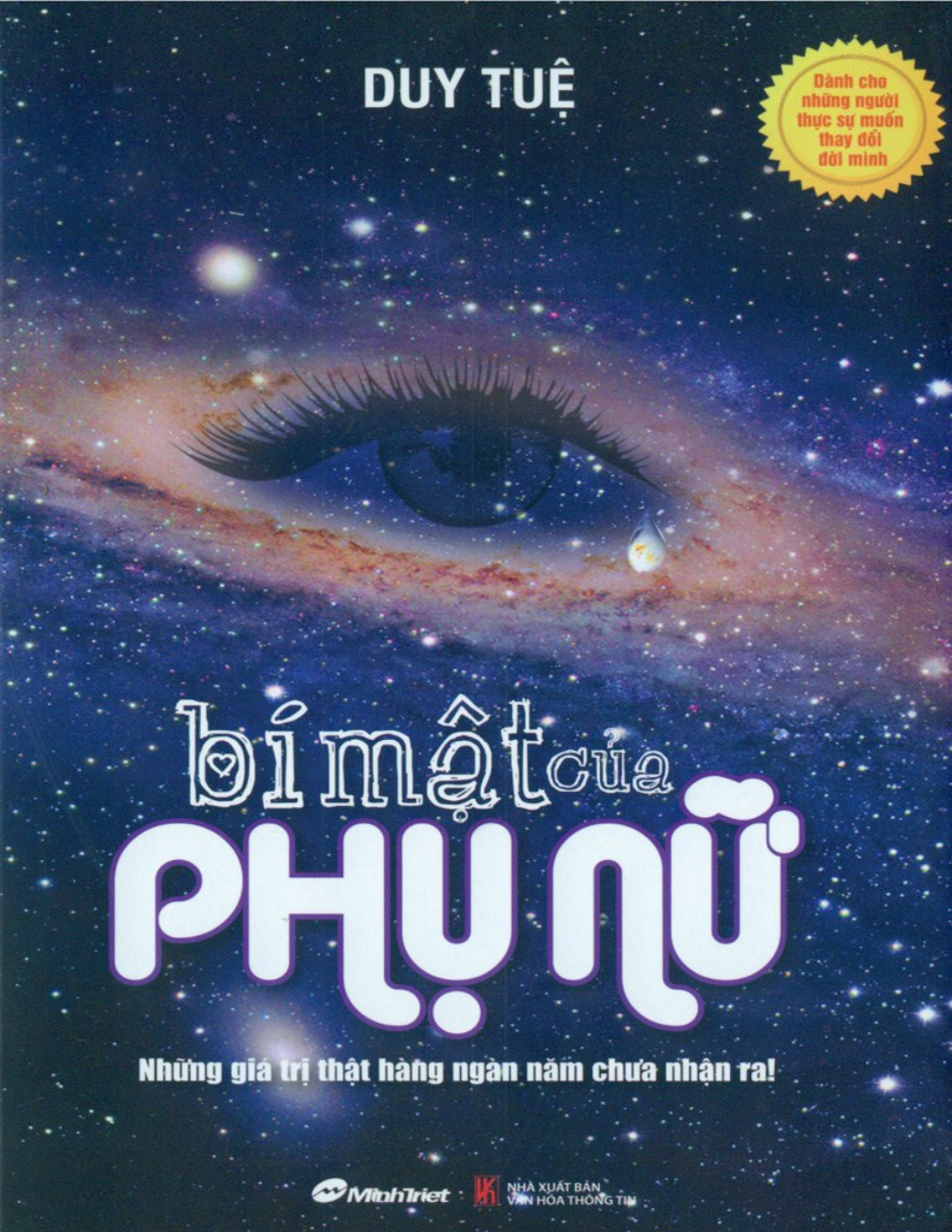
DUY TUỆ

Dành cho những người thực sự muốn thay đổi đời mình



bí mật của PHỤ NỮ

Những giá trị thật hàng ngàn năm chưa nhận ra!

MinhTriet
NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

Bí mật của phụ nữ

Duy Tuệ

Chia sẻ ebook: http://downloadsach.com

Follow us on Facebook: https://facebook.com/caphebuoitoi

Table of Contents

Tiến trình phát triển lực nhiệm màu của tạo hóa trong mỗi độc giả chân thành và nhiệt tình thực hành

Vài điểm lưu ý khi đọc tác phẩm của tác giả Duy Tuệ

I - Vai trò của con tim

- Cái đầu rất dễ sai lầm, con tim thì luôn chính xác
- Con tim đóng vai trò của người mẹ
- Kích hoạt tình thương
- Thế nào là cái đầu phát sáng?
- Con tim giữ cho bộ não ổn định
- Các bước Hiền giả Minh Triết trải qua

II - Bài kinh cho các bà vợ

- Đừng ỷ lại rằng mình đã làm tròn trách nhiệm một người vợ
- Sự duyên dáng của người vợ đối với người chồng
- Xây dựng "cái duyên" vì hạnh phúc bản thân và con cái
- Từ sự thấy rõ để sáng tạo nhiều con đường phát triển hạnh phúc
- Vợ chồng không nên theo ý riêng của mình mà phải tùy thuận
- Đàn ông đừng để mất hạnh phúc của đời sống tự do
- Tự nguyện làm tròn thiên chức là niềm vui của người phụ nữ
- Đầu óc dễ chịu là trung tâm kích hoạt sự duyên dáng của người phụ nữ
- Người chồng tôn trọng, bình đẳng, công bình với vợ
- Làm thế nào để kích hoạt trung tâm duyên dáng
- Cần tạo sự hứng thú liên tục cho người chồng

III - Vị thế phụ nữ trong gia đình Minh Triết

A. Những cái thấy sâu thẳm

Nguyên nhân khổ đau

Phải giáo dục gì và bằng cách nào?

B. Hãy trải nghiệm hạnh phúc bằng thực hành

Những cái thấy đem lại hạnh phúc

Các bài tập phát triển khả năng thấy

Nghệ thuật thể hiện sự chân thật

Tăng cường sự chia sẻ cảm thông

Đừng xem thường cách ăn mặc

Ông thần "May Mắn"

C. Tạm kết thúc

IV - Giá trị mới vô tận của phụ nữ

Tự giáo dục

Đừng tin vào những gì mình đã tin

Để cái đầu tự do

Một số vấn đề trở ngại đầu óc tự do

Tôn trọng những gì tạo hóa ban cho con người

Làm mới bằng phương pháp xả bỏ

Hạnh phúc từ cái thấy của Hiền giả Phật Tuệ

V - Bí Mật Phụ Nữ

Nhận thức cơ bản

Giá trị của cuộc sống – Biết thưởng thức

Tự do bên trong – Tự do bên ngoài

Vấn đề khổ đau do cảm xúc

Nói cho người vợ

Nói cho người chồng

Đứa con là thánh nhân

Nhận biết giá trị thật của cuộc sống

Sự Khổ Đau Trong Đời Sống Vợ Chồng

Cư Xử Trong Gia Đình

Cõi Yêu Tương

Lời cảm ơn

Thông điệp gửi người đàn ông và phụ nữ

MỤC LỤC

Tiến trình phát triển lực nhiệm màu của tạo hóa trong mỗi độc giả chân thành và nhiệt tình thực hành

"Thứ Nhất: Người theo học sẽ phát triển sự thấy sâu thẳm bên trong mình, phát triển khả năng thông minh và khôn ngoan sâu thẳm. Từ chỗ này các sức mạnh riêng của mình sẽ bùng nổ."

"Thứ Hai: Người đọc nghe pháp âm và áp dụng một số hướng dẫn sẽ khám phá và tiếp cận được Lực Nhiệm Màu thầm lặng của Tạo Hóa. Từ đây sẽ có sức mạnh tổng hợp từ Lực Nhiệm Màu của Tạo Hóa bên ngoài và Lực Nhiệm Màu sâu thẳm bên trong đầu óc. Mọi sự thấy sâu thẳm này đều dẫn đến khôn ngoan và tràn đầy yêu thương!"

"Thứ Ba: Người học sẽ nhận ra những thay đổi trong đầu óc mình và xung quanh mình, nhất là trong các mối quan hệ gần xa từ trong gia đình đến ngoài xã hội. Đây chính là kết quả của Lực Nhiệm Màu của tạo hóa có sẵn trong cái đầu và con tim, và sự thấy của người ấy sẽ âm thầm lan tỏa xung quanh họ. Con người sẽ thay đổi, cây cối sẽ đơm hoa, đất khô cằn sẽ có nước, khí hậu sẽ ôn hòa, tình người sẽ tươi mát, tình yêu sẽ nồng thắm, cuộc sống sẽ thanh bình..."

Duy Tuệ

Vài điểm lưu ý khi đọc tác phẩm của tác giả Duy Tuệ

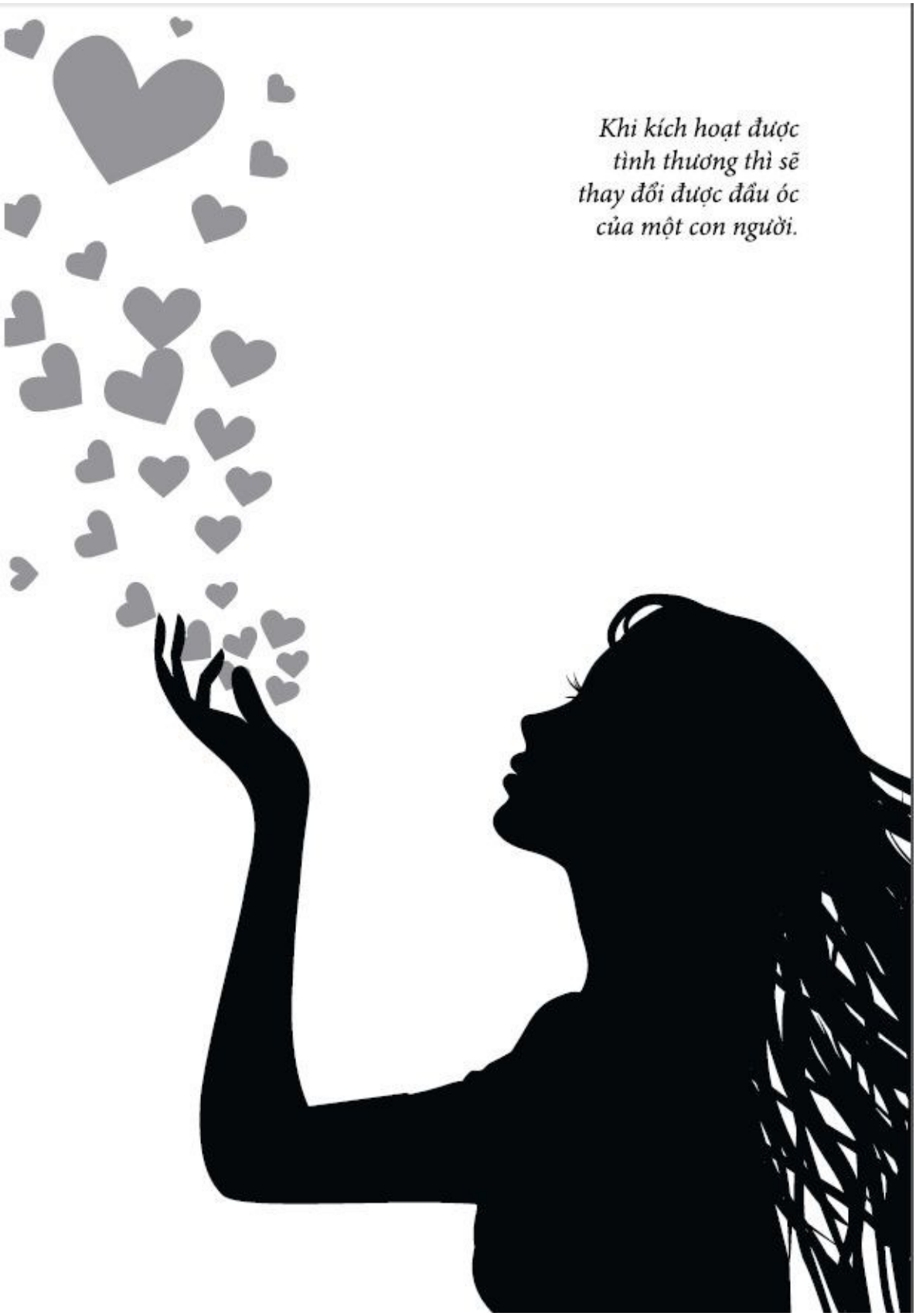
1. Sách chỉ dành cho người muốn và quyết tâm thay đổi cuộc đời, để được hưởng trọn vẹn không gian tự do trong đầu óc, sự an tâm - thành đạt - hạnh phúc nơi chính mình.
2. Nội dung của sách giúp bạn khám phá thế giới đầu óc huyền bí của con người, để tỏ tường và làm chủ chính nó, để luôn thấy rõ mọi vấn đề của cuộc sống đang diễn ra bên trong và xung quanh bạn. Từ đó, tầm nhìn hay khả năng thấy biết (trí thấy của riêng bạn), sự sáng tạo ngoài phạm vi đầu óc con người được kích hoạt và tuôn chảy, sự thông cảm và tình thương yêu vô điều kiện dâng trào. Bởi thế, sách không dành cho những người chỉ tìm kiếm kiến thức để nạp vào cái đầu vốn đã eo hẹp, chật chội.
3. Khi đọc, bạn cố gắng và tự nhắc nhở mình loại ra ngoài tất cả kiến thức, kinh nghiệm về các khái niệm chất chứa trong đầu óc. Nghĩa là, không để khối kinh nghiệm, kiến thức cũ kỹ trong đầu óc bạn vận động và cho ra những ý kiến, đánh giá hoặc so sánh chủ quan cản trở bạn nhận được những giá trị lớn lao ẩn dưới từng câu chữ. Hãy đọc trong tình trạng cái đầu tập trung chú ý nhận biết cao nhất, tỉnh táo và trống không, không có bất cứ suy nghĩ hay ý tưởng nào. Mỗi lần đọc là mỗi lần khám phá những điều mới mẻ và lý thú.
4. Câu chữ chỉ là phương tiện truyền trao thông điệp, quan trọng là bạn thẩm thấu và trực nhận được gì đằng sau những câu chữ ấy. Do vậy, khi tác giả trình bày thì bạn không nên chỉ hiểu vấn đề theo khái niệm vốn có của câu chữ. Ví dụ, đôi khi tác giả đề cập đến vấn đề a, nhưng thông điệp truyền tải lại là b…
5. Hãy đặt câu hỏi cho các vấn đề mà bạn thắc mắc hay quan tâm. Bạn cứ hỏi nhưng không cần và không phải đi tìm câu trả lời. Bằng việc học và thực hành liên tục, câu trả lời sẽ tự hiện hữu trong bạn.
6. Bạn nên tìm nghe các bài giảng audio trực tiếp của chính tác giả, bạn sẽ mau chóng nắm bắt được những bí mật mà đôi khi câu chữ trong sách không thể chuyển tải được.
7. Bạn hãy liên lạc với bộ phận trợ giúp độc giả của công ty chúng tôi là những Hiền giả Minh Triết, những người đang có những thay đổi tốt đẹp và sâu sắc từ việc thực hành các bài giảng trong nội dung cuốn sách này để được chia sẻ vô số trải nghiệm thú vị hữu ích.
8. Mọi sự quan tâm, thắc mắc muốn được tác giả phúc đáp, cũng như liên hệ với các Hiền giả Minh Triết, mời bạn gửi thư về địa chỉ email: **info@minhtriet.vn** hoặc gọi số: **(08) 3911 5501 - (04) 3722 8199 - www.minhtriet.vn.**

Chúc bạn nhận được những giá trị đích thực!

BAN CÔNG TÁC BẠN ĐỌC

CTY CP ĐẦU TƯ GIÁO DỤC MINH TRIẾT

Khi kích hoạt được
tình thương thì sẽ
thay đổi được đầu óc
của một con người.



I - Vai trò của con tim



"Khi con tim dâng lên cảm xúc tích cực, nó lại bơm máu lên cái đầu qua các dây thần kinh, khi đó cái đầu con người rất bình tĩnh, sáng suốt, thông minh, rất dễ chịu và ổn định."

Cái đầu rất dễ sai lầm, con tim thì luôn chính xác

Bài này tôi nói về vai trò của con tim. Quý vị cần phải nhớ mấy điểm sau:

Nhiệm vụ và chức năng của tim là bơm máu lên não và bơm máu chạy khắp cơ thể. Tim phối hợp với thận làm cho máu sạch để nuôi cơ thể, trong đó có bộ não. Như vậy, não cũng được nuôi bởi máu và khí oxy. Nhiệm vụ của con tim rất quan trọng!

Bộ não giống như một cái máy để làm một số việc như ghi nhớ, phân tích tình hình, tiếp nhận tất cả các thông tin, tiếp nhận các cảm giác qua cơ thể: mùi vị qua lưỡi, âm thanh qua lỗ tai, ánh sáng qua mắt… Sau đó, bộ não mới phân tích, định giá, định lượng… rồi ghi nhớ lại trong đầu óc. Tất cả các việc làm của não giống như bộ máy của xe máy hay ô tô vậy. Quý vị thử hình dung là nếu máy xe chạy mà không có nhớt thì máy sẽ bị hỏng. Ở đây, chất nhớt chính là máu từ tim đẩy lên bộ não.

Quý vị thực tập rồi từ từ sẽ hiểu những điều tôi nói ở trên. Tôi nhắc lại điều này: *Con tim cảm nhận rất chính xác, nhưng cái đầu thì đôi khi còn trục trặc, nghĩ chuyện này, nghĩ chuyện kia, nên nhiều khi phân tích thông tin không chính xác.*

Chẳng hạn, quý vị nghe tin rằng ở trên một ngọn núi, có một cái lá phát ánh sáng rực rỡ cả khu vực đó, nhiều người lên đó lễ lạy cái lá và khi về đã đỡ bệnh. Người này đồn, người kia đồn, mình nghe rồi cũng chạy lên núi để lễ lạy cái lá kia.

Qua ví dụ trên, quý vị thấy: Đầu tiên, lỗ tai nghe tin về cái lá trước, rồi mới chạy vào não. Tức là tự nhiên nghe thấy tin đồn thì thấy khoái quá, có cảm xúc sung sướng quá, hy vọng quá… Rồi cảm xúc đó mới chạy vào não và não bắt đầu phân tích. Khi phân tích nó mới thấy

rằng "cái này chắc là có thật nên mới có nhiều người đi như vậy". Sau đó, não phản hồi lại và đưa ra quyết định: "Bây giờ mình đi kiếm cái lá đó lễ lạy, rồi sờ vào nó để được phước báu". Như vậy, khi cảm giác sai thì dẫn đến phân tích sai.

Thông thường, cảm xúc rất dễ làm chúng ta mờ mờ mịt mịt, rồi từ đó dẫn đến phân tích sai, đưa ra quyết định sai và hành động sai. Ví dụ, khi nghe ai đó nói xấu về mình thì tự nhiên nổi giận lên rồi đánh giá người đó xấu, sau đó ứng xử lại bằng cách mắng chửi và nói xấu lại họ. Trong khi đó, chưa chắc người kia đã nói như vậy, nhưng vì có một người thứ ba nói với mình là "tôi thấy thằng đó nói ông là người xấu lắm". Khi nghe nói như vậy, dù chưa biết đúng hay sai nhưng mình có cảm giác đúng, rồi tin và bắt đầu phân tích: "mình có làm gì thằng này đâu mà tại sao nó lại nói xấu mình. Thằng này là thằng không tốt, cha mẹ thằng này cũng không tốt…". Cái đầu phân tích một loạt như vậy! Hễ nghe có người nói xấu mình thì tự nhiên có cảm giác bực bội, cảm giác đó đi vào cái đầu, cái đầu bắt đầu phân tích, đánh giá, rồi có thành kiến với người kia ngay.

Thành ra, cái đầu luôn luôn rất dễ sai! Ví dụ, người vợ thấy người chồng về nhà có gì đó hơi khác lạ một chút, tự nhiên người vợ nổi cảm xúc ghen lên, rồi phân tích sai. Phân tích sai kéo theo đánh giá sai, và cuối cùng quyết định cũng sai theo. Nhưng ngược lại, con tim hoạt động rất ổn định, đập thình thịch, thình thịch từng nhịp một đều đặn và rất bình thản. *Vậy, con tim hoạt động rất ổn định nhưng cái đầu thì không ổn định*. Quý vị phải nhớ điều này!

Ngay giữa bộ não có một hệ thống thần kinh chạy qua mắt, mũi, lỗ tai và chạy xuống phổi, xuống tim, chạy qua lá lách, chạy vào thận, vào ruột và chạy đến tất cả các tế bào từ tóc xuống đến móng chân… Đó là hệ thần kinh từ não chạy đến khắp cơ thể. Khi cái đầu làm việc không ổn định sẽ làm tim đập nhanh, tức là các dây thần kinh chạy xuống tim làm ảnh hưởng đến tim và làm tim bóp máu nhanh, mạnh hơn. Lúc đó máu sẽ lên não mạnh hơn và có khi còn gây đứt mạch máu não nữa.

Cho nên, cái đầu của chúng ta rất dễ sai lầm và cũng rất dễ tin điều mình chưa biết rõ, chẳng hạn như nghe và tin khi người ta nói "tu cái đó, niệm cái đó cuối cùng sẽ thấy vàng bạc và nhà cửa ở trên Trời". Khi cái đầu tin "bậy" tự nhiên nó sẽ phân tích sai: "Ôi chao ơi! Mình ở dưới này cực quá, lên trên kia mình sẽ gặp được tiên, được Phật, có vàng bạc, châu báu và ăn uống thoải mái mà không phải làm gì cả!". Khi phân tích sai thì bắt đầu quyết định cũng sai: "Bây giờ mình phải đi theo cái này". Khi đã quyết định đi theo như vậy thì anh phải đóng tiền hay tới chỗ này, chỗ khác… Tóm lại, không biết chuyện gì sẽ xảy ra và người ta sẽ bắt anh làm đủ thứ chuyện.

Khi quý vị quyết định sai sẽ dẫn tới phá hủy toàn bộ cuộc đời của mình. Bởi vì, chuyện quý vị nghe và tin không có căn cứ, không đủ tài liệu chứng minh nhưng quý vị vẫn cứ tin. Tin chuyện mơ hồ, rồi phân tích mơ hồ và đưa ra quyết định cũng mơ hồ… Quyết định mơ hồ sẽ khiến quý vị phải sống trong ảo giác, đầy nguy hiểm.

Qua đây mới thấy, để làm cho cái đầu ổn định lại thì con tim có vai trò quan trọng nhất. Nếu tim đập bình thường thì cái đầu, máu huyết sẽ ổn định…*Con tim đại diện cho tình*

thương và làm cho cái đầu dịu lại. Khi quý vị thương thì dù cái đầu có giận đến mấy cái đầu vẫn nhẹ xuống dần. Ví dụ, khi người nam gặp người nữ thì con tim làm việc nhanh nên rất dễ thông cảm. Nhưng người nam gặp người nam thì cái đầu làm việc mạnh hơn chứ không làm việc bằng con tim nên dễ đụng chạm. Vì vậy, **vai trò của con tim rất quan trọng:** con tim làm cái đầu dịu xuống. Và khi cái đầu dịu xuống thì quý vị sẽ suy nghĩ đúng.

Quý vị hãy thử như vậy rồi sẽ thấy! Quý vị thương ai thì rất dễ dàng thông cảm, tha thứ với lỗi lầm của họ và luôn luôn nghĩ tốt cho họ. Như vậy, rõ ràng, vai trò của con tim là làm cho cái đầu lúc nào cũng có những suy nghĩ tích cực về người khác, chứ không suy nghĩ tiêu cực hay cực đoan. Từ suy nghĩ cho đến lời nói, cử chỉ cư xử… đều dễ chịu hơn.

Con tim đóng vai trò của người mẹ

Do vậy, chính con tim đóng vai trò của người mẹ, còn cái đầu là một đứa con trai. Vì là mẹ nên con tim rất dễ tha thứ cho cái đầu! Cái đầu luôn lộn xộn và đôi khi có thể làm con tim muốn vỡ ra. Nhưng hễ cái đầu sai thì con tim sửa lại, cũng giống như khi đứa con trai làm gì sai thì người mẹ thường giúp người con sửa cái sai đó. Vì vậy, cái đầu nên thường hỏi con tim và gọi con tim bằng mẹ. Như vậy, con tim sẽ giúp cho cái đầu sửa lại những điều mà chúng ta đã sai lầm. Mình không vừa lòng, nóng nảy, vội đánh giá, vội kết luận theo cảm xúc, kinh nghiệm nên khi quyết định rất dễ lỗi lầm, phiến diện và cực đoan. Do đó, quý vị hãy nương vào vai trò mẹ, tình thương của con tim để điều chỉnh lại cái đầu!

Hiền giả Minh Triết[2] **hãy phát triển phẩm hạnh là** tập thương người. Và hãy thương người mình thành **kiến nhất!** "Tập thương" có nghĩa là quý vị đưa vai trò của con tim vào trong cái đầu của mình. Tức là chúng ta biến cái đầu có con tim nằm bên trong. Khi biết thương người rồi thì cái đầu sẽ không còn cực đoan. Và cái đầu cũng sẽ suy nghĩ thực tế chứ không còn tưởng tượng, vì tình thương là rất cụ thể.

Ngoài vai trò làm cho cái đầu chững chạc thì con tim cũng tạo cho cái đầu phát sinh ra những ý chí mạnh mẽ để sửa những lỗi lầm của mình. Ngay cả đối với những người nghiện thuốc, nghiện ma túy cũng vậy, nếu tập cho họ phát triển tình thương thì sẽ tạo ra ý chí trong đầu. Khi cái đầu thèm nọ, thèm kia, nghiện xì ke, ma tuý, nghiện đánh bài, chửi bới, thành kiến, nói xấu, làm đủ trò… thì con tim nhắc nhở. Con tim bắt đầu tập cho cái đầu biết thương mẹ thương cha, yêu quí dòng họ, bạn bè… Khi đó, cái đầu bắt đầu tỉnh lại và khôn ra, thông minh ra. Nhờ tình thương đó mà chúng ta có ý chí học tập, ý chí sửa mình, bỏ những thói xấu và tập thói quen tốt.

Như vậy, khi kích hoạt được tình thương thì sẽ làm nên thay đổi lớn lao bên trong cái đầu của một con người. Kích hoạt tình thương bằng cách nào? Đó là tập thương người. Kích hoạt con tim bằng cách nào? Đó là tập thương người mình ghét nhất và đồng thời tập suy nghĩ về những người khổ đau hơn, thiếu thốn hơn mình! Ví dụ, anh nghèo không có tiền, nhưng anh hãy nghĩ đến những người tật nguyền, bất hạnh hơn mình. Khi nghĩ như vậy, anh sẽ cảm thấy anh còn nhiều diễm phúc hơn họ. Suy nghĩ đó sẽ làm cái đầu dịu lại, bình tĩnh lại và phát triển ý chí. Anh có thể nghĩ: "Ôi! Mình còn có phước hơn người đó, thôi bây giờ mình cố gắng tập thể dục, cố gắng học, cố gắng sống và cố gắng cư xử mà đừng bất mãn

với cuộc đời, cha mẹ, anh em…" Tóm lại, tất cả đều từ tình thương và con tim mà sinh ra ý chí, sự tỉnh táo của cái đầu và sinh ra trí khôn.

Vì thế mới nói con tim đóng vai trò làm mẹ là vậy! Một người khi nghĩ về mẹ mình thì tự nhiên muốn làm điều gì đó tốt hơn. Tức là chỉ cần nghĩ tới mẹ thôi thì bắt đầu đã muốn làm gì đó tốt hơn rồi, đa số đều như vậy! Cho nên, quý vị nào biết kích hoạt con tim thì sẽ có sự thông minh và một trí khôn đặc biệt. Dù trí khôn ấy là của cái đầu, nhưng do con tim dẫn dắt và giúp sức để tạo nên. Vậy thì, nói tới con tim tức là nói tới tình thương, cảm xúc yêu thương và nói tới tấm lòng của mình. Thành ra, nếu chúng ta giữ được quan hệ giữa bộ não với con tim như vậy thì cái đầu sẽ rất ổn định và máu truyền qua cái đầu cũng sẽ ổn định. Chỉ riêng việc máu truyền ổn định, con tim hoạt động ổn định thì máu huyết trong người cũng lưu thông tốt.

Nếu chúng ta có cảm xúc buồn quá thì dây thần kinh trong đầu chạy tới con tim, làm cho con tim không giữ được nhịp đập bình thường. Khi con tim không có nhịp đập bình thường thì máu huyết trong người cũng không bình thường và dễ gây ra bệnh hoạn. Cảm xúc buồn từ cái đầu phát ra làm giảm nhiệt độ trong người, khiến cho máu chạy không đều và bị nghẽn lại. Vì máu chạy được cũng là nhờ vào sức nóng tạo độ loãng cho máu. Cho nên, buồn quá thì làm cho máu chạy không bình thường. Hoặc khi cái đầu có cảm giác giận quá thì cũng làm cho tim đập không bình thường, máu chạy không bình thường, lưu lượng máu đẩy quá nhanh có thể làm đứt mạch máu. Mạch máu trong não là mạch máu dễ vỡ nhất, chỉ cần căng quá là vỡ ngay, rất nguy hiểm. Cho nên, khi có nhiều cảm xúc chúng ta ít có sự minh mẫn và trí khôn của chúng ta cũng sẽ bị giảm đi.

Do vậy, *người Hiền giả Minh Triết phải luôn luôn thấy vai trò của tình thương hay thấy vai trò của con tim đối với cái đầu là hết sức quan trọng và đóng vai trò vô cùng quyết định.*

Quý vị hình dung thế này: Dây thần kinh chạy từ não xuống tim, có vai trò dung hòa giữa con tim và cái đầu, và truyền tình thương từ con tim lên cái đầu để cho cái đầu hoạt động trong trạng thái có lòng thương người, có "chất nhờn" thương người ở trong cái đầu, có máu thương người từ con tim đẩy lên cái đầu của mình… Khi cái đầu luôn được máu tình thương đẩy lên như vậy thì người đó rất minh mẫn, rất dễ thương và có đời sống rất phong phú. Đặc biệt là làm cho cái đầu không tin "bậy", không có cảm xúc "bậy", không có cảm xúc mơ hồ, lầm lẫn hay quá sức cực đoan… Nhờ đó, quá trình làm việc của cái đầu - quá trình tiếp nhận, xử lý các thông tin - sẽ hết sức chính xác, minh mẫn để cho ra những quyết định phù hợp. Đây là một quá trình làm việc hết sức tinh tế.

Dân gian có câu: "Giận quá mất khôn", một người khi giận lên thì lập tức cái đầu phân tích bậy và đi đến quyết định bậy ngay, có thể cầm dao giết người hay gây nhiều chuyện rất phức tạp khác... Do đó, **quý vị muốn** trung hòa cảm xúc trong đầu để có một cảm xúc lành **mạnh thì phải kích hoạt con tim.** Hiền giả Minh Triết phải thường xuyên nghĩ tới việc kích hoạt con tim và kích hoạt tình thương của mình lên.

