

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 07/11/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC
BÀI 246
GIÁC NGỘ CHÍNH LÀ QUAY ĐẦU

Giác ngộ không chỉ là giác ngộ thành Phật Bồ Tát mà giác ngộ có nhiều chừng mực khác nhau, nếu chúng ta nhận ra sự nhầm lẫn của mình và thay đổi thì đó cũng là giác ngộ. Hằng ngày, từ sáng đến chiều, chúng ta phải thường xuyên phản tỉnh. Trên “**Kinh Địa Tạng**” Phật nói: “**Chúng sanh Diêm Phù Đề, khởi tâm động niệm đều là ác**”. Tất cả chúng sanh chúng ta đều đang chìm đắm trong 16 chữ “*tự tư tự lợi*”, “*danh vọng lợi dưỡng*”, hưởng thụ “*năm dục sáu trần*”, “*tham, sân, si, mạn*” nên mọi khởi tâm động niệm của chúng ta đều là ác, là lợi mình hại người.

Hằng ngày, chúng ta thời khóa, công phu, đây chỉ là làm trên hình thức, điều quan trọng là phải chuyển đổi tâm. Nếu tâm chúng ta không chuyển đổi thì chúng ta công phu nhưng tập khí của chúng ta vẫn còn nguyên. Nhiều người không hiểu vì sao họ dành rất nhiều thời gian công phu nhưng vẫn phiền não, khổ đau. Chúng ta phải chuyển đổi tận gốc, gốc chuyển đổi thì mọi sự, mọi việc ở bên ngoài sẽ chuyển đổi.

Tối hôm qua, khi chúng ta học “**Thập Thiện Nghiệp Đạo**”, Hòa Thượng nói: “**Chướng ngại ở bên ngoài không khó, nếu chúng ta có thể chuyển đổi chướng ngại từ bên trong thì rất dễ dàng chuyển đổi chướng ngại từ bên ngoài**”. Chướng ngại từ bên ngoài khó khăn đến mức nào thì chúng ta đều có thể khắc phục. Chướng ngại từ bên trong chính chúng ta là lười biếng, giải đãi, nhếch nhác và dễ quên. Trong bài học tối qua, Hòa Thượng nhắc đến một chướng ngại của chúng ta là dễ quên. Con người phải có định lực, sức định. Nhiều người luôn ở trạng thái phiêu bồng, bồng bênh như một cánh bèo ở trên sông, tâm không an định. Người xưa dạy chúng ta: “**Chế tâm nhất xứ vô sự bất biệt**”. Tâm chúng ta định rồi thì sự việc gì chúng ta cũng rõ ràng, tường tận. Tâm dễ quên là tâm bất định. Những người có tính dễ quên thì nên niệm Phật, lạy Phật ký số.

Từ trước đến nay khi lạy Phật tôi đều đếm. Tôi đếm “***A Di Đà Phật***” một, “***A Di Đà Phật***” hai, như vậy mới giữ được tâm không chạy rong. Nếu tâm không có chỗ trụ thì nhất định nó sẽ vọng tưởng. Chúng ta định đặt cho nó một con số thì nhất định phải làm đủ, không vì lý do gì có thể nghỉ sớm hơn, dần dần sẽ hình thành thói quen. Đây là cách chúng ta chế tâm, buộc tâm mình lại.

Tâm chúng ta rất bao chao, xao động, rất dễ bị tác động bởi năm dục sáu trần. Nếu tâm chúng ta luôn bị tác động bởi một thứ khác thì tâm không có chủ thể, chúng ta làm là bởi tác động bởi bên ngoài, không phải do chính mình. Hằng ngày, tất cả khởi tâm động niệm của chúng ta bị tác động bởi “***năm dục sáu trần***”, khi chúng ta nghe âm thanh, thấy hình ảnh thì tâm liền bao chao.

