

SỐNG AN LẠC CHẾT SIÊU THOÁT

TỶ KHEO THÍCH TUỆ HẢI
PL. 2552 - 2008



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

**SÔNG AN LẠC
CHẾT SIÊU THOÁT**

GIẢNG TẠI TỊNH XÁ NGỌC THÀNH THỦ ĐỨC

**TỶ KHEO THÍCH TUỆ HẢI
PL. 2552 - 2008**

Tất cả chúng ta khi có mặt giữa cuộc đời này, chúng ta luôn mong mỏi có được cuộc sống an lạc và hạnh phúc. Tuổi càng về già chúng ta lại càng mong khi bỏ thân này chúng ta được siêu về cảnh giới nào đó chưa biết nhưng chúng ta rất sợ bị trầm luân. Mỗi người chúng ta luôn tìm cầu và đôi khi do chưa xác định rõ ràng, khiến mục đích sống của chúng ta bị lệch lạc. Rồi chúng ta mãi đua chen tìm cầu tới ngày nào đó chúng ta lạc quá xa đường, gần nhắm mắt xuôi tay mà cuộc đời chúng ta chưa có phút giây an lạc, chưa đạt được hạnh phúc, coi như phí một đời.

Ít ra chúng ta cũng phải hiểu ý nghĩa cuộc sống là gì? Sống như thế nào mới gọi là sống đúng? Vì người nào sống đúng thì chắc chắn cuộc sống sẽ an lạc hạnh phúc, người nào sống sai lệch thì cuộc sống sẽ bất an mà bất an thì chết sẽ khó siêu. Đó là nguyên lý thật.

I. SÔNG AN LẠC

1. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu giá trị của cuộc sống.

Chúng ta đừng nghĩ mình cứ sống thác loạn theo ý tưởng của mình, để ngày nào mình chết sẽ được ai đó giúp đỡ, sẽ có một Thầy nào đó giỏi siêu độ cho mình, hoặc nhờ lực lượng nào, nhờ chú thuật độ mình siêu thoát thì việc đó viễn vông quá và cũng không chắc.

Cho nên đối với đạo Phật, cái gì xảy ra nơi cuộc sống hiện tại này chúng ta nắm bắt được thì hãy tin, còn những cái hứa hẹn viễn vông thì chúng ta đừng tin vội. Đạo Phật không hứa hẹn những gì cho tương lai của chính chúng ta mà đến đạo Phật là chúng ta phải thấy như thật, sống như thật và nói như thật vì tinh thần của đạo Phật là siêu thoát.

Thường tình trong cuộc sống chúng ta cần kiếm tiền kiếm bạc thì người tu đạo Phật vẫn có tiền như mình nhưng không bị vướng trong đó, họ vượt thoát hơn, họ không bị đồng tiền trói buộc làm khổ. Nên sống đúng thì đòi hỏi đầu tiên người đó phải có tình thương yêu với tất cả mọi người, thứ hai là người đó xả ly không có vướng mắc, thứ ba là người đó thấu hiểu chân lý, biết được giá trị chân thật của cuộc sống này, thứ tư là người đó luôn được an lạc hạnh phúc. Còn người sống không đúng thì vị kỷ tức là vì mình mà sống, không biết thương yêu ai, đụng dêu chấp mắc đó, không biết xả ly thì sẽ không siêu thoát và không có sự an lạc.

Nếu không biết rõ giá trị của cuộc sống thật thì dù chúng ta giàu có, danh cao tột đỉnh, dù có tiền, có của, có đầy

đủ tất cả mình cũng bất an, cuộc sống không hạnh phúc. Nếu một người không xác định đúng ý nghĩa cuộc sống, thì họ luôn hoang mang sợ hãi cứ nghĩ mình được danh cao là được hạnh phúc bình an, nhưng rồi được danh cao tột đỉnh như làm vua đi nữa cũng vẫn bất an, đừng nói là làm quan hay danh vị nào giữa đời này. Điều đó chứng tỏ cái danh không đem lại hạnh phúc bình an cho chính mình. Ít khi nào một người ý thức được việc này, khi đã nhắm hướng sai thì cả cuộc đời mình quần quật với những điều đó.

Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu chết là gì? Rồi khi chết họ cứ nghĩ rằng mọi việc đều mất hết, cả cuộc đời mình dành dụm của cải, không biết bao nhiêu công lao cực khổ mà không đem theo được, bao nhiêu thân bằng quyến thuộc chúng ta cũng không được gần gũi, bao nhiêu cái mình đã vun đắp bấy giờ trắng tay thì nỗi sợ hãi đã chôn chng nhiều kiếp chứ không phải một đời này.

Do nhiều đời nhiều kiếp nỗi sợ hãi đó ăn sâu trong tàng thức chúng ta, nên khi nói đến sống đến thọ thì chúng ta mạnh miệng lắm nhưng nói đến chết, đến mất mát chúng ta rất sợ. Mặc dù người đó sống trăm tuổi, hết muốn sống rồi nhưng mình vẫn muốn chúc họ sống dai thêm chút nữa vì nói tới chết người ta sợ lắm. Có những người già chết đi sống lại qua một cơn bệnh nặng, đem quan tài để trong nhà hỏi đó là cái gì thì nói đó là cái thọ chứ có dám nói đó là quan tài đâu. Khi hiểu ra giá trị cuộc sống rồi chúng ta mới thấy chết là cái gì?

Thực sự cuộc sống là sự chuyển tiếp không có phút tạm dừng, thế gian này chưa có cái gì chết. Ví dụ hồi mới sinh ra chỉ là đứa bé nặng mấy ký lô nhưng rồi nhờ sự sống chuyển

tiếp chúng ta lớn thành người mấy chục ký lô như bây giờ. Nhìn ở mặt nào khác thì có bao nhiêu tế bào cũ chết đi và bao nhiêu tế bào mới hình thành một con người chứ không phải mãi là đứa bé như ngày xưa. Rõ ràng có hàng triệu triệu tế bào mỗi phút mỗi giây chết đi. Nếu không có tế bào chết đó thì mình không lớn lên được.

Mỗi thời điểm cơ cấu cơ thể chúng ta có những tế bào sinh sôi nảy nở để hình thành tế bào mới, và những tế bào cũ tự động hư hoại. Nếu tế bào não bộ cũ, tế bào xương không thay đổi để có tế bào mới thì cơ thể chúng ta không mở mang và con người chúng ta không lớn lên được. Sự sống rõ ràng là một cuộc chuyển tiếp chứ không có cái gì là chết, phá được cái này thì chúng ta mới không sợ chết.

Nhìn ra ngoài chúng ta thấy một chiếc lá vàng rơi từ trên thân cây xuống thì ngay trên thân cây đó cũng có hàng loạt những mầm non mọc ra. Thường mình cứ nghĩ chiếc lá vàng đã hết tuổi thọ của nó, coi như nó đã chết và hết một đời của lá trên thân cây nhưng khi nó rơi xuống gốc cây là nó trở về với cội nguồn xưa của nó. Tức là ngày xưa nó từ đất được cây hấp thu hình thành một chiếc lá, bây giờ nó trở về với cội nguồn xưa để tiếp tục hòa nhập vào đất cùng với đất với nước sanh sôi nảy nở một cây khác.

Khi mới rớt xuống đất nó chưa thành cái gì nhưng khi mục nó thành phân, thành đất, thành thực phẩm cho thân cây tiếp tục nuôi mầm khác lớn hơn nữa. Nó đang kết thúc là để hình thành một cái mới, không phải kết thúc ngang đó là mất hẳn.