Kích hoạt tình thương

Một số phương pháp để quý vị có thể tập kích hoạt tình thương:

Phương pháp thứ nhất là tập thông cảm, tập thương người mà mình thành kiến nhất. Và tập cầu nguyện cho người mình thành kiến được tốt hơn mình.

Phương pháp thứ hai là thường nghĩ về những người bất hạnh hơn mình. Đó là hai phương pháp chính mà quý vị cần phải tập thường xuyên.

Còn có phương pháp thứ ba là thường nghĩ về những điều mà trước đây mẹ đã cư xử bằng tình thương với mình như thế nào. Tức là hãy nghĩ về tình thương của mẹ đối với mình thông qua các hành động trong ngày.

Quý vị hãy nghĩ về những hành động thể hiện tình thương, sự lo lắng của người mẹ đối với đứa con. Quý vị thấy điều gì đã làm ảnh hưởng lớn tới tình yêu của đứa con sau này? Đó chính là cách cư xử, cách giải quyết vấn đề của người cha và người mẹ, cách thể hiện tình thương bằng hành động chứ không phải là lời nói. Ví dụ người mẹ nói với đứa con: "Mẹ thương con lắm", hay "Con ơi! Con nhớ đi học về sớm nhé, về đúng giờ nhé"… Dù có lập đi lập lại mãi những lời như vậy, cũng chỉ ảnh hưởng rất ít tới đứa con, ngược lại đôi khi còn làm cho nó bực mình. Nhưng bằng một hành động cụ thể như ngồi trước cửa chờ con về, rồi mừng rỡ, cười nói "mẹ chào con, con về đó hả con", hay người mẹ không nói gì hết, mà thấy con về đến nhà là mỉm cười… Hành động người mẹ đón chờ con ngoài cửa như vậy sẽ in rất sâu đậm trong lòng đứa con về tình thương của cha và mẹ, chứ nó không ấn tượng mấy với lời của người cha và người mẹ nói rằng thương nó! Hoặc nếu người mẹ biết con mình thích ăn canh nên đến bữa cơm dù khó khăn gì người mẹ cũng ráng nấu cho nó một bát canh nhỏ, mà không cần nói gì hết, như là "mẹ thương con lắm, mẹ biết con thèm canh nên mẹ ráng nấu cho con bát canh". Đứa con không để ý nhiều tới lời nói của mẹ cha, nhưng nếu vị quý vị lặng thinh mà có bát canh cho nó ăn thì nó sẽ để ý và sẽ có ấn tượng rất lớn. Vấn đề là người mẹ và người cha lại "ưa nói nhiều về chuyện thương con cái". Đó là việc không hiệu quả!

Cho nên, để kích hoạt con tim thì quý vị hãy nghĩ về những hành động, cử chỉ yêu thương của cha mẹ đã thể hiện với mình trước kia, hay lúc cha mẹ còn sống. Khi quý vị liên tưởng tới các hành động đó thì con tim sẽ được kích hoạt tình thương lên. Chỉ cần nghĩ tới những hành động thể hiện tình yêu thương của mẹ hoặc cha mình, thì mình thương quá và lập tức cảm xúc của tình thương được đưa lên não liền – nó nhờ một chùm dây thần kinh từ não phủ xuống tim, làm tim bắt đầu có cảm xúc.

Khi cái đầu chúng ta nghĩ đến tình thương, nghĩ đến những hành động yêu thương của cha mẹ dành cho ta, lập tức suy nghĩ ấy sẽ tạo một cảm xúc tích cực nơi con tim, làm con tim tràn ngập sự chia sẻ thông qua các dây thần kinh. Và khi con tim dâng lên cảm xúc tích cực đó, nó lại bơm máu lên cái đầu qua các dây thần kinh. Khi đó, cái đầu con người rất bình tĩnh, sáng suốt, thông minh, rất dễ chịu và ổn định.

Đó là lý do tại sao mà tôi cứ nói mãi với quý vị rằng hãy cố gắng phát triển tình thương của mình. Bởi vì tình thương liên quan trực tiếp tới cái đầu. Cái đầu của chúng ta giống như

cái đèn pin vậy. Nếu đèn pin không phát sáng tức là đèn pin hư. Vậy thì, nếu cái đầu không phát sáng thì đó là cái đầu hư.

Thế nào là cái đầu phát sáng?

Cái đầu nhìn thấy rõ, phân tích hợp lý hợp tình, tin tưởng và ra quyết định… Đó là cái đầu phát ánh sáng. Nhưng nếu cái đầu phát ánh sáng bậy, tin bậy, phân tích bậy và ra quyết định bậy thì có thể đưa đến hậu quả khôn lường. Thành ra, muốn cho cái đầu phát ánh sáng rực rỡ thì phải nhờ con tim hỗ trợ. Đây là điều vô cùng quan trọng.

Trước đây, tôi có nghiên cứu một cuốn tài liệu từ Ai Cập, nói về những kim tự tháp ở vùng Trung Đông cách đây năm ngàn năm. Thời bấy giờ, những ông vua, công chúa và hoàng hậu của Ai Cập khi chết được ướp xác. Xác ướp được người ta bỏ hết não và lục phủ ngũ tạng, chỉ để lại con tim. Mãi tới bây giờ, theo như tất cả các phương pháp ướp xác mà quý vị đọc trên báo chí, những nhân vật được ướp xác để lâu trong hầm lạnh… thì luôn luôn được mổ lấy não, lấy lục phủ ngũ tạng ra, nhưng con tim vẫn còn nguyên trong đó. Có thể thấy rằng, tính linh của con người là hết sức đặc biệt và không thể giải thích được. Nó cho phép người ta lấy não, lấy lục phủ ngũ tạng ra, rút hết máu ra để ướp xác, nhưng lại không cho phép lấy con tim ra. Như vậy, tính linh của người xưa đã không cho phép họ lấy con tim ra... (có thể thấy người xưa đã cảm nhận được sự kỳ diệu của con tim, của tình thương).

Chúng ta không thể giải thích được tính linh là gì và tính linh này nằm ngoài bộ não. Dĩ nhiên, bộ não ra lệnh, điều khiển mọi hành động của con người nhưng chính tính linh nằm bên dưới bộ não ra lệnh cho não không được làm chuyện này, chuyện nọ - "Hãy lấy cái não ra chứ đừng lấy con tim!" - Tính linh con người mách bảo như vậy! Đây cũng là điều liên quan tới việc tôi cho quý vị Phật Tâm Danh[3]. Phật Tâm Danh chính là tên của tính linh đó.

Cho nên, khi quý vị có Phật tâm danh thì quý vị sử dụng Phật tâm danh đó để mà cư xử. Ví dụ, bây giờ ông Nguyễn Văn A đói bụng, nhưng cái Phật Tâm Danh của ông Nguyễn Văn A có đói bụng đâu, có ăn gì đâu mà đói hay no? Cơ thể của ông Nguyễn Văn A nó ngủ chứ cái tính linh của ông ấy có ngủ đâu? Cơ thể của ông Nguyễn Văn A bệnh nhưng cái tính linh có cái tên Phật ông ấy có bệnh đâu? Đầu óc của ông Nguyễn Văn A ưa cãi nhưng cái tính linh, cái tên Phật của ông ấy nó không cãi. Đầu óc của ông Nguyễn Văn A sai lầm, có những quyết định nóng nảy, không hợp lý, nhưng cái tính linh với tên Phật bên cạnh nó thì không sai lầm. Đó là lý do quý vị sử dụng tên Phật của mình để điều chỉnh cái đầu, chứ không phải tôi cho quý vị cái tên Phật đó để cho vui, không phải vậy.

Do vậy, *người Hiền giả Minh Triết phải coi trọng mối quan hệ giữa con tim và bộ não như là một mối quan hệ giúp cho cái đầu làm việc chính xác.* Quý vị thấy rằng con tim nuôi được bộ não bằng cách bơm máu, cung cấp ôxy cho não. Nhưng bộ não, tức cái đầu của chúng ta không nuôi nổi con tim mà còn có thể phá hủy con tim! Cái đầu giận lên làm cho con tim đập nhanh, dẫn đến bệnh hoạn. Hoặc nhiều khi cái đầu làm việc trật hướng, thở ra thở vào kém làm cho con tim thiếu ôxy, làm cho bề đáy của con tim đổi thành màu đen hay màu xám. Có thể thấy rằng, toàn bộ hệ thống từ não chạy tới khắp cơ thể chúng ta đều liên quan với nhau. *Khi hệ thống này hoạt động bình thường thì tính biết hiện hữu. Nếu hệ thống này hoạt*

động bị lệch, hoặc bộ não không còn khả năng điều khiển bộ nhớ và cảm xúc, cũng như các hoạt động của các phần cơ thể khác, thì tính biết vẫn hiện hữu nhưng không phát huy được tác dụng. Trong trường hợp hệ thống này không điều hành, không chạy được nữa và ngừng hoạt động thì tính biết không hiện hữu nữa. **Tính biết này chính là tính linh.**

Quý vị chú ý rằng: **Tính linh thì không có ý niệm.** Nó hoàn toàn vô niệm và chỉ là sự biết không thôi. Nhưng nếu cái đầu hoạt động không bình thường mà chấp quá nhiều, tức là có quá nhiều ý niệm, bộ nhớ chứa đầy ý niệm trong đầu thì những ý niệm đó sẽ nằm trong tính linh và sẽ trở thành một trạng thái hữu tướng. Trạng thái hữu tướng này nương nhờ vào **tính linh mà còn tồn tại.** Đây chính là lí do khiến người ta thấy gần giống như có ma, có quỷ, nhưng sự thật là chẳng có ma, quỷ gì cả.

Bởi thế cho nên, **nếu quý vị sống được giống như** một hệ thống vật lí hoạt động bình thường thì tính biết hiện hữu bình thường. Khi tính biết hiện hữu **bình thường thì không có bản ngã.** Bởi vì, tính biết bình thường không phải là "cái tôi", không có "tôi tốt, tôi xấu, tôi vĩ đại, tôi thấp kém, tôi tốt quá, xấu quá hay tôi bị tổn thương quá"… Đó chỉ là ý niệm mà thôi. Nếu quý vị để ý niệm đó tồn tại trong đầu thì chính ý niệm đó gây ra đau khổ lúc chúng ta sống. Và lúc cơ chế vật lí không hoạt động nữa thì tính linh không biến đi một cách bình thường được mà sẽ gom lại trong ý niệm đó, và ý niệm đó vẫn còn tồn tại trong hư không.

Với nội dung trao đổi rất ngắn gọn như vậy, nhưng nếu quý vị có trình độ phân tích sâu thì quý vị sẽ biết cách ra đi trong trạng thái vô ý niệm. Cũng như lúc quý vị sống, tức là làm sao sống trong trạng thái vô ý niệm. Sống trong trạng thái vô ý niệm là dù người ta nói mình xấu thì mình cũng không thấy mình xấu, người ta nói mình tốt, mình có đạo đức lớn quá thì mình cũng chẳng thấy mình tốt, mình có đạo đức lớn gì cả…

Con tim giữ cho bộ não ổn định

Quý vị hình dung thế này: Toàn bộ cơ thể vật lí giống như một hệ thống chạy từ bộ não cho đến các móng tay, móng chân. Nếu hệ thống này chạy bình thường thì tính biết hiện hữu bình thường. Quý vị cũng nhớ rằng tính biết là vô hình không thể thấy được. Cho nên, tôi mới gọi đó là "tính linh". Nếu tính linh này nằm trong cái đầu thì nó sẽ phát sáng ra như một cái đèn pin. **Cấu trúc của cái đầu như một bộ máy để cho tính biết phát ra cái hiểu và phát ra cái thấy**. **Khi một trong những thành phần của cấu trúc này bị lệch, ví dụ như đứt một mạch máu hay một dây thần kinh trong não, thì tính biết này không phát ra cái thấy và cái biết bình thường được.** Bởi vì, điều kiện để cho tính biết này phát ra cái thấy và cái biết theo cấu trúc của não không còn phù hợp nữa. Cho nên, tuy tính biết hay tính linh này vẫn còn hiện hữu nhưng người đó không thể thấy và biết bình thường được (tình trạng mất ý thức, nằm im một chỗ…). Trong khi đó, tính biết vẫn còn y nguyên.

Tính biết giống như điện chạy để thắp sáng, nhưng điều kiện để phát sáng là bóng đèn lại không có tim đèn, nên dù điện có chạy qua cũng không sáng được. Giả thiết rằng cái sáng đó là của sự nhìn thấy và sự biết của Phật tính thông qua não. Vậy thì, nếu bộ não bị lệch hay bị hư thì Phật tính không phát ra được chức năng hiểu, thấy và chức năng phân tích thông thường. Cho nên, anh không thể học, không biết ăn, không biết mình đói… vì trong

não đã bị hỏng một bộ phận. Khi đó, Phật tính vẫn còn nguyên nhưng vì cơ chế hoạt động của não không bình thường nên Phật tính không phát triển được theo hướng của một bộ não bình thường. Quý vị cố gắng hình dung vì điều này hơi khó trình bày!

Như vậy, vai trò của con tim giữ cho bộ não được ổn định, tức là không thấy mình hay, mình dở, mình vinh, mình nhục, mình được, mình thua… Chỉ là mình thấy nóng thì biết là nóng, thấy lạnh thì biết là lạnh, hay người ta nói xấu thì biết người ta nói xấu, người ta nói tốt thì biết người ta nói tốt, người ta cười thì biết họ cười, người ta khóc thì biết họ khóc… Tóm lại, mình không định nghĩa và khẳng định về chính mình "tôi là thế này hay thế kia...". Khi ấy, cái đầu ở trạng thái hoàn toàn bình thường. Nếu giữ được trạng thái cái đầu như vậy thì chúng ta sẽ sống trong một thế giới, một năng lực nhiệm màu không thể nghĩ bàn được. Chúng ta trở thành một vật thể màu nhiệm không thể nghĩ bàn được! Đó chính là bước thứ tư, cũng là bước cuối cùng mà Hiền giả Minh Triết phải tiến đến.

Các bước Hiền giả Minh Triết trải qua

Bước thứ nhất là chấm dứt đau khổ do cái đầu làm việc sai hay làm việc chệch.

Bước thứ hai là bước phát triển phẩm hạnh của người Hiền giả Minh Triết, (chứ không có bước chứng ngộ mà cũng không có bước đắc đạo). Phẩm hạnh này chính là phẩm hạnh của bậc giác ngộ, bậc đại giác. Vì vậy, chúng ta không phải đi qua bước chứng ngộ, đắc đạo gì cả.

Bước thứ ba là người Hiền giả Minh Triết phát triển toàn bộ thần lực của mình. Thần lực qua lời nói, thần lực qua ý nghĩ và thần lực qua việc làm. Và trong bước ba này có một loại thần lực đó là thần lực giải thoát.

Bước cuối cùng là người Hiền giả Minh Triết phải tập sống trong thế giới màu nhiệm.

Tập sống trong thế giới màu nhiệm tức là tính biết tự hiểu toàn bộ cơ thể vật lí là một hệ thống hoàn chỉnh, hoàn hảo để cho tính biết hiện hữu. Khi chúng ta luôn luôn giữ cái đầu và con tim trong điều kiện ổn định nhất thì chúng ta sẽ sống được trong thế giới màu nhiệm. Lúc ấy, quý vị sẽ biết nó màu nhiệm như thế nào!

Nếu gia đình chúng ta thiếu hạnh phúc, con cháu chúng ta sẽ khó khăn, chúng ta làm ăn sẽ mệt mỏi, sống mà không hưởng được gì.



II - Bài kinh cho các bà vợ



Lòng yêu thương tuyệt đối, sự hi sinh tận tụy cho con cho chồng, việc ấy không thể đem lại hạnh phúc trọn vẹn được. Đó chỉ mới là một điều kiện, chỉ là năm mươi phần trăm trong việc đem lại hạnh phúc gia đình. Vậy năm mươi phần trăm còn lại, quý vị cần phải làm những gì?

Trong nội dung đặc biệt này, tôi đặt tôi trong hai vai trò cùng một lúc: vai trò thứ nhất là người Thầy hướng dẫn về tâm linh đối với các đại đệ tử nam giới; vai trò thứ hai là cha ruột của các cô con gái có chồng là các đại đệ tử của tôi. Đây là bài thực hành đặc biệt mà chư thiên hay năng lực nhiệm màu đã sắp đặt để tôi nói. Quý vị cần lắng nghe từng lời từng chữ, rồi nhất tâm học tập và thực hành.

Nếu quý vị thực sự mong muốn được hưởng hạnh phúc đời sống vợ chồng, muốn thưởng thức cảm xúc tình cảm thực sự giữa hai vợ chồng và con cái, thì quý vị cần phải tha thiết nghe. Chỉ ngoại trừ quý vị không muốn hưởng thôi! Quý vị không nên nghe bằng ý tưởng riêng, đánh giá riêng của mình, mà phải nghe bằng lòng tin không điều kiện, nghe để rồi nhất tâm bất loạn, nhất tâm thực hành, để từ đó quý vị mới có thể đi vào đời sống hưởng hạnh phúc. Quý vị cũng không nên nghe để rồi đi đến luận bàn là: "Thầy nói như vậy có phù hợp hay không, mình sai hay mình không sai, chồng mình đúng hay là mình đúng". Ở đây, tôi không đề cập chuyện ai đúng ai sai. Chúng ta không luận bàn chuyện đúng sai. Không luận bàn chuyện gì khác mà giống như chư thiên buộc quý vị chỉ nghe một chiều. Quý vị áp dụng bài pháp này để có thể chứng kiến sự sống xảy ra, chứ không phải để phát triển nhận thức và kiến thức. Khi quý vị áp dụng nó thì sự sống sẽ xuất hiện. Và trong sự sống ấy, quý vị được hưởng hạnh phúc gia đình, hạnh phúc làm mẹ, làm vợ. Quý vị cần phải nghe trong tinh thần như vậy!

Tôi bắt đầu đi vào những vấn đề rất quan trọng. Ở trên, tôi đã đặt vấn đề quý vị là những đứa con gái của tôi, chồng quý vị vừa là rể, vừa là đại đệ tử của tôi. Do đó, tôi không bênh ai, bỏ ai mà tôi trao bài pháp này một cách rất công bằng.

Trước nhất, tôi khẳng định với quý vị, những người đàn ông đang là chồng của quý vị không có người nào xấu cả, cũng không có ai lầm lỗi hết. Quý vị cần phải lắng đọng nghe lời tôi nói, đừng cho là tôi nói sai. Tôi không ở trong nhà quý vị, nhưng tôi xin nhắc lại: chồng của quý vị không phải là người xấu, cũng không phải là những người có lỗi lầm, không phải là đàn ông nhẹ dạ, bội tín, tồi tệ, cũng không phải những người đàn ông không đủ tư cách để làm chồng. Hoàn toàn không phải! Đó là vế thứ nhất. Tôi sẽ giải thích tại sao tôi nói như vậy.

Đừng ỷ lại rằng mình đã làm tròn trách nhiệm một người vợ

Bây giờ qua vế thứ hai, tôi chuyển sang quý vị phụ nữ. Quý vị đừng bao giờ ỷ lại rằng: "Mình yêu anh ấy, mình thương anh ấy, mình làm tròn trách nhiệm với anh ấy, làm tròn trách nhiệm với con mình, mình là người chung thủy, chân thật, mình sống hết lòng vì anh ấy và vì con cái". Quý vị đừng cho rằng mình làm như vậy là đúng là đủ. Đừng ỷ lại vào việc đó! Sự thất bại của quý vị chính là vì quý vị cứ ỷ lại vào công trạng này. Sự đau khổ mà quý vị phải trả giá chính là vì quý vị ỷ lại vào sự thấy này, ỷ lại vào sự đánh giá này. Vì vậy, ngoài sứ mệnh là một người Thầy về mặt tâm linh, tôi chia sẻ với quý vị điều này như một người cha ruột khuyên con mình, một người cha sáng suốt chứ không phải một người cha vô minh.

Quý vị không được nhìn vấn đề và ỷ lại như vậy! Nếu như quý vị không được thức tỉnh, quý vị sẽ phải trả giá dài dài cho đến hết cuộc đời, không bao giờ quý vị có thể hưởng được bất cứ hạnh phúc gì trong gia đình, không hưởng được hạnh phúc gì trong vai trò của một người vợ, một người mẹ cả. Dứt khoát là sẽ không được! Quý vị cần nghe lời tôi, hãy tỉnh táo lại!

Điều tôi nói ra đây là hết sức linh thiêng, hết sức nghiêm khắc: cho dù quý vị có hoàn toàn đúng, dù quý vị có thủy chung, có trung thực, có chung tình, có làm hết trách nhiệm, làm hết bổn phận, sống hết lòng hết dạ với con với chồng chăng nữa, cũng đừng ỷ lại vào cái đúng đó của mình. Và tôi nhắc đi nhắc lại rằng quý vị đừng liều mạng mà ỷ lại vào lý lẽ này rồi mặc kệ chuyện gì tới đâu thì tới. Đừng bao giờ có cái nhìn đó. Quý vị phải thể hiện được tình thương và trách nhiệm xây dựng hạnh phúc gia đình của mình. Do đó, quý vị cần siêng năng, chịu khó, kiên nhẫn.

Sự duyên dáng của người vợ đối với người chồng

Kiên nhẫn, siêng năng, chịu khó đối với những vấn đề gì? Lòng thủy chung, lòng yêu thương tuyệt đối, sự hi sinh tận tụy cho con cho chồng, việc ấy không thể đem lại hạnh phúc trọn vẹn được. Đó chỉ mới là một điều kiện, *chỉ là năm mươi phần trăm trong việc đem lại hạnh phúc gia đình.*

Vậy *năm mươi phần trăm còn lại* thì quý vị cần phải làm những gì? Thứ nhất là *phải hiểu tâm lý của chồng mình, phải hiểu thật rõ, phải thấy thật rõ chồng mình*. Điều thứ hai là *đừng xem thường những cảm xúc, sự hấp dẫn về giới tính giữa hai vợ chồng, đừng xem thường sự duyên dáng trong tình vợ chồng.*

Sự duyên dáng của người vợ đối với người chồng chiếm tỉ lệ ba mươi phần trăm hạnh phúc. Cho nên, quý vị phải hết sức nghiêm túc. Hãy xem lại gương mặt của mình, xem lại cách ăn mặc của mình, xem lại những cử chỉ, ánh mắt nụ cười của mình với chồng, xem lại trong mọi cử chỉ ứng xử của mình đối với chồng mình có chỗ nào còn thiếu duyên hay không. Tôi yêu cầu quý vị nghe điều này là tuyệt đối nghe rồi rút kinh nghiệm để ứng dụng thử mà xem! Xem lại mình có chỗ nào chưa có duyên, hay thiếu duyên thì mình tạo ra cái duyên đó. Mình hoàn toàn có khả năng tạo được duyên. Điều này không xem thường được.

Quý vị cần siêng năng, phải chịu khó, phải tĩnh tâm, phải kiên nhẫn để sáng tạo cái duyên, để làm cho mình có duyên. Chứ không thể ngồi đó mà "Trời ơi, tôi tất cả vì chồng, tôi tất cả vì con!" hoặc liều mạng "Tôi là vậy đó, chịu hay không chịu thì thôi!". Nếu quý vị như vậy thì tôi đành thua, không có phương cách gì giúp quý vị được. Còn nếu quý vị nói: "Mình phải nghe lời này, mình ráng xây dựng, ráng sáng tạo ra cái duyên để mình mới hưởng được niềm vui" là quý vị đã thấy được vấn đề. Quý vị đừng nghĩ rằng mình làm như vậy để cho chồng mình hưởng, vậy thì tội gì mình phải làm. Không phải như vậy!

Xây dựng "cái duyên" vì hạnh phúc bản thân và con cái

*Quý vị cần nhận thức rằng, x***ây dựng cái duyên** cho mình, tức là xây dựng niềm vui, hạnh phúc mà **chính quý vị là người hưởng trước tiên.** Khi đó quý vị sẽ thật sự hiểu thế nào là hạnh phúc của một người phụ nữ trong việc làm vợ và làm mẹ. **Không chỉ riêng** bản thân quý vị hưởng hạnh phúc này, mà con quý vị cũng được hưởng lây phước báu của mình. Vì phước báu cho con, sự nghiệp cho con, sự vinh quang cho con sau này mà mình phải chịu khó sáng tạo, chịu khó xây dựng, chịu khó làm cho mình có duyên lên.

Do vậy, quý vị cần xem lại mình xem: Mình đã thực sự để ý tới việc anh ấy cần ăn gì chưa? Mình đã thực sự để ý tới hơi thở của anh ấy chưa? Mình có thật sự để ý bằng sự nhiệt tình của mình hay chưa? Mình có thực sự làm sao cho mình mượt mà trong cái duyên để ý này hay không? Hãy tự hỏi vì sao những người phụ nữ ở ngoài đường họ lừa dối, họ không thật thà với chồng mình mà họ lại quyến rũ được chồng của mình? Quý vị không thể nói chồng mình ngu được, không thể nói chồng mình vô duyên hay chồng mình phản bội được! Hãy xem lại mình thiếu cái gì mà người kia đóng kịch được, họ lôi kéo chồng mình ra khỏi nhà? Chắc chắn người kia phải tìm thấy ở ông chồng mình có một điều gì đó mà mình bị thiếu hẳn đi, rồi người ta sáng tạo ra thứ đó, làm cho chồng mình đi theo người ta. Lỗi không phải do chồng quý vị đâu! Không người nào có lỗi cả, bởi vì cái đầu của người ta không ai có thể kiểm soát được!

Do đó, quý vị phải sáng tạo nét duyên dáng của mình từ những việc nhỏ nhất trong cuộc sống hằng ngày – ăn, ngủ, đi đứng, cười nói, cử chỉ, trang phục… Tất cả mọi thứ phải làm sao tạo nên nét duyên dáng mượt mà của người phụ nữ. Đó là ba mươi phần trăm thuộc về sự duyên dáng.

Và tôi nhắc lại, ba mươi phần trăm đó quý vị làm vì sự nghiệp, vì hạnh phúc, vì phước báu của con cái quý vị trong tương lai. Và chính hành động đó sẽ mang đến cho quý vị một sự thưởng thức hạnh phúc khi mình làm vợ, làm mẹ, chứ không phải vì ông chồng.

Từ sự thấy rõ để sáng tạo nhiều con đường phát triển hạnh phúc

Người phụ nữ có tâm hồn bao la lắm! Phụ nữ là sự sáng tạo, phụ nữ là mẹ, phụ nữ là Thượng Đế, phụ nữ là ban cho, phụ nữ là sự vĩ đại, phụ nữ là thầm kín, phụ nữ là phủ bóng mát, phụ nữ là một cái gì đó duyên dáng, nhiệm màu khiến người đàn ông bị cuốn hút!

Ba mươi phần trăm là duyên dáng, còn hai mươi phần trăm còn lại là gì? Là **phải luôn luôn thực sự hiểu** rõ tâm lý của chồng mình, thấy rõ những gì đang diễn biến trong tâm lý của chồng mình mà không được đánh giá là hay hay dở. Thấy cho rõ, nhìn cho rõ để từ đó mình có một sự ứng xử rộng mở.

Phụ nữ là tượng trưng cho Thượng Đế. Sự nhiệm màu của phụ nữ tượng trưng cho năng lực của Thượng Đế. Thượng Đế sao lại khóc, lại đánh ghen với chồng? Quý vị ở trong gia đình Minh Triết, được tôi trực tiếp hướng dẫn, vậy thì quý vị hãy mở tâm, mở trí, mở cái đầu, mở tâm hồn mình ra…

Quý vị hãy mở tính chất Thượng Đế của quý vị ra, mở tính chất màu nhiệm vĩ đại của quý vị ra. Tại sao quý vị lại đi ghen với người khác được? Làm sao lại đi hồ nghi với người khác được? Vấn đề không phải là quý vị nghi chồng mình, mà cũng không phải vấn đề là quý vị tin chồng mình. Tôi không đặt vấn đề tin hay nghi, mà tôi nhấn mạnh là quý vị cần nhìn thấy rõ từng vấn đề một về chồng mình và về chính mình. Và từ sự thấy rõ đó mà quý vị sáng tạo ra nhiều con đường, nhiều kiểu cách để phát triển hạnh phúc thực sự, cảm xúc thực sự của người phụ nữ trong gia đình, chứ không phải là tin, mà cũng không phải là nghi. Bởi vì tin cũng không được mà nghi cũng không được! Nếu nói "tôi tin chồng tôi" thì không đúng, mà nói "tôi nghi chồng tôi" lại càng trật!

Vấn đề mấu chốt là phải thấy cho rõ. Thấy rõ chồng mình là thấy rõ mình và thấy rõ mình là thấy rõ chồng mình luôn. Nhờ sự thấy rõ này mà mình sáng tạo ra nhiều con đường, nhiều kiểu cách để phát triển hạnh phúc thực sự, thưởng thức cảm xúc hạnh phúc của một người phụ nữ làm vợ, làm mẹ. Và chính sự thưởng thức cảm xúc hạnh phúc của người vợ, người mẹ đó mà phước báu được truyền tới cho con mình. Không chỉ mình được hạnh phúc mà mình còn truyền năng lực đó cho con mình nữa.

Quý vị không thể giải quyết vấn đề bằng sự hờn ghen, khóc lóc, tự tử hay li dị. Tất cả những giải pháp đó đều đem lại hậu quả hết sức nguy hiểm cho con cái của mình. Điều đó chứng tỏ mình là người không có trí, người không có đủ ánh sáng nhìn thấy và đang đi theo con đường tiêu cực.

Do đó, hai mươi phần trăm còn lại là quý vị cần phải tăng cường sự hiểu biết, tăng cường sự thấy rõ mình, thấy rõ chồng mình mà không đặt vấn đề là tôi tin chồng hay nghi ngờ chồng, không nói đến ai đúng ai sai, hay cho rằng tôi là người tốt, người chân tình còn ông ấy là người phản bội. Không nói như vậy được!

Tóm lại, vấn đề của hai mươi phần trăm còn lại là phải thấy cho rõ. Từ sự thấy rõ này ánh sáng của mình sẽ được mở ra, từ đó mình sẽ sáng tạo nhiều con đường để xây dựng phước đức cho con mình, đồng thời mình hưởng được hạnh phúc của một người phụ nữ

làm vợ như thế nào. Chứ đâu phải người phụ nữ làm vợ để trả nợ ở đời này hay để sinh con, nuôi con. Không phải! Chuyện đó chỉ là một phần rất nhỏ.


"Người phụ nữ không
có hạnh phúc gia đình
thì tâm hồn người ấy coi
như tan nát!"

Vợ chồng không nên theo ý riêng của mình mà phải tùy thuận

Ở đây tôi đặt vấn đề giảng bài pháp này cho gia đình hai đại đệ tử của tôi. Cũng có thể có một lực màu nhiệm đã tạo ra cảnh trái ngang trong gia đình của hai ông, khiến cho quý vị phải đóng vai, đóng tấn tuồng này để tôi có bài pháp đặc biệt này cho phụ nữ Việt Nam và phụ nữ thế giới.

