

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 Sáu, ngày 10/03/2023

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 1183

“KHÔNG CÓ BỆNH KHỔ ĐỘNG NƯƠNG VÀO THIỀN ĐỊNH ĐÂY MỚI LÀ CÔNG PHU CHÂN THẬT”

Hàng ngày, tâm chúng ta thường ở trạng thái loạn động, bao chao. Tâm chúng ta không định nên chúng ta không minh tường mọi sự, mọi việc. Trong quá trình tôi giảng 1200 đề tài, càng ngày tốc độ nói của tôi ngày càng chậm hơn. Trước đây, khi tôi muốn diễn đạt một vấn đề, tôi muốn nói nhiều ý nên tôi thường nói quá nhanh và nói không hết ý. Hiện tại, khi tôi đi chia sẻ với mọi người, tôi nói rất ngắn gọn. Người có định thì sẽ nói ít. Người tâm càng không định thì sẽ càng nói nhiều. Chúng ta tận tâm tận lực đem Phật pháp, đem giáo huấn của Thánh Hiền đến với chúng sanh nhưng chúng ta không nên có tâm cưỡng cầu. Chúng ta muốn người khác phải hiểu hết, phải hiểu ngay đó là chúng ta có tâm cưỡng cầu, chấp trước. Chúng ta cưỡng cầu, chấp trước thì chắc chắn chúng ta phiền não.

Hòa Thượng nói: **“Thiền định là trạng thái có thể làm chủ được chính mình. Khi chúng ta có thiền định thì chúng ta sẽ rõ ràng, tường tận, phân minh, có chủ kiến chính xác trong mọi sự, mọi việc. Thiền là trạng thái “tĩnh lặng” hay còn gọi là “chỉ quán”. “Chỉ” là buông bỏ tất cả vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. “Quán” là nhìn thấu tất cả đều là hư vọng, không thật, không có gì bền chắc**”. Trên **“Kinh Kim Cang”** nói: **“Phàm sở hữu tướng giai thị hư vọng. Nhất thiết hữu vi pháp như mộng huyễn bảo ảnh**”. Thân chúng ta chịu sự chi phối của định luật Sinh – Lão – Bệnh – Tử, to lớn như trái đất cũng nằm trong định luật Thành – Trụ - Hoại – Không. Nếu chúng ta không có thiền định thì chúng ta dễ bị lay động bởi thị phi, nhân ngã, thành bại, tốt xấu.

Hòa Thượng nói: **“Trong Phật pháp, chúng ta tu học pháp môn nào dù là Thiền Tông, Mật Tông hay vô lượng pháp môn khác thì chúng ta đều tu thiền định. Nếu pháp môn nào rời khỏi thiền định thì đó không phải là Phật pháp**”. Chúng ta niệm Phật, trì chú, tụng Kinh cũng là chúng ta tu thiền định. Tất cả pháp đều đưa chúng ta trở về với tâm thanh tịnh.

Hòa Thượng nói: **“Tu học Phật pháp chú trọng ở thiền định, không chú trọng ở nghiên cứu. Chúng ta càng nghiên cứu Kinh điển thì tâm chúng ta càng bao chao, dao động và sai lầm. Tâm chúng ta định, tâm chúng ta thanh tịnh thì chúng ta có thể hoàn toàn thấu hiểu mọi sự, mọi việc”**. Tâm chúng ta thanh tịnh thì chúng ta tường tận mọi sự, mọi việc. Trong nhà Phật có câu chuyện về một vị Thầy hương đăng, mùa hè, mọi người khuyên ông mang đèn sáp ra ngoài trời phơi thì ông làm theo. Trời nắng nóng nên đèn sáp tan hết, buổi tối, chùa không có đèn để thắp sáng. Sau đó, Hòa Thượng trụ trì khuyên Thầy hương đăng nên về một ngôi chùa nhỏ chuyên tâm niệm Phật. Ba năm sau Thầy hương đăng từ một người không biết chữ đã có thể giảng Kinh, nói pháp, làm thơ.

