

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 Bảy ngày 19/02/2022.

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 800

“SÔNG ĐẾN TÁM - CHÍN MƯƠI TUỔI MẮT KHÔNG MỜ, TAI KHÔNG LÃNG”

Sống đến 80 tuổi, 90 tuổi mắt không mờ, tai không lãng. Người tu học ít ra phải có được cái phước này. Lão Cư sĩ Lý Bình Nam sống đến 97 tuổi. Ngài 95 tuổi không cần người chăm sóc, minh tường mọi sự mọi việc. Tại vì sao chúng ta không được như vậy? Chúng ta cũng tu hành, cũng niệm Phật nhưng không đạt được mức độ thấp nhất chứng tỏ chúng ta tu hành không tốt, chúng ta không biết dưỡng thân, không biết dưỡng tâm. Trong khi Phật pháp rất tốt, học Phật có lợi ích rất lớn nhưng chúng ta tu học Phật pháp mà không đạt được. Chúng ta ở trong đạo giải thoát mà không được giải thoát, ở trong đạo an vui mà không được an vui. Chúng ta hàng ngày phiền não, bức bách, cứ đổ lỗi người khác gây phiền cho mình mà không biết rằng do chính mình là một “*tụ bão đài*”, là một cục nam châm rất to chuyên đi thu hút phiền phức vào mình. Nếu thật sự chúng ta không phải là “*tụ bão đài*” thì không có gì khiến cho chúng ta phải phiền não. Chúng ta phải là “*tán bão đài*”, mọi phiền não đến đều tan biến hết.

Hòa Thượng nói: “***Ở trong xã hội hiện đại, mỗi một người đều rất sợ già nhưng cuộc sống của họ rất khắt trương, quá nhiều những sự việc vướng bận, áp lực trùng trùng cho nên con người ta rất dễ già nua***”. Có rất nhiều người áp lực quá không chịu nổi phải tìm đến cái chết. Họ thật dại khờ! Chỉ cần chúng ta xả bỏ, không tiếp nhận, không chấp chứa thì chúng ta sẽ không cảm thấy có áp lực. Thế gian phiền nhiễu, một ngày ta còn ở thế gian này là một ngày ta tiếp nhận sự phiền nhiễu nên chắc chắn có phiền não. Oan oan tương báo ta đã tạo ra quá nhiều, đủ duyên thì nó sẽ đến, hợp thời thì nó sẽ xảy ra.

Các vị Tổ Sư Định Độ khuyên chúng ta: “***Yếm ly Ta Bà, hân cầu Cực Lạc***”. Tất cả những việc làm của chúng ta ở thế gian này đều hi sinh phụng hiến để làm, làm nhưng không dính mắc, làm nhưng không tham cầu, làm một cách tự tại. Chúng ta đang làm mà người ta không thích cho chúng ta làm nữa thì chúng ta nghỉ. Người ta cho chúng ta mượn để làm mà người ta muốn đòi lại thì chúng ta trả, trả tức khắc, không một chút phiền lòng. Như vậy mới giống như Hòa Thượng nói: “***Việc tốt cần làm nên làm, không công không đức***”. Chúng ta quá khắt trương, quá dính mắc, luôn cảm thấy quá phiền toái cho nên già đi rất nhanh.

Hòa Thượng nói: “***Khi tôi còn ở bên Lão Cư sĩ Lý Bình Nam, lúc đó tôi hơn 40 tuổi, tôi chịu trách nhiệm trả lời thắc mắc của mọi người. Một lần, có một người phụ nữ hỏi: “Phụ nữ chúng con rất sợ già, vậy thì có phương pháp gì để chúng con đừng già không?”. Tôi nói: “Ăn trường chay sẽ không già! Tôi nói***

bạn không tin tưởng thì bạn nhìn Thầy Lý đi, Thầy hơn 70 tuổi mà nhìn vẫn giống như một người hơn 40 tuổi. Đây là chứng minh ăn chay trẻ khỏe, ăn chay không bị già”.

