

Kính thưa Thầy và các Thầy Cô!

Chúng con xin phép chia sẻ một số nội dung chính mà chúng con ghi chép trong bài Thầy Vọng Tây giảng từ 4h50' đến 5h55' sáng thứ Ba ngày 26/10/2021.

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 685

“KHÔNG ĐỂ KHỞI TỨC GIẬN – NHẤT ĐỊNH PHẢI KIỂM CHẾ”

Phàm phu chúng ta đa phần làm theo tập khí phiền não của chính mình. Chúng ta rất dễ khởi tức giận, năng lực kiểm chế rất kém. Đa phần chúng ta cứ để cho tức giận khởi lên, hoành hành, phát tác, tạo nghiệp rồi chúng ta mới nhận ra. Nhận ra quá muộn màng! Khởi ý niệm, hành động tạo tác đã trở thành nghiệp thì làm sao mà thoát khỏi nghiệp.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng dạy chúng ta: **“Phải có năng lực kiểm chế, không để khởi tức giận”**.

Nhà Phật có câu:

“Nhất niệm sân tâm khởi, bách vạn chướng môn khai.

Nhất niệm sân tâm khởi, tiên đọa luân hồi”.

Khi một niệm sân khởi lên, nhiều tập khí xấu xấu ác khác cũng ùa lên, chúng ta lập tức rơi vào vòng luân hồi. Ngọn lửa sân nổi lên, thiêu đốt rừng công đức. Công đức là tâm thanh tịnh. Chúng ta cứ nghĩ công đức của mình rất lớn, nhưng hễ khởi tức giận thì bao nhiêu công đức bị thiêu đốt hết. Phước đức thì còn, mà công đức thì không còn. Khi nào tâm chúng ta thanh tịnh thì mới có công đức, tâm chưa thanh tịnh thì chưa có công đức. “Công đức” mới giúp chúng ta thoát sanh tử, “phước đức” thì không thể. Trong “công đức” có “phước đức”, trong “phước đức” không có “công đức”.

Người ngày nay đa phần cứ làm được một việc gì tốt, cho ai cái gì thì cứ nghĩ là công đức vô lượng vô biên. Vậy thì sai rồi! Công đức dễ tạo nhưng dễ mất. Chỉ cần một niệm sân khởi lên thì chúng ta đã đánh mất tâm thanh tịnh của mình. Oan gia trái chủ của chúng ta muốn hại chúng ta rất đơn giản. Lúc chúng ta sắp lâm chung, họ đến chọc giận chúng ta. Chỉ cần chúng ta khởi lên tâm sân hận thì tâm thanh tịnh tan biến. Cho nên khoảng thời gian khỏe mạnh này là lúc chúng ta phải rèn luyện để mình có sức định, có sự kiểm chế.

Cách tốt nhất để kiểm chế tâm sân hận là chúng ta chuyển đổi ý niệm:

- Khi người ta đến hại mình khổ đau đến cùng tận thì chúng ta nghĩ rằng họ không được học giáo huấn của Phật Bồ Tát, không được học giáo huấn của Thánh Hiền cho nên như vậy. Chúng ta đã học rồi mà còn chưa tốt được thì huống gì họ chưa được học.

- Trong quá khứ, chúng ta đã hại họ thảm hại hơn, hại họ lên bờ xuống ruộng, chết không được, sống không xong. Chúng ta hại họ nhà nát mạng vong, tan nhà nát cửa. Chúng ta đã lấy mạng của họ mà họ còn từ bi chưa lấy mạng của chúng ta.
- Họ rất từ bi. Họ chờ đến lúc chúng ta biết tu, biết chuyển hóa, biết tiếp nhận giáo dục Thánh Hiền, giáo huấn của Phật Bồ Tát mới đến đòi nợ. Ta hại họ khi họ chưa biết giáo huấn của Phật Bồ Tát, chưa biết giáo huấn của Thánh Hiền. Vậy ai từ bi hơn ai? Hòa Thượng nói: **“Oan gia trái chủ họ từ bi hơn mình nhiều. Họ đến tìm mình chẳng qua để nhắc nhở mình tiến đạo”**. Nếu không có sự nhắc nhở của họ thì chúng ta mãi chạy theo danh vọng lợi dưỡng, chìm đắm trong năm dục sáu trần, tham sân si mạn.

