

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 28/02/2022.

NỘI DUNG HỌC TẬP ĐỀ TÀI 809

“NGHĨ ĐẾN BỆNH RẤT NẶNG THÌ BỆNH SẼ LÀM CHO BẠN CHẾT”

Những đề tài chúng ta học đều rất thực tế. Trong khởi tâm động niệm của chúng ta, nghĩ tưởng luẩn quẩn của chúng ta đa phần do vọng tưởng mà ra. Chúng ta thấy người ta bệnh thì cứ nghĩ mình cũng sẽ bệnh hoặc khi mình cơ thể có hiện tượng gì đó thì chúng ta cứ đinh ninh mình đang bệnh, bệnh nặng lắm rồi. Hòa Thượng nói: *“Nếu tâm niệm của bạn như vậy thì bạn không thể không chết”*. Nhà Phật có câu: *“Tâm tưởng sự thành”* hay *“nhất thiết duy tâm tạo”*, tất cả do tâm mình tạo ra. Hòa Thượng nói: *“Người ta vẽ ngựa, người ta nghĩ đến ngựa mà cũng có thể biến thành ngựa. Nếu chúng ta nghĩ đến bệnh, nghĩ mình bệnh nặng lắm rồi thì chắc chắn bệnh sẽ đến. Nếu chúng ta nghĩ đến Phật, toàn tâm toàn ý nghĩ đến Phật thì nhất định có thể thành Phật. Đó là “tâm tưởng sự thành”*.

Hòa Thượng khai thị: *“Nếu bạn phát tâm làm ở nơi địa phương của mình thì dân chúng ở nơi đó mang ân đức của bạn. Nếu bạn thọ sinh về nơi đó thì bạn mới có được phước báu và sự thù đáp ở đó. Nếu bạn đi thọ sanh ở nơi khác, vì bạn không gieo ân đức với người ta cho nên bạn không tiếp nhận được phước báu và sự thù đáp. Vậy thì tại sao bạn không khởi tâm đến tận hư không khắp pháp giới, bạn khởi tâm làm việc tốt với bất cứ nơi nào?”*

Tôi thấy nhiều đồng tu học Phật cũng phát tâm làm việc thiện, làm việc tốt nhưng chỉ thực hiện ở địa phương của mình. Tôi nghe Hòa Thượng khai thị như vậy cho nên nhiều năm qua, tôi đi làm ở khắp nơi nhưng không nhắc đến việc phải làm cho quê nhà của mình, không hề có. Chúng ta biết được mình và tất cả chúng sinh đều là một thể, vậy nơi nào đủ duyên thì ta sẽ làm. Cái danh rất vi tế. Chúng ta làm gì cũng muốn *“lưu danh thiên cổ”*: *“Mình làm ở nơi đó người ta biết đến tên mình, nếu mình làm ở nơi khác thì không ai biết mình làm”*. Đây là một ý niệm sai lầm!

Phật Bồ Tát dạy chúng ta: *“Phải vì chúng sanh, thay thế chúng sanh mà lo nghĩ, làm nhiều việc tốt cho chúng sanh, tận tâm tận lực mà làm, không phân biệt nơi nào chốn nào, nơi nào đủ duyên thì ta tận lực làm. Vậy thì công đức mới lớn!”*. Tâm của Bồ Tát đối với chúng sanh là tận hư không khắp pháp giới. Còn tâm của phàm phu chúng ta thì có chỉ định, đó là tự tư tự lợi rồi. **Cho nên chúng ta phải mở rộng tâm lượng!** Những năm đầu đi giảng, tôi đều nói về mở tâm rộng lớn. Tâm của chúng ta như một cái bình, bình nhỏ chứa được ít, bình to chứa được nhiều, bình bằng tận hư không khắp pháp giới thì chứa được hư không khắp pháp giới. Người xưa nói: *“Tâm lớn lượng lớn”*, nghĩa là tâm lớn thì sức chứa sẽ to lớn. Chúng ta làm việc

gì đó không thông bởi vì tâm chúng ta quá nhỏ. Hòa Thượng luôn nhắc chúng ta cách dụng tâm, phải triệt để buông bỏ cái ta và cái của ta thì mới có thể buông bỏ được chính mình, thành tựu được lớn hơn. Cứ dính đến cái ta và cái của ta thì làm hư hại đến chính mình và người khác. Vậy thì nhân quả không nhỏ!