Quý vị cần phải nỗ lực lên, phải rộng mở cái đầu mình ra, rộng mở tâm hồn mình ra, mở con mắt mình cho to để nhìn thấy. Khi quý vị nhìn thấy thật rõ rồi thì tự nhiên sẽ có giải pháp sáng tạo nhiều con đường khác nhau.

Để mở sự nhìn thấy, mình phải từ chối ý tưởng riêng của mình. Vì có ý tưởng riêng tức là mình không tập trung cho sự nhìn thấy, mà lại tập trung vào sáng tạo ra những ý tưởng riêng. Khi quý vị có những ý tưởng riêng như vậy là quý vị tự giết chết đời mình và cũng tự giết chết luôn cả đời con mình. Ý tưởng nào là "anh ấy không tập trung cho gia đình, anh ấy như thế này như thế khác, ý tưởng nào là mình là người thiệt thòi..." đủ thứ ý tưởng hết! Nếu quý vị không tăng cường phát triển sự nhìn thấy cho rõ để hiểu rõ mình, hiểu rõ tâm lý chồng mình, để từ đó nảy ra con đường sáng tạo các giải pháp giúp mình bảo vệ sự nghiệp cho con mình, bảo vệ hạnh phúc cho con mình thì quý vị sẽ mãi mãi sống theo ý riêng của quý vị thôi.

Tại sao tôi nói không được sống theo ý riêng? Tôi lấy một ví dụ về chuyện sống theo ý riêng như thế này: Hai vợ chồng đang cùng đi chơi đến một chốn nọ. Ông chồng đi dạo ngắm cảnh. Ông chồng thích cảnh cho nên ông ngắm cảnh, ông làm theo ý ông. Còn bà vợ thì lại thích ngủ, bà cứ thế đi ngủ, bà làm theo ý bà. Cả hai người không tùy thuận lẫn nhau mà cứ làm theo ý riêng của mình. Mà làm theo ý riêng thì đương nhiên phải trục trặc! Cho nên, quý vị phải biết hi sinh ý riêng của mình, phải biết ngăn ngừa, đừng để ý riêng của mình dẫn mình đi. Nghĩa là, cả hai người phải tùy thuận lẫn nhau, phải chịu khó cùng phối hợp để thưởng thức cảnh đẹp đó mà không được để ý riêng của mình sai khiến mình, rồi làm cho người kia cảm thấy chán chường. Hễ người này làm theo ý riêng thì người kia chán chường, người kia làm theo ý riêng thì người này chán chường. Do đó làm theo ý riêng rất nguy hiểm.

Hoặc, bây giờ quý vị đi chơi với ông chồng, quý vị nói "thôi mình già rồi, mình ăn mặc sao cũng được, ứng xử sao cũng được". Không phải vậy! Quý vị phải trở lại nội dung của ba mươi phần trăm còn lại, phải sáng tạo ra những nét duyên dáng của mình, không thể ỷ lại được. Q*uý vị phải hiểu được tâm lý người đàn ông. Mình không có quyền quyết định sống theo ý riêng của mình được, mà phải sống tùy cảnh tùy duyên.* Tới chỗ này ông ấy thích uống chai bia, mình có thể ngồi với ông ấy tán gẫu một chút cho ông ấy uống hết chai bia, hay là chỗ kia ông ấy thích ngồi chơi chút xíu, thì thôi, mình cũng ngồi chơi với ông ấy chút xíu. Như vậy gọi là không theo ý riêng của mình mà biết tùy thuận. Và ngược lại ông chồng cũng vậy, cũng phải tùy thuận chứ không được làm theo ý riêng của mình. Bởi vì mỗi người giữ ý riêng của mình rồi cuối cùng hai bên hờn nhau, cứ ngày càng kéo dài, và cuối cùng cũng tìm cách ly dị mà thôi, hoặc tìm cách phá vỡ toàn bộ điều kiện mình đang sống, hoặc mình có tất cả giá trị trong con người của mình và tài sản của mình, nhưng mình lại không hưởng được

bất cứ gì hết. Quý vị hoàn toàn trả giá mà không được hưởng. Đó là lỗi tại mình, không phải lỗi của chồng cũng chẳng phải lỗi vợ. Đó là lỗi của sự vô minh. Cho nên, quý vị không đổ lỗi cho nhau được.

Đàn ông đừng để mất hạnh phúc của đời sống tự do

Và riêng các ông đàn ông, tôi đã nói rồi, ngày nào các ông hưởng được hạnh phúc của đời sống tự do, thì mới thấy rằng, dính vào bất cứ một mối quan hệ nào với phụ nữ bên ngoài là dính vào sự đau khổ triền miên không thể thoát ra được. Đó không phải vì vấn đề đạo đức, nhưng dính vào mà để mất đời sống tự do là chắc chắn mình mất hạnh phúc. Mà *hạnh phúc lớn nhất chính là đời sống tự do.* Do đó, tôi tin tưởng rằng trên con đường dài sắp tới, hai ông này sẽ không để mình dính líu tới phụ nữ. Bởi vì chuyện đó không có hạnh phúc. Anh mất tự do hoàn toàn thì anh dính tới làm gì? Anh trả giá bằng sự mất bầu trời tự do trong đầu óc anh, anh mất hạnh phúc của sự tự do thì anh dính vào để làm gì?

Trên con đường phát triển đầu óc Minh Triết, không có một người đàn ông nào trong hiền giả Minh Triết lại đi dính vào một mối quan hệ lăng nhăng ở bên ngoài, để cho mình phải trả giá, phải mất đi hạnh phúc của bầu trời tự do trong đầu óc của mình. Không ai làm điều đó. Cho nên, tôi chắc chắn rằng, các hiền giả Minh triết, nhất là những đệ tử thân cận bên cạnh tôi, sẽ không có chuyện đó. Lần lượt quý vị sẽ thưởng thức được hạnh phúc tự do tuyệt đối của đầu óc tự do.

Người có đầu óc tự do không ai muốn vào vòng trói buộc, không ai muốn suốt ngày hễ cứ đi đâu là phải trả lời điện thoại - "Anh đang ở đâu?Anh đang làm gì? Gặp em một chút được không?". Ai biết khổ mà còn đi làm chuyện đó? Không ai, chắc chắn không! Dần dần sẽ không có chuyện này nữa, nếu chưa chấm dứt hẳn thì rồi cũng sẽ chấm dứt. Tôi dám cam đoan như vậy! Dần dần rồi quý vị ấy sẽ chấm dứt hẳn và sẽ tiến tới mối quan hệ bình đẳng với tất cả mối quan hệ, kể cả quan hệ xã hội và quan hệ trong gia đình. Lần lượt quý vị sẽ đi tới con đường đó và quý vị sẽ hưởng được hạnh phúc của sự bình đẳng.

Tự nguyện làm tròn thiên chức là niềm vui của người phụ nữ

Qua những điều tôi đã trình bày trên, quý vị phụ nữ cũng thấy rằng không nên đem kinh nghiệm cũ của mình để đánh giá, hay tự mình đánh giá một cách chủ quan, để rồi cuối cùng, giống như mình có sẵn một mâm cơm thật ngon mà mình ăn không được, bởi vì đầu óc mình đang trong tình trạng "động đất" từ sáu, lên bảy, lên tám, lên chín độ richter... Đầu óc mình cứ rung rung, rung rung mãi như vậy thì làm sao mà ăn được? Tại làm sao nó rung? Tại vì mình chủ quan đánh giá về mình, mình bất cần chuyện mình phải sáng tạo trong nội dung của ba mươi phần trăm phát triển hạnh phúc từ sự duyên dáng và hai mươi phần trăm từ sự hiểu biết.

Quý vị phụ nữ sinh nở, chịu đau đớn, mất máu, nuôi con, thức đêm, dậy sớm, phải hi sinh nhiều, lo lắng nhiều. Tôi đồng ý. Nhưng không thể vì mình hi sinh hay vì sinh đẻ chịu đựng như thế mà mình ỷ lại được đâu. Bởi vì tạo hóa sinh mình ra là thân nữ nên mình phải tình nguyện làm tròn thiên chức của người phụ nữ, tình nguyện sinh con, nuôi con, tình nguyện thức đêm dậy sớm vì con. Mình không thể kể công những việc đó với chồng mình

được. Đó là niềm vui của người phụ nữ. Tạo hóa sinh mình ra như vậy, mình tự nguyện làm thì thấy vui, đừng cho đó là công lao. Hễ mình thấy là công lao, mình sẽ trách chồng mình. Nếu mình tự nguyện, nghĩ rằng được tạo hóa ban cho, thì mình vui với điều đó mà chẳng kể công lao gì với chồng hết. Được như vậy, đầu óc mình trong sáng, tâm mình thấy vui vẻ, mình sẽ đủ thời gian, đủ sức lực, đủ sự hưng phấn mà sáng tạo những nét duyên dáng để thu hút sự chú ý của chồng mình.

Đầu óc dễ chịu là trung tâm kích hoạt sự duyên dáng của người phụ nữ

Trong mọi cử chỉ ăn mặc, nói chuyện, cư xử, đi đứng, giao tiếp, cười nói… quý vị cần phải có duyên, phải chịu khó sáng tạo. Bởi vì sức mạnh của phụ nữ là sự duyên dáng, sự cuốn hút của người phụ nữ là ở chỗ duyên dáng, chứ không phải là trung thành hay chung tình. Chung tình chỉ là một phần rất nhỏ, bởi vì nó không lôi cuốn, không thu hút, không chinh phục được người ta, mà chính sự duyên dáng mới làm được điều đó.

Duyên dáng chỗ nào? Không phải chỉ là sự trang điểm, tô son, trát phấn là mình duyên dáng đâu, không hẳn như vậy. **Những sự duyên dáng bên ngoài như** trang điểm một chút phấn son, chải một chút tóc, làm một chút lông mi nhẹ nhẹ, ăn mặc dễ chịu mát mẻ, đẹp đẽ một chút, rồi sự sạch sẽ, ngăn nắp và thái độ ân cần, dịu dàng – đều cần thiết. Và cần hơn nữa chính là sự duyên dáng trong đầu óc, sự duyên dáng trong cái nhìn, cái nghĩ từ sâu thẳm.

Một trong những sự duyên dáng, rộng lớn và sâu thẳm trong đầu óc là sự mở mang cái đầu, sự thông cảm, sự hiểu rõ, sự dễ chịu. Lúc nào mình cũng cảm thấy dễ chịu, lúc nào mình cũng là sự dễ chịu cho chồng của mình, là suối nguồn dễ chịu của chồng *mình*. Có thể chồng mình ra ngoài gặp nhiều sự khó chịu, nhưng mình là chỗ dựa dễ chịu. Khi chồng gần mình cảm thấy dễ chịu, khi xa mình thì mong được gần mình, chồng nghĩ tới mình để có sự dễ chịu. Chính năng lực dễ chịu trong đầu óc của người phụ nữ là nguồn gốc của mọi sự duyên dáng tuyệt vời nhất của người phụ nữ.

Đầu óc dễ chịu là trung tâm sinh ra mọi sự duyên dáng của người phụ nữ để chinh phục người đàn ông. Không phải trung thành là sự chinh phục, mà sự chinh phục tuyệt đối chính là đầu óc dễ chịu, sự duyên dáng cũng phát ra từ một đầu óc dễ chịu. Nếu quý vị thực hiện đúng bài này, chắc chắn không người đàn ông nào còn ra ngoài ngoại tình. Không bao giờ có sự phản bội từ người đàn ông nếu trung tâm bên trong đầu quý vị mở được sự dễ chịu ra.

Người chồng tôn trọng, bình đẳng, công bình với vợ

Một điều chắc chắn, tôi không bao giờ ủng hộ một ông đàn ông nào, nhất là đàn ông trong gia đình Minh Triết mà lại dính líu tới phụ nữ ở bên ngoài. Chắc chắn tôi không bao giờ ủng hộ cả, vì lý do đơn giản nhất, không phải chỉ là vấn đề tư cách hay vấn đề đạo đức, đó là một cái cảnh địa ngục đau thương mà chắc chắn các ông phải trả giá. Trước mắt, cái giá phải trả đó là sự mất tự do trong đầu óc, cũng như mất tự do trong cuộc sống.

Và về phía đàn ông phải có sự công bình. Mình nói chuyện duyên dáng với bạn bè, với phụ nữ bên ngoài được, thì mình cũng phải nói chuyện duyên dáng với vợ mình trong gia

đình. Không có lý gì mình chỉ duyên dáng ra bên ngoài mà không duyên dáng với vợ mình, Không có lý gì mình ngoại giao với ngoài đường được mà lại không ngoại giao với vợ mình được. Đây là sự bình đẳng trong quan hệ vợ chồng mà một người đàn ông phải tôn trọng, không cần phải căn cứ vào vấn đề mình yêu hay không yêu. Đó là sự sòng phẳng, sự công bình. Anh ra ngoài nói chuyện duyên dáng, anh chinh phục người bên ngoài được, thì về nhà anh cũng phải nói chuyện duyên dáng, anh chinh phục vợ anh được. Đó là sự bình đẳng, sự công bình. Sự công bình đó người chồng nào cũng phải tôn trọng, nhất là những người chồng trong đại gia đình Minh Triết. Đặc biệt là những đại đệ tử của tôi nữa, thì sự bình đẳng, sự công bình ấy càng cần phải được nghiêm túc thực hiện. Tất cả những gì mà tôi chia sẻ là để quý vị hưởng và hưởng trọn cuộc sống chồng vợ. Sung sướng lắm!

Tôi không thể trở lại đời sống đó được. Tôi có sứ mệnh của tôi rồi. Nhưng tôi có cái nhìn thấy để giúp cho quý vị hưởng trọn đời sống làm chồng làm vợ với nhau. Giống như một mâm cơm, đồ ăn nấu thật ngon, đã dọn sẵn mà hai bên đều không ăn được. Do cái đầu óc của mình, ý kiến riêng của mình, ý tưởng riêng của mình, khiến cho mình để cái mâm cơm ngon đó giữa bàn mà không ai ăn. Bỏ hết ý tưởng ra một bên thì còn lại là sự ăn!

Làm thế nào để kích hoạt trung tâm duyên dáng

Tóm lại, quý vị phụ nữ phải hết sức chú ý rằng quý vị hãy quên đi, đừng bao giờ ỷ y vào sự thủy chung của mình, sự hi sinh vì con cái của mình, hãy đừng thấy như vậy nữa. Hãy nhìn thấy đó là chức năng, niềm vui mà tạo hóa ban cho mình, chứ không phải đó là công lao hay công đức của mình đối với chồng.

***T*ạo hóa không làm ra được sự duyên dáng cho quý vị, và để có được nó quý vị phải tự nỗ lực lấy. T**rung tâm của sự duyên dáng chính là đầu óc dễ chịu bên trong đầu của mình. Như vậy quý vị phải khai thác từ "đầu óc dễ chịu". Mình phải tự hỏi: "Mình đã có hay đã khám phá được đầu óc dễ chịu chưa? Cái trạng thái dễ chịu trong đầu óc của mình đã tuôn chảy ra chưa? Mình đã nhìn thấy nó chưa? Mình đã kích hoạt lên chưa? Mình đã sử dụng nó chưa?". Nếu chưa thì từ đây về sau mình phải tìm hiểu nó, nhìn thấy nó, khám phá và kích hoạt nó lên. Rồi quý vị sẽ thấy rằng con người quý vị duyên dáng vô cùng. Và chính sự duyên dáng ấy đóng vai trò quyết định trong vấn đề quý vị chinh phục người chồng của mình. Đây chính là yếu tố chinh phục. Mặc dù chỉ chiếm ba chục phần trăm, nhưng nó chinh phục hết tất cả những quyết định mang tính chất định hướng về hạnh phúc của người chồng trong gia đình.

Cho nên, quý vị không thể trách ông chồng mình được. Quý vị phải làm siêng lên một chút – sửa soạn lại, chải chuốt lại, nhìn ngắm lại, rồi coi lại bên trong cái đầu mình, coi lại cái trung tâm dễ chịu trong đầu mình đối với chồng mình, và nhớ luôn luôn đề phòng những ý tưởng, thành kiến, tư kiến hay quan điểm riêng. Trong chuyện này, quý vị không thể có quan điểm riêng của quý vị được, bởi vì sẽ làm ảnh hưởng tới hạnh phúc của con cái, khiến cho quý vị không thể ăn được mâm cơm ngon đã có sẵn. *Hãy bỏ quan điểm riêng qua một bên, và chịu khó ngồi lại, soi gương lại, chịu khó nghe lại bài này, chịu khó khám phá tính dễ chịu trong đầu óc của mình, trạng thái dễ chịu trong đầu óc của mình. Hãy chịu khó làm lại,*

trau chuốt lại. Hãy làm như mình đang chuẩn bị lên sân khấu để trở thành một cô diễn viên xuất sắc trên sân khấu ấy. Phải chịu khó như vậy!

Cần tạo sự hứng thú liên tục cho người chồng

Khi quý vị đã thực hiện được vai trò của người phụ nữ rồi, quý vị phải lên cao nữa, phải phát triển tính duyên dáng của mình hơn nữa. Hãy tạo sự hứng thú triền miên cho chồng mình trên con đường phụng sự nhân loại.

Quý vị cần phải tạo sự hứng thú liên tục! Nên biết rằng, mỗi một động tác tạo nên sự hứng thú cho chồng mình là quý vị đã giúp chồng mình đem lại không biết bao nhiêu lợi lạc về vật chất cho gia đình mình. Nếu quý vị chỉ sơ suất một chút khiến cho chồng mình mất hứng thú, thì coi như ngày hôm đó mình đã đánh mất bao nhiêu tài sản về vật chất của gia đình mình do người chồng đem lại.

Quí vị cần hiểu rằng, những động tác duyên dáng tạo hứng thú cho chồng mình sẽ giúp đem tới cho người chồng sự thành đạt rất lớn trong vấn đề vật chất. Tôi chưa nói đến mặt tinh thần, mới chỉ nói thuần túy vật chất thôi. Quý vị hãy xem lại nhé, mình đã tạo sự hứng thú như thế nào cho chồng mình trong suốt thời gian làm vợ vừa qua? Mình đã tạo sự hứng thú ra sao trong sự duyên dáng của mình? Hãy tự coi lại, mình có tìm cách kêu ca kiểu này, than phiền kiểu khác? Hay mình thấy công đức mình thế nọ, ông chồng mình có lỗi thế kia? Hãy biết rằng, mỗi một động tác quý vị tạo nên sự hứng thú cho chồng của mình trị giá bằng tiền, bằng vàng, bằng đô la đem vào trong tài khoản của mình. Do đó, quý vị hãy cố gắng nghiêm túc thực hiện, đừng đánh giá hay phân tích.

Quý vị hãy xem như đây là lệnh của trời ban cho quý vị thi hành. Qua áp dụng, tự quý vị sẽ khám phá bí mật của hạnh phúc là gì. Còn bài giảng này, chẳng qua chỉ là một cái bảng chỉ đường cho quý vị đi thôi. Giá trị của nó là cái mũi tên chỉ cho quý vị biết rằng đường đi đó đúng. Quý vị có đi thì mới hưởng được sự sống. Bằng không, nếu quý vị không áp dụng thực hành thì cũng như không, không có giá trị gì hết.

Tôi cũng cần phải nhắc lại, quý vị hãy chấm dứt sự nghi ngờ và chấm dứt luôn cả sự tin tưởng. Không sống bằng nghi ngờ hay bằng tin tưởng được! Đa phần các sách hôn nhân gia đình khuyên rằng "trong đời sống chồng vợ phải tin nhau"... Không! Ở cấp thấp thì tôi giảng như thế, đối với những hiền giả mới vào thì tôi giảng đời sống chồng vợ phải tin tưởng nhau. Nhưng quý vị là những hiền giả trình độ cao rồi tôi không giảng như vậy được. Ở trình độ cao thì không nói tin và nghi mà chỉ nói tới sự tỏ tường. Quý vị hãy nhớ rằng, bài giảng này tôi dành cho quý vị không phải là trình độ mới vào học, mà là trình độ cao rồi.

Người vợ nên sợ nhất điều gì? Không phải sợ phụ nữ ngoài đường lôi chồng mình đi, không phải sợ chồng mình phản bội. Đó không phải là điều để mình sợ. Mà sợ nhất là mình không mở được trung tâm duyên dáng trong cái đầu của mình. *Quý vị cần đặt ngược vấn đề lại: sợ nhất là mình chưa nhìn thấy được trung tâm duyên dáng trong bộ não của mình, chưa kích hoạt được, chưa tìm hiểu được, chưa đụng chạm được tới nó, chưa tạo thành một sức mạnh để bảo vệ hạnh phúc, để hưởng hạnh phúc của một người làm vợ, một người làm mẹ.*

Bởi vì, dù quý vị có sợ hay có đem nhốt ông chồng mình vào cái cũi bằng sắt khóa lại chăng nữa, thì cũng vô ích mà thôi. **Quý vị phải kích hoạt được trung** tâm dễ tính, trung tâm cởi mở, trung tâm duyên dáng, trung tâm dễ chịu trong đầu óc của mình. Đó là cách duy nhất để hưởng hạnh phúc, cách duy nhất để giữ **hạnh phúc, không có cách nào khác.** Ngược lại, nếu quý vị đòi hỏi chồng mình phải thủy chung, phải thế này, phải thế nọ thì chắc chắn không đạt hiệu quả gì!

Mấy ngày nay, dường như có một lực nhiệm màu nào đó khiến tôi phải có một bài chia sẻ riêng với quý vị như vậy. Cũng có thể bài này dành cho đại chúng, chứ không hẳn là nói cho quý vị đâu. Bởi vì sau buổi hôm nay, hoàn cảnh quý vị có thể sẽ thay đổi không còn như trước nữa. Nhưng dù sao thì cũng từ sự hứng thú trong hoàn cảnh của quý vị mà tôi có bài pháp này. Ít nhiều gì, nó cũng lợi ích cho rất nhiều người phụ nữ trên hành tinh này.

Tôi mong rằng, quý vị sẽ thấu hiểu và áp dụng bảng chỉ đường này, chứ không phải quý vị chỉ nghe qua, đọc qua cho vui rồi ngồi đó chờ chồng mình thay đổi!

Sự duyên dáng
của người vợ đối với
người chồng chiếm tỉ lệ
ba mươi phần trăm
hạnh phúc.



III - Vị thế phụ nữ trong gia đình Minh Triết



Tôi gợi ý những vấn đề cơ bản để quý vị phụ nữ trở thành suối nguồn đặc biệt: vừa thiêng liêng, vừa sáng tạo, vừa sâu thẳm, vừa khó hiểu, vừa hấp dẫn, vừa lôi cuốn, vừa hòa bình. Đó là những đặc điểm đặc biệt của người phụ nữ khi xóa tan được bản ngã.

A. Những cái thấy sâu thẳm

Hầu hết các gia đình khắp nơi trên thế giới này, từ người nghèo cho đến người giàu, từ người có quyền lực đến người không có gì, đa số đều có những điều không được vui vẻ, những điều không vừa lòng, hoặc sống thì cứ sống vậy thôi nhưng không có gì vui, không có gì để hưởng.

Những gì tôi cung cấp cho quý vị đều mang tính chất khám phá. Mỗi người sẽ khám phá và hưởng kho tàng mà mình chưa đụng tới. Cái mà quý vị chạm tới được mấy chục năm nay, không phải là kho tàng thực sự của quý vị mà là những câu chuyện, những thói quen, những quan niệm của người đời. Quý vị phải ghi nhớ: *Quý vị chưa bao giờ đụng đến kho tàng thực sự của mình, quý vị chỉ đi thực hiện những lời khuyên thuộc loại khuôn phép ngoài đời. Vì chưa đụng tới nên quý vị chưa hưởng được.*

Nguyên nhân khổ đau

Nguyên nhân chính của vấn đề gia đình không hạnh phúc, chắc chắn không phải do kỵ tuổi, sao hạn, mồ mả ông bà, cũng không vì đời trước kém tu hay nghiệp báo, mà do đầu óc chúng ta làm việc chưa đủ - sự quan sát, sự lắng nghe, sự vận dụng trí não, sự mở rộng tư duy, sự phát triển đầu óc, sự suy tư, hình dung, ý tưởng… tất cả đều chưa đủ. Tóm lại, hướng làm việc trong đầu óc con người rất đa chiều nhưng chúng ta lại làm việc quá đơn giản. Vì thế, chúng ta chưa đủ sức nhìn thấy con đường dẫn đến hạnh phúc. Đó là nguyên nhân chính của khổ đau.

Chúng ta không thể nói một cách chung chung, theo kiểu sách vở như là "khổ đau là do tham, sân, si". Nhiều người tin vào điều đó, cũng như người có tiền tưởng rằng mình mua

được hạnh phúc – "Có tiền mua tiên cũng được". Mới nghe có vẻ đúng, có vẻ hợp lý nhưng sự thật là không đúng. Chúng ta hãy nhìn vào thực chất vấn đề một cách khoa học hơn, chứ đừng đổ thừa do tham sân si mà khổ, hay do tiền kiếp, nghiệp báo, sao hạn gì đó mà khổ. Hoàn toàn không phải vậy!

Ở đời, chúng ta dùng chữ sai mà không biết. Có những khái niệm sai hàng ngàn năm mà không ai thấy được là khái niệm đó sai. Ví dụ câu "ráng tu để thay tâm đổi tính". Khái niệm "thay tâm đổi tính" đã được nói hàng ngàn năm nay, nhưng chưa ai nhận thấy được đây là điều hiểu lầm và cứ mặc nhiên thừa nhận rằng con người có thể thay tâm đổi tính như là một tiền đề, một bước đầu tiên mà con người làm được. Thật là một sự hiểu lầm rất lớn!

Làm sao thay tâm đổi tính được? Nếu chúng ta bình tĩnh xem xét, sẽ thấy rằng dù có làm cách gì cũng không thể thay tâm đổi tính một con người được. Dù anh đem nó vào chùa, vào nhà thờ hay nhốt nó vào tù cũng vậy thôi, làm sao thay tâm đổi tánh được? Mình cứ nói "thay tâm đổi tính" suốt như con vẹt mà chưa bao giờ nói như một nhà khoa học để biết rằng mình nói chính xác hay không chính xác. "Tôi nói hoài mà vợ tôi không chịu đổi tính nó" hay "Ảnh thì nóng tính, tôi nói hoài mà ảnh không thay đổi" hay "Nếu chồng/vợ tôi mà đổi tính thì hay quá !". Đã là tính cách, làm sao thay đổi được?

Người Mỹ yêu nhau thường nói : "Anh yêu em vì em là em, vậy thôi – anh yêu tất cả những gì em đang có" hoặc "Em thương anh, dù anh thế nào em vẫn thương anh". Trong tình yêu, người Mỹ họ thực tế hơn, khác với người châu Á: "Mong rằng khi thương em rồi thì anh sẽ thay đổi được tính của em, hoặc là em sẽ tự thay đổi được tính của em". Sau khi cưới nhau về, chẳng thấy người bạn đời đổi tính thì than thở vì đã lỡ làng một đời người, rồi trách móc "Nó chứng nào tật đó, nếu biết vậy thì...". Hậu quả này xuất phát từ sự hiểu lầm, sự thiếu sót trong vấn đề giáo dục. Nguyên nhân chính trong vấn đề khổ đau đó chính là vấn đề giáo dục.

Khả năng phát triển đầu óc của con người là vô tận. Mọi sự thay đổi là kết quả của sự phát triển. Vấn đề đặt ra là anh phải làm gì để phát triển? Thay đổi chẳng qua chỉ là hệ quả của sự phát triển mà thôi. Anh không làm cái chuyện phát triển mà anh làm cái chuyện thay đổi, thì làm sao được? Do đó, phải đi từ cái gốc. Cái gốc của sự phát triển là giáo dục.

Phải giáo dục gì và bằng cách nào?

Trước tiên, hãy nhìn giáo dục một cách khách quan và khoa học. Phải nhìn nhận rằng, nền giáo dục của chúng ta vẫn còn những khiếm khuyết. Trách nhiệm chúng ta là phải làm sao nhận ra và giải quyết những khiếm khuyết ấy. Chúng ta có trách nhiệm làm cho chính chúng ta, cho thế hệ chúng ta và cho con cháu chúng ta sau này. Do đó, cần đặt vấn đề giáo dục một cách nghiêm túc, cần phải đầu tư giáo dục không có giới hạn.

Khả năng phát triển của đầu óc chúng ta là vô tận. Mỗi người hãy tự trang bị, tự giáo dục, tự đầu tư cho mình, cho con cháu mình. Mỗi một sự tự đầu tư của chúng ta có tác động chung cho toàn xã hội, cho toàn dân tộc, nghĩa là chúng ta đã đồng thời đầu tư cho toàn xã hội.

Bây giờ anh đi làm từ thiện, cho tiền người bệnh, người bị thiên tai, người bị cháy nhà… thì chấp nhận được! Nhưng anh cứ đem tiền cho người ăn xin, người làm biếng không chịu làm việc hoài thì rắc rối lắm! Vậy nên, *ngoài những chuyện cấp bách, cái lớn lao nhất của từ thiện chính là phải tìm cách cho người ta sự thấy. Đầu tư cho con người phát triển sự thấy tức là đầu tư giáo dục. Đó mới là chân chính từ thiện.*

Vấn đề đặt ra là giáo dục cái gì? Anh phải biết nguồn gốc mọi sự thành tựu trong con người từ giáo dục mà ra là ở chỗ nào. Nếu anh không biết, anh giáo dục sai thì người đó cũng không phát triển được.

B. Hãy trải nghiệm hạnh phúc bằng thực hành

Đối với vấn đề giáo dục phát triển hạnh phúc gia đình, phải thừa nhận rằng, chúng ta còn đang tự mò mẫm. Hầu như chưa có trường lớp nào, khóa học nào mang tính chất sư phạm, khoa học cho vấn đề này. Ngay cả ở các nước có nền giáo dục tiên tiến, việc giáo dục phát triển tài năng con người đi liền với phát triển nhân cách rất được chú trọng, nhưng vấn đề hạnh phúc gia đình vẫn tồn tại như một vấn đề lớn vô cùng nan giải. Thật vậy, chúng ta cũng biết rằng mức sống tại Mỹ và châu Âu rất cao nhưng tỉ lệ các cặp vợ chồng li dị vẫn đang ngày càng tăng... Vậy chúng ta phải làm sao để giải quyết vấn đề rắc rối này? Trước nhất, chúng ta phải nỗ lực tự học. Chúng ta học để thấy một số vấn đề căn bản, đồng thời chúng ta phải tự giáo dục, tự hoàn thiện để phát triển bản thân, không còn cách nào khác trong lúc này.

Những cái thấy đem lại hạnh phúc

Tôi đề nghị quý vị lưu ý một vấn đề nữa trong hạnh phúc gia đình là mỗi người cần phải có quyết tâm. Vợ phải có quyết tâm, chồng cũng phải có quyết tâm. Phải tha thiết bằng cả tâm hồn lẫn hành động, không thể chỉ tha thiết trong ý nghĩ của mình. Quý vị phải mở ra sự thấy thế này, phải nhận thức trước rồi mới đi vào hành động được: **"Nếu gia đình của chúng ta thiếu hạnh** phúc, con cháu chúng ta sẽ khó khăn, chúng ta làm **ăn sẽ mệt mỏi, sống mà không hưởng được gì!"**.