Với thân xác mình, từ xưa giờ chúng ta làm lẫn cho cái thân này là thật nên mình sợ mất thân này, mất cảm thọ

cảm giác, mất thương yêu buồn thương giận ghét. Phân tích kỹ chúng ta thấy thân tứ đại này tới ngày cuối phân ly, là chúng ta thở ra không hít vào, thì không khí nó trở lại với không khí mênh mông của vũ trụ để hàng triệu triệu người được hấp thu dòng khí đó. Hơi ấm cơ thể chúng ta trở về với lửa và thân thể chúng ta từ từ tan rã, đất trả về đất, nước trả về nước. Nó trả về với nguồn cội xưa để hòa nhập với nguồn cội đó hình thành một vật phẩm mới, một con người mới, một sinh vật mới nên nó không phải là chết.

2. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu đó là sự thay đổi và tiến hóa.

Chúng ta thuần nói về mặt vật chất để thấy khởi điểm này là đi đến kết thúc và kết thúc này là đi đến khởi điểm khác. Theo quan niệm bình thường, chúng ta thấy mỗi sáng ra là bắt đầu một ngày để đi đến kết thúc một ngày là bắt đầu một đêm, khi kết thúc một đêm để bắt đầu một ngày mới. Ấn định một ngày một đêm để chúng ta thấy có cái bắt đầu và có cái kết thúc, chứ sự thật sự chuyển vận cả ngày tới và sáng đó nó không phải là cái khởi đầu, không phải là cái kết thúc mà nó luôn vận hành để tiếp nối. Hiểu điều này để chúng ta phá tư tưởng kết thúc là chết chóc thì tự động chúng ta không còn sợ hãi nữa.

Ví dụ mình đi từ nhà đến chùa nghĩa là lúc đó mình không còn ở nhà, không còn bóng dáng ở gia đình mình, có nghĩa là mình mất ở nhà nhưng mình lại ở chùa. Mình phải nhìn cho ra để phá đi cái tâm sợ hãi không còn sợ chết nữa. Dòng sống giữa cuộc đời này theo cái nhìn của người hiểu biết họ vẫn nhìn ra là sự tiếp nối, hoàn toàn chưa có gì gọi là chết đi cả nhưng do chúng sanh chấp trước thân này là thiệt,

chính cái thấy nhìn cạn hẹp của mình mình cho là mình có chết và có người mới sống lại. Cái thấy lầm lẫn này đã ăn sâu trong tiềm thức chúng ta nên khi sanh ra ai cũng sợ đến ngày mất đi và chúng ta tranh thủ làm nhiều việc sai trái. Mình sợ chết sẽ không hưởng thụ, không kịp làm cái này cái kia, mình muốn làm việc này nên phải mưu mô xảo trá, làm đủ điều để đạt được theo ý muốn và tạo ra rất nhiều nghiệp quả.

3. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu chưa có cái gì nó qua mà nó mất hẳn.

Tất cả những chuyện xảy ra trước mắt bên tai chúng ta không còn ở đây thì đừng nghĩ nó qua là đã mất. Khoa học cũng chứng minh âm thanh chúng ta nói ra ở đây nó qua tai quý vị còn hoà trong không gian. Kinh Pháp Hoa nói: “Pháp đó trụ ngôi pháp. Tướng thế gian thường còn”. Âm thanh rất mong manh nói một tiếng là nó dứt liền mà nó vẫn không mất, thì thân xác mấy chục năm của chúng ta nếu nghiệm kỹ lại thì nó chuyển tiếp để tiến hóa chứ chưa có cái gì chết, chưa có cái gì mất.

Về tâm thức, chúng ta cũng nên hiểu sự thật ít điều để tạo cho mình đời sống an lạc. Ví dụ, người thân mình qua đời, nếu không hiểu rõ lý vô thường chúng ta sẽ đau khổ, khóc lóc, buồn tủi nhưng người hiểu biết họ thấy khác. Sanh ra ai cũng lớn lên, cũng già và chết, chuyện đó có ra từ ngàn xưa, hiện tại cũng vậy và mãi mãi về sau chuyện này vẫn tiếp tục xảy ra. Hiểu được như vậy trong lòng chúng ta sẽ bớt đi sự đau buồn.

Chúng ta cũng nên hiểu về nhân quả và nghiệp báo. Khi chúng ta còn sống trong cuộc đời này là do thọ mạng còn

tức là nghiệp còn, nếu hết nghiệp thì không có cái gì có thể
kìm giữ chúng ta lại được cho nên mình qua đời.

4. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu thân tâm là huyễn giả, không thật.

Chúng ta phải hiểu thân này huyễn giả do tứ đại hòa hợp nên không có gì là thật. Một ngày nào đó đủ duyên tứ đại hòa hợp, hết duyên tứ đại phân ly, đó là chuyện rất thường. Bốn âm còn lại là thọ, tưởng, hành và thức cũng là huyễn giả. Người đầu tiên học Phật phải xác định được thân tâm này không thật để khi chuyện xảy ra với cái thân không thật, với tâm không thật này chúng ta không bị khổ đau và không bị chi phối.

5. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu về tri kiến Phật.

Chúng ta cũng hiểu sự thật, là nơi mình có cái không sanh không diệt mà tất cả chư Phật ba đời đều chỉ dạy chúng ta điều này. Trong kinh Pháp Hoa nói chúng ta có Phật tri kiến là cái không sanh không diệt đó, chúng ta tự chiêm nghiệm hiểu ra đó là lý thật tương đối cao hơn. Nếu điều này mà chúng ta chưa hiểu thì phải hiểu tầng thấp hơn và chuẩn bị cho mình cuộc sống tương đối chững chạc một chút.

6. Để có cuộc sống an lạc chúng ta không nghe, không nói và không loan truyền chuyện thị phi.

Sau khi hiểu những điều trên chúng ta nghiệm xét để có cuộc sống an lạc. Mỗi ngày mình nghĩ rất nhiều chuyện xấu, chuyện thị phi, chúng ta đem ra so sánh xem thời gian đó có nhiều hơn lúc mình nghĩ điều tốt không? Mở mắt ra nghĩ về người bạn của mình, mình có nghĩ đúng, nghĩ sai, nghĩ

phải, nghĩ quấy về họ không, mình có phân biệt nhận định để chê trách hơn thua giận ghét họ không. Nếu chúng ta dành thời giờ cho chuyện thị phi nhiều hơn suy nghĩ việc lành thì khó mà an lạc nếu muốn an lạc chúng ta phải bớt đi chuyện nghe và thấy thị phi. Mình không nói chuyện thị phi, không loan truyền chuyện thị phi ra bên ngoài, mình tạm gìn giữ mình trong cuộc sống này, lỡ có nghe chuyện thị phi chúng ta cũng phải tự tắt mắt nơi mình.

Ví dụ, có người kể cho mình nghe câu chuyện với tâm bực bội rồi làm mình bực theo, rồi mình lại đem truyền bá cho một số người thân bực tức thêm. Chúng ta phải biết khi nghe chuyện thị phi là mình đã bất an, rồi nhập vào chuyện thị phi đó chúng ta tiếp tục bất an lần thứ hai, rồi mình đem lan truyền chuyện thị phi là chúng ta tiếp tục bất an lần thứ ba cuối cùng làm cho cuộc sống chúng ta không còn bình yên nữa.

7. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải biết tự hoàn thiện lấy mình.

Bây giờ mình tự tách ra khỏi gia đình và nhìn những người trong gia đình, họ nói hay, nói dở, sáng ra họ quét nhà nấu cơm. Nếu không có mình ngồi nhận xét đúng sai thì họ vẫn tiếp tục làm công việc của họ bình thường. Hoặc ví dụ mình đã chết, tới bữa ăn mình ngồi nhìn họ thì họ vẫn dọn cơm, vẫn ăn, vẫn rửa bát, mọi việc vẫn trôi chảy. Cuộc sống vẫn luôn là như vậy.

Có khả năng chúng ta nhận định không đúng, không đến vấn đề thì sẽ nhầm lẫn và nó sẽ đem nhân quả xấu cho mình. Thứ hai, chúng ta nhận định sai đối với người có đức, có tuệ, có tu tập lớn, những vị chứng Thánh quả thì phước

lành chúng ta sẽ tổn giảm và chúng ta không còn đủ duyên lành gần gũi học hỏi vị đó nữa.