Trong hơn 60 năm qua, Hòa Thượng đã làm ra biểu pháp: **Tất cả vì Phật pháp phục vụ, không phân biệt quốc gia dân tộc. Tất cả các quốc gia dân tộc đều là thân bằng quyến thuộc. Tất cả đều là Cha Mẹ đời quá khứ của ta. Tất cả đều là những vị Phật tương lai.**

Hòa Thượng không phân biệt tôn giáo. Cho dù bạn ở tôn giáo nào, bạn có tín ngưỡng như thế nào thì Hòa Thượng vẫn bình đẳng đối đãi. Từ rất lâu rồi, Hòa Thượng đều làm như vậy. Khi Hòa Thượng đến Úc Châu, ở đó có một nhà thờ nhỏ quá, người ta không dùng nữa nên bán đi, đồng tu học Phật đã mua lại để làm đạo tràng học Phật. Khi Hòa Thượng đến, Ngài để nguyên kính pha lê, để nguyên cây Thánh giá, để nguyên bức tượng Đức Mẹ Maria ở ngoài sân. Vào ngày Giáng sinh, Ngài cho kết hoa lung linh sang trọng rất đẹp. Người ta thắc mắc hỏi: *“Nơi này trở thành Phật giáo rồi, tại sao các vị vẫn làm lễ Noel?”*. Hòa Thượng đã nói một câu khiến tôi rất chấn động: *“Chúng tôi đến đây để làm đẹp hơn những gì đã có chứ không phải đến để thay đổi”*.

Hòa Thượng không có ý niệm không chế, chiếm hữu, không có thái độ muốn thay đổi người khác. Chúng ta có bao giờ nghĩ rằng chính mình cần phải thay đổi hay chúng ta chỉ muốn thay đổi người khác, không chế người khác? Ý niệm không chế người khác, muốn thay đổi người khác đã làm cho chúng ta quá phiền não, đằng sau còn tự tư tự lợi, danh vọng lợi dưỡng, tham sân si mạn. Tất cả khiến ta chìm trong vọng tưởng, phiền não, không thể an vui được.

Hòa Thượng luôn giữ ý niệm *“suốt cuộc đời Ngài không có quyền sở hữu, chỉ có quyền sử dụng”*. Còn chúng ta thì luôn muốn không chế, muốn chiếm hữu về mình, dùng mọi cách để chiếm hữu. Trong khi nhiều người cứng dường nhưng Hòa Thượng không nhận. Khi Hòa Thượng ở Úc Châu, Tịnh Tông Học Hội hoạt động một thời gian dài, mọi người thấy rất lợi ích. Một người muốn tặng Hòa Thượng một ngôi nhà rộng rãi hơn vì đạo tràng ngày càng đông, cần môi trường sinh hoạt rộng rãi hơn. Hòa Thượng không nhận, Ngài nói: *“Ông làm hợp đồng cho tôi thuê đi! Hợp đồng ghi rõ bên A cho bên B thuê căn nhà diện tích bao nhiêu đó với điều kiện bên B phải tu hành đúng pháp, đúng giới luật, nếu không thì bên A sẽ lấy lại ngôi nhà. Nếu sau này người ta không làm đúng pháp thì chủ sở hữu có thể lấy lại ngôi nhà”*. Từng ý niệm của Hòa Thượng đều vì người khác, không bao giờ nghĩ về mình, không bao giờ có ý niệm chiếm hữu về mình.