Có người xem trọng bạn hơn vợ, hơn chồng, có người xem công việc ngoài xã hội lớn hơn đời sống gia đình. Quan niệm như vậy liệu có đúng không? Nếu như chúng ta không có một gia đình êm ấm thì công việc của chúng ta ngoài xã hội sẽ bị ảnh hưởng như thế nào? Chúng ta phải xem lại vị trí, tầm quan trọng và chức năng của gia đình, của hạnh phúc gia đình đối với toàn bộ sự sống của chúng ta và toàn xã hội. Chúng ta sẽ nhận ra rằng hạnh phúc gia đình vô cùng quan trọng, gần như nó là bước khởi đầu cho sự thành đạt của mỗi người. Nhận thức như vậy để chúng ta không xem bạn hơn vợ, hơn chồng mình. Chúng ta không thể xem người ngoài quan trọng hơn người trong nhà được!

Điểm lưu ý tiếp theo cần xem xét là liệu quý vị đã làm hết sức mình để xây dựng hạnh phúc gia đình chưa? Hay tưởng rằng mình đã làm đủ 100% khả năng, trong khi mới sử dụng có 1 - 2 % thì quý vị đã bó tay, bảo là đã làm hết sức mình rồi? Quý vị có chắc như vậy không ? Nguyên nhân là mình chưa thấy hết khả năng của mình!

Một cái thấy nữa là, **khi đối diện trong tình chồng** vợ, mỗi người phải tự biến mất bản ngã của mình **trước người phối ngẫu.** Người vợ hay chồng phải tự biến mất bản ngã của mình trong quan hệ vợ chồng trong gia đình. Nếu người vợ hay người chồng ở trong trạng thái biến mất bản ngã thì cái còn lại là gì? Cái còn lại không chỉ là hạnh phúc mà là trên cả hạnh phúc! "Hạnh phúc", nói theo kiểu người đời, chỉ là niềm vui nhỏ, niềm vui bên ngoài, chỉ ở bậc thấp. Niềm vui này cần thiết nhưng rất nhỏ, không lớn. Nhưng **hạnh phúc** khi ta xóa tan bản ngã trước chồng hay vợ là một hạnh phúc tràn dâng, sâu thẳm, là hạnh phúc thật. Là siêu hạnh phúc!

Đó là những nhận thức cơ bản mà quý vị trong gia đình Minh Triết phải biết. Nếu không biết chúng ta sẽ không tìm được con đường để xây dựng gia đình hạnh phúc. Không phát triển được cái nhìn thì chúng ta không thể tìm thấy con đường phát triển hạnh phúc. Cho nên, phát triển sự thấy, phát triển khả năng thấy chính là tiền đề dẫn đến tất cả mọi kết quả, là cái gốc căn bản của vấn đề này. Đây cũng chính là cái gốc căn bản của con đường mà tôi đang hướng dẫn quý vị vậy.

Các bài tập phát triển khả năng thấy

** Cái gì cản trở sự thấy phát triển?*

Phát triển khả năng thấy liên quan đến vấn đề: *Cái gì cản trở sự thấy phát triển?* Tôi đã nhiều lần nhắc đến, hôm nay tôi làm rõ thêm việc bản ngã từ đâu mà có? Đây chỉ là một sự hiểu lầm. **Sự thật là không có bản** ngã, không ai có bản ngã cả. Do đầu óc con người hiểu lầm nên bản ngã tạm xuất hiện như một bóng ma. Nhưng hiểu lầm kéo dài thì bóng ma này sẽ còn hoài. Cho đến khi nào chấm dứt sự hiểu lầm thì bóng ma này tự động biến mất. Vậy thì, bản ngã là không có, do chúng ta tạm thời hiểu lầm nên nó tạm thời xuất hiện. Tuy là tạm thời xuất hiện, nhưng vì sự hiểu lầm cứ duy trì lâu ngày khiến cho đầu óc thừa nhận nó như là một đặc điểm sống, cho nên nó tồn tại lâu dài và cản trở chúng ta hưởng thụ cuộc sống một **cách sâu sắc.**

Từ những nhận thức cơ bản đó, chúng ta phải kiên quyết thực hiện một bài tập thực hành trong đầu óc, để mở đường cho sự phát triển khả năng nhìn thấy từ bên trong bộ não của chúng ta. Cái thấy này sẽ mở ra con đường trong nhiều lĩnh vực khác nhau trong đời sống. Cụ thể trong lĩnh vực hạnh phúc gia đình, cái thấy sẽ mở ra con đường dẫn đến hạnh phúc. Cá nhân chúng ta, đầu óc chúng ta cản trở như thế nào mà cái thấy về hạnh phúc gia đình chưa đủ cường độ giúp ta khám phá con đường này? Đây là nhận thức cơ bản chính mà quý vị phải hiểu.

Bên cạnh đó, quý vị cần phải tập thêm một số phương pháp phụ. Những bài tập này sẽ giúp chúng ta khám phá, bổ sung và chứng minh được những nhận thức cơ bản trên. Nghĩa là, những nhận thức mà tôi đưa ra cho quý vị chỉ mang tính lý thuyết, bây giờ quý vị phải dùng hành động, việc làm của mình để chứng minh lý thuyết mà tôi đưa ra.

** Cung cách cư xử với các ông chồng*

Bây giờ tôi đề cập đến cung cách cư xử của các bà vợ đối xử với các ông chồng trước. Sau đó tôi sẽ nói về các ông chồng. Chủ đề này kéo dài rất nhiều buổi, xen kẽ giữa vợ, chồng, con cái, cha mẹ… Nó sẽ không theo thứ tự nào. Đây là vấn đề rất cơ bản, rất cần thiết. Quý vị học rồi giúp cho nhiều người khác.

Tôi đưa ra một ví dụ, quý vị hãy thử áp dụng bài tập sau đây để khám phá và chứng minh lý thuyết mà tôi đã đưa ra. Quý vị sẽ thấy được khả năng của mình trên con đường mở ra hạnh phúc gia đình là vô tận vô biên. Đó là mục tiêu làm việc của quý vị. Mỗi quý vị đang nghe tôi, đang học với tôi là một nhà khoa học có trách nhiệm chứng minh lý thuyết này là đúng. Từ đó tiến tới tự khám phá vô số giá trị chưa sử dụng đến của chính bản thân quý vị.

Chẳng hạn, khi người chồng ở sở làm về nhà, quý vị hãy tập một bài tập thế này: Quý vị chuẩn bị, sửa soạn tất cả để đón ông chồng về (tôi không bảo quý vị làm nô lệ mà là tập, là làm để chứng minh khả năng của mình). Đồ ăn ngon mình bày sẵn trên bàn, thông báo trước với các con giờ đó bố về cả nhà cùng ăn cơm. Phần mình, chịu khó sửa soạn gương mặt, tóc tai, quần áo một chút. Nghĩa là người chồng vừa bước vào nhà thì thấy người vợ là một con người tươi mới, từ quần áo tóc tai đến gương mặt. Giống như mình trang điểm để đón chồng về (chứ không phải cố tình làm cho đầu tóc, quần áo bù xù để cho ông ấy thấy bữa nay mình làm việc nhà cực quá. Mình tỏ ra nhăn nhó, mặt lớn mặt nhỏ. Làm vậy ông chồng chỉ có chán mà chết!). Hãy làm sao để chồng về thấy mình mới mẻ, nét mặt tươi cười, tóc tai đâu ra đó đàng hoàng, hấp dẫn! Phải làm sao cho mình đẹp hơn lên trong mắt chồng.

Người nào giỏi thì ứng dụng bài tập này nữa. Tức là bài tập này hướng cho quý vị làm thế nào để cho người chồng vừa về, thấy mình, đã mát con mắt. *Hơn nữa khi nhìn vào mắt mình, còn biết mình đang rất tha thiết với chồng.* Người chồng khi ấy chắc chắn là chỉ có tê tái trong người! Ngược lại, nếu người chồng mang tâm trạng sợ bị kiểm tra, sợ bị tra hỏi, sợ bị dòm ngó, chán chường buộc phải về chứ không muốn về thì phải coi chừng! Phải coi chừng xem mình có đang miệng tuy cười nhưng mắt thì liếc tới liếc lui, dòm qua dòm lại hay không? Nếu có là thất bại! Phải làm sao thể hiện được trong ánh mắt ý tứ: "Anh ơi, những gì em muốn dành cho anh nó đang hiện hết trong đôi mắt của em đây này!". **Thầm kín, sâu sắc, dễ thương, dễ chịu, tươi** mát, lôi cuốn, quyến rũ, tha thiết… là một loạt những **tính từ mà mỗi người vợ cần phải học.** Tôi nói chuyện này là nói cho những cặp vợ chồng thật sự mong muốn hạnh phúc, còn nếu quý vị nào không muốn thì không nên đọc bài này. Tôi đưa ra vài ví dụ như vậy, quý vị xem như một bài thí nghiệm mà tập làm thử.

Quý vị cần làm thế nào để khi người chồng vào nhà sẽ cảm thấy đây là nơi để nạp lại năng lượng, đây là một thế giới hòa bình. Đây là nơi trên thế gian này không có, chỉ ở chỗ này có thôi. Chỗ này giống như Chúa đang ở, Phật đang ở, hay tiên đang sa xuống vậy. Chỗ này không phải chỗ của người bình thường, vì người bình thường hơn thua, chém giết, tra hỏi nhau suốt ngày. Chỗ này là chỗ ban cho, phụng sự, phục vụ, thương yêu. Mà chỗ của Chúa, của Phật còn thiếu sự hấp dẫn, lãng mạn, tình tứ. Chỗ của Chúa, của Phật như niềm mơ ước, chỉ có trong kinh chứ không có ngoài đời. *Chỗ này còn hay hơn, cao cấp hơn, thực tế hơn trong kinh ở chỗ nó có yếu tố tình tứ.* Thiếu yếu tố tình tứ này là không xong!

Yếu tố tình tứ là yếu tố cơ bản, là chất keo bí mật, vô cùng tế nhị, khó thấy nhưng không thể thiếu trong tình cảm vợ chồng. Đây là chất keo quan trọng nhất. Phật có tra khảo ai đâu? Chúa có tra khảo ai đâu? Người ta muốn gần Chúa, gần Phật là vì vậy. Có tội cũng được tha thứ, có lầm lỡ cũng được tha thứ. Mà còn được nâng niu, chiều chuộng nữa… Phật hay Chúa thật ra chỉ thiếu kiểu tình tứ như vợ chồng thôi!

Quý vị hãy thí nghiệm thử xem khả năng của mình đến đâu. Tôi nói có đúng không? Có đúng là khả năng của mình là vô tận, vô biên hay không? Thật vậy, đó là một thứ tài năng. **Ít nhất, người vợ phải có tài thay đổi** được chính mình và làm thay đổi ngày càng tốt hơn về trạng thái đời sống tinh thần của người chồng.

Nghệ thuật thể hiện sự chân thật

Mình cộc lốc khô cằn là do cái đầu mình cứng chứ không phải mình không có khả năng làm cho nó mềm. Mình nói: "Ui, tôi lúc nào cũng thật thà, lúc nào cũng chân chất. Tôi không điểu giả, đầu môi chót lưỡi. Tôi không trang trí để dụ dỗ chồng tôi". Nói như vậy là hiểu lầm. Tất cả những việc mình làm không phải là sự lừa dối mà thể hiện sự đặc biệt của mình. Nếu không làm thì mình là kẻ lười biếng, thiếu trách nhiệm với việc xây dựng hạnh phúc gia đình chứ không phải thật thà. Nếu có thật thà, thì nó đúng như câu ông bà ta hay nói "thật thà là cha đứa dại". Cho nên, người vợ thật thà, hồn nhiên với chồng là tốt, nhưng phải có cách thể hiện sự thật thà, chân chất ấy như thế nào để lôi cuốn được người chồng, làm cho cuộc sống gia đình tốt lên. Đồng thời mình cũng được thưởng thức và cảm thấy vui sướng với cách thể hiện của mình. Vậy thì, phải thể hiện như thế nào đây?

Có hai cách thể hiện sự chân chất, thật thà. Về mặt sâu thẳm nó nằm trong ánh mắt của mình. Về mặt hình thức, nó như là mình không phải người chân chất mà giống như người đóng kịch, người khéo môi khéo miệng, khéo biểu diễn. Tự mình nghĩ rằng mình biểu diễn nhưng thật sự không phải. *Tất cả hình thức duyên dáng, uyển chuyển, đằm thắm thể hiện bên ngoài… đều cần thiết. Nhưng rất cần sự trung thực sâu thẳm nằm trong ánh mắt của người vợ để người chồng nhìn vào mắt mình thì biết mình đang tha thiết cái gì, biết mình như thế nào. Tất cả sự sâu thẳm nằm gọn trong ánh mắt đó!* Nếu đôi mắt mình hờ hờ hững hững, nụ cười cũng hờ hờ hững hững, không sâu sắc, nhiệt tình, nồng nàn (đó là chưa kể sự khó chịu, vô duyên…) thì chẳng khác nào mình đang mở cửa tù cho ông chồng bước vào. (Tôi sẽ nói vế ngược lại cho các ông chồng trong các buổi sau).

Đứng trước người chồng, quý vị cần phải xóa tan đi bản ngã của mình. Như thế nào là cư xử, ăn nói đầy bản ngã? Chẳng hạn như sau: "Tôi là vợ ông đây. Tại sao đi làm giờ này mới về? Tại sao áo ông buổi sáng tôi ủi rồi bây giờ thấy nhăn? Quần tại sao xốc lên xốc xuống thế này?". Ngoài ra, còn ráng luyện cái mũi để hít mùi lạ, chưa kể chuyện hay nghi ngờ "Tại sao hôm nay ông không để điện thoại trên bàn mà lại bỏ trong túi, chắc là có chuyện gì đây?", rồi lục lạo trong bóp ví, trong máy tính, điện thoại… Chúa không làm vậy, Phật không làm vậy, tiên nữ cũng không làm vậy! Nếu là Phật, Phật thấy điện thoại để trên bàn, chồng muốn công khai hóa sự trong sáng của chồng, thì mình, làm công việc của vị Phật, sẽ nói: "Anh à, anh đi đâu thì mang điện thoại theo đó chứ bỏ quên trên bàn lỡ ai gọi anh không gặp thì sao". Vị Phật không mừng rỡ khi thấy điện thoại để trên bàn, cũng không

dự định thừa lúc chồng đi tắm mà xem lén! Nếu lỡ có mở ra và thấy những tin nhắn không vừa ý mình thì cũng thông cảm, xem như mình hoàn toàn không biết gì. Nhưng tốt nhất là đừng xem! Đó là những ứng xử ban đầu.

Việc gì cũng vậy, bước đầu bao giờ cũng quan trọng nhất. Giống như khi học nhảy đầm, nếu bước đầu mình nhảy trật thì tất cả bước sau sẽ rối hết. Cũng vậy, lúc mình mở cửa đón chồng mà trật rồi thì từ đó cho đến tối là rắc rối hết. Cả một đêm đó sẽ rắc rối cho đến sáng hôm sau. Sự rắc rối cứ mãi tăng lên. Mình lại ngồi than thân trách phận "Sao kiếp mình khổ thế này? Đời quả thật là bể khổ? Làm kiếp con người quả là khổ quá!". Mình nghĩ đến ông bà, cha mẹ mình rồi thấy họ cũng khổ. Mình lại bảo "kém tu, nghiệp chướng nặng nề". Đơn giản là ngay bước đầu tiên đã đi sai nhịp thì mình phải gánh lấy hậu quả suốt cả đêm dài.

Nếu bước đầu tiên, mình bỏ mất bản ngã đi và đi đúng nhịp, thì đêm đó mình sẽ bảo: "Đời là thiên đàng tại thế". Vậy thì, thiên đàng hay địa ngục phụ thuộc vào bước đầu tiên, tùy mình xử lí. Còn đời là đời, nó bình thường vậy thôi. Đời là tờ giấy trắng, trên tờ giấy trắng, muốn vẽ gì thì tùy mình. Vẽ quả táo hay con rắn, tùy mình. Đó là bước đầu tiên khi chồng về nhà.

Bước tiếp theo là chuẩn bị cơm nước, đồ ăn ngon. Mình phải lắng nghe khẩu vị của người chồng, thậm chí phải thuộc làu khẩu vị của chồng lúc chồng 11 tuổi! Không thể sống liều mạng bằng sự chân thành. Quý vị cứ bám cứ chấp vào sự chân thành có ngày người chồng sẽ nói: "Tôi chán chết vì cái sự chân thành của bà! Tôi muốn bà hay chứ tôi không muốn bà chân thành". Đương nhiên là phải chân thành, nhưng đừng ỷ lại vào sự chân thành mà phải biết cách thể hiện sự chân thành qua một nghệ thuật đặc biệt - sự chân thành chỉ chứa đựng trong con mắt sâu thẳm mà thôi.

Sau khi cùng ăn cơm thì chuẩn bị một việc gì đó, đơn giản nhẹ nhàng, cho chồng con cùng tham gia, để tạo không khí chung trong gia đình.

Tăng cường sự chia sẻ cảm thông

Ví dụ, ông chồng vừa về lại có hẹn ngay với ai đó phải quay lại, thì mình thông cảm "Khổ thân anh! Cũng vì ba cái công việc để nuôi vợ, nuôi con. Anh vừa về lại phải đi nữa rồi, có thể tối nay không về nhà."

Người vợ phải tăng cường sự thông cảm và chia sẻ sự căng thẳng của người chồng thay vì thắc mắc, hỏi han, điều tra, xét hỏi. Bởi vì, người chồng nếu muốn làm chuyện dối gian thì có muôn phương nghìn kế để làm, không thể kiểm soát được. Cho nên, hãy thông cảm, chia sẻ, khuyên lơn "Anh ráng sắp xếp làm sao không để cực thân anh quá!", thay vì nghi ngờ, tra hỏi, dò xét chồng khi đi mang theo cái gì, có cái gì mất không, quần áo có thiếu cái nào không? Lúc nào trong đầu cũng nghi ngờ ông chồng tức là đang mang cái họa vào thân. Mình là ai thì nó thể hiện trong ý tưởng của mình như vậy. Mình sống vui hay sống buồn đều thể hiện trong ý tưởng của mình. Lúc nào cũng để sự khó chịu về chồng trong đầu thì chính mình mang họa trước. Cái họa đó mình gánh suốt cả đời, rồi lây sang con.

Nếu mình không để cái đó trong đầu mà luôn thông cảm. Chồng lỡ có sai lầm cũng không thấy chồng có lỗi, mà nhẹ nhàng khuyên lơn : "Anh à, ai cũng có lúc sai lầm, anh đừng buồn. Đàn ông ai cũng vậy, nhiều khi không điều khiển được cảm xúc và ý nghĩ của mình nên để cho người ta dễ dàng tiếp cận, tấn công. Chuyện lỡ rồi, chứ em biết anh là người cao quý, anh không làm những chuyện đó. Anh lúc nào cũng yêu em yêu con. Em không cho rằng đó là lỗi lớn của anh. Thôi anh rút kinh nghiệm, tìm cách xa cô đó đi".

Đối với chồng lúc nào mình cũng thương, cũng mến, cũng quý, lúc nào cũng có hình ảnh tốt trong đầu là mình đang xây dựng cái ruộng phước điền trong đó. Vậy quý vị chọn cái nào, phước hay họa? Tùy quý vị! Cứ làm thử sẽ biết. Cho nên, mình là ai đều do ý tưởng trong đầu mình quyết định. **Nếu có ý tưởng tốt, biết** thông cảm, không để ý những chuyện tầm thường, thì dần dần mọi sự rắc rối, trắc trở, gia đình có nguy cơ **đổ vỡ sẽ tốt đẹp trở lại.** Quý vị hãy làm thử bài kiểm tra này.

Đừng xem thường cách ăn mặc

Đừng xem thường sự ăn mặc*. Đừng xem thường sự duyên dáng liên tục khi ở trong nhà đối với chồng.* Bởi vì ngôi nhà này là một thế giới hòa bình, lãng mạn. Không thể thiếu tính chất lãng mạn này. Cho nên, phải tự mình sửa soạn sao cho dễ coi. Ở trong nhà ăn mặc gọn gàng là được, đừng suốt ngày gò bó, vận khăn đóng áo dài. Áo dài khăn đóng chỉ dành đi dự lễ, trong nhà thì sạch sẽ, gọn gàng, đơn giản, hòa bình và phải thêm chút lãng mạn.

*V***ai trò của người phụ nữ là tạo môi trường lãng mạn và hòa bình.** Môi trường đó chỉ có ở trong nhà, ở ngoài đường không thể có. Ngoài đường có lãng mạn nhưng không hòa bình. Ngoài đường có chiến tranh, có chém giết, có thủ tiêu, có bẫy cài, có mồi nhử. Còn môi trường lãng mạn trong nhà, giữa hai vợ chồng, là hoàn toàn hòa bình. Nơi đó, Chúa, Phật, tiên thánh ở. Hơn nữa, Chúa, Phật đều lãng mạn hết. Ông chồng sẽ chọn ở đâu? Sự lãng mạn trong chiến trường đầy chông gai hay sự lãng mạn hòa bình an toàn ở nhà? Quý vị tự quyết định lấy! Dứt khoát không khí trong gia đình quý vị phải hòa bình và lãng mạn!

Hai yếu tố cơ bản người phụ nữ cần phải biết, đó là: yếu tố hòa bình và yếu tố lãng mạn. Hè năm 2009, lúc tôi đến thăm gia đình Phổ Hiền, nhìn thấy Tịnh Phước, lúc ấy đang mang bầu sắp sinh, ăn mặc thật ảo não. Nhưng đến mùa hè năm sau, năm 2010, tôi thấy cô ấy biết ăn mặc, chải chuốt đầu tóc, trang điểm đẹp như bức tranh. Trong nhà, lúc nào ăn mặc cũng lịch sự, tươi mát. Phổ Hiền đi làm, không ngủ bên ngoài, phải lật đật về nhà. Bởi vì trong nhà có Phật, có tiên, có thánh hiền mà lại có lãng mạn cho nên phải về nhà! Ở ngoài, có chút lãng mạn nhưng nguy hiểm, không thể nào an toàn được... Tôi rất khen, nhưng quý vị phải duy trì. Đó chính là cách để quý vị xóa tan bản ngã, không phải là tô vẽ, đừng hiểu lầm! **Do tạm thời xóa tan được bản** ngã nên mình tự sáng tạo, tự tái tạo như vẻ đẹp thiên **nhiên. Sự tái tạo này rất tự nhiên.** Mới nhìn thì giống như đóng kịch, nhưng sự thật không phải là đóng kịch. Ít có người thấy được. Đó là kết quả tự nhiên khi chúng ta xóa tan được bản ngã.

Ông thần "May Mắn"

Để duy trì niềm vui bên trong tâm hồn thì mình phải phát đại nguyện liên tục thực hành cho đầu óc luôn luôn được tỉnh táo để tìm thấy cách sống hạnh phúc trong nội tâm và trong

gia đình, đồng thời sẵn sàng chia sẻ và giúp đỡ người khác tìm thấy con đường sống hạnh phúc trong nội tâm và trong gia đình của họ. Đây là điều quan trọng nhất. Sau khi phát đại nguyện xong mình phải làm việc. Nếu mình không tìm những công việc cụ thể để thực hiện lời cầu nguyện đó thì dứt khoát không duy trì được niềm vui, may mắn cũng như không phát triển được nội tâm. **Bởi vì niềm vui nội tâm mang** lại không khí tốt đẹp và chiêu cảm nhiều may mắn cho gia đình. Đó là cách chúng ta tự phát triển năng lực tạo may mắn cho gia đình của mình.

Thông thường ở đời may mắn chỉ đến một lần, bây giờ muốn may mắn đến hoài thì phải dùng nội tâm của mình mà tạo may mắn. Nghĩa là tạo ra môi trường hay điều kiện khiến cho ông thần may mắn cứ đến nhà mình hoài. Hoặc nếu ông ấy có đi đây đi đó thì cũng nhớ và trở về với gia đình mình.

Con người có khả năng kêu ông thần may mắn đến. Đây là chuyện có thật 100% không hề huyễn hoặc. Tức là con người có khả năng tạo môi trường cho ông thần may mắn hay tới lui thăm nhà của mình. Mình muốn ông ấy tới hay không tới là tùy mình.

Nhưng, khi ông thần may mắn đến mà không biết giữ thì ông ấy sẽ đi, đi mà không trở lại. Một trong những cách giữ là không được tham. Ông bảo đưa tay ra, nếu mình đưa cả hai tay thì ông sẽ không cho, nếu ông yêu cầu đưa một tay mà mình chỉ đưa một ngón, chỉ xin một chút may mắn đủ xài, còn lại xin ông cho người khác thì ông sẽ cho. Nếu mình đưa một tay thì ông cũng sẽ cho nhưng ông sẽ không khen. Còn đưa một ngón thì ông sẽ vui, bảo rằng người này hay quá, mặc dù ông không nói nhưng ông sẽ đến hoài. Do đó, "xài một ngón tay" thì mình không bao giờ sợ mất ông thần may mắn. "Xài một bàn tay" thì ông không đến nữa. Còn "đưa hai bàn tay" thì ông bỏ đi luôn. Vì vậy, phải biết cách làm quen, biết cách giao tiếp với ông thần may mắn.

C. Tạm kết thúc

Tôi gợi ý những vấn đề cơ bản như vậy để cho quý vị phụ nữ trở thành suối nguồn đặc biệt, vừa thiêng liêng vừa sáng tạo, vừa sâu thẳm, vừa khó hiểu, vừa hấp dẫn, vừa lôi cuốn, mà lại vừa hòa bình. Đó là những đặc điểm đặc biệt của người phụ nữ khi xóa tan được bản ngã. Cách xóa tan bản ngã là đừng đề cao việc kiểm soát, đừng đề cao sự chế ngự, sở hữu chồng. Đừng cho rằng vì yêu nên ghen, vì yêu nên phải giữ chồng không cho sa ngã, vì yêu phải kiểm tra chặt chẽ tất cả mọi hành vi, mọi quan hệ liên quan đến chồng mình. Làm như vậy không phải là yêu, là quan tâm đến hạnh phúc gia đình, mà là thể hiện bản ngã ngu dốt. Đó là một cách ngụy biện của bản ngã.

Tôi đề nghị quý vị nữ trong gia đình Minh Triết tiên phong làm thí nghiệm. Tôi thấy có vài vị đã thực hành khá tốt. Nhưng cũng đừng nghĩ rằng mình thí nghiệm để chinh phục ông chồng, không cho ông sa ngã vào đâu khác ngoài mình. Không nên nghĩ như vậy! Mình học cách để phát triển vẻ đẹp vốn có, không phải làm để nắm chắc ông chồng trong tay, không cho ông ấy đi với ai. Không nên đặt mục đích tầm thường như vậy. Nếu không, một ngày nào đó, quý vị sẽ bị thất vọng, không thể đạt được hiệu quả lâu dài.

Mục đích việc mình làm là để phát triển những phẩm chất cao quý của vẻ đẹp bên trong mà lâu nay mình chưa biết, chưa để ý đến. Đó chính là con đường tất nhiên dẫn đến hạnh phúc.

Vấn đề phát triển hạnh phúc không còn là ý muốn của con người nữa. Nó là một hệ quả tất nhiên. Nhiều người tâm sự với tôi "Thầy à, con đã làm hết sức mình mấy chục năm rồi, con là một người rất trung thực, nhưng bây giờ con bó tay". Là mình hiểu nhầm thôi! Mình làm chưa được 0,1% khả năng của mình mà cho rằng đã làm hết sức. Có thể nói mình chưa làm gì hết. Lý do là mình chưa thấy. Cái mình thấy và đã làm rồi là cái không cần thiết, còn quá nông cạn. Chỉ mới làm sơ sài bên ngoài thì không thể có hiệu quả được. Nó chỉ là cái vốn hời hợt do người đời tổng kết lại chứ không phải là vốn quý sâu thẳm trong con người mình. Cho nên mình cố công, cố gắng mấy chục năm chỉ để làm cái chuyện hời hợt mà kinh nghiệm của người đời khuyến khích. Còn phần tài sản sâu thẳm mình chưa hề thấy, chưa hề biết, chưa hề đụng đến nó bao giờ. Do đó, quý vị không thể nói "tôi đã làm hết sức mình rồi" được.

Vừa rồi tôi đề cập chỉ một phần nhỏ dành cho quý bà. Chuyện quý bà còn kéo dài nhiều buổi nữa. Quý vị sẽ nhận thức thêm.

Bài này tôi tạm dừng tại đây. Tôi cho rằng bài này vô cùng quan trọng cho quý vị. Các phụ nữ trong gia đình Minh Triết là những người vợ gương mẫu, khoa học, nghệ thuật, thánh hiền, lãng mạn trong vai trò của mình để cung cấp năng lượng cho hạnh phúc gia đình cũng như xã hội.

Trong đầu mình chất chứa
đủ thứ mà mình không nhìn
thấy đó là tai họa!



IV - Giá trị mới vô tận của phụ nữ



Những gì chúng ta đạt được mới chỉ là một phần rất nhỏ, không đáng kể và vì chủ quan chúng ta cho như vậy là đủ rồi. Vì vậy, chúng ta chưa thưởng thức được những điều hết sức vi diệu trong tâm hồn, chưa chạm đến những điều thực sự hay.

Chúng ta cùng thực hiện bài tập thiền một phút cho tâm hồn thanh tịnh, để dễ nghe, dễ chia sẻ. Quý vị hãy nhắm mắt lại, quên hết tất cả chuyện đời, chuyện trong gia đình, chuyện ngoài đường phố. Không để bất cứ chuyện gì trong đầu. Quý vị hít vào, thở ra, nhẹ, sâu. Thưởng thức khí ôxy đang làm tươi mát bộ não. Đẩy khí xấu trong người ra ngoài. Chúng ta bắt đầu!

Quý vị trong gia đình Minh triết vừa học vừa phổ biến chương trình mình đã học, giúp đỡ những gia đình khác bớt khổ đau, phát triển hạnh phúc. Đồng thời, quý vị cũng góp phần giảm bớt những tệ nạn gia đình đang ngày càng trở nên nghiêm trọng, như vợ chồng đánh nhau, cha mẹ hành hạ con cái, con cái hư hỏng, hút xách, chơi bời, gia nhập băng đảng trộm cướp…

Tình trạng trên ngày nào quý vị cũng nghe thấy trên báo đài. Vậy thì do đâu? Nếu đổ lỗi cho xã hội thì cũng đúng một phần, nhưng nguyên nhân cơ bản vẫn là do giáo dục gia đình. Đa số chúng ta đều được học hành, nhưng chúng ta không biết sống thế nào để được hạnh phúc. Sự thật là hơn 90% gia đình trong xã hội chúng ta không có hạnh phúc.

