

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 6h00' sáng thứ Ba ngày 14/12/2021.

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 733

“ÁC NIỆM NHIỀU THÌ TƯỚNG MẠO KHÔNG TỐT”

Phật nói: “*Người nhiều ác niệm sẽ khiến cho hình tướng, từ diện mạo, âm thanh, lời nói cũng đều bị ảnh hưởng rất lớn. Tướng tùy tâm chuyển*”. Tướng mạo của chúng ta được quyết định ở nơi tâm ta. Người có tu hành nhìn tướng mạo của chúng ta thì họ cũng đủ biết tâm cảnh của chúng ta tốt hay xấu. Chúng ta cố làm ra vẻ để che đậy tâm của mình, nhưng chỉ che đậy được đối với người tâm ý qua loa chứ không che đậy được người có tâm thanh tịnh. Người chỉ cần có một chút tâm thanh tịnh thì họ đã nhận ra tâm của chúng ta.

Người xưa có câu: “*Thành w trung, hình w ngoại*”. Chân thành, cung kính ở nơi tâm của mình. Tướng mạo hiện ra ở bên ngoài. Nhiều người nghĩ rằng họ làm ác, tâm họ nghĩ ác thì có thể che giấu được mọi người, nhưng chỉ che giấu được người tâm ý qua loa, tâm xấu ác, tâm đầy tự tư tự lợi, danh vọng lợi dưỡng, tham sân si mạn. Đối với người đã không chế được tập khí thì chúng ta không giấu được họ.

Trên Kinh, Phật nói: “*Tất cả tướng của chúng sanh là do nghiệp lực biến hiện*”. Tướng đẹp xấu chính là do nghiệp thiện hoặc nghiệp ác hiện tiền. Tướng mạo do nghiệp ác, nghiệp thiện mà tạo thành. Vậy thì chúng ta hoàn toàn có thể thay đổi. Cho dù ta mang đến đời hiện tại định nghiệp của quá khứ, nhưng ta có thể thay đổi đời hiện tại.

Lúc còn trẻ, Hòa Thượng gầy ốm, mặt không tròn. Càng về già, khuôn mặt của Ngài càng tròn trịa, tướng mạo của Ngài nhìn vào liền biết là người khỏe mạnh, đầy năng lượng tích cực. Khi Ngài đi họp Liên Hợp Quốc, các tôn giáo bạn hỏi: “*Ngài luyện pháp gì mà trẻ đẹp vậy, có thể truyền cho chúng tôi được không?*”. Hòa Thượng cười rất tươi nói: “*Tôi không luyện pháp gì cả. Tôi chỉ ăn chay trường, giữ tâm thanh tịnh*”. Thật vậy, tâm thanh tịnh là một thứ bổ phẩm vượt qua tất cả mọi thứ bổ phẩm đối với sức khỏe của chúng ta. Nếu chúng ta ăn uống bổ phẩm cao cấp mà tâm không thanh tịnh thì không có tác dụng. Chúng ta muốn mình trẻ đẹp thì đừng để cho tâm mình bị ô nhiễm. Tự tư tự lợi chính là ô nhiễm. Danh vọng lợi dưỡng chính là ô nhiễm. Hưởng thụ năm dục sáu trần chính là ô nhiễm. Tham sân si mạn chính là ô nhiễm. Chúng ta không cần mua bổ phẩm, nếu có thì đem đi bố thí, cho tặng người khác. Mọi người cho tặng tôi những thứ bổ phẩm nhưng tôi không mạn mà, rất ít dùng đến.

Người xưa thường nói: “*Tâm người khác nhau nên tướng người khác nhau*”. Tướng mạo của tất cả chúng sanh có sự khác biệt rất lớn. Không có hai người có khuôn mặt giống y hệt nhau bởi vì ý niệm của họ khởi lên khác biệt. Hai người tướng mạo na ná giống nhau, một người tâm trạng đang vui, một người tâm trạng đang buồn

thì tướng mạo hiện ra khác nhau. Tâm người khác nhau khiến cho cách nghĩ, cách nhìn đối với mọi sự vật sự kiện khác nhau, dẫn đến cách làm cũng khác nhau, cho nên tướng mạo cũng không thể giống nhau được.