Phật dạy chúng ta: “***Không khởi tâm, không động niệm, không chấp trước***”. Nhưng hằng ngày chúng ta vẫn chìm trong vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Hằng ngày, chúng ta rất dễ quên vì chúng ta nhớ rất nhiều những việc không cần nhớ. Chúng ta tu hành chính là quán sát, lắng nghe chính mình. Chúng ta quán sát, lắng nghe chính mình thì sẽ nhận ra được rất nhiều điều. Ngày ngày chúng ta đang quán sát, lắng nghe nhưng là quán sát lắng nghe những tác động từ bên ngoài, chứ không phải từ chính mình. Chúng ta phải quay lại quán sát, lắng nghe chính mình. Nhà Phật gọi đây là: “***Hồi đầu phản tỉnh***”. Công phu này nếu chúng ta làm được một thời gian dài thì chúng ta sẽ mở ra được rất nhiều năng lực.

Nhà Phật nói: “***Phải từ nơi tâm mà cầu đạo, ngoài tâm mà cầu thì không thể cầu được***”. Chúng ta phải cầu từ nơi tâm của chính mình. Năng lực của mỗi chúng ta đều là vô hạn. Hòa Thượng nói: “***Mỗi chúng ta đều có năng lực, đức tướng của Như Lai***”. Chúng ta không có năng lực vì chúng ta lắng nghe, tiếp nhận từ bên ngoài, làm mọi việc đều vì ảo danh, ảo vọng. Tất cả khởi tâm động niệm của chúng ta đều là ảo danh, ảo vọng, đều bị kích thích bởi năm dục sáu trần. Người thế gian sống và làm việc theo sự khen chê chứ không khởi tâm chân thật làm.

Hòa Thượng nói: “***Giác ngộ chính là quay đầu, quay đầu chính là giác ngộ. Chúng ta phải từ trong năm dục sáu trần mà quay đầu***”. Ở thế gian, người càng nghèo khó càng nghĩ nhiều đến năm dục sáu trần. Hằng ngày, tất cả khởi tâm động niệm của chúng ta đều dính vào danh vọng lợi dưỡng như tiền tài, ăn

ngủ, lợi dưỡng... Người thế gian nói: “*Bạch cốt tinh vẫn là Bạch cốt tinh*”. Chúng ta chìm đắm trong những thứ này thì chúng ta không thể vượt ra khỏi phạm trù của con người. Nếu ta vượt ra được những phạm trù này thì chúng ta giống như nhà Phật nói là “*siêu phàm nhập Thánh*”.

Nhiều người rất xem trọng việc thời khóa, công phu nhưng đó chỉ là một phần trong sự tu hành. Tu hành quan trọng nhất là phải thay đổi, chỉnh sửa những tập khí xấu ác. Nếu chúng ta không làm được điều này thì chúng ta sẽ dần dần bỏ cuộc. Lớp học của chúng ta đã có người đến, người đi cũng giống như một cái chợ. Có nhiều người ban đầu học cũng rất cảm xúc nhưng khi không làm được thì họ dần rời khỏi, đây là do họ không giác ngộ quay đầu từ nơi căn bản. Họ tu hành cũng có chút thay đổi nhưng vẫn để các tập khí xấu ác song hành nên không thể vượt qua sự không chế của dục vọng. Dục vọng là tham cầu, tham muốn, tư lợi, tư tình...

Giác ngộ chính là quay đầu, chúng ta phải quay đầu từ ngay ý niệm. Chúng ta phải thay đổi ý niệm “*tự tư tự lợi*”, hướng thụ “*danh vọng lợi dưỡng*”, “*nắm dục sáu trần*” bằng ý niệm lợi ích chúng sanh. Chúng ta không khởi được ý niệm tốt, không nghĩ được việc tốt lợi ích chúng sanh thì hãy y giáo phụng hành, nghe theo lời dạy, làm theo Phật Bồ Tát. Chúng ta không cần phải tự nghĩ ra việc để làm, cũng không cần ai “*nắm tay chỉ việc*”, Phật Bồ Tát, Cổ Thánh Tiên Hiền đã làm tấm gương, làm biểu pháp cho chúng ta. Hình tượng của Phật Bồ Tát, hình tượng của những tấm gương đức hạnh là biểu pháp cho chúng ta.