Rõ ràng, giáo dục gia đình không tốt dẫn đến gia đình tan nát, không có hạnh phúc. Nhưng thử nghĩ xem, nguyên nhân thật sâu xa của vấn đề này là gì? Chính là do cái đầu! Do cái đầu không chuẩn. Mà nói đến cái đầu là nói tới cái nhìn. Đương nhiên, khi cái nhìn không chuẩn, không chính xác thì chắc chắn chúng ta sẽ suy nghĩ sai, đưa ra ý tưởng sai, từ đó dẫn đến hành động sai.

Tôi có trao đổi mấy câu chuyện vui với các doanh nhân Minh Triết. Trong đó tôi mượn câu chuyện Bồ Tát Trì Thế, trong kinh Duy Ma Cật, từ chối Đức Thích Ca, không dám dẫn đoàn đệ tử của Đức Thích Ca đến thăm bệnh ngài Duy Ma Cật. Bởi vì Bồ tát Trì Thế có lần đã

nhìn lầm ma nữ thành tiên nữ, nhìn lầm các thủ lĩnh ma là Chư Thiên. Lúc bấy giờ ngài Duy Ma Cật đi ngang qua, nhìn thấy tình trạng Bồ tát Trì Thế đang thuyết giảng cho ma mà lại tưởng mình đang thuyết giảng cho người cõi Trời, ngài Duy Ma Cật bèn cảnh cáo Bồ Tát Trì Thế. Câu chuyện vui ở chỗ theo huyền thoại trong kinh, Bồ tát Trì Thế là vị Bồ tát có trách nhiệm hộ trì thế gian. Thế mà ngài lại nhìn ma thành tiên, tưởng nhầm ma là Chư Thiên!

Quý vị thấy đó, Bồ tát nhìn còn nhầm lẫn huống hồ chi là con người? Kinh điển tôn vinh Bồ tát là bậc siêu phàm, con người khi gặp hoàn cảnh khó khăn, tuyệt vọng thường cầu xin các vị Bồ tát giúp đỡ. Nhưng nếu chẳng may cầu trúng ông Bồ tát thấy gà ra vịt, thấy vịt ra ngỗng, thấy ngỗng ra bồ câu thì sẽ ra sao?

Tôi nói như vậy để quý vị thấy việc chúng ta nhìn sao cho đúng, cho chính xác và khách quan như một nhà khoa học không phải dễ. *Chúng ta quen nhìn theo chủ quan, tư kiến, kinh nghiệm, đánh giá của mình, quen nhìn qua một đám mây mờ, nào là thương, ghét, hận thù, thành kiến, đố kỵ, ích kỷ, hẹp hòi, bản ngã, cái tôi… Những cách nhìn như vậy tạo thành nhiều loại mây vần vũ trong đầu óc của chúng ta. Cho nên, dù có sự can thiệp tốt của con mắt Phật tính chăng nữa, cũng không làm sao nhìn rõ được. Ngặt là, tuy nhìn không rõ không đúng, nhưng vì không nhận thức được, chúng ta vẫn tin chắc là mình nhìn rõ nhìn đúng, từ đó dẫn đến những hành xử sai lầm.*

Chúng ta cứ sống, làm việc và thấy những việc ngoài đời qua hàng loạt đám mây mờ như vậy, cho nên dù mình đang thức, cũng không khác gì người mơ ngủ - giống như mình đang chiêm bao, cũng đầy đủ cảm xúc hỉ, nộ, ái, ố, nhưng không có thật, không chính xác. Ví dụ, trong chiêm bao, mình thấy mình đang cãi nhau, nhưng khi tỉnh giấc, mình mới biết đó là chiêm bao chứ không phải sự thật. Chúng ta phải thấy rõ nguyên nhân nằm ở chỗ này.

Tự giáo dục

Nếu chúng ta chỉ dừng ở chỗ đổ lỗi hết cho giáo dục, cho xã hội mà không thấy được trách nhiệm cá nhân trong vấn đề tự giáo dục mình một cách sâu sắc nhất, thì chúng ta chưa nhìn thấy được tận gốc của vấn đề.

Điều đáng nói là, cho dù chúng ta có bổ sung thêm tư liệu, kiến thức gì đi nữa cũng không thể nào giải quyết được vấn đề mất hạnh phúc một cách căn bản. Bởi vì không có bất cứ một tài liệu hay khuôn mẫu nào có thể giải quyết căn bản vấn đề hạnh phúc gia đình và hạnh phúc cá nhân. Cũng không có bất cứ kinh sách, tôn giáo hay nhà khoa học nào có thể giải quyết được. Nếu chúng ta cứ đi theo con đường tìm kiếm kiến thức bên ngoài, chắc chắn không có kết quả.

Con đường Thiền Minh Triết mà tôi đang hướng dẫn quý vị, không phải là con đường đi tìm kiếm giải pháp trong sách vở, nâng cao kiến thức. Kiến thức hay giải pháp trong sách vở là cần thiết, nhưng chưa thật cần ngay bây giờ. *Điều quan trọng trước tiên, chúng ta phải thấy rõ được nguồn gốc, rồi tập làm sao để phát triển được những điều tốt lành ngay từ trong nguồn gốc này, thì tự nhiên sẽ chặn đứng được tất cả.*

Thật ra, chúng ta cũng chẳng cần phải đi đâu để tìm kiếm giải pháp hay kiến thức. Bởi chính sự trải nghiệm tốt lành khi chúng ta khám phá, thực tập sẽ phát triển sự tuyệt hảo bên trong con người chúng ta, và chính chúng ta là người viết ra những kiến thức từ trong thực tế trải nghiệm để cung cấp lại cho cuộc sống. Chứ chúng ta không phải là người đi tìm kiến thức để bổ sung cho đầu óc. Vì càng mải mê tích luỹ kiến thức, con người càng đi vào sự bế tắc.

Làm sao để giải quyết những đám mây mờ trong đầu óc? Tôi hướng dẫn quý vị đã nhiều năm tháng, bây giờ quý vị phải tập, không nên mỗi ngày lại học cái mới, vì chẳng có chuyện gì mới cả. Chúng ta phải kiểm tra sự thực tập. Chúng ta không thể hiểu vấn đề sâu thẳm bằng cách tìm kiếm sự giải thích đâu đó trong sách vở. Chúng ta phải hiểu và khám phá sự sâu thẳm bằng cách thực hiện một số phương pháp. Tôi tạm gọi là **phương** pháp Thiền Minh Triết.

Đừng tin vào những gì mình đã tin

Phương pháp đó là gì? Quý vị phải đủ can đảm, **đừng tin vào những gì mình đã tin**. Mặc dù phương pháp đơn giản như vậy nhưng không phải dễ làm. Nhiều người nói với tôi : "Nếu không tin vào những gì mình đã tin thì mình không phải là người sao Thầy?". Tôi bảo: "Nếu mình tin những gì mình đã tin, có khi mình không phải là người thật chứ không đùa!". Có nghĩa là mình không còn là người minh mẫn nữa!

Tất cả mọi kinh nghiệm chúng ta dùng để xây dựng hạnh phúc gia đình trong ngày hôm qua đều đã lỗi thời. Cho nên chúng ta phải mỗi ngày mỗi mới. Muốn mới thì đừng tin những gì của ngày hôm qua, đơn giản vậy thôi. Đừng tin những gì mình đã tin, bất kể đó là chuyện gì. Đừng tin vào bất cứ kiến thức, khả năng, kinh nghiệm của mình hoặc một tác phẩm, tác giả, phương pháp, khuôn mẫu, công thức nào… Kể cả chuyện tin Phật, tin Chúa, tin thánh thần… bây giờ cũng đừng tin nữa!

Để cái đầu tự do

Không tin nữa để làm gì ? Vấn đề này không liên quan gì đến tôn giáo hay thần linh. Đừng bị huyễn hoặc bởi những người chỉ vì muốn bảo vệ quyền lợi của họ, xuyên tạc, bày vẽ ra đủ thứ hình thức tâm linh. Họ ưa lý sự, trong đạo ngoài đạo, để cột đầu cột cổ tín đồ. Mình là người khôn, không phải người ngu, chẳng có người nào cột đầu cột cổ mình được.

Quý vị hãy chống lại sự nô lệ hóa của người khác. Họ muốn mình trở thành kẻ nô lệ thì mình chống lại. Tại sao tôi nói "đừng tin" ? Vì cái đầu của mình rất hay, tính Phật của mình tuyệt hảo, hễ anh tin thì tính Phật của anh sẽ phục vụ cho chuyện anh tin, mà anh đã tin thì cái đầu anh trở thành cái khuôn cứng nhắc. Trong đầu anh không còn sự cởi mở nữa, cái gì không trúng khuôn anh thì anh chống lại, cái gì trúng khuôn thì anh đồng ý. Cái đầu của anh trở thành nô lệ, khuôn mẫu cứng nhắc!

Một cái đầu như vậy làm sao phát triển được những điều tốt đẹp? Trong khi khả năng của cái đầu là vô lượng vô biên, không có khuôn mẫu gì hết. **Khi không** lệ thuộc bất kỳ khuôn mẫu nào, thì cái đầu chúng **ta sẽ ở trong trạng thái tuyệt hảo.** Cho nên, tôi nói

chuyện này là nói với người minh mẫn, tiến bộ, thật sự muốn thay đổi cuộc đời. Tôi không nói cho người lười biếng, đầu óc u mê ám chướng, cố chấp.

U mê ám chướng, cố chấp đồng nghĩa với lười biếng, lười suy nghĩ, lười suy tư, lười nghi vấn, lười lao động, không có sức cố gắng trong cuộc sống và thiếu trách nhiệm với chính mình. Những người đó thường phủ lên mình những lớp áo đẹp nào là tín ngưỡng, đạo đức, con đường lý tưởng, thiên đàng… Vẽ lên đầu mình nhiều màu sắc khác nhau để che đậy sự thiếu trách nhiệm của cá nhân mình đối với chính mình cũng như cuộc sống hạnh phúc thực sự của chính mình.

Cho nên công việc căn bản nhất, mục đích và nhiệm vụ lớn lao nhất của tất cả quý Hiền giả Minh triết đang học tập phương pháp này là: hãy để cái đầu hoàn toàn tự do với tất cả mọi thông tin, từ chính trị, văn hóa, kinh tế, quân sự, báo chí, văn chương, triết học, lịch sử… mà mình đã nhập vào qua hai lỗ tai, hai con mắt. Cái đầu chúng ta chụp hàng triệu triệu tấm hình qua hai lỗ tai, hai con mắt rồi chứa đầy cứng trong đó. Chúng ta phải tìm cách tự do với những thông tin đó. Nào là thiên đàng, địa ngục, trung đạo, không trung đạo, quan niệm triết học, quan niệm đạo đức…

Trong đầu mình chất chứa đủ thứ mà mình không nhìn thấy đó là tai họa! Mình lại còn cho rằng mình đã trưởng thành. Anh cho rằng anh là một người có học thức. Anh sinh ra trong gia đình gia giáo. Bản thân anh có gia phong tốt. Anh biết hết, nghiên cứu hết...

Khi nào quý vị dám không tin vào sự vĩ đại của mình, dám nghi ngờ sự vĩ đại đó và chối bỏ nó, thì bấy giờ một thế giới khác hoàn hảo sẽ hiện ra trong đầu óc của quý vị. Vì vậy, quý vị hãy vứt bỏ tất cả mọi thứ trong đầu óc. Khi quý vị bỏ sạch hết tất cả mọi kiến thức đã nghe, đã chụp, đã hiểu, đã chứa thì quý vị sẽ có cơ hội nhìn thấy một thế giới hoàn toàn mới mẻ, kì lạ, diệu vợi, đẹp đẽ không thể nghĩ bàn. Đó là lợi ích của phương pháp Duy Tuệ. Quý vị thực hành rồi thì chính quý vị sẽ thấy rõ việc gì xảy ra.

Một số vấn đề trở ngại đầu óc tự do

Một con người chứa trong mình quá nhiều thứ linh hồn, những linh hồn đó cấu xé lẫn nhau, người ấy không còn làm chủ được mình nữa. **Đó là ảnh hưởng của nhiều luồng thông tin trong quá khứ, từ các nguồn khác nhau, nhét vào trong đầu, khiến đầu óc chúng ta bị che mờ, dẫn đến sống tư kiến, mù quáng và thực sự là sống mà không hưởng được gì.** Cuộc sống của anh có tiền đó, có lanh lợi đó nhưng hạnh phúc không có. Hôm nay vui một chút, ngày mai gục đầu xuống bàn. Hôm kia vui một chút, ngày mốt cảm thấy tuyệt vọng, hoang mang. Con dạy không được, vợ nói không nghe. Tối ngủ không yên giấc, mệt mỏi chán chường, thở dài thở ngắn. Thế nhưng, ra ngoài xã hội giao tiếp thì miệng mỉm cười, mắt lim dim giống như một vị đại hiền triết. Những hành động của người ấy chứa đựng sự ê chề, không hài lòng. Tất cả đều che giấu nỗi thảm sầu, tuyệt vọng sâu trong tâm hồn một con người sống cố chấp.

Nếu chúng ta không để đầu óc mình bị trở ngại thì chúng ta sẽ là một con người hết sức độc đáo, kì diệu vô cùng. Con người độc đáo không phải là con người có nhiều kiến thức.

Con người đó biết rõ sự sâu thẳm trong tâm hồn, can đảm đánh tan toàn bộ mọi công thức, mọi sự đóng khung và trở thành con người tự do.

Có người hỏi: "Lão tử dạy gì?". Người kia trả lời: "Không biết, anh biết không?". "Tôi biết chứ, để tôi nói cho nghe!". So sánh lại, chính vì anh biết nhiều thứ quá, nên đời anh chẳng ra gì về mặt hạnh phúc của tâm hồn. Đời sống tinh thần anh chẳng có gì sung mãn cả. Anh ôm một đống kiến thức làm cái đầu anh nặng thêm. Giống như cái máy tính, nếu chứa quá nhiều dữ liệu thì không thể hoạt động tốt được. Do đó, phải lấy bớt dữ liệu ra và lưu vào ổ cứng rời bên ngoài, để cái máy luôn trống, không chứa dữ liệu gì. Khi nào cần tham khảo Khổng Tử hay Lão Tử thì lấy ổ cứng rời nối vào máy, bật lên kiếm Lão Tử hay Khổng Tử. Xong rồi rút ổ cứng ra để cho máy hoạt động tốt. Cái máy lúc nào cũng ở tình trạng trống, không chứa gì nhiều mà chứa ở ổ cứng rời bên ngoài. Tương tự, cái đầu chúng ta cũng phải trống.

Vì sao? Vì có quá nhiều thông tin ảnh hưởng sẽ làm cho chúng ta thấy gà thành vịt, thấy vịt thành ngỗng, thấy ngỗng thành bồ câu. Đó là về những trở ngại do thông tin.

Một trở ngại nữa là những thành tựu nhất thời. Nó làm cho chúng ta hí hửng, tự phụ, tự hào một cách không đúng đắn. Nhất thời may mắn kiếm được tiền, nhất thời thành công, trở thành người giàu có tạm thời… gây cho chúng ta sự chủ quan ghê gớm. "Tôi là người có học, tôi tốt nghiệp đại học, tôi có nhiều bằng cấp…", hay "Tôi là người thành đạt, tôi vừa lập công ty, tôi có nhiều tiền, tôi làm được thế này thế khác…". **Những thứ đó** bắt đầu biến thành sự chủ quan về thành tích vật chất của mình. Từ sự chủ quan về thành tích vật chất đó, nếu cái đầu không vững, thì tự mình phong cho mình rất nhiều quyền. Rồi mình đem cái quyền đó sống với vợ con, giao tiếp với xã hội. Đây là nguồn thứ hai dẫn đến đầu óc u mê ám chướng, dẫn đến đầu óc chiến tranh, không có hòa bình.

Có những người tưởng rằng nếu không làm được các việc như sinh con, cho con bú, nấu cơm, thì cảm thấy mình không có quyền. Do đó, họ dựa vào việc có con để nằm vạ, hù dọa, xem con như vật bảo hiểm, bảo kê: "Cứ ẵm mấy đứa con là chắc ăn, có gì thì rinh mấy đứa con đi. Đằng nào xã hội cũng phải nuôi, ông chồng cũng phải lo!". Họ dựa vào việc cho con bú, vì cho con bú nên con mới gần gũi mình, mình mới ôm, mới giữ nó được trong tay. Đó là thứ quyền dựa vào tình mẹ với con, ngoài quyền đó ra họ không còn biết bám vào sức mạnh nào khác, cho nên họ cứ ỷ y vào sức mạnh đó và sống một cách chủ quan, bất cần.

Những kiểu suy nghĩ như vậy gây ra những đám mây trong đầu óc làm cho chúng ta có cái nhìn không rõ ràng về chính mình, về gia đình, về người chồng. Rút cuộc đầu óc không hòa bình, cuộc sống vợ chồng không còn hợp nhất như ngày xưa. Đạo vợ chồng bị tan vỡ từ bên trong đầu óc, trở thành đối kháng. Quý vị cũng không thể bảo là hai vật thể đối kháng sẽ làm cho vật thể phát triển. Chúng ta không nói như vậy trong gia đình được. Đối kháng trong gia đình chỉ phát triển sự chiến tranh. Do đó, không thể dùng sự đối kháng để phát triển hạnh phúc được.

Hai mặt có khi khác nhau nhưng hợp lại thành một, chứ không phải nó khác nhau để chống cái trở thành một. Thành một thì mới là Đạo. Đạo là cái toàn thể, cái thống nhất. Nói

đến Đạo là nói đến sự vận động trong một thể thống nhất. Tất cả các thành tố đang vận động theo quy luật trong một thể thống nhất - đó là Đạo.

Nếu hai bên sống theo tư kiến, theo cái nhìn riêng của mình và hai cái nhìn này không nằm trong sự vận động thống nhất của cái toàn thể, thì nó sẽ phá vỡ sự thống nhất, tức là chống nhau. Muốn cho sự thống nhất không bị phá vỡ, trong cuộc sống người ta hay bảo: "Thôi, ông chồng ổng nóng tính nói vậy thôi. Cứ nghe theo ổng đi, cho nó qua chuyện cho rồi, để gia đình êm ấm". Quý vị thấy đó, đó là kinh nghiệm tốt - một trong hai phải chịu thua để cho gia đình êm ấm. Êm ấm được ngày nào hay ngày đó, vì không biết ngày nào sẽ hết ấm êm...

Tóm lại, quý vị phải nhìn thấy cái gốc của vấn đề là do những đám mây tư kiến trong đầu óc. Nó hình thành trong đầu óc do nhiều nguồn:

Nguồn thứ nhất do chúng ta đã tiếp thu từ trong nền văn hoá của xã hội ta đang sống hoặc chúng ta tự học đâu đó, rồi nhập vào trong đầu óc khiến nó bị đóng khung lại. Chúng ta tin nó như là một sự nghiệp, để rồi mình định nghĩa mình là như vậy. Tôi. Tôi là ai ? Tôi thuộc dòng dõi danh giá, ăn học đàng hoàng, gia đình gia giáo… đã đóng khung trong đầu cái định nghĩa mình là như vậy rồi!

Nguồn thứ hai, những thành tựu tạm thời dẫn mình tới cao ngạo, dẫn mình tới chỗ mình tự phong cho mình một số quyền.

Nguồn thứ ba, do mình thất bại, yếu đuối, không tự tin, không tự lực được vì không làm ra tiền, cho nên mình trở thành một kẻ vừa thụ động, vừa tự ti nên phải kiếm thế khác để cố thủ.

Sơ bộ có những nguồn chính như vậy, còn rất nhiều, tôi chỉ nêu một số nguồn nổi bật, quý vị phải tự mình kiểm tra, rà soát lại tất cả.

Vấn đề tiếp theo là mình có thực sự muốn hạnh phúc hay không? Nếu thực sự muốn thì mình cần chịu khó nghe pháp âm, chịu khó phân tích những điều trong pháp âm, xem mình đang dính mắc chỗ nào khiến cho mình mất hạnh phúc. Hoặc giả, không hẳn mình mất hạnh phúc nhưng cảm thấy cuộc sống nhàm chán, không có gì mới mẻ... **Nên biết rằng, cuộc sống còn rất nhiều** niềm vui, nhiều điều hay mà chúng ta chưa từng nếm trải qua. Những gì chúng ta đạt được mới chỉ là một phần rất nhỏ, không đáng kể và vì chủ quan chúng ta cho như vậy là đủ rồi. Vì vậy, chúng ta chưa thưởng thức được những điều hết sức vi diệu trong tâm hồn, chưa chạm đến những điều thực sự hay.

Tôi vừa chia sẻ với quý vị những điều hết sức cơ bản. Quý vị đàn ông cũng như phụ nữ hãy cố gắng hiểu để tự mình giác ngộ về tình trạng đầu óc của mình, để có thể thực sự thưởng thức cuộc sống, yêu đời, yêu mình, yêu vợ, yêu chồng, yêu con cái, yêu nhân quần xã hội, chứ không phải tỏ ra mình đạo đức trước bất cứ người nào.

Tôn trọng những gì tạo hóa ban cho con người

Nhân đây, tôi nhắc quý vị phụ nữ thêm một điểm này: Mình nói thật với nhau, có một điều mà phụ nữ phải biết, đó là hiếm có một người đàn ông nào không thích nhìn phụ nữ có vẻ hấp dẫn một chút, bất kể ông ta có là bậc cao trọng đến đâu hay là người đạo đức tới mức nào, miễn là có hình tướng là đàn ông. Ông trời sinh ra người đàn ông tự nhiên như vậy, giống như con cá sinh ra có cái đuôi. Đó không phải là dâm dục, tham lam, hư hỏng, hay tham, sân, si. Đàn ông sẽ chán khi nhìn một phụ nữ không có chút hấp dẫn nào. Họ thích ngắm những người phụ nữ hấp dẫn, dù đó là vợ hay một người phụ nữ nào đó không quen biết.

Đàn ông rất mâu thuẫn ở chỗ, họ khá tham lam khi nhìn phụ nữ. Ở nhà muốn ngắm vợ mình một chút, ra đường cũng thích ngắm phụ nữ hấp dẫn một chút. Vừa thích ngắm vợ có vẻ hấp dẫn lại vừa muốn vợ luôn chung thủy. Thấy vợ có vẻ trang điểm quá có khi lo sợ rồi sinh ra ghen tuông. Tuy nhiên, đàn ông ghen tuông một chút cũng không sao, các bà phải cố gắng trang điểm một chút để thu hút mấy ông, vì bản chất tự nhiên của mấy ông là như vậy. Các bà đừng chủ quan nghĩ rằng mình đã là vợ rồi thì không cần chăm chút bản thân.

Tôi nói rồi, đôi khi mấy ông khi ra ngoài cũng thích nhìn người này, người kia, giả bộ liếc ngang liếc dọc. Chuyện đó không xấu, không dâm dục, cũng không phải là tham, sân, si. Chuyện đó tự nhiên như con cá sinh ra có cái đuôi vậy thôi. Không thể ra lệnh cho cái đuôi đừng ngoắc! Cũng như chúng ta không thể phủ nhận tính tự nhiên đó của người đàn ông. Nó không tốt, không xấu mà là tính tự nhiên. Người phụ nữ phải biết điều đó. Do đó, chẳng những phải trang điểm khi ra đường mà còn phải sửa soạn khi ở nhà, cả khi vào phòng ngủ. Anh "tèm nhem" quá thì người ta sẽ chán. Phòng ngủ phải thơm, phải sạch, phải hấp dẫn, phải kích thích. Đừng bắt chước những người nói đạo đức. Chẳng có người nào nói đạo đức mà đạo đức cả. Họ có kiểu sống tiêu cực khác. **Chúng ta phải sống thực tế,** tôn trọng những gì mà tạo hóa đã ban cho con người. Chúng ta không sống như những người điên khùng, đem ý chí của mình phủ nhận giá trị của tạo hóa ban cho.

Con người không thể phê phán hay làm ngược tạo hóa. Anh có giỏi thì cắt bỏ lỗ mũi, lỗ tai, nín tiểu, nhịn ăn. Anh muốn giải thoát thì đi mà uống thuốc chuột! Hãy làm thử xem. Anh không thể làm như thế được vì không phải anh muốn chết lúc nào thì chết, muốn sống lúc nào thì sống. Chết và sống nằm ngoài quyền quyết định và ý chí của chúng ta. Chúng ta tôn trọng mọi tác phẩm, mọi quy luật của tạo hóa. Người khác có thể đóng kịch nhưng Hiền giả Minh triết nhất định không được đóng kịch mà sống đúng như những gì tạo hóa ban cho. Chúng ta phải tự tại vì đóng kịch sẽ đưa đến thủ đoạn.

Tôi nhớ hồi còn nhỏ nhà tôi nghèo lắm, đi học ba năm mới có bộ đồ mới. Không hiểu sao ông trời cho tôi cái tính là, trước khi đi ngủ, tôi luôn tắm rửa sạch sẽ, ủi đồ, mặc vào đàng hoàng, chải dầu lên tóc y như đi họp. Tôi đi ngủ như đi họp. Tự nhiên ông Trời cho tôi cái tính đó chứ làm sao tôi biết đường mà sửa soạn như vậy. Bây giờ ngồi nhớ lại, tôi thấy thế này: *quý vị phải giữ cá tính của mình, đừng đánh mất cá tính của mình. Vì bỏ cá tính đi thì mình không còn là mình nữa. Ông Trời cho mỗi người cá tính riêng nên đừng rập khuôn đi theo người khác. Dĩ nhiên chúng ta phải thể hiện cá tính sao cho phù hợp với hoàn cảnh chung. Không đánh mất cá tính của mình nhưng không để cá tính cản trở cộng đồng mà phải hợp nhất với đời sống cộng đồng.*

Trang điểm trong phòng ngủ cũng phải làm sao cho hấp dẫn. Trong phòng ăn, nhà bếp… chỗ nào cũng phải làm sao cho đẹp mắt. Bởi vì khi bước vào một ngôi nhà mà cái nhà đó quá lộn xộn thì biết rằng người phụ nữ đó quá vô tình với mọi điều trong nhà. Có những gia đình khi bước vào mình rất ngạc nhiên. Không khí rất đẹp, rất tốt, rất bình yên. Do người phụ nữ trong nhà trang trí quá đẹp - cái gì cũng ngăn nắp, thơm tho, sạch sẽ, gọn gàng. Quý vị cũng vậy, kể cả khi nấu cơm cũng phải coi sao cho được, không ỷ lại. Không thể rập khuôn theo kiểu ông bà ngày xưa, thời đó nghèo khổ nên khác so với bây giờ.

Quý vị phải ghi nhớ ông Trời ban cho đàn ông cái tính thích nhìn phụ nữ, nói thẳng ra là như vậy, không có gì phải xấu hổ. Người phụ nữ phải khéo léo đáp ứng được điều đó. Bốn mươi tuổi như cô Tịnh Phước, trang điểm lên cũng đẹp như một bức tranh, một bức tranh đẹp biết đi trong nhà. Tại sao mình biết mua hoa về trang trí cho ngôi nhà mà không biết tự mình trang điểm cho mình thành một bông hoa thật? Quý vị phải biết tự trang điểm cho mình như một bông hoa thật.

Khó có người đàn ông nào có thể tránh khỏi mỹ nhân kế. Rất là khó. Do đó, chắc ăn nhất là người vợ làm mỹ nhân kế luôn cho chồng, về hình thức lẫn nội dung bên trong tâm hồn. Quý vị thừa sức làm, chớ có chủ quan.

Quý vị còn có rất nhiều giá trị đối với người chồng. Nhưng tại sao người chồng lại nhìn mình như một người không còn giá trị ? Là tại vì mình không biết cách phát triển giá trị của mình, từ hình thức lẫn nội dung, chứ không phải là mình không có giá trị. Mặc dù sinh bốn, năm đứa con vẫn giá trị như thường! Vấn đề là anh có biết, có nhìn thấy giá trị của anh không? Anh có chịu khó thể hiện giá trị của anh ra hay không? Phải chịu khó, phải siêng năng chăm chút, trau chuốt mình, không thể ỷ lại. Riêng cách ăn mặc rất quan trọng, từ tóc tai, lời nói, ánh mắt, nụ cười, cử chỉ, dáng đi… tất cả đều quan trọng. Tất cả phải tỏa ra cái gì đó lôi cuốn người chồng, làm cho người chồng phải mê mẩn, từ mùi hương đến màu sắc đều phải hấp dẫn.

Quý vị đừng nói : "Sao Thầy phải dạy công phu chi tiết như vậy, hơi đâu mà làm cho mệt sức". Vấn đề là quý vị muốn hay không muốn hạnh phúc? Làm được như vậy là quý vị tự mình thưởng thức bản thân như thưởng thức một bông hoa đẹp, tự mình làm vui cho mình. Không những mình sung sướng mà còn làm tăng hạnh phúc gia đình. C**on cái nhìn thấy người mẹ ăn** mặc đàng hoàng, nhà cửa chỗ nào cũng ngăn nắp, hấp dẫn thì nó cũng phát triển tốt. Đó là cách người mẹ tạo không khí đẹp cho gia đình. Người nào cho đó là trò lố bịch là người kém trí tuệ, kém hiểu biết về đời sống của con người.

Tại sao mình biết mua hoa đẹp, tranh đẹp về chiêm ngưỡng mà mình không tự làm cho mình trở nên một tạo vật đẹp đẽ của thế giới này? Sao chính mình lại phỉ báng giá trị đẹp của mình? Do chúng ta không thấy được cái đẹp này nên chưa thể hiện ra bên ngoài mà thôi.

Một số phụ nữ còn chủ quan cho rằng mình sống với chồng thật thà, "Ảnh ra đường bị mấy con nhỏ thủ đoạn, mồi chài", rồi cho rằng "Chồng mình là đàn ông mà sao ngu quá!", "Mấy đứa con gái ở ngoài nói chuyện hay, mặc quần áo đẹp làm đủ trò làm cho anh mê mệt.

Vậy mà anh tin nó. Còn em, cái gì em cũng chân thật hết với anh mà anh không tin em". Suy nghĩ như thế là tai họa ! **Chân thật là quan trọng, là căn bản, là cần** thiết, nhưng người đàn ông không muốn sự chân thật một trăm phần trăm kiểu như vậy! Trong sự chân thật đó còn phải làm cho hấp dẫn thêm nữa. Khả năng, tiềm lực của quý vị vô cùng nhiều để trở thành những cánh hoa biết nói cho ông chồng. Và ông chồng cũng trở thành người hiệp sĩ tài hoa cho vợ. Người vợ là cánh hoa biết nói thì ông chồng không cần phải đi kiếm cánh hoa ở ngoài đường làm chi nữa?

Lời nói của người vợ rất quan trọng. Âm điệu và ánh mắt tự nói lên, tự giới thiệu tình trạng tâm hồn một con người. Do đó, khi nói chuyện quý vị phải cố gắng điều khiển ánh mắt của mình. Lúc cảm thấy khó chịu thì đừng nói, đừng nhìn mà hãy chuyển sang hướng khác. Khi cảm xúc khó chịu đã hết thì hãy nói chuyện vì khi đó âm điệu, ánh mắt đã tốt hơn. Nhất là trong giọng nói hàm chứa cảm xúc yêu thương, quý mến chồng thì lại càng hay.

