

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 08/07/2025

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 127: Cái ta chân thật là gì?

Tất cả các tôn giáo đều đi tìm cái ta chân thật. Thế nhưng, phần nhiều người thực hành lại lầm chấp, nhận sai đối với cái ta của chính mình. Cứ cho thân này là của ta nên rất nuông chiều thậm chí tìm mọi cách để dung dưỡng cái thân. Đến lúc, cái thân bỏ chúng ta ra đi, chúng ta vô cùng đau khổ. Hãy quán sát xem cái thân này có chân thật là của ta không hay nó chỉ là cái thân giả tạm hình thành bởi Đất Nước Gió Lửa như nhà Phật đã nói? Theo sự chuyển biến của thời gian, thân thể này dần dần không còn như ta mong muốn nữa.

Có nhiều thứ khi bước qua tuổi 60 chúng ta sẽ cảm nhận rất rõ. Mọi sự mọi việc không còn theo ý ta. Thế gian có câu “*Tâm có thừa mà sức không đủ*”. Trước đây, nếu tôi lái xe quãng đường 300-500 cây số thì rất đơn giản nhưng bây giờ chỉ trong vòng 100 cây, trên 100 cây thì tôi không thể lái được. Nếu thân này là ta chân thật thì đâu bị như vậy, hiện tại, chúng ta chỉ mượn nhờ cái thân giả tạm này để đi tìm cái thân thật.

Tôi từng tham gia giảng dạy ở một thiền đường nơi đó, sư bà trong những giờ thực hành thường đưa ra đề mục tu “*Ta là ai?*” để mọi người quán chiếu. Mọi người người quán chiếu một lúc thì ngủ gục, chỉ có sư bà là ngồi vẫn thẳng đứng. Đó là quán chiếu “*Ta là ai? Ta từ đâu đến? Và rồi ta đi về đâu?*” Hoặc thiền môn còn có đề mục tu khác là “*Diện mạo trước khi cha mẹ sinh ra*”. Sau khi cha mẹ sinh ra thì đó là thân, là hình hài tứ đại. Vậy trước khi cha mẹ sinh ra thì đó mới chính là ta, là bản lai diện mục. Đây là đề tài rất sâu, rất cao.

Tuy vậy, Hòa Thượng nhắc đến vấn đề này là để cho mọi người biết rằng con người có sanh tử, có luân hồi. Ngài nhắc đến 5000 năm trước, tổ tiên đã đề xướng thai giáo và vào thời cận đại, ở phương Tây, không ít người đã nghiên cứu về đời này đời trước. Họ dùng phương pháp thôi miên và đạt được tầm cao của thôi miên. Họ có thể đưa con người trở về hơn 80 đời trước, tức là hơn 4000 năm trước. Hoặc họ có thể đưa con người trở về lúc hai, ba tuổi hoặc lúc đang ở trong thai mẹ. Người được thôi miên có thể nói được tình hình trong thai.

Hòa Thượng khẳng định, do đó, người xưa trong mấy ngàn năm trước đề cập đến thai giáo là vô cùng chuẩn xác. Mấy ngàn năm sau, nhờ phương pháp thôi miên, con người có thể trở về lúc trong thai mẹ và thuật lại tình hình lúc đó. Người ta mô tả rằng ở trong bào thai bó chặt như trong ngục tù. Ngày trước khi nói đến thai giáo thì có người

tin, có người không tin. Ngày nay, sau khi khoa học đã chứng minh được thì việc thai giáo là vô cùng quan trọng. Con người đã nghiên cứu đề tài thai giáo, hay giáo dục trẻ từ 0-3 tuổi.

Đây không phải phát minh của người hiện đại mà là của Cổ Thánh Tiên Hiền, từ rất xa xưa. Trong Kinh Vu Lan, Phật mô tả từng tháng thai kỳ rõ ràng. Trạng thái của thai nhi từ tháng đầu đến tháng cuối thai kỳ như thế nào đều được mô tả. Biết được như vậy, chúng ta giáo dục con trẻ từ trong bào thai thì sẽ giáo dưỡng những đứa trẻ thành Thánh thành Hiền. Trong việc này, có câu chuyện về Bà Triệu Lương Ngọc, mẹ của giáo sư Chung Mao Sâm. Hiền Thầy đã xuất gia có pháp danh là Định Hoàng.