Chúng ta khi làm việc liên quan đến mình thì làm với tâm thái khác, khi làm việc liên quan đến người khác thì làm với tâm thái khác. Chúng ta không nhận ra nhưng người khác nhìn thấy điều này rất rõ. Đó là một sự sai lầm không nhỏ cho nên chúng ta càng tu, càng học Phật thì càng phiền não. Nguyên nhân

vì chúng ta suốt ngày tự tư tự lợi chỉ nghĩ đến mình: *“Mình già rồi! Mình yếu rồi! Mình bệnh rồi! Mình phải tịnh dưỡng nếu không mình sẽ bệnh, sẽ chết!”*.

Nếu chúng ta khởi tâm động niệm đều vì người khác mà lo nghĩ thì trong tâm ta không có phiền não. Nhiều khi chúng ta mắng người khác rào rào nhưng trong tâm ta không có phiền não, vì chúng ta muốn người ta lợi ích chứ không phải vì lợi ích của chúng ta. Khi mắng người khác mà chúng ta phiền não thì đó là vì lợi ích của chúng ta bị giảm đi.

Do vậy chúng ta phải kiểm soát tâm của mình, nếu không thì cho dù chúng ta học hết 1200 chuyên đề này rồi học tiếp 1200 chuyên đề nữa nhưng vẫn như cũ, không có gì tốt hơn. Hôm nay chúng ta đã học đến chuyên đề 809. Tất cả các chuyên đề đều xoay quanh vấn đề đối nhân xử thế tiếp vật của chúng ta. Nếu chúng ta phản tỉnh, thực hành thì nhất định chúng ta sẽ khác. Nếu chúng ta không khác, không thay đổi thì thật là oan uổng, như người xưa nói: *“Uổng phí lần này đến nhân gian!”*.

Hòa Thượng nói: *“Trên Kinh Phật dạy chúng ta: “Tất cả pháp từ tâm tưởng sinh”. Bạn nghĩ đến điều gì thì điều đó sẽ biến hiện ra. Nếu chúng ta thường nghĩ đến sức khỏe của chúng ta khỏe mạnh, thân tâm của chúng ta an vui thì tế bào sinh lý trong ta sẽ bình thường, cơ thể sẽ không bị bệnh”.* Cụ Bà Hứa Triết suốt ngày bà chỉ đi lo cho người bệnh, không hề nghĩ rằng mình đã già yếu. Hòa Thượng nói: *“Nếu bạn ngồi đó mà nghĩ “chỗ này đang bị đau, chỗ kia đang bị bệnh” thì chỉ một thời gian ngắn bạn sẽ có bệnh vì những tổ chức phân tử, tế bào của bạn đang tùy theo ý niệm của bạn mà sắp xếp, thay đổi theo ý niệm của bạn. Cho nên nếu bạn nghĩ bạn bị bệnh rất nặng rồi thì bạn không thể không chết”*.

Chúng ta hãy tâm niệm rằng: *“Ta còn thời gian một ngày thì ta tận lực một ngày vì người khác mà phục vụ”*. Khi tâm niệm của chúng ta chuyển đổi, các tế bào trong ta thì tự khắc chuyển đổi theo, mọi bệnh khổ trong ta đều chuyển đổi. Các tổ chức tế bào trong cơ thể chúng ta sắp xếp lại theo ý niệm của chúng ta, vì vậy tất cả đều là do ý niệm. Tôi hoàn toàn tin điều này vì tôi đã từng trải qua những giai đoạn đó rồi, đó là giai đoạn dở sống dở chết, muốn sống không được, muốn chết cũng không xong. Tôi cũng may mắn, tôi nghe lời Hòa Thượng, không đặt tâm lo cho việc sống chết của mình mà luôn nghĩ đến phải làm việc gì đó cho mọi người. Năm 2015, tôi cần ra Hà Nội để tổ chức *“Đại Lễ tri ân Cha Mẹ & vợ chồng”*. Khi đó sức khỏe của tôi không thể đi được máy bay vì trên máy bay áp suất rất lớn nhưng tôi không bận tâm, tôi vẫn bay ra Hà Nội. Tôi chỉ nghĩ đến việc làm thế nào phải tổ chức buổi lễ thật tốt để nhiều người được tri ân Cha Mẹ, tri ân vợ chồng. Đôi lúc tôi cũng lóe lên suy nghĩ ích kỷ trong A Lại Da Thức: *“Coi chừng đi lần này là không thể về nữa!”*.