Hòa Thượng nói: **“Tướng mạo là phước báu. Người có phước báu lớn thì có tướng mạo rất đẹp”**. Về đẹp mà các bậc Thánh Hiền tán thán, thể hiện sự hiền đức, sự uy nghiêm, đáng tôn kính, đáng kính trọng mới là đẹp. Người ngày nay ngộ nhận về cái đẹp. Một hoa hậu khi người khác nhìn vào thì khởi dực niệm. Cái đẹp khiến người ta nhìn vào liền khởi dực vọng thì không phải là đẹp. Chúng ta phải chú trọng đến vẻ đẹp tỏa ra từ trường tốt, khiến người khác nhìn vào thấy sự tôn nghiêm. Bồ Tát Quán Thế Âm là hình tượng một người nữ, mọi người nhìn vào thì khởi tâm cung kính.

Học Phật, nói đến tu hành, chúng ta phải biết từ nơi khởi tâm động niệm mà tu. Phật nói: **“Tướng tùy tâm chuyển”** cũng chính là **“mạng tùy tâm chuyển”**. Ý niệm của ta quyết định họa phước, kiết hung, tốt xấu. Trong nhà Phật có câu chuyện về một chú Sa Di. Sư phụ nhìn chú tiểu nhỏ này thì biết tuổi thọ của chú không còn nữa. Sư phụ bảo chú về nhà thăm Cha Mẹ. Trên đường đi, chú nhìn thấy một đàn kiến đang bị dòng nước ngăn đường nên không đi được. Chú dùng một thân cây để bắc cầu, giúp đàn kiến đi qua, thoát được nguy cơ bị nước ngập chết cả đàn kiến. Chú về nhà thăm Cha Mẹ xong quay trở lại chùa. Sư phụ nhìn thấy chú thì rất ngạc nhiên vì thấy tướng đoan mạng không còn nữa. Sư phụ hỏi chú về hành trình về thăm Cha Mẹ, chú kể lại chi tiết từ đầu đến cuối, kể cả hành động nhỏ về việc cứu sống đàn kiến. Sư phụ liền hiểu ra: Chú khởi tâm thiện lương, cứu được mạng sống của chúng sanh, nhờ phước lành đó mà được tăng thọ mạng.

Phật dạy chúng ta: **“Tướng tùy tâm chuyển”**. **Chúng ta muốn tướng mạo của mình ngày một đẹp hơn, tuổi thọ ngày càng lâu thì phải chuyển đổi từ nơi tâm mình.** Người thế gian thường nói **“tôi tu tâm là được rồi, không cần hình thức”** nhưng họ vẫn sát sanh hại vật, vẫn ăn nhậu, vẫn phá làng phá xóm. Họ không hiểu thế nào là **“tu tâm”**. **“Tu tâm” chính là không tự tư tự lợi, không danh vọng lợi dưỡng, không hưởng thụ năm dục sáu trần, không tham sân si mạn.**

Hòa Thượng nói: **“Người chân thật có tu hành khi vừa nhìn tướng mạo của bạn thì liền biết được tâm của bạn, biết được tư tưởng, khởi tâm động niệm của bạn tốt hay xấu”**. Khởi tâm động niệm của người thuần tịnh thuần thiện, luôn giúp người, xả mình vì người thì người tu hành vừa gặp họ sẽ biết liền. Người nổi tiếng, tích cực làm việc thiện lợi ích tha nhân nhưng tâm ô nhiễm thì người tu hành vừa nhìn liền biết họ chỉ làm giả, không phải thật.

