

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 04/3/2025

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 003: Tướng tùy tâm chuyển

Tướng mạo của chúng ta tùy theo tâm cảnh của mình mà thay đổi. Tâm từ bi thì tướng từ bi. Từ bi không phải là trạng thái của một người ngu khờ, không biết gì. Từ bi là ban lành, cứu khổ nên ngu khờ thì không làm được việc đó. Từ bi phải dựa trên trí tuệ. Nhà Phật có câu: *“Từ bi đa họa hại, phương tiện xuất hạ lưu”* – Từ bi mà không có trí tuệ, không đúng chỗ sẽ có nhiều họa hại và phương tiện không đúng chỗ thì kết quả không tốt đẹp.

Ví dụ ai đó rủ chúng ta ăn nhậu và nói rằng: *“Hãy phương tiện đi! Nhân tiện gặp đây thì hôm nào có gì thì ăn đó!”*. Cần phải xác định cho rõ ràng, đây không phải là phương tiện mà là tùy tiện. Đôi lúc chúng ta dụng tâm sai nhưng lại nghĩ rằng mình đang từ bi và yêu thương.

Có một vị trưởng tràng hằng tháng dành ra nhiều tiền để chăm sóc sức khỏe hai con chó và mỗi ngày anh ấy sử dụng đến bốn tiếng để chăm chúng. Lẽ ra với chừng ấy tiền và thời gian, anh có thể làm biết bao việc lợi ích chúng sanh. Có người khác hằng ngày chăm sóc mấy con chim cảnh, đúng giờ cho ăn, đúng giờ cho ra tắm nắng. Thế nhưng chưa bao giờ mời cha mẹ ăn đầy đủ, bắc ghế mời cha mẹ mình tắm nắng, rồi nhân tiện bóp tay bóp chân hay quỳ xuống cắt móng tay móng chân cho cha mẹ.

Hiện tại ở khu vực tôi đang sinh sống đã xuất hiện cả phê chó, cả phê mèo tức là vào đó uống cả phê gặp toàn chó, mèo. Uống cả phê nơi đó đương nhiên không thể thơm tho nhưng lại được ôm và vuốt ve chó mèo. Khá là phản cảm khi cha mẹ thì không dám ôm nhưng chó mèo thì không ngại ngần gì. Cha mẹ đi vệ sinh mắt kiểm soát thì thấy gớm ghê nhưng mấy con vật mình thích có tè vãi hay vệ sinh lộn xộn thì thế nào cũng được. Mọi hành động này không phải là từ bi mà là *“cảm tình dụng sự”*, là yêu thích của riêng cá nhân. Chân thật giúp ích được chúng sanh thì mới gọi là Từ bi. Từ ban lành, bi là cứu khổ.

Hòa Thượng nói: *“Thông thường, chúng ta nói đến câu trang nghiêm đạo tràng. Vậy dùng cái gì để trang nghiêm? Đó là dùng tâm thanh tịnh. Cho nên, trang nghiêm đạo tràng không phải là xây dựng đạo tràng nguy nga lộng lẫy hay trang hoàng đất tiền, cũng không phải là có lễ hội tung bừng.”* Đạo tràng trang nghiêm là người tu hành nơi đó dụng tâm thanh tịnh, tuân thủ giới luật tinh nghiêm, có đầy đủ chuẩn mực.

Tăng đoàn đệ tử của Phật luôn trải qua đời sống nghiêm túc, tức là tuân thủ giới luật và có một đời sống thiếu dục tri túc - ít muốn biết đủ. Người thường sống trong giới luật thì giới luật trở nên tự nhiên. Một người có đời sống lộn xộn sẽ gặp khó khăn khi lần đầu bước vào một môi trường có quy củ. Người luôn chú trọng hình thức bề ngoài thì khi bước vào một nơi nguy nga sẽ bị choáng ngợp, còn người chú trọng vào nội tâm thì khi bước vào nơi quy củ sẽ cảm thấy thích thú.

Đạo tràng là một nơi sinh hoạt của đoàn thể, muốn phát triển tốt đẹp thì phải có nguyên tắc, chuẩn mực, nội quy mà bất kỳ ai trong đó phải tuân thủ. Điều đặc biệt là phải có phép tắc trên dưới, không tự làm theo ý mình thích. Một đạo tràng được trang nghiêm là ở nơi tâm “*Chân Thành, Thanh Tịnh, Từ Bi*” của mỗi cá nhân.