Có rất nhiều người dư thừa thời gian, không biết làm gì, trong khi đó có rất nhiều việc cần để làm. Tại sao năng lực của chúng ta bị hạn chế trong khi đó năng lực của nhiều người, của Phật Bồ Tát không bị hạn chế? Chúng ta phải thành Phật để hoàn thiện năng lực để phục vụ chúng sanh được tốt nhất. Chúng ta vãng sanh Tây Phương Cực Lạc cũng là để hoàn thành năng lực cao nhất, để công cuộc phục vụ chúng sanh, công cuộc độ sanh được tốt nhất. Nếu chúng ta không thấu hiểu điều này thì chúng ta niệm Phật không thể vãng sanh. Hòa Thượng nhắc lại những lời này rất nhiều lần. Chúng ta vãng sanh là vì chúng sanh mà vãng sanh, thành Phật cũng là vì chúng sanh mà thành Phật. Chúng ta tu hành có thành tựu cũng không phải vì chúng ta mà là vì chúng sanh mà thành tựu! Chúng ta chỉ nghe câu nói này thì cho dù chưa làm tới nhưng cũng cảm thấy khoáng đạt, khẳng khái.

Hòa Thượng nói: “***Ở trong các cảnh duyên chúng ta thường bị cảnh chuyển***”. “*Cảnh chuyển*” là chúng ta bị tác động từ bên ngoài là được mất, lời lố, hơn thua, tốt xấu, khen chê. Chúng ta làm vì lời khen, vì sợ bị chê thì chúng ta đã bị cảnh chuyển. Nếu chúng ta làm đạt đến sự chuẩn mực thì chúng ta không cần lo ngại sự khen chê. Chúng ta làm bằng tâm chân thật thì vượt ra ngoài sự khen chê, làm đến mức tốt nhất vậy thì chúng ta sẽ thoải mái, tự tại. Chúng ta bị cảnh chuyển mà không thể chuyển cảnh thì chúng ta sẽ phiền não.

Hằng ngày, chúng ta học tập, tu hành mà luôn bị chi phối bởi ngoại cảnh nghĩa là chúng ta luôn bị phiền não chi phối vậy. Chúng ta không tự tại, an vui thì sẽ dần mất đi dũng khí để học Phật. Chúng ta phải đặc biệt chú ý việc này! Người thế gian nói: “***Nhất niên Phật tọa thiền, nhị niên Phật ngoài hiên, tam niên Phật thăng thiên***”. Năm thứ nhất Phật ở ngay trước mắt, năm thứ hai Phật ở ngoài hiên, năm thứ ba Phật đã thăng thiên. Chúng ta học Phật, đáng lẽ càng học càng an lạc, tự tại nhưng càng học Phật thì càng phiền não vì chúng ta luôn bị cảnh duyên bên ngoài chi phối, không dùng được định tâm để chi phối cảnh duyên.

Khi chúng ta gặp mặt một nhóm người, mọi người bị chi phối bởi “*danh vọng lợi dưỡng*” nhưng chúng ta phải đưa ra một chủ đề để hướng dẫn mọi người quay về với Phật pháp, với chuẩn mực Thánh Hiền. Đây là chúng ta không bị cảnh duyên chi phối mà chúng ta chi phối cảnh duyên. Nếu chúng ta không phản tỉnh, giác ngộ, quay đầu thì chúng ta sẽ ngày ngày chìm trong ảo danh, ảo vọng. Nếu chúng ta chìm trong cảnh duyên thì chúng ta tu hành 5 năm, 10 năm, 20 năm, 30 năm vẫn không vượt qua được sự khổ đau.

Hôm qua, chúng ta học “*Thập Thiện Nghiệp Đạo*”, tôi rất ấn tượng với lời Hòa Thượng nói, trong cuộc sống hiện đại, chúng ta dùng 50 năm để có thể chuyển đổi được chính mình cũng là đáng quý, chứ không không phải chỉ là 5 năm, 10 năm, 20 năm hay 30 năm. Người xưa không cần nhiều thời gian như vậy, chỉ cần nghe một đoạn Kinh hay nhìn nước chảy, lá rơi thì đã giác ngộ rồi. Chúng ta cần đến 50 năm vì phiền não của chúng sanh ngày nay vô cùng sâu dày.

Hòa Thượng nói: “***Hằng ngày, chúng ta trì danh hiệu Phật chính là thức tỉnh tâm giác của chính mình, thức tỉnh tự tánh giác của chính mình***”. Nếu chúng ta không niệm Phật thì sẽ niệm vọng tưởng, vọng tưởng là mê. Vọng tưởng của chúng ta là “*danh vọng lợi dưỡng*”, “*năm dục