Khi chuyển đổi ý niệm như vậy thì tâm sân hận của chúng ta tan biến, cơn thịnh nộ sẽ không phát khởi mà nhanh chóng lắng dịu. Khi chúng ta chuyển đổi ý niệm, không những chúng ta không tạo nghiệp mà chúng ta còn có cơ hội tiến đạo. Sáng nay tôi lạy Phật, tôi cũng có ý niệm như vậy. Bệnh khổ cứ bám riết đã nhắc nhở tôi rằng: **Con đường giải thoát mới là quan trọng. Ta cứ mãi lo thế sự, mãi lo làm việc tốt, cuối cùng trở thành người tốt nhiều chuyện. Vậy thì “đáng sanh tử như thế nào vẫn sanh tử như thế đó, đáng đọa lạc như thế nào vẫn đọa lạc như thế đó”**.

Tất cả mọi hoàn cảnh đều là để chúng ta khởi tâm tri ân, đều nhắc nhở chúng ta tu tập. “*Tu tập*” không phải là ngồi thời khóa, mắt lim dim, tụng Kinh gõ mõ. “*Tu tập*” là luôn luôn kiểm soát dòng tư tưởng của mình, luôn luôn kiểm soát tập khí phiền não của mình, không cho tập khí dậy khởi, vượt rào. Không cho tập khí xấu ác sai khiến là tu hành. “*Tu*” là sửa, “*hành*” là hành trì. Chúng ta phải luôn luôn kiểm soát.

Phật dạy: **“Tham là ngã quý, sân là địa ngục, si là súc sanh”**. Thích Ca Mâu Ni Phật dạy chúng ta: **“Cần tu Giới, Định, Tuệ. Diệt trừ Tham, Sân, Si”**. Phật không dạy chúng ta đối đối tượng, nhưng chúng ta đa phần đối đối tượng tham. Chúng ta không tham cái này thì tham cái khác, tâm tham vẫn diễn biến. Từ xưa đến nay, đối với chuẩn mực thì tôi mới dùng từ “*phải*”, phải như thế này, phải như thế kia. Đối với việc phát triển Hệ thống thì tôi dùng chữ “*tùy*”, không dùng chữ “*phải*”.

Hôm qua tôi nhận được một bức thư chia sẻ. Người vợ thì tu Thiền, gia đình có bàn Phật thờ Thích Ca Mâu Ni Phật rất trang nghiêm đẹp đẽ. Người chồng tu Tịnh Độ, nghe pháp Hòa Thượng và muốn lập thêm một bàn thờ A Di Đà Phật nhưng người vợ không đồng ý. Người vợ cho rằng bàn thờ Tây Phương Tam Thánh chỉ dùng khi thờ người chết, khi cầu siêu. Người chồng hỏi tôi phải nên làm như thế nào. Tôi trả lời rằng: **“Mình ở trong cảnh không thuận thì mình phải tùy thuận, hướng chi mình được niệm Phật trước Thích Ca Mâu Ni Phật, điều này không có gì là chướng ngại. Ta được niệm Phật trước người Thầy dạy chúng ta niệm Phật A Di Đà để cầu sinh Tây Phương Cực Lạc, vậy thì chúng ta phải niệm Phật nghiêm túc hơn. Có gì chướng ngại đâu! Nếu mình lập thêm một bàn thờ nữa thì sẽ gây chướng ngại trong gia đình. Người ta không có bàn thờ Phật, không được thờ Phật mà vẫn còn niệm Phật được, hướng chi trong nhà đã cùng nhau tin Phật rồi thì còn trái ngược với nhau làm gì! Chúng ta phải tùy thuận!”**

