

*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 Tư, ngày 05/06/2024*

\*\*\*\*\*

## **TỊNH KHÔNG PHÁP NGŨ**

### **BÀI 148**

Hòa Thượng dạy chúng ta rằng là người học Phật, tu hành thì cần chú ý đến sức khỏe của chính mình. Thân khỏe thì có trí tuệ, thân đầy bệnh thì suốt ngày chỉ lo đến bệnh, không lo nổi việc khác. Tuy nhiên, dù rất chú ý sức khỏe, chúng ta vẫn không nên khắc ý cưỡng cầu.

Nếu chúng ta mãi lo chăm sóc thân của mình thì đến lúc chính chiếc thân sẽ phản bội chúng ta. Mình cứ vun bồi cho nó, lo thân của chúng ta ăn không đủ, ngủ không đủ nhưng chính nó lại không nghe theo sự sắp xếp của mình. Cho nên chỉ có cách hy sinh phụng hiến, làm việc tốt đẹp cho mọi người thì mới chân thật có giá trị.

Xét cho kỹ khi chúng ta ăn một bữa thật ngon, ngủ một bữa thật đã và cuối cùng để làm gì? Liệu có giúp mình tinh tấn, dũng mãnh hơn không? Không hề có! Thậm chí ngày càng giải đãi, lười nhác chứ không có sự tinh tấn hơn. Nếu không trải qua năm tháng thì chúng ta không thấy được điều này. Cứ yêu chiều, vun bồi thân thì thân lại phản bội chúng ta.

Nhà Phật có câu: *“Nghĩ đến thân thể, đừng cầu không bệnh tật vì không bệnh tật thì ham muốn dễ sanh”*. Đôi khi có một chút bệnh lại là điều hay đối với người tu học. Tuy nhiên, Hòa Thượng khẳng định rằng không cần phải khắc ý để truy cầu khỏe mạnh sống lâu. Chúng ta phải phản tỉnh rằng khi mình khắc ý, truy cầu thỏa mãn nhu cầu của thân thì nó chỉ phản lại mình, làm mình đọa lạc hơn thôi. Con người phục vụ nhu cầu ngũ dục của thân *“Tài Sắc Danh Thục Thù”*, càng thỏa mãn thì càng tệ hại.

Hòa Thượng dạy chúng ta cần phát tâm *“vì người khác mà lo nghĩ”*. Trong cuộc đời này không phải chúng ta không lo nghĩ cho bản thân, chỉ cần ta nghĩ đến chúng sanh là có ta trong đó rồi. Từ lâu, chúng tôi nghe lời Hòa Thượng: *“Nếu mình không có hạnh phúc vì con thì mình cứ lo cho con người ta ngoan hiền, mỗi gia đình đều hạnh phúc vì con thì con mình sẽ ngoan hiền, sẽ tốt; Gia đình mình không hạnh phúc thì mình đi lo hạnh phúc cho gia đình khác, rồi chính gia đình mình sẽ hạnh phúc.”* Đây chính là dùng tâm bình đẳng để đối đãi. Nếu người chưa học Phật thì họ sẽ không biết dùng tâm này, họ chỉ biết lo cho con họ và gia đình họ. Khi con họ và gia đình họ không như ý thì họ sẽ đau khổ.

Hòa Thượng nói chân thật phát tâm vì người, đem nghiệp lực chuyển thành nguyện lực. Rõ ràng chỉ cần thay đổi ý niệm. thì thân này sẽ không phải là thân nghiệp báo mà

là thân thừa nguyện tái lai. Chúng ta khổ vì không chuyển ý niệm, suốt ngày trách móc, than trời trách đất, chỉ cần đổi ý niệm. Mọi thứ khổ đau do chính chúng ta gieo đời trước. Muốn chuyển đổi thì phải hy sinh phụng hiến vì người lo nghĩ, đừng vì mình mà lo nghĩ nữa thì đời sống tự khắc chuyển đổi.

Hòa Thượng nhắc rằng sự thành bại của một người là ở chỗ tâm lượng của người đó có rộng mở hay không? Khi chúng ta luôn nghĩ đến việc đôi bên cùng có lợi thì chúng ta không gây thù chuốc oán. Nếu có lợi thì nhường lợi cho người ta trước, còn mình thì phần sau. Thế gian này, mỗi người đều có sẵn tâm lượng của Bồ Tát.

Nếu mình dụng tâm nhường cho người ta bằng tâm chân thành thì liền ngay đó cũng đề khởi lòng chân thành của người ta, người ta cũng sẽ nhường lại. Mỗi chúng ta đều có kinh nghiệm này, chỉ cần chúng ta có ý nhường người chân thành thì ngay tức thì người ta sẽ nhường mình. Đừng nghĩ rằng chỉ có mình mới có tâm Bồ Tát, người ta có tâm Bồ Tát rộng lớn hơn mình nhiều.