Bà có câu nói rất nổi tiếng: *“Ta không là tiền sỹ nhưng ta có thể là mẹ của tiền sỹ”* và quả đúng như thế, Bà chân thật là mẹ của một tiền sỹ giỏi, đồng thời cũng là mẹ của một pháp sư tu hành rất tốt. Trước khi Hòa Thượng Tịnh Không vãng sanh khoảng hai-ba năm thì Thầy đã đánh lễ, xin phép Hòa Thượng nhập thất 10 năm. Tại tang lễ của Hòa Thượng, trên phim ảnh, chúng ta không nhìn thấy Thầy. Có thể mọi người không muốn động tâm Thầy nên chưa nói, đến nay, Thầy vẫn đang nhập thất. Cũng có thể Thầy đã biết vì sự tu hành thanh tịnh sẽ khiến hành giả tự biết mọi sự mọi việc đang diễn ra.

Hòa Thượng nói: ***“Con người khi ở trong thai thì đã bắt đầu học tập. Tiền sỹ Ngụy Tư đã nghiên cứu ra được qua hiện tượng thôi miên. Người được thôi miên trở về thời kỳ mình ở trong thai và nói lại tình hình trong thai lúc đó rất rõ ràng. Người có thể nói được rõ ràng tình hình ở trong thai, mà dùng Phật pháp để nói, thì đây là người nghiệp chướng rất nhẹ, phước báu rất lớn. Người nghiệp nặng, phước mỏng thì họ không thể nói ra được.”***

Từ đây, chúng ta hiểu ra được rằng những đứa trẻ thông minh sẽ ngủ rất ít, còn những đứa trẻ ngủ li bì thì thường kém thông minh hơn. Còn người lớn chúng ta mỗi ngày như người say, như ngây như dại, luôn ở trạng thái buồn ngủ thì đầu óc luôn mụ mẫm, chẳng làm được việc gì lớn. Chúng ta hãy quán sát thì thấy người rảnh một chút là ngủ, ngồi đâu ngủ đó, có thể tỉnh tường được không và có thể xử lý mọi việc hanh thông không? Không thể nào! Do đó, trong việc này, chúng ta luôn luôn đề khởi tinh thần của mình, không để tinh thần bị đi xuống thấp. Thật ra, con người sống ở thế gian không hoài bão, không ước vọng, không có chí hướng, không lập chí thì không làm được gì.

Tôi không biết từ lúc nào, có thể từ lúc phiên dịch đĩa giảng của Hòa Thượng thì tinh thần của tôi càng lúc càng thất chặt hơn. Nhờ đó, từ rất lâu, tôi không rơi vào trạng thái lơ mơ, hoặc trạng thái như thể quá rảnh không có việc gì. Người mà mơ mơ, hồ hồ, như Hòa Thượng Tuyên Hóa nói, sẽ nhất định về thế giới mơ mơ, hồ hồ. Người minh minh bạch bạch sẽ về thế giới minh minh bạch bạch. Không thể nào có chuyện người

mơ hồ mà về thế giới minh bạch và người minh bạch thì về thế giới mơ hồ. Hãy tự biết để đẩy cao tinh thần của mình!

Mỗi chúng ta có tập khí từ vô lượng kiếp đều là lười biếng, chệnh mảng, nhếch nhác. Cho nên nếu chúng ta không đẩy mạnh tinh thần phấn chấn thì tinh thần đó sẽ không tự đề khởi lên được! Ví dụ có lần, tôi đã đi ngủ thì chợt nhớ mình để quên điện thoại báo thức bên ngoài, tôi trở dậy để lấy điện thoại. Việc đặt báo thức tuy nhỏ nhưng không thể xem thường. Đúng là có những lúc tôi tỉnh dậy không cần báo thức nhưng cũng đã có vài lần, nếu không có đồng hồ báo thức thì tôi đã trễ giờ. Cho nên, lúc nào cũng vậy, đã lên giường ngủ là phải có đồng hồ báo thức. Đây chính là tự mình đề khởi cho chính mình.

Hòa Thượng nói: ***“Trong Kinh gọi là thai ngục. Chúng ta đến thế giới này để đầu thai, ở trong thai mẹ 10 tháng. Khi ở trong thai cũng giống như ở trong ngục, khổ không nói ra lời nên khi sanh ra đời, mê hoặc điên đảo, những tình hình, những sự việc ở đời trước gần như đều quên hết”***. Thai nhi ở trong bụng mẹ rất khổ. Nếu mẹ uống nước nóng thì cảm thấy vô cùng nóng bức. Nếu mẹ uống nước lạnh thì cảm thấy vô cùng lạnh buốt. Tất cả những cảm giác đó, thai nhi đều thấy rất rõ ràng. Chúng ta không thể nghĩ rằng thai nhi là vô tri, vô giác. Nhiều người mẹ không biết việc này nên lúc mang thai, đi đứng, nói năng, ăn uống, hành xử gần như tùy tiện theo tập khí xấu ác của mình mà không biết hạn chế.