Hòa Thượng nói: ***“Thế giới Tây Phương Cực Lạc đều do bảy báu biến hiện từ trong tự tánh thanh tịnh. Tướng hảo quang minh là chánh báo trang nghiêm. Bạn thường tu tâm từ bi thì tướng của bạn sẽ từ bi. Bạn không cần nói thì người ta mới biết. Người ta vừa nhìn, vừa tiếp cận với bạn thì liền cảm nhận được rõ ràng rằng bạn hằng ngày tu tâm từ bi.***

“Nếu tâm lượng của chúng ta hiểm ác, đầy mưu mô toan tính thì người ta cũng cảm nhận được ngay tức thì. Cho nên bạn phải tu chánh báo trang nghiêm. Bạn cần phải tu tâm Thanh Tịnh, tâm Từ bi thì mới có được chánh báo trang nghiêm đó”.

Muốn có thân tướng tốt đẹp thì tu tâm thanh tịnh, tâm từ bi. Y báo, tức là hoàn cảnh ở Thế giới Tây Phương Cực Lạc, tốt đẹp là do Chánh báo, tức là tự tánh tâm thanh tịnh của chúng Bồ Tát nơi đó, kiến lập nên. Y báo tùy theo chánh báo chuyển tức là tướng tùy tâm chuyển. Chúng ta biết được điều này nên chỉ cần lo tu sửa tâm thì hình tướng bên ngoài sẽ đẹp.

Có lần Hòa Thượng đến giảng pháp ở đài truyền hình, người ta yêu cầu Ngài phải trang điểm nhưng Ngài từ chối. Thân tướng của Hòa Thượng rất đẹp, nước da của Ngài đẹp đến nỗi người ta tưởng rằng Ngài phải dùng kem. Ngài không dùng trà và các thức uống có màu, hoàn toàn dùng nước trắng.

Ở tuổi trên 80, Ngài đi họp ở Liên Hợp Quốc thì có người hỏi rằng sao Ngài lại đẹp thế? Ngài uống thuốc bổ dưỡng gì mà được như vậy? Hòa Thượng trả lời là Ngài uống nước lã và ăn chay. Chúng ta nghe thì hiểu là Ngài ăn chay, uống nước lã trong một nội tâm thanh tịnh, từ bi thì mới được thân tướng đẹp đẽ đó. Còn nếu trong nội tâm sân hận, đầy vọng tưởng thì thân tướng sẽ từ từ mà khô héo. Mọi năng lượng con người đều tiêu hao bởi vọng tưởng nên nếu sân si thì sự tiêu hao còn nhiều hơn nữa.

Sự phát triển của khoa học kỹ thuật, công nghệ thông tin có mang lại tiện ích cho con người nhưng tác hại của nó cũng không nhỏ. Người ta đã lợi dụng zalo, facebook, v... để lừa gạt người khác cho nên Hòa Thượng nói rằng nếu có một tâm địa hiểm ác

thì người khác vừa nghe, vừa nhìn thấy thì liền nhận ra ngay sự không thật ở bên trong. Ngược lại, người có tâm địa từ bi vừa đến gần sẽ khiến người khác muốn gần gũi.

Hòa Thượng nói: **“*Tướng hảo là do tu mà được. Trước khi thành Phật, các Ngài vẫn phải dành 100 kiếp chuyên tâm tu tướng hảo, tu 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp. Người thế gian gọi là đức tướng hay ở trong sách gọi là quý tử, quý nhân. Phật thầy đều có đầy đủ tất cả những tướng hảo, đức tướng, quý tử.***

Chúng ta là đệ tử Phật thì phải hướng đến các Ngài mà học tập, ngày ngày tu tâm từ bi, luôn hiểu rõ chúng sanh bị nghiệp chướng nặng nề. Người khó dạy, ngỗ nghịch, ngang tàng là do chưa được học, chưa được tu, không có người dạy hoặc chưa được dạy tốt nên họ chưa chuyển đổi. Nếu có người dạy một cách tỉ mỉ hay họ nhận được sự giáo dục tốt nhất thì chính họ sẽ có sự chuyển đổi tốt. Nghĩ đến việc này thì tâm từ bi của chúng ta sẽ được đề khởi.

Thầy Thái từng nói: **“*Chúng ta mới dạy học trò mấy ngày, mấy tháng mà mong muốn họ phải tốt. Thích Ca Mâu Ni Phật đến trần gian dạy tôi đến 8000 lần rồi mà đến ngày nay tôi vẫn như thế này!*”** Đúng là cách nghĩ của Thầy Thái thật là từ bi, nương theo cách tư duy này thì tâm từ bi cùng chúng ta cũng được sanh khởi.