Có lần Không Tử nhìn thấy đệ tử của mình là Nhan Hồi đang nấu cơm, bỗng có màng nhện rớt vào, Nhan Hồi xây lưng che không cho người ta thấy, sợ họ thấy không dám ăn nên Nhan Hồi lấy giá vớt ra, thấy còn dính mấy hạt cơm nên tiếc bỏ vào miệng nhai. Lúc đó Không Tử đứng sau thấy vậy kêu Tử Lộ nói: Ta chưa ăn mà nó ăn trước. Tử Lộ rất nóng tánh kêu Nhan Hồi rầy: Tại sao Thầy chưa ăn mà ông ăn trước? Nhan Hồi kể lại cho Tử Lộ nghe. Tử Lộ nghe xong về trình lại với Không Tử. Không Tử liền họp đệ tử lại nói: Có những việc trước mắt chúng ta thấy mà còn không đúng, huống chi chúng ta nghe người khác nói lại.

Chuyện nghe qua tai mà lại nghe qua nhiều lần trung gian thì sự thật biến đổi rất nhiều. Bữa đó có người thấy con chim đẹp đậu trước cổng chùa, người này đồn người kia là phụng hoàng đậu nơi chùa, rồi lan truyền là một bầy phụng hoàng đậu đầy chùa, đồn dần dần nó đóng ổ ở chùa một ngày nó đẻ ra trăm con.

Chuyện trước mắt nghe bên tai mà đã lệch lạc không chuẩn xác, huống hồ là nghe mà không hỏi đương sự là đã thấy sai lầm rồi, huống chi chuyện chúng ta nghe qua trung gian. Có những chuyện mình nghe hoặc mình thấy sai lầm của người khác, và mình chỉ thuận một bề là trách cứ người ta theo cái nhận định hiểu biết của mình, nhưng bản thân mình đôi khi cũng chưa hoàn thiện. Lục Tổ nói: “Người chân chánh tu hành, không thấy lỗi thế gian, nếu thấy lỗi người khác, lỗi mình đã đến bên”.

Lúc mình thấy người khác có lỗi là tâm chúng ta đã

hướng ngoại, mà thiếu công phu chúng ta mới hướng ngoại, mới nhận định, mới phân tích, mới buồn thương giận ghét. Còn nếu chúng ta tu tập tốt thì tâm mới vừa hướng ngoại chúng ta đã dừng lại rồi, thì chuyện đúng sai hay dở không còn nơi lòng chúng ta.

Một người tự hoàn thiện lấy mình thì cảnh sẽ tự động chuyển theo. Ví dụ quý phật tử mới đi chùa về nhà, mình thấy phải sống như vậy mới đạo đức nè, ăn nói phải nhỏ nhẹ, đi đứng phải chậm rãi khoan thai, ai nổi sân là không đúng, nên gặp người này là chúng ta chỉnh sửa. Hoặc nghe thầy mình nói hay quá mà ông chồng mình không được như vậy nên mình phải chỉnh sửa, phải nói cho ông nghe. Đứa con mình sống vậy cũng không đúng nên mình phải nói cho nó nghe. Chòm xóm sống vậy cũng không đúng nên mình phải nói cho họ nghe. Ai mình cũng nghĩ sẽ chỉnh sửa nhưng bản thân mình khi tụng chuyện mình vẫn sân được, gặp chuyện thị phi thì mình cũng thị phi, gặp chuyện buồn thì mình cũng buồn, gặp chuyện gì thì mình cũng còn y như người ta.

Nếu chúng ta chưa hoàn thiện lấy mình mà nói thì sẽ phản tác dụng, vì cuộc sống chúng ta chưa đạt tới hoàn thiện nên lời nói mình không có lực, khiến người ta nhìn xấu về người học Phật của mình. Có khi không cần phải nói mà chúng ta chỉ làm, tự động cuộc sống chúng ta sẽ tốt và ảnh hưởng được người xung quanh.

8. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải làm chủ được tâm mình.

Đây là điều hết sức quan trọng. Vì khi sống trên đời này ít khi nào chúng ta gặp việc đúng theo ý muốn của mình. Có khi chúng ta gặp chuyện thuận, có khi chúng ta gặp chuyện

ngịch, có những cái chúng ta thấy rất vô lý nhưng mình phải gặp, có những chuyện bất đắc dĩ mà mình phải thấy, nếu chúng ta không làm chủ tâm mình thì những chuyện đó sẽ tác động vô tâm làm mình bị chao đảo bất an. Người nào khi chạm duyên chạm cảnh còn bất an thì cuộc sống người đó không có một ngày hạnh phúc.

9. Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu về Nhân quả và Nghiệp báo.

Ví dụ, trong việc làm ăn mình bị thất bại, bị nghèo, mình than thân trách phận, trách móc người này người kia, nhưng nếu chúng ta hiểu do nhân quả nghiệp báo của mình, do phước mình không đủ để giữ đồng tiền này, thứ hai do trí tuệ chúng ta không đủ để nhận định cuộc làm ăn này đúng để đầu tư. Mình thấy như vậy để mình không buồn.

Hoặc mình thấy có người không thông minh, không lanh lợi mà họ vẫn có tiền bạc mà không cần phải tính toán, không cần cực khổ; có người tính toán cẩn thận cực khổ mà vẫn thất bại thì đó là do nhân quả nghiệp báo. Mỗi lần gặp hoàn cảnh nghịch tác động làm chúng ta bị phiền não, bị chao đảo, là do chúng ta thiếu hiểu biết về nhân quả nghiệp báo. Nếu không đủ phước thì chúng ta không thể giữ cái gì cho mình được, ngay cả tiền bạc, tình cảm hay quan hệ bạn bè. Giữa cuộc đời này cái gì không phải của mình, thì không thể nào chúng ta giữ được trong tâm tay. Nếu nó là của mình thì không ai có thể giành giật được.

Ví dụ mình bị móc túi, nếu thực sự tiền đó là của mình thì trước sau gì người đó cũng bị bắt trả lại cho mình. Nhiều cuộc ăn cướp rồi cũng tìm chủ trả lại, nhưng nếu không phải của mình thì nó lại lấy đi tỉnh lẩm, không bao giờ mình lấy lại

được. Vì họ đủ phước để hưởng của đó, nếu không đủ phước chắc chắn họ bị bắt. Tới hồi hết phước lấy hai ba xu vẫn bị bắt. Hoặc trong việc làm ăn buôn bán, chúng ta làm bằng tất cả khả năng trí tuệ của mình nhưng rồi cũng không được thuận theo ý mình, thì chúng ta phải nghiệm lại xem mình có đủ phước để nhận đồng tiền đó hay chưa. Nếu thực sự chúng ta chưa đủ phước nó sẽ lỡ qua cơ hội, hoặc khiến mình nhút nhát không muốn đầu tư mà người bạn mình lời trong cuộc đầu tư đó.

Có bà kia chủ tiệm vàng rất giàu, bữa đó có anh bán vé số ghé nhà bán nhưng bà đang ngủ trưa nên bà đuổi đi nhưng anh ta dứt khoát không đi bữa nay không bán cho bà tôi ở đây hoài, bà giận đem tiền ném vô mặt anh rồi nói “Đề đó cho tao,” rồi ngủ tiếp nhưng chiều dò lại trúng.