Thế gian vẫn truyền tai nhau rằng trước khi ai đó đi đầu thai, sẽ được ăn cháo lú. Điều này không đúng, khi sanh ra mơ hồ, mê muội nên người thế gian nói vậy. Chẳng ai cho chúng ta ăn cháo lú mà chúng ta tự mình lú. Nếu có cho ăn thì sẽ cho ăn cháo khôn chứ không cho ăn cháo lú. Đây là mình tự lú. Trong giai thoại nhà Phật, có rất nhiều câu chuyện về người tu hành đắc đạo mà khi nhập vào bào thai vẫn còn mê.

Có một vị thiền sư biết mình sắp đi đầu thai. Ngài quán thấy nếu đi đường sông thì sẽ gặp người phụ nữ đang mang thai giặt đồ bên bờ sông. Ngài sẽ phải đầu thai vào thai của người phụ nữ này. Nếu đi đường bộ, không gặp người phụ nữ đó, thì không phải đi đầu thai. Ngài quyết định đi đường bộ nhưng những người đồng hành cho biết rằng, đường bộ không thể đi được. Thời xưa, mọi người thường di chuyển bằng thuyền trên sông là chính. Trên đường đi, Ngài đã nói lên sự thật với người đồng hành và dặn lại rằng, sau 3 năm hãy đi tìm ta, hãy nói một câu nói nào đó mà ta cười thì đó chính là ta.

Y như lời Ngài nói, khi đến khúc sông có người phụ nữ mang thai thì Ngài tự nhiên thị tịch. Tuy nhiên, khi nhập thai, Ngài còn quên mình là ai? Đây là một người giác ngộ! Vậy chúng ta thì sao? Một người bình thường như chúng ta, không được dạy bảo từ trong thai, vậy mà, khi lớn lên có thể giác ngộ Phật pháp, biết tìm đến việc thiện lành mà học tập, thì đó là thiện căn phước đức nhân duyên nhiều đời.

Hòa Thượng nói: ***“Người thiện căn sâu dày, phước đức lớn thì họ mới nói ra được tình hình học tập lúc còn trong thai mẹ.”*** Tất cả thai nhi đều được học. Chúng ta có thể thấy việc này qua câu chuyện của cô Dương Thục Phương kể về việc một người mẹ đến than phiền với cô rằng: Con của người mẹ này không ai dạy mà đứa bé đã biết yêu ở tuổi mầm non. Đến khi cô Dương hỏi rõ xem người mẹ lúc mang thai có biểu hiện gì đặc biệt không thì người mẹ mới cho biết rằng lúc mang thai, cô thích coi phim Hàn Quốc, phim tình cảm lâm li. Như vậy cho thấy, người mẹ khi mang thai xem cái gì thì đứa con trong bụng cũng học theo từ trong bào thai. Rất ít người Mẹ được giáo dục về việc này nên khi mang thai, sự mệt mỏi khiến các Mẹ tùy tiện hơn khi ăn ngủ, khi đi lại.

Hòa Thượng nói: ***“Do đây có thể chứng minh, sanh tử của con người là cái thân thể này sanh tử. Trong Phật pháp nói được rất rõ ràng: Thân thể không phải là ta. Cái ta chân thật không có sanh tử. Vậy cái ta chân thật này là gì? Chúng ta cho rằng là linh hồn. Linh hồn là gì? Là phân biệt, là chấp trước. Vậy thì cũng không phải là ta. Khởi tâm động niệm cũng không phải là ta vì khởi tâm động niệm đều là vô minh phiền não. Phật pháp nói linh hồn vẫn không phải là ta. Linh hồn là cái ta ở trong sáu cõi luân hồi. Giác tỉnh, chân như mới là cái ta chân thật!”***

Chúng ta gọi cái ta là linh hồn và nếu là “linh” thì nó đã không đi vào sáu cõi luân hồi, phải gọi là mê hồn mới đúng. Người xưa gọi là “*mê hồn vi biến*”, tức là tùy theo nghiệp lực, hành động tạo tác hằng ngày của chúng ta mà nghiệp lực ấy sẽ dẫn dắt mê hồn này đi vào nơi càng mê hơn, mê được càng sâu hơn.

