

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 18/04/2023

\*\*\*\*\*

## NỘI DUNG HỌC TẬP “TỊNH KHÔNG PHÁP SƯ GIA NGÔN LỤC”

### “CHƯƠNG II: PHƯƠNG PHÁP TU TRÌ NIỆM PHẬT”

#### NÓI RÕ CÁCH ĐỐI TRỊ PHIỀN NÃO (PHẦN BỐN)

Mỗi chúng ta đều mang thân nghiệp báo mà đến thế gian này. Chúng ta do nghiệp mà đến nếu không cần trọng thì chúng ta cũng sẽ theo nghiệp mà đi! Nhà Phật nói: **“Hạ nhập ác đạo, vô hữu xuất kỳ”**. Chúng ta đã trôi lăn trong vòng sinh tử vô lượng kiếp chưa một lần nào có thể thoát ra. Mỗi ngày trôi qua, chúng ta lại đang tạo thêm nghiệp nhân của luân hồi.

Nhà Phật nói: **“Nhất thiết duy tâm tạo”**. Thiên đường, Địa ngục hay cõi Phật từ ở nơi tâm của chúng ta. Tâm chúng ta không mở rộng thì chúng ta không thể dung chứa được người khác. Hôm qua, tôi đến gặp một số người, trong buổi nói chuyện, có một người chia sẻ về việc phải mở tâm yêu thương, chỉ thấy lỗi của chính mình không thấy lỗi của người. Khi một người phụ nữ nói rằng chị đang rất khổ đau về chồng, mọi người khuyên chị nên lấy tên, lấy ảnh của anh để ngày lễ lạy, thể hiện lòng biết ơn, dùng năng lượng yêu thương để xoay chuyển tâm của anh. Chúng ta khổ đau là do chúng ta chấp trước, vướng bận trong tâm. Hàng ngày, chị đều tụng chú Đại Bi, chú Đại Bi do Bồ Tát Quán Thế Âm nói ra. **“Quán”** là lắng nghe bằng tánh nghe, lắng nghe được âm thanh đau khổ của thế gian. Chị tụng chú Đại Bi nhưng chị không mở rộng tâm lượng, yêu thương, bao dung, tha thứ cho người để nghiệp lực có thể được hóa giải, tiêu trừ. Chúng ta đọc chú Đại Bi nhưng nếu chúng ta vẫn chấp trước thì chúng ta không thể tiêu trừ được nghiệp lực.

Hòa Thượng nói: **“Từ góc độ thế gian, nếu người người đều thấy lỗi của chính mình không thấy lỗi của người vậy thì thế gian này sẽ bình lặng, mọi người hòa thuận, thế giới sẽ không còn chiến tranh, xã hội nhất định sẽ là một mảng hòa ái”**. Người thế gian luôn chỉ thấy mình đúng còn người khác sai. Chúng ta thường chỉ nhìn thấy mặt trái hoặc mặt phải của vấn đề mà chúng ta không biết rằng một vấn đề có rất nhiều mặt.

Khi tâm chúng ta thật sự bình thì chúng ta sẽ có thể xa lìa mọi sự đúng sai. Người xưa kể câu chuyện, có hai vị học trò tranh cãi nhau, vị Sư đệ vào thưa chuyện với Sư phụ, sau khi Sư phụ nghe xong thì Sư phụ nói là Sư đệ đúng. Sau đó, vị Sư huynh cũng vào thưa với Sư phụ, vị Sư phụ cũng nói là vị Sư huynh đúng. Người thị giả đợi hai người

kia đi rồi thì nói với Sư phụ là ông thấy rõ ràng là người Sư huynh sai. Sư phụ liền nói: “*Ừ! Ông cũng đúng!*”. Ba người kia đều rơi vào phân biệt, chấp trước nên họ đã sai.

Nhà Phật nói: “***Phật thị môn trung bất xả nhất nhân***”. Nhà Phật không xả bỏ bất cứ một ai. Các Ngài có thể mắng, đuii chúng sanh cũng là các Ngài đang dùng cách để tiếp độ chúng sanh. Chúng sanh ngông cuồng, ngu dại tạo nghiệp trôi lăn trong vòng sinh tử nhưng Phật Bồ Tát vẫn ở bên chúng ta. Tôi cảm thấy rất được an ủi khi nghe Hòa Thượng nói: “***Bạn đừng nghĩ ở thế gian đau khổ này bạn chỉ có một mình! Phật Bồ Tát đang dõi theo bạn. Phật Bồ Tát chờ bạn giác ngộ, quay đầu thì các Ngài sẽ liền đến để tiếp độ bạn!***”. Phật A Di Đà vẫn đang dõi theo chờ chúng ta giác ngộ.

