

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 05/04/2022.

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 845

“TRÁI NGƯỢC VỚI ĐẠI TỰ NHIÊN THÌ TAI NẠN LIỀN ĐẾN”

Chúng ta cứ nghĩ “**đạo đức**” là những chuẩn mực, phép tắc mà không biết rằng “**đạo đức**” có ý nghĩa rất rất rộng lớn. Những phép tắc, quy luật tự nhiên, trật tự vận hành của vũ trụ là “**đạo**”. Ta làm theo quy luật, trật tự vận hành đó thì đó là “**đức**”.

Hòa Thượng nói: **“Quy luật của tự nhiên, phép tắc của vũ trụ là “đạo”. Chúng ta thuận theo, làm theo, không trái ngược quy luật, đó là “đức”. Thí dụ, người con hiếu thảo với Cha Mẹ, đây là đạo. Biết làm theo một cách rất đúng đắn thì gọi là “đức”. Điều quan trọng nhất ở trong “đạo đức” là tùy thuận theo đại tự nhiên, nhất định chúng ta không được trái nghịch. Nhưng từ xưa đến giờ, chúng ta đều làm trái nghịch”**.

Tất cả sự vật, sự việc đều có quy luật của nó. Đây là “**đạo**”. Chúng ta làm theo, phù hợp, thuận theo, không chống trái. Đây là “**đức**”. Thí dụ chúng ta đang ở một xứ nóng, khi đi đến một xứ lạnh mà chúng ta vẫn ăn mặc theo kiểu ở xứ nóng thì chúng ta sai rồi. Chúng ta đến một vùng lạnh thì phải xem người ở xứ lạnh họ ăn mặc như thế nào, đó mới là thuận theo đạo. Có nhiều người du lịch tới Đà Lạt nhưng họ mặc áo phong phanh cho nên ngày hôm sau có thể bị cảm lạnh, phải mua thêm áo để mặc. Chúng ta ở xứ lạnh mà đến xứ nóng cũng vậy, chúng ta phải ăn mặc sao cho phù hợp.

Hòa Thượng nói: **“Người ở địa phương nào thì nên ăn thực phẩm ở địa phương đó”**. Đó là ta thuận theo đạo. Ta thích ăn đồ ngoại là trái phép tắc, vậy thì sẽ rước về một thân bệnh. Thậm chí người xưa nói: **“Người muốn ít bệnh thì chỉ nên ăn những thực phẩm sinh trưởng trong chu vi nơi mình sống khoảng 50 km, nếu ăn những cây trái sinh trưởng tại chính nơi mình sống thì càng tốt. Đó là thuận theo đạo”**. Xưa nay chúng ta đều làm trái nghịch với tự nhiên, thích ăn đồ lạ, thích ăn đồ ngoại nên rước về một thân bệnh. Khi chúng ta trái nghịch với tự nhiên thì tai nạn liền đến.

Có những người vừa đến một nơi lạ thì đi tắm luôn nên bị đổ bệnh ngay. Chúng ta phải để cơ thể có một khoảng thời gian tiếp xúc, làm quen với môi trường mới. Đạo lý này rất nhiều người không biết đến. Nhiều người mở điều hòa rất lạnh trong khi thời tiết ngoài trời rất nóng, họ bước vào phòng tắm để tắm nước nóng, khi vừa bước ra thì bị đột quỵ. Nhiều người chết mà không biết vì sao mình chết. Đó là do họ không cho cơ thể có thời gian để thích nghi. Trong khi ở ngoài trời rất nóng, chúng ta cũng không nên điều chỉnh điều hòa ở trong nhà quá lạnh mà chỉ nên để nhiệt độ trong nhà giảm một chút là được. Dù

ở nơi nào rất nóng thì tôi cũng chỉ điều chỉnh máy điều hòa để nhiệt độ trong phòng khoảng 30 độ. Tôi thấy rất nhiều người để nhiệt độ ở 18 - 20 vì họ hoàn toàn không hiểu trật tự của tự nhiên.

Hòa Thượng rất từ bi khi nói với chúng ta những đạo lý này. Chúng ta biết cách điều tâm rồi thì cũng phải biết cách điều thân, biết cách điều thân rồi thì cũng phải biết cách điều tâm. Hai điều này phải “*tương bổ, tương thành*”. Nhiều người tu hành, ăn chay niệm Phật nhưng cứ bị bệnh vì không biết cách điều tâm và điều thân. Những điều này chúng ta phải được Hòa Thượng dạy thì chúng ta mới biết điều chỉnh cho phù hợp.