Cho nên, chúng ta biết tuy cái thân này là không thật nhưng vẫn có cái thật ở trong thân giả này. Thế gian có câu “*Hùm chết để da, người chết để tiếng*” ý muốn nói là con người tuy có chết nhưng họ vẫn muốn lưu danh thiên cổ, muốn những việc làm lợi ích chúng sanh được lưu lại ở thế gian. Với chúng ta, những người học Phật, chúng ta biết rõ hơn. Cái danh mà người thế gian mong muốn chỉ là giả, rồi trải qua theo thời gian, mọi thứ cũng phai mờ đi. Mười đời sau còn nhớ nhưng 100, 1000 đời sau, có ai còn nhớ đến không?

Cho nên, chúng ta phải đi tìm cái ta chân thật của chính mình. Thích Ca Mâu Ni Phật từng khẳng định: ***“Ta là Phật đã thành, chúng sanh là Phật sẽ thành”***. Tất cả chúng sanh đều có bản năng, năng lực thành Phật và mọi chúng sanh vốn có sẵn trí tuệ, đức tướng, tướng hảo của Phật mà không cần Phật hay ai đó phải ban cho. Việc này, chúng ta quán sát thì biết rõ rằng ban đầu, chúng ta mê muội nên làm càn làm quấy, nhưng sau đó, chúng ta hiểu ra một chút nên xấu hổ trước việc làm càn quấy đó. Đây chỉ là một nhận biết nhỏ. Nếu giác ngộ, hiểu ra được việc lớn hơn nữa, ở những tầng bậc cao hơn, chúng ta sẽ nhận ra được nhiều điều hơn. Cho nên học Phật chính là học sự giác ngộ, phá trừ sự mê lầm. Chính vì vậy, người nào học Phật rồi mà vẫn mê vậy thì không còn cách gì để thay đổi được nữa.

Thực tế, có những con người không chịu thay đổi chứ không phải là họ không thể thay đổi được. Khi mắc sai lầm, họ đã không nhận ra nên trở thành người bỏ cuộc. Họ rời bỏ vị trí của mình để rồi đi làm những việc tùy thuận theo tập khí. Khi họ mắc sai lầm, tôi đưa ra ba phương án: Phương án một đi theo đội cơ sở vật chất để ngày ngày lao động, để nhận ra mọi việc rằng lao động là niềm vui, từ đó thay đổi chính mình; Phương án hai là tham gia các trại hè ở khắp nơi để học tập và phương án ba về nhà nhận 6 tháng lương. Họ đã chọn cách về nhà. Họ không thể siêng năng hơn. Họ vẫn nghe theo sự lười biếng, chểnh mảng, nhếch nhác của chính mình.

Qua việc này, chúng ta phải nhận ra rằng tập khí xấu ác này trong mỗi chúng ta đều có đủ. Nếu chúng ta không đề khởi tinh thần thì chúng ta sẽ nghe theo tập khí xấu ác của mình, cũng sẽ lười biếng, chểnh mảng, nhếch nhác. Trong khi, kiếp sống con người không dài, không bền vững, một trăm năm sẽ nhanh chóng đi qua. Nếu đời người chỉ là 70 năm thì tôi chỉ còn 9 năm nữa. Quay đi ngoảnh lại sắp hết một năm, còn 8 năm nữa mà thôi.

Thời gian không dài vậy tại sao chúng ta không cố gắng nỗ lực? Sao không cố gắng dùng thân giả tạo này để tìm cái chân thật từ nơi chính mình. Mọi người có thể nghĩ và có thể nói rằng việc này rất khó làm, rất khó tìm. Thật ra không khó! Rất dễ làm! Chẳng qua là mọi người chưa chân thật làm hay không muốn làm mà thôi! Đã quyết tâm làm thì phải cưỡng lại những tập khí xấu ác, phải thay đổi mọi tập khí xấu ác. Nếu không làm được như thế thì tập khí xấu ác vẫn cứ dẫn mình xoay chuyển quanh sự lười biếng, chểnh mảng, nhếch nhác.