Khi phước người ta có thì tự động nó sẽ đến mà không cần tính toán. Trong làm ăn nếu mình bằng tất cả khả năng mà vẫn bị thất bại thì đừng buồn, sẽ giữ được sự bình an và phải biết phước báo mình chưa đủ hưởng của này. Chúng ta nên cố gắng tạo phước lớn hơn, thì kỳ sau phước lớn hơn cái này nó sẽ tới. Chuyện đó là tất nhiên trong nhân quả nghiệp báo, chúng ta phải hiểu điều này. Mỗi lần gặp trắc trở thất bại nếu chúng ta bị tác động buồn phiền sẽ làm cho cuộc sống bất an. Khi đó chúng ta thử quán sát về vô thường, hai là cân đo về nhân quả nghiệp báo, hai cái này có thể áp dụng trong suốt cuộc đời của mình. Chúng ta quán nó sanh ra, nó có, rồi nó trụ lại, nó hư, nó mất, việc đó là thường tình từ xưa tới giờ.

Chúng ta chịu khó trầm tĩnh một chút khi đối duyên xúc cảnh thì tự động chúng ta sẽ được yên. Ví dụ, mới sáng ra tới cổng gặp bà đó đứng chống nạnh chửi mình, nếu mất bình

tĩnh chúng ta cự lại, đâu biết trong nhân quả mình đã làm cái gì rồi, hoặc hôm qua mình đã làm gì cho người ta bất như ý. Chúng ta tìm hiểu xem ngay trong thời gian gần đây, trong chuyện giao tiếp giữa mình và người đó mình có làm gì mịch lòng người ta hay không, nếu chưa mà họ chửi mình thì phải có lý do nào khác.

Mình được quyền suy nghĩ tiếp, chắc trong quá khứ mình vô có đánh đập chửi rủa người ta. Hoặc đất nước chúng ta là 50 triệu người mà từ nhỏ tới giờ chúng ta gặp chắc cũng nhiều triệu người rồi, đã từng đối diện, từng quan hệ, từng gặp gỡ mà họ không làm gì cho mình phiền lòng, thì chắc chắn hai người không có nhân quả cũ với nhau. Còn một là mến nhau, hai là thù hận nhau thì đương nhiên có nhân quả cũ. Nếu không có nhân quả cũ thì chắc chắn không ai làm gì nhau cả.

Ví dụ mình muốn hại người kia, nếu không có nhân quả cũ thì mình không có cách nào làm gì được họ. Có lần chúng tôi gặp một người đi trong chiến trường về, họ bị bắn nguyên một băng đạn mà không viên nào trúng họ, thì rõ ràng hai người này không có nhân quả cho nên bắn không chết. Nếu có nhân quả thì họ bắn khơi khơi trên trời cũng dính mình mà chết.

Trong tình cảm, nếu hai người không có nhân quả cũ thì gặp nhau không có gì mặc dù họ muốn làm quen với mình, còn có nhân quả thì gặp nhau tự động có tình cảm. Đậm hơn nữa, có người gặp nhau rồi là không gặp lại lần nữa nhưng họ vẫn mến nhau cả đời không thể quên được. Nếu trước kia mình và người ăn trộm không có nhân quả gì với nhau thì chắc chắn họ không thể lấy tiền mình được, nhưng nếu họ lấy được tiền của mình là có nhân quả. Không thể trách người ăn trộm

mà mình tự trách mình gieo nhân quả không tốt, nên nó tới lấy lại cái của của nó để nó xài. Cái đó không phải của mình mà là của nó, hồi đó mình lấy của nó mình xài giờ buộc mình phải trả lại.

Chúng ta phải hiểu nhiều mặt. Khi gặp chuyện buộc mình phải đem nhân quả ra tính toán. Hoặc gia đình có ba người con nhưng cha mẹ thương người con út hơn, mấy người kia phân bì cha mẹ thương con không đồng. Nhưng nghiệm lại, nếu hai người này không có nhân quả cũ thì gặp nhau họ không thể thương như vậy. Sở dĩ hai người này có thể thương được nhau là họ đã từng có ân nghĩa với nhau, đã từng gặp nhau nhiều đời nên họ buộc phải trả nhân quả cũ đó. Còn người kia cũng có duyên với cha mẹ nhưng mới có một đời nên tự động cha mẹ phải thương người kia nhiều hơn.

Có người không lý giải được tại sao anh mình làm phá sản mà cha mẹ vẫn thương, còn mình làm hết sức hết lực của mình để lo nhà lo cửa cho cha mẹ, mà cha mẹ không có ngó ngang gì đến mình. Nhưng nếu chúng ta hiểu đúng nhân quả trong những chuyện trắc trở hay thuận lợi tới với mình, thì tự động nó sẽ yên và chúng ta sẽ ổn rất nhiều chuyện trong cuộc đời này.

Làm sao chuyện thuận nghịch đến chúng ta làm chủ nó và không bị động là chúng ta luôn sống bình yên. Chuyện danh lợi, tiền bạc, thị phi, giả trá giữa cuộc đời này mà chúng ta không làm chủ được tâm mình thì dứt khoát mình không được yên.

10. Chúng ta tập ứng dụng trong cuộc sống

Tập sống buông xả. Ví dụ người bạn chơi chung với mình hôm qua nó nói hơn mình một câu, thì mình phải biết buông xả, khi chạm tới mình là nó phải rút ra khỏi mình để tâm tư chúng ta luôn mới, để chúng ta tiếp cận cảnh mới với tâm tươi nhuận hoàn toàn. Chuyện phiền hà tới với mình mà mình mang mẫn, chấp trước, không tha thứ, không bao dung được thì tự tạo sự bất an cho chính mình. Mỗi lần nghĩ tới người đó chúng ta phiền họ, nghĩ tới người này giận kiêu này, nghĩ tới người kia giận kiêu kia thì cả đời mình tự khuấy rối chính mình.

Người biết sống là phải có tình thương và biết xả ly. Khi chạm việc mà mình không buông được thì mình rất tức. Nói hơn mình một câu, chơi gác mình một chuyện, họ đẹp hơn mình một chút là mình khó chịu rồi thì nó làm rối mình cả đời.

Thấy vị trí mình trong mọi lúc. Đừng bao giờ đặt mình là trung tâm của vũ trụ. Chuyện gì đến là họ phải cư xử với mình như thế này, mình là người như thế này thì họ phải cư xử đúng như thế này nếu không thì mình sẽ phiền. Chúng ta thử nghiệm lại không có mình trong rừng hoa vẫn nở, không có mình thì ban ngày vẫn có mặt trời ban đêm vẫn có trăng sao, không có mình trời vẫn mưa xuống, không có mình hoa cỏ vẫn mọc ra. Không phải hoa cỏ mọc vì mình, không phải trời nắng trời mưa vì mình, vũ trụ này vận hành không phải vì mình. Chúng ta đừng bao giờ đặt mình là quan trọng để đi đâu nếu mình không được là nhân vật quan trọng thì mình buồn. Chúng ta sẽ buồn với những cái mà người ta đặt mình không đúng vị trí, khi mình tự cho mình là ông này bà nọ rồi thì đi

tới chỗ này phải được tiếp xúc tốt, không được như vậy thì mình buồn. Muốn cho tâm mình an thì đừng đặt mình là số một.

Có những cái chúng ta ở môi trường đó chúng ta là người giỏi được những người xung quanh tôn trọng, nhưng chúng ta chỉ giỏi ở môi trường đó thôi chứ bước ra nơi khác chưa chắc mình bằng người khác. Mình đừng đem cái giỏi đó ra khoe với thiên hạ, vì cái giỏi đó không bằng ai hết. Cuộc đời này có rất nhiều mặt, nhiều điều, mình đừng để tâm ganh tỵ nó khuấy phá mình.

Ra đường gặp người quan trọng hơn là mình bắt đầu ganh tỵ, mình phải soi mói, nói xấu, nói dở, phải hạ uy tín họ để thỏa mãn cái tức trong lòng mình, nhưng thực sự người ta không xấu như mình nói. Ở gia đình mình làm ra tiền, mọi cái qua tay mình, mình làm được hết, bây giờ ra đường muốn người ta biết khả năng của mình nên mình phải giới thiệu khoe khoang, nhưng người ta cũng thấy chuyện đó chẳng có quan trọng gì với họ, họ làm lơ là mình phiền. Mình luôn luôn giữ mình là số một không chịu số hai, nếu ai cho mình là số hai thì người đó tự chuốc họa.

