

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 Hai, ngày 09/01/2023

\*\*\*\*\*

## NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 1123

### “KHẮC PHỤC ĐƯỢC TẬP KHÍ THÌ CÔNG PHU MỚI CÓ LỰC”

Tập khí là thói quen của chúng ta. Mỗi chúng ta đều có những thói quen không thể bỏ hay người thế gian thường nói đây là những thói quen mà chúng ta “*chết mang theo*”. Nếu chúng ta mang theo những thói quen này thì chúng ta sẽ vào tam đồ ác đạo. Chúng ta muốn bỏ những tập khí này thì chúng ta phải kiên trì trong một thời gian dài. Chúng ta tu hành, ăn chay nhiều năm nhưng thói quen xấu của chúng ta vẫn còn nguyên thì chúng ta chỉ đang tu hành trên hình thức. Nếu chúng ta tu hành có lực thì chúng ta sẽ chuyển hóa nội tâm, loại bỏ được những tập khí đó.

Ngày trước, có một lần tôi đứng hộ niệm trong suốt sáu tiếng. Tôi quán sát được, tôi có thể đứng lâu như vậy vì có nhiều người nhìn tôi hộ niệm và gia đình người mất đó cũng có ân nghĩa với tôi. Tôi làm như vậy là tôi đã bị tập khí, phiền não dẫn dắt. Chúng ta phải dẫn đạo tập khí, phiền não của mình. Chúng ta muốn đối trị tập khí, phiền não thì chúng ta làm ngược lại những tập khí, phiền não đó. Chúng ta đối trị tâm “*tự tư ích kỷ*” bằng cách chúng ta mở rộng tâm. Chúng ta đối trị tập khí tham ăn, tham ngủ bằng cách chúng ta không tham ăn, tham ngủ nữa. Chúng ta có “*danh vọng tiền tài*” là để chúng ta làm lợi ích cho chúng sanh chứ không phải để phục vụ cho những ham muốn của mình.

Hòa Thượng nói: “***Chúng ta vẫn thường khởi tập khí, phiền não thì công phu của chúng ta không có lực***”. Chúng ta tưởng rằng mình tu hành đã có lực nhưng khi chúng ta gặp cảnh thì tập khí, phiền não của chúng ta vẫn y nguyên. Khi chúng ta đối diện với cái chết thì chúng ta bán loạn, cố gắng nắm lấy sự sống. Chúng ta muốn đối trị tập khí, phiền não thì chúng ta phải tan nhạt các cảnh duyên. Khi chúng ta tan nhạt được các cảnh duyên thì sinh tử đến chúng ta sẽ tự tại.

Hòa Thượng nói: **“Công phu đắc lực không phải do chúng ta học Phật nhiều năm hay do chúng ta niệm nhiều câu Phật hiệu. Hiện tại, chúng ta niệm Phật nhiều năm nhưng công phu của chúng ta không có lực, chúng ta vẫn bị trôi buột bởi phiền não”**.

Hòa Thượng nói: **“Nếu chúng ta chỉ niệm Phật theo pháp thập niệm mà chúng ta có thể hàng phục được phiền não thì đó là công phu của chúng ta có lực”**. Nhiều người học Phật chỉ chú trọng ở hình tướng. Nhà Phật nói: **“Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng”**. Tất cả những gì có hình tướng thì đều là hư vọng. Hình tướng không quyết định sự giải thoát của chúng ta. Nội tâm của chúng ta sẽ quyết định sự an vui của đời này và quyết định chúng ta có thể vào được cõi Thánh hay không. Nhà Phật nói: **“Tâm tịnh tương ưng cõi tịnh”**. Tâm phiền não thì không thể vào được cõi thanh tịnh.

Hàng ngày, chúng ta phải rèn luyện tâm, chúng ta quán sát xem tâm chúng ta có đang **“danh vọng lợi dưỡng”** hay **“tham, sân, si, mạn”** không! Có nhiều người dùng câu Phật hiệu để không chế tập khí, phiền não. Chúng ta niệm Phật miên mật, thời gian dài thì công phu của chúng ta cũng có thể có lực nhưng cách này không hiệu quả bằng cách chúng ta chuyển đổi tâm của mình. Chúng ta xem tập khí nào nặng nhất thì chúng ta chuyển đổi tập khí đó. Chúng ta chuyển đổi được tập khí thì chúng ta niệm Phật sẽ tốt hơn. Có những người niệm Phật nhiều nhưng tập khí, phiền não vẫn còn y nguyên. Khi họ rời khỏi đạo tràng thì tập khí, phiền não lại hiện y như cũ.