Điều quan trọng là người vợ cũng như người chồng phải biết cách cư xử, quan tâm, nâng đỡ nhau. Người vợ phải biết nâng đỡ người chồng. Người chồng cũng phải biết nâng đỡ người vợ. Nếu người chồng không biết nâng giá trị của người vợ lên thì phần lỗi thuộc về người chồng. Phải biết nâng đỡ vợ chứ đừng chà đạp vợ. Anh buộc phải nâng đỡ giá trị người vợ lên bởi vì anh sống, anh ăn ngủ với người ta. Anh đạp người ta xuống thì anh ăn ngủ, anh sống với người ta để làm gì? Anh không nâng niu quý trọng mà đạp vợ mình xuống, thì đối với phụ nữ khác anh cũng xử sự như vậy thôi. Hơn nữa, anh cho rằng người ta kém nên anh mới đạp, như vậy chẳng khác nào anh tự tố cáo anh. Cho nên, anh buộc phải nâng người vợ lên để chất lượng của anh cũng cao lên.

Người vợ cũng vậy, phải nâng giá trị của người chồng lên. Nếu người vợ không nâng đỡ người chồng hay người chồng không nâng đỡ người vợ nghĩa là trong đầu còn cái gì đó mập mờ. Như Tuệ Đức có nói với tôi "Người chồng mà còn nửa nạc nửa mỡ, chưa rõ ràng là dễ mất hạnh phúc lắm!"

Làm mới bằng phương pháp xả bỏ

Tại sao quý vị không trở thành con người mới được? Sự thật quý vị là con người lúc nào cũng mới, nhưng tại sao mình lại không thể làm mới mình được? Tại sao không phải là mới làm vợ ngày hôm nay, đêm nay, chứ không phải đã làm vợ từ mấy chục năm về trước? Tại vì mình không chịu bỏ cái chấp trong đầu về chuyện mấy chục năm làm vợ. Mình không chịu bỏ cái việc bám vào niềm tin này hay niềm tin khác, thành ra con người mình nó cũ rích.

Bây giờ, giả như có cô gái nào đó ở hành tinh khác bay xuống quả địa cầu, không hề hiểu, không hề biết, không có kinh nghiệm về chuyện gì. Giống như một người mới hoàn toàn. Sự mới mẻ là mấy ông phải thích rồi! Đúng như câu "Cũ người mới ta". Người đó tuy cũ với người lâu năm sống chung nhưng lại hoàn toàn mới đối với người mới gặp. Cho nên quý ông cũng rất dễ chấp nhận chuyện cũ người mới ta. Các bà có khi cũng dễ chấp nhận như vậy.

Nếu muốn cho mình luôn tươi mới rất dễ, nhưng lại khó thực hiện. **Hãy phủi sạch trong đầu của mình** những gì của ngày hôm qua, phủi sạch những gì **mình đã tin, thì thành mới ngay!** Nhưng mình có làm được không? Mình không chịu làm chứ không phải không làm được. Lại bảo: "Nếu bỏ nó ra thì tôi không còn là tôi nữa". Quý vị quên mất rằng khi bỏ nó ra, quý vị không còn là con người cũ nữa nhưng là một người mới, giống như một cô gái mới hoàn toàn. Đầu óc mình mới, trống không, mình nói năng, múa tay, múa chân kiểu gì cũng thấy dễ thương, thấy hấp dẫn. Mình có khả năng làm được việc đó, chỉ tại mình không chịu làm đó thôi! Cô Phật Tuệ, năm nay đã 78 tuổi mà tôi thấy cô rất mới, phải nói là tâm hồn của cô ấy rất trẻ trung và tươi mới. Âm điệu của cô nói năng như một người rất mới mẻ. Con cháu, dâu rể ai cũng thích. Nhưng trước đây thì khác, không được như bây giờ.

Vậy thì, mình hoàn toàn có khả năng làm cho mình mới. Không có gì là không có khả năng. Vấn đề là mình có chịu làm hay không mà thôi!

Hạnh phúc từ cái thấy của Hiền giả Phật Tuệ

Tác giả Duy Tuệ (TG): *Tôi mời hiền giả Phật Tuệ chia sẻ những điểm cần lưu ý của mình trong vấn đề bảo vệ hạnh phúc gia đình. Hiền giả Phật Tuệ hiện là Hội trưởng Hội thiền Trần Nhân Tông Nauy, năm nay tuổi đã ngoài tám mươi.*

Phật Tuệ (PT): A Di Đà Phật, con kính chào Thầy, kính chào tất cả quý vị đồng đạo trong gia đình Minh Triết!

Cách đây mấy chục năm, khi còn chung sống với chồng, lúc nào con cũng hết sức nhường nhịn để giữ gìn không khí hòa nhã trong gia đình. Khi chồng có tặng gì thì con cảm ơn chồng, khi con cái có biếu gì thì con cũng cảm ơn, luôn dùng lời lẽ nhẹ nhàng mà cư xử với mẹ, với chồng thì hết sức tế nhị, với con cái thì không bao giờ rày la, nhất là trong bữa cơm, mặc dù con cái có lỗi. Chỉ khi vui vẻ, con mới kêu con cái lại gần, dùng những câu chuyện ví dụ sâu xa mà dạy dỗ. Luôn nhỏ nhẹ, ngọt ngào, một điều "con", hai điều "con", không lớn tiếng hay đánh đập. Có lẽ vì vậy mà con cái con lớn lên sau này không ăn thua với ai mà luôn vui vẻ với tất cả mọi người. Con cũng tập như vậy cho các cháu của con, khi nó cho con cái gì thì con cảm ơn nó, thay vì dạy bằng lời nói là "Ai cho con gì thì con phải cảm ơn".

TG: *Hay quá !*

PT: Tôi xin có đôi lời chia sẻ trải nghiệm của mình qua nhiều năm học pháp của Thầy Duy Tuệ. Trước khi gặp Thầy, Phật Tuệ là người luôn hướng về Ơn trên, hướng về Phật. Ngày nào tôi cũng tụng kinh, niệm Phật, cũng lạy Phật rất nhiều nhưng tôi ủ rũ, buồn lo, đau bệnh, không còn ham muốn sống nữa.

Nhưng sau khi học được những bài pháp của Thầy, tôi vừa học, vừa quan sát, lắng nghe, luôn coi chừng cái đầu, không để những ý nghĩ đen tối chen vào. Tôi vừa học vừa ứng dụng theo lời dạy của Thầy, tập quan sát mình và những người xung quanh mình. Khi có người nói xấu trước mặt mình thật thậm tệ, phản ứng đầu tiên của tôi là xem như người ấy không có lỗi gì với tôi vậy. Tôi vẫn vui cười, săn sóc, chào đón họ như không có gì xảy ra. Một thời

gian sau, họ hối hận và xin làm con nuôi của tôi. Một điều nữa là khi Phật Tuệ thấy ai đó bị đau khổ, Phật Tuệ quan sát họ, rồi từ sự thông cảm hoàn cảnh của người ấy, dùng lời lẽ khéo léo, tế nhị để an ủi mà không đánh giá họ. Phật Tuệ dùng những biện pháp ôn hòa, dùng ánh sáng tình thương để gỡ rối cho họ bằng tấm lòng chân thật của mình.

Đứng trước hoàn cảnh khó khăn, Phật Tuệ luôn bình tĩnh, kiểm soát cái đầu để vượt qua khó khăn. Phật Tuệ giữ nguyên cách sống tự nhiên như vậy cho đến nay thì thấy cuộc sống của mình thay đổi hoàn toàn, thay đổi từ thể xác đến tinh thần, dường như được tái sinh trở lại, rất an vui tự tại hạnh phúc. Hiện tại tinh thần của Phật Tuệ rất sáng suốt, minh mẫn.

TG: *Thế cô có còn đau nhức bệnh hoạn gì không ?*

PT: Dạ, thưa Thầy, con không còn biết đau nhức là gì. Con rất bình yên, mạnh khỏe như những người trẻ. Phật Tuệ quan sát thấy xung quanh có thêm nhiều người mến thương mình. Con cháu, dâu, rể đều yêu mến Phật Tuệ vô cùng.

Phật Tuệ chuyên về "coi bói", nhưng là coi bói vô điều kiện, ai cho bao nhiêu cũng được, không tiền cũng được. Cách đây 7 năm, Phật Tuệ có thưa với Thầy "chắc con không coi bói nữa vì con đã già rồi, lúc đó con 72 tuổi". Thầy có khuyên con "Cứ coi đi, Thầy sẽ truyền lực thiêng cho cô, cô coi sẽ ngày càng hay hơn, nhưng từ nay trở đi cô đừng nói cô coi bói mà là cô tiên tri". Con nhớ lời nói đó của Thầy cho đến tận bây giờ. Và quả thật đúng như vậy, từ ấy trở đi con coi thật đúng, nhiều khi con coi qua điện thoại, không nhìn thấy mặt người yêu cầu, nhưng vẫn rất chính xác. Rõ ràng là lực của Thầy rất màu nhiệm!

TG: *Khi cô coi như vậy cô có giúp được gì cho người ta hay không ?*

PT: Dạ thưa có. Nhờ bộ bài ấy mà Phật Tuệ biết rõ người ấy khổ đau như thế nào. Phật Tuệ mới dùng những diệu pháp để dẫn dắt họ, dùng những lời lẽ dịu ngọt, tế nhị đưa họ ra khỏi sự khổ đau. Bây giờ, càng có nhiều người biết đến.

TG: *Ước tính trong mấy năm học với Thầy, cô xem được mấy trăm người, mấy ngàn người. Trong số đó, cô cứu giúp được bao nhiêu phần trăm, bớt đau bớt khổ ? Niềm vui của họ thế nào, cuộc sống có thay đổi gì không?*

PT: Dạ thưa, trước khi con gặp Thầy, con chỉ giúp được giỏi lắm là 50%. Từ ngày có Thầy dạy và truyền lực, con xem trúng 80%. Số người đến coi ngày càng đông, thời gian con sang Đan Mạch, có hơn 100 người đến coi, sau đó người ta còn đi kiếm con nữa.

TG: *Nhưng sau khi coi, có bao nhiêu phần trăm là bớt đau bớt khổ? Cô khuyên họ thế nào? Họ có thay đổi gì trong đầu óc của họ không?*

PT: Dạ thưa có rất nhiều thay đổi. Chẳng hạn khi họ đến gặp con với gương mặt đen tối, ủ rũ. Con giở bộ bài và biết tính tình họ nóng nảy, con dùng lời lẽ khuyên họ "Con ơi! Từ nay con bớt nóng nảy đi thì con sẽ gặp nhiều may mắn! Con nóng quá nên con đã bỏ lỡ rất nhiều

cơ hội may mắn rồi. Cho nên con sửa lại, kiềm chế tính nóng lại mà dùng lời lẽ ngọt ngào tế nhị với người khác thì cuộc đời con sẽ sáng suốt trở lại".

TG: *Tức là người ta nghe lời cô, người ta tu tâm đổi tính lại hết?*

PT: Dạ đúng như vậy, thưa Thầy.

TG: *Hiện nay số khách hàng của cô Phật Tuệ đông không?*

PT: *Dạ đông, thưa Thầy. Ngày nào cũng có chừng hai, ba người.*

TG: *Tức là cô Phật Tuệ dựa vào chuyện người ta tin sự tiên tri qua bói toán mà giúp người ta tự thay đổi tâm tính của mình, đúng không?*

PT: Dạ thưa phải. Con có khuyên người ta cầu nguyện Đức Phật hoàng Trần Nhân Tông. Thí dụ người đó có chồng có vợ bé thì con khuyên họ phải dùng những lời ngọt ngào để kéo người chồng lại, nếu cứ giận hờn la lối chỉ làm cho chồng ngày càng xa, đồng thời cũng phải cầu nguyện. Người đó nghe lời con bây giờ đã có cuộc sống hạnh phúc vô cùng.

TG: *Cần cầu nguyện Đức Phật hoàng Trần Nhân Tông phải không?*

PT: Dạ thưa Thầy đúng như vậy. Người nào con cũng chỉ dẫn như vậy. Họ ứng dụng và đồng thời phải có đức tin lớn để cầu nguyện nữa thì mới hiệu quả.

TG: *Nghĩa là cô vẫn tỉnh táo giúp người ta thay tâm đổi tính để thay đổi hoàn cảnh. Thế lúc chồng của Phật Tuệ mất thì cô bao nhiêu tuổi? Có bao nhiêu người con? Sau đó cô có yêu người nào khác không? Làm thế nào nuôi được các con?*

PT: Thưa Thầy con không dám yêu ai khác, khi chồng chết con mới 29 tuổi, con đã sinh được 6 người con, lần sinh cuối là con sinh đôi. Khi hai đứa con sinh đôi được 9 tuần tuổi thì ông xã con mất. Lúc đó, con làm nghề đánh morse, nghề của đàn ông nên trong sở làm đàn ông nhiều hơn đàn bà, chỉ có một cô đầm và một người Việt Nam là con. Vì vậy, có rất nhiều người đàn ông đến tán tỉnh con. Nhưng con cứ nguyện ơn trên cho con ở vậy suốt đời. Khi xưa con chưa biết Thầy thì con nguyện mẹ Quan âm trợ lực cho con. Con lo sợ nên trường chay mấy chục năm, sau đó thì chuyển qua phi trường làm và nuôi bầy con. Hiện giờ hai con trai út của con đã 50 tuổi rồi, thưa Thầy. Coi như 50 năm nay con chỉ sống mà nuôi con.

TG: *Tức là không hề tư tưởng đến ai khác ngoài con cái đúng không?*

PT: Dạ thưa Thầy, con chỉ nghĩ đến con của con mà thôi. Thật ra con không có thời gian để nghĩ đến ai nữa. Con lo cho 6 đứa con, lo cho mẹ già, lo cho em ruột và em chồng nữa.

TG: *Lúc đó cô cũng không nghĩ đến vấn đề thọ nhận các giới luật gì của tôn giáo mà chỉ thọ nhận trách* nhiệm nuôi con thôi đúng không?

PT: Dạ, con chỉ thọ nhận trách nhiệm nuôi con và báo hiếu cho mẹ già mà thôi.

TG: *Nhờ vậy mà cô không phạm khuyết điểm gì trong vấn đề bồ bịch mà bỏ bê con cái phải không?*

PT: Dạ.

TG: *Cô thọ nhận trách nhiệm với con cái như vậy là rất hay! Cám ơn Phật Tuệ nhiều.*

Vậy là Cô Phật Tuệ nhờ tình thương và trách nhiệm đối với 6 người con, quyết chí một con đường lo nuôi nấng con cái, không để đầu óc suy nghĩ đến chuyện quan hệ với bất cứ người đàn ông nào khác.Thế trong quá trình chung sống với chồng, có bao giờ đánh nhau, cãi nhau gì không?

PT: Thưa Thầy, chuyện đó không bao giờ có, khi chồng nóng thì con hết hồn, con nhịn luôn chứ không dám nói câu nào. Con chờ ảnh hết giận, mới lại gần nói, nếu hai vợ chồng có gì thắc mắc thì giải tỏa, tha thứ cho nhau. Nên ở nhà con không hề gây lộn với chồng cũng không hề gây lộn với người khác.

TG: *Nhớ lại thời còn trẻ, có khi nào ổng về trễ mà cô lục lạo quần áo, nghe mùi lạ hay tra hỏi anh đi đâu về, tại sao về muộn hay không?*

PT: Dạ thưa, con không có điều đó. Hồi xưa chồng con ở Biên Hòa có nhà riêng, còn con cũng có nhà riêng do chính phủ Pháp cấp. Ông xã biểu con phải chọn một trong hai con đường: một là đi theo ông xã, hai là ở lại nuôi mẹ. Con nói "Thôi anh cứ đi, khi nào anh rảnh rang thì về. Em ở lại nuôi mẹ và các em.". Cha con chết sớm, các em con còn đi học dang dở nên con phải chấp nhận. Chồng con bằng lòng cho con ở lại với mẹ thành ra khi anh về nhà con không dám vô lễ mà lục lạo hay tra hỏi.

TG: *Có khi nào ổng la lối, ổng sân si với Phật Tuệ không?*

PT: Dạ không bao giờ có. Con xin kể cho Thầy và quý đồng đạo nghe. Hồi xưa, nhà con ở, em ruột cũng ở chung, em chồng cũng ở chung với con. Một ngày đó, chồng con về, ảnh bênh đứa em gái của ảnh, con thì bênh thằng em trai của con. Lúc đó trời mưa thiệt là lớn, con mới la lớn, át cả tiếng mưa để cho ảnh nghe. Anh mới nói: "Em ơi em, chúng ta người trí thức. Em muốn nói gì thì nói, anh sẽ nghe hết. Mình đâu phải hàng tôm hàng cá gì mà la hét như vậy". Con nghe ảnh nói như vậy mà con xấu hổ, cho đến ngày ảnh chết đi con không dám nói một tiếng nào. Con thấy mình là người đàn bà mà không tế nhị bằng người đàn ông. Con thấy xấu hổ vô cùng. Tự nhiên con thay đổi, con không la ảnh thêm một lần nào nữa. Chỉ có một lần đó cho đến ngày anh chết thôi, thưa Thầy.

TG: *Có khi nào cô giận ổng mà cô đấm ngực không?*

PT: Dạ thưa không ạ. Con buồn chỉ ứa nước mắt

TG: *Có khi nào cô giận mà cô lôi các con ra đánh không?*

PT: Dạ hoàn toàn không có, thưa Thầy. Các con con vô tội, tại sao giận chồng mà đánh con ? Đó là điều trái quấy 100% rồi, con không bao giờ làm như vậy.

TG: *Nếu các con làm cô giận cô có đánh đập, chửi bới không?*

PT: Dạ thưa không Thầy. Khi con của con có quấy hay khóc la thì con lấy thí dụ này, thí dụ kia để dạy con.

TG: *Rất cảm ơn cô Phật Tuệ! Cô cũng khá đặc biệt. Giả sử có đầu thai lại cô có tính gặp ổng nữa không?*

PT: Dạ thưa Thầy, con không tính gặp nữa mà con nguyện về trển con tu một thời gian, con trở xuống cứu độ bầy con con, cứu độ chúng sanh, những người đang đau khổ. Con chỉ nguyện như vậy chứ con không nguyện xuống để gặp ông xã con. Con nguyện dìu dắt bầy con, nếu như kiếp này nó chưa biết tu.

TG: *Cô dự kiến đi đâu đó rồi xuống đây, liệu các con cô còn không mà cô độ nó?*

PT: (im lặng)

TG: *Đó là ước mơ của cô, cô ham muốn vậy chứ gì?*

PT: Dạ thưa Thầy, đó là ước mơ của con.

TG: *Đó là ham muốn huyễn hoặc! Cô có thấy như vậy không?*

PT: Dạ thưa Thầy, con thấy rõ rồi.

TG: *Nhưng dù sao thì cũng nói lên tấm lòng của Cô. Tôi rất cảm ơn.*

Hạnh phúc lớn nhất
chính là đời sống tự do.



V - Bí Mật Phụ Nữ



Người phụ nữ mang nhiều dấu ấn đối với cha mẹ, ông bà, anh em mình trong tâm hồn, cho nên cảm xúc của quý vị mạnh vô cùng, tình thương của quý vị cũng lớn vô cùng! Nhưng chính hai điểm mạnh ấy lại trở thành điểm yếu lớn nhất cho sự tự do của quý vị, mà sự tự do không phát triển thì sự màu nhiệm của quý vị, vẻ đẹp thiêng liêng của quý vị khó có thể phát triển được.

Trong bài chia sẻ này, tôi tiếp tục trao đổi về vấn đề làm sao tìm ra những con đường tốt nhất cho hạnh phúc gia đình của chúng ta. Như quý vị đã biết, hạnh phúc gia đình có hai phạm vi: phạm vi nhỏ và phạm vi lớn. Phạm vi nhỏ giữa hai vợ chồng và con cái, phạm vi lớn hơn là có thêm ông bà, cháu chắt, anh em trong họ hàng...

Nội dung tôi trao đổi có khi phải phối hợp nhiều thứ, cho nên chủ đề này cũng khó xuyên suốt theo thứ tự nào. Vì vậy, những gì tôi thấy quan trọng và cần thiết nhất cho quý vị thì tôi sẽ đề cập đến, không nhất thiết phải theo thứ tự.

Bây giờ mời quý vị ngồi thiền một phút. Quý vị ngồi ngay ngắn, khép mắt lại, quên đi tất cả mọi chuyện ở chung quanh. Tạm thời chúng ta không còn biết chúng ta tên gì, con ai, sinh ra ở đâu, làm việc gì, lịch sử gia đình ra sao, đang sống ở đâu… Hãy quên hết! Nói chung là không còn nhớ gì hết, khép mắt lại, đem sự chú ý của đầu óc vào hơi thở vào và vào hơi thở ra. Chúng ta chỉ biết hơi thở vào và biết hơi thở ra. Ngoài ra không biết gì nữa. Đầu óc chúng ta chỉ biết một chuyện duy nhất là, hơi thở đang đi vào và hơi thở đang đi ra...

Nhận thức cơ bản

Quý vị cũng đã biết, để làm tròn bổn phận là một con người không hề dễ chút nào. Do đó, chúng ta khó bề thưởng thức cuộc sống nếu không có đường lối, cách thức, nội dung, kế hoạch để tự mình phát triển sự giáo dục cho chính mình. Đây là vấn đề rất quan trọng.

Khi nói đến con người, vấn đề số một là vấn đề giáo dục. Mà nói tới vấn đề giáo dục là nói tới sự phát triển đầu óc, sự nhìn thấy của chúng ta. **Thấy như thế nào để** tâm hồn

mình, đầu óc mình được thực sự thoải mái? Thấy như thế nào để đầu óc đạt được trạng thái tự do? Và thấy như thế nào để phát triển được lòng trắc ẩn đối với những người chung quanh chúng ta?

Đây là vấn đề rất thực tế. Nhiều người ở trong hoàn cảnh quá nghèo khó, không có nhà ở, không đủ tiền sinh hoạt tối thiểu hàng ngày, đau bệnh không tiền thuốc thang, con cái không đủ điều kiện đến trường…, cuộc sống thiếu thốn mọi bề như vậy chắc chắn khó có thể hưởng được hay thưởng thức được niềm vui gì khi làm một con người. Đó là tôi nói về những người hết sức nghèo...Tuy nhiên, không phải cứ có nhiều tiền là hạnh phúc. Tôi thấy nhiều bạn bè của tôi và nhiều người đang theo học với tôi hiện nay là những người làm ra rất nhiều tiền. Bản thân tôi và nhiều người khác, từng không có đủ cơm ăn và cũng đã từng có nhiều tiền. Lúc mình không đủ cơm ăn, áo mặc tất nhiên cuộc sống không dễ dàng gì, nhưng lúc làm ra rất nhiều tiền thì cũng không có một dịp nào, cơ hội nào để mình gọi là thưởng thức cuộc sống. Cho nên, nói về hạnh phúc gia đình, tôi muốn chia sẻ với quý vị nhiều vấn đề, trong đó có vấn đề thưởng thức cuộc sống.

Giá trị của cuộc sống – Biết thưởng thức

Giá trị thực sự của cuộc sống là thưởng thức cuộc sống, chứ không phải anh có bao nhiêu tiền. Anh có nhiều tiền, nhưng có thể anh không thưởng thức được gì, anh không thấy vui, không cảm thấy thực sự thỏa mãn cuộc sống của mình. Mặc dầu, hàng ngày anh có thể có rất nhiều tiền, và tiền bạc đó là thu nhập chính đáng (là tôi nói thu nhập chính đáng, chứ tiền bạc do thu nhập không chính đáng thì chắc chắn anh không bao giờ vui được), nhưng anh có thực sự hưởng cuộc sống này hay không? Anh có thực sự hưởng niềm vui làm con người hay không? Hẳn nhiên là khó vô cùng!

Vậy thì, giá trị cuộc sống thật của chúng ta là gì? Người ta thường bàn đến chuyện người kia có bao nhiêu tiền, hoặc người nọ nghèo quá, không có tiền, không đủ sống... Như thể giá trị của một người là ở chỗ anh ta có bao nhiêu tiền. Ở đây, tôi cho rằng có sự hiểu lầm rất lớn trong vấn đề giá trị làm người. Cái gì thật sự là giá trị con người? Chắc chắn không phải là anh có bao nhiêu tiền. Bản thân tôi cũng vậy thôi, ngày xưa đi làm từ lúc không có tiền đến lúc có tiền, không hề biết gì về giá trị cuộc sống làm người. Cho đến bây giờ dần dần mới nhận thức được.

Có thể tôi lọt vào trường hợp may mắn, **giống như** có lực lượng vô hình nào đó giúp đỡ tôi chặt đứt tất cả mọi sự ràng buộc bên ngoài và tất cả những gì ràng buộc bên trong đầu óc, trả lại cho tôi một đời sống có **ý nghĩa tự do thật sự.** Tự do với tiền bạc, với thu nhập, tự do với nghèo đói, với thiếu thốn, tự do với sự ham muốn, với ước mơ, với chuyện hơn thua người khác, tự do với đức tin các tôn giáo, với các khuynh hướng triết học, với các tư tưởng… Có một lực lượng vô hình nào đó đã đưa tôi đến một thế giới tự do. Tự do với vợ con, tự do với bạn bè, với tất cả các mối quan hệ trong xã hội, tự do với những ước vọng về tương lai của mình, với ý muốn tìm kiếm hạnh phúc... Và bắt đầu từ những ngày tháng ấy, đầu óc tôi mới thực sự phát triển dần, định hình dần và rõ nét dần cho đến nay, đã mười mấy năm.

Và trong suốt quá trình đó, đầu óc tôi cứ tiếp tục phát triển ngày càng rõ ràng, ngày càng rõ nét dần như vậy. Tôi sẽ cố gắng chia sẻ với tất cả quý vị quá trình ấy, lần lượt từng vấn đề, với mục đích giúp quý vị mở ra sự nhìn thấy mà nhờ nó chúng ta bắt đầu có một sự chuyển đổi thực sự bên trong đầu óc, sự chuyển đổi ấy sẽ dẫn chúng ta đến trạng thái tự do. Tự do với say mê chồng vợ, tự do với nghề nghiệp, những định nghĩa, đánh giá về mình, tự do với mong muốn được người khác để ý, đề cao giá trị của mình, muốn người khác làm theo ý mình. Tự do với tất cả các pháp tu hành, sự tin tưởng vào kinh sách, lời nói mang tính chất kích động của người khác, gây cho mình những cảm xúc, tưởng tượng khiến mình mất tự do.

Trên con đường tiến tới tự do như vậy, chắc chắn từng bước, từng bước một, chúng ta sẽ nhận ra giá trị cuộc sống thực sự là gì. Người tìm hạnh phúc sẽ không bao giờ thấy hạnh phúc. Người không tìm hạnh phúc là đang ở trong hạnh phúc. Người tìm định nghĩa cuộc đời sẽ không thể thấy giá trị cuộc đời.

Tự do bên trong – Tự do bên ngoài

Có hai loại tự do cho mỗi cá nhân chúng ta. Tự do bên ngoài và tự do bên trong tâm hồn. Khi chúng ta tiến gần tới sự tự do, cứ mỗi một bước tiến tới là mỗi một bước chúng ta nhận ra được giá trị thật của cuộc sống là gì.

Bây giờ, chúng ta hãy tự hỏi lại chính mình, người làm chồng và người làm vợ hãy tự hỏi, mình đã được tự do gì?

Chữ tự do tôi dùng ở đây, quý vị phải cố gắng hiểu, không phải hoàn toàn theo nghĩa đen là "muốn làm gì thì làm". Khái niệm tự do này phải đi với một cảnh nào đó. Với mỗi một cảnh thì khái niệm tự do có một nghĩa khác nhau, không giống nhau cho tất cả các cảnh mà chúng ta trải qua. Cho nên, chúng ta làm ra nhiều tiền, nhưng vẫn thấy cuộc đời là bể khổ, bế tắc, không có tương lai. Chúng ta không nhìn thấy được tương lai của chúng ta. Bởi vì, khi anh chưa có tiền, có thể, tương lai của anh là tiền. Nhưng khi anh có nhiều tiền rồi thì tương lai của anh không phải là tiền nữa.

Trên thực tế, có rất nhiều vị đi vay tiền, để rồi phải chạy theo dòng tiền vay mượn đó, càng ngày càng suy sụp, càng ngày càng chồng chất, càng thấy cuộc đời đen tối. Dòng chảy của tiền mà quý vị mượn đó là dòng chảy ngược, chảy theo kiểu nợ. Nó gây ra cho quý vị cảm xúc cuộc đời đen tối theo kiểu nợ.

Một phía ngược lại, tiền bạc chúng ta đầu tư, tiền lãi do chơi chứng khoán, đầu tư bất động sản, đầu tư kinh doanh sản xuất, các ngành cung cấp dịch vụ, cứ thu về hằng ngày... Mình cho đó là dòng chảy tốt, dòng chảy tích cực. Tuy nhiên, đó chỉ là dòng chảy tích cực của đồng tiền, còn tâm hồn chúng ta lại khó có thể đạt tới trạng thái tích cực của hạnh phúc, nhiều khi còn đi ngược lại! *Hạnh phúc không tỷ lệ thuận với tiền lãi hằng ngày. Giá trị làm người không thể phát triển tỷ lệ thuận với tài sản tích lũy được.*

Đó là tôi dùng hình ảnh tiền bạc, thu nhập để cho quý vị dễ hiểu, dễ theo dõi vấn đề. Bởi vì, công việc chúng ta càng ngày càng đi sâu vào những nhận thức sâu thẳm bên trong, thì lại càng khó hiểu, càng khó nhận ra vấn đề.

Trong những thư mà quý vị gửi tới tôi có rất nhiều hoàn cảnh. Có người từng trải qua 5, 10, 15, 20 năm có tiền bạc, nhà cửa, chức vụ, địa vị trong xã hội. Đủ thứ. Nhưng trong ngần ấy năm, họ như sống và làm việc trong cảnh tăm tối. Họ cũng đi hết chùa này đến chùa kia, đọc hết sách này đến sách khác, làm đủ phương pháp, đủ lễ lạy, đọc kinh cứu khổ mỗi ngày, nhưng càng đọc, khổ càng tăng… Tôi nhận rất nhiều thư như vậy. Những người ấy không phải khổ vì tiền. Vấn đề của họ không phải là vấn đề về tiền, quyền lực chính trị hay các thứ quyền lực về kiến thức. Mà nỗi tù túng và khổ đau của họ, vấn đề của họ là vấn đề cảm xúc. Người ta khổ đau với cảm xúc khổ đau.

Trong khi đó, một số người khác lại khổ đau về vấn đề tài chính, nợ nần. Hai thứ khổ đau dồn lại: khổ đau về tiền và khổ đau về cảm xúc - cảm xúc sợ hãi về vấn đề nợ nần, phá sản xảy ra.

