

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 03/04/2024

TỊNH KHÔNG PHÁP NGŨ

BÀI 85

Từ xưa đến nay, phương pháp tu hành chính là tịnh niệm nối nhau. Hòa Thượng chỉ dạy chúng ta hằng ngày chăm chỉ niệm Phật tu tịnh niệm thì thiện ác hai bên sẽ không dính mắc. Ác không làm, thiện cũng không chấp trước mà chỉ tu tịnh niệm.

Đối với mọi việc thiện, lợi ích chúng sanh nhất định không chấp dính, không nghĩ đến tức là “*Việc tốt cần làm nên làm không công không đức.*” Nếu vì việc tốt, vì công đức phước báu mà làm thì vẫn rơi vào tâm phân biệt, chấp trước. Chúng ta làm tròn vai trò bổn phận của mình, hoàn thành mọi công việc được giao còn trong tâm chỉ niệm một câu “*A Di Đà Phật*”.

Trong đời sống hằng ngày, chúng ta thường quên tịnh niệm vì chúng ta cứ triền miên trong vọng tưởng phiền não vốn được huân tập nhiều đời nhiều kiếp. Nói cách khác thời gian niệm Phật không đáng tính kể vào đâu trong khi vọng niệm lại quá nhiều. Nếu chúng ta có thể niệm Phật triền miên thay vì niệm vọng tưởng thì chúng ta đã tịnh niệm nối liền.

Hòa Thượng nhắc đến thực trạng của người học Phật ngày nay là làm thì ít mà nói thì nhiều. Nghiêm trọng nhất là họ luôn luôn nghĩ đến lợi ích cho mình. Ngày ngày cầu khẩn van xin đủ thứ cho mình như tai qua nạn khỏi, bình an, mọi thứ thuận tiện, cơm no áo ấm để niệm Phật. Những lời cầu khẩn này mới nghe có vẻ chính đáng nhưng thật ra là vô lý. Vì sao? Vì người chân thật niệm Phật là người có đại phước báu mà người có đại phước báu lại lo là không có cơm ăn áo mặc đến nỗi ngày nào cũng phải nhắc Phật.

Cho nên học Phật hay chuẩn mực Thánh Hiền là phải thật làm, phải công phu từ nơi tâm của mình, cũng chính là tẩy trừ tất cả tâm ô uế, ô nhiễm, vọng tưởng chấp trước phiền não và sửa đổi hành vi của chính mình như trên Kinh Vô Lượng Thọ đã nói. Đây là việc làm trường kỳ, không có lúc nào lơ lửng được. Chúng ta đừng chủ quan vì mình đã tu hành 10, 20, 30 năm. Tập khí đã theo chúng ta từ vô lượng kiếp cho nên con số 30 năm chẳng nghĩa lý gì.

Hằng ngày chúng ta vẫn có tâm ý qua loa, không có thái độ phản tỉnh chính mình. Ví dụ cầm một chiếc thìa lên là chúng ta đã phải phản tỉnh và thận trọng chứ không phải nhất thiết là cứ làm việc lớn hay chuẩn bị lên giảng đường mới phản tỉnh. Đệ Tử Quy có câu: “*Cầm vật rồng như vật đầy*”, “*Vào phòng trống như có người*”.

Hòa Thượng lại dạy: **“Chúng ta cầu Phật Bồ Tát mà không có cảm ứng là vì chính mình nghiệp chướng sâu nặng. Vậy thì phải mau mau tự thay đổi, làm mới để tiêu trừ nghiệp chướng.”** Hòa Thượng từng nhắc: **“Phật thị môn trung, hữu cầu tất ứng”** – trong nhà Phật có cầu tất có ứng. Thế nhưng việc cầu của chúng ta phải đúng với đạo lý mới có ứng, ngược lại thì vĩnh viễn không có ứng.

Hôm qua chúng tôi đã nhờ được người đến tặng quà cho một cô bé bị bệnh ung thư xương sắp chết ở Hà Giang nhưng vì cô có một đứa con nhỏ nên cố gắng sống qua ngày. Nếu mình khởi niệm muốn mang lại lợi ích cho chúng sanh thì sẽ có người vì chúng ta mà làm giúp. Nếu chỉ ích kỷ, nghĩ cho riêng mình thì mình có bảo người ta, người ta cũng không làm giúp mình.