Hòa Thượng từng nhắc nhở chúng ta rằng: *“Khi hơi thở còn trong thân tứ đại này, khi linh hồn còn trong thân xác này, hãy mau mau làm việc tốt.”* Đây là lời chỉ bảo hết lòng hết dạ của Hòa Thượng, khuyên chúng ta mau mau làm việc tốt vì thời gian không còn nhiều. Nếu cứ chểnh mảng, qua loa, mặc thời gian trôi rất nhanh, đến khi phản tỉnh, nhận ra tuổi già đã đến, xung quanh không còn ai, thì muốn làm mọi thứ mọi việc cũng không làm được nữa. Đừng để đến ngày đó, chúng ta chỉ còn là nỗi tiếc nuối. Bản thân tôi đến lúc này, cảm thấy đã đủ, việc cần làm đã làm. Nếu tôi còn sống thêm ngày nào thì tận tâm tận lực ngày đó. Đặc biệt, việc cần làm thì làm ngay, không để đến ngày mai, không để người sau bận tâm.

Chúng ta đã có một lớp 10 em học trò được đào tạo khép kín từ lâu. Tôi tạm hài lòng với 10 em học trò này. Gần đây, tôi nói với một em rằng tương lai con phải là những người tiếp nối sứ mạng giáo dục này, tương lai các con sẽ được đào tạo thực sỹ quản lý giáo dục. Mười em nhỏ này, đã được học tập, đào tạo chuẩn mực Thánh Hiền từ tám bé, ít ra đến nay cũng được năm năm. Theo định hướng, tất cả các em sẽ được học tập đủ kỹ năng, đủ văn bằng có liên quan, để có năng lực quản lý, để kế thừa sự nghiệp giáo dục này.

Chúng ta thường nói chuyện lập chí mà chúng ta không lập chí cho các em thì các em sẽ tùy thuận theo tập khí của mình, rồi cũng rơi vào tư dục, tư tình, rơi vào yêu đương sớm. Nếu chúng ta có định hướng cho các em một chí hướng cao cả, học tập để rèn luyện để tu dưỡng, tương lai có đầy đủ năng lực hy sinh phụng hiến thì tập khí xấu ác của các em, tuy có đó, nhưng sẽ không tùy tiện phát khởi.

Chúng ta là người lớn phải định đặt cho thế hệ tương lai của mình, đó là việc cần làm. Hòa Thượng từng nói: *“Đời ta có huy hoàng đến đâu đi chăng nữa mà đời sau không có người kế thừa thì chẳng khác gì một sự xác xơ”*. Nếu chúng ta làm được nhiều việc lợi ích cho cộng đồng xã hội nhưng không có người kế thừa thì thật là xác xơ.

Trong gia đình cũng vậy, tổ tiên, cha ông rạng danh hiển hách, làm bao nhiêu việc cho quốc gia, dân tộc, ngày giỗ tết, con cháu cũng tề tựu đủ đầy, nhưng chỉ là ăn nhậu rồi gây lộn, rồi chia phần ân đức mà ông bà cha mẹ để lại. Cuối cùng để xảy ra nhiều việc, tương tàn, ra đến pháp đình. Nguyên nhân là do con trẻ không được giáo dục, cho nên chúng ta phải nghĩ đến việc giáo dục đời sau thì không đến nỗi như vậy. Kinh Vô Lượng Thọ khẳng định: *“Tiên nhân bất giáo vô thù quá tha”*, người trước không dạy thì đừng trách người sau. Nếu người trước có dạy, lập định cho con trẻ một chí hướng cao cả, một nguyện vọng cống hiến, phục vụ thì con trẻ sẽ kiên định đi theo hướng đó mà học tập, hoàn thiện mình.

Bài học hôm nay Hòa Thượng nói đến cái ta, đây là đề tài quá cao với mọi người. Cái ta thân xác này, chúng ta còn chưa chăm sóc tốt thì làm sao đi tìm cái ta chân thật, cái ta vĩnh hằng, cái ta bất biến, có lẽ còn xa lắm. Khi thế sự, danh lợi không còn buộc ràng thì mới có thể tự đi tìm cái ta này. Ở thế gian người ta muốn lưu danh thiên cổ, vậy mỗi người chúng ta cũng từ nơi đây mà hướng đến, chí ít không nên làm hại ai, không ăn bám hay ngồi đó chờ sự ban phước, cứu rỗi mà chính mình phải là người đi cứu rỗi, ban phước. Nhất định không làm khó, tạo gánh nặng cho thế gian này mà chính mình phải làm cho thế gian này tốt đẹp hơn. Đây chính là đang khẳng định cái ta vĩnh hằng./.

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!