Có người nói với Hòa Thượng họ muốn đi theo Hòa Thượng để tu hành nhưng Hòa Thượng nói: **“Những người đi theo tôi, đa phần không có thành tựu!”**. Những người không ở cạnh Hòa Thượng nhưng họ làm theo Hòa Thượng một cách triệt để thì họ sẽ có thành tựu. Có những người từng ở trong đội thị giả, được ở gần Hòa Thượng, có thời gian dài tu hành, niệm Phật nhưng khi họ gặp sắc tình thì họ vẫn chìm đắm trong **“sát, đạo, dâm, vọng”**. Chúng ta phải hết sức cẩn trọng! Ba nghiệp của thân, khẩu, ý giống như một con ngựa hoang. Chúng ta tưởng chừng như đã thuần phục được con ngựa hoang nhưng chỉ cần có cơ hội thì tập khí của chúng ta sẽ hiện nguyên hình. Người xưa nói: **“Tay không rời tròng hạt, miệng giữ chặt câu “A Di Đà Phật”**”.

Hòa Thượng nói: **“Hàng ngày, nếu trong tâm chúng ta không nghĩ Phật, không tưởng Phật, không niệm Phật thì chúng ta sẽ nghĩ tưởng xằng bậy. Chúng ta quán sát xem có phải nội tâm của chúng ta có hiện tượng như vậy không!”**. Chúng ta thường nghĩ ác nhiều hơn nghĩ thiện. Chúng ta nghĩ đến lợi ích cho chúng sanh thì ít mà nghĩ đến lợi ích cho ta và cái

của ta thì nhiều. Đây là bệnh thâm căn, cố đố của chúng ta. Niệm “*tự tư tự lợi*” là ác. Chúng ta nghĩ đến một niệm thiện thì chúng ta trồng xuống một nhân thiện ở ba đường thiện. Chúng ta nghĩ đến một niệm ác thì chúng ta trồng xuống một nhân ở ba đường ác. Ba đường ác là Địa ngục, Nga Quỷ, Súc Sanh. Ba đường thiện là Trời, Người, A-tu-la.

Hòa Thượng nói: “***Phật dạy chúng ta chỉ niệm “A Di Đà Phật”. Từ sáng đến tối, chúng ta chỉ niệm Phật, nghĩ tưởng đến Phật thì chúng ta sẽ cảm được thế giới Tây Phương Cực Lạc. Nếu chúng ta nghĩ đến thiện thì chúng ta đã trồng nhân thiện, nghĩ đến ác thì chúng ta đã trồng nhân ác. Đây đều là nhân của sáu cõi luân hồi***”. Nhà Phật nói: “***Tâm tịnh tương ưng với cõi tịnh***”. Tâm chúng ta không thanh tịnh thì chúng ta không thể tương ưng với cõi tịnh. Hàng ngày, chúng ta mơ mơ, hồ hồ thì chắc chắn chúng ta phải đi đến cõi mơ mơ, hồ hồ.

Chúng ta tưởng tận về thiện ác nhưng chúng ta phải rời xa ý niệm thiện ác vì ta gieo nhân thiện hay nhân ác thì chúng ta cũng sẽ đi vào luân hồi. Hòa Thượng nói: “***Việc tốt cần làm, nên làm, không công, không đức***”. Chúng ta làm việc cần làm không nghĩ đến công đức, phước báu. Nếu chúng ta làm mà không nghĩ đến công đức, phước báu thì công đức, phước báu sẽ trùm khắp. Tâm chúng ta vô lượng, không có bờ mé thì phước báu cũng không có bờ mé.

Hòa Thượng nói: “***Người muốn vãng sanh thế giới Tây Phương Cực Lạc thì phước báu phải bằng Phật A Di Đà***”. Chúng ta nghe xong thì chúng ta cho rằng chúng ta sẽ không thể làm được. Nếu chúng ta làm được như Hòa Thượng đã dạy: “***Việc tốt cần làm, nên làm, không công, không đức***” thì chúng ta có phước báu bằng Phật A Di Đà.

Hòa Thượng nói: “***Nhà Phật dạy: “Tâm tịnh tương ưng với cõi tịnh”. Chúng ta chân thật nắm lấy cương lĩnh này tu học thì công phu của chúng ta sẽ có lực. Chúng ta muốn công phu có lực thì chúng ta phải tan nhạt, đừng đắm chấp vào các cảnh duyên***”. Chúng ta phải tan nhạt với mọi người, mọi vật, mọi việc. Chúng ta không nên quá chấp trước, dính mắc vào những điều này. Tan nhạt không có nghĩa là chúng ta qua loa, sơ xài mà chúng ta tận tâm, tận lực với người và việc nhưng chúng ta không lưu lại ở trong tâm.

