

*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 Năm, ngày 27/06/2024*

\*\*\*\*\*

## TỊNH KHÔNG PHÁP NGŨ

### BÀI 170

Bài học hôm trước, Hòa Thượng nhắc chúng ta, phương pháp tu hành mà Bồ Tát Đại Thế Chí dạy: “**Gom nhiếp sáu căn, tịnh niệm nối nhau**” là phương pháp công đức thù thắng, không phương pháp nào có thể so sánh được. Đây là phương pháp phù hợp với chúng sanh thời Mạt pháp chúng ta, chúng ta dùng câu “**A Di Đà Phật**” để giữ tâm không vọng niệm. Chúng ta thường ngồi niệm Phật nhưng trong tâm chúng ta vẫn chiếu phim 3D.

Chúng ta không thể hội được phương pháp mà Bồ Tát Đại Thế Chí đã dạy vì tâm chúng ta quá nhiều loạn động, chúng ta luôn khởi vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Nhiều người vừa niệm Phật, vừa ngồi thiền, vừa trì chú, họ cho rằng, họ nên tu nhiều pháp để chắc chắn có được thành tựu. Người thế gian nói: “**Nhất nghệ tinh, nhất thân vinh**”. Chúng ta làm một nghề thì chúng ta mới có thể đạt đến đỉnh cao trong nghề đó, chúng ta tu một pháp chuyên sâu thì chúng ta mới đạt đến công phu, đối trị được tập khí. Chúng ta tu hành mà chúng ta không đối trị được tập khí thì chúng ta đã thất bại.

Có người nhìn thấy người khác tu một pháp môn có kết quả thì họ chạy theo. Một số người đã đến học ở cư sĩ Lâm cùng với tôi nhưng hiện tại, họ đã bỏ pháp môn niệm Phật, đi theo một pháp giúp họ không già, không chết. Có người bỏ chồng con ở nhà hơn chục năm, gia đình họ đã ly tán, người con của họ học không đến nơi, đến chốn, không có người dạy dỗ. Họ khoe với tôi, họ tu theo một pháp, có người tu pháp này dù đã 80 tuổi nhưng khí huyết vẫn lưu thông giống như người 30 tuổi. Nhiều người luôn mong cầu có kết quả mà không chân thật hạ công phu.

Mấy tháng trước, tôi không có thời gian lạy Phật, ăn uống thất thường nên cơ thể tôi đau nhức, hai tháng gần đây, buổi sáng, tôi mở Zoom lạy Phật, cơ thể tôi đã khoẻ lại, tôi nằm xuống là có thể ngủ ngay, không nằm mơ. Tất cả đều do chính mình. Chúng ta phải biết điều thân tâm, ăn uống ngủ nghỉ hợp lý, vừa đủ. Chúng ta phải ăn uống điều độ, mỗi thứ một ít, chúng ta ăn nhiều đậu, nấm thì chúng ta sẽ dư đạm. Chúng ta ăn theo sở thích, ăn dư muối, dư đường, dư đạm thì cơ thể của chúng ta sẽ báo hiệu.

Bồ Tát Đại Thế Chí dạy chúng ta: “**Gom nhiếp sáu căn, tịnh niệm nối nhau**”. Đây cũng chính là nhắc chúng ta phải điều phục sáu căn của mình. Tu hành là chúng ta tu sửa tập khí của chính mình. Nhiều người khuyên người khác lạy Phật, buông

xả nhưng họ thì ngày ngày niệm vọng tưởng, chấp trước. Những ngày gần đây, tôi và mọi người tích cực dịch bảy đĩa Hoà Thượng giảng “**Kinh Lăng Nghiêm**”, sắp tới, chúng tôi sẽ dịch đĩa Hoà Thượng giảng “**Tịnh Độ Đại Kinh**”. Việc tiếp tới mạng mạch Hoà Thượng truyền dạy là vô cùng cần thiết, ngày nay, rất nhiều người tìm nghe đĩa Hoà Thượng giảng.

Video nói về người thợ rèn Hoàng Đả Thiết niệm Phật vãng sanh mà chúng ta vừa dịch đã có hơn 10.000 lượt xem. Việc dịch thuật mang lại rất nhiều lợi lạc. Khi chúng ta tổ chức các buổi nói chuyện chỉ có vài trăm người đến nghe, những người này cũng chưa chắc đã nghe một cách tập trung. Trang web “*tinhhongphapngu.net*” mỗi ngày có hơn 100.000 lượt truy cập, chúng ta không biết mặt họ, chúng ta không nghe được lời khen chê vậy thì chúng ta đã tránh xa được phiền não. Trang web “*nhidonghocphat.com*” đang có rất nhiều người học tập, tôi cũng không biết mặt học trò. Một lần, tôi đi chụp hàm răng ở Bệnh viện, người Bác sĩ rất ngạc nhiên khi nhìn thấy tôi, họ nói họ là học trò của tôi, họ xin phép trả chi phí chụp chiếu.