Hòa Thượng nói: **“Tu hành có hiệu quả chính là ngay trước mắt sẽ đạt được thân thể khỏe mạnh, tinh thần sung mãn, thể lực tốt, phiền não ít, trí tuệ thêm lớn, luôn có niềm vui trong học tập”**. Chúng ta ăn chay, tu hành niệm Phật mà thân vẫn nhiều bệnh, thiếu sức khỏe, không làm được gì thì đó là biểu hiện nghiệp chướng. Nếu thân nhiều bệnh nhưng không phát tác hay không đánh gục chúng ta mà chúng ta càng làm việc lại càng khỏe hơn thì chính là hiệu quả tu hành.

Chúng ta nhìn ngắm thân tướng của Hòa Thượng có thể thấy ngay sự chứng chuyển của Ngài. Cả đời Ngài không bệnh, thân thể khỏe mạnh, lúc nào cũng đầy niềm vui, thể hiện sự pháp hỷ sung mãn. Khi nào chúng ta đạt đến sự **“vô tư vô cầu, vì người mà lo nghĩ”** như Ngài thì sẽ có niềm vui bất tận. Xung quanh chúng ta có rất nhiều Bồ Tát, mình vì người phục vụ thì có rất nhiều người khác vì chúng ta mà giúp đỡ.

Bà Hứa Triết cả ngày chỉ lo cho người khác, bà nghĩ đến tiền để mua thuốc, tiền cho người nghèo hay mong muốn xây bệnh viện thì hôm sau có người mang tiền đến. Cho nên **“có cầu tất có ứng”**. Cầu để thỏa mãn **“danh vọng lợi dưỡng, năm dục sáu trần”** thì không đạt được mà phải là mong cầu để giúp ích chúng sanh.

Cả đời Hòa Thượng cũng vậy luôn đạt mọi mong cầu vì Ngài cầu những thứ để giúp ích cho chúng sanh. Người thế gian thì luôn bị xoay vần trong nỗi sợ bị thiệt, bị lỗ. Việc này thật không cần thiết vì một mảy trần cũng không hề sót lọt nên nếu chúng ta công hiến, mong cầu cho người, cho đời thì sẽ được ghi nhận! Ai ghi nhận? Là Phước báu! Người xưa nói: **“Nhất ẩm nhất trác mạc phi tiền định”** – Một bữa ăn một ngụm nước đều do tiền định (phước báu). Đây chính là sự ghi nhận.

Chúng ta phải tập cho đi, tập dần dần tới lúc mình thoải mái cho đi vô điều kiện. Trong Kinh Lăng Nghiêm có câu: **“Đem thân này trải ra vô lượng vô biên các cõi nước để phục vụ chúng sanh để báo ân Phật”**. Bồ Tát có đại nguyện như vậy nên mới thành Bồ Tát còn nguyện của chúng ta quá nhỏ bé lại bị **“cái ta”** và **“cái của ta”** ngáng đường nên chúng ta ngay đến việc trở thành một phàm phu tiêu chuẩn cũng khó mà đạt được. Việc hy sinh phụng hiến không bao giờ làm chúng ta thiệt thòi.

Hôm trước, chúng tôi đi mua mướp đắng, chúng tôi nói: “*Hãy bán cho chúng tôi những trái vàng*”. Chị chủ hàng nhìn chúng tôi và lựa những trái vàng cho đầy một túi rồi nói tặng chúng tôi mà không hề tiếc. Sau đó chị cân đủ một ki-lô-gram mướp đắng tươi ngon và chỉ lấy tiền một cân này. Người lao động rất vất vả, một hai giờ sáng đã phải ra chợ đêm lấy hàng rồi chất đầy một xe không chỗ nào trống và chạy xe suốt đêm để đến nơi bán hàng. Nếu hôm nào xe bị nổ lốp thì coi như hôm đó không có lời lại còn thâm vào vốn. Chúng ta tưởng mình là Bồ Tát đi chợ ư? Hãy nhìn những người lao động cực khổ như vậy mà họ cho chúng ta còn không tiếc. Vậy mà chúng ta có những việc chẳng bỏ công, bỏ sức, bỏ của thì lại tiếc.

Cho nên Hòa Thượng dạy chúng ta một khi chân thật tu hành thì thân thể khỏe mạnh, tinh thần sung mãn, phiền não ít, trí tuệ thêm lớn. Nếu không được như vậy thì phải xem lại chính mình.