Tôi nhớ lại câu chuyện về một người là vợ của một bác sĩ nổi tiếng có phòng khám riêng. Cô ấy hỏi tôi: “*Mỗi lần tức giận thì con lại cầm điện thoại ném đi. Con đã ném đi hơn chục chiếc điện thoại rồi. Con thường quát mắng cô gì chú bác, những người thân ở dưới quê lên làm. Thầy có cách nào để con không tức giận nữa không?*” Khi đó cô ấy dùng điện thoại Iphone 5 đắt tiền. Tôi hỏi cô ấy dùng kem dưỡng da loại bao nhiêu tiền một lọ. Cô ấy nói cô ấy dùng loại đắt tiền, một lọ mấy triệu đồng. Tôi nói: “*Mỗi lần chị tức giận thì ba ngày sau mới tiêu hết độc tố trong cơ thể, như vậy chị sẽ nhanh già nhanh xấu. Mỗi lần tức giận, chị hãy đứng trước gương nói: “Có muốn xấu không? Muốn xấu thì tức giận đi!”* Một thời gian sau gặp tôi, cô ấy nói: “*Thầy dạy hay quá! Từ ngày đó con giảm cơn giận đi tám, chín phần”.* Tôi nói: “*Tôi có dạy gì đâu! Chẳng qua là chị sợ già, sợ xấu thôi”.*

Hòa Thượng nói: “*Lúc Lão Cư sĩ hơn 70 tuổi trông giống như người hơn 40 tuổi, thân thể khỏe mạnh, không có bệnh khổ, mắt không mờ, tai không điếc. Đây là chỗ tốt của trường chay. Thời buổi cận đại này, người ta nuôi động vật họ bằng chất hóa học. Trong chất hóa học có độc nên người hiện tại rất nhanh bị già nua. Nhiều người trẻ tuổi mang cả một thân bệnh, đầu tóc thì bạc trắng. Điều này chứng tỏ ăn thịt rất đáng sợ. Khi tôi mới học Phật, biết được trường chay là tốt cho nên đã bắt đầu ăn trường chay. Khi chúng ta khuyên người khác ăn chay thì không nên nói là ăn thịt tạo nghiệp thọ báo vì nếu nói như vậy thì người hiện tại sẽ không nghe. Chúng ta chỉ nên nói chỗ tốt của ăn chay đối với sức khỏe, ăn chay để thân thể mạnh khỏe không bệnh khổ. Nếu chúng ta nói ăn thịt là sát hại chúng sinh, là tạo nghiệp thì chẳng khác nào mắng họ, vậy thì họ sẽ không tiếp nhận. Người hiện tại xem trọng nhất là sinh mạng của chính mình. Chúng ta từ nơi sức khỏe mà nói với họ rằng ăn trường chay sẽ chậm đi sự già nua, không bị những bệnh khổ. Hiểu được những lợi ích này, dần dần họ sẽ ăn trường chay”.* Cho nên chúng ta khuyên người cũng phải biết cách mà khuyên, nếu không biết cách thì giống như mắng họ.

Khi Hòa Thượng đi họp Liên Hợp Quốc, nhiều tôn giáo thấy Hòa Thượng có thân tướng rất đẹp, nước da sáng, họ hỏi: “*Ngài đã luyện pháp gì vậy?*”. Ngài nói rất đơn giản: “*Tôi ăn chay, niệm Phật*”. Ăn chay chính là giữ thân thanh tịnh, niệm Phật chính là giữ tâm thanh tịnh. Chỉ niệm Phật, không niệm những thứ khác, không niệm danh lợi, không niệm được mất thì tâm thanh tịnh. Hòa Thượng giải thích rất đơn giản, ai tin thì làm theo.

Người xưa nói: “*Bệnh từ miệng mà vào, họa từ miệng mà ra*”. Tất cả bệnh khổ không tự nhiên đến mà thật ra đều do chính chúng ta không khéo điều tiết, không ăn uống đúng cách cho nên thân có bệnh. Tâm có bệnh cũng là do không biết điều tâm, cứ tiếp nhận những thứ phiền não rồi tự hỏi tại sao mình phiền não. Cho nên tất cả đều là ở nơi chính mình.

Cách đây rất lâu, khi bắt đầu dịch đĩa Hòa Thượng thì tôi chưa ăn chay. Sau khi nghe Hòa Thượng giảng thì tôi phát tâm ăn chay khiến gia đình ngạc nhiên. Tôi ăn chay rất đơn giản, tôi thường ăn xôi, khoai lang, khoai mì. Những món hơn tanh thì tôi thấy khó ăn, như món tảo biển gần như tôi rất ít ăn. Tôi ăn chay cũng nhiều năm rồi cho nên cảm thấy mọi thứ rất bình thường. Người ăn chay đừng bao giờ để mình đói vì đang ăn chay mà đói, lúc ngủ thấy mùi thịt nướng thì rất dễ bị động tâm.

Hòa Thượng nói: **“Cả đời tôi đã có được lợi ích từ chỗ tốt của trường chay nên tôi khuyên mọi người nên làm theo”**. Hòa Thượng xuất gia từ năm 27 tuổi, khi đó Ngài đã ăn trường chay, trường chay một cách tinh sạch, thuần khiết. Có những người ăn chay nhưng vẫn ăn trứng. Người ta hỏi: Ăn chay có nên ăn trứng không? Bạn thử nghĩ xem: Con gà đẻ ra trứng, khi nó thấy bạn lấy trứng để chế biến thức ăn, nó có đau lòng không? Nhiều người nghĩ trứng công nghiệp không có phôi giống, trứng không phát triển thành gà con nhưng trong trại gà họ cũng thả một số gà trống để kích thích, vậy thì trứng công nghiệp cũng có phôi giống. Nếu chúng ta ăn phải trứng có phôi giống tức là ăn phải phôi thì cũng không khác gì sát sinh. Từ ngày phát tâm ăn chay, tôi chưa bao giờ ăn trứng. Con gái tôi khi ngủ thấy mùi trứng sẽ bỏ ăn cơm. Mấy năm trước, con gái tôi học ở Hà Nội đã khiến cho Cô giáo cảm động mà phát tâm ăn chay.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta chọn ăn trường chay thì không dễ gì già yếu, cũng không dễ gì bệnh khổ, sống đến hơn 80 tuổi mắt không mờ, tay không yếu, thân thể động tác đều rất linh hoạt, những người trẻ đều không thể sánh bằng. Đây chính là chỗ tốt của trường chay”**. Ngài chia sẻ với mọi người những lợi ích thiết thực mà chính Ngài có được. Đây mới gọi là đạo.

Chúng ta chia sẻ điều chân thật giúp người ta có được lợi ích chứ không phải chúng ta nói ra để chính mình có được lợi ích. Có rất nhiều người bị nhầm lẫn. Có nhiều người nói ra nhưng chỉ để bản thân họ có được lợi ích, còn lợi ích cho người khác thì rất nhỏ. Trước đây có một hội rất nhiều thành viên tham gia, trong đó cũng có rất nhiều người học Phật. Nhưng bây giờ hội này đã bị pháp luật triệt phá. Hòa Thượng đã cả một đời làm ra biểu pháp thì chúng ta nên nghe theo. Người ta học Phật mà không nghe lời Phật dạy, không nghe theo lời của những người chân chính học Phật. Người ta không chuyển tâm phàm phu thành tâm Phật, không chuyển ý niệm phàm phu thành ý niệm của Phật, không chuyển lời nói của phàm phu thành lời nói của Phật mà lại nghe theo lời họ đi chuyển đổi té bào gốc, vẫn là chuyển té bào phàm phu thành té bào phàm phu. Họ không chuyển té bào phàm phu thành té bào Phật mà lại chuyển thành té bào phàm phu khác, té bào phàm phu này cũng chỉ tồn tại thời gian rất ngắn.

Thích Ca Mâu Ni Phật nói: **“Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng, nhất thiết hữu vi pháp như mộng huyễn bào ảnh”**. Tất cả sự vật sự việc có hình tướng đều ở trong sự Thành – Trụ - Hoại – Không. Ông Tổ của pháp môn luyện té bào gốc đó có sống đến 150 tuổi rồi ngồi đó mà vuốt râu không? Vậy mà vẫn có rất nhiều người tin theo. Có đồng tu nói với tôi: **“Thầy ơi, nhiều cao thủ Tịnh Độ đi luyện té bào gốc hết rồi!”** Tôi nói: **“Họ không phải là cao thủ Tịnh Độ. Cao thủ Tịnh Độ thì phải như Ngài Lý Bình Nam”**. Ngài Lý Bình Nam nói: **“Xưa nay Tổ Sư Đại Đức chuyên tu, chuyên hoằng Tịnh Độ, ngày nay ta đi theo mà vào Địa Ngục cũng xin**

tình nguyện vào theo”. Có những người vừa mới nghe người ta nói vài câu mà tâm đã lung lạc. Họ nghe nói bây giờ thời kỳ Covid, phải chuyển đổi tể bào để không bị bệnh. Họ tin theo nhưng họ vẫn bị nhiễm nghiêm trọng. Phật là một người đã chứng ngộ mà chúng ta không nghe, lại đi nghe theo lời của những người vọng tưởng, tham cầu, tham sống sợ chết.

Chúng ta biết dịch bệnh còn rất phức tạp, nhưng chúng ta vẫn sẵn sàng làm những việc cần làm mang lại lợi ích cho chúng sinh, lợi ích tha nhân. Nếu một ngày nghiệp duyên đến, đến lúc phải ra đi thì chúng ta ra đi thôi. Thầy của Ngài Huyền Trang là Lão Cư sĩ Giới Hiền. Ngài là một Luận sư nổi tiếng, không ai có thể thắng được Ngài. Ngài là người xây dựng và sáng lập Trung tâm Tu học Phật pháp Na-Lan-Đà rộng hàng ngàn mét vuông. Vậy mà Ngài bệnh khổ, khổ đến nỗi người đời sau nhắc lại còn tràn trề nước mắt. Một người công đức nhiều như vậy mà vẫn bị bệnh khổ rất trầm trọng. Tôi dịch Kinh đến nỗi hai bàn tay thương tổn, giờ đây không thể đánh máy tính được nữa. Vậy mà họ dùng nỗi đau đó để mắng tôi: “*Ngài tự xét lại xem! Ngài dịch Kinh như vậy mà bây giờ ngay đến như một người bình thường Ngài cũng không làm được. Vậy thì phải tự xem lại chính mình đi!*”. Mỗi chúng ta nhiều đời nhiều kiếp đã tạo nhân quả mà chúng ta không biết, vậy thì bây giờ không nên tạo nữa. Đức hạnh như Ngài Giới Hiền mà bị bệnh khổ đến nỗi người đời sau không dám nhắc đến. Chúng ta công đức phước báu không đáng là bao nên bệnh khổ là đương nhiên.

Chúng ta sống một ngày phải tận lực một ngày vì người khác mà lo nghĩ. Đó mới gọi là tiếp nối huệ mạng của Phật, tiếp nối tuyệt học của Thánh Hiền. Gọi là “*tuyệt học*” bởi vì mặc dù đạo đức chuẩn mực làm người đang dần dần mai một, nhưng một ngàn năm trước người ta hành hiếu, người ta tán thán hiếu, cho dù một ngàn năm hay mãi mãi về sau, người ta vẫn hành hiếu và tán thán hiếu.

Lời dạy của Hòa Thượng rất gần gũi với cuộc sống thường ngày của chúng ta chứ không phải là lời “*đàm huyền thuyết diệu*”, nói hay lắm nhưng không làm được. Phật Bồ Tát dạy chúng ta quên đi chính mình để phục vụ chúng sanh, nhưng chúng ta thì quên đi chúng sanh để phục vụ chính mình, khởi tâm động niệm đều nghĩ đến cái lợi cho mình.

Nhiều việc chúng ta làm khiến mọi người không tin. Họ nói chúng ta làm như vậy để sau này đạt được những mục đích khác. Nhưng họ cứ chờ đi, xem có chuyện khác không! Tôi sẽ thay đổi nhưng là thay đổi ngày một tốt hơn, ngày một triệt để hơn. Khi tôi đề xướng việc tạo nhóm Zalo để tặng rau sạch miễn phí, nhiều người cũng không tin. Những người xung quanh tôi thấy việc làm này thật sự mang lại lợi ích cho mọi người, đáng nên làm thì họ làm chứ không phải do mình tôi. Từ lâu tôi đã trồng rau và gửi rau sạch đi tặng khắp nơi. Tôi tặng với tâm thái tặng rau tốt cho người, rau xấu để mình ăn. Khi nhận người ta đều không tin là cải bó xôi, ngò mùi, cải cúc có thể tươi và ngon đến như vậy. Người ta không tưởng tượng được tại sao rau ngon như vậy mà tôi lại mang đi cho. Tôi nghe lời Phật dạy mà làm theo.

Phật dạy phàm phu: “*Bồ thí tiền tài thì được tiền tài, bồ thí pháp thì có trí tuệ, bồ thí vô úy thì khỏe mạnh sống lâu*”. Phật dạy như vậy là để cho những người mới học có thể phát tâm. Còn đối với Bồ Tát

thì Phật dạy phải bố thí Ba La Mật: “Bố thí không thấy người cho, không thấy người nhận và cũng không thấy vật cho đi”. Hòa Thượng nói một cách dễ hiểu: “Việc tốt cần làm nên làm, không công không đức”.

Hôm qua tôi làm giàn mướp to cao ở trước sân, mọi người đi qua nhìn thấy đều ngạc nhiên. Sắp tới sẽ có những trái mướp dài một mét, ai đi ngang qua nếu thích thì tôi sẽ tặng. Hôm qua có anh hàng xóm đi ngang qua, tôi tặng anh ấy hai trái mướp rất to. Anh ấy ngại nên chỉ muốn lấy một trái nhưng tôi nhiệt tình khăn khoản mời anh ấy lấy hai trái vì tôi biết nhà anh ấy đông người, nếu một trái thì sẽ không đủ ăn.

Những việc này không phải chúng ta tự mình biết được mà nhờ Hòa Thượng cả đời đã làm ra biểu pháp. Chúng ta nghe lời và làm theo, càng làm càng thấy có lợi ích. Vườn rau sạch ở Tây Ninh cũng đã mang lại niềm vui cho rất nhiều người. Mọi người thấy sống như vậy có vui không? Cho nên một ngày sống ở cuộc đời này là một ngày để tận hiến. Lâu nay, mặc dù tình hình dịch bệnh đầy khó khăn nhưng chúng ta không ngần ngại, chúng ta cần làm nhiều việc tốt để phát ra từ trường tốt. Từ trường tốt phát triển sẽ át đi từ trường xấu. Hòa Thượng dạy: **“Cảnh tùy tâm chuyển”**. Chúng ta chuyển tâm ngày càng tốt hơn thì hoàn cảnh sẽ dần dần tốt lên. Hòa Thượng nói: **“Người ta nghĩ ngựa, vẽ ngựa mà còn biến thành ngựa”**. Sử sách cũng ghi lại điều đó. Chúng ta làm tốt thì mọi việc xung quanh sẽ dần tốt. Chắc chắn là như vậy!

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!