Hòa Thượng nói: **“Tâm chúng ta định lại thì chúng ta liền tương ứng với giác tâm”**. “Giác tâm” chính là tự tánh vốn thanh tịnh của chúng ta. Đối với Phật pháp chúng ta không cần nghiên cứu vì nghiên cứu là vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Chúng ta càng nghiên cứu sẽ càng sai! Chúng ta tu học Phật pháp chính là chúng ta tu tâm thanh tịnh. Ngài Lục Tổ Huệ Năng nói: **“Nào ngờ tự tánh vốn sẵn đầy đủ, nào ngờ tự tánh năng sanh vạn pháp”**. Chìa khóa mở ra kho tàng tự tánh chính là tâm thanh tịnh.

Hòa Thượng nói: **“Người tu hành phải ưa thích chốn tịnh tĩn, không ưa thích chốn ồn ào. Tâm chúng ta phải thường ở trong tịnh thì chúng ta mới có thể có đạo lực. Người có đạo hạnh thì họ nói càng ngày càng ít”**. Người có đạo hạnh thì tâm họ định, lời nói của họ không phải là vọng tưởng, chấp trước. Có người đề nghị với tôi, nên điều chỉnh đề đĩa Hòa Thượng nói nhanh hơn đó là họ có tâm nóng vội. Người nào nghe, hiểu được lời của Hòa Thượng thì người đó có sức định. Nếu người có tâm ý bao chao thì họ nghe cũng không hiểu!

Hòa Thượng nói: **“Định” là then chốt trong tu hành của nhà Phật. Chúng ta phải dùng định để hồi phục bản tánh, chân tâm**. Chúng ta phải nhìn rõ mọi sự, mọi vật là hư giả không thật để chúng ta không sinh tâm dính, mắc đắm chấp. Trong nhà Phật, có một câu chuyện vui, khi học trò vào nói với Sư phụ là sư huynh hay có người nào đó mất thì Sư phụ đều nói: **“Vô thường mà con!”**. Một hôm, khi học trò nói, chiếc xe của sư phụ bị người khác đâm vào thì Sư phụ nói: **“Cái này thì họ phải bồi thường!”**.

Hòa Thượng nói: **“Phật pháp không phải là tri thức. Phật pháp là trí tuệ. Tri thức là từ tâm phân biệt, chấp trước hiển lộ. Trí tuệ là từ tâm thanh tịnh hiển lộ. Người niệm Phật phải tu tâm thanh tịnh. Tâm thanh tịnh chính là thiền định. Trong nhà Phật nói đến công phu thành khối, nhất tâm bất loạn đây chính là thiền định. Chúng ta tu hành pháp môn Tịnh**

Độ là chúng ta dùng phương pháp trì danh niệm Phật, trong tâm chúng ta luôn giữ chặt câu “A Di Đà Phật”. Chúng ta dùng câu “A Di Đà Phật” để buộc tâm giống như chúng ta dùng một chiếc cọc để buộc con ngựa hoang hay con trâu. Người xưa nói: “*Tâm viên, ý mã*”. Tâm như con khi, ý như con ngựa. Con khi thì liên tục chuyển càn, con ngựa thì luôn chạy rông trên cánh đồng. Nếu tâm chúng ta phân biệt, chấp trước thì chúng ta sẽ phiền não. Trí tuệ từ tâm thanh tịnh lưu xuất ra, trong tâm thanh tịnh không còn phiền não, chấp trước nên sẽ không có phiền não.

Hòa Thượng nói: “**Chúng ta dùng phương pháp trì danh niệm Phật chính là chúng ta tu định. Nếu chúng ta cho rằng, chỉ tu thiền mới là tu định thì chúng ta đã sai!**”. Ngày xưa, có một người chuyên vẽ ngựa, cả ngày ông đều nghĩ đến ngựa. Một buổi trưa, khi ông đang ngủ thì người vợ nhìn thấy một con ngựa nằm trên giường. Hòa Thượng nói: “**Người ta nghĩ đến ngựa còn có thể biến thành ngựa vậy thì chúng ta nghĩ đến Phật chẳng lẽ không thành Phật!**”. Điều quan trọng là chúng ta biết cách dụng tâm. Chúng ta niệm Phật thành khối, niệm Phật đến nhất tâm bất loạn thì đây chính là thiền định.