Trong một bài khai thị, Tổ Sư Tịnh Độ cũng nói: “***Phật A Di Đà đang ngày nhớ, đêm mong chúng ta như người Cha già chống gậy chờ con quay về!***”. Chỉ cần chúng ta nhớ Cha, một lòng một dạ muốn quay về với Cha thì Cha sẽ không quản thân già để đi đón con. Chư Phật Bồ Tát đều đang dõi theo chúng sanh cho dù chúng sanh đang tạo nghiệp cực trọng. Nhà Phật không xả bỏ một ai, khi chúng ta quay đầu thì Phật Bồ Tát sẽ đến với chúng ta. Điều quan trọng là chúng ta phải tự mình giác ngộ, sau khi tiếp nhận giáo huấn của Phật thì chúng ta phải làm một cách miệt mài.

Chúng sanh thường nhìn thấy người khác thậm chí là thấy Phật Bồ Tát có lỗi lầm với mình. Tâm của chúng sanh rất nông nổi! Chúng ta không chịu lắng nghe lời dạy bảo của các Ngài, ngày ngày chúng ta sống trong vọng tưởng, phân biệt, chấp trước nên chúng ta mâu thuẫn, phiền não. Chúng ta mâu thuẫn với người, với hoàn cảnh thậm chí chúng ta mâu thuẫn với chính mình. Tâm cảnh của chúng ta như vậy nên hoàn cảnh sống của chúng ta ngày càng xấu ác.

Ngày hôm qua, ở Đà Lạt mà thời tiết cũng rất nóng, hôm trước tôi về miền Tây, thời tiết cũng nóng đến mức không chịu nổi. Môi trường sinh thái của chúng ta đang biến đổi rất nghiêm trọng. Chúng ta không biết hoàn cảnh môi trường biến đổi là do tâm địa của mỗi chúng ta. Hòa Thượng nói: “***Một niệm thiện, một niệm ác khởi lên thì châu biến pháp giới***”. Chúng sanh ở thế gian niệm thiện nhiều hay niệm ác nhiều? Nếu chúng ta có nhiều niệm thiện thì mưa thuận, gió hòa. Nếu chúng ta có nhiều niệm ác thì chúng ta sẽ làm môi trường sống ngày càng khắc nghiệt.

Chúng ta đang sống trong thế giới cộng sinh, cộng nghiệp. Nếu chúng ta khởi tâm “*tự tư tự lợi*” thì chúng ta đã làm cho hoàn cảnh sống chuyển đổi xấu. Nhà Phật nói: “***Cảnh tùy tâm chuyển***”. Lớn như vũ trụ, nhỏ như một gia đình cũng do tâm chúng ta tạo thành. Một người đang yêu thì nhìn thấy Hồ Tây rất đẹp, người đang thất tình thì nhìn thấy Hồ Tây rất xấu. Hòa Thượng nói: “***Chúng ta sống trong tập khí, phiền não nên chúng ta luôn cố chấp, chúng ta luôn nhìn thấy mọi việc không vừa mắt!***”. Khi chúng ta khởi lên ý niệm sân thì chúng ta đã tạo nghiệp luân hồi.

Hòa Thượng nói: **“Tổng cương lĩnh của sự tu hành, không gì khác hơn là đoạn trừ phiền não, hai chấp mà thôi”**. “Hai chấp” là khi chúng ta chấp có, khi chúng ta chấp không. Có người tin là có thiên đường nhưng họ không tin là có địa ngục. Họ không biết rằng nếu nói có thì tất cả các cõi đều có, nếu nói không thì tất cả các cõi đều không, không thể chỗ có, chỗ không. Có những người không tin có địa ngục nên họ tận hưởng cuộc sống hiện tại, tạo rất nhiều nghiệp chướng. Nhiều người biết có địa ngục nhưng họ vẫn tạo nghiệp. Có một người đi ngoại tình, khi những người huynh đệ khuyên bảo họ thì họ nói: **“Anh biết địa ngục là đáng sợ! Nhưng anh không thể vượt qua được cảm dỗi của chính mình!”**. Có những người không biết có địa ngục nên họ vô tư làm, có những người biết có địa ngục nhưng họ vẫn dám làm. Nếu chúng ta không đoạn trừ, khắc chế được tập khí, phiền não thì chúng ta sẽ vẫn phải đi vào luân hồi.

Hòa Thượng nói: **“Pháp môn Đại Thừa dạy chúng ta một phương pháp rất xảo diệu đó là phát Tâm Bồ Đề. Phát Tâm Bồ Đề nghĩa là chúng ta chuyển đổi phiền não thành Bồ Đề”**. “Chuyển đổi phiền não thành Bồ Đề” là chúng ta chuyển đổi tâm ích kỷ thành tâm vị tha, chuyển đổi tâm hẹp hòi thành tâm rộng mở, chuyển đổi tâm sân hận thành tâm yêu thương. Nếu hai người giận nhau tưởng chừng như không thể tha thứ, chỉ cần một bên nói lời xin lỗi với tâm thành khẩn thì người kia sẽ cảm thấy sẵn sàng tha thứ.