Hòa Thượng nói: “***Bạn trái với quy luật đại tự nhiên thì bạn liền sinh bệnh, thậm chí tử vong. Nếu chúng ta tùy thuận hoàn cảnh sinh thái của đại tự nhiên thì hoàn cảnh tự nhiên đều sẽ rất tốt đẹp. Nếu bạn muốn thay đổi nó thì tự nhiên tai hại liền sẽ đến. Tai hại của tự nhiên chính là địa cầu bị bệnh. Khi địa cầu bị bệnh thì xảy ra nạn nước, nạn lửa, hạn hán, động đất, sóng thần, cuồng phong***”.

Nhiều người chết vì sốc lạnh, sốc nhiệt. Nếu chúng ta làm trái với quy luật tự nhiên thì chúng ta sẽ nhận ngay hậu quả. Thí dụ hôm nào chúng ta thấy nóng quá liền đi tắm ngay thì chúng ta sẽ nhận ngay hậu quả. Đáng lẽ chúng ta nên vào phòng uống một cốc nước ấm, nghỉ ngơi 10 đến 15 phút, đọc sách, nghe pháp hay niệm Phật một lúc để nhiệt độ cơ thể bình hòa trở lại rồi mới đi tắm. Chúng ta phải chú ý việc này! Hồi nhỏ tôi đã được dạy: Mỗi lần trước khi tắm thì ngâm một ngậm nước, rồi lấy tay vỗ nước vào vùng bụng ở phía trên rốn hay gọi là “*vùng trán thủy*” để khi tắm không bị cảm. Đó là kinh nghiệm của người xưa.

Hòa Thượng nói: “***Đối với thân của mình mà ta không tuân thủ theo nguyên tắc vận hành của nó thì thân sẽ bị bệnh. Khi hoàn cảnh tự nhiên bị bệnh thì thiên tai, bão lũ, hạn hán, núi lửa, cuồng phong và sóng thần xuất hiện. Địa cầu bị bệnh là do con người làm cho hoàn cảnh bị thay đổi***”.

Con người chặt phá rừng, dẫn đến những tai nạn rất nghiêm trọng. Gần nhà tôi có một cây cầu bê tông dài khoảng 6m, bề ngang khoảng 3m. Vậy mà lũ kéo về cuốn cây cầu đi giống như cuốn một tấm ván. Sau đó cơ quan nhà nước làm một chiếc cầu sắt nhưng đến giờ cây cầu sắt lại sắp có nguy cơ hư hỏng. Hôm trước trong làng có người đến quyên góp tiền để gia cố cây cầu. Từ khi tôi đến ở đây, đã có bốn chiếc cầu bị thay thế, trước đây là hai cây cầu gỗ, rồi đến cầu xi măng cuối cùng là cầu sắt nhưng đến nay cầu sắt cũng có nguy cơ bị hỏng. Ở trên đầu nguồn, con người chặt phá rừng rất nhiều. Chưa kể con người làm ra ô nhiễm môi trường, ô nhiễm không khí, ô nhiễm nguồn nước nghiêm trọng. Chúng ta đã làm thay đổi đại tự nhiên.

Hòa Thượng nói: “***Thân thể của chúng ta được Cha Mẹ sinh ra hoàn toàn là “pháp nhĩ như thị”. “Pháp nhĩ như thị” có nghĩa là vốn dĩ đã là như vậy, sinh ra đã là như vậy. Nhưng chúng ta lại chê, cho rằng Mẹ sinh ra mình không đẹp, mũi mình không đẹp, mắt mình không đẹp, cần phải đi***

sửa. Bạn làm như vậy thì bạn hoàn toàn làm sai với tự nhiên rồi! Bạn cứ muốn sửa đổi, thay đổi nó, vậy thì bạn tự tìm lấy phiền phức. Đối với hoàn cảnh thiên nhiên thì chúng ta đã làm cho nó bị biến đổi, cây cối bị chặt phá đến mức nghiêm trọng, trên mức báo động. Chúng ta chỉnh sửa nhan sắc chính là thay đổi, phá hoại hoàn cảnh sinh thái tự nhiên của chính thân ta”.

Hôm trước tôi đọc một bài báo viết về một người thanh niên cũng điển trai, là một ca sĩ được gọi là “*nam thân*”. Sau một thời gian thì ca sĩ ấy không muốn làm thân trai nữa nên đi phẫu thuật làm thân gái. Cô gái đó đẹp như hoa hậu nhưng một thời gian sau không thích làm thân gái nữa thì lại đi phẫu thuật làm thân trai. Họ tưởng rằng họ rất tự tại khi thay đổi hoàn cảnh sinh thái của chính mình nhưng chỉ một thời gian ngắn thì họ phải gánh lấy những hậu quả vô cùng thảm khốc vì đã làm sai trật tự của tự nhiên.

Hòa Thượng nói: ***“Trước kia, khi tôi ở Úc Châu, có một đồng tu giúp tôi nấu cơm. Tôi thường thấy cô ấy mặt lúc nào cũng mày nhăn, mày nhàu rất khổ sở, nói không ra lời. Tôi hỏi cô ấy nguyên nhân thì cô ấy nói rằng hơn 20 năm trước cô ấy đã sửa mũi. Sau 20 năm thì tác hại đã sinh ra, mũi của cô bị đau nhức rất khổ. Đó là kết quả của phá hoại môi trường của chính mình. Dung mạo thân thể của chúng ta được Cha Mẹ sinh ra. Đây là tự nhiên! Nếu bạn muốn thay đổi nó thì bạn phải gặp phiền phức! Chúng ta nhất định không phá hoại hoàn cảnh tự nhiên! Đạo lý này bạn nhất định phải hiểu!”.***

Cơ thể do Cha Mẹ sinh ra gọi là ***“pháp nhĩ như thị”***, sự cấu tạo của tinh Cha huyết Mẹ tạo nên như vậy, chúng ta không được thay đổi! Nhưng chúng ta thì cứ muốn phải sửa lại cho khác đi, cho đẹp hơn. Có nhiều người sửa sắc đẹp xong thì Cha Mẹ không còn nhận ra con của mình nữa. Thân ta là một hoàn cảnh tự nhiên. Khuôn mặt ta cũng là một hoàn cảnh tự nhiên. Hoàn cảnh xung quanh ta là một hoàn cảnh tự nhiên. Nhưng ngày nay gần như ai cũng muốn phá hoại. Họ muốn sửa mắt, sửa môi, sửa gò má cho đẹp hơn, gần như mọi thứ đều có thể sửa, mọi thứ đều có thể thay đổi. Họ đi sửa sắc đẹp nhưng không quan tâm đến tác hại sau 10 năm, 20 năm nữa.

Hòa Thượng nói: ***“Ngày nay chúng ta xem thấy ở trên phố có rất nhiều những thẩm mỹ viện. Họ có thể chỉnh sửa hết tất cả những môi trường sinh thái tự nhiên của chúng ta, mình cần chúng ta muốn sửa chỗ nào thì họ chỉnh sửa chỗ đó. Đó gọi là phá hoại tự nhiên! Bạn phá hoại sinh thái tự nhiên thì bạn sẽ phải nhận lấy quả báo, nó sẽ mang đến cho bạn rất nhiều phiền phức. Đây đều là do không hiểu được đạo đức, không rõ ràng tường tận được đạo đức”.*** “Đạo” là phép tắc, thuận theo phép tắc là ***“đức”***. Chúng ta ngày ngày đều làm trái nghịch, đối với hoàn cảnh môi trường đại tự nhiên.

Thậm chí đối với chính thân thể của chúng ta, chúng ta cũng làm trái nghịch. Lúc trẻ, chúng ta không cảm nhận được sự tàn phá lớn lao của mình đối với thân thể. Chúng ta cũng không cảm nhận được sự tàn phá, hậu quả chúng ta làm ra đối với môi trường. Khi trưởng thành, ta mới cảm nhận được, ta tiếc nuối vì thời gian tuổi trẻ, ta đã quá hoang phí. Ta hoang phí với sức khỏe của chính mình, muốn phục hồi,

núi kéo lại cũng không còn kịp. Ở tuổi tôi, tôi đã cảm thấy nhiều thứ không thể lấy lại được do trước đây tôi không biết bảo vệ, gìn giữ, quý trọng sức khỏe. Trước đây mỗi ngày tôi ngồi làm việc trước laptop từ 10 đến 12 giờ đồng hồ, thậm chí tôi ngồi suốt 14 - 16 giờ mà tôi không thấy cảm giác gì. Nhưng qua một thời gian thì tôi bị “*tước quyền*” làm việc máy tính. Bây giờ tôi chỉ cần ngồi gõ 3 - 4 phút thì cơ thể không chịu được. Cho nên chúng ta phải biết cách điều tâm, điều thân.

Hòa Thượng nói: “***Thân phải động, tâm phải tĩnh***”. Ngày ngày chúng ta lại làm ngược lại. Chúng ta không để thân động mà luôn luôn để tâm động, thân thì luôn luôn tĩnh. Chúng ta cần vận động để khí huyết lưu thông, xương khớp được rèn luyện để có thể sử dụng được tốt hơn. Tâm mà lo nghĩ nhiều quá thì phiền não trùng trùng. Thân mà lười biếng, nhếch nhác, không biết vận động thì thân lại bị nhiều bệnh khổ. Đạo lý này tưởng chừng dễ hiểu nhưng rất nhiều người không hiểu, chúng ta cũng làm nhưng làm sai, không làm đúng. Thí dụ, chúng ta thích ăn trái cây nhập ngoại, thích ăn đồ đóng hộp, đồ đông lạnh nhập khẩu từ phương trời khác đến. Hòa Thượng nói: “***Vậy thì bạn phải rước lấy một thân bệnh thôi!***”.

Nếu có cơ hội, các vị hãy cảm nhận sự thư thái của tâm hồn và thân xác, hàng ngày sống không có vui buồn, rời bỏ danh vọng lợi dưỡng. Đến giờ ăn thì ta ra vườn hái một nắm rau để luộc, cắt thêm vài lá mùi tàu, ngò quế, một miếng đậu thì ta ăn cơm rất ngon. Bữa ăn tuy rất đơn giản nhưng vẫn đầy đủ chất dinh dưỡng. Chúng ta sống quá phức tạp, mà càng phức tạp thì rước càng nhiều khổ.

Hòa Thượng nói: “***Người biết quy luật và thuận theo quy luật chính là người hiểu được đạo đức***”. Trật tự vận hành của muôn sự muôn vật là “*đạo*”, tất cả đều có phép tắc của nó. Một dòng suối từ xưa đến giờ đã chảy như vậy, nhưng con người lại muốn cho nó chảy hướng khác. Thế là dòng suối bị phá nhưng không phá ngay chỗ đó mà phá những nơi khác. Một dòng sông cũng vậy, ở giữa dòng sông tự tạo nên một cái cù lao, dòng nước chảy hai bên. Người ta lấp cù lao đi thì dòng nước lại chảy nhanh hơn rồi nó lại phá chỗ khác.

Con người ngày nay không hiểu được phép tắc của đại tự nhiên, không hiểu được phép tắc của chính thân mình cho nên làm cho nó vận hành sai nên nhất định sẽ gặp tai hại. Lớn như địa cầu thì nạn nước, nạn lửa, hạn hán, núi lửa, động đất, cuồng phong. Còn chính tự thân ta thì đau nhức, nhiều người đau nhức mà không hiểu tại sao. Trước đây tôi khuyên cáo rất nhiều người, nhiều phụ nữ mặc chân váy ngắn. Họ lên Đà Lạt cũng ăn mặc kiểu đó, ở trên thì mặc áo kín nhưng chân thì để ra ngoài. Chỉ cần một thời gian ngắn, họ sẽ thấy hậu quả khi họ bị nhiễm lạnh. Từng sợi thần kinh nhỏ trong gân cốt sẽ bị nhức, cảm giác đau như bọ châm chích không chịu nổi. Đây là rất nhiều người không hiểu nên bị sai. Chúng ta phải hết sức cẩn thận! Chúng ta ở nơi nào thì phải theo hoàn cảnh nơi đó. Trời nóng bức thì phải mặc cho thoáng mát, trời lạnh thì phải mặc cho ấm! Đó chính là “*đạo*”. Thuận theo “*đạo*” là đức. Chữ “***đạo đức***” này rất rộng lớn, không chỉ chuẩn mực làm người mới là “*đạo đức*”. Thuận theo mọi phép tắc của vũ trụ, của đại tự nhiên của mọi hoàn cảnh cũng là “*đạo*”. Thuận theo, làm đúng pháp, đó là “*đức*”. Thuận theo đạo thì tốt đẹp, nghịch với đạo thì nhất định sẽ bị tai ương.

Bài học hôm nay tưởng chừng rất đơn giản nhưng đa phần chúng ta cũng làm nhưng làm sai. Trước đây tôi cũng thích ăn đồ ngoại. Ai tặng đồ lạ thì tôi đều thích. Mỗi lần đi ăn thì tôi phải tìm một nơi sang chảnh. Những năm gần đây, sau khi dịch đĩa Hòa Thượng thì tôi không như vậy nữa. Hòa Thượng nói: **“Người ở địa phương nào nên ăn thực phẩm sinh trưởng tại địa phương đó”**. Chúng ta ăn thực phẩm phù hợp với hoàn cảnh, thổ nhưỡng nơi mình sinh sống thì cơ thể mới khỏe mạnh. Chúng ta làm khác đi những đạo lý này thì sẽ gặp tai ương.

Làm học trò phải kính trọng Thầy Cô, làm con phải kính trọng Cha Mẹ. Đây là đạo lý tự nhiên, hay còn gọi là **“pháp nhĩ như thị”**. **“Nhĩ như thị”** có nghĩa là vốn là như vậy. Chúng ta phải làm theo đúng trật tự như vậy. Nếu chúng ta không làm đúng trật tự thì phải nhận lấy tai ương. Làm con mà không biết hiếu thảo Cha Mẹ thì không thể là tấm gương tốt cho con cháu đời sau. Nếu ta phá hoại hoàn cảnh đại tự nhiên thì ta phải gặp tai ương do hoàn cảnh tự nhiên mang đến.

Người xưa nói: **“Khi mưa thuận gió hòa thì vạn vật sinh sôi theo trình tự tự nhiên của nó. Khi mưa không thuận, gió không hòa thì vạn vật không thể sinh trưởng theo trật tự tự nhiên”**. Lớn như địa cầu, nhỏ như chính thân ta, tất cả đều phải thuận theo quy luật tự nhiên.

Chỗ này chúng ta phải quán sát! Người còn trẻ chưa nhận ra, nhưng người qua tuổi 50 sẽ nhận thấy và hối tiếc: **“Ngày xưa mình uống quá nhiều cà phê, uống quá nhiều rượu để bây giờ sức khỏe suy giảm nghiêm trọng!”**. Chúng ta sẽ thấy ngày xưa bản thân mình quá đại khờ, đã làm sai nên phải nhận lấy nhân quả. Những người nào còn trẻ chưa đến 40 tuổi đã được học thì rất may mắn! Ta được học để biết cách làm thế nào để điều thân, điều tâm cho phù hợp với môi trường sống thực tại của chính mình. Khi chúng ta cần di chuyển đến một nơi khác, chúng ta phải biết làm thế nào để thuận theo hoàn cảnh mới, từ đó giúp cơ thể dần dần thích ứng mà không sinh bệnh.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng dạy chúng ta: **“Đạo là quy luật, phép tắc của đại tự nhiên. Ta tùy thuận theo chính là đức. Trong “đạo đức”, quan trọng nhất là tùy thuận theo đại tự nhiên, nhất định không làm trái ngược! Bạn làm trái ngược thì nhất định bạn phải nhận lấy tai ương”**.

Đối với thân thể, nếu ta muốn thay đổi, muốn làm mới thì nhất định phải nhận lấy tai ương. Đối với hoàn cảnh sống, ta không thuận theo, muốn làm mới, vậy thì ta cũng phải nhận lấy tai ương. Đây cũng chính là nhân quả! Ta đã tạo nhân thì nhất định sẽ phải nhận lấy quả, không thể nào có chuyện tạo nhân mà không gặp quả.

Hòa Thượng nhắc đến một người Phật tử đến nấu cơm, mặt bà ấy lúc nào cũng nhăn nhó vì 20 năm trước bà ấy đi sửa mũi, sau 20 năm bà ấy lúc nào cũng bị đau nhức, uống thuốc bao nhiêu thuốc cũng không khỏi. Hòa Thượng nói: **“Bạn làm trái với tự nhiên thì bạn sẽ sinh bệnh, thậm chí tử vong”**. Bài học hôm nay, Hòa Thượng nói về đạo đức. Xưa nay ta tưởng rằng đạo đức chỉ là nói đến chuẩn mực của

người xưa. Pháp tắc, quy luật của đại tự nhiên, đó gọi là “**đạo**”. Ta thuận theo pháp tắc, quy luật của đại tự nhiên, đó gọi là “**đức**”.

Nam Mô A Di Đà Phật

Chúng con xin tùy hỉ 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!