗ mà coi như là, họ nghĩ mình là ông sư đó, ở đâu cũng được đó. Rồi họ thêm cái mà ông sư cần thanh tịnh, cần giản dị, họ tổng tui vô một cái chỗ mà trời đất ời, ngó trước trông sau như là cái chỗ giam nhốt vậy đó. Tới ngày nó mãn cái khóa học rồi tôi đi, tôi ra phi trường, tôi mừng đến nỗi tôi ra khỏi cái cửa tôi không dám quay đầu tôi nhìn, quý vị có biết không?

Đi dạy học đó. Chẳng hạn như bên Cali sắp tới đây nè, chỗ tui ở thì cũng vui, cũng vui. Chỗ này may mắn là tui biết trước. Còn có nhiều cái chỗ mà mình không có biết, tới họ giao cho mình một cái chỗ, cái phòng, đứng trên cái lan can nhìn toàn là nóc nhà không. Nó nản muốn chết luôn vậy đó. Tới hồi đi được nó mừng.

Cũng vậy, có những cái chết nó y chang như vậy. Có những cái người, mình sống làm sao mà tới cái ngày mình đi mình không có sợ, mình không có tiếc nuối, mà mình thấy là đi tới chỗ mới nó tốt hơn, bởi chỗ này nó ớn quá rồi.

Đây cũng là lý do vì đâu mà có kẻ tự sát. Tôi nói như vậy không có phải là tôi xúi bà con tự sát. Tôi không có chịu trách nhiệm pháp lý vụ này nhe. Tôi chỉ minh họa là có những người họ thấy đời sống này nó ra làm sao đó, họ mới đi tự sát.

Cái người tu hành không có tự sát. Nhưng mà mình phải sẵn sàng ra đi trong một cái tâm trạng gọi là: một là thanh thản, đó là tốt nhất; thứ hai, tệ hơn cái thanh thản đó là ra đi trong cái tâm trạng chán chường, không có còn nhiều luyến lưu, nắm nín.

Tệ nhất là chết cái kiểu mà sợ hãi, tiếc nuối, ray rứt. Cái đó là cái kiểu tôi kỵ dữ lắm, quý vị biết không? Tôi kỵ dữ lắm. Nhớ nha.

Cho nên có 3 cấp độ niệm chết:

Cấp một là niệm sơ sai để mà thu xếp cuộc sống.

Cấp thứ hai là niệm chết để tinh tấn mỗi ngày.

Cấp thứ ba đó, niệm chết để mà chứng thánh. Đó, để mà chứng thánh. Niệm chết để mà có thể ra đi bất cứ lúc nào. Đó, niệm chết cấp độ ba. Đó, nhớ.

Vậy thì tùy, tùy cái system ở mỗi nơi. Có nhiều nơi cái gì quan trọng nhất thì họ để cấp độ 1, nhưng mà có những chỗ họ để cấp độ 3.

Trong room mình còn nhớ mấy cái quạt máy không ta? Cái quạt máy quay quay đó, cái quạt máy bàn. Có nhiều quạt máy, mạnh nhất là số 1, nhưng có nhiều quạt máy

mạnh nhất là số 3, có phải vậy không ta? Tôi nhớ hình như vậy. Tùy cách, chứ nói hồi cãi.

Họ nói bên Thụy Sĩ, cái gì mà mình muốn xóa mình gạch xéo. Còn tôi, tôi nói chỉ cần gạch ngang thôi, nó hơi nghiêng hay là nó vuông góc hay là góc bẹt sao cũng được, miễn là có một cái lần mực đi ngang là xóa. Họ nói: “Không, bên Thụy Sĩ gạch phải chéo.” Có lần đó... bởi vì cái thánh giá đường thẳng là chữ A, ngang thì khó delete. Họ không chịu, họ nói: “Không, bên Thụy Sĩ xóa kiểu đó là không có được.”

Tôi giảng trong room, bà con nghe, bà con có người ngạc nhiên: “Tại sao cấp độ ba?...” Còn tôi đang giảng, tôi thuận miệng tôi nói rất ráo là cấp độ ba. Tùy.

Như Mỹ, ở Mỹ cấp độ một là coi như là ghê gớm. Và ở Mỹ nó lạ lắm. Thí dụ như mình thấy màu đỏ là màu khẩn cấp, nhưng ở Mỹ màu cam mới là màu khẩn cấp. Nó là một cái quy định, nó là một cái ước lệ của thế giới thôi. Ở Mỹ, là mình theo mình hiểu là màu đỏ là màu quyết liệt, màu ghê gớm nhất, màu khẩn cấp, màu nguy hiểm, màu báo động.

Nhưng mà ở Mỹ, màu cam ghê hơn màu đỏ nữa. Báo động cấp màu cam, orange, khủng khiếp lắm. Đó là ước lệ.

Trước hết, để cho bà con biết, niệm chết có ba cấp.

Cấp một là để dàn xếp đời sống. Nói cấp một vậy chứ không ít người cư sĩ chớ hề nghĩ về cái chết, thậm chí không dám nghĩ tới cái chết. Thế là khi mà xảy ra chuyện gì thì họ giống như đĩa phải vôi, nhảy từng từng.

Hết.