Pháp Vũ (15-11-2026)

Kalama tri ân đh Nguyễn Thị Ngọc Ánh ghi chép.

[17/11/2026 - 05:56 - anhlibrary]
Về Pháp Vũ chỉ có giảng thôi, không ăn trưa tôi tranh thủ chạy về dưới, tôi cầm trái bắp, giảng xong đi về, cạp được nửa trái, chỉ có về Orlando mới có bắp nếp để ăn thôi, còn ở dưới Tampa có bắp Mỹ đó, đó là cái thứ mà không cạp tốt hơn.
Thưa với bà con chúng ta phải cảm ơn nửa trái bắp, vừa ăn bắp, vừa nghĩ đến một chuyện, tức là Pháp Vũ cách đây có mấy hôm là nó nóng chết người, rồi bữa nay nó lạnh và các vị phải đồng ý với tôi một chuyện đó là cũng cái phương trời Pháp Vũ, cái khung trời Orlando, khung trời lạnh, thì cái cảm nhận của mình rất là khác, bởi vì mọi cái sinh hoạt nó vẻ co cụm hơn tí, co ro tí. Và tôi nói cái chuyện này bà con không có tin, bởi vì người phật tử Việt Nam mình có truyền thống sợ Kinh cắn không dám coi kinh, cho nên mình nghe quý thầy, quý Ni sư giảng gì, cho gì nhận cái đó chứ mình không có ngờ là 26 thế kỷ trước Đức Phật đã nói cái chuyện đó.
Sáng nay nhân chuyện chiếc áo ấm mùa đông và nhân nửa trái bắp mà tôi nhai dang dở tôi có một bài giảng rất là đặc biệt nói về bốn chuyện đó là các vị biết một vị Tỳ kheo nguyên thủy thời Đức Phật. Nguyên thủy có nghĩa là cái thời đó một vị Tỳ kheo không có phải mất nhiều thì giờ cho những cái sinh hoạt cộng đồng như mình bây giờ, thí dụ cái khái niệm trụ trì ngày xưa là không có, ngày xưa là không có khái niệm trụ trì như mình bây giờ. Theo trong luật tạng, cái chữ trụ trì nghĩa là gì? có nghĩa là một cái nơi chốn nào đó được thí chủ cúng dường cho Tăng đoàn và nơi đó có thể là một khu vườn cây, rồi thí chủ thương, thí chủ cất cho cái này, cái kia, nếu thí chủ không có thì người khác cất cho chư tăng có chỗ trú mưa nắng, còn không thì thông thường chỉ cúng miếng vườn cây, miếng vườn rồi Chư Tăng đi khất thực xong rồi về ở đó thôi, cho nên tiếng Phạn gọi chỗ đó là àràma. Àràm, Tàu âm là già lam, "già lam" có nghĩa là khu vườn chứ không có ghê gớm, còn bây giờ mình kêu già lam tới 8 tầng, rồi có máy lạnh, bây giờ mấy cái chùa trong nước có thang máy mới ghê, già lam bây giờ là "trẻ lam" chứ không phải "già lam", trẻ chứ không phải già. Già lam ngày xưa là khu vườn cây thôi và trụ trì là sao? có nghĩa là Nguyên thủy, Chư Tăng từng đoàn về ghé đó xong, buổi sáng ôm bát đi bát quanh vùng, xong rồi buổi trưa về có thể nghỉ ngơi đâu đó trên đường hoặc là về ngay cái chỗ già lam đó nghỉ trưa, qua đêm hoặc nghỉ trưa ở đêm, xong ở tùy duyên, thấy hoan hỉ thì họ ở năm bữa nửa tháng rồi họ đi và đã đi thì không còn một bóng, không còn một bóng, làm gì có trụ trì. Nhưng dần dần theo cái dòng chảy của lịch sử thì nó lại nảy sinh chuyện này, là có những người Phật tử họ cúng dường chăn nệm, giường, ghế cho những cái nơi chốn đó, họ thấy chư Tăng về cứ ngồi bệt dưới đất cũng tội, cho nên họ có cúng dường ba cái chăn nệm, tối trời lạnh đắp, rồi lót nằm, rồi từ từ nó ra cái chiếu, giường, mùng, màn, giờ tính sao? đất là giao sản, rồi Tăng sản là tài sản của Chư Tăng, mấy anh em dắt nhau đi sạch rồi sao? chuột, gián, mối, kiến, tính sao đây? Thế là Chư Tăng mới cử ra một cái vị nào mà có cái lòng thiện nguyện, tình nguyện ở lại coi cái đó và cái vị mà được Chư Tăng giao, phải được bổ nhiệm bằng tuyên ngôn đàng hoàng, tuyên ngôn nghĩa là bằng Tăng bản.
Thí dụ như trưa nay có 40 vị đi bộ từ bên Atlanta về đây, thì trước khi đi Chư Tăng trong 40 vị đó nhìn thấy đồ đạc nhiều quá, các vị mới hỏi nhau trong đám 40 này nè có vị nào tình nguyện ở lại để coi mấy cái đó, chắc chắn đông thế nào cũng có một hai vị tình nguyện ở lại, Chư Tăng đọc tuyên ngôn đề cử vị đó, thì trong tiếng Phạn gọi là bhāṇḍāgāra, vị coi kho. Mà vị đó lúc mà được Chư Tăng bổ nhiệm, cái vị đó nếu mà đúng là Tỳ kheo thứ thiệt có thêm chữ "real" thứ thiệt thì được Chư Tăng bổ nhiệm thì vị đó nhận lời nhưng với một cái tâm niệm là mình chờ người khác đến mình giao, và đúng như vậy, năm bữa, nửa tháng các vị ở Tampa lên thì mình coi vị nào nhận lời thì mình lại giao cho vị đó rồi mình tiếp tục mình đi. Rồi theo dần dần từ cái chỗ mà "già lam" lên tới "giáo sản", rồi từ giáo sản đó nó mới nảy sinh có người coi. Và có những vị họ tình nguyện họ ở lại đó vô thời hạn. Đó, khái niệm trụ trì là nó đi ra từ chỗ những cái vị tình nguyện ở lại vô thời hạn, bị có những lúc cái vị mà ở Tampa được giao xong họ ở được mấy bữa họ chịu không nổi, họ phải kêu cư sĩ đến họ giao, họ đi tiếp, cuối cùng có những vị họ tình nguyện họ ở lại, cái vị đó được gọi là trụ trì. Ngày xưa trụ trì chỉ có trách nhiệm chứ không có quyền lợi, chúng tôi đang làm cái Trung Tâm

ở Myanma thì cái biển mà chúng tôi treo tòng ten ở ngoài cổng là ở đây chỉ có trách nhiệm chứ ở đây không có quyền lợi. Không có được gì hết từ cái chuyện làm trụ trì. Và nếu mà đúng là không có quyền lợi chỉ có trách nhiệm thì mình vì mình... chắc các vị hiểu tôi nói cái gì? không ai thèm, xài chữ "thèm", không ai thèm làm trụ trì hết, dĩ nhiên cái chuyện mà tôi nói đây đó, có thể bà con nhạy cảm có thể nghĩ là tôi đang nói về Hòa thượng Viện chủ, không phải, ở đây nói chung. Có nghĩa là không phải dễ tìm một cái vị Viện chủ mà chỉ nghĩ đến đạo, khó lắm, bởi vì ở đâu nó bắt đầu mọc rễ, cây mà, mình lặt rau, cây cỏ mà mình lặt rau mà mình liệng một đống, cũng có một vài nhánh nó mọc rễ, coi như là khoai mỡ, mình gọt cái cuống mình liệng ít bữa nó cũng ra mầm, nói gì là con người.

Trong Kinh nói cái chữ chúng sinh đó, nó từ tiếng phạn là Satta, là dính, là stic, hễ phàm phu mà cho ở đâu lâu ngày, cho tiếp xúc với ai lâu ngày thì tự nhiên nó dính. Nó dính bằng hai cách:

1/ Dính bằng cách là nó thích.

2/ Dính bằng cách là nó ghét.

Cho nên cái vị Tỳ kheo nguyên thủy là vốn không có khái niệm trụ trì. Thứ hai khi cái gọi là pháp cụ của vị Tỳ kheo nguyên thủy ít lắm quý vị, chỉ có bộ y dính trên người, một bình bát, một cái dao cạo tóc, một tấm vải lọc nước với một ống kim chỉ. Kim chỉ, dao cạo tóc, tấm vải lọc nước, tam Y, và bình bát là Tỳ kheo nguyên thủy. Trong trường hợp occasional thì Đức Phật cho phép được dùng gậy và mang dép khi bị bệnh, cây gậy và đôi dép, đó là tài sản của Tỳ kheo nguyên thủy. Mà tại sao sáng nay tôi đem cái chuyện đó ra tôi nói? là bởi vì thế này, người không biết đạo là một, người nghèo nàn về đời sống tâm linh là hai. Không biết đạo mà cộng với nghèo nàn về đời sống tâm linh, thì cứ cho rằng đời sống của mỗi người mình, về cái nhu cầu vật chất nó tới một núi nhưng thật ra đó, thì đời sống tâm linh mới thì thấy rằng Đức Phật cực kỳ chính xác khi mà Ngài dạy rằng một người cầu đại giải thoát có 4 nhu cầu vật chất thôi: Ăn, mặc, ở và trị bệnh.

- Ăn, có nghĩa là không ăn là mình chết, cái đó ai cũng hiểu rồi, ăn với uống gom chung, ở đây kể ăn thôi, ăn với uống là gom chung.
- Mặc, thì làm sao mà có chuyên không mặc. Cho nên bắt buộc phải mặc. Có cái gì khoác bên ngoài.
- Rồi ở, con chim, con chuột còn có hang, có tổ thì mình làm gì mà con người mình không có.
- Cái thứ tư là thuốc men, mang thân người là phải có bệnh tật, mà bệnh tật phải có thuốc men, nhưng trong Luật quy định rất rõ. Những loại thuốc dễ kiếm, rẻ tiền thì có thể.. dễ kiếm mà rẻ tiền, không có giá trị vật chất thì có thể giữ cho đến lúc nào nó hết thì thôi. Nhưng những loại thuốc men mà đắt tiền, khó kiếm có giá trị vật chất thì nó phải có cái hạn sử dụng chứ không được chất đống, thí dụ như là yến, tổ yến, rồi sâm nhung, mấy cái đó là không được chất một núi vì cất mấy cái đó trong đầu vị Tỳ kheo sẽ dễ hình thành ý niệm sở hữu tài sản. Trong Luật ghi đọc thấy khiếp lắm, thuốc chữa bệnh mà phải chia rõ hai thứ. Một cái thứ mà dễ kiếm mà không có giá trị vật chất thì có quyền giữ cho đến…thí dụ như là ba cái thuốc nam mà phơi khô thì cái đó không thành vấn đề, nhưng ba cái đắt tiền, có giá trị vật chất. Thứ nhất là khó tìm, giữ được khi mà có người cho mình giữ bằng cái lòng sở hữu, mà chưa kể nếu không có Luật quy định mình sẽ kiếm về mình chất đống. Cho nên luật quy định rõ.

Sáng nay tôi nói cái gì? tôi nói cái này, cái đó là Luật. Bốn cái nhu cầu: Ăn, mặc, ở và thuốc men, đó là bốn nhu cầu của vật chất mà nói theo luật. Còn 4 nhu cầu đó mà của tinh thần thì lại khác.