Trong câu chuyện quả báo hiện đời đã dựng thành phim, có một người làm rất nhiều việc thiện, tích cực bắc cầu làm đường nhưng bị chết bất đắc kỳ tử. Dân làng ngạc nhiên vì thấy ông đại gia này làm việc thiện đã mấy chục năm mà lại có kết cục như vậy. Trước đó ông từng làm một vị quan, đã cuỗm hết toàn bộ tiền cứu dân bị lũ lụt, sau đó chuyển đến một nơi khác sinh sống nên không ai biết việc ông ấy làm trong quá khứ. Ông ấy bắt đầu ăn năn, bắt đầu phát tâm làm việc thiện, bắc cầu làm đường nhưng ông ấy vẫn hưởng thụ trên tài sản lấy được từ nhân dân nên bị đoan mạng. Nếu thật sự ăn năn hối lỗi thì phải mang hết tất cả của cải tài sản đó đi bố thí hết,

thậm chí còn phải tích cực làm ra của cải để bù đắp nữa thì may ra mới có thể cứu vãn được. Ông ấy vẫn sống giàu sang, hưởng thụ trên đồng tiền của dân nên không chuyển được.

Phật nói: “**Tướng tùy tâm chuyển**”. “**Mạng tùy tâm chuyển**”. Vậy thì thọ mạng, vận mạng, phước mạng cũng do tâm mà chuyển đổi. Nhiều người học Phật rồi nhưng vẫn cầu thần cầu quỷ, vẫn cầu thọ mạng, cầu phước mạng. Chúng ta cầu Phật mà Phật không ban được phước cho chúng ta thì làm sao quỷ thần có thể ban phước cho chúng ta được. Người học Phật hiểu được điều này quá ít.

Hòa Thượng nói: “**Cả đời tôi không ngại đó để chờ được cứu rồi, chờ được ban phước. Cả đời của tôi đi ban phước cho người khác**”. Ngài muốn dạy chúng ta đi ban phước, cứu rồi người khác chứ không phải là người nhận. Hòa Thượng nói: “**Người nhận bố thí không tự tại, không thoải mái, nhưng người đi ban phước, người đi bố thí rất thoải mái, tự tại**”. Đạo lý này tưởng chừng dễ hiểu nhưng cũng không mấy người hiểu được.

Nhiều năm qua tôi học theo Hòa Thượng. Mọi người nghĩ tôi giàu lắm mà không biết là tôi có bao nhiêu thì làm bấy nhiêu. Có người lo mình cơm không đủ ăn, áo không đủ ấm thì làm sao mà bố thí được. Chính suy nghĩ đó đã khiến họ bị bế tắc. Có nhiều cách bố thí: Bố thí nội tài, bố thí ngoại tài, bố thí năng lực, bố thí sức khỏe... Người tu hành có phẩm vị thì bố thí phẩm vị. Tổ Sư Đại Đức đã làm ra tấm gương cho chúng ta. Đáng nhẽ Ngài vãng sanh phẩm vị Thượng Phẩm Trung Sanh, nhưng vì tiếp tăng độ chúng nên Ngài rớt xuống hai phẩm vị, còn Trung Phẩm Trung sanh.

Điều quan trọng là chúng ta có mở tâm mình để bố thí hay không. Tôi đi đến đâu cũng tặng quà, khắp các miền Bắc Trung Nam, kể cả đi ra nước ngoài tôi cũng cố gắng bố trí tặng quà. Mọi người thấy tôi đi đâu cũng tặng quà nên mọi người gửi đồ cho tôi mang đi tặng. Trong đợt dịch bệnh Covid này, Hà Nội gửi cho tôi rất nhiều khẩu trang có dòng chữ “**A Di Đà Phật**”. Tôi đã gửi tặng những khẩu trang ấy cho người dân miền Tây.

Hòa Thượng nói: “**Người thế gian dùng sự thông minh của họ để làm trang sức, hóa trang nhưng dù giỏi đến mấy thì họ cũng chỉ lừa được người có tâm ý qua loa chứ không thể giấu được người chân thật có tu dưỡng, có đạo đức**”. Người chân thật có tu dưỡng, có đạo đức vừa nhìn thì biết ngay. Người tâm thiện thì tướng mạo từ ái, bình dị, gần gũi. Người tâm ác thì tướng mạo của họ khiến cho người khác khi tiếp xúc thì e ngại, khiếp sợ, khó gần. Người xưa nói: “**Thành u trung, hình u ngoại**”. “**Thành u trung**” có nghĩa là tâm chân thành, tâm thành kính, tâm chân thật ở bên trong. “**Hình u ngoại**” là biểu lộ ra bên ngoài.