Vấn đề khổ đau do cảm xúc

Hôm nay tôi sẽ tập trung đi sâu vào vấn đề khổ đau về cảm xúc. Những chia sẻ này dành cho những người chỉ có một vấn đề là khổ đau về cảm xúc mà thôi: không vừa lòng với vợ, với chồng, không vừa lòng với con cái, không vừa lòng với bạn bè ...

Giải quyết vấn đề cảm xúc khổ đau, có nghĩa là chúng ta cố gắng tìm ra con đường hạnh phúc cho cá nhân và gia đình của chúng ta.

Những khổ đau về cảm xúc có thể dẫn tới tự tử, hận thù, tiêu diệt lẫn nhau. Mức độ ảnh hưởng của nó rộng lớn hơn, nguy hiểm hơn khổ đau về thiếu thốn tiền bạc. Đó là lý do mà tôi muốn đi sâu vào loại vấn đề này. Tìm ra một con đường nào để giải quyết nỗi khổ đau về cảm xúc? Thật không dễ dàng!

Tôi trở lại vấn đề khái niệm tự do. **Chỉ khi nào cái** nhìn của quý vị trở nên rõ ràng, đồng thời ý chí của **quý vị mạnh mẽ lên, thì quý vị sẽ tiến tới tự do**. Bây giờ, quý vị có thể đóng kịch như là mình tự do với tất cả những vấn đề đang xảy ra không tốt cho mình, nhưng đó vẫn chỉ là đóng kịch thôi, còn trong sâu thẳm, tâm hồn quý vị cứ héo mòn từng ngày. Nhưng tôi cam đoan với quý vị, chắc chắn chúng ta có nhiều con đường, nhiều lối thoát, để ra khỏi các đau khổ về cảm xúc mà chúng ta đang đối mặt. Hãy bình tĩnh lại và xem xét!

Vấn đề là làm sao để phát triển cái nhìn mới trong đầu óc của chúng ta? Một trong những phương pháp phát triển cái nhìn là mỗi người phải tự đặt cho mình vô lượng, vô biên câu hỏi mà chúng ta không trả lời được.

Hôm nay, trong phần giải quyết vấn đề hạnh phúc gia đình, tôi lại đưa ra cho quý vị một giải pháp khác. Và quý vị phải dũng mãnh, cứng rắn, phải có ý chí, quyết tâm thì mới đạt được tới tự do. Có nhiều vị nói với tôi rằng đã 18 năm, 20 năm, 30 năm đau khổ về tình chồng vợ. Với họ, không bao giờ cần để ý đến tiền bạc, lúc nào cũng có tiền. Nhưng cuộc đời

họ sao quá đau khổ, đau khổ triền miên, không thấy hạnh phúc đâu cả, không thấy chút gì vui. Một số các vị ấy nghe những bài pháp âm của tôi, thì bắt đầu mở mắt ra, thấy nhẹ dần đi. Tất cả quý vị đã gửi thư, hoặc gọi điện trực tiếp cho tôi qua điện thoại, đều thừa nhận là càng nghe pháp âm, đầu óc càng nhẹ nhàng.

Nhờ một năng lực vô hình nào đó giúp đỡ, gia trì cho tôi nhìn thấy vấn đề, và tôi muốn đem cái thấy ấy để chia sẻ với tất cả mọi người. Rằng, chúng ta đang sống trong một thế giới lừa dối, có bẫy gài chung quanh, dưới nhiều hình thức đạo đức, từ ngữ đạo đức. Sứ mệnh của tôi là chia sẻ cho quý vị, hãy mở con mắt thật to để nhìn thấy sự thật. Công việc của mỗi người là cố gắng phát triển sự thấy của mình, thấy cho thật rõ, đừng dễ dàng tin bất cứ ai. Quý vị cũng đừng tin tôi, hãy tin vào sự tự do của mình, tin vào sự thấy của mình. Tôi chỉ là người tiếp sức cho quý vị mở con mắt ra, để quý vị tin vào chính cái thấy của quý vị, chứ không phải quý vị tin tôi.

Nói cho người vợ

Để đảm bảo sự hạnh phúc cho mỗi người và cho gia đình của mỗi người, quý vị ghi nhớ rằng, cuộc đời này không phải là cõi tạm, hạnh phúc gia đình không phải là cõi tạm. Nó là cái gì đó không phải tạm. Nó là thật!

Đặc biệt nhất là đối với người phụ nữ, nếu không có hạnh phúc gia đình, thì người phụ nữ ấy quả thật sống mà như chết rồi. Cái chết rồi này có hai nghĩa. Một người sống trong tinh thần thiền định, "chết rồi" có nghĩa là tự do với tất cả suy nghĩ của mình, tự do với sự ham muốn và những gì kích động chung quanh của người đời. Đó là ý nghĩa của chữ "chết rồi" của những người sống trong tinh thần thiền định hay tinh thần giải thoát. Nghĩa thứ hai của việc sống mà như chết rồi là tâm hồn tan nát. Người phụ nữ không có hạnh phúc gia đình thì tâm hồn người ấy coi như tan nát. Chắc chắn như vậy.

Tôi rất muốn bênh vực những người phụ nữ nhưng tôi cũng muốn nghiêm khắc với họ. Phụ nữ sống quá nghiêng về xúc cảm. T**uy quý vị rất thông minh, sâu** sắc, huyền bí, nhưng hiếm có người phụ nữ nào có một cái nhìn thật rõ với đầu óc thật mạnh mẽ, nghĩa là không sợ hãi. Quý vị không nên sợ bất cứ một thứ gì mà người đàn ông có thể gây ra phiền lụy cho mình, kể cả bất đắc dĩ phải chia tay. Tôi không xúi giục quý vị chia tay. Nhưng tôi khuyên quý vị đừng sợ việc chia tay. Anh sợ gì trong việc chia tay? Ở đây, tôi chỉ muốn đưa ra một giải pháp là đừng sợ bất cứ cái gì. Đừng sợ thì mắt sẽ mở. Sự thấy của quý vị sẽ mở ra, và một năng lực nhiệm màu sẽ phát ra. Đừng sợ không có nghĩa là liều mạng. Đây chỉ là một giải pháp, một kỹ thuật hay phương pháp để sức mạnh kỳ lạ của người phụ nữ tuôn chảy ra.

Sức mạnh của cảm xúc có lúc thành công, có lúc thất bại, mà nếu thành công cũng không bền vững. Nhưng sức mạnh của sự không sợ thì hoàn toàn khác. Mình sợ sống độc thân, sợ mất uy tín, sợ mất chồng, sợ con khổ, sợ người ta lấy của, giựt chồng? Mình sợ không làm ra tiền, sợ sau đó không ai thương, sợ dòng họ đánh giá thấp, sợ bạn bè chê cười mình?

Mình sợ cái gì? Tại vì mình quá nghĩ, mình định nghĩa về mình nhiều quá, chú ý về mình quá lớn lao, nên mới sợ. Nếu tự do được với những thứ đó, cho rằng chẳng ai để ý mình, cái

gì được thì được, không được cũng không sao, và điều quan trọng, **giá trị làm người** thật sự là giá trị tự do, giá trị ấy không lệ thuộc vào chuyện mình sống với ai, ở nhà bao lớn, có bao nhiêu **tiền,** thì sợ cái gì!

Đối với những người đã có chút đỉnh tiền, tự do với việc làm là điều rất quan trọng. Dĩ nhiên, không phải dễ có người nào tích lũy được một số tài sản, để tự do được ít nhất là 1 năm, 2 năm, 3 năm, 7 năm hoặc 1 tháng, 2 tháng, 5 tháng, 7 tháng... với chuyện không có việc làm, hoặc chưa phải quan tâm đến việc làm vì đã có một số tiền để dành. Nếu tự do được với tiền (tôi không nói là không có tiền hay không cần tiền), vì mình có một khoản tiền, thì mình sẽ đạt đến tự do với thời gian, với nhiều vấn đề khác. Mình sẽ làm lại cuộc đời của mình hoàn toàn trên nền tảng của tự do. Lúc bấy giờ mình mới nhận ra rằng, giá trị đích thực của cuộc sống chính là tự do. Chỗ này hơi khó. Mình thấy vấn đề đã khó, mà thực hiện vấn đề càng khó hơn. Đó là tôi nói về phía phụ nữ.

Nói cho người chồng

Lật ngược vấn đề, bất cứ người đàn ông nào thiếu một tình cảm sâu đậm và cao thượng của một người phụ nữ thì người đàn ông ấy khó làm nên chuyện gì, nhưng hiếm hoi lắm mới có người đàn ông nhận thấy được điều đó. **Chỉ có người có đầu óc và tâm hồn rộng lớn mới thấy được giá trị tình yêu thương chân thành của người vợ đối với mình.** Ai là người cân bằng đầu óc anh? Hằng ngày anh phải vật lộn, phải đấu tranh, phải giải quyết bao nhiêu chuyện mâu thuẫn trong thế giới. Đầu óc anh càng làm việc, thế giới anh càng rộng, tầm hoạt động anh càng lớn, thì mâu thuẫn anh càng tăng, kẻ thù anh càng nhiều. Ai là người giúp cho anh có đầu óc sáng suốt, bình tĩnh vượt qua tất cả những trở ngại, chuyện bất bình? Duy nhất có một người mà thôi. Đó là người vợ yêu quý của anh. Người vợ đã từng đổ mồ hôi, sôi nước mắt, ngậm đắng nuốt cay với anh. Nếu không có người vợ đó, anh không thể có một sức mạnh gì khác.

Sức mạnh tình yêu chân thành của người vợ là sức mạnh sáng tạo. Nó âm thầm dành cho anh, nó cân bằng, nuôi dưỡng đầu óc anh, nó giống như một nguồn năng lượng bí mật tái tạo liên tục, sáng tạo lại đầu óc anh.

Nhưng một lúc nào đó, anh lại thấy người vợ ấy già rồi, không còn phù hợp với anh nữa. Anh muốn có cái khác, cái nọ, cái kia. Anh muốn người vợ đi theo anh vào một hội nghị phải là một người vợ đẹp, lịch lãm như trong đại dạ tiệc. Hay là anh muốn có người vợ sinh cho anh đứa con này, đứa con kia. Tôi nói thật với quý vị, những người đàn ông như vậy, chỉ là những người đàn ông đau khổ, chưa bao giờ biết hưởng giá trị cuộc sống. Họ chỉ biết chiến thắng trên thương trường, chỉ biết đạp đổ để chiến thắng. Nhưng cuối cùng, trong quá trình đạp đổ để chiến thắng ấy, người đàn ông hưởng được cái gì? Anh ngủ được với bao nhiêu đàn bà trẻ đẹp? Anh ăn được bao nhiêu thứ, ở bao nhiêu nhà? Cuối cùng anh cũng tới lúc phải chịu đắng cay thôi. Chất lượng cuộc sống của anh không có. Anh cứ nghĩ anh thành đạt và giàu có, nhưng sự thật, anh là người sống hoàn toàn nghèo nàn, nghèo nàn về tâm hồn, về sự hưởng thụ cuộc sống có chất lượng cao. Anh hưởng thụ gì? Hưởng thụ đâu phải đi uống rượu, đâu phải là có phụ nữ trẻ, đâu phải khoe có bao nhiêu tiền, đâu phải là bao nhiêu người biết anh giàu có. Đó không phải là hưởng thụ. Anh chẳng hưởng thụ gì hết! Anh

đích thực là kẻ nghèo nàn. Nếu không muốn nói anh là một kẻ điên. Anh có cơ hội đạp đổ để chiến thắng, nhưng dứt khoát anh không thể làm mãi như vậy được. Vì anh sẽ loạn óc, anh sẽ điên, sẽ chết chóc. Mà anh làm như vậy để làm gì? Chỉ để chứng minh anh tài giỏi? Nhưng anh tài giỏi, anh có hưởng được gì trong sự chứng minh ấy? **Giá trị cuộc** sống thật là sự hưởng thụ, sự thưởng thức chứ không **phải sự chứng minh.** Anh không hưởng được gì hết thì làm sao anh có thể nói cuộc sống anh giá trị? Anh rất nghèo nhưng anh không thấy anh nghèo. Vì vậy, những người đàn ông không kiểm soát được về ái tình, phải coi chừng chỗ này. Khó khăn lắm!

Nếu anh không kiểm soát nổi những cảm xúc về ái tình riêng của anh, thì anh phải có cách giải quyết, thỏa mãn những cảm xúc về ái tình ấy sao cho sòng phẳng, có văn hóa, có chất lượng. Phải giải quyết theo cách của người trượng phu. Khó lắm, nhưng cũng không phải là không thể.

Khi một người đàn ông làm việc đầu óc rất căng thẳng như quý vị, thì quý vị phải biết ngôi nhà chính của mình là tình yêu của người vợ chung tình của mình, một người vợ không ham tiền, tự do với tiền. Ai là người phụ nữ tự do với tiền, với tên tuổi, quyền uy của anh, với những gì mà anh cho là thành đạt ? Ai? Là đàn ông, anh phải thấy cái đó. Người ấy là người yêu của anh. Người ấy là người che chở, bao bọc anh. Người ấy là mảnh đất để cho sự nghiệp của anh phát triển. Anh hãy tự hỏi và trả lời. Đó là về phía nam giới.

Đứa con là thánh nhân

Tôi đã nói về phía vợ, phía chồng rồi. Bây giờ tôi nói cả vợ lẫn chồng đối với con cái. Một năm anh có bao nhiêu lần dẫn con đi chơi bằng tất cả tâm hồn của anh? Một năm anh có bao nhiêu thì giờ để chia sẻ, để sống với con? Tại sao anh lại nghĩ ra chuyện thương đứa này hơn đứa khác, coi trọng đứa này hơn đứa kia? Tại sao anh coi trọng con trai hơn con gái hay coi trọng đứa con gái đầu lòng hơn đứa con gái thứ hai, chẳng hạn? Tại sao cả cha lẫn mẹ có thể sống bằng cảm xúc đó được? Nếu quý vị có theo dõi chương trình *Vườn Hoa Mơ Ước*[4] khi các cháu nói chuyện với tôi, thì quý vị thấy là các cháu biết hết, hiểu hết.

Mỗi con người đều có phần tâm hồn để phát triển yêu thương, bên cạnh việc phát triển sự tự do. Để nhận ra giá trị của cuộc sống thì sự nghiệp đích thực chính là sự phát triển tình yêu thương của mình đối với người khác. Tình yêu thương ấy phải bình đẳng trong con cái, anh sống với con cái anh phải bình đẳng với chúng.

Tiền chỉ là phương tiện mà thôi. Cho nên, nhiều người làm ra rất nhiều tiền rồi cũng đem cho hết đi. Nếu anh không tự do được với tiền, thì anh làm sao phát triển tình yêu? Anh không hề có thời giờ, không tự do được với những thứ khác thì làm sao anh có được tình yêu? **Tình yêu chân chính, sâu thẳm, tình yêu** không điều kiện, tình yêu đúng nghĩa của tình yêu, chỉ có trong tự do! Nó không thể tồn tại trong một con **người đầu óc không tự do.** Anh chưa bao giờ có tự do với lợi nhuận của anh, với sự tàn phá, đạp đổ để chiến thắng, với những thủ đoạn và âm mưu thì làm sao anh có tình yêu? Anh yêu ai? Anh cũng chẳng yêu bản thân anh luôn!

Nếu anh không yêu con anh thì anh tạo chúng ra làm gì? **Tạo hóa ban cho anh đứa con chính là gửi gắm** cho anh thông điệp: hãy phát triển tình yêu cao đẹp nhất đối với con người, mà con người gần nhất là con **của mình.** Tất cả mọi kinh nghiệm, mọi giá trị của anh – cái mà anh cho là thành đạt, nói cho cùng, so với tình yêu là vô cùng nhỏ bé và thấp kém! Cho nên, *hãy trở về với tình yêu, với bản chất của tính thấy biết.*

Bản chất của tính thấy biết là gì? - Là một thế giới tự do tuyệt đối. Vì vậy, chúng ta học tính thấy biết chính là học tính chất tự do của nó, chứ không phải để "chứng" tính thấy biết (Phật tính), để thành Tiên, thành Phật như tôi đã nhiều lần trao đổi với quý vị. **Chúng ta mở nhận** thức về tính thấy biết sâu thẳm bên trong chúng ta để cho đầu óc học tập và sống phù hợp với tính chất tự do đó. Trong tính chất tự do ấy có các lực màu nhiệm vô cùng vĩ đại, nó dẫn chúng ta đến một đời sống hữu tướng đầy tình nghĩa, đầy yêu thương với con người mà mọi giá trị thành tựu về tiền bạc và vật chất không **phải là cái để xác định giá trị cuộc sống của chúng ta.** Tất cả những người có trí tuệ trên thế giới đều biết đó không phải là giá trị làm người thực sự.

Cho nên có thể nói, tất cả trẻ thơ đều là Phật. *C***hỉ** có trẻ thơ mới thực sự là thánh nhân. Cha mẹ yêu trẻ **thơ chính là yêu thánh nhân.** Vì vậy song song với chương trình *Vườn Hoa Mơ Ước* tôi đã có chương trình *Tuổi thơ và Thiên đàng*, bởi vì trẻ em chính là thánh thần. Bậc làm cha mẹ nên có cảm xúc đặc biệt với con cái như vậy. T**rẻ thơ có sự sống riêng của nó – sự sống** của thánh thần. Cho nên, lực cuốn hút của trẻ thơ là một lực hoàn hảo, diệu vợi có thể giúp cho người lớn tăng trưởng nhân phẩm, phát triển đầu óc, sự tự giáo **dục chính mình, và phát triển tình thương của mình.** Vì thế, quý vị hãy chú trọng việc dành thời giờ và đối xử bình đẳng với con cái.

Nhận biết giá trị thật của cuộc sống

Dĩ nhiên chúng ta có sức mạnh đầu óc để làm việc và chứng minh được đầu óc chúng ta có khả năng làm việc tốt, vượt qua được tất cả mọi khó khăn, gian khổ. Tuy nhiên, chúng ta đừng bao giờ cho rằng tất cả những thành tựu đạt được đó là giá trị cuộc sống của chúng ta. Một mặt, chúng ta phải làm việc cật lực để thể hiện sức mạnh của đầu óc, nhưng mặt khác chúng ta không thể thấy kết quả chúng ta làm là giá trị của cuộc sống được. Giá trị cuộc sống không nằm trong kết quả chúng ta làm. Giá trị cuộc sống thực sự là chúng ta đang hưởng gì, thưởng thức được gì trong sâu thẳm của chúng ta. Một trong những tính chất tuyệt hảo nhất của sự thưởng thức đó là một tâm hồn tự do, một đời sống tự do.

Người làm chồng không thể bắt vợ làm nô lệ được. Người làm vợ cũng không thể bắt chồng nô lệ mình. Bậc làm cha mẹ, không thể bắt con cái nhất nhất làm theo khuôn mẫu mình đặt ra, ngoại trừ một số điểm cần thiết nào đó thôi, chúng ta vẫn phải tôn trọng sự sống của chúng. Phải cẩn thận trong cách cư xử với trẻ em, phải tôn trọng trẻ em như bậc thánh thần, không được làm gì để cho nó buồn khổ. Đứa con rất nhạy cảm, nhất là khi cha mẹ vô tình làm điều gì đó khiến nó buồn tuy nó không nói ra. Anh vô tình làm con buồn tức là anh đang động đến thánh thần, đang động đến tâm hồn của thánh thần.

Tôi nhận được rất nhiều thư chia sẻ về vấn đề hạnh phúc gia đình, trong đó có những quãng đời người ta kể lại tôi thấy đau lòng vô cùng. Đa số là chuyện đàn ông đối xử với phụ nữ không ra gì. Tôi tự hỏi tại sao lại có chuyện như vậy? **Cho nên, người phụ nữ phải mạnh** mẽ lên. Hãy tự mình thiết lập một đời sống tự do, bớt những ràng buộc bên trong đầu óc lẫn bên ngoài. Thiết lập con đường tự do trong đầu óc và đời sống của quý vị chính là xây dựng một thế giới màu nhiệm vô hình trong một tình yêu thánh thiện rất mạnh mẽ nơi phụ nữ. Bởi vì kết quả của vấn đề thiết lập một đời sống tự do của mỗi người phụ nữ là tạo ra một thế giới tình yêu màu nhiệm, ít nhất là cho những người có liên quan đến quý vị, cho chồng, cho con quý vị. Làm được như vậy tức là quý vị đang thực hiện vai trò của Phật mẫu.

Không có chuyện tái sinh Phật Mẫu, nhưng người phụ nữ với nhận thức sâu sắc, phát triển ý chí dũng mãnh và tầm nhìn chính xác đều có thể trở thành Phật mẫu. Quý vị đều có khả năng vừa làm vợ, vừa làm mẹ, vừa làm Phật mẫu. Hễ bế tắc đường này thì qua đường kia. Nếu chồng có khinh thường, chà đạp, gây đau khổ cho mình hay cho con của mình thì với vai trò là một vị Phật mẫu mình sẽ làm gì? Quý vị cần đóng vai khác đừng đóng vai vợ nữa, vì đóng vai đó thì bị người ta ức hiếp, coi mình như nô lệ và phải sống trong đau khổ và lo sợ. Nhưng chuyển sang vai trò một Phật mẫu thì tự nhiên sẽ hết sợ!

Vậy thì dựa trên cơ sở nào mà quý vị có thể chuyển sang vai trò một vị Phật mẫu được? Đó là **bản chất tính** thấy biết ở mỗi con người chúng ta và các vị Phật là giống nhau. Chúng ta hãy lấy tính chất đó để xây dựng tính năng của một Phật mẫu. Đó là tính chất tự do và yêu thương.

Điểm mạnh nhất của người phụ nữ là cảm xúc và tình yêu, nhưng có yếu điểm là thiếu tự do, nên cái gì cũng sợ. Vì vậy, tôi gợi ý những điểm cốt lõi của vấn đề, từ đó quý vị tìm ra hướng đi. Quý vị đọc đi đọc lại bài này và nghe pháp âm thì cũng có thể mở ra thế giới tự do trong đầu óc của mình. Trong vai một người Phật mẫu, quý vị hãy sắp xếp lại đời sống bên ngoài và đầu óc bên trong làm sao để phát triển được tinh thần tự do. Từng bước phát triển tinh thần tự do đồng nghĩa với từng bước phát triển nội lực - phép màu đặc biệt - mà phép màu ấy chỉ có vào vai một vị Phật mẫu mới có được. Quý vị dùng nội lực đó để nuôi dưỡng con cái của mình.

Người phụ nữ cũng phải hết sức thông cảm với đàn ông. Đàn ông bề ngoài tỏ vẻ oai phong lẫm liệt, nhưng hơn ai hết, quý vị biết rất rõ yếu điểm của đàn ông. Người đàn ông càng thể hiện sự mạnh bạo, hùng dũng chừng nào thì càng yếu đuối chừng ấy. Chính vì vậy mà ngoài vấn đề sắp xếp đời sống tự do ra, quý vị phải có sức thông cảm và tha thứ cho đàn ông. Và chỉ có trong vai trò vị Phật mẫu quý vị mới có thể tha thứ được, mới có đủ tinh thần tự do để có thể thấy họ, hiểu họ, thương xót họ mà tha thứ cho họ. Đàn ông làm ra vẻ gia trưởng, hùng hùng hổ hổ chẳng khác nào tự tố cáo sự yếu đuối của họ mà thôi! Vì người thực sự có sức mạnh không ai thể hiện sự hùng hổ ra để làm gì!

Từ xưa đến nay, trong xã hội các nước châu Á tồn tại một luật bất thành văn đó là, cùng một hành động ngoại tình nhưng người phụ nữ thì bị lên án còn đàn ông thì được bỏ qua. Trong thời đại ngày nay, chúng ta khó chấp nhận chuyện ấy, thôi thì ráng đóng vai Phật mẫu mà tha thứ cho họ. Nhưng cũng phải cảnh báo người đàn ông tránh gây tai họa cho gia

đình. Quý vị hãy cứ để họ vào ý muốn, vào con đường tự do của họ, tạo điều kiện để họ thỏa mãn ý muốn tự do của họ, đừng canh chừng cũng đừng kiểm soát. Đó là cách tốt nhất để quý vị mở ra một thế giới tự do cho chính mình, mở ra năng lực màu nhiệm để giải quyết những vấn đề gần như bế tắc. Đó là cách tìm ra con đường mới cho chính mình và cho người khác. Có thể quý vị để họ tự do hay giúp cho họ tự do, tuy chưa chính thức ký vào văn bản li dị hay li thân, nhưng do tôi dùng đầu óc của một Phật mẫu nên tôi hiểu anh, chiều anh, tôi thông cảm với anh. "Anh hãy cứ tự do đi! Nhưng đừng làm đau lòng con cái, hãy bàn với con cái, làm cho con cái thông cảm, làm con cái vui. Phần anh, anh cứ sống tự do theo ý muốn của anh đi!"

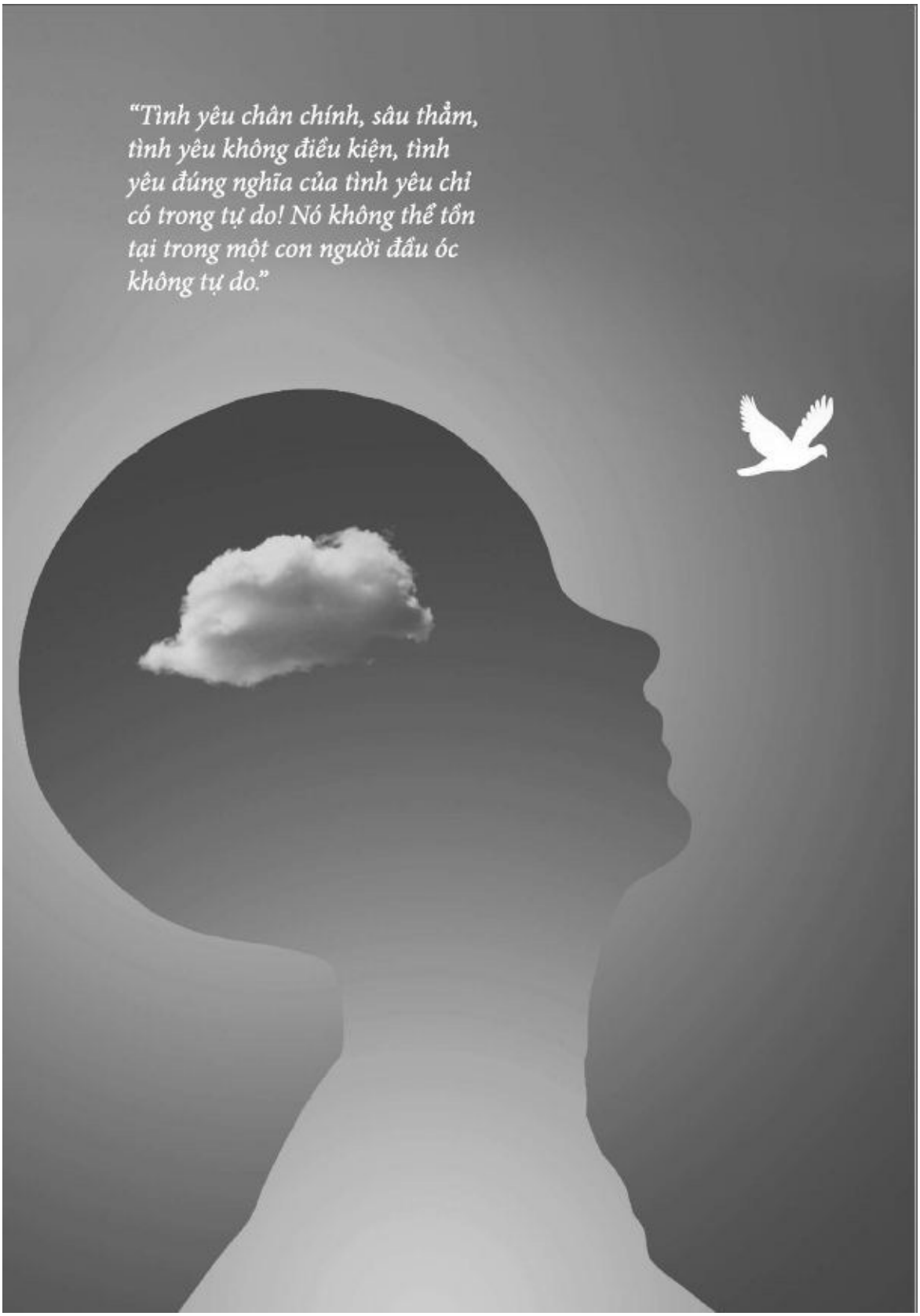
Đó là những vấn đề tôi muốn chia sẻ đến một số quý vị đã gửi thư vừa cảm ơn, vừa tâm sự, vừa mong tôi chỉ cho con đường để thực sự được sống một đời sống có giá trị. Bây giờ, quý vị phải quay trở lại vị trí của mình trong cuộc sống gia đình, là những người chồng và người vợ, là cha mẹ với con cái. Đối với con cái, quý vị phải có trách nhiệm yêu thương, chăm sóc, gần gũi, gắn bó, không để chúng buồn, hãy giúp cho con cái biết thế nào là giá trị của cuộc sống. Về phần quý vị, mỗi người hãy tự suy gẫm và tự đặt câu hỏi cho mình: Giá trị thật sự của cuộc sống của mình là gì? Quý vị cứ đặt câu hỏi cho mình và cố gắng tự tìm cách trả lời.

Riêng quý vị phụ nữ, tôi sẽ chỉ ra những điểm cốt lõi cho chính mỗi quý vị và toàn bộ hạnh phúc gia đình. Điều này rất lớn lao: *Người phụ nữ mang nhiều dấu ấn đối với cha mẹ, ông bà, anh em mình trong tâm hồn, cho nên cảm xúc của quý vị mạnh vô cùng, tình thương của quý vị cũng lớn vô cùng! Nhưng chính hai điểm mạnh ấy lại trở thành điểm yếu lớn nhất cho sự tự do của quý vị, mà sự tự do không phát triển thì sự màu nhiệm của quý vị, vẻ đẹp thiêng liêng của quý vị khó có thể phát triển được. Phụ nữ phải biết vấn đề ấy để từng bước nhận thức ra, tự mình dùng ý chí mạnh mẽ để sắp đặt lại cuộc sống theo hướng tự do bên ngoài lẫn tự do bên trong.* Đây chính là nguồn gốc của tình yêu và sự màu nhiệm của người phụ nữ. Từ hàng ngàn năm nay, người phụ nữ chịu không biết bao nhiêu khổ đau dồn dập cho đến tận bây giờ. Nay tôi chia sẻ cho quý vị, tôi chỉ ra việc ấy, quý vị nào có phước báu lớn, có tầm nhìn rộng, có ý chí mạnh, quý vị sẽ đi trước làm gương mẫu.

Tôi cũng mong trong tương lai gần, trong gia đình Minh triết chúng ta có thể hình thành một nhóm gọi là *Nhóm Giúp Đỡ Phụ Nữ*, để cùng nhau chia sẻ và nâng đỡ, nhằm giúp cho phụ nữ phát triển những phẩm chất vô cùng cao quý của phụ nữ mà xưa nay loài người trên toàn thế giới này chưa thực sự quan tâm sâu sắc.