Hòa Thượng nói: “**Thiền định không phải là trong tâm chúng ta không có thứ gì. Thiền định là trong tâm chúng ta luôn rõ ràng, tường tận, như như bất động. Chúng ta gặp sự việc gì thì chúng ta cũng phải giữ được tâm rõ ràng, tường tận, như như bất động, không khởi lên phân biệt, chấp trước**”. Khi chúng ta nghe thấy âm thanh thì chúng ta không được khởi tâm phân biệt vì nếu chúng ta khởi tâm phân biệt thì chúng ta sẽ chấp trước, phiền não. Thí dụ, chúng ta nghe thấy tiếng kêu trên mái, chúng ta nghĩ rằng đó là tiếng chuột, tiếng sóc thì chúng ta đã khởi lên tâm phân biệt, chấp trước.

Hòa Thượng nói: “**Thiền định không phải là khi chúng ta nhắm mắt, ngồi một chỗ mà thiền định là sáu căn của chúng ta vẫn nhìn thấy cảnh giới sáu trần bên ngoài một cách rõ ràng, tường tận. Chúng ta ngồi xếp bằng hay không cũng không liên quan nhiều đến việc chúng ta thiền định!**”. Chúng ta nhìn thấy mọi việc, mọi sự rõ ràng nhưng chúng ta không sinh tâm phân biệt, chấp trước thì đó mới là thiền định. Nếu chúng ta nhìn thấy món đồ này đẹp chúng ta muốn mua về thì chúng ta đã khởi tâm phân biệt, chấp trước, tâm chúng ta đã không còn định.

Hòa Thượng nói: “**Người thiền định cao minh thì trong tâm của họ không còn có dấu vết. Khi họ đi đứng, nằm, ngồi thậm chí khi họ hỷ, nộ, ai, lạc thì trong tâm họ vẫn luôn ở trạng**

thái thiên định”. Trong tâm chúng ta vẫn đang lưu lại dấu vết. Chúng ta nhìn thấy người đối xử với chúng ta không tốt thì chúng ta vẫn khởi tâm phân biệt.

Hòa Thượng nói: **“Trong *“Kinh Pháp Bảo Đàn”* nói: *“Ngoài không dính tướng thì gọi là thiên. Trong tâm không khởi thì gọi là định”*. Sáu căn tiếp xúc với cảnh giới sáu trần nhưng chúng ta không động tâm thì đây gọi là thiên. Trong tâm chúng ta thanh tịnh, không khởi tham, sân, si, không khởi phiền não thì đây gọi là định**”. *“Thiên định”* không phải là chúng ta ngồi xếp bằng một chỗ mà *“thiên định”* là chúng ta: *“Ngoài không dính mắc, trong không động tâm”*.

Hòa Thượng nói: **“Tâm của Phật là định. Tâm của phàm phu là động. Sáu căn của Bồ Tát tiếp xúc với cảnh giới sáu trần thì biến thành trí tuệ, biến thành thiên định, các Ngài không để tướng mê hoặc. Bất cứ cảnh giới gì xuất hiện trước mắt các Ngài thì các Ngài đều có thể xả bỏ, không lưu lại. Phàm phu chúng ta rất đáng thương! Khi chúng ta vừa tiếp xúc cảnh giới bên ngoài thì chúng ta liền vọng tưởng, phân biệt, chấp trước**”. Sáu căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý của Bồ Tát tiếp xúc với cảnh giới sáu trần là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp thì liền biến thành trí tuệ, thiên định. Bà Hứa Triết đã làm ra biểu pháp cho chúng ta, bà nói, khi chúng ta đi trên phố, chúng ta gặp rất nhiều người nhưng chúng ta không nhớ vì chúng ta không lưu lại ấn tượng. Hàng ngày, người nào chúng ta ưa thích hay chúng ta ghét thì chúng ta chụp hình, quay phim lưu lại trong tàng thức. Khi nào chúng ta rảnh, nhất là khi chúng ta ngồi niệm Phật thì chúng ta sẽ mang những cuộn phim này ra xem. Nếu chúng ta xả bỏ tất cả những hình tướng chúng ta đã nhìn thấy thì tâm chúng ta thanh tịnh.