Hòa Thượng nói thêm rằng: “***Tất cả những bệnh khổ là vì trong tâm của mình có độc, chính là Tham Sân Si. Cho nên trước tiên phải tẩy trừ cầu uế trong tâm, thay đổi hành vi thô xấu của mình đem những cái độc trong tâm tiêu trừ thì thân thể tự nhiên sẽ khỏe mạnh.***”

Hôm trước bác sỹ đến bắt mạch cho chúng tôi. Đo xong huyết áp bác sỹ rất lo ngại nói rằng: “*Huyết áp của thầy rất nguy hiểm*”. Sau một hồi bắt mạch rất lâu thì khuôn mặt của bác sỹ cũng dần ra và không còn khẩn trương như lúc đầu vì các chỉ số, nhịp tim của chúng tôi tuy cao nhưng đều đặn. Rõ ràng nếu chúng ta làm không tốt thì bệnh khổ không thể vượt qua.

Trong 10 điều tâm niệm của nhà Phật có nói: “*Nghĩ đến thân thể đừng cầu không bệnh khổ, vì không bệnh khổ thì dục vọng dễ sinh*”. Có bệnh thì mình mới cảm nhận được sự vô thường, khổ đau để phản tỉnh. Có người nói “*Thầy niệm Phật tu hành mà sao nhiều bệnh vậy? Chắc là không đúng rồi!*” Tuy chúng tôi nhiều bệnh nhưng chúng tôi không nằm đó để chờ đứt cơm mà chúng tôi có thể làm việc ngang sức hai, ba người khác. Hòa Thượng nói chúng ta còn có bệnh tức là trong tâm còn có độc “*Tham Sân Si*”. Hằng ngày nếu chúng ta suy nghĩ thành bại, tốt xấu, hơn thua, được mất thì đó là “*Tham*” độc.

Vì vậy tu hành cần có thời gian để trải nghiệm, trong quá trình chúng ta thay đổi tự làm mới chính là chúng ta đang trải nghiệm. Phật dạy chúng ta “*Tín, Giải, Hành, Chứng*”. “*Tín*” tức là tin trọn vẹn rồi thì phải hiểu tức là “*Giải*” cho đúng. Hiểu rồi thì phải làm đến nơi đến chốn tức là “*Hành*” và làm rồi thì phải “*Chứng*” tức là phải có kết quả.

Hòa Thượng nói: “***Trong xã hội hiện đại này, chân thật là ăn đắng uống độc. Không khí, nước uống, thức ăn nơi nơi đều có độc***”. Thức ăn bên ngoài có chứa dư

lượng nông được vượt mức cho phép nhiều lần. Nước cũng ô nhiễm. Không khí nhiều nơi ô nhiễm đến mức thở không được.

Chúng ta nạp những thứ bên ngoài có độc, bên trong cũng có độc “*Tham Sân Si*” vậy thì chúng ta đang sống quá khổ. Tuy vậy, chúng ta vẫn đầy tham vọng, không ngừng truy cầu và không mệt mỏi tranh đua. Phật Bồ Tát thấy chúng ta rất đáng thương nhưng chúng ta lại không thấy mình như vậy.

Thế gian này Hòa Thượng nhìn thấy nhiều chúng sanh bệnh khổ nên Ngài dạy: **“*Cách giải trừ độc hại tốt nhất chính là giữ tâm thanh tịnh và tu tâm thanh tịnh, tâm bình đẳng, tâm đại từ đại bi. Trên Kinh, Phật nói bậc tu chứng A La Hán và Bồ Tát có thể loại trừ tất cả các loại độc hại. Độc hại như rồng độc, các Ngài cũng có thể giải trừ được vì trong tâm các Ngài là tâm thanh tịnh, tâm bình đẳng, tâm đại từ đại bi*”**.

Vậy thì tuy chúng ta có bệnh nhưng nếu chúng ta giải trừ được độc hại thì chúng ta sẽ trải qua đời sống bình thường, bệnh không thể gây khổ đau, chướng ngại chúng ta. Cơ thể chúng tôi vốn dĩ dư đạm nên chúng tôi điều chỉnh việc ăn uống cho phù hợp, dư cái nào thì ngừng ăn cái đó và đã 10 ngày nay, chúng tôi không uống thuốc mà xương khớp không hề đau.

Đúng như người xưa nói “*Bệnh từ miệng mà vào, họa từ miệng mà ra*”. Mình ăn nói không cẩn thận làm người ta phật lòng, gây chia rẽ, hiểu lầm tạo ra oan nghiệt. Còn đối với bệnh tật, những thứ gì không tốt cho sức khỏe thì không nên ăn nữa. Đậu phụ và nấm mà làm chúng ta tăng đạm thì ăn rau củ, trái cây. Đây chính là chúng ta đang đối trị, hàng phục tập khí của chúng ta hằng ngày.