Hòa Thượng nói: “**Bạn không có cách gì để che giấu, không thể che giấu được. Thân của tất cả chúng sanh là thân nghiệp báo. Chúng ta phải biết điều này. Ác niệm nhiều, tham sân si mạn nhiều thì tướng mạo của bạn sẽ rất khó coi. Ý niệm của bạn thiện, mỗi niệm đều vì tất cả chúng sanh mà lo nghĩ, đều là xả mình vì người, khởi tâm động niệm, từ việc nhỏ nhất cũng đều vì chúng sanh, thành toàn cho chúng sanh thì chắc chắn tướng mạo của bạn tốt đẹp, trang nghiêm**”.

Nếu tướng mạo của chúng ta khiến mọi người cảm thấy khó gần thì chúng ta phải xem lại bản thân. Nhiều người có tướng mạo khiến cho người khác vừa nhìn vào thì khởi dực vọng. Có người khiến cho người khác vừa nhìn vào thì sinh tâm cung kính, không dám khởi dực vọng vì họ có “**đức tướng trang nghiêm**”. Vì mình mà người khác khởi dực vọng thì đó là cái đẹp mang họa. Cho nên ăn mặc, biểu thái của chúng ta phải hết sức cẩn thận và nghiêm túc. Chúng ta khiến cho người khác khởi dực vọng thì đã là tạo nghiệp rồi. Khi đi ra đường, tôi thường mặc một bộ vest cũ đã mặc 7 – 8 năm, khiến mọi người thấy tôi luôn nghiêm túc.

Thầy Thái Lễ Húc nói: “**Tướng mạo, sắc mặt, dáng vẻ của tôi không tốt là kết quả của khởi tâm động niệm từ mấy chục năm trước. Từ khi học Phật, học chuẩn mực của người xưa, tôi chuẩn chỉnh lại khởi tâm động niệm của mình. Khởi tâm động niệm không còn tùy tiện thì chắc chắn vài chục năm sau, thân tướng sẽ hoàn toàn khác**”.

Chúng ta biết được “**tướng tùy tâm chuyển, mạng tùy tâm chuyển**” thì chúng ta phải từ nơi tâm mà kiểm soát. Đó mới là chân thật dụng công. Nhiều người công phu một ngày 8 tiếng, 10 tiếng, 12 tiếng đồng hồ nhưng không công phu ở nơi tâm. Người công phu ở nơi tâm thì một thời gian ngắn sẽ chuyển đổi. Phải chuyển đổi từ bên trong! Nếu cầu ở bên ngoài, cầu thân linh, cầu thức bổ dưỡng thì hoàn toàn sai.

Hòa Thượng nói: “**Cả đời tôi là một mảng chân thành**”. Ngài nói một cách tự tại và mạnh mẽ như vậy vì cả đời Ngài không lừa gạt ai, không gian dối với ai. Chúng ta không dám nói như vậy vì chúng ta không thật trong cuộc sống, trong công việc, trong đối nhân xử thế, trong tình yêu.

Kết quả hiện nay là do tích lũy từ mấy chục năm trước tạo thành, do nhân chúng ta đã tạo. Chúng ta muốn biết kết quả của vài chục năm sau thì phải bắt đầu ngay từ bây giờ. Chúng ta phải nghiêm túc kiểm soát từ bây giờ thì vài chục năm sau mới tốt đẹp, đời sau mới tốt đẹp. Phật nói: “**Mạng tùy tâm chuyển**”. Mạng của đời này do tâm ta chuyển, mạng của đời sau cũng do tâm của chúng ta mà chuyển.

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!