Bài chia sẻ này là một bài rất khó cho phụ nữ. Nhưng đây chính là cuộc cách mạng vĩ đại cho quý vị. Nếu như có người phụ nữ nào làm được, sẽ là một sự thay đổi chưa từng có, một sự thay đổi tốt đẹp và thánh thiện nhưng không dễ làm. Có như vậy, chúng ta mới mong tạo ra sự thay đổi lớn cho xã hội.

"Tình yêu chân chính, sâu thẳm, tình yêu không điều kiện, tình yêu đúng nghĩa của tình yêu chỉ có trong tự do! Nó không thể tồn tại trong một con người đầu óc không tự do."



Làm Vợ Làm Chồng

Nếu con là chồng thường mạnh về trí,

Cố gắng mở rộng lòng từ bi.

Khi con là vợ,

Biết mình nặng về tình nên nhiều trói buộc,

Hãy cố vươn lên chuyển tình thành trí.

Trong tương quan chồng vợ,

Các con để tâm thiền quán,

Nhận biết điểm tương đồng và dị biệt,

Để từ chỗ tương đồng mà điều khiển dị biệt cho thuận với chân lý vô thường.

Chỗ nào tương đồng?

Sự hiểu biết, sự khôn ngoan,

Biết những điều thiện nên làm,

Biết những điều xấu nên tránh.

Khả năng mở rộng lòng từ bi với tất cả,

Khả năng phô bày trí tuệ lợi mình, lợi người, lợi môi sinh.

Khả năng hiển bày tâm thánh, nghĩa là sống trong dục lạc,

Mà không bị dục lạc buộc ràng.

Chỗ nào dị biệt?

Sắc tướng nam và nữ,

Tâm lý nam và nữ.

Hãy để tâm ở chỗ tương đồng mà chịu đựng dị biệt,

V__à biết rằng chỗ dị biệt là sinh diệt vô thường.

Đừng để tâm bị chôn vùi trong chỗ dị biệt,

Uổng lắm cuộc đời !

DT

HK, 24/3/2009

Sự Khổ Đau Trong Đời Sống Vợ Chồng

Thầy gửi bài nầy đến các đệ tử

Để mở thêm hiểu biết,

Giúp đỡ những cặp vợ chồng sống không hạnh phúc,

Các đệ tử coi đây là một Phật sự cần thiết hàng ngày.

Trong số các đệ tử,

Trước đây cũng có nhiều kinh nghiệm khổ đau giữa chồng vợ,

Nay đã vượt qua nên hành đạo giúp người,

Coi đây là một trong những việc hoằng truyền chánh pháp,

Bởi tâm của quý vị đã nhiều thanh tịnh.

1. Thầy nhận thấy đâu đâu cũng có nổi khổ trong đời sống vợ chồng:

- Hoặc chồng bỏ vợ theo tình mới

- Hoặc chồng bỏ vợ vì không thích nữa

- Hoặc vợ bỏ chồng hay muốn bỏ chồng vì không còn phù hợp, để đi với người khác hay ở vậy một mình

- Hoặc vợ chồng vẫn sống với nhau nhưng bằng mặt không bằng lòng

- Hoặc có người ham sắc hay lý do riêng mà nên vợ chồng không đúng nghĩa

Nói chung,

Đời sống chồng vợ trở thành một vấn nạn lớn thực sự và khá phổ biến.

Vấn đề nầy ảnh hưởng trực tiếp đến hạnh phúc của hai người, Sau đó là con cái và những người thân.

2. Như vậy,

Nguyên nhân từ đâu?

Có thể vượt qua bất hòa hoặc hàn gắn lại được không, bằng cách nào?

3. Trong bao nhiêu ngàn lần tiếp xúc,

Thầy nhận ra rằng,

Có nhiều nguyên nhân dẫn đến bất hạnh hay khổ đau tan vỡ tình chồng vợ:

- Thiếu kiến thức đời sống chồng vợ, kiến thức về gia đình hạnh phúc

- Thiếu hiểu biết về chính mình và người bạn đời

- Mỗi người chấp vào ý nghĩ và quan niệm của mình là đúng, rồi bắt người kia phải nghe theo

- Mỗi người bị các cảm xúc và sự tưởng tượng lôi kéo không kìm hãm được

- Hoặc có những thành kiến riêng trong tâm

- Hoặc có sự khác nhau về niềm tin tôn giáo

- Hoặc bị chi phối bởi áp lực gia đình

- Hoặc cách cư xử thô bạo thiếu tế nhị

- Hoặc tâm ích kỷ, nhỏ hẹp sống chung với tâm rộng lớn

- Hoặc hai người đều có tâm ích kỷ hẹp hòi

- Hoặc tình yêu đã cất cánh hay tình yêu chưa phát sinh

- Thiếu kiến thức về mục đích cuộc sống

- Đôi khi không biết rõ mình muốn gì trong đời này

4. Nói tóm lại có bốn nguyên nhân chính:

- Không biết mình thiếu trí tuệ, thiếu kiến thức về cuộc sống hạnh phúc

- Không nhận ra mình thiếu tình thương chân thành, kể cả đối với chính mình. Nghĩa là mình chưa hề thương ai thật sự

- Không nhận ra tâm mình chật hẹp và tăm tối - Chưa bao giờ thấy mình chỉ sống theo cảm tính hay cảm xúc, và ý nghĩ riêng

5. Chuyện khổ đau hay bất hạnh trong tình chồng vợ,

Khó vượt qua, khó khắc phục và hàn gắn,

Nhưng hoàn toàn có thể xây dựng một gia đình tương đối hạnh phúc.

6. Có nhiều con đường vượt khổ đau về nổi khổ này,

- Phải thật sự có quyết tâm chung sống cùng nhau

- Phải học cách chung sống với nhau

- Đừng nhìn người bạn đời bằng cái nhìn thành kiến hay phiến diện chủ quan, mà phải nhìn cho rõ những khác biệt và chấp nhận nó

- Cố gắng tìm ra những điều hay, điều đáng thương để thêm sự yêu thương

- Hãy mở rộng tâm, dễ dàng thông cảm và bỏ qua những bất đồng

- Thay vì gắt gỏng và nóng giận, hãy thương yêu và dịu dàng trong cư xử

- Nên quan tâm tạo niềm vui cho nhau, vì con người đã quá nhiều chịu đựng

- Cùng nhau xác định một hướng đi chung cho cả hai người

- Hãy dám nói những điều khó nói để cùng nhau vượt qua sự kém kiến thức

- Nên sống hồn nhiên và giảm sự hơn thua tranh cãi

- Hãy tỏ ra mình là người rõ ràng và công bằng

- Cả hai nên dành thời gian nhiều nhất cho nhau, cho con cái và nhà cửa

- Gạt bỏ những quá khứ dù hay dù dở

- Đừng phát sinh nhiều nhu cầu hiện tại

- Đừng quá mơ mộng về tương lai

- Ngày ngày sống đơn giản và mở rộng lòng thương

- Hãy động viên và an ủi nhau trong những lúc khó khăn

- Đừng để ý nghĩ riêng của mình phá hủy sự bình yên trong tâm hồn của chính mình và người phối ngẫu

7. Nói tóm lại,

Tâm phải mở thật rộng,

Sống đơn giản, không phát triển nhiều nhu cầu hàng ngày.

Tăng yêu thương và an ủi lẫn nhau,

Mở mang kiến thức về cuộc sống hạnh phúc vợ chồng.

Giành nhiều thời gian cho nhau và đừng để bất cứ gì chung quanh chi phối cuộc sống vợ chồng,

Vui vẻ chấp nhận những khác biệt,

Tôn trọng và công bằng lẫn nhau,

Dùng những lời lẽ dễ nghe trong cư xử.

Thầy tóm lược vài điều căn bản dễ nhận ra như vậy,

Mong quý đệ tử để tâm đến nổi khổ này của chúng sanh.

Thầy cầu nguyện cho quý vị tăng thêm bi-trí-dũng,

Để làm điều gì nhỏ có lợi cho đời.

Cầu nguyện Chư Vị Đại Giác,

Phù hộ cho quý đệ tử trên đường hành đạo.

Cầu mong Chư Thiên dẫn đường chỉ lối,

Để các con góp nhặt niềm vui cho đời.

THẦY

California, 10/11/2006

Cư Xử Trong Gia Đình

Nói chuyện với Phật Tuệ

Trong gia đình,

Từ cha me đến con cái,

Từ anh chị đến các em,

Từ bà con bên chồng hay vợ đến họ hàng xa gần.

Hãy lấy tình thương và sự thông cảm mà cư xử với nhau,

Chớ bao giờ lấy sự "khôn ngoan lanh lợi" mà cư xử với nhau.

Đừng thấy mình khôn hơn người,

Nên thấy mình có thương và thông cảm với ai đó không?

Cư xử như vậy chính là Tự mình thành tựu đạo quả.

Như vậy mới là chân chính tu hành,

Chân chính với chánh pháp hay chân lý của Đấng mà mình tôn thờ.

Chỉ có tình thương và sự thông cảm là có thật,

Còn Các Đấng mình thờ là để giúp cho tình thương hiện hữu và phát triển,

Giúp cho cảm xúc yêu thương chân tình nhuộm xanh cuộc sống này.

DT

Cõi Yêu Tương

Tôi hỏi các bạn điều này:

Tình yêu của con người có phải là điều thiêng liêng?

Sức mạnh của con người mà ta có thể nhận biết là gì?

Quyền lực của tiền bạc?

Quyền lực của chức vị?

Quyền lực của tri thức?

Quyền lực trong tôn giáo?

Quyền lực của chính trị và quân sự?

Những thứ ấy có thể mạnh, nhưng không là mạnh nhất.

Tình yêu của con người là thiêng liêng và mạnh nhất.

Nhưng tại sao nhiều người chối bỏ nó, nhất là ở những xứ sở tôn vinh tiền?

Tại sao người ta lấy tiền để đo giá trị con người?

Bởi cũng tại trí óc con người hoạt động theo hướng thỏa mãn nhiều ham muốn riêng tư.

Nhưng từ khi con người xuất hiện đến nay mấy triệu năm rồi,

Có bằng chứng nào kết luận con người đã thỏa mãn lòng ham muốn của mình?

Người ta dùng trí óc tìm kiếm các nguyên liệu bên ngoài để thỏa mãn bên trong tâm hồn.

Điều ấy đã muôn đời không được.

Thế nhưng tri thức con người cứ chảy mãi một dòng như vậy.

Nếu ai đi ngược dòng tri thức này giống như người từ cõi xa xôi nào đến!

Tôi không chê trí tuệ.

Nhưng từ trong sâu thẳm của cõi thanh tịnh,

Tôi nhận biết rằng con tim có năng lượng diệu kỳ:

Năng lượng của tình yêu chân thành làm nhũn mềm tất cả

Năng lượng của tình yêu chân thành thường cho ra những trí tuệ siêu phàm.

Thứ trí tuệ từ con tim là trí tuệ của người chủ vĩ đại.

Trí tuệ ấy có sức mạnh thần diệu.

Có những phế nhân cô độc,

Lại sống ở phần đất chỉ biết có tiền là trên hết,

Đa số họ khổ đau từ thân thể cho đến tận đáy lòng.

Nhưng may mắn thay cũng có người sống với trái tim yêu thương nhân loại và cuộc đời.

Nên tâm hồn họ sung mãn, năng lượng sống an nhàn không nhiều day dứt.

Họ cũng nhận ra tình yêu trong họ,

Và biết đem tình yêu ấy cư xử với những gì xảy ra với họ,

Cư xử một cách hồn nhiên không có trí của óc tác động.

Họ què quặt thân thể mà lại giàu lòng yêu thương.

Do vậy mà họ đã đùm bọc được nhiều người thân thể vẹn toàn!

Kỳ lạ thay sự giàu có của tâm hồn.

Mãi mãi đẹp và mãi mãi trường tồn trên hành tinh này.

Dù mai này họ vĩnh biệt nó để về một nơi vô định.

Cõi vô định ấy là cõi của lòng yêu thương bất tử.

DT

Lời cảm ơn

Quý độc giả thân mến!

Sau đợt phát hành đầu tiên cho đến nay, đã có nhiều đầu sách của tôi được xuất bản và phát hành. Tôi thường nhận được rất nhiều thư cảm ơn tác giả đã chỉ ra những giá trị to lớn chưa từng có. Cảm ơn quý vị đã dành sự ưu ái và ngưỡng mộ.

Nhân dịp này, tôi xin gửi lời cảm ơn đến :

- Công ty Cổ phần Đầu Tư Giáo Dục Minh Triết

- Trung tâm UNESCO Nghiên Cứu & Ứng Dụng Phật Học Việt Nam

- Nhà Xuất bản Văn Hóa Thông Tin Hà Nội

- Câu Lạc Bộ Trần Nhân Tông tất cả các nơi

- Ban Phiên tả

- Các quý vị Biên tập viên

- Cá nhân hiền giả Giác Tuệ (Ông Ngô Văn Quán, Ủy viên thường vụ Liên hiệp các Hội UNESCO Việt Nam)

- Cá nhân hiền giả Duy Trung Ý

Cùng nhiều tổ chức, cá nhân khác đã góp sức hình thành và xuất bản cuốn sách này. Cầu nguyện Quý vị nhiều sức khoẻ và bình an.

Duy Tuệ

"Chỉ có sức mạnh của Sự thấy mới là sức mạnh vĩ đại nhất. Ngoài ra không có sức mạnh nào có thể vượt lên trên sức mạnh đó".

DUY TUỆ



Thông điệp gửi người đàn ông và phụ nữ

Cuộc sống vợ chồng rất tế nhị. Người đàn ông cần biết người vợ cần gì. Người phụ nữ thường rất kín đáo. Họ cần sự giao cảm, truyền cảm xúc giữa người đàn ông và phụ nữ chứ không chỉ đơn thuần là tình dục hay tiền tài, danh vọng. Có người ở trong cung vàng điện ngọc nhưng cũng không hạnh phúc bởi không thành công trong giao cảm vợ chồng. Thông thường, người đàn ông rất ít hiểu về phụ nữ. Ngược lại, người phụ nữ thì già dặn và sâu sắc vô cùng. Người phụ nữ thấy thế giới đàn ông dễ dàng. Còn thế giới phụ nữ thì sâu thẳm không giới hạn, người đàn ông khó thấy được.

Người đàn ông giống như hành tinh, người phụ nữ giống như bầu trời. Hành tinh không thấy bầu trời nhưng bầu trời thì thấy hành tinh. Hành tinh - như là mặt trời - dù có sức mạnh nóng đến mấy cũng không thể chinh phục được bầu trời. Người đàn ông cần nhìn tỉnh táo như vậy. Tôi thay mặt phụ nữ để chuyển đến thông điệp này!

Tạo hóa tạo ra người phụ nữ vốn sống cảm xúc rất mạnh nên dễ buồn, dễ giận, dễ hờn, dễ khóc, dễ thấy khổ… dễ nghe lời người ngoài, người không trực tiếp chia sẻ hạnh phúc giữa hai vợ chồng và con cái. Sự xúc cảm này nguy hiểm vô cùng!

Trớ trêu ở chỗ người phụ nữ thích (hay cần) nghe và rất dễ bị kích hoạt cảm xúc bởi những lời lẽ dịu ngọt, kể cả âm nhạc… Trong khi đó, người chồng lại ít nói lời dịu ngọt, mà thường xuyên nói những lời thẳng cay chua… Vì thế, người ngoài mới tấn công được người phụ nữ và đánh vỡ thành trì gia đình của họ.

Khi nghe những lời ngọt ngào, cảm xúc của người phụ nữ dâng trào, cơ thể rung rung và đầu óc bị lung lay. Nghe người ta nói mãi những lời ngon ngọt khiến mềm lòng. Chưa có gia đình thì người phụ nữ dễ dàng chấp nhận người đàn ông nói những lời dịu ngọt, trường hợp đã có gia đình thì cũng dễ sinh nhiều chuyện không hay. Tựu trung, *người phụ nữ sống với xúc cảm mạnh vô cùng. Đây là điểm yếu nhất nhưng đồng thời lại là giá trị cao nhất của người phụ nữ!*

Giá trị ấy cao nhất vì nhờ đặc điểm nhạy cảm này mà người phụ nữ rất dễ thông cảm với người khác, giàu lòng thương người, rất dễ đạt tới trình độ sâu sắc về hiểu biết tâm linh, giúp người phụ nữ phát triển tâm linh rất tốt! Nhưng bên cạnh đó, mặt tiêu cực của nó cũng

vô cùng tai hại. Tuy nhiên, không thể đánh giá điều này tốt xấu, đạo đức hay không, bởi vì đó là đặc điểm tạo hóa ban cho người phụ nữ.

Người đàn ông vốn dĩ đã cứng rắn rồi nên người phụ nữ phải mềm mại, dịu dàng. Người đàn ông thích người phụ nữ bởi họ thiếu sự mềm mại, dù trong họ cũng có điều đó nhưng không đủ mạnh như phụ nữ. Ngược lại, người phụ nữ thích người đàn ông vì dù rằng họ cũng có tinh thần cứng rắn, nhưng không đủ mạnh như người đàn ông. Hai thế giới này tự động bổ sung cho nhau.

Quý vị biết như vậy để bình tĩnh, tỉnh táo xử lí vấn đề. Phải lấy hạnh phúc gia đình làm then chốt. Dù ai nói gì thì hạnh phúc gia đình vẫn là trên hết.

Trong Tính biết[1] chứa đựng và được kích hoạt thường xuyên hai loại tình cảm thiêng liêng là tình yêu thương gia đình và tình yêu thương dân tộc. Hai tình yêu thương này là điều kiện, nền tảng căn bản để mỗi người mở rộng tình yêu thương đối với nhân loại và thiên nhiên.

Cần nắm rõ rằng, mặt tiêu cực trong sự xúc cảm của người phụ nữ dễ biểu hiện và đạt tới sự nguy hiểm hơn mặt tích cực. Một khi xúc cảm nổi lên thì nó lại tự cho những điều đầu óc suy nghĩ và đánh giá là đúng, tự cho cảm xúc đang có là đúng. Có nghĩa, *suy nghĩ và cảm xúc đồng nhất với nhau để cùng bảo vệ chúng, làm cho sự tỉnh táo, trong sáng bị lu mờ.* Cho nên, sự trong sáng nguyên thủy, thuần khiết bị hợp lực của suy nghĩ và cảm xúc làm vẩn đục. Từ đó mà chấp nhận thuyết định mệnh, chấp nhận thuyết duyên nợ và cứ thế sống với nhau. Thành ra nhiều gia đình sống nửa nạc nửa mỡ, gia đình không ra gia đình, và bên ngoài cũng không ra bên ngoài. Do vậy, người phụ nữ tự đánh mất nơi nương tựa trong gia đình, và trở nên không nơi nương tựa, vì nương tựa bên ngoài cũng không được, rốt cuộc trở nên chơ vơ.

Về mặt hữu tướng thì chỗ dựa duy nhất của người phụ nữ là gia đình, và hạnh phúc gia đình vô cùng lớn lao. Còn về mặt vô tướng thì chỗ dựa duy nhất là sự trong suốt của đầu óc.

Tôi thay mặt phía đàn ông gửi thông điệp này tới phụ nữ. Quý vị biết để đề phòng. Phải luôn luôn tỉnh thức, nếu không sẽ bị sự xúc cảm hành hạ và làm tan nát gia đình.

Thay đổi thói quen để chuyển hóa bất hạnh thành hạnh phúc

Với các quý vị đã có gia đình, nếu có bất đồng với nhau thì cũng không nên đổi người, không nên bỏ người này để lấy người khác, và cũng không nên đổi tính tình người mình đang sống cùng. Nhưng có một yếu tố mà mình có thể thay đổi được để chuyển hóa xấu thành tốt, hung thành lành, khổ đau thành hạnh phúc… là thay đổi thói quen của chính bản thân mình.

Bỏ thói quen cũ thì khó nhưng tạo thói quen mới để có hạnh phúc thì dễ hơn, đồng thời những thói quen cũ sẽ giảm dần sức mạnh của nó và thói quen mới sẽ dần thay thế thói quen cũ.

MỤC LỤC

Tiến trình phát triển lực nhiệm màu của tạo hóa trong mỗi độc giả chân thành và nhiệt tình thực hành

Vài điểm lưu ý khi đọc tác phẩm của tác giả Duy Tuệ

I - Vai trò của con tim

II - Bài kinh cho các bà vợ

III - Vị thế phụ nữ trong gia đình Minh Triết

IV - Giá trị mới vô tận của phụ nữ

V - Bí Mật Phụ Nữ

Lời cảm ơn

Lời tựa

Thông điệp gửi người đàn ông và phụ nữ

2. Hiền giả Minh Triết: người thực hành phương pháp Thiền Minh Triết, hay còn gọi là phương pháp Duy Tuệ, một phương pháp thực hành giúp người thực hành ổn định đầu óc, phát triển được những phẩm chất tốt đẹp trên nền tình yêu thương 3. Phật Tâm Danh là tên mà tác giả Duy Tuệ đặt cho những người theo học và thực hành phương pháp của ông. Sử dụng Phật Tâm Danh là một của kỹ thuật phương pháp Duy Tuệ để kích hoạt tính linh, tình thương, kích hoạt những khả năng kỳ diệu của con người. 4. Vườn Hoa Mơ Ước: chương trình được tác giả xây dựng riêng cho các cháu từ 5 -15 tuổi với mục đích hướng dẫn các cháu học tập và rèn luyện các phẩm chất tốt đẹp ngay khi còn nhỏ 1.Tính biết: Khả năng biết của đầu óc khi đầu óc ở trong trạng thái trong suốt, không có sự hiện diện của ý nghĩ Nhiệt độ phòng là nhiệt độ đo được trong phòng, không phải nhiệt độ máy điều hòa. Trích bài thơ "Bắp ngô", tác giả Cao Xuân Thái. Theo bài hát "Thật bất ngờ" của ca sĩ Trúc Nhân, sáng tác MewAmazing. Sao Michelin: là tiêu chuẩn khắt khe nhất thế giới hiện nay để đánh giá tài năng của người đầu bếp. Có thể tìm hiểu thêm ở đây: http://soi.today/?p=193229. Nụ vị giác chứa cả ngàn tế bào vị giác, giúp con người nhận diện hương vị của món ăn. Trung bình khi trẻ chào đời sở hữu 10.000 nụ vị giác, đến khi trưởng thành chỉ còn 8.000 nụ vị giác và càng về già càng mất dần đi, trung bình khoảng 4.000-5.000 nụ vị giác. Đó cũng là lý do vì sao càng về già chúng ta ăn càng ít ngon miệng. Trích từ tích "Người con gái Nam Xương", tác giả Nguyễn Dữ. Cải biên từ câu thơ "Lòng ta thành con rối. Cho cuộc đời giật dây!" trong bài thơ "Người đi tìm hình của nước" (Chế Lan Viên). Trong bộ Tây du ký, lửa tam muội chân hỏa được luyện từ lửa trong lò bát quái luyện đan của Thái Thượng lão quân, nước thường không dập tắt được. Còn theo Phật giáo, lửa tam muội là hiện tượng sinh nhiệt trong cơ thể, nhiệt độ có thể lên đến cực cao. Trong từ điển tiếng Việt giàu và đẹp của chúng ta, "ốm" có nghĩa là "gầy" và "ốm" cũng có nghĩa là bệnh. Trần Huyền Trang là tên khai sinh của pháp danh Đường Tam Tạng. Trích 'Truyện cổ tích về loài người', Xuân Quỳnh. Trích 'Truyện cổ tích về loài người', Xuân Quỳnh. PK là những trận đánh để nâng cấp khả năng chiến đấu của quân đội trong trò game online. 1. Graffiti (danh từ số ít là graffito, có nguồn gốc từ tiếng Italia): là những bức tranh được vẽ trên bề mặt nơi công cộng như tường hay cầu mà không cần (hoặc không được) sự cho phép. Graffiti đã tồn tại trong suốt thời kỳ văn minh cổ đại như ở Hy Lạp cổ đại và Đế chế La Mã. 1. Michelangelo di Lodovico Buonarroti Simoni (6/3/1475-18/2/1564): sinh tại một khu làng nhỏ của vùng Caprese, gần kề thủ phủ Arezzo, Roma, thường được biết đến dưới tên gọi Michelangelo, là cha

đẻ của những tác phẩm có sức lôi cuốn cao nhất trong lịch sử mỹ thuật; và cùng với Leonardo da Vinci, ông đã tạo ra giá trị rực rỡ cho thời kỳ Phục Hưng đỉnh cao. Ông là một nhà điêu khắc, kiến trúc sư, họa sĩ và thi sĩ, đã tạo ra ảnh hưởng mãnh liệt đến nền tảng mỹ thuật phương Tây sau này. 2. Pietà: là một danh từ chung chỉ hình tượng Đức Mẹ Maria đỡ thi thể của chúa Jesus sau khi bị đóng đinh trên Thập giá. 1. Walt Whitman (31/5/1819 - 26/3/1892): nhà thơ, nhà báo, nhà nhân văn, nhà cải cách thơ Mỹ, tác giả của tập thơ Lá cỏ nổi tiếng thế giới. 1. Thomas Jefferson (1743 - 1826): là Tổng thống thứ 3 của Hợp chủng quốc Hoa Kỳ, nhiệm kỳ 1801 - 1809. 1. Yogi Berra: là một vận động viên bóng chày người Mỹ. Anh nổi tiếng vì sử dụng biệt ngữ "Berraisms" trong các trận đấu như một cách để đánh lạc hướng đối phương và truyền cảm hứng cho đồng đội. 2. William Cuthbert Faulkner (1897 - 1962): là tiểu thuyết gia người Mỹ. Ông đạt giải Nobel Văn học năm 1949 và hai giải Pulitzer năm 1955 và 1963, ông là một trong những nhà văn nổi tiếng nhất thế kỷ XX. 1. Nguyên tắc S.W. chữ viết tắt của cụm "Who cares, so what" (Có người có, có người không. Vậy thì sao chứ?) (1) Bảo châu, cũng gọi là Phật tánh. Boulangerie: tiệm bánh, bistro: quán rượu, magasin: hiệu tạp hóa (BT). Tứ đổ tường: bốn thói xấu theo quan niệm truyền thống gồm cờ bạc, rượu chè, trai gái, hút xách (BT). Là chiếc xe hơi đầu tiên được sản xuất hàng loạt tại miền Nam Việt Nam trước 1975 với 4 kiểu dáng khác nhau tùy theo mục đích sử dụng. Bệnh Celiac là căn bệnh đường ruột do cơ thể không hấp thụ được gluten (có nhiều trong lúa mì, yến mạch và lúa mạch). Ăn dặm theo cách này còn được gọi là Baby led - weaning (Phương pháp ăn dặm bé chỉ huy). Tìm đọc sách đã đượcThái Hà Books xuất bản. Chỉ số khối cơ thể, tên tiếng Anh là Body Mass Index, để đánh giá mức độ gầy hay béo của một người. note:"]{ note:"]{ (1). Plato (428 -348 TCN) là một trong ba nhà triết học lớn của Hy Lạp theo chủ nghĩa duy tâm khách quan Cây dẻ ngựa: cây lá chia thành bảy thùy với hoa màu trắng hoặc hồng. Quaker: Một giáo phái Thiên Chúa tôn thờ Chúa Jesus, từ chối những nghi thức trịnh trọng, giáo điều và có những hoạt động phản đối chiến tranh và bạo lực. Có thể tác giả đang đề cập đến Meister Eckhart (1260 - 1328) - một triết gia, nhà thần bí Ki-tô giáo người Đức. Wystan Hugh Auden (1907-1973): Nhà thơ Mỹ gốc Anh, người có ảnh hưởng rất lớn đến văn học Anh-Mỹ, là một trong những nhà thơ lớn nhất của thế kỷ 20. Rilke (1875-1926): tên đầy đủ là René Karl Wilhelm Johann Josef Maria Rilke, tuy là người Áo nhưng ông sáng tác bằng tiếng Đức. Ông được xem là một trong những nhà thơ lớn nhất của văn học thế giới thế kỷ 20.

Table of Contents

Tiến trình phát triển lực nhiệm màu của tạo hóa trong mỗi độc giả chân thành và nhiệt tình thực hành
Vài điểm lưu ý khi đọc tác phẩm của tác giả Duy Tuệ
I - Vai trò của con tim
Cái đầu rất dễ sai lầm, con tim thì luôn chính xác
Con tim đóng vai trò của người mẹ
Kích hoạt tình thương
Thế nào là cái đầu phát sáng?
Con tim giữ cho bộ não ổn định
Các bước Hiền giả Minh Triết trải qua
II - Bài kinh cho các bà vợ
Đừng ỷ lại rằng mình đã làm tròn trách nhiệm một người vợ
Sự duyên dáng của người vợ đối với người chồng
Xây dựng "cái duyên" vì hạnh phúc bản thân và con cái
Từ sự thấy rõ để sáng tạo nhiều con đường phát triển hạnh phúc
Vợ chồng không nên theo ý riêng của mình mà phải tùy thuận
Đàn ông đừng để mất hạnh phúc của đời sống tự do
Tự nguyện làm tròn thiên chức là niềm vui của người phụ nữ
Đầu óc dễ chịu là trung tâm kích hoạt sự duyên dáng của người phụ nữ
Người chồng tôn trọng, bình đẳng, công bình với vợ
Làm thế nào để kích hoạt trung tâm duyên dáng
Cần tạo sự hứng thú liên tục cho người chồng
III - Vị thế phụ nữ trong gia đình Minh Triết
A. Những cái thấy sâu thẳm
Nguyên nhân khổ đau
Phải giáo dục gì và bằng cách nào?
B. Hãy trải nghiệm hạnh phúc bằng thực hành
Những cái thấy đem lại hạnh phúc
Các bài tập phát triển khả năng thấy
Nghệ thuật thể hiện sự chân thật
Tăng cường sự chia sẻ cảm thông
Đừng xem thường cách ăn mặc
Ông thần "May Mắn"
C. Tạm kết thúc
IV - Giá trị mới vô tận của phụ nữ
Tự giáo dục
Đừng tin vào những gì mình đã tin
Để cái đầu tự do
Một số vấn đề trở ngại đầu óc tự do
Tôn trọng những gì tạo hóa ban cho con người

Làm mới bằng phương pháp xả bỏ
Hạnh phúc từ cái thấy của Hiền giả Phật Tuệ
V - Bí Mật Phụ Nữ
Nhận thức cơ bản
Giá trị của cuộc sống – Biết thưởng thức
Tự do bên trong – Tự do bên ngoài
Vấn đề khổ đau do cảm xúc
Nói cho người vợ
Nói cho người chồng
Đứa con là thánh nhân
Nhận biết giá trị thật của cuộc sống
Sự Khổ Đau Trong Đời Sống Vợ Chồng
Cư Xử Trong Gia Đình
Cõi Yêu Tương
Lời cảm ơn
Thông điệp gửi người đàn ông và phụ nữ
MỤC LỤC

Chia sẻ ebook: http://downloadsach.com

Follow us on Facebook: https://facebook.com/caphebuoitoi