Chúng ta luôn coi con của mình là quan trọng nhất. Chúng ta yêu thương con một cách mù quáng. Đó là chúng ta chấp trước vậy thì chúng ta đáng sinh tử như thế nào vẫn phải sinh tử như thế đó, đáng đọa lạc như thế nào vẫn phải đọa lạc như thế đó. Chúng ta tận trách nhiệm, nghĩa vụ, bổn phận nhưng chúng ta không đắm chấp.

Thầy Lý Bình Nam có gần 300.000 học trò nhưng chỉ có khoảng 30 người vãng sanh. Thời nay, 30 triệu người niệm Phật có lẽ chỉ có 3 người vãng sanh. Chúng ta cho rằng, đó là do Phật pháp không linh nhưng đây là do chúng ta tình chấp quá nặng. Khởi tâm động niệm của chúng ta luôn nghĩ về ta và cái của ta. Hòa Thượng nói: “**Chúng ta khắc phục được tập khí thì công phu của chúng ta sẽ có lực**”. Chúng ta tu hành nhưng chúng ta không khắc phục được tập khí thì chúng ta vẫn sẽ đọa lạc.

Trong “**Tứ y pháp**”, Thích Ca Mâu Ni Phật nói: “**Y trí bất y thức**”. Chúng ta phải theo trí tuệ, không theo thức. “**Thức**” là tình cảm. Chúng ta “**cảm tình dụng sự**”, dùng cảm tình để làm việc thì chúng ta nhất định sẽ làm sai, sẽ phiền não. Chúng ta quán sát, chúng ta đã thoát khỏi làm việc theo cảm tình chưa? Một số người tụng Kinh nhưng họ vẫn cảm thấy phiền não nên họ chuyển sang trì chú. Có người cho rằng, vì họ niệm Phật nên họ có nhiều phiền não hơn. Có người nói với tôi, khi họ niệm Phật thì những hình ảnh về cách sống sai lầm của họ ngày trước lại hiện về nên họ chuyển sang tu thiền. Đây không phải do pháp tu mà do chúng ta không điều phục được tập khí của chính mình. Chúng ta điều phục được tập khí của chính mình thì chúng ta tu pháp nào cũng sẽ có lực. Chúng ta niệm Phật nhưng chúng ta vẫn ham ăn, ham ngủ, ham danh lợi vậy thì chúng ta tu pháp gì cũng không thể có lực. Điều quan trọng là chúng ta phải hàng phục tập khí, phiền não của chính mình!

Hòa Thượng dạy: “**Chúng ta phải chuyển cái quen thành cái lạ, chuyển cái lạ thành cái quen**”. Tôi cũng đang tích cực làm như vậy. Chúng ta đã quen “**tham, sân, si, mạn**” thì chúng ta chuyển đổi thành chúng ta tích cực cho đi. Chúng ta chuyển đổi, khắc phục được tập khí, phiền não thì chúng ta tụng Kinh, niệm Phật sẽ có lực. Tuổi của chúng ta càng lớn thì tập khí, phiền não của chúng ta càng nặng, càng “**thâm căn, cố đố**”.

Người xưa dạy: “**Chúng ta phải đuổi cùng, diệt tận tập khí, phiền não**”. Chúng ta không được để tập khí, phiền não có cơ hội manh nha. Chúng ta không được phép để cho tập khí tái nhiễm. Tập khí chỉ tái nhiễm một lần thì chúng đã hoàn nguyên. Khi tập khí đã tái nhiễm thì nó sẽ còn “**lợi hại hơn xưa**”.

Chúng ta cho rằng tập khí khó bỏ vì chúng ta chưa dứt khoát với chúng. Ngày trước, tôi hút thuốc, uống rượu nhưng khi tôi quyết định bỏ thì tôi bỏ một cách dễ dàng. Tôi chuyển sang ăn chay cũng rất dễ dàng. Nếu chúng ta để tập khí tái nhiễm một lần thì lần sau, chúng ta muốn khắc phục tập khí đó sẽ còn khó khăn hơn. Chúng ta tu hành không có lực là do chúng ta không khắc phục được tập khí, phiền não.

\*\*\*\*\*

## **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!*