Hòa Thượng nói: **“Nếu chúng ta ở chung với mọi người mà chúng ta thấy không vừa mắt, không vừa lòng, không thuận tai thì ngày ngày chúng ta đang tự sinh phiền não. Người như vậy thì không phải là người đang học Phật! Người chân thật học Phật là người phải hóa giải những thứ không vừa ý, không vừa mắt, không vừa tai. Tất cả cảnh giới này là từ nơi nội tâm của chúng ta sinh ra vậy thì chúng ta phải từ nơi nội tâm của chính mình mà hóa giải”**. Phật pháp là nội học. Chúng ta phải hướng vào nội tâm để hóa giải. Chúng ta hóa giải được nội tâm rồi thì mọi sự bình lặng như không có việc gì. Mọi chướng ngại đều từ ở nơi tâm.

Hôm trước, tôi hỏi mọi người vì sao lâu ngày không thấy mặt một người học trò, mọi người nói, người đó giận tôi nên họ đã bỏ không còn dùng điện thoại. Người đó muốn lên thăm tôi nhưng tôi không đồng ý nên họ giận tôi. Nếu chúng ta giận người khác, người khác có thể không biết nhưng chúng ta thì rất phiền não. Trong cuộc sống, có rất nhiều việc chúng ta tưởng rằng như vậy nhưng không phải là như vậy!

Hòa Thượng nói: **“Phật pháp là nội học, chúng ta phải từ trong nội tâm hóa giải!”**. Nếu chúng ta chỉ làm ở hình thức bên ngoài, không hướng vào trong nội tâm để hóa giải vậy thì chúng ta không thể chuyển đổi được. Chúng ta chuyển đổi thành chúng ta không bằng mặt nhưng chúng ta bằng lòng. Chúng ta không bằng mặt vì họ chưa nhận ra sự ngu muội, sai trái của họ nhưng chúng ta khởi lòng thương với họ. Mọi người thường bằng mặt nhưng không bằng lòng còn chúng ta thì không bằng mặt nhưng bằng

lòng. Chúng ta tỉnh thức, giác ngộ nên chúng ta có thể quay đầu. Họ chưa tỉnh thức, chưa giác ngộ nên họ chưa thể quay đầu nên chúng ta phải chờ cơ hội tốt nhất để giúp họ.

Hòa Thượng nói: **“Phật pháp là không cầu ở người, Phật pháp là cầu ở chính mình”**. Chúng ta không những không cầu ở người khác mà chúng ta cũng không cầu ở Phật. Chúng ta phải chính mình tự làm. Phật dạy chúng ta buông xả **“tự tư tự lợi”**, **“danh vọng lợi dưỡng”**, **“tham, sân, si, ngạo mạn”** thì chúng ta phải tự làm. Chúng ta không thể cầu Phật giúp chúng ta bỏ đi những tập khí này.

Trong những video **“Kỳ Tích Vãng Sanh”** có một người Cha nói với con: **“Con ơi, cả đời Cha ăn chay, niệm Phật, nếu khi nào do sự mê mờ của tâm trí, sự dẫn đạo của nghiệp lực mà Cha đòi ăn thịt thì con cứ để mặc kệ Cha vì đó không còn là Cha nữa!”**. Người Cha đã rất xác quyết nói với người con. Tôi biết một người, khi họ bị bệnh khổ thì họ đòi ăn thịt sống. Nếu chúng ta chiều theo dục vọng của họ khi đó thì chúng ta đã sai. Cách đối trị tập khí, phiền não của mình đó là chính mình phải thật làm, thật dụng tâm mà đối trị.

Hòa Thượng nói: **“Phật pháp không cầu ở người mà cầu ở chính mình. Người người đều phải hướng nội khai phát được tự tánh của chính mình”**. Chúng ta muốn hướng nội thì chúng ta phải liên tục quán sát từng khởi tâm động niệm của mình. Chúng ta quán sát xem mình đang khởi tâm động niệm vì điều gì? Chúng ta phải dụng tâm đến mức độ như vậy! Tập khí của chúng ta rất sâu dày, nếu chúng ta không quán sát thì tất cả khởi tâm động niệm của chúng ta đều là vì tự tư.

Trong **“Kinh Địa Tạng”** Phật nói: **“Chúng sanh Diêm Phù Đề, khởi tâm động niệm đều là ác”**. Khi mới nghe, chúng ta sẽ thấy không phục nhưng chúng ta vẫn còn đầy đủ tập khí nên khởi tâm động niệm, đối nhân xử thế tiếp vật, hành động tạo tác của chúng ta đều tạo tội. Phật pháp dạy chúng ta cầu ở chính mình. Chúng ta không thể cầu Phật Bồ Tát giúp chúng ta bỏ đi tâm tham tiền, tham ăn, mê ngủ. Chính chúng ta phải tự mình nỗ lực tự thay đổi. Thích Ca Mâu Ni Phật cũng nói rất rõ ràng: **“Trên bước đường giải thoát các con phải tự nỗ lực mà đi ta chỉ là người dẫn đường!”**. Ở thế gian, chúng ta cũng phải tự nỗ lực học từ cấp 1, cấp 2, cấp 3 đến hết Đại học. Hòa Thượng nói: **“Phật pháp không cầu ở người mà phải cầu ở chính mình! Người người đều có thể hướng nội để khai phát được tự tánh của chính mình!”**.

\*\*\*\*\*

**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!*