Hòa Thượng nói: **“Tâm chúng ta thanh tịnh thì chúng ta rất dễ dàng được định. Cảnh giới định sẽ ở ngay trước mặt chúng ta. Tất cả những sự việc của thế gian và xuất thế gian, không một sự việc nào làm chúng ta động tâm vậy thì chúng ta đã bước vào cảnh giới định hay chúng ta đã bước vào pháp giới nhất chân**”. Tôi đang nói chậm để mọi người nghe sẽ có định hơn. Chúng ta hãy nghe và thể hội một cách từ từ!

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta thực tiễn niệm Phật tam muội ngay trong công việc, trong đối nhân xử thế tiếp vật thì đây là thiên định chân thật**”. Hàng ngày, chúng ta phải đối nhân xử thế tiếp vật, hành động tạo tác một cách rõ ràng, mạch lạc. Ngày nay, những chiếc đài ra đa hiện đại có thể phát hiện ra từ 300 đến 400 mục tiêu khác nhau nhưng khi tâm chúng ta định thì chúng ta rõ ràng, tường tận, phân minh được tất cả các mục tiêu. Chúng ta thường phải đi chợ nhiều lần vì chúng ta mua thiếu đồ đó là do tâm chúng ta không có định.

Hòa Thượng nói: “***Trong nhà Phật có rất nhiều pháp môn nhưng tất cả các pháp môn đều tu tâm thanh tịnh***”. Tất cả pháp môn của nhà Phật đều dạy chúng ta tu tâm thanh tịnh. Điều gì làm tâm chúng ta không thanh tịnh thì chúng ta loại bỏ, điều gì làm tâm chúng ta loạn động thì chúng ta viễn ly. Tôi đi đến rất nhiều nơi nhưng khi xong việc thì tôi đều mau trở về nơi đây, khi có việc, tôi lại đi ngay mà không hề lưu luyến, không đăm chấp. Ở nơi đây rất yên tĩnh, gần như không bao giờ có khách. Có những phương pháp thiền định của người thế gian hay của Ma giúp chúng ta vào trạng thái bay bổng nhất thời nhưng chúng ta vẫn còn phiền não, chấp trước, không nhìn thấu mọi sự, mọi việc ở thế gian là hư giả. Thiền của nhà Phật giúp chúng ta: “*Ngoài không dính tướng, trong không động tâm*”. Cảnh giới bên ngoài không làm chúng ta dính mắc, trong tâm chúng ta không khởi tham, sân, si.

Có người khoe với tôi, từ ngày họ tu pháp này họ cảm thấy rất khỏe, một lần họ ngồi thiền họ cảm thấy trên đầu nóng ran, bốc hỏa. Đó là thiền của ma, rất nguy hiểm! Chúng ta rồi cũng sẽ phải chứng kiến sự ra đi của người thân và của chính mình. Pháp tu của nhà Phật nói rõ cho chúng ta về quy luật Sinh – Lão – Bệnh – Tử. Tà đạo sẽ nói pháp tu của họ giúp chúng ta trường sinh, không già, nếu chúng ta ảo tưởng, tin vào những điều này thì khi vô thường đến, chúng ta sẽ khởi tâm sân hận vậy thì chúng ta sẽ đọa lạc. Tất cả pháp tu của Phật đều là tu tâm thanh tịnh, nếu tâm chúng ta không thanh tịnh thì chúng ta không phải là đang tu pháp Phật!

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!