Hòa Thượng nói: “**Chúng ta dùng tâm niệm Phật để vào vô sanh nhẫn. Tâm niệm Phật là nhân. Vô sanh nhẫn là quả. Vô sanh nhẫn là trên quả vị của sơ trụ viên giáo đại thừa. Minh tâm, kiến tánh đều có thể gọi là vô sanh nhẫn. “Kinh Hoa Nghiêm”, “Kinh Nhân Vương” nói, Bồ Tát đạt được thất địa, bát địa, cửu địa mới được gọi là vô sanh nhẫn. Vô sanh nhẫn là chỉ cho cảnh giới Như Lai Quả Địa, cảnh giới thẳng đến thành Phật. Đây nghĩa là niệm Phật thành Phật, niệm Phật là nhân, thành Phật là quả**”. Người niệm Phật nhất tâm bất loạn thì sẽ đạt tới cảnh giới minh tâm, kiến tánh.

Hòa Thượng Hải Hiền niệm Phật suốt 92 năm, Ngài đã tự tại vãng sanh, lưu lại toàn thân xá lợi, Ngài là người niệm Phật đắc được vô sanh nhẫn nên Ngài có thể lưu lại thân kim cang bất hoại. Người niệm Phật đắc được tam muội thì thân trở thành thân Kim Cang.

Ngày trước, pháp sư Cụ Hành là người nghèo khổ, không biết chữ, ông rất khỏe mạnh, ông xin phép Hòa Thượng Hư Vân vào chùa làm công quả, ông làm những việc nặng nhọc mà người khác không làm. Sau khi pháp sư Cụ Hành ở chùa một vài năm, khi ngôi tháp trong chùa xây xong, ông nói với Hòa Thượng Hư Vân cho ông vào tháp ở trước. Hòa Thượng Hư Vân nói, nếu ông đi trước thì ông vào trước. Sau đó pháp sư Cụ Hành mang tặng phục đi bán để có một chút tiền cúng dường cho mọi người. Một hôm, dân làng nhìn thấy phía sau chùa có ánh sáng rất lớn, họ tưởng chùa bị cháy nên chạy lên chùa để dập lửa. Dân làng tìm trong chùa không thấy đám cháy, họ nhìn thấy pháp sư Cụ Hành ngồi xếp bằng ở sau núi, toàn thân ông phát ra ánh sáng. Hòa Thượng Hư Vân cầm khánh gõ lên ba tiếng và nói với pháp sư Cụ Hành là ông có thể đi. Ngay sau đó, thân pháp sư Cụ Hành đổ xuống thành tro. Ông đã dùng lửa tam muội hoả thiêu thân. Pháp sư Cụ Hành cách thời chúng ta đã xa nhưng Hòa Thượng Hải Hiền rất gần

chúng ta, chính tôi là người dịch đĩa nói về Ngài. Hiện nay, thân kim cang bất hoại của Ngài vẫn được giữ nguyên trong lồng kính.

Ở Việt Nam cũng có hai vị sư ở chùa Đậu, tỉnh Hưng Yên để lại thân, trong chùa có giấy chứng nhận chụp chiếu chứng minh đó là thân người. Sức định của con người rất lớn. Trong câu chuyện chén ngọc Trương Chi, chàng Trương Chi vì tương tư nàng My Nương mà khi chết, trái tim của chàng Trương Chi trở thành viên ngọc, cha của My Nương dùng viên ngọc tạc thành chiếc chén ngọc. Khi chàng Trương Chi khóc, nước mắt nhỏ xuống chiếc chén ngọc làm chiếc chén tan thành khói sương.

Hòa Thượng thường kể câu chuyện về một người vẽ ngựa, ông luôn luôn nghĩ đến ngựa, một hôm, đến giờ ăn cơm, người vợ vào phòng gọi ông thì thấy một con ngựa nằm trên giường. Hòa Thượng nói: **“Người ta nghĩ đến ngựa có thể biến thành ngựa vậy thì chúng ta nghĩ đến Phật mà không thể thành Phật được hay sao!”**.

Người xưa nói: **“Chế tâm nhất xir vô sự bất biện”**. Chúng ta chế tâm ở một nơi thì không có việc gì là không làm được. Hằng ngày, chúng ta niệm vọng tưởng nhiều niệm Phật ít, nếu chúng ta đổi lại hai việc này thì sức định của chúng ta sẽ được nâng cao. Sức định của người có thể chuyển được hoàn cảnh, chuyển được thiên tai, bão lũ. Chúng ta có thể niệm Phật thành khối, niệm Phật được nhất tâm thì chúng ta sẽ có sức định rất lớn. Ngày ngày, chúng ta nghĩ đến Phật thì chúng ta chính là Phật.