Hoặc trước kia mình là người giàu sang, có danh vọng, đến hồi sa cơ thất thế mình không còn quyền nữa, không còn tiền thì chúng ta cũng phải biết mình đang ở vị trí nào, đừng bao giờ mang cái kiêu của bà chủ đi ra đường. Nhưng chính cái tâm ngạo mạn từ xưa tới giờ mình quen rồi. Trong lúc sa cơ mình vẫn còn thái độ coi thường thiên hạ, thấy mình là số một, không ai hơn. Đi đâu mình cũng muốn ăn trên ngồi trước, đi đâu cũng muốn ra về bà này bà nọ thì chúng ta tự chuốc họa lấy mình.

Cuộc đời này coi vậy chứ thực tế người ta có con mắt lắm, mình như thế nào là người ta thấy hết mình. Nên người tu Phật là thấy vị trí mình trong mọi lúc. Lúc nào chúng ta đang ở đâu phải thấy mình đang ở đó, vị trí chúng ta như thế nào thì biết mình đang ở vị trí đó để tự an lấy chính mình. Vị trí, khả năng, bản lĩnh, trí tuệ của mình đang như vậy thì biết là như vậy đi, đừng bao giờ chúng ta muốn hơn nữa. Chính cái tâm mong muốn mình hơn vị trí đang đứng thì đương nhiên mình đứng không vững. Còn mình đứng đúng vị trí thì không ai xô ngã mình được. Lúc nào chúng ta như thế nào thì phải biết mình như thế đó. Tâm mình đang như thế này thì biết mình đang như thế này. Khả năng mình đang như thế này thì biết mình đang như thế này. Vị trí xã hội mình đang như vậy thì mình biết như vậy.

An trú nơi hiện tại. Thậm chí việc yên ổn nhất, sâu sắc nhất của đạo Phật là chúng ta luôn an trú trong hiện tại. Có nghĩa hiện tại đang bình lặng, trong sáng, rõ ràng là chúng ta an trú nơi hiện tại bình lặng, trong sáng, rõ ràng thì tâm chúng ta không còn bị dao động bất an. Một chút nữa cũng trong hiện tại bình lặng, trong sáng, rõ ràng chúng ta an trú nơi đó thì lúc nào cũng là hiện tại của chính mình. Không vọng hướng tương lai và không mang mẫn quá khứ nhiều thì lúc nào chúng ta cũng ở trong hiện tại. Nơi hiện tại đó lúc nào cũng rõ ràng, cũng an lạc. Đã là hiện tại rồi thì không có cái gì không an lạc cả. Sở dĩ chúng ta không an lạc là vì chúng ta có vọng hướng, có mong cầu và mang mẫn quá khứ nên chúng ta mới bất an mà thôi.

Ngay cái hiện tiền này là hoàn toàn không có cái gì với mình cả. Quý vị thử ngồi lại mà không có chuyện gì trong

đầu, không có chuyện quá khứ, không vọng hướng tương lai, chỉ là hiện tiền này là quý vị đang bình yên vô cùng. Giờ phút này đẹp tuyệt vời không có ngôn từ nào có thể diễn tả được. Chúng ta biết an trú trong từng giờ từng phút từng giây trong cuộc đời của mình thì đi đâu, ngồi đâu, ở đâu chúng ta cũng được an lạc.

Biết hiện tại, chấp nhận hiện tại thì lúc nào hiện tại cũng là hiện tại, không bao giờ hiện tại bị biến màu biến dạng cả. Khoảnh khắc nào cũng là hiện tại, mà hiện tại thì luôn luôn tươi nhuận, trong sáng, tươi đẹp, rõ ràng, chúng ta phải tiếp nhận ra được điều này để không phút giây nào chúng ta bị cũ lại. Nếu người khéo sống thì không phút giây nào là cũ, là đáng buồn, đáng trách, không phút giây nào là phiền hận cả.

Biết sống an lạc và hạnh phúc cho chính mình. Chính cái này người ta không giành giật được, cái này khó ai mà mó vô hơn thua được. Vì phút giây nào chúng ta cũng ở cái hiện tại hiện tiền này. Khi chúng ta thấy, nghe, nhìn thì chúng ta chỉ bằng cái hiện tại rõ ràng hay biết đó mà chúng ta thấy nghe một cách vô tư hồn nhiên, đừng có thêm bớt cái gì thì tự động chúng ta an lạc. Chính cái an lạc này là cái Phật Tổ muốn chỉ chúng ta.

Người khéo sống, biết sống thì chúng ta phải gìn giữ được cái an lạc và hạnh phúc này cho tới phút sau cùng của cuộc đời. Nếu người nào làm chủ được tâm trong từng giờ từng phút từng giây được an lạc, thì khi bỏ thân này tâm làm chủ vẫn giữ nguyên như vậy, cái thân chỉ là thân tứ đại thôi nó không làm gì xáo động được mình. Trước mọi hoàn cảnh thuận nghịch mà chúng ta bình yên, thì khi bỏ thân này cái bình yên nó vẫn nguyên như vậy để chúng ta chọn lựa. Khi

mình bình yên rồi thì mình làm theo ý của mình không bị người ta khuấy nhiễu, còn mình không bình yên mình sẽ bị cảnh lôi cuốn.

Khi gặp chuyện trái ý nghịch lòng hay khi bị cảnh lôi cuốn làm chúng ta sân hận, chúng ta buồn thương giận ghét trong đó tức là đã bị bị động. Còn nếu chúng ta có cuộc sống bình yên rồi thì không có cảnh nào bị động trong cuộc sống này. Khi bỏ thân này thì bằng cái bình yên đó chúng ta đi, chúng ta muốn đi đâu thì đi. Còn khi chúng ta bị ràng buộc, bị chấp trước bởi chuyện cũ thì chuyện mình giận người này, thương người kia, ghét người nọ nó còn quán trong lòng mình mà mình không buông ra được là chúng ta còn bị sanh tử luân hồi.

II. CHẾT SIÊU THOÁT

1. Chúng ta phải vượt qua được luân hồi trong đầu mình.

Chúng ta kiểm lại coi mình còn bị sanh tử hay không dễ lắm. Nếu chuyện qua rồi mà nó không quay lại trong đầu mình tức là nó không luân hồi trở lại thì chắc chắn chuyện sanh tử luân hồi chúng ta qua. Đụng chuyện nếu mình còn thương theo kiểu tình cảm thế gian, luyến ái thì mình xuống súc sanh. Gặp chuyện mình luôn khởi tâm ác thì chắc chắn mình xuống địa ngục. Gặp chuyện mình luôn khởi tâm keo kiệt, bủn xỉn thì chắc chắn mình xuống ngạ quỷ. Còn gặp chuyện mà mình sân si không buông ra được thì chắc chắn mình bị vào a tu la. Gặp chuyện chúng ta biết thương yêu tha thứ, biết giúp đỡ mọi người thì phước đó chắc chắn mình được

lên cõi trời. Gặp chuyện chúng ta giữ sự bình lặng giữa thế gian này thôi, chúng ta không phạm đến những chúng sanh trong giới pháp, chúng ta không buồn thương giận ghét, không keo kiệt bủn xỉn, không sân hận thì tư cách đủ để chúng ta trở lại làm người. Muốn thoát khỏi sáu vòng này thì khi gặp chuyện là xong, chúng ta không quay lại với bất kỳ điều gì trong tâm mình, tức là lục đạo luân hồi không tái diễn là chúng ta thoát.

Muốn biết mình có thoát luân hồi hay không chúng ta tự kiểm tra lại trong đầu mình là biết liền. Vì tất cả đều do tâm sanh. Chúng ta xem tâm mình sanh kiểu gì để mình vướng vào cõi nào và tâm mình thoát ra chưa, khi thoát hết các cõi này thì chúng ta mới bình yên.