Tâm từ bi nơi nhà Phật tràn rộng tận hư không khắp pháp giới. Trước đây, có một bác phụ trách tôn giáo từng nói rằng, bác rất kính trọng Phật giáo vì Phật giáo từ bi ngay đến những người đang muốn đối đầu, chống phá, cản trở, muốn hại mình. Đây mới là từ bi vô bờ bến. Từ bi mà có giới hạn, có bờ bến, có sự phân biệt giữa người đáng được từ bi và người không yêu thích thì đó không phải là từ bi, mà là cảm tình.

Hòa Thượng đặt câu hỏi: **“*Vì sao Phật thành Phật rồi mà vẫn phải luôn luôn không ngừng tu tướng hảo? Là vì để độ chúng sanh. Vì tiếp cận chúng sanh nên phải có tướng hảo. Nếu thân tướng của Phật rất khó coi thì người ta sẽ nói thân tướng này không có phước báu, từ đó họ sẽ cho rằng người này không có gì để gần gũi, để học tập. Ngược lại, họ nhìn vào thấy một người có đức tướng trang nghiêm thì họ lại muốn gần gũi.***

“*Chúng ta phải biết Phật tu tướng hảo để nhiếp thọ chúng sanh. Tướng hảo chỉ là một loại phương pháp tiếp độ. Đây là một phương tiện! Chúng ta muốn phát tâm làm người giảng dạy, hoằng pháp lợi sanh, tiếp xúc với nhiều người, vậy thì cần phải tu chánh báo (thân tướng) này.*

“*Thân tướng của chúng ta nhất định sẽ chuyển theo sự tu tập của chúng ta. Bạn chân thật có dụng công thì trong vòng ba đến năm năm là có kết quả. Bạn hãy lấy một tấm hình trước khi dụng công mà so sánh thì bạn sẽ nhận thấy rất rõ ràng. Công phu của bạn càng sâu thì tướng hảo của bạn sẽ chuyển đổi được càng nhanh. Việc này không thể dấu được ai!*

“Đích thực là tướng tùy theo tâm mà chuyển. Tâm của bạn thanh tịnh thì thân, tướng liền thanh tịnh. Tâm của bạn từ bi thì tướng liền từ bi, cử chỉ và lời nói của bạn thấy đều toát ra sự từ bi đó.”

Hòa thượng nói chỉ cần tu tâm thanh tịnh và từ bi sẽ có thân tướng trang nghiêm. Xưa kia La Hầu La gặp Phật thì thốt lên rằng *“Chỉ có cái bóng của Ngài thôi mà làm cho con mát mẻ cả tâm hồn.”* Chúng ta cần phản tỉnh rằng nếu tâm thanh tịnh, từ bi bị lui sụt thì thân tướng sẽ chuyển xấu, đến lúc đó, cái bóng của chúng ta có thể khiến ai đó mất ngủ ba ngày. Hòa Thượng khẳng định nếu nỗ lực dụng công thì ba đến năm năm là sẽ có sự chuyển đổi. Việc này không thể dấu được ai cho nên nếu tướng mạo không chuyển là do chưa cố gắng dụng công.

Chúng ta quán sát việc này để bạn lành thì nương tựa, thầy tà thì tránh xa. Chúng ta đi trong sương tuyết không thấy ướt áo nhưng đi một lúc sẽ thấy thấm lạnh. Do đó, nếu chúng ta gần gũi với người không có tâm lương thiện từ bi, ngày ngày tự tư ích kỷ, không có sự hy sinh phụng hiến lại lười biếng, chệnh mảng thì chúng ta sẽ giống như họ, khó lòng mà vượt qua sự cám dỗ để tu hành tinh tấn.

Gần người tinh tấn thì chúng ta mới có thể tinh tấn. Một đoàn thể có hai người thì hai người phải tinh tấn, nếu một trong hai người ngồi nghe pháp mà ngủ gật thì người còn lại sẽ ngáp ngắn ngáp dài. Cho nên đoàn thể nhiều người tinh tấn sẽ kéo những người còn lại cũng tinh tấn theo.

Chúng ta không thể tự nhiên một ngày nào đó trở nên từ bi mà phải nỗ lực tu từ những việc nhỏ nhất trên hành động tạo tác, trên khởi tâm động niệm. Nhờ đó, tâm từ bi mới lớn dần, đến một ngày tích chứa đủ, sẽ trở thành tâm đại từ đại bi. Phật Bồ Tát cũng phải trải qua vô lượng kiếp tu hành mới đạt được tâm đại từ đại bi. Cho nên, mấu chốt là chúng ta phải dụng công tu hành hằng ngày, không để gián đoạn thì sẽ đạt được tâm từ bi./.

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!