Khác tôn giáo đã là một sự chướng ngại rất lớn. Hôm trước tôi đến làm lễ tri ân một gia đình ở quận II. Gia đình vừa theo Chúa, vừa theo Phật. Người chồng theo Chúa nên bàn thờ Chúa to hơn bàn thờ Phật. Chúng ta niệm Phật trước bàn thờ Chúa cũng không sao. Chúng ta không nên chấp trước. Phật ở trong tâm, ở trong tự tánh của chúng ta. Vậy thì ta hãy đề khởi vị Phật ở trong tự tánh của chúng ta. Còn tất cả bên ngoài chỉ là hình thức, hình tướng.

Phật dạy: **“Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng, nhất thiết hữu vi pháp, như mộng huyễn bào ảnh”**. Tất cả hình tướng đều là hư vọng, nơi chân tâm của mình mới là thật. Nếu chúng ta không quay về chân tâm mà tìm, ta chỉ tìm ở nơi hình tướng thì ta vĩnh viễn chỉ ở nơi hình tướng. Phật nói: **“Dùng hình tướng để tìm ta thì không thể thấy ta. Dùng sắc tướng của Như Lai để tìm Như Lai thì không thể thấy được Như Lai”**. Chúng ta chấp trước nên tạo phiền não cho chính mình và mọi người xung quanh. Đó là tập khí xấu ác, là trạng thái chiếm hữu, không chế, luôn mong cầu mọi thứ phải theo ý mình, từ đó mà phiền não. Khi mọi việc trái ý mình, không đúng với sự sắp xếp của mình thì mình phiền não. Chúng ta tự tạo phiền não cho chính mình. Chúng ta đang vui, đang yên lành thì tham, sân, si tự nhiên khởi lên ùng ùng như bị phỏng nước sôi. **“Tam bành lục tặc”** tức thời nổi lên chứng tỏ tập khí sân giận đi theo chúng ta từ vô thủy kiếp đến nay.

Hòa Thượng dạy: **“Không để khởi tức giận, nhất định phải kiềm chế. Ngay khi chúng ta khởi tức giận thì mất hết lý trí, chỉ còn cảm tình. Chúng ta dùng cảm tình để làm việc, để hành xử. Khi đã bị cảm tình không chế, cảm tình vượt lý trí thì chúng ta tạo ra nhiều ác nghiệp, tạo ra nhiều việc sai lầm”**. Chúng ta không biết sân hận là phiền não rất nghiêm trọng, là nghiệp nhân của địa ngục. Khi gặp nghịch cảnh, ác duyên, chúng ta khởi tức giận thì khi chết đi sẽ đọa vào địa ngục. Thật ra, ngay trong cuộc sống hiện tại này nếu sống trong sân giận thì chúng ta cũng giống như sống trong địa ngục rồi. Trong tất cả mọi cảnh duyên, chúng ta đều không thuận ý vừa lòng thì chúng ta đang sống trong địa ngục, không cần phải đợi đến lúc chết mới bị đọa vào địa ngục.

Hòa Thượng dạy: **“Chúng ta gặp một số người ác. Họ làm một số việc vô tình hay cố ý để gây phiền phức, gây chướng ngại, phá hoại chúng ta thì điều quan trọng nhất là không được khởi tức giận. Nhất định phải ghi nhớ: Sân hận là nghiệp nhân của địa ngục, hoàn toàn bất lợi cho chúng ta, tổn hại tâm thanh tịnh của, tổn hại sức khỏe của chúng ta”**.