Ví dụ chúng ta an trú trong hiện tại trong sáng này, mà cái hiện tại trong sáng này vẫn không tái hiện lại theo hướng tình cảm thì chúng ta vẫn hưởng an lạc hạnh phúc. Khi hiện tại tới nó vẫn là cái hiện tại tươi mát này chứ không phải là cái hiện tại cũ. Phút sau nó vẫn tươi mát trong sáng như vậy. Mỗi phút nó vẫn tươi mát trong sáng như vậy, phút nào nó cũng là như vậy chứ không phải cái quay lại cũ.

Không phải vì mình muốn mà nó được, không phải vì ham muốn, sân hận, sân si, ác tâm mà chuyện đó trở lại trong đầu mình. Tất cả những ý niệm để dẫn chúng ta đi trong sáu cõi, nếu khéo thì tự động chúng ta vượt qua được cái luân hồi trong đầu mình. Lục đạo luân hồi này chúng ta vượt qua được coi như chúng ta siêu.

Làm sao mình tu thoát khỏi luân hồi? Và thoát đó được chúng mình như thế nào với chính mình, để mình biết rằng mình thoát hay không thoát?

Trong sáu tâm để dẫn chúng ta đi vào sáu cõi xem nó có quay lại hay không. Ví dụ như chúng ta đang có tiền tự nhiên trắng tay thì xem trong đầu chúng ta nghĩ cái gì. Nếu chúng ta không có tâm sân hận, không buồn là chúng ta không bị quay lại. Đầu chúng ta không bị luân hồi với chuyện tiền bạc, danh lợi, tình cảm trong tất cả mọi việc của cuộc sống này tức là mình thoát khỏi luân hồi. Chúng ta xem tâm mình quay lại kiểu nào. Chúng ta dùng trí tuệ để biết chính xác, là đặng một chuyện thì trong mấy tâm đó mình thuộc dạng tâm nào và tâm đó còn đảo đi đảo lại với mình bao nhiêu lần.

Ví dụ mình khởi ác niệm với người đó nhiều lần mà mình không dừng được thì chắc chắn là địa ngục nhiều tầng. Mỗi một lần mình khởi nghĩ ác muốn hãm hại, giết chóc, muốn trả thù, muốn làm khổ người đó là chúng ta xuống một tầng. Xuống hoài cho tới tâm chúng ta đen tối chỉ toàn điều ác thì chắc chắn địa ngục mở cửa. Muốn được bình an thì ngoài việc xả ly ra chúng ta phải thương yêu. Phải bớt nói chuyện thị phi, phải biết sống và tạo cho mình từng phút từng giây an lạc giữa cuộc đời này. Phải kiểm tra lại coi mình còn muốn luân hồi nữa hay không và đừng tái diễn lại chuyện cũ bằng bất kỳ hình thức nào. Nếu còn tái diễn là chúng ta còn muốn luân hồi.

Trí tuệ Phật đạo sẽ cho chúng ta biết mình sẽ đi về đâu. Tâm mình như thế nào thì chắc chắn chúng ta sẽ ứng với cảnh giới đó, chúng ta phải tự kiểm tra lấy. Người tu tốt vượt qua tất cả những cõi tâm của chính mình và đạt được sự an lạc hạnh phúc thì chết không cần ai cầu siêu, cầu thêm cũng dư. Vì mình không dính trong các cõi này tự động mình sẽ hòa nhập pháp giới tánh toàn chân thanh tịnh kia. Trong lục đạo

luân hồi này chúng ta không bị vướng trở lại và sẽ được tự do.

Khi ác tâm xảy ra mà mình làm chủ được, mình tự tại được là chúng ta đã thoát được địa ngục. Khi tâm bôn xển xảy ra mà mình làm chủ được, không cho nó tái diễn thì chúng ta đã thoát được nga quý. Khi tâm tham dục xảy ra mà mình làm chủ được, mình tự tại là chúng ta đã thoát được cõi súc sanh. Khi tâm sân hận xảy ra mà mình làm chủ được, mình tự tại với chính mình là chúng ta vượt qua được sân hận của cõi a tu la. Thậm chí thiện tâm chúng ta vượt qua được thì chúng ta đạt được những thiên định sâu hơn. Chúng ta tự tại vượt qua được các cõi thì tâm chúng ta an định liền, tùy mức độ an định mà chúng ta được siêu theo từng cảnh giới.

Trong thiên có Ly sanh hỷ lạc, tức là một phen chúng ta không vướng sanh tử luân hồi thì chúng ta sanh được hỷ lạc. Tùy tâm chúng ta mà tương ứng cảnh giới siêu thoát. Mức độ tâm chúng ta yên tịnh cỡ nào chúng ta sẽ khế ứng cảnh giới đó.

Ví dụ, một người ở cuộc sống hiện tại này họ tạo ác nhiều và chết chắc chắn họ bị đọa. Nhưng nếu có quý Thầy cầu siêu cho họ thì họ được siêu, có nghĩa là họ thoát đi cõi đó thôi nhưng còn tùy phước của họ và lực của vị Thầy đủ đưa họ đi tới đâu. Nếu định lực của vị Thầy lớn, họ nương tâm Thầy đang chú nguyện với tâm lực nào thì người kia siêu tới đó là cùng, không thể hơn. Cho nên một người muốn siêu độ cho người khác đòi hỏi tâm lực họ phải đến độ nào. Nếu tâm họ thiện chỉ ngang tầng trời thì người kia siêu từ cõi người lên cõi trời, hoặc nếu họ ở địa ngục thì nhờ tâm lực vị thầy lôi kéo dữ lắm họ tới cõi trời là cùng, người đó không được siêu hơn nữa. Nhưng nếu tâm lực của vị Thầy cao hơn trong lúc chú

nguyện tâm lực Thầy khế ứng cảnh giới chư Phật, chư Bồ Tát thì tâm thức người này nương theo đó mà đi, gọi là tùy thuận vắng sanh.

Người bình thường có thể chú nguyện làm siêu vong linh nào đó để họ thoát được cõi thấp lên cõi người thôi không hơn nữa được, còn phước báu tính sau. Nếu phước người đó ngang cõi trời thì chúng ta khỏi cần cầu họ cũng siêu được tự do, nhưng các cõi khác họ sẽ bị mất tự do. Khi vòng luân hồi còn trong đầu mình, thì khi bỏ thân mạng này mình mới bị luân hồi. Năng lực dẫn dắt chúng ta sanh chỗ này chỗ kia là do tâm chúng ta chứ không phải thân này. Tâm chúng ta đang trụ cảnh giới nào thì khi bỏ thân xác này tự động chúng ta khế ứng cảnh giới đó.

Chúng ta là người mới tu hoặc là người tu lâu, thử kiểm tra lại coi tâm chúng ta thoát khỏi được mấy cõi rồi? Nếu người ta có giết mình, hãm hại mình, trả thù mình thì mình có còn tâm trả thù muốn làm họ đau khổ hay không, nếu hết thì coi như địa ngục được thoát. Nếu mình còn thù hận họ thì tự mình trở lại địa ngục chơi.

Trong việc làm ăn buôn bán, cư xử với mọi người, chúng ta bo bo giữ phần lợi riêng cho mình. Mình nghĩ chuyện lường gạt người khác làm lợi riêng cho mình, người khác có đau khổ sao thì kệ họ, như vậy chắc chắn chúng ta mở cửa ngục quỷ để chun vào. Nếu gặp chuyện để tâm mình thiên về chuyện tình cảm nam nữ, phải luyện ái, phải tham dục, ham muốn cái này cái kia tâm không dừng được, thì cõi giới súc sanh sẽ mở cửa cho chúng ta xuống. Chúng ta tự kiểm tra và thử mình trong mọi trường hợp đó.