Có lần chúng tôi đi mua 1 cân mướp đắng, chúng tôi chủ động nói với chị bán hàng bán cho mình trái già vàng, để lại trái non xanh chị bán cho người khác. Mình làm như vậy, mình tưởng mình là Bồ Tát nhưng cô bán hàng với tâm lượng rộng đã cân cho chúng tôi 1 cân trái xanh tươi ngon và toàn bộ trái vàng thì tặng cho chúng tôi. Cho nên chúng ta phải xét lại tâm mình có thật không hay đang ảo danh ảo vọng? Người ta phải chi tiền để mua hàng ra chợ bán, vậy mà người ta vẫn có tâm bố thí như vậy.

Hòa Thượng nói thành bại của một người là do tâm họ có rộng lớn hay không, tâm lượng rộng là mỗi niệm đều “*vì người lo nghĩ*”. Trong nhà Phật gọi là trong tâm không có “*danh vọng lợi dưỡng*”, “*tự tư tự lợi*”, không có ý niệm tốt với người để người tốt với mình.

Hòa Thượng dạy rằng: “***Chúng ta nắm lấy tinh hoa của điển tịch là tu đại thiện***”. Tinh hoa là những chất lọc từ lời dạy của Cổ Thánh Tiên Hiền. Chẳng hạn như câu nói của Không Lão Phu Tử: “*Tư vô tà*” – ý niệm không tà; “*Nhân phi nghĩa bất giao, vật phi nghĩa bất thủ*”, theo đó mà làm thì chắc chắn là đại thiện.

Ngài tiếp lời: “***Trong cuộc sống thường ngày, sự chọn lựa lấy bỏ phải tinh tường thì đó là trí tuệ***”. Chúng ta chọn lấy điều thiện, điều lợi ích chúng sanh là trí tuệ mà có trí tuệ thì sự lấy bỏ mới tinh tường. Ví dụ chúng ta chọn mỗi buổi sớm lên lớp học tập để nghe qua đạo lý của Hòa Thượng, từ đó khởi đầu một ngày mới tốt đẹp. Còn người chọn ngủ thì không sai nhưng thiệt thòi hơn rất nhiều so với người chăm học. Bản thân chúng tôi hứa hẹn với chính mình nên chọn cách là sáng sớm phải học, trước đây khi chưa mở zoom, chúng tôi đã có 300 buổi không trễ phút nào.

Hằng ngày trong cuộc sống phải tinh tường để biết lấy biết bỏ thỏa đáng. Chọn sai thì không giúp mình, không giúp người. Để có sự tinh tường thì Hòa Thượng dạy rằng

không gì hơn là tâm phải thanh tịnh. “*Muốn thanh tịnh thì tâm bớt vọng tưởng, bớt tham cầu.*” Có tịnh thì mới có huệ.

Hòa Thượng nói: “*Viễn ly tất cả những phân biệt, chấp trước. Viên tu Giới Định Tuệ, đây là viên đốn đại pháp*”. Phân biệt chấp trước là căn bệnh sâu nặng với chúng ta. Chúng ta cố gắng đẩy tập khí này đi thì chúng đến càng nhiều hơn. Hằng ngày, khởi tâm của chúng ta như thác đổ. Không chỉ có vọng tưởng mà chúng ta còn phân biệt rồi chấp trước. Cho nên chúng ta tâm không thể tịnh là vì những thứ này.

Đề tu Giới, chúng ta chỉ cần tuân thủ nguyên lý, nguyên tắc, quy chuẩn, quy điều. Thậm chí, hằng ngày, có nhiều thứ (Giới) không thuộc về quy chuẩn quy điều nhưng chúng ta vẫn phải tuân thủ. Ví dụ, nhường nhau khi tham gia giao thông hoặc đi đường xa hơn để góp phần làm giảm thiểu ùn tắc giao thông. Nhờ đó tâm chúng ta an hơn (có Định).