Hòa Thượng nói: *“Hết thấy nguồn gốc của bệnh đều từ nơi vọng tưởng của bạn. Bạn không có vọng tưởng thì làm sao mà có bệnh được! Y học ngày nay không biết đến chân tướng sự thật này. Cái gì gọi là vọng tưởng? Tâm sát đạo dâm vọng chính là vọng tưởng. Vọng tưởng, tâm không thanh tịnh chính là gốc bệnh. Tất cả các gốc bệnh đều là do tâm động sanh ra. Cho nên ô nhiễm của tâm lý, ô*

nhhiễm của tinh thần, ô nhiễm của tư tưởng, ô nhiễm của tri kiến còn nghiêm trọng hơn so với ô nhiễm của hoàn cảnh. Tất cả bệnh tật đều từ nơi vọng tưởng sinh ra. Vì vậy Phật dạy chúng ta phải tu định, không dạy chúng ta tu vọng tưởng”.

Hôm qua chúng ta học đề tài “**Vi-rút càng biến chủng càng độc hại**”. Tôi rất chấn động vì hơn 20 năm trước Hòa Thượng đã nói về vấn đề hiện nay đang diễn ra. Vi-rút trên cơ thể chúng ta phát tác và biến đổi, càng biến đổi càng độc hại. Vọng tưởng xuất phát từ THÂN – KHẨU – Ý:

THÂN: Sát, đạo, dâm

KHẨU: Nói dối, nói lừa dối chiều, nói lời hung ác, nói lời thù dật

Ý: Tham, sân si

Tâm sát sanh, tâm trộm cắp, tâm nghĩ đến dâm dục, tâm vọng ngữ, tâm tham sân si, những thứ này đều là vọng tưởng. Ô nhiễm của tâm lý, ô nhiễm của tinh thần, ô nhiễm của tư tưởng, ô nhiễm của tri kiến còn nghiêm trọng hơn so với ô nhiễm của hoàn cảnh.

Hòa Thượng nói: “**Phật không dạy bạn nghiên cứu Kinh điển mà chỉ cần bạn lão thật niệm Phật. Một ngày từ sáng đến tối, bạn niệm Phật thì tâm bạn được định, tâm thanh tịnh khởi tác dụng chính là khai mở trí tuệ. Nếu như có người đến hỏi “câu Kinh văn này phải hiểu như thế nào?” thì bạn có thể giảng giải đúng lý đúng pháp, đó là bạn đã khai mở trí tuệ. Trên Kinh điển Phật nói: “Tất cả pháp từ tâm tưởng sanh”. Ý niệm có thể thay đổi kết cấu của tế bào. Ý niệm tốt thì kết cấu tế bào sẽ chuyển tốt. Ý niệm xấu, ý niệm sát đạo dâm vọng sẽ làm kết cấu tế bào thay đổi ngày càng xấu. Vì vậy nếu chúng ta muốn thân tâm khỏe mạnh thì tâm chúng ta phải thanh tịnh, phải dùng tịnh niệm chứ đừng dùng vọng niệm”.**

Đa phần chúng ta nghiên cứu Kinh điển nhưng không thật làm. Niệm Phật là chánh niệm, không để tâm niệm đến sát sinh, tà dâm, vọng ngữ. Nếu ta không giữ chánh niệm thì suốt ngày tà niệm. Chúng ta chánh niệm thì ít, tà niệm thì nhiều, vậy thì chúng ta ta chắc chắn sẽ bị bệnh. Người có trí tuệ khi được hỏi các vấn đề liên quan đến giáo huấn của Phật hoặc đối nhân xử thế tiếp vật thì sẽ có thể trả lời một cách tường tận.