Nếu chúng ta gặp những chuyện trái ý nghịch lòng,

thậm chí họ mưu hại mình, họ đang làm khổ mình thì coi lại lòng mình xem chúng ta có còn muốn mở cửa địa ngục xuống không, hay là mình muốn thoát. Muốn thoát thì đừng nghĩ chuyện thù hận người ta, đừng nghĩ tới chuyện trả thù trả oán là mình tự tạo cõi giới thanh tịnh bình an cho chính mình, chứ nếu không sẽ khổ hoại. Hoặc mình tu muốn giải thoát lắm, nhưng đụng chuyện là mình xuống cõi giới thấp liền. Nếu mình không muốn rớt vào sáu cõi giới này thì mình tự tại rồi, không ai có thể lôi mình được vào vòng luân hồi này, không ai có quyền đó, quỷ sứ cũng không thể đụng tới mình. Nhưng mình tự đăng ký xin vào, tham dự tràn lan trong đầu mình chưa phút nào tắt, đụng chuyện gì mình cũng tham được, cũng đam mê, cũng dính mắc thì chắc chắn là đi xuống.

Đạo Phật còn nhiều cách để sống, ví dụ như tu theo Tứ diệu đế, Nhân duyên, Tánh không nhưng những chuyện chúng ta vừa bàn tương đối gần gũi cuộc sống, nó cũng có những cần thiết căn bản để mình tự tu, tự biết, tự kiểm tra, tự thấy được mình trong mọi lúc.

2. Người trí phải thấy được mình trong mọi lúc.

Hiện tại tâm chúng ta đang ở cõi nào và chúng ta xác định lại mình tu là mình muốn đi đâu? Nếu chúng ta tu là muốn giải thoát sanh tử luân hồi thì cái đầu này đừng có luân hồi theo những chuyện kia. Nếu chúng ta thoát khỏi thì không cần ai ấn chúng, tự mình cũng đã thoát. Còn bây giờ trong đầu mình dính chặt những tham, sân, si; những buồn, thương, giận, ghét mà người ta thọ ký cho mình thành Phật thì mình thành nổi không? Có kéo mình về cõi Phật hay tỉnh mình lên cõi trên mình cũng tuột xuống, tại nó khế ứng với tâm của mình. Đây là điều rất lạ trong sanh tử luân hồi mình phải hiểu

ra, đừng nghĩ mình được cái gì để mình được thoát.

Phải biết sám hối và không vướng mắc. Trong nghi thức cầu siêu nếu không có sám hối thì người kia không siêu được vì sám hối mới giải quyết được cái chấp mắc của người kia. Người đó bỏ được sự dính mắc này họ mới vọt ra được. Nếu không sám hối cho người chết, không nhắc nhở người này xả bỏ những chấp mắc thì họ lấy gì mà thoát? Dù nói câu này câu kia, dùng lực quý Thầy đẩy đi cũng đi không nổi. Vong linh phải tiếp nhận lời sám hối và bản thân vong linh phải sám hối trong phút chốc đó thì vong linh mới siêu. Nếu còn mang nguyên cái nghiệp đó lấy gì siêu. Bây giờ có đẩy họ về cõi Phật thì họ cũng ôm nguyên cái nghiệp họ rớt xuống, tại tâm họ còn nguyên nghiệp dính mắc này mà. Tâm còn sân si, còn phiền não, còn thù hận thì dứt khoát không siêu. Phải sạch, phải xả ly thì mới thoát ra. Cho nên muốn siêu thì ngay cuộc sống này phải không còn vướng mắc.

Phải xả ly hoàn toàn. Trong đi đứng nằm ngồi quý vị tự kiểm tra, nếu mình ngồi mà chuyện cũ còn quanh quẩn nơi đầu mình thì coi chuyện cũ này nó thuộc cảnh giới nào và tìm cách thoát ra khỏi cảnh giới đó. Hãy tìm cách thoát ra bằng công phu nào đó theo hướng dẫn của Thầy và tự thoát ra. Tự mình phải kiểm tra mỗi ngày.

Mỗi đêm ngoài việc chúng ta niệm Phật, tụng kinh kiểm lại xem lúc ngồi không như vậy mình nghĩ chuyện gì, nhớ chuyện gì và chuyện này nó sẽ dẫn mình luân quần trở lại, hay là mình thoát ra luôn, thoát ra được chưa? Mình phải thoát chính mình với cái luân quần này trước, thì bảo đảm cuộc sanh tử này chúng ta sẽ thoát. Cái chính là tâm chúng ta thoát hay không, vì sanh tử luân hồi là tương ứng cảnh giới

của từng loại tâm chứ nó không phải là chuyện khác. Nó mang theo cái tâm tạo ác đó mà đi chứ không phải hành động mới bị. Hành động đó nếu tâm ở chỗ đó chúng ta mới bị. Chúng ta vướng vào đó thì đương nhiên nó sẽ dẫn chúng ta tới cảnh giới tương ứng.

Việc này chúng ta dễ thấy thôi. Ra đời một người có cái nghiệp cơ khí thì tự nhiên họ học và quanh quẩn là người sửa máy thôi. Có nghiệp điện tử thì họ học ngành điện tử, có nghiệp bác sĩ thì quanh quẩn họ cũng vô nghề bác sĩ. Đó là sự thật, nên khi bỏ thân này cảnh giới đó có sức hút, có lực hấp dẫn khiến chúng ta không thể đi đường khác, nghiệp nào mạnh hơn thì chúng ta thích cái đó hơn.

Như một người Phật tử đi ngang chùa thì thích ghé chùa hơn ghé chợ, hơn là ghé quán cà phê thì tự động khi chúng ta bỏ thân xác này nó có lực hút chúng ta vào chùa. Nghiệp lực khiến chúng ta không cưỡng lại được. Do đó ngay cuộc sống này chúng ta phải làm chủ. Khi tụng chuyện mà chuyện đó không khuấy rối mình tức là mình làm chủ được rồi, thì khi bỏ thân xác này không có cái gì hút chúng ta được, để chúng ta tự do lựa chọn cảnh giới chúng ta đi tới.

Còn ngay cuộc sống này chúng ta không làm chủ được tâm, không biết an trú nơi hiện tại này để hưởng hạnh phúc bình an hiện thực, thì nhân không có và quả không có về sau. Nhân bình an thì có quả bình an, nhân hạnh phúc thì có quả hạnh phúc, nhân an lạc thì có quả an lạc, đó là điều chắc thật của nhân quả buộc chúng ta phải nhìn lại, thấy lại ý nghĩa của cuộc sống.

Người biết sống là người có tràn ngập tình thương yêu giữa cuộc sống này. Chúng ta đến với mọi người không phải

vì việc lợi lạc riêng cho mình. Khi nào chúng ta muốn gặp người nào đó vì việc lợi mình mà mình đến thì biết rằng mình tham tâm là chuẩn bị đi vào con đường xấu. Khi mình đến với người đó bằng tràn ngập tình thương yêu, thì chúng ta mới không bị rớt vào vòng luẩn quẩn, thứ hai, là phải xả ly hết tất cả mọi cái. Chúng ta không bị vướng mắc trong tất cả cảnh giới cõi giới thì chúng ta mới thoát ra, còn cõi giới nào bị vướng thì chúng ta không thoát được. Thứ ba, là phải thấy được sự thật của mọi vấn đề. Thứ tư, là phải an lạc trong từng giờ từng phút từng giây của mình. Thứ năm, là phải biết mình có còn vướng trong mọi cảnh giới trong lục đạo luân hồi hay không.