Hòa Thượng nói: **“Gom nhiếp sáu căn tịnh niệm nối nhau” chính là phương pháp niệm Phật. Gom nhiếp sáu căn là thu nhiếp tâm của mình**. Chúng ta niệm Phật để giữ cho tâm chúng ta định, tâm chúng ta ở trong chánh niệm, không loạn động. Tâm chúng ta loạn động thì chúng ta sẽ cảm thấy rất mệt. Khi chúng ta toàn tâm toàn lực làm một việc thì chúng ta không nghĩ đến việc khác, thân chúng ta sẽ không mệt. **“Tịnh”** là chúng ta không bị xen lẫn bởi buồn vui, thương ghét, giận hờn.

Hòa Thượng từng nói: **“Nếu chúng ta nghe nhạc mà tâm chúng ta định thì cũng tốt!”**. Buổi sáng, chúng ta nghe nhạc thiền chúng ta cảm thấy tâm hồn thư thái, buông xả phiền não. Chúng ta phải gom nhiếp sáu căn mắt, mũi, lưỡi, thân, ý không để chúng vọng động. Tôi không nhớ đến thân thì tôi sẽ không bị đau, tôi vừa nhớ đến thân thì tôi cảm thấy chân của mình đau, tê vì tôi ngồi đã lâu. Một người đang yêu sẽ cảm thấy khung cảnh ở Hồ Tây rất mộng mơ, người đang thất tình thì nhìn thấy cảnh Hồ Tây nó không đẹp. Chúng ta nhìn thấy xấu hay đẹp đều là do tâm phân biệt chấp trước.

**“A Di Đà”** là vô lượng thọ. **“Phật”** là giác mà không mê, luôn sáng suốt, tinh táo. Người thế gian thường ở trong trạng thái **“tôi buồn mà không hiểu vì sao tôi buồn”**. Có người mỗi ngày niệm hàng ngàn câu Phật hiệu nhưng họ vẫn cảm thấy phiền não. Có người vợ vừa đi Phật thất trở về nhà, khi người con nói, từ ngày mẹ đi thì Ba cũng đi, người vợ liền nổi giận, trong đầu khởi rất nhiều vọng niệm. Chúng ta phải tịnh niệm nối nhau thì mới có thành tựu. Chúng ta thường niệm niệm nối nhau, trong niệm

niệm nói nhau vẫn xen lẫn những vọng niệm vi tế. Tâm chúng ta không được vọng động theo sáu căn. Ví dụ, tai chúng ta nghe nhưng chúng ta không phân biệt, chấp trước. Trong nhà tôi có rất nhiều máy tụng Kinh, niệm Phật, có những người đến đây phải tắt các máy tụng Kinh, niệm Phật thì họ mới ngủ được.

Hòa Thượng nói: “**Bình thường tâm chúng ta hướng ngoài rong ruổi cho nên đối với ngoại cảnh chúng ta khởi lên tham, sân, si**”. Chúng ta bị ngoại cảnh lôi kéo, tâm chúng ta không thể làm chủ. Hiện tại, chúng ta phải thu nhiếp tâm, thu nhiếp cái thấy, thu nhiếp cái nghe. “**Đô nhiếp**” là phương pháp để gom nhiếp. Chúng ta gom nhiếp sáu căn thì chúng ta mới có thể tịnh niệm nói nhau.

Khi chúng ta nghe thấy âm thanh, nhìn thấy cảnh thì chúng ta khởi phân biệt, chấp trước. Cảnh chúng ta ưa thích thì chúng ta khởi tâm tham, khi cảnh chúng ta ưa thích bị chiếm thì chúng ta khởi tâm sân. Nếu chúng ta hành động tạo tác thì chúng ta đã si. Chúng ta nghe lời khen chúng ta vui, nghe lời chê chúng ta buồn thì chúng ta đã không làm chủ tâm. Tâm chúng ta luôn bình lặng thì chúng ta mới làm chủ được tâm.

Chúng ta thấy mà không thấy là chúng ta nhìn thấy nhưng chúng ta không phân biệt, chấp trước. Chúng ta thấy mà phân biệt, chấp trước thì chúng ta sẽ phiền não. Chúng ta đều đã có kinh nghiệm về việc này. Thí dụ, trong vô số người đi trên đường, nếu chúng ta nhìn thấy người yêu cũ, chúng ta sẽ nhớ lại những buồn vui, thương ghét, giận hờn, cả ngày chúng ta sẽ phiền não. Tất cả đều là vọng tưởng. Những điều cần nghe, nên nghe thì chúng ta nghe. Thí dụ, lời giáo huấn của Phật, của Thánh Hiền, của tấm gương đức hạnh thì chúng ta nên nghe; lời khen, chê, nịnh hót thì chúng ta không nên nghe, chúng ta không nghe thì chúng ta sẽ không phiền não. Chúng ta niệm Phật đạt được định thì nhất định chúng ta sẽ sinh trí tuệ.

\*\*\*\*\*

### ***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!*