Có người niệm Phật như chuyên gia, ngày ngày đi hộ niệm mà khi được khen thì lỗ mũi nở to, chê một tiếng thì mặt nhăn như trái táo. Phật bảo bỏ đi “*danh vọng lợi dưỡng*” thì kêu khó quá không làm được. Họ tưởng rằng họ nói như vậy là vô can sao? Ngài Lý Bình Nam từng nói: “*Đáng sanh tử thế nào thì sanh tử thế đó, đáng đọa lạc thế nào vẫn đọa lạc thế đó*”.

Sáng nay chúng tôi tỉnh giấc sớm và nằm lại một chút trong sự tỉnh táo, một lúc thì chuông báo thức reo. Qua đây cho chúng tôi thấy rằng tập khí ham ngủ của mình có thể thay đổi được. Cho nên nếu ai nói khó quá không sửa được, ngồi dậy mà mắt cứ nhú xuống không tỉnh táo được là mình đang chạy theo tập khí, thứ mà vốn dĩ có thể thay đổi được. “*Tài Sắc Danh Thực Thùy*” cũng vậy, ví dụ như “*Tài*”, mình tan nhạt với nó, coi nó là công cụ để mình chi tiêu ở mức thấp nhất. “*Tài*” giúp mình phục vụ làm lợi ích cho chúng sanh chứ không phải tích vào ngân hàng.

Có người để tiền trong tài khoản mà còn mất chỉ trong vài thao tác của kẻ gian. Cho nên vật chất, tiền tài mình mang ra làm lợi ích thiết thực cho cộng đồng, xã hội, cho người cùng khổ thì sẽ chuyển thành phước báu. Hòa Thượng nói người như vậy

mới là người có trí tuệ. Người không có trí tuệ thì ngày ngày mong có tiền, mong có sự thuận lợi cho mình chính là đem phước chuyển thành vật chất. Cho nên chúng ta cứ tập tan nhạt mọi thói quen “*Tài Sắc Danh Thù*” thì đến lúc chúng ta sẽ miễn nhiễm, không bị nó sai khiến nữa. Cho nên thói quen là do chính mình. Hòa Thượng nói tu hành chính là thay đổi thói quen mà thôi.

Ngài tiếp lời: “***Hạnh phúc phải dùng lý tánh mà truy cầu. Trong nhà Phật có câu: “Phật thị môn trung hữu cầu tất ứng”. Như lý như pháp mà cầu thì nhất định có cảm ứng. Người tu hành mỗi niệm phải vì chúng sanh mà lo nghĩ.***” Chúng sanh ở thế gian khổ đau vì tham cầu. Vì sao tham cầu? Vì họ không biết tất cả đều do phước báu.

Bố thí tiền tài thì được tiền tài, bố thí năng lực thì được thông minh trí tuệ, bố thí vô úy, sự an lành thì được khỏe mạnh sống lâu. Vậy chúng ta hãy đem Phật pháp, chuẩn mực Thánh Hiền đến cho mọi người. Đây chính là như lý như pháp mà cầu.

Hòa Thượng nói mỗi niệm của chúng ta hãy nên vì chánh pháp mà hoằng dương chánh pháp, vì chuẩn mực Thánh Hiền mà hoằng dương chuẩn mực Thánh Hiền, vì chúng sanh mà phục vụ. Mình luôn nhớ đến tâm này để khi làm được bất kỳ việc thiện nào thì hồi hướng cho chúng sanh, cho người thân cũng phát được tâm đó.

Người có tâm như vậy là đại từ đại bi, đại phước báu. Đã là đại phước báu thì không cần phải mong cầu. Người phước ở đất phước, đất phước dành cho người có phước. Nhiều người học Phật không hiểu như vậy nên không tận tâm tận lực để làm mà chỉ là ngày ngày mong cầu cho chính mình.

Con người sở dĩ khổ đau là vì có tâm tư lợi, luôn mong mình có sức khỏe sống lâu, mua may bán đắt hay hạnh phúc, an vui. Đây là tâm nhỏ bé, cầu cho riêng mình nên ngày ngày họ sống trong khổ đau và phiền não. Chúng ta hãy làm mọi việc để tất cả mọi người có an vui, hạnh phúc và giải thoát. Trong mọi việc làm đó đều có chúng ta và thân bằng quyến thuộc người thân của chúng ta./.

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!