Kiểm tra lại tâm của mình nếu chúng ta còn vướng thì chúng ta tự tháo gỡ ra. Chúng ta tu là tự tháo mình ra khỏi vòng đó. Nói chúng ta giải thoát là thoát cái gì thì mình cũng phải tự biết. Mình tu mà không biết giải thoát là cái gì, không biết dính mắc là cái gì, thì rõ ràng chúng ta chưa biết tu. Người biết tu là biết mình dính cái gì và thoát cái gì. Lúc nào chúng ta dính, lúc nào chúng ta thoát, là chúng ta phải tự hay ra. Như vậy là tự tạo cho mình cuộc sống bình an trong từng giờ, từng phút, từng giây giữa cuộc sống này. Đi đâu, đứng đâu, ngồi đâu, làm gì, nói việc gì, thì chúng ta phải biết an trú nơi hiện thực trong sáng này thì quý vị luôn sống trong cảnh giới an lạc. Đó là nhân chúng ta sống trong cảnh giới tiếp theo khi chúng ta bỏ thân mạng này. Chưa nói chúng ta chứng quả Phật hay Bồ Tát gì nhưng ngay hiện tiền này dứt khoát là chúng ta làm chủ được mình. Làm chủ được tâm tức là làm chủ sanh tử. Người nào không làm chủ được tâm thì không làm chủ được sanh tử. Người nào ngay hiện tiền này không được an

lạc, không được hạnh phúc, thì chết sẽ khó siêu.

Mong sao chúng ta luôn an trú trong hiện thực hiện tiền trong sáng của chính mình, để mình không làm đơn xin vào các cõi nữa. Đừng quay lại nữa mà chúng ta phải thoát ra, tự mình tháo ra. Kiểm tra lại coi mình đang vướng cõi nào vì mục đích tu của chúng ta là thoát ra khỏi lục đạo luân hồi này. Trong sáu cõi luân quần trong tâm, xem chúng ta còn bị luân quần với cõi nào thì phải biết cách tháo gỡ, để ngay hiện tiền này mình biết mình thoát. Phải mạnh mẽ thấy ra mình không còn bị dính thì chết không còn ai cầu chúng ta cũng tự siêu.

Còn ngay trong hiện tại mình bị vướng hoài, không có cách tháo và thậm chí cả việc vướng của mình, mình cũng không biết thì chuyện đó là khó cứu rồi, cứu không nổi đâu nên tự mình phải thấy được trách nhiệm của mình. Bản thân mình phải tự làm cái gì cho chính mình, để mình thoát ra trước. Khi chúng ta làm bằng cái chân thành đó, bằng tất cả nhiệt huyết thì Phật và Bồ Tát sẽ biết được và các Ngài trợ lực chúng ta.

Còn chúng ta chưa có quyết tâm quyết lòng, thì khó được sự trợ lực đó và việc làm của chúng ta bị đình trệ. Từ đây về sau, chúng ta nên luôn sống an lạc, luôn làm chủ lấy mình, luôn được hạnh phúc mọi thời mọi lúc trong cuộc sống này, luôn an trú trong hiện thực thanh tịnh sáng suốt của chính mình, để rồi chúng ta tiếp tục chuyển tiếp cảnh giới cao hơn, chứ không phải chết vì sanh tử luân hồi nữa.

Giữa dòng sông này, giữa vũ trụ mênh mông này là cuộc chuyển tiếp chứ không phải chết, không phải sống. Cái làm của chúng ta là có chết có sống. Mong rằng các vị luôn chuyển tiếp để tiến hóa, để hoàn thiện lấy mình cho tới khi

nào quý vị thành Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.



MỤC LỤC

I.	SÔNG AN LẠC	2
1.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu giá trị của cuộc sống.	2
2.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu đó là sự thay đổi và tiến hóa.	5
3.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu chưa có cái gì nó qua mà nó mất hẳn.	6
4.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu thân tâm là huyễn giả, không thật.	7
5.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu về tri kiến Phật.	7
6.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta không nghe, không nói và không loan truyền chuyện thị phi.	7
7.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải biết tự hoàn thiện lấy mình.	8
8.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải làm chủ được tâm mình.	10
9.	Để có cuộc sống an lạc chúng ta phải hiểu về Nhân quả và Nghiệp báo.	11
10.	Chúng ta tập ứng dụng trong cuộc sống.	15
II.	CHẾT SIÊU THOÁT	19
1.	Chúng ta phải vượt qua được luân hồi trong đầu mình.	19
2.	Người trí phải thấy được mình trong mọi lúc.	24

BẢNG ĐĨA GIẢNG ĐÃ PHÁT HÀNH

- Kinh Hoa Nghiêm (đang giảng)
- Kinh Pháp Hoa
- Kinh Lăng Nghiêm
- Kinh Kim Cang
- Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh
- Tiểu Bản A Di Đà
- Tứ Niệm Xứ
- Tứ Thánh Đế
- Kinh Pháp Cú
- Kinh Thập Thiện
- Kinh Pháp Bảo Đàn
- Kinh Duy Ma Cật
- Lục Độ Ba La Mật
- Thập Nguyên Phổ Hiền
- Bát Đại Nhân Giác
- Kinh Ba Cửa Giải Thoát
- Kinh Phước Đức
- Kinh Vô Ngã Tướng
- Kinh Nhất Dạ Hiền Giả
- Tuệ Trung Thượng Sỹ Ngữ Lục
- Yếu Quyết Tứ Diệu Đế
- Lời Nguyện Thứ 18 Của Đức Phật A Di Đà
- Tứ Nhiếp Pháp
- Mười Bốn Điều Minh Triết
- Yếu Nghĩa Kinh Kim Cang
- Yếu Nghĩa Kinh Pháp Bảo Đàn
- Phương Pháp Tọa Thiền
- Thiền Thư Giãn Và Quán Thân
- Vô Thường - Khô
- Tham Vấn Phật Pháp
- Mười Hai Lời Nguyện Của Bồ Tát Quán Thế Âm
- Công Hạnh Của Bồ Tát Quán Thế Âm
- Đức Phật Là Bạc Y Vương
- Niệm Phật Thế Nào Để Có Công Đức
- Hạnh Phúc Chân Thật
- Thương Yêu và Tôn Kính
- Thiền Tịnh Song Tu
- Chữ Tu Trong Đạo Phật
- Vượt Qua Nghiệp Chướng Và Tái Sanh
- Tu Tập Và Trị Liệu
- Thân Tâm Không Khác
- Sống An Lạc Chết Siêu Thoát
- Lễ Phật Thành Đạo
- Ý Nghĩa Phật Đản Sanh
- Đạo Hiếu Người Con Phật v.v ...

BẢNG ĐĨA DƯỠNG SINH

- Phương Pháp Dưỡng Sinh (1-9)
- Giải Đáp Câu Hỏi Dưỡng Sinh
- Thai Giáo
- Để Hoàn Thiện Một Con Người
- Phật Pháp Và Dưỡng Sinh
- Ăn Chay Với Thực Phẩm Ohsawa
- Dưỡng Sinh Phòng Bệnh
- Dưỡng Sinh Hằng Ngày
- Dưỡng Sinh Chăm Sóc Sức Khỏe Cộng Đồng
- Dưỡng Sinh Trong Đời Sống
- Cân Bằng Thân Tâm
- Cân Bằng Âm Dương Trong Ăn Uống
- Nâng Cao Đời Sống Vật Chất Và Tâm Linh
- Nguyên Nhân Bệnh Tật
- Lễ Giỗ Ohsawa 2007-2008-2009-2010-2011-2012-2013-2014-2015-2016-2017-2018 ...

KINH SÁCH ĐÃ IN

- Kinh Pháp Hoa
- Kinh Kim Cang
- Bát Nhã Tâm Kinh
- Tinh Túy Bát Nhã Ba La Mật Đa
- Vượt Qua Nghiệp Chướng và Tái Sanh
- Tiểu Bản A Di Đà
- Lời Nguyện Thứ 18 Của Đức Phật A Di Đà
- Đạo Hiếu Người Con Phật
- Sống An Lạc Chết Siêu Thoát, ...

Điện thoại: 0251 86 00 258

Di động: 0911 258 258

Email: thichtuehai@chualonghuong.org

Website: www.chualonghuong.org, www.quynguyen.org, www.quynguyen.com



SÁCH ẨM TỔNG KHÔNG BÁN