Ngày ngày chúng ta có ý niệm nhưng phải là tịnh niệm chứ không được vọng niệm. Vọng niệm là sát đạo dâm. Tịnh niệm là niệm lợi ích chúng sanh, thành tựu việc tốt cho người. Hòa Thượng nói: “**Tịnh niệm là gì? Bạn niệm Phật chính là tịnh niệm**”. Ngày ngày từ sáng đến chiều chúng ta niệm danh hiệu Phật, tâm ta dính chặt vào câu “**A Di Đà Phật**” thì sẽ không niệm thứ khác. Tâm rảnh rang sẽ niệm đến tự tự lợi, danh vọng lợi dưỡng, năm dục sáu trần, tham sân si mạn.

Nếu chúng ta là Cô giáo, suốt ngày chỉ để tâm niệm của mình nghĩ đến những việc liên quan đến bổn phận trách nhiệm của một Cô giáo, không nghĩ đến việc khác, vậy thì tâm chúng ta cũng được định rồi.

Tâm định vào việc của chính mình, không nghĩ đến những việc không liên quan, vậy thì công việc ngày càng tốt. Chúng ta làm việc không tốt bởi vì việc chính của mình thì chúng ta ít nghĩ ít đến, chúng ta nghĩ quá nhiều đến những việc phụ.

Con người nếu không nghĩ đến chánh niệm thì tà niệm triền miên. Nếu chúng ta không nghĩ đến chánh niệm thì tà niệm sẽ tràn ngập. Tà niệm là ô nhiễm tâm lý, ô nhiễm tư tưởng, ô nhiễm tinh thần, ô nhiễm tri kiến. Con người bị ô nhiễm như vậy mà không bệnh mới lạ! Chúng ta quán chiếu xem mình có bị ô nhiễm không. Nếu chúng ta có ô nhiễm mà không bệnh mới lạ. Bạn dễ bị bệnh, vi-rút dễ dàng xâm nhập vì bạn ô nhiễm quá nặng. Bạn dễ dàng bị cảm nhiễm bởi ngoại cảnh, ngoại cảnh có bệnh gì thì bạn đều bị nhiễm. Vậy thì như Hòa Thượng nói: **“Tự làm tự chịu”**.

Phật nói: **“Người tâm thanh tịnh thì không có bệnh”**. Tâm chúng ta không thanh tịnh. Ngày nay tri kiến ô nhiễm rất nghiêm trọng! Chúng ta chỉ cần mở điện thoại lên thì tri kiến ô nhiễm, tư tưởng xằng bậy trên mạng internet sẽ làm ô nhiễm tư tưởng của chúng ta. Cho nên ngay từ khi bắt đầu có Facebook, Zalo, tôi không dùng. Tôi nhờ họ cài Viber vào điện thoại để khi họ gọi điện cho tôi họ đỡ tốn tiền. Chúng ta bị ô nhiễm là do chính mình không biết hạn chế, rồi lại đi đổ thừa cho ngoại cảnh. Tôi không dùng Facebook, không dùng Zalo nhưng vẫn làm được mọi việc, không hề bị chướng ngại. Thậm chí tôi không dùng điện thoại. Một ngày hoặc có khi mấy ngày liền, điện thoại của tôi không reo, không có việc gì để nói. Nếu nói nhiều thì lại vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Tôi chỉ nói những việc cần phải nói, chỉ nhấn tin những việc cần phải làm. Hàng ngày tinh thần, tư tưởng, tâm lý, tri kiến của chúng ta bị ô nhiễm là do chính chúng ta tự cam tình nguyện để ô nhiễm. Có người hàng ngày dùng hai - ba điện thoại, đeo đồng hồ điện thoại. Những thứ đó người ta cũng tặng tôi nhưng tôi không dùng. Họ năn nỉ tôi dùng bởi vì họ xen tạp nên họ cũng muốn tôi xen tạp. Ngày ngày chúng ta tiếp cận những thứ làm cho chính mình bị ô nhiễm, như vậy thì chắc chắn chúng ta bị bệnh rồi!

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 còn lộn xộn, còn nhiều 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!

Chúng con chân thành cảm ơn!