Nhân nào quả đó. Nếu chúng ta quán chiếu đến địa ngục thì có vẻ xa xôi. Gần đây, tôi lại có thêm một cách để quán chiếu: **Chúng ta còn rất nhiều việc để làm, chúng ta không nên hoang phí thời gian vào những việc không cần thiết như khởi tức giận, khởi phiền não. Tức giận và phiền não tàn phá tâm thanh tịnh và tàn phá sức khỏe của mình.**

Trên Kinh Phật nói: **“Sân hận là lửa. Con người ở trên thế giới này nếu không có sân hận thì địa cầu này của chúng ta sẽ không có núi lửa, không có cháy rừng”**. Ngày nay, trên thế giới xảy ra cháy rừng triền miên. Các quốc gia tiên tiến cũng không dập tắt được cháy rừng. Hàng triệu héc-ta rừng bị cháy nhưng ít người biết được nguyên nhân chính từ ở nơi lòng người sân hận. Chỗ này mọi người mơ hồ, không tin.

Tôi nhớ một người lãnh đạo của của tôi ngày xưa có hai anh em. Người anh làm dự án trong nước. Người em ở nước ngoài đem khách nước ngoài về. Những dự án ở Bình Dương cách đây 10 - 15 năm rất lớn. Người em lừa gạt người anh, lấy 300 ngàn của anh để tiếp khách. Người anh tức giận, tức tới nổi gan, nửa thân người tím bầm như trái mồng tơi. Sau đó, người anh được đưa ra Singapore để cứu chữa nhưng không chữa được, quay về Việt Nam nằm điều trị mấy tháng ở bệnh viện thì chết. Đó là chính mình tàn phá cơ thể mình. Chúng ta đưa từ trường xấu đó vào vũ trụ thì chắc chắn ảnh hưởng đến thiên nhiên.

Nhà Phật dạy: **“Cảnh tùy tâm chuyển”**. **Tất cả mọi hoàn cảnh đều chuyển theo tâm của mình**. Trên Kinh Phật thường nói: **“Hỏa thiêu công đức lâm”**. **Lửa sân hận thiêu đốt rừng công đức của chúng ta. Công đức là tâm thanh tịnh của chúng ta, là định huệ của chúng ta.**

Hòa Thượng nói: **“Dù bạn tu công đức nhiều đến bao nhiêu đi chăng nữa, một khi khởi tức giận thì mất hết công đức”**. Khi sân hận thì không còn công đức. Chúng ta thử nghĩ xem: Ngày ngày chúng ta có khởi tâm sân hận hay không? Ngày ngày chúng ta tức giận đều đều, cơn giận phía trước chưa nguôi thì cơn giận phía sau tiếp nối. Các cơn giận **“gói đầu”** liên tục thì đành cam chịu đọa lạc, đừng trách ai.

Cụ Hứa Triết nói: **“Khởi tức giận tổn hại mình, tổn hại đối phương. Người thứ ba mà tiếp cận chúng ta thì chắc chắn cũng bị vạ lây”**. Khởi tức giận thì 3 ngày mới tiêu hết độc tố trong cơ thể. Cho nên chúng ta phải chuyển đổi. Có cách để chuyển đổi.

Sân hận là ác nghiệp, là phiền não, là nghiệp chướng. Dùng phương pháp gì để phá trừ được nó? Phật dạy chúng ta: **“Nhẫn nhục có thể phá trừ”**. Chúng ta phải có cách để nhẫn nhục, chính là phải quán chiếu thì mới hóa giải được. Khi quán chiếu đến đến chân tướng sự thật thì lửa giận sẽ tan biến. Tại sao họ không tìm người khác để gây chướng ngại mà lại đi tìm mình! Tất cả đều là có nguyên nhân. Hòa Thượng nói: **“Vừa sáng sớm, chúng ta đẩy xe từ trong nhà đi ra mà đã bị người ta mắng, không có gì là đương không, đều có nhân duyên”**.

Các nhà khoa học và các nhà thôi miên đã có những công trình nghiên cứu và xuất bản nhiều cuốn sách viết về luân hồi. Các nhà thôi miên sâu đã đưa con người trở về quá khứ, chứng minh con người có kiếp luân hồi trong vòng sinh tử này.