Nhiều người hỏi không biết thế nào là viên tu Hòa Thượng nói cứ bắt đầu từ Giới rồi sẽ có Định, Tuệ. Hòa Thượng nói: “*Cổ Thánh Tiên Hiền của chúng ta và điều vĩ đại của Phật pháp Đại thừa chính là ở chỗ tâm lượng rộng lớn. Chân thật không có chút tâm tư riêng nên lời nói, ngôn ngữ, giáo huấn của họ đều lưu xuất từ nơi tự tánh.*”

“*Chúng ta hội tập lại tinh hoa, điển tịch, cổ thư, kinh luận rồi đem ra giới thiệu cho mọi người với mục đích thúc đẩy mọi người được sống trong một thế giới hòa bình, yên vui, hạnh phúc.*” Tâm lượng phải là như thế này. Chúng ta thúc đẩy hướng Phật pháp, giáo huấn Thánh Hiền không phải là đề cao Phật pháp và giáo huấn Thánh Hiền mà là để cho con người có một quan niệm sống đúng đắn, từ đó họ chân thật đạt đến được nhân sanh hạnh phúc. Không có một chút tâm tư riêng nào.

Hòa Thượng nhấn mạnh: “*Phàm phu tâm lượng quá nhỏ, vọng tưởng phân biệt chấp trước rất nặng*”. Tuy nhiên, nếu con người tiếp nhận Phật pháp Đại thừa và giáo huấn Thánh Hiền thì họ sẽ dần mở được tâm lượng bởi con người vốn dĩ là thuần thiện thuần tịnh. Chỉ là do từ lâu họ không có tấm gương tốt, chỉ thấy ai cũng “*tranh danh đoạt lợi, tự tư tự lợi*”, không ai nhường ai nên họ chỉ biết giành giệt và đấu tranh nên tâm thuần thiện thuần thiện bị che lấp. Rõ ràng đây cũng chính là tâm thái của chúng ta.

Điều đặc biệt chú ý là chúng ta dù nghĩ tới nghĩ lui, làm tới làm lui thì cuối cùng vẫn chỉ là nghĩ về mình, nghĩ về cái của mình. Hòa Thượng nói: “*Xem thấy đạo đức của Cổ Thánh Tiên Hiền và đạo đức của các Ngài thì tâm lượng tự nhiên mở rộng, không có ô nhiễm, mỗi niệm đều là hiệp trợ tất cả chúng sanh để họ lìa xa được khổ đau, tiếp cận an vui. Tuyệt đối cũng sẽ không có chuyện tranh danh đoạt lợi.*”

Tâm lượng của Phật Bồ Tát Thánh Hiền là như vậy, Hòa Thượng nói: “*Các Ngài đích thật là tấm gương tốt nhất cho chúng ta.*” Tuy nhiên, trong xã hội hiện đại ngày

này, tấm gương của các Ngài quá cao, quá xa. Do đó, chúng ta nhìn xuống một chút. Hãy xem tấm gương đức hạnh dân tộc ta mới thấy họ luôn làm lợi ích cho muôn người. Khi thấy có người làm được thì chúng ta cũng làm được. Người xưa có câu: “*Người là trượng phu, ta không là trượng phu sao*”. Chỉ cần trong tâm không có chút ý niệm “*tự tư tự lợi*” thì nhất định sẽ làm được.

Có người lại chỉ biết ngưỡng mộ tấm gương mà không biết rằng chính bản thân họ khi bắt tay vào làm cũng có thể làm được. Cũng vậy, chúng tôi chưa từng cầm bút viết thư pháp nhưng khi chúng tôi cầm bút là chúng tôi vẫn viết được bình thường. Chúng tôi viết chữ: “***Nam mô A Di Đà Phật***” để khắc sâu vào tàng thức của mình, làm sao để viết chữ ngàn lần, nghìn kia tự hiểu.

Cho nên Hòa Thượng nhắc chúng ta: “***Nhìn thấy tấm gương đức hạnh của Phật Bồ Tát Thánh Hiền thì cần phải học tập làm theo, do đó chúng ta cần phải tiếp cận nhiều hơn đến tinh hoa, điển tịch, cổ thư, Kinh luận để ngày ngày được khích lệ, nhắc nhở, động viên, được tôi luyện từ từ và đến lúc nào đó mình sẽ tốt hơn mà mình không hề biết. Ngày ngày chúng ta học tập, đọc sách, học Kinh như là ngày ngày chúng ta đang kết bạn với Cổ Thánh Tiên Hiền vậy.***”

Chúng ta đọc sách Phật Bồ Tát Thánh Hiền là kết bạn với Phật Bồ Tát Thánh Hiền. Mấy năm nay, chúng ta đọc sách Hòa Thượng, ngày ngày được Hòa Thượng nhắc nhở, thì cũng chính là ngày ngày chúng ta kết bạn với Hòa Thượng.

Ngài nói: “***Khi chúng ta đã đọc nhiều, nghe nhiều rồi thì nhất định trong vô hình chúng ta làm theo một cách rất tốt mà mình không hề biết từ đó trí tuệ nhất định được khai mở***”. Giáo huấn của Phật Bồ Tát Thánh Hiền là chân lý, không sai. Chúng ta đọc nhiều, nghe nhiều sẽ giúp chúng ta ghi nhớ trong tàng thức, nhờ đó, khi xử lý mọi sự mọi việc đều tinh tường, lấy bỏ rất thỏa đáng.