1/ Ăn là gì? Sáng nay mình nói về 4 cái nhu cầu Tâm linh. Ăn là gì? bất cứ cái gì mà mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi, lưỡi nếm, thân xúc chạm, ý tư duy, suy nghĩ thì 6 trần được gọi chung là thực phẩm, có nghe cái này chưa ta? Quý vị có đồng ý với tôi những gì mà mắt thấy, tai nghe có ảnh hưởng đến tâm tình, cảm xúc và đời sống của mình, có không? người gật hơi ít. Những gì mình thấy, mình nghe, mình ngửi mỗi ngày nó có ảnh hưởng đến tâm tình của mình không? cái đó gọi là thực phẩm của đời sống, mình đâu có ngờ, mình không có biết đạo, mình chỉ nghe nói thức ăn là mình nghĩ là cái gì mà mình nhai nuốt, NO. Đức Phật nói nhai, nuốt chỉ là 1/6 của thực phẩm thôi. Nó có 6 mà mình chỉ biết có một. Mình thấy rõ ràng khi không học đạo, cái hiểu biết của mình rõ ràng có giới hạn rất nhiều. Không biết đạo, người ta thực phẩm có 6 mà mình biết có một thôi mà, mình chỉ biết cái gì bỏ vào miệng thôi, NO, Đức Phật dạy có tới 6. Những gì mà ta thấy, ta nhìn thường nó cũng tác động rất lớn. Nó có một vai trò, một ý nghĩa, một nhiệm vụ rất lớn, một tác

động rất lớn, ảnh hưởng rất lớn lên trên tâm thức của mình. Và sẳn đây tôi cũng nói luôn, có những cái chữ mà mình không biết đạo mình coi thường, biết đạo mới thấy khiếp. Mình có nghe chữ "hình ảnh" không? "hình" là cái mình sờ chạm được. "Ảnh" là cái bóng của hình. Cách đây hai mươi mấy năm tôi có làm bài thơ.
Chiều đi qua bờ cỏ.
Ai bỏ quên chiếc giày.
Người đi từ lâu lắm.
Sao vẫn còn quanh đây.
Nghe kỹ. Chiều đi qua bờ cỏ, ai bỏ quên chiếc giày. Mình đi ngang một bờ cỏ mình thấy ai bỏ quên cái đôi giày, giày nữ, Chanel chữ nó nằm trong đó. Nữ là nữ mà Chanel là Chanel, nhưng mà không, ở đâu ra cái Chanel, 2 chữ "C" ghép ngược là mình à cái này là Chanel, mà nó nhỏ nhỏ từ số 500-550 là mình quy ra là giày nữ, kiểu dáng này gót cao là nữ, mà mình ngồi mình dệt cái hình người mà mang cái này là khá, có goût thẩm mỹ, mà người nữ nữa, mà xấu quá chắc nó không mang cái này đâu, đứa này phải đẹp.
"Cho nên chiều đi qua bờ cỏ, ai bỏ quên chiếc giày, người đi từ lâu lắm, sao vẫn còn quanh đây". Nó đi rồi nhưng mà mình nhìn nó mình dệt. Cho nên, một chồng ảo ảnh về nó, cái đó là ảnh. Ảnh là cái bóng rọi ra từ cái hình. Mà cái này mới ghê.
Các vị có nghe âm thanh, tiếng động, bà con có nghe chữ "ảnh hưởng" không? tôi không ngờ cái thằng cha đó có ảnh hưởng lên cái cộng đồng của người Mỹ, người Hoa tại Hoa Kỳ. "Ảnh hưởng" là gì? "Ảnh hưởng" toàn bộ đời sống của mình nó nằm trong chữ "ảnh hưởng" nghe nó nhục lắm, nó nhục lắm. Ảnh là gì? hồi nãy tôi mới nói, "ảnh" là cái "bóng" của hình, chứ nó không phải là hình, phải không ta?
Thí dụ như là trong quyển "Đại Đường Tây Vực Ký" của Ngài Huyền Trang, Ngài có kể một câu chuyện rất đặc biệt, tức là trên đường Ngài đi từ Trung Quốc về Ấn Độ, Ngài mới đi ngang một cái hang mà nghe đồn thôi, là ngày xưa đó, trước khi Ngài đến có một thời ở trong đó có in cái bóng của Phật. Các vị nghe cái này có vô lý không ta? có ai nghe có lý không? một rừng người mà không thấy vô lý mới hay, tôi chịu, nói vô lý mà trong đó cả đám nó đơ cái mặt ra, người không thấy mà làm gì có bóng, vậy đó mà người ta đồn có một thời, bây giờ người tu ít cho nên cái bóng của Phật lúc nhập định cái bóng nó mất, chứ cách đây không lâu cái bóng nó còn, các vị nghĩ Ngài không có làm gì có bóng. Nhưng tới lúc Ngài Huyền Trang Ngài truy ra cái đó là một huyền thoại, huyền sử bị hiểu sai, là trước đây có một ông sư trẻ chuyên tâm học tập giáo lý mà không có thiền định, thì sư phụ mới nói con lên đó đi, con lên đó ngồi thiền ít lâu chứ để cái tâm con động dữ lắm, thì ổng lên ổng ngồi, ổng xuống ổng nói tâm con vẫn động, thì ông Thầy nói là con lên chừng nào mà con thấy Phật thì con về con báo cho thầy biết, ổng cứ lên, ổng nói con cứ lên xếp bằng là con cứ nhớ mấy bài học giáo lý không, thì ông thầy nói cái đó là cái bóng của Phật thôi chứ chưa thấy được Phật, thì cái tiếng đồn đó nó đồn riết, mọi người nói lên đó ngồi thiền thấy bóng của Phật, coi chịu nổi không? ác là ác chỗ đó, chút xíu cũng hiểu lầm.
Cái chữ "ảnh hưởng", "ảnh" đó là cái bóng của hình, còn "hưởng" là cái dư âm của tiếng động. Các vị có biết cái chữ đó không? cái chữ "hưởng" đó, thí dụ cái tiếng chuông đánh cái boong, xong rồi rút cái dùi ra thì mình để cái lỗ tai mình nghe, oong, oong, oong….thì cái tiếng Hán gọi là "hưởng". Cho nên "ảnh hưởng" nó là đồ giả, "ảnh" đó là cái bóng của "hình", còn "hưởng" là dư âm của "tiếng động", mà tại sao tôi nói đời sống của mình toàn là ảnh hưởng, các vị nghĩ kỹ coi. Nếu mà mình sống bằng Chánh niệm. Thấy chỉ là thấy, không suy diễn, nghe chỉ là nghe, không suy diễn thì mình... cái mình biết được là gì? là "hình" và "âm", nghe kịp không? thấy cái "hình" mà nghe cái "âm". Còn chính vì mình không có tu cho nên mình chỉ còn sống bằng cái "ản" và cái "hưởng" thôi. Bây giờ các vị hiểu chưa? "Hình, âm" là có thật, còn "ảnh hưởng" là không thật. Tại sao mình đi cưới người nào đó là mình đi cưới cái ảnh với cái hưởng người đó thôi, chứ còn cái hình và âm của người đó mình cưới không có nổi, nó tệ hơn vợ thằng đậu tập 5 nữa, có ai biết vợ thằng đậu tập 5 chưa? để lát tôi kể, biết nhau rõ quá lấy nhau không nổi, tin tôi đi. Mình lấy nhau không phải vì mình hiểu nhau mà mình hiểu lầm nhau. Mà mình giận nhau, mình ghét nhau cũng là do mình hiểu lầm nhau, chứ nếu mà hiểu nhau rốt ráo thì không có đứa nào để mình thương và không có đứa nào để mình ghét, nó chỉ là một chiếc lá, nó còn trẻ thì lá xanh, lá già thì nó hơi vàng, rồi già nữa là lá

úa, lá khô, lá héo, lá mục, chỉ là lá thôi, trong cái nhìn của vị A La Hán chỉ là chiếc lá thôi, còn mình ngồi mình dệt, lá bàn, lá me, lá mít, lá chuối, lá ổi, lá chùm ruột, lá mận, lá khế tùm lum hết, khi mình phân biệt quá nhiều lá đâm ra chuyện. Mình sống toàn bằng "ảnh" và "hưởng" thôi.
Sáng hôm nay tôi nói cái đó, "ảnh" và "hưởng" thôi, chứ không phải “âm” và “hình”. “Âm” có nghĩa là tiếng động nguyên thủy và “hình” là cái có thật. Còn “ảnh hưởng”, “ảnh” đó là cái bóng của hình, và “hưởng” là cái vọng của âm thanh, của “âm”. Mình thương ai, mình ghét ai toàn là mình về mình dệt, mình nói bản thân người đó, có nghe kịp không ta?
Thí dụ như mình xa xứ...bây giờ thì hết rồi, bây giờ cộng đồng người Việt mình đông, chứ ngày xửa, ngày xưa tôi đọc rất là nhiều bài truyện ngắn của mấy cái báo hải ngoại, báo tiếng Việt, có những buổi chiều ở Châu Âu, ở Mỹ mà cái ông đó tan sở ổng về, ổng thấy trên phố có bóng dáng của một cái người mà tất tả thì ổng nghi đó là người Việt, ổng chạy theo, cô ơi cô, bác ơi bác có phải người mình không? thương lắm, hồi đó mấy người nữ Việt Nam bên đây bát nháo, xấu tánh, xấu nết cỡ nào chỉ cần là gái Việt là nó cưới về nó thờ hết, vì sao? vì ai cũng ám ảnh cái câu... quê hương, xa quê chỉ thèm một miếng nước mắm thôi, thèm một miếng ngò gai, thèm một cọng rau muống luộc, thương quê đến như vậy, mình nhìn người đó mình thấy cả một trời quê hương trong đó. Còn bây giờ ế chỏng gọng, thương không có sẽ, tìm quê hương qua cái "ảnh" cái "hưởng" thôi, về khiêng cái thiệt qua xài, mặc dù qua tới nơi nó có thể bỏ mình đó là chuyện tính sau.
Cho nên cái chuyện đầu tiên Đức Phật Ngài dạy đó là đời sống vật chất nó cần đến bốn thứ nhu cầu đó là ăn, mặc, ở và thuốc men và đời sống tâm linh có cần không? cần, cần chứ.
1/ Chuyện đầu tiên là ăn. 6 trần mà mình thường tiếp xúc đó, nó ra sao? tuyệt đối nó ảnh hưởng đến tâm trạng của mình. Mà người không có tu tập Tuệ quán, không tu tập Chánh niệm thì 6 căn phải đi tìm 6 trần mà mình thích và trốn chạy 6 trần mà mình ghét, nội mình làm hai chuyện đó đã mất hết ngày rồi, mất nguyên ngày. Tôi nhắc lại, người không có tu hành, không biết đạo, nguyên một ngày 6 căn đi tìm cái 6 trần mình thích và trốn chạy, tránh né 6 trần mà mình ghét. Tại sao mình mua cái xe này mà không mua xe kia? Tại sao mình mua cái nhà này mà không mua nhà kia? Tại sao mình cưới người này mà không cưới người kia? Tại sao mình cưới người này mà mình lại thương người kia? Có không? ngày xưa do thương con Lan mà cưới con Hương, bây giờ đó đã cưới con hương về rồi đó lại chán quay qua con Cúc. Hoàn toàn cuộc đời của mình là chỉ có trốn chạy và kiếm tìm cái mình thích, mình ghét. Nhưng cái người mà sống như lời Phật thì không, cái gì xảy đến là biết nó là nó không thêm bớt, cái này tôi không có gia đình, tôi nói biết đâu cũng giúp được một vài người, chúng ta không nhất thiết phải ly dị bằng giấy tờ mà chúng ta ly dị trong tâm khảm, không hợp nhau nữa không nhất thiết phải ly dị cho con nó buồn, cứ sống độc lập thôi, theo tinh thần Phật pháp, cái gì tốt mà mình không thực hiện được thì hãy đính hôn trước khi kết hôn. Còn cái gì xấu mình hãy ly thân trước khi ly dị, nghe kịp cái này không ta? Đối với cái gì mà nó không thích hợp với mình thì trước khi mình ly dị được nó thì mình hãy ly thân, ly thân là gì ta? Là ngủ riêng phòng, nhưng mà ăn chung mâm, tiết kiệm tiền nữa.
Còn đối với thiện pháp thì nếu mình chưa có thể kết hôn thì mình đính hôn. Thí dụ mình chưa có thể cạo đầu, đắp y làm tăng, làm ni thì mình nên dành cái thì giờ đi chùa nhiều hơn, tìm những góc vắng thư viện hay là thiền đường ngồi, mình thích đính hôn với Chánh pháp, đính hôn. Bà Teresa có người hỏi bà vậy chứ cuộc đời độc thân của một nữ tu Thiên Chúa có buồn không? bà nói không. Ngay từ lúc Bà chọn con đường mà làm ma soeur thì Bà đã thực hiện một cuộc hôn phối với Chúa, bà dơ ngón tay Bà nói, người Thiên Chúa coi trọng chiếc nhẫn trên tay, Đức Giáo Hoàng có chiếc nhẫn các vị có biết không? nhẫn đó là một cuộc hôn phối với Chúa, Chúa 3 ngôi, Chúa Thánh thần. Trong đạo Phật mình, tôi nói lại lần nữa, vật chất nó cần đến những cái chất liệu, dưỡng tố để nuôi sống. Thì đời sống tâm linh, tinh thần thì nó cũng cần đến những chất liệu, dưỡng tố để nó nuôi sống và những chất liệu đó chính là những gì mà mình thấy, mình nghe mỗi ngày, có một điều cái chuyện này ai cũng biết, ở đây bác sỹ, dược sỹ biết cái này rất rành, cũng cái món ăn đó nhưng mà tùy cái cơ địa, cái nền tảng sinh học của mỗi người mà mình ăn vào nó có nên hay không? nó tốt hay là hại? không phải ai nghe giảng, ai xem kinh cũng nhận được cái ân triêm lợi lạc giống nhau, không có, cái đó không có nha, bởi vì cái cơ địa của mình, nói dễ hiểu lầm mà mình có cái phước duyên Chánh kiến, thì nghe sao cũng hiểu đúng. Cái người mà dễ thương mà gặp cái thằng dễ ghét họ cũng có thể thương nó được, họ có ý niệm lầm, còn cái người dễ ghét họ cũng có ý niệm bất

thiện được. Cho nên cái này… nghe kỹ cái này, những gì mà mình thấy, nghe, ngửi, nó chính là cái chất liệu để nuôi dưỡng cái đời sống tâm linh tinh thần của mình, đồng thời chúng ta không phải không cần đi tìm mà là xử lý, chế tác trần cảnh, hiểu không? thay vì đi tìm, cứ sống với những gì nó xảy đến với mình một cách trung thực, tôi biết cái này nghe qua giống như nghe két nói nhưng mà đó là sự thật, bởi vì mình không thể nào mà mình một đời mình cứ thấy, nghe, ngửi những thứ mà mình thích, NO, có hơn phân nửa trường hợp, chắc nhiều hơn, 90% trường hợp trong đời sống mình phải nghe, phải nhìn, phải tiếp xúc với những người, những vật, những cảnh, những sự kiện mà mình không thích, thì cái vấn đề ở đây là mình chế tác trần cảnh, xử lý trần cảnh, nói nếu mình nghĩ về nó đơn giản tí thì nó bớt khổ, về mặt này thì tôi đã nói 1001 lần, tôi chưa bao giờ tôi tự nhận tôi là thiền sư, là hành giả, nhưng có chuyện này, tôi phải tận dụng lời Phật như thế nào đó để cho tôi bớt khổ, cái này quý vị có thể nghi ngờ không biết thằng cha này có phải là chân tu hay không? nhưng mà chuyện này phải tin nè, ai cũng sợ khổ hết, thì tôi phải xoay sở làm sao cho tôi bớt khổ, bớt khổ trước cái gì? bớt khổ trước cái hoàn cảnh của mình, bớt khổ trước cái thị phi mà nhắm vào mình trong đó gồm có khen và chê, những thương thích và ghét bỏ. Bắt buộc tôi phải vận dụng lời Phật như thế nào đó để tôi bớt khổ, chứ không tôi điên các vị biết không? chỉ có điên thôi, từng người ở đây cũng vậy, cứ nếu mà không theo lời Phật là chỉ có khổ thôi. Khoan nói đến chuyện thành Phật, tu hành giải thoát, xa xôi, chuyện trước mắt là Phật cho mình những cái chất liệu tâm linh để mình được an lạc hơn. Tôi nói lại lần nữa, dù mình có tu thiệt hay tu giả, cái chuyện đó để qua một bên, mà chuyện trước mắt là mình có khả năng tự làm cho mình bớt khổ. Thì tôi nhắc lại lần nữa, cái thực phẩm đầu tiên của đời sống tâm linh này là gì? là thức ăn, cái nhu cầu đầu tiên của đời sống tâm linh là thức ăn. Thứ hai, mặc. Thứ ba, ở. Thứ tư là thuốc men. Cái ăn ở đây chính là những gì mà 6 trần mà mình nhận biết. Đó là một.

Khéo léo chế tác và xử lý 6 trần đó để cho nó không trở thành cái độc tố, độc chất, cái gì không thích thì để qua một bên. Tôi nhớ Tây có câu rất là hay, có 3 cách để giải quyết cái vấn đề.

- Cách một là gì? là accept, là chấp nhận nó.
- Cách hai là remove.
- Cách ba là change.

Một là mình phải chấp nhận nó cũng là cách giải quyết. Cách hai là mình hoán chuyển nó, chuyển đổi nó, thay đổi nó. Cách ba là dẹp nó qua bên, đừng nghĩ tới nó nữa. Đó là ba cách.

Thì trong đạo Phật cũng vậy, thì trong những gì mình thấy nghe, ngửi, nếm, đụng, mà cái gì mà mình thấy có thể mình ở được với nó thì nên giữ lại, còn cái nào mà mình cần phải quên nó đi, thì xin "hãy xem cuộc đời là khúc hát, đoạn nào buồn ta bỏ bớt cho vui".

Cho nên là cái chuyện đầu tiên bài giảng là tôi mong các vị nghe cho hết bài giảng này, cái chuyện đầu tiên là cái đời sống tâm linh là cái ăn. Những gì mà mình thấy, nghe, ngửi là cái ăn, cái ăn của tâm linh, của tinh thần, và buổi đầu là mình tránh những thứ mà mình cho là độc hại. Tiếp theo đó là không có gì là độc hại mà tất cả đều trở thành thuốc chữa bệnh hết, đó là cái đầu tiên trong bài giảng sáng nay.

Cái đầu tiên là trước hết mình chọn lựa cái gì có lợi và tránh cái có hại. Nhưng đến cái mức hai là thanh thản đi giữa đời, vấn đề là mình xử lý mọi việc xảy đến với mình ra sao? một là mình chấp nhận nó, hai là mình thay đổi nó, và ba là mình đừng nhìn tới nó nữa. Đó là chuyện đầu tiên.

Chuyện đầu tiên là vốn sống tinh thần của mình, những gì? những trang sách, những trang Web, những cái cuộc gặp gỡ nào mà mình thấy nó có hại cho đời sống tinh thần mình, mình có cái gan mình tránh nó đi.

Thí dụ, tôi chỉ các vị, Tôi kể các vị nghe tôi tính xái chữ kinh nghiệm nhưng mà thấy ghê quá, tôi sửa lại là tôi kể, tôi kể về chuyện của tôi, tôi có cái gan tôi không đọc những cái email mà tôi biết nó không cần thiết, phải có cái gan đó, những cái tin nhắn mà tôi thấy cái tên đó, tôi chưa đọc hết là tôi "bụp". Hồi xưa tôi xóa mấy cái số phone mà tôi không thích, bây giờ tôi giữ nó lại, bởi vì mình phải để người ta gọi vô mình mới biết để mình né, kinh nghiệm đó. Tôi ghét cái cô áo xanh này, mình xóa số, cái cổ kêu cái rồi mình alô thì nó dở quá, mình alô rồi mình cúp ngang thì nó hèn quá, không, phải để tên, mình để Ma-đăng-già 1, Ma-đăng-già 2, mình để vậy đó, mình liếc vô là mình thấy...tôi ghét, tôi có nguyên cái...tôi đưa các vị coi các vị hết hồn, từ trên xuống, tôi cho Ma-đăng-già hết, Ma-đăng-già 1, 2 …nguyên dây, còn cái thứ mà tôi ghét tôi để evil 1, evil 2, 3...mình phải

để, không cần tên Lan, Cúc, Đào, Hương, không cần, cứ xếp vô trong hạng mục, mình list nó là evil hết, còn angel là angel hết, thì mình thấy angel là mình biết là dễ thương nhưng nguy hiểm, còn evil là dễ ghét không cần thiết, là thấy angel hay evil là không bắt phone, phải có cái gan đó, hãy tập nghe lời tôi quý vị làm thử, hạnh phúc ghê lắm. Tránh đi những cuộc gặp gỡ không cần thiết, không đọc những tin nhắn, những email không cần thiết, rồi từ từ không sở hữu những thứ không cần thiết, không làm những việc không cần thiết, không nói điều không cần thiết và cuối cùng không suy nghĩ những thứ không cần thiết. Tôi cho rằng đó là tu kinh hoàng. Chứ đừng có mong mà ngồi mà dưới mông mọc tòa sen, trên sen như hàn gió đá là xưa rồi. Bây giờ tu rất đơn giản, từ từ tránh đi những thứ không cần thiết mà gồm những thứ ghét, rồi từ từ mình lên một cái level 2 là tránh đi những thứ không cần thiết mà mình tránh, rồi từ từ mình lên tầng thứ ba là không còn thích ghét nữa nhưng mà không thích không phải là chê, rồi tới bậc cuối cùng là chứng Thánh ra sau lưng tôi leo thằng lên đó ngồi luôn. Bữa nào Ngài Viện chủ thấy nó ngồi đầy là biết xong rồi đó, khùng tập thể. Đó là ăn.
29:25
[18/11/2026 - 07:12 - anhlibrary]
2/ Qua tới cái "mặc". Mặc là gì ta? Cái chữ “mặc” nếu mà mình không học đạo mình nghĩ “mặc” là áo quần, NO, trong Trường Bộ Kinh, trong bài Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật định nghĩa chữ “mặc” hay lắm. “Ăn” là những gì đưa vào nuôi dưỡng tinh thần và thể xác được gọi là ăn. Còn “mặc” là gì? “mặc” chính là toàn bộ những biểu hiện của mình cho người khác nhìn được gọi là “mặc”, hiểu tôi nói không? không học đạo không cách nào hình dung được cái chữ “mặc” trong đạo Phật nó cao siêu như vậy. Ngài nói những gì mà người ta nhìn thấy ở con từ ngôn từ, từ hành động, biểu hiện lớn bé của sắc diện, tất cả cái đó đều được gọi là y phục hết, bây giờ hiểu chưa ta? Hiểu hả? cách đây mấy hôm, tình cờ tôi đọc trên facebook có cái cô đó cổ giới thiệu mấy cái mẫu thời trang, ở dưới nó có để comment thế này: muốn mặc đồ đẹp phải đẹp trước cái đã, câu đó hơi dã man thiệt, nhưng mà thấy đúng, như bây giờ tôi mặc làm sao mà mặc đẹp bằng cha Tuấn ngồi ngoài cửa đó được, thôi kệ nó, có gì mặc nấy, miễn sao có mặc thôi.
Tôi nhớ chuyện về Việt Nam vui lắm, có cô đó cổ chở tôi mà cổ nói trời ơi gấp quá con hổng có...tôi nói kệ nó có mặc được rồi, rồi hồi bả lên xe bả nghĩ sao bả nói Sư nghĩ sao mà sư nói ngộ vậy, tôi nói không sao, có mặc được rồi. Thì cái chữ “mặc” trong đạo Phật nó hay lắm, chữ “ăn” trong đạo Phật nó hay lắm, hay ghê lắm.
“Ăn” là gì? Tôi nhắc lại lần nữa cho bà con nhớ sáng nay tôi dạy cái gì? “ăn” là cái gì mà nó đi vào thân và tâm của mình để lại những niềm vui và nỗi đau, để lại những dưỡng tố và độc tố, tất cả cái đó đều được gọi là “ăn”, gọi là thực phẩm. Còn “mặc” là gì? “mặc” là tất cả những cái biểu hiện của mình qua hành động, cử chỉ, lời nói biểu hiện lớn nhỏ được gọi là “mặc”. Đạo Phật ghê gớm như vậy, chứ không phải là tay có áo và quần có ống vậy là mặc, NO, bây giờ mình có mặc soirée hay là áo đầm không thành vấn đề, nó chỉ là 1/1000 chữ “mặc” trong đạo Phật. Trong đạo Phật chữ “mặc” ở đây có nghĩa là những biểu hiện của mình mà người khác cảm nhận được dầu nó là một nụ cười nhếch môi, một ánh mắt nhìn ngang, liếc dọc, rất ngắn, 1/1000 giây vẫn gọi là “mặc”. Có nghĩa là cái gì mà người ta nhìn thấy ở con, người ta nhìn người ta biết con đang vui, đang buồn, người ta cảm thấy dễ chịu hay khó chịu, khi mà người ta nhìn thấy con thì đó là con đang “mặc” đó. Cho nên ham mặc đồ hiệu, cái mặt chằm dằm thì mặc đẹp với ai? Bữa nay khui ra chuyện này dễ bị chém nè, có rất nhiều người là lỡ tay thích đi shopping, mua về mặc với ai? Thế là tranh thủ đi ba cái đám cưới, đám hỏi, tiệc tùng mà nguyên một cái cộng đồng nó nhỏ quá, đám ma cũng lâu lâu có đứa, đám cưới thì ly dị nhiều hơn cưới rồi làm sao? lỡ mua nhiều quá làm sao? thế là dạt về chùa mặc, có, về chùa đi nghe pháp nó mặc giống như đi rước dâu, mà ở đâu nó ra? Cũng thông cảm nó lỡ tay nó mua nhiều quá, nó đâu có chỗ nào để mặc, cho nên đồng hồ, dây chuyền, nhẫn hay xuyến gì đó nó dọng hết lên người nó đem vô chùa nó fashion trong đó.
Cho nên cái chữ “mặc” trong đạo Phật nghĩa nó sâu lắm, là những gì mà con biểu hiện, các vị có biết không? những người mà ăn mặc, cái ý tưởng ăn mặc của mỗi người nó chia làm nhiều nhóm.
- Nhóm một để khoe để người ta biết mình giàu, mình đẹp.
- Nhưng mà nhóm hai dễ thương hơn, ăn mặc đàng hoàng vì tôn trọng người đối diện.
- Và thứ ba, mình ăn mặc đàng hoàng không phải là vì người khác mà là vì mình, muốn cho biết mình là ai. Cho nên Tây có câu hay lắm, các vị phải vạch áo ra xăm, cái câu này quan trọng nè, “khi

ta tốt với ai đó không phải vì họ là ai mà bởi vì ta là ai" câu này hiểu không ta? Câu này đúng là phải xăm. Khi ta dễ thương với ai đó, ta nice với ai đó không phải vì họ là ai mà bởi vì ta là ai. Mỗi lần cuối tuần vào chùa Pháp Vũ nấu bếp, đồ chay giúp chùa gặp cái bà đó là mình đã không ưa rồi, nhưng mà mình vẫn phải nice, tôi nice không phải vì you mà vì tôi, là tôi, nghe kịp không? cái đó rất là quan trọng. Kể từ hôm nay chúng ta đến với cuộc đời nó là cái gì? nó là ai? mà kể từ hôm nay chúng ta dễ thương vì chúng ta là người dễ thương. Chúng ta là người thờ Phật, chúng ta phải giống Phật, một phật tử, cái chữ "mặc" nó sâu ghê lắm. Cái chữ "ăn" là hồi nãy mình thấy rồi. Mình không học đạo mình chỉ nghĩ chữ "ăn" là 1/6 thôi là những gì mình bỏ vào mồm, nhưng mà ở trong Kinh Phật nói không, 6 món ăn lận, tức là những gì con thấy, nghe, ngửi, nếm, cái gì mà nó tác động qua mắt, tai, mũi lưỡi, những gì mà nó tạo ra những cái hiệu ứng gọi là buồn, vui, thiện, ác, sướng, khổ của con đều là thức ăn.
Thứ hai là "mặc", những cái gì mà người ta nhìn thấy ở con qua âm thanh, hình ảnh, và cảm nhận. Âm thanh, hình ảnh, và cảm nhận thì những cái đó đều được gọi là y phục của con. Và con tốt với đời không phải vì cái đối tượng đó là ai? mà bởi vì con là ai? Nhớ nha, phải tự giác trước, rồi giác tha sau.
Đặc biệt lắm quý vị. Cho nên là các vị biết khi mà hiểu được cái này rồi thì mình thấy mặc cái gì cũng được, miễn là cái hình thức của mình, cái sự hiện diện của mình nó là một sự đóng góp cho cuộc đời. Tôi không hy vọng quý vị trở thành người dễ thương trong mắt thiên hạ, thiên hạ mênh mông làm sao mình được lòng hết, nhưng mà chí ít là mình hãy dễ thương nhất như có thể, bởi vì mình là ai? Chứ không là phải vì cuộc đời là ai? Thì cái đó được gọi là "y phục" trong nhà Phật. "Y phục" trong nhà Phật dầu đó là Tăng, Ni hay là cư sỹ nam nữ, tóc dài, tóc ngắn hay không tóc, thì cái "y phục" của mỗi người chính là những gì mà mình biểu hiện ra cho người ta thấy, nghe và cảm nhận về mình. Đó gọi là "y phục" Phật giáo, gớm như vậy. Và người ta nói người đẹp nhờ lụa, các vị có nghe câu này không? Nếu mà mình hiểu cái chữ "mặc" mà theo lời Phật thì mình mới thấy thấm thía cái câu mà "người đẹp nhờ lụa". Cái người mà đẹp nhờ cái cách cư xử của mình, người ta nể mình, người ta thấy mình sang không phải là vì mình xài đồ hiệu, mà là mình cư xử sang. Cư xử sang nó hay hơn là xài đồ sang, tin tôi đi. Mình chơi đẹp nó hay hơn là mình mặc đồ đẹp, hay hơn là cái mặt mình nó đẹp. Và nói cái nết nó đánh chết cái đẹp, nhưng đôi khi cái đẹp nó đè bẹp cái nết, có cả hai luôn, nhưng mà người ta nói thường là nam nữ gặp nhau toàn là ong bướm chứ không phải là Long Phụng, các vị có biết không? ong bướm là thứ vớ vẩn nó gặp thứ vẩn vơ. Còn cái thứ Long-Phụng có nghĩa là người xứng đáng gặp người xứng đáng, anh hùng mà gặp anh thư, anh thư là nữ anh hùng. Cho nên tức là đa phần những cuộc tình của mình toàn là chắp vá, rỗ rá thôi, nghĩa là ong, là bướm thôi, không phải là Long và Phụng. Như trong Kinh nói, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni và Bà Da Du hoặc là Ngài Ca Diếp với Bà Bhaddā Kāpilānī, những cái cặp đó được gọi là những cặp Long-Phụng. Như các vị biết tiếng hán có những cái như con Kỳ với con Lân, con Phụng với con Hoàng, các vị biết cái đó? con Kỳ với con Lân là con trống với con mái, nhưng mình cứ kêu con Kỳ Lân, kêu Phượng Hoàng nó là con trống, con mái. Như vậy cho nên Tư mã Tương Như đời nhà Hán có cái bài là "Phượng Cầu Hoàng" là con trống đi tìm con mái. Cái đó là Phượng Hoàng, là Long Phụng hoặc là Kỳ Lân, Kỳ Châu. Chứ mình bây giờ toàn là ong bướm đi tìm nhau không, chuột chù tìm chuột xạ, chứ còn mà không có cái gì đặc biệt.
Cái nội dung thứ hai Đức Phật Ngài dạy mình, ăn cái gì có chọn lọc, mặc cái gì có chọn lọc, mà mình chọn lọc ở đây không phải là vì đối phương mà là vì mình trước cái đã. Ăn, mặc rồi tới ở.
3/ Cái chữ "ở" tới đây chắc các vị hình dung ra được rồi. Cái chữ "ở" trong đạo Phật nghĩa rộng lắm. "Ở", cái ở ngoài đời mà không học đạo, ở có nghĩa là vila, lâu đài, nhà lớn, nhà nhỏ, chòi, lều. Lâu đài, rồi vila, biệt thự, rồi chòi, lều, nhà lớn, nhà nhỏ, thì cái đó gọi là chỗ ở. Nhưng mà trong đạo Phật cái đó hẹp lắm, mà chỗ ở chính là cái cảnh giới tâm lý nào mà mình thường xuyên có mặt thì cái đó gọi là "ở".
Kinh nói dầu ở trong cái cung vàng điện ngọc, mà nếu tâm mình toàn phiền não không, toàn là tâm tham không, thì chỗ đó là chuồng heo, cung vàng điện ngọc mà chỗ ở đó toàn là tâm sân không thì đó là chuồng cọp, cái lồng nhốt rắn, cái chỗ đó toàn nhà tranh rách nát mà mình ở bằng cái tâm từ bi là cái chỗ của Phạm cung, phạm thiên. Cái chỗ nào của người bố thí, giữ giới dầu là chòi tranh, rách nát thì đó là những chỗ của Chư Thiên. Cái chỗ nào mà mình ở bằng cái trí tuệ buông bỏ, xả ly, cầu

giải thoát thì đó là Thánh xứ, là Phật địa, là Phật sát, là cõi Phật, là Phật quốc. Cho nên cái chỗ ở đây nó không phải là cái không gian vật chất mà nó chính là cái cõi tinh thần của mình.
Cho nên sáng nay tôi giảng đề tài bốn cái: Ăn, Mặc, Ở và Thuốc Men, bốn cái nhu cầu tinh thần rất là quan trọng. Rất là quan trọng. Cái thứ ba là "ở", mình thường sống ở trong cái môi trường nào thì cái con người mình nó được quyết định bởi những gì mình suy nghĩ, chứ không phải là bởi cái không gian cư trú của mình. Tôi hỏi thiệt bà con nha, cái ông đó ổng làm chủ cái vila mà ổng thấy ghét, các vị không muốn ghé đúng không? mà trong khi cái chùa Pháp Vũ mặc dù nó rách nát nhưng mà mình thương quý sư phụ thì mình vẫn ghé. Tôi biết Pháp Vũ từ lúc tôi còn nhỏ xíu, hồi sáng tôi mới đi ngang cái chỗ mà Chánh điện cũ của mình như cái miễu vậy đó, hồi xưa là cái Chánh điện của mình, mình thương thì chỗ đó ra sao mình cũng ghé, còn mình đã không thương thì chỗ đó ra sao mình cũng không ghé. Tôi ví dụ như nguyên cái đám này có bao giờ ghé...không phải mình kỳ thị, nhưng cái chỗ đó không phải là cái nhà của mình, còn bên đây là Ấn giáo, tại sao cái chùa Pháp Vũ nằm ngay chính giữa, mình không ghé đằng đông, không ghé đằng tây mà mình ghé ngay chính giữa là sao? đó là một sự chọn lựa. Đời sống nó là một sự chọn lựa quý vị, chính những gì...hồi hôm tôi nhớ cái câu này quan trọng nè: đừng coi nhẹ những cái cảm xúc buồn, vui, thích, ghét của mình trong từng phút, vì thích, ghét, buồn, vui chính là cái ngôi nhà mà mình cư trú trong mỗi giây đồng hồ. Thích, ghét, buồn, vui, nó chính là ngôi nhà mà mình cư trú trong mỗi giây đồng hồ. Có nghĩa là mình thích cái gì nó phản ánh một phần con người của mình, mình ghét cái gì nó phản ánh một phần con người của mình, cái gì nó làm cho mình vui nó phản ánh một phần con người, và cái gì nó làm cho mình thấy ghét nó phản ánh một phần con người của mình, cái đó đúng hay sai ta? Mình học đạo mình phải biết cái chuyện khiếp đó, mình cứ về mình niệm như thế này: những gì làm cho tôi vui đó là một phần của tôi, và những gì làm cho tôi ghét nó là một phần của tôi. Những gì mà nó làm cho tôi thiện hơn, hoặc ác hơn, làm cho tôi dễ chịu hơn, khó chịu hơn đều là một phần của con người của tôi, tại sao có những người họ vui chỉ vì một cái cần câu thôi, họ ra ngoài chỗ vắng họ ngồi, họ câu là thấy vui rồi, có không? hoặc là mình đi vô rừng săn, cầm cái cây súng họ ngồi rình họ thấy hạnh phúc rồi, mà trong khi đó có người họ lại muốn kiếm chỗ vắng họ ngồi đọc sách, tập yoga, họ đi bộ, có người vô trong đó nói phone, có người selfie đang ở trong rừng nè hi hi, rồi có người cũng ngay góc rừng đó mà tự sướng selfie xong đang ở trong rừng nè, muỗi cắn híc, híc. Mình thấy cũng cái cảnh đó một đứa là hi hi nha, một đứa là hic híc là tại sao? tại sao? nó xử lý trần cảnh, nó xử lý và nó chế tác trần cảnh, hai đứa nó ngồi chung vậy mà rõ ràng đứa hi hi, đứa hic hic. Nó vô trong Starbucks, nó kêu hai đứa hai ly nó đâu có uống đâu, nó phải cúng face trước, thì mình đọc hai page, mình thấy hai cảnh giới khác nhau, một đứa thì nó than trời trách đất, nói cái gì đâu matcha latte mà đá nhiều hơn sữa, trong khi một đứa thì nó than sữa nhiều hơn đá, trong khi nó đang ăn kiêng, mà trong quán cà phê đó người ta có ghi rõ cà phê sữa và sữa cà phê các vị có biết không? cà phê sữa có nghĩa là cà phê là chánh, sữa là phụ, còn sữa cà phê có nghĩa là sữa chánh, cà phê là phụ.
Như tôi nói rất là nhiều lần, tôi nói rất là nhiều lần, tu hành là nhìn lại mình, xem coi cái thiện và cái bất thiện của mình nó là hoa với cỏ, có những người cái thiện tâm của họ đó là hoa trên cỏ, và có những người cái bất thiện của họ là cỏ trên hoa, các vị nghe tôi nói không ta? hiểu? trong một ngày cái Từ bi, Trí tuệ, Chánh niệm của mình nó nhiều hơn cái bất thiện thì như vậy cái tham, sân, si, lúc bấy giờ nó thành là cỏ trên cánh đồng hoa. Còn đến một ngày mà bất thiện nhiều quá, mà thiện quá ít, thì lâu lâu mình có thiện một chút, đó là hoa trên cánh đồng cỏ. Mình tu thiền là mình chỉ quan sát coi mình là cánh đồng hoa hay là cánh đồng cỏ thôi, nghe kịp? có nhiều khi mình tưởng mình học đạo ba mớ, ngồi thiền ba mớ, mình ăn chay ba mớ mình tưởng mình hay, thật ra mình ngó kỹ lại coi mình là cánh đồng hoa hay là cánh đồng cỏ? mà đa phần đứa nào nó thấy nó hay nó là cánh đồng cỏ, lâu lâu nó điểm vài cái hoa nở.
Cho nên cái vấn đề thứ ba của nhà Phật là gì? là "ở", hãy xem coi cái đầu mình thường sống trong cảnh giới nào, thường xuyên suy tư cái gì nhiều nhất đó chính là con người của mình. Tôi tuyệt đối tin tưởng chuyện đó. Tôi tuyệt đối tin tưởng chuyện đó, cho dầu mình có già, có trẻ, có đẹp, có xấu, có giàu, có nghèo, có trí thức hay là bình dân ít học không cần biết, chỉ biết một chuyện, trong cái đầu của mình, mình nghĩ về cái gì nhiều nhất thì đó chính là con người của mình thì nhà Phật gọi đó là "chỗ ở". Cái trú xứ của một cá nhân chính là những gì mà ta chìm sâu trong đó.

- Cho nên ở trong nhà Phật có một cái chữ gọi là Brahmavihāra có nghĩa là Phạm trú, có nghĩa cái chỗ ở của Phạm Thiên. Ai mà thường xuyên sống bằng Từ, Bi, Hỷ, Xả thì Phật dạy là người đó đang sống ở trong cái lâu đài của Phạm Thiên là Phạm cung, và sống ở trong cái chỗ, cái pháp môn nào mà nó giúp mình về sống trong cái chỗ của Phạm Thiên, pháp môn đó được gọi là Phạm Trú, Brahmavihāra.
- Đời sống Phạm hạnh là gì? Brahmacariya, đời sống Phạm hạnh .
- Còn cái người cùng tu với mình Sabrahmacārī là người đồng Phạm hạnh, có nghĩa là cũng con người đó thôi, nhưng mà ai mà mình ở gần họ mà mình được lợi lạc về tinh thần, về tâm linh, thì cái người đó được gọi là người cùng chia sẻ cái lý tưởng sống đạo, phạm hạnh của mình.
Cho nên tôi nhắc lại lần nữa, người già, người trẻ, người đẹp, người xấu, người giàu, người nghèo, không quan trọng bằng cái bản chất của người đó ra sao.
- Chỗ ở sang hèn, xấu, đẹp, rộng, hẹp, lớn, nhỏ không quan trọng, mà quan trọng nhất là mình ở cái chỗ đó mình được cái gì? có đúng không? bây giờ tôi già rồi tôi tin, đời tôi chia ra nhiều giai đoạn: giai đoạn một tôi tin có cái chuyện một túp lều tranh hai trái tim vàng tôi tin. Nhưng mà khi tôi già một chút tôi thấy đó là nói dóc, bởi vì nghèo sặc máu thì không thể nào mà hai trái tim vàng mà còn, vàng nào cũng chảy. Nhưng ở cái tuổi này U60 thì tôi lại tin chuyện khác, đó là, chỗ đó nó có sơ sài cách mấy, nhưng mà cái đời sống tinh thần của mình nó OK, thì nó bèn OK. Có nhiều khi tôi thuyết pháp tôi hay kể chuyện riêng của tôi, bà con hay thắc mắc tại sao tôi lại kể chuyện riêng, bởi vì những chuyện riêng của mình, mình không có đụng chạm với ai hết, nó mới có thật. Như sắp tới đây nè, cái Am Mây của tôi ở Tampa tôi không có thích chứa khách, nhưng có những trường hợp kẹt khách xa họ về, rồi kêu họ vô chùa họ không chịu vô, họ ra ở với mình một hai bữa, thì cái tiêu chuẩn ở đó phải là già, xấu, bệnh thì ở đó mới không mang tiếng, còn không già, không xấu mà không chịu bệnh ở đó sớm muộn gì tôi cũng bị chém. Mà chính vì ba cái tiêu chí mà già, xấu, bệnh mới được ở, cho nên sắp tới tôi đang cỏng một cái bà hội đủ ba tiêu chuẩn mà tôi không biết làm gì qua cái mùa đông Paris này. Cho nên các vị biết cái nhà đó sẽ là túp lều tranh và hai trái tim vàng nếu mà cái người đó là mình thấy OK, trong đây tôi thấy có vài người ở được nè. Nhưng mà cái bà sắp tới tôi không biết làm sao với bả.
- Cho nên tôi nhắc lại lần nữa, cái gì mà mình thấy, nghe, ngửi, nếm, đụng chính là thực phẩm của mình.
- Thứ hai, mọi biểu hiện của mình chính là áo quần, trang phục của mình.
- Thứ ba, những gì mình sống nhiều với nó thì nó chính là ngôi nhà của mình.
4/ Và cái thứ tư của bài giảng hôm nay là cái gì? Cái thứ tư đó là thuốc chữa bệnh. Tôi nói lại lần nữa, ở trong Kinh Pali nó có một cái bài Kinh rất là nổi tiếng là bài Kinh Hạnh Phúc, có chỗ dịch là Cát Tường, thì trong đó Ngài có nhắc đến 38 cái giải pháp, 38 cái hành trình để đem lại cái đời sống hạnh phúc và tiến bộ. Hạnh phúc cộng với tiến bộ cho một người còn có mặt ở đời dầu là biết Phật pháp hay không biết, thì có 38 cái phương thức an lạc. Thì trong đó những cái phương thức đó ai cũng biết là xa người xấu, gần người lành, ở cái nơi chốn thích hợp, thì đây cũng là một cách để làm cho mình hạnh phúc. Ở trong đó có một cái cặp và pháp môn rất là đặc biệt mà phật tử mình không để ý.
- Kālena dhammasākacchā tức là chọn lúc mà để đạt được Phật pháp.
- Rồi Kālena dhammassavanaṃ là chọn lúc để mà nghe pháp.
Cái đó được gọi là liệu pháp chữa bệnh cho người tu tập. Mình đi chùa thì kinh nào mình cũng tụng, sư phụ kêu tụng là mình tụng, rồi trong tủ mình có cuốn Kinh nào mình cũng đọc. Nghe ở đâu có bài giảng nào mình nhào tới mình nghe, cái đó đúng chứ không có sai, tuyệt đối đúng. Nhưng mà có cái này, trong Kinh nói mình nên ở một cái nơi nào để mỗi khi mình có vấn đề về tâm linh, về tinh thần mình kịp thời mình có cái người để mà mình trao đổi, để có được những chia sẻ cần thiết. Để có được những cái trao đổi, những chia sẻ đó thì trong Kinh gọi là Kālena dhammasākacchā gọi là đàm luận, trao đổi hoặc dhammassavanaṃ là nghe pháp. Thì trong Kinh nói đối với cái giải pháp đối với phiền não nó có nhiều lắm, mà đây là cái đề tài tôi giảng cho đại chúng, không chuyên, cho nên tôi chỉ nói phớt qua, rồi ai mà vào trong chatGPT có nhu cầu vào trong đó nghe thêm. Trong Kinh nói, lúc nào mình có quá nhiều những hoài nghi mình tìm ai giúp cho mình giải nghi, lúc nào

mà tinh thần mình nó xuống quá, thì mình nên tìm đến những cái người nào mà giúp mình nâng cấp tinh thần, đó là cách nói phổ thông, phổ quát.
Nói chuyên môn thì trong kinh nói 37 Bồ Đề phần, 37 cái pháp môn giác ngộ đó là nói rộng của Bát Chánh Đạo, nói rộng của Thất Giác Chi, nói rộng của Tứ Niệm Xứ, nói rộng của Tứ Chánh Cần. Có nghĩa là từng nhóm ở trong 37 Bồ Đề Phần có nội dung của các nhóm còn lại. Bồ Đề Phần là con đường giác ngộ nó được chia ra thành 7 nhóm Pháp môn, thì cái nội dung của nhóm này chính là nội dung của các nhóm còn lại. Tại sao tôi đang giảng tới đây tôi quẹo ra ngoài như vậy? bởi vì tôi đang muốn nói cái này, là ở trong đó Thất Giác Chi chính là Bát Chánh Đạo, mà Bát Chánh Đạo chính là Ngũ căn, mà Ngũ căn chính là Ngũ Lực, mà Ngũ Lực chính là Tứ Chánh cần, nhớ cái đó. Bà con về chatGPT bà con nghe lại, bà con đi dò mới hiểu.
Thì ở trong Kinh Đức Phật Ngài dạy thế này, khi nào mà cái tâm của mình mà nó bị lui sụt, nó thiếu cái tính năng động, nó không có xông xáo, nó không có đủ tinh tấn nữa thì khi đó mình nên là hướng nghĩ, hướng tâm, nên trau dồi 3 cái pháp đặc biệt đó là Trạch, Cần, Hỷ.
- Trạch có nghĩa là Trí tuệ để làm việc, biết suy nghĩ để nâng cấp tinh thần mình lên, đó cũng là một bài thuốc chữa bệnh. Ở đây tôi giảng sơ sơ bà con nghe bà con hơi điếc con rái. Khi mà tinh thần xuống cấp thì phải xài trí tuệ là sao? tôi nói tôi trước đi. Tôi là con người phàm mà, đâu phải lúc nào cũng tinh tấn. Những khi mà khoảng 3, 4 giờ sáng mà mình không muốn dậy mình chỉ nghĩ đến chuyện thôi, mình chỉ nghĩ đến một chuyện là tự nhiên mình bật dậy, mình còn được bao nhiêu đêm nữa để mình ngủ? rồi có bao nhiêu người giống như mình, muốn có điều kiện nghiên cứu mà không có, mình có mà mình lại ngủ. Tôi chưa bao giờ tôi ngu xuẩn đến mức tôi nói tôi giỏi, nhưng có cái này tôi nhận, tôi nằm trong số những người mà có cái điều kiện tra cứu Kinh điển thoải mái nhất về Phật học hay là về ngoại ngữ, tôi không hề giỏi cái nào hết, nhưng mà tôi là người có điều kiện. Điều kiện là sao? tủ sách của tôi, tôi không tra được cái này thì tôi tra cái khác, chưa kể bây giờ có internet. Các vị biết rằng cái AI đồng ý nó là một cái công cụ tuyệt vời, nhưng mà các vị phải có cái nền các vị mới xài nó được, ở đây có ai hiểu cái đó không ta? Thí dụ như tôi giỏi về physics, tôi giỏi về vật lý thì tôi mới có thể mượn AI nó giúp tôi được, còn đằng này vật lý tôi mù tịt, tôi không biết gì về vật lý thì AI chịu thua, hiểu? tôi dốt đặc, tôi không biết gì về Y, về Dược, thì AI nó không giúp được gì cho tôi hết. Thí dụ tôi nói nó tôi muốn biết thế nào là ung thư thì AI nó giải thích tôi nghe tôi không hiểu gì, các vị có biết không? ung thư là cái gì thì nó nói tôi không hiểu, hoặc là bây giờ AI nó giải thích cho tôi, tôi dốt vật lý, mà tôi nhờ nó giải thích cho tôi nghe về cái vận hành của cái đập thủy điện, từ nước làm sao nó ra điện, nó nói tôi không có hiểu, hiểu tôi nói không? cho nên đừng có nghĩ là có AI là có tất cả, mình phải có kiến thức nền, cái AI nó mới giúp mình được, nha, cái đó quan trọng lắm. Bây giờ tôi nhắc lại chuyện của tôi. Mỗi khi tinh thần tôi xuống cấp thì tôi chỉ nghĩ đến một chuyện là cái cơ hội để mình...cái số đêm để mình ngủ như thế này còn được bao nhiêu nữa? và cái người giống như mình mà đi ngủ nó quá phí. Mà nó lạ lắm, chỉ cần mà tôi bật dậy, tôi mở đèn tôi vuốt mặt là nó tỉnh. Cho nên cái chuyện đầu tiên là mình xài cái đầu. Cái đó là Trạch Giác Chi.
- Thứ hai là Hỷ Giác Chi có nghĩa là mình nghĩ đến những cái gì làm cho mình vui để mình không ngủ nữa, mình nghĩ mình còn bao nhiêu việc mình phải làm, tự nhiên nó vui. Thôi lỡ nói tôi nói luôn các vị biết lúc này tôi đang giải quyết xong mấy trang sau cùng của hai cái tập bản thảo đó là quyển "Đò Xuôi Sơn Hạ" với quyển "Chuyện Phiếm Thầy Tu 2" mà cái tựa tôi sửa lại không để chuyên phiếm mà "Tâm Thức Gió Lùa" mỗi lần tôi nghĩ đến cái chuyện đó thì tôi tỉnh ngủ.
Trong quyển "Tâm Thức Gió Lùa" nội dung mới đó là cái kiểu như truyền thuyết tôi bàn về các khía cạnh của Phật học, của đời sống. Thí dụ như mình bàn, mình nói với nhau về buồn, vui, giọt lệ, nụ cười, sự sống, cái chết mình nhìn bằng một cái góc nhìn không giống ai khác dựa trên Kinh điển. Còn cái "Đò Xuôi Sơn Hạ" là tôi giới thiệu những cái ý niệm, những cái kiến thức qua duy thức hoặc A-tỳ-đàm mà từ những góc nhìn mà bất ngờ nhất, thí dụ như là ánh trăng, hay là dòng nước, hay là chiếc lá, hay là một cái mâm ăn, hay là một cuộc gặp gỡ, một giọt nắng, một làn gió, những cái đó là nếu mà mình gần người có bỏ công tìm hiểu về A-tỳ-đàm, về duy thức thì đặc biệt lắm, tức Phật pháp bàn bạc khắp nơi, miệng mình nói như két, mình nói Phật pháp bất ly thế gian Pháp, thật ra bất ly là sao? không rời, không rời là sao? có nhiều người họ dịch họ nói người Việt Nam mình chết trên đống thuốc, chung quanh Việt Nam mình nhắm mắt mình rờ đâu cũng thuốc, mình nghe

mình ham quá, mình gặp cái gì mình cũng bỏ vô miệng mình nhai cho nó le lưỡi đi luôn. Mình nghe người ta nói mình cũng phải biết, cũng phải có tìm hiểu tí nha.
Cho nên tôi nhắc lại bài giảng của tôi sáng nay 4 chuyện. Thứ nhất là ăn, mặc, ở và thứ tư là thuốc. Nói đến thuốc là nói đến những cái...mà Kinh nói chứ không phải tôi nói, Kinh Thất Giác Chi. Đức Phật nói trong tình huống nào? Mình phải tu tập cái pháp môn nào? Thí dụ như tinh thần mình xuống cấp thì mình tu tập cái Trí tuệ nè, rồi Pháp hỷ, rồi Tinh tấn. Trạch pháp tức là Trí tuệ, thì mình khéo suy nghĩ để mình vực dậy cái con người mà đang xuống cấp của mình gọi là Trạch Pháp Giác Chi. Hỷ Giác Chi là mình nghĩ những cái đề tài lành thiện làm mình thấy vui. Cái thứ ba đó là Cần Giác Chi tức là mình nghĩ đến những cái chuyện đủ để cho mình siêng, thí dụ như hồi nãy tôi mới nói, mình nghĩ rằng tất cả những cái gì gọi là sự nghiệ,p thế nghiệp hay đạo nghiệp trên đời này, xưa giờ từ vô thủy luân hồi, tất cả những thế nghiệp và đạo nghiệp cái gì mà vĩ đại chỉ dành cho đứa siêng thôi. Và Tây có một câu nói rất là nổi tiếng bà con cũng nên xăm "Muốn có được cái khó được phải làm cái khó làm", cái gì dễ có thì cái đó nó cũng dể mất, và cũng dễ tìm người có nó lắm, hiểu tôi nói không? Muốn có được cái khó có thì phải làm được cái khó làm, muốn có một cái sự nghiệp lớn thì cái sự nổ lực của mình cũng phải lớn, cứ nghĩ vậy tự nhiên nó tinh tấn. Muốn trở thành Phật Tổ Như Lai bắt buộc phải có một sự nổ lực của mình cũng phải tương xứng với cái quả vị Phật Tổ Như Lai, muốn trở thành Elon Musk, muốn trở thành Bill Gate, muốn trở thành ông, bà ghê gớm nào trên cuộc đời này thì cái sự nổ lực của mình cũng phải tương ứng với nó, chứ không phải khơi khơi tự nhiên lọt lòng mẹ là mình được vĩ đại liền chuyện đó không có. Trong Tương Ưng giảng khi nào mà mình thấy tinh thần mình nó xuống quá thì mình phải biết cách để mình kéo nó lên.
Nhưng mà ngược lại nó quá bung xung, nó quá năng động, nó quá over thì sao? mình phải trầm lắng xuống, lúc bấy giờ mình dùng ba cái Giác Chi còn lại đó là Tĩnh, Định, Xả. Tĩnh, Định, Xả có nghĩa là hạn chế cái sự bồng bột, nông nổi và manh động của cảm xúc, cái đó gọi là Định Giác chi, trong A-tỳ-đàm giảng cái này rõ lắm, bây giờ nói bà con dễ khùng, trong A-tỳ-đàm gọi đó là Tĩnh Thân, Tĩnh tâm, đó là hai thứ Tâm sở. Mà hai thứ Tâm sở ở đây nó là maintal factor, muốn có nó thì sao ta? Tránh ở gần cái người bung xung, nên ở gần cái người trầm lắng sâu sắc, vì sao vậy? vì cứ nhớ thế này trên đời không có chuyện gì để mình phải ồn ào hết. Trên đời không có chuyện gì để mình phải ồn ào, cái ghê gớm nhất chính là cái chết chứ không có gì hết. Nhưng mà các vị có biết không? cái chết nó chỉ lớn chuyện khi nào nó là cái chết của mình, cái chết của người thân mình, cái chết của người mà mình quan tâm. Chứ còn mà cái chết của những chúng sanh mà nó không mắc mớ gì mình dầu nó chết một ngày bao nhiêu đứa cũng không có sao hết, các vị có biết người ta tính toán mỗi giây trên thế giới có 20 người chết các vị có biết không? mình tỉnh bơ đâu có sao đâu, đó là con người đó nha, còn cá, rùa, cua, rắn, bao nhiêu động vật, ếch, nhái, chuột bọ, gián, kiến nó chết biết bao nhiêu mình không có để ý, mình chỉ tập trung cái người nào mình thương, mình thích thôi. Cho nên mình cứ nhớ thế này, khi mà mình phải khổ tâm vì chuyện nào mà mình sắp lên máu mình cứ nhớ câu thế này: mọi chuyện chỉ có giá trị trước mắt thôi, khi ta đang là con của gia đình đó, đang là chồng của cái bà đó, là vợ của ông đó thì cái chuyện đó là quan trọng, mà bây giờ mà mình tắt thở một cái, mình lạnh ngắt, thì thế giới nó vẫn như vậy, trái đất vẫn quay, mình tưởng mình quan trọng? không hề quan trọng, các vị thử tối nay về uống thuốc ngủ, sáng mai chùa Pháp Vũ vẫn đúng giờ đánh chuông như thường, và cái giờ đó tôi vẫn ngáy pho pho dưới Tampa như thường, bà tám vẫn dọn cơm tấm bán đầu hẻm, thằng Tèo con của bả nó vẫn lấy lon sữa bò nó đá bóng. Thế giới vẫn như cũ, mà tại vì mình thấy mình quan trọng. Các vị để ý bao nhiêu xe cứu thương chạy ngoài đường, mình thấy chuyện đó bình thường, chứ thử cái đứa nằm trong đó là mình hoặc là người thân của mình thì mới quan trọng, chiều nay mình vô mình khóc từ đầu trên xóm dưới là dây nhợ thở lấy hơi là mình thấy dễ sợ lắm, nhưng mà nếu đó là người dưng thì bình thường vì thỉnh thoảng tôi cũng đi vô bệnh viện tôi thăm người thân tôi biết, tôi đi ngang mấy cái phòng tôi thấy người ta cũng thở dây nhợ như robot tôi tỉnh bởi vì người đó không phải là tôi. Bởi vậy cho nên người ta nói ra đường gặp đám ma là hên, gặp đám cưới là xui là tại sao? là bởi vì đám ma cái đứa nằm trong đó không phải là mình thì tự nhiên mình vui. Còn đám cưới chú rễ không phải là mình nên tự nhiên mình buồn. Cho nên đây là lý do tại sao mà ra đường gặp đám ma là hên, gặp đám cưới là xui, không có gì đặc biệt hết.

Cho nên cái Tĩnh Giác Chi là gì? Tĩnh Giác Chi chính là lắng đọng tâm tư vì nghĩ trên đời này không có chuyên gì là lớn, không có chuyện gì là đủ lớn để cho mình hốt hoảng, cũng không có chuyện gì nó nhỏ để mình làm lơ, đụng chuyện đáng giải quyết thì giải quyết, chứ đừng có nói đó là chuyện nhỏ, sai. Đang ngủ trong nhà mà nghe có mùi gase, nói mùi đó còn nhẹ không sao, ngủ tiếp là không được, hoặc là nghe cái tiếng động mở cửa, mình nghĩ chắc là chuột gián, không có nên, nên ra coi cái. Đời không có chuyên gì nhỏ cũng không có chuyện gì mà lớn để mình hốt hoảng, cái đó là Tĩnh Giác Chi.
- Còn Xả Giác Chi là nhớ thế này, tất cả những buồn, vui, sướng, khổ là ảo. Tất cả những buồn, vui, sướng, khổ của mình nó đi ra từ cái gì ta? Đi ra từ cái chuyện ta coi trọng cái gì, ta coi nhẹ chuyện gì. Tin tôi đi, tất cả...tôi nhắc lại lần nữa tất cả sướng, khổ của mình nó đi ra từ một cái lý do rất là buồn cười đó là mình thích cái gì? và mình ghét cái gì? có được cái mình thích mình gọi là hạnh phúc, mình chấp nhận cái mình ghét mình gọi đó là cái đau khổ chỉ vậy thôi. Tất cả hạnh phúc và đau khổ trên đời này nó đi ra từ thích ghét, mà tất cả thích ghét nó đi ra từ cái nền tảng sức khỏe, giáo dục và khả năng tư duy của mình, các vị về suy nghĩ coi có đúng như vậy không? Tất cả những thích ghét của mình nó là do...nói theo trong Kinh là tiền nghiệp, do cái nghiệp xưa nó khiến cho mình thích cái gì? ghét cái gì? do cái tiền nghiệp, cái phước tội quá khứ nó đẩy cho mình kiếp này làm nam hay nữ, làm đàn ông xứ nào, làm đàn bà xứ nào? Trình độ học vấn, tình trạng sức khỏe, tình trạng tài chánh. Học vấn, sức khỏe, tài chánh rồi công việc, rồi quan hệ xã hội. Tất cả những thứ này nó cộng lại thành ra một cái nền tảng để mà mình quyết định là thích hay là ghét cái gì. Tôi dám khẳng định trong đây cái đám đàn ông có râu trong đây cái thích, cái ghét nó khác nhau, có ông tới giờ này cũng không muốn chạy Tesla, có không ta? Có ông bây giờ đang mơ ước lấy chiếc Tesla, mà trong đám mơ Tesla có ông thích Tesla đời nào? Đời Tour hay đời Cyber, chiếc mà giống thùng rác úp ngược, có người khoái chiếc đó, trong đó có tôi, mình đậu parking dễ tìm, thấy nó dụt vỏ chuối là biết của mình rồi đó, chiếc đó xấu lắm, nó y như cái thùng rác Thụy sỹ mà lật ngược vậy đó, tôi biết có người mê chiếc đó, còn có người thích xài chiếc đời 26, ngay trong cái đám mê Tesla. Trong cái đám mà không mê Tesla có nhiều cái trường phái trong đó, có người thích xe Nhật, có người thích xe Anh, có người thích xe Đức, có người thích xe Mỹ, có người đến bây giờ mê chiếc Hummer vẫn còn, mà trong khi có những người thích chiếc jeep avenger. Cho nên, tại sao? tại sao mà một gia đình có 4 đứa con gái mà mỗi đứa có người đến rước khác nhau, con Lan là thằng Hùng, mà con Cúc phải là thằng Tuấn, mà con Hương phải là thằng Kiệt, tại sao vậy? cái goût, cái goût mặn nó thích bà má không thích con gái. Cho nên là tất cả sướng khổ trên đời này nó đều đi ra từ cái chuyện mình thích và ghét cái gì, và tất cả những cái thích và ghét nó đi ra từ cái chuyện là tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý và môi trường sống. Những cái điều kiện, những cái tình trạng tài chánh, học vấn, sức khỏe, công việc, quan hệ xã hội và môi trường sống, tất cả những cái này nó làm ra cái nền tảng để mình thích và ghét cái gì đó, tôi khẳng định cái đó có, tôi khẳng định. Cũng người Việt mà ở Mỹ không giống ở Nhật. Mà người Việt ở Nhật không giống người Việt ở Châu Âu, mà Châu Âu Anh, Pháp, Đức, Ý, Tây Ban Nha, Hòa Lan, Áo, Đức không giống nhau, khẳng định, tôi hay kể hoài ở Thụy Sỹ, diện tích Thụy Sỹ nó bằng 1/4 của Florida. Florida chẻ tư thì là bằng diện tích của Thụy Sỹ, vậy mà người Việt Nam ở bên Thụy Sỹ nó nhỏ xíu như lỗ mũi, mà nó chia làm 3 vùng: vùng Đức, vùng Pháp và vùng Ý, cái đám ở vùng Đức mau mắn, hào sảng, nóng tính, hào sảng là rộng, cái đám vùng Pháp thích ăn ngon, kẹo, sởi lởi. Vùng Ý kín đáo, kẹo kéo vắt chày ra nước nhưng mà về mặt thẩm mỹ rất cao, bonsai, cây kiểng tuyệt vời, Người Việt, cái đám nghe nói ở Ý là thua rồi, chuẩn bị mua cái pizza chia làm 8 miếng, dân Ý nó kẹo kinh hoàng, nó lạ lắm, tức là cái môi trường sống nó ảnh hưởng ghê lắm. Trong khi người Việt Orlando không giống người Việt ở Atlanta, ở Atlanta không giống ở Houston, ở Houston không giống Cali. Mà Cali nó có nhiều trường phái lắm, Bolsa, San Diego, San Jose nó cũng không giống nhau, cái đứa ở Dallas, San Francisco còn khác nữa, nó lạ lắm, mỗi người một khác.
Cho nên trong Kinh nói những chuyện mình giật mình, có nghĩa là môi trường sống, anh sống ở đâu? với ai? thường gặp ai? Thường làm công việc gì? chính những cái đó nó tạo ra một cái nền tảng cho anh sau này đi đâu? Về đâu? Các vị đừng có nói với tôi là các vị không có chơi với bạn là không đúng. Những gì các vị đang sống mỗi ngày, thích cái gì, ghét cái gì nó đang dọn đường để mai này các vị tắt thở, các vị về sống với những đứa giống các vị, các vị có biết không? chuột về

với chuột, mà mèo về với mèo, nó lạ như vậy. Giống như thủy ngân, nó vỡ ra từng mảnh nhưng mà cuối cùng thủy ngân nó về với thủy ngân thôi. Cho nên bây giờ các vị nói các vị không vợ, không chồng, không bạn, không bè, không gia đình, đúng, nhưng các vị không hề cô đơn đâu. Những gì các vị quan tâm, nó chính là cái con đường nó đưa các vị về với một cái nhóm nào đó trong kiếp sau. Tôi tuyệt đối tin tưởng điều đó. Tôi tuyệt đối. Cái kiểu sống của mấy người Việt Nam trước mặt tôi trong từng người ở đây nè, có những cái kiểu sống mà sau này các vị sẽ về riêng với người Nhật, nếu còn trở lại làm người. Và còn có những người sẽ trở về sống bên Campuchia, có những người sẽ trở về sống bên Trung Quốc, mà Trung Quốc ở đâu? Trung Quốc Đài Loan hay là Trung Quốc Hồng Kong, hay Trung Quốc Macau hay là Trung Quốc Thượng Hải, Bắc Kinh, Thiểm Tây, Trùng Khánh, Tứ Xuyên, khiếp như vậy. Cho nên hôm nay mình chống Tàu, mình cứ nói Hoàng sa của Việt Nam chứ giờ mình tắt thở một cái, mình về Tàu, thí dụ như về Tàu mình vẫn mong Hoàng Sa là của Trung Quốc. Cái kiểu của mình là kiểu chấp thủ, luôn luôn là tôi, tôi, của tôi, thì mình sanh ra trong cái hình hài nào thì mình quay lại cái con người cũ của mình. Và Kinh nói có nhiều chuyện nghe khiếp lắm, có những người bây giờ mình yêu thương đắm đuối, trước đây là kẻ thù từng giết cha mình, từng giết mình, nhưng mà do cái nghiệp ái mà mình dính mắc mình không biết. Cho nên cái bà đó, bả nói ông tu 10 kiếp ông mới gặp tôi. Ông mới nói phải tôi tu thiếu kiếp là đẻ được bà rồi. Cho nên nhờ nghĩ vậy cho nên tu hành không có dãi đãi, ông tu 10 kiếp mới gặp bà, tôi biết tôi tu trượt, kiếm bà khác còn ngon hơn. Và chưa hết nó còn cái nhu cầu thứ tư nữa quý vị. Nhu cầu ăn, mặc, ở, thuốc men, nó còn cái cuối cùng là nhu cầu "Đi".

5/ Chữ "Đi" trong đạo Phật nghĩa nó sâu lắm, sâu lắm luôn. Cái chữ "đi" đây không có nghĩa là To Go mà nó là To Move. Trong đạo Phật cái chữ đi có nghĩa là Move chứ không phải là To Go. Move là sao? nghe cho kỹ, dầu muốn, dầu không ta không thể ở yên một tình trạng về tinh thần hay thể xác. Dầu muốn, dầu không ta phải già đi, phải yếu đi, phải bệnh hoạn nhiều hơn. Dầu muốn, dầu không thì tuổi đời của mình phải nhiều hơn. Dầu muốn, dầu không thì mình phải yếu hơn, và từng bước, từng bước dầu muốn, dầu không thì ta đi gần hơn với cái lò thiêu, với cái quan tài, với nghĩa trang hơn. Cái đó cũng là đi, nhưng mà đi thụ động.

Còn cái mà Kinh đề nghị mình đi đây có nghĩa là gì? đừng bao giờ ở yên với con người cũ của mình, đó được gọi là đi trong đạo Phật. Các vị có nghe cái chữ Ba-la-mật-đa không? cái chữ đó nó hay vô cùng luôn. Cái Ba-la-mật-đa từ tiếng Phạn là Pāramitā. Pāramitā nó gồm có hai cái từ nối:

Pāra: là bờ kia.

Mitā/ Itā: là đi.

Qua bờ kia mới có đáo bỉ ngạn. Đáo là đến. Bỉ là kia. Ngạn là bờ, các vị có nghe Đáo bỉ ngạn không? đáo bỉ ngạn là dịch, còn Ba-la-mật-đa là âm, giống như New Yorh với Nữu Ước vậy đó. Cho nên Ba-la-mật chính là qua bờ kia. Qua bờ kia nghĩa là sao? là đừng ở lại với bờ này, ở hoài là không có khá, vì sao? vì ngay ở trong cái bài Bát Nhã Tâm Kinh có cái câu Yết đế, yết đế…

"Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha".

Gate gate: hãy lên đường

Paragate parasamgate: hãy sang cái bến bờ kia, đừng có ở hoài bờ này, đừng làm con kiến bò miệng chén, đừng có làm gà què ăn quẩn cối xay.

Bài Kinh nó sâu như vậy mà mình cứ cắm đầu đọc mà không biết nó nói cái gì hết, rất là sâu. Hãy lên đường, hãy dấn thân, hãy sang bờ kia, sang bến khác đừng có tiếp tục làm cái con người cũ nữa, đừng có dậm chân ở bến bờ này hoài, hãy xê dịch, phải lìa bỏ cái con người cũ của mình. Con người của mình năm trước và năm sau. Năm sau phải tốt hơn năm trước. Tháng sau phải tốt hơn tháng trước. Tuần sau phải tốt hơn tuần trước và ngày hôm nay phải tốt hơn ngày hôm qua. Tốt ở đây là tốt cái gì? vị tha hơn, thương người hơn, trí tuệ hơn, chánh niệm hơn, tỉnh thức hơn, bình tỉnh hơn, rộng lượng hơn. Đó, hơn là hơn như vậy. Chúng ta có thể già đi, chúng ta có thể yếu đi, bệnh nhiều hơn, đúng, cái đó không có quan trọng. Quan trọng là cái cổng tâm linh của mình. Ở đây gọi là Ba-la-mật-đa là cái chỗ đó. Lìa bỏ cái con người cũ của mình, cái đó mới là Vô Thượng Chú, Vô Đẳng Chú là cái đó.

Thời Covid người ta nói corona, corona...cái đó là người ta chế, đúng ra là mình phải đọc câu chú lìa bỏ con người cũ, nó lậm đến mức mà lúc Covid mà nó còn chế ra bài chú nó đọc là quý vị nghĩ coi.... Tôi nhớ ở tại Đạo Tràng Pháp Vũ tôi từng giảng cái bài quyết định chân ngôn, rất quan trọng

mấy bài chú. Phật tử mình biết đọc nhưng mà mình không có hiểu nghĩa, mình đọc như vậy chỉ là mỏi miệng thôi. Nhưng mà nếu mình hiểu được cái nghĩa mình thấy Phật pháp muôn trùng sâu thẳm.
Cho nên cái nhu cầu thứ 5 của nhà Phật là đi. "Đi" đây có nghĩa là gì? là không tiếp tục ở lại cái chỗ cũ, không có tiếp tục chấp nhận, không có hài lòng với cái con người cũ của mình và trên hết không có để mình bị chết trên cái lối mòn của bản thân, cái lối mòn của tiền nhân đã để lại cho mình. Các vị phải đồng ý với tôi chuyện này, nếu mà nhân loại mà chỉ đi theo lối mòn thì hôm nay chúng ta không có Tesla. Hôm nay chúng ta không có smart phone. Hôm nay chúng ta không có mấy chiếc Air Bus Boing để mà đi, không có. Chúng ta không có thuốc chữa ung thư, không có thuốc chữa SIDA, và không có thể ngăn chặn được Covid, chúng ta phải có lá gan tách khỏi lối mòn của tiền nhân, đi tìm hướng đi mới, thì cái đó được gọi là nhu cầu "đi" ở trong đạo Phật. Chữ "đi" đây là To Move chứ không phải To Go, lìa bỏ cái con người cũ, dời cái cũ đi và chối bỏ cái lối mòn. Các vị nên nhớ thế này, Kinh Phật có nhiều người biết mà mình chỉ biết cắm đầu, mà chấp nhặt từng chữ trong Kinh Phật đó là lối mòn của Thánh hiền. Nhưng nếu biết vận dụng một cách gọi là thông tuệ thì chúng ta là đi theo cái hướng dẫn của Phật chứ không phải là đi theo cái lối mòn, ở đây có ai phân biệt cái đó không ta? Nghe nè, cũng con đường đó, nhưng mà trên bản đồ nó không giống với con đường ở ngoài đời. Con đường đó trên bản đồ nó chỉ là một cái vệt mực ngoằn nghèo. Nhưng mà con đường đó ngoài đời nó có quán cà phê Starbucks, nó có quán ăn miền Nam, nó có tiệm Đông Á, nó có tiệm Tiến Hưng, tùm lum hết. Con đường trong GPS nó chỉ là những cái vệt mờ ngoằn nghèo thôi.
Thì Kinh điển cũng vậy, nếu mà mình tu tập có nhận thức, thì lúc bấy giờ cái đó gọi là thừa kế cái di sản trí tuệ của chư Phật ba đời, mười phương, nối truyền, nối kết, thừa truyền huệ mạng chư Phật. Còn không mình chỉ biết cắm đầu thuộc lòng mà không có nhận thức, không có hiểu biết cái đó mới đúng là lối mòn. Có chuyện này các vị phải đồng ý, bắt buộc phải đồng ý với tôi là cái cơ thể mỗi người mỗi khác, cùng là bệnh tiểu đường nhưng mà cái liệu pháp, cái therapy nó khác nhau đúng không? bởi vì tôi bị yếu thận, ông kia thận OK, mình bị tiểu đường, nhưng bà này bị cao máu, bà kia bị máu tuột thường xuyên, thì bắt buộc cái liệu pháp cho mỗi người khác nhau. Kinh Phật y chang như vậy. Nói rằng Thất Giác Chi, Bát Chánh Đạo, Tứ Niệm Xứ, nhưng, nhớ cẩn thận cái này, là ngày xưa Đức Phật trực tiếp nhìn cái người đối diện mà Ngài dạy người ta đắc liền và những lời dạy đó truyền đến hôm nay qua kinh sách, thông qua các sư phụ, thiền sư. Các vị tâm đắc cái gì, các vị lấy cái đó nhét vô đầu đệ tử, các vị có biết không? ông thầy nói đệ tử thế này, các con nhớ, cái khả năng mà lấy tiền từ túi người khác đưa vô trong túi của mình đó là ông chủ. Cái khả năng mà nhồi nhét kiến thức của mình vô đầu người khác thì đó là ông thầy, còn cái người làm được cả hai, lấy tiền từ túi người khác bỏ vô trong túi mình, lấy cái suy nghĩ mình nhét vào đầu người khác đó là vợ. Nó lấy tiền trong túi mình nhét vô túi của nó, nó lấy suy nghĩ của nó đút vô đầu của mình. Lấy tiền từ túi người khác đút vô trong túi của mình đó là ông chủ. Mà lấy kiến thức của mình mà nhét vô đầu người khác thì đó là ông thầy, còn làm được cả hai chỉ có bà xã ở nhà. Nó lấy tiền của mình mà nó còn huấn luyện mình tư duy nữa. Cho nên nhớ cái đó, mình phải linh động, học Phật linh động. Linh động ở đây không phải là tự tung tự tác, nhưng mà mình biết vận dụng một cách thông minh. Cái nguy hiểm nhất là học thiền mà cứ thờ sư phụ thiền sư coi như là con đường duy nhất, là chân lý tuyệt đối, cái đó là cái đáng ngại.
Tôi nhắc lại lần nữa. Tôi tôn kính tất cả thiền sư, bởi vì các Ngài có kinh nghiệm, có thực chứng, nhưng tôi chưa bao giờ xem thiền sư là chân lý tuyệt đối, là đạo sư tối thượng, chưa bao giờ, là bởi vì vị trí đó chỉ có Đức Phật thôi. Cho nên Ngài biết rõ mỗi người cái căn cơ ra sao? chứ còn thiền sư, nhất là thiền sư bây giờ phải nhìn nhận là các vị chỉ đem cái kinh nghiệm cá nhân các vị nhét vô đầu của đệ tử, thì kinh nghiệm của cá nhân, kinh nghiệm của Ngài, mà Ngài ở đây Ngài là số 1. Ngài là một cá nhân, trong khi đó Ngài có 1000 đệ tử tới thì Ngài cũng đem cái cá nhân đó Ngài nhét vô. Tôi ví dụ như bên Làng Mai thì hòa thượng Làng Mai, Ngài trao truyền cho mọi người cái mà Ngài thấy tâm đắc nhất, nghe kịp không? rồi Hòa thượng Trúc Lâm Thanh Từ, Việt Nam, Ngài cũng trao truyền cho người ta cái Ngài tâm đắc nhất, thì cái kinh nghiệm của Làng mai là một, kinh nghiệm của Trúc Lâm là một, lấy cái một này mà đem rải cho mấy triệu người trên thế giới, thì hễ đứa nào nó thấy OK thì nó theo, còn nó thấy không OK thì nó buông. Mà nên nhớ cái này, tất cả

Kinh sách, tất cả sư phụ, tất cả thiền sư, tất cả pháp sư, tất cả giảng sư, tất cả thầy bà, tăng ni đều là những địa chỉ tham khảo. Địa chỉ tham khảo chứ không thể xem đó là cái chân lý tối hậu để rồi mình giao nguyên cái mạng của mình cho ổng làm con chuột bạch để người ta xài, nhớ cái chuyện đó rất là quan trọng. Và đã tròn một tiếng, chúc các vị một ngày vui.