Hôm qua tôi nghe Hòa Thượng giảng trong **“Kinh Hoa Nghiêm Áo Chũ”**. Có một người phụ nữ được nhà thôi miên đưa trở về quá khứ. Đời trước, cô ấy ở Ixaren và có 9 người con. Gia đình nghèo khổ ở vùng quê. Cô ấy sinh đến người con thứ 9 thì bị bệnh và chết. Đời này, cô ấy kiếm được tiền, quay về Ixaren thì gặp được 5 người con vẫn còn sống. Người con út đã 60 tuổi. Cô ấy đã nhớ lại được và nói ra tính tình, đặc điểm của từng người con. Những người con rất ngạc nhiên nhưng họ hoàn toàn tin rằng cô ấy chính là người mẹ đời trước của họ.

Hòa Thượng nói: **“Phật dạy chúng ta nhẫn nhục, hoan hỷ tiếp nhận chướng ngại. Sân hận là nhân của địa ngục. Chúng ta phải học nhẫn nhục. Tất cả chúng sanh làm ra nghiệp bất thiện rất nghiêm trọng thì**

Chúng ta cũng không nên khởi tức giận vì khởi tức giận sẽ phá đi tâm thanh tịnh của chính mình, phá đi định huệ của chính mình. Khi không còn định huệ thì chúng ta hành xử theo cảm xúc. Hành xử theo cảm xúc thì tạo nghiệp. Lúc đó thì chính mình mê đắm”.

Người ta gây khó khăn, chướng ngại cho mình âu cũng là nhân duyên đã tạo. Chúng ta biết để không tạo oan nghiệp mới, oan nghiệp cũ đến đây là kết thúc. Tôi từng nói: Nếu người vợ tức giận chồng thì hãy nấu một bữa ăn thật ngon để cho chồng ăn, không đại gì ôm tức giận đi ngủ. Nếu người chồng tức giận vợ thì đưa vợ đi mua sắm. Tôi không giận quá hai giờ đồng hồ. Không phải là tôi ga-lăng mà là tôi biết cách giải trừ.

Chúng ta may mắn được tiếp nhận giáo huấn của Phật. Trước đây, hoặc xa hơn nữa, trong nhiều đời nhiều kiếp, chúng ta đã hãm hại người ta. Người ta chưa biết cách hóa giải, chỉ là theo tập khí phiền não mà tạo nghiệp. Chúng ta may mắn được tiếp nhận giáo dục của Phật Bồ Tát, tiếp nhận giáo dục của Thánh Hiền nên biết cách hóa giải chướng ngại. Họ chỉ đến để khảo nghiệm, giúp chúng ta tu tập, giúp chúng ta làm tốt những bài tập của chính mình mà thôi.

Các nhà thôi miên sâu nói: **Thế giới Ta Bà của chúng ta hiện nay là nơi tốt nhất để tu tập, hành thiện, để tiến đạo, cho nên nhiều linh hồn muốn đầu thai đến thế giới này để tu hành. Khi đã “tốt nghiệp” rồi thì chúng ta sẽ thăng hoa, về được thế giới cao hơn, tốt đẹp hơn.**

Cho nên chúng ta phải nhớ rằng: **Chúng ta đang ở thế giới Ta Bà này để hoàn thành học nghiệp của chính mình!**

Nam Mô A Di Đà Phật

Chúng con xin tùy hỷ công đức của Thầy và tất cả các Thầy Cô!

Nội dung chúng con ghi chép lời giảng của Thầy còn lộn xộn, còn nhiều sai lầm và thiếu sót. Kính mong Thầy và các Thầy Cô lượng thứ, chỉ bảo và đóng góp ý kiến để tài liệu học tập mang lại lợi ích cho mọi người!

Chúng con chân thành cảm ơn!