Nếu hằng ngày không tiếp cận giáo huấn của các Ngài mà tiếp cận với những nội dung làm tăng thêm “*tham sân si mạn*”, “*danh vọng lợi dưỡng*” thì chắc chắn những thứ đó sẽ dẫn đạo ý niệm và hành động của chúng ta. Người xưa từng nói “*Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng*”.

Hòa Thượng nói: “***Ngày ngày tiếp cận với Thánh Hiền, Phật, Bồ Tát thì làm việc sẽ cẩn trọng không dám tùy tiện. Văn hóa của dân tộc này có thể nối tiếp 5000 năm là do phần tử tri thức cùng tiếp nhận, cùng hiểu, cùng làm với nhiệt huyết rất cao. Tư tưởng, kiến giải của những phần tử tri thức này rất gần với tư tưởng của Cổ Thánh Tiên Hiền***”.

Phần tử tri thức là những người đọc sách Thánh Hiền nên họ có chung nhận biết, sự cùng hiểu, mọi việc làm đều hướng đến Cổ Thánh Tiên Hiền. Hòa Thượng khẳng định: “***Những phần tử tri thức này tuy không học Phật nhưng vẫn đọc sách Phật cho***

*nên tinh thần của Phật ảnh hưởng sâu sắc đến tinh thần của họ*” khiến người người có “*cách thấy, cách biết, cách làm*” gần giống nhau.

Ngày ngày chúng ta học tập, tiếp cận giáo huấn của Phật Bồ Tát Thánh Hiền là chúng ta được dạy bảo một cách thâm lặng, cho nên chúng ta được làm mới, được huấn tập trong lời dạy của các Ngài. Nhờ đó, khởi tâm động niệm, hành động việc làm của chúng ta tự nhiên thận trọng, quy củ, không dám tùy tiện. Lời dạy này của Hòa Thượng giúp chúng ta biết được giá trị của học tập nên có câu “*Sống đến già học đến già*”.

Học tập đem đến điều tốt như vậy mà chúng ta lại không chọn, cứ lùng bùng trong vọng tưởng phiền não khiến nó chỉ đạo chúng ta sai lầm. Nếu chúng ta lựa chọn Phật, Bồ Tát, Thánh Hiền thì mọi việc làm của chúng ta có các Ngài chỉ đạo, chắc chắn không bao giờ sai.

Người xưa nói: “*Ba ngày không đọc sách Thánh Hiền thì diện mạo đã tha đổi*” tức là mọi việc làm, cách đối nhân xử thế đều là tư lợi. Trong vọng tưởng được mất, hơn thua, thành bại, tốt xấu, chúng ta sẽ chọn phần lợi cho mình cho nên sai lầm sẽ dẫn đến sai lầm, sai lầm nhỏ dẫn đến sai lầm lớn.

Hiện tại, chúng ta được học tập, được nhắc nhở thì mọi khởi động tâm niệm và hành động việc làm của chúng ta gần như có Thánh Hiền, Phật Bồ Tát soi chiếu nên sẽ không làm sai. Những người làm sai đều là làm theo ý mình, không làm theo lời dạy của Cha Mẹ, cấp trên, Cổ Thánh Tiên Hiền, Phật Bồ Tát.

Hãy quán chiếu mới nhận ra điều này, cho nên Hòa Thượng dạy ngày ngày tiếp cận giáo huấn của các Ngài thì tư tưởng, kiến giải của chúng ta sẽ tiệm cận với tư tưởng, kiến giải của các Ngài, tự nhiên việc làm và khởi tâm của chúng ta sẽ đi theo chuẩn mực. Không ai ở trong nội tâm của chúng ta để soi xét, chỉ có chúng ta tiếp nhận vào nội tâm, từ đó nội tâm chúng ta đi theo chuẩn mực mà Phật, Bồ Tát, Thánh Hiền đã dạy bảo.

Đệ Tử Quy dạy: “*Không sách Thánh bỏ không xem, che thông minh, hư tâm chí*” tức là nếu không phải sách của Phật, Bồ Tát, Thánh Hiền thì chắc chắn nó sẽ dẫn dắt mình làm theo “*tà tri tà kiến*”, ngược lại chúng ta đọc sách của Phật Bồ Tát Thánh Hiền nằm lòng thì sẽ có “*chánh tri chánh kiến*”./.

\*\*\*\*\*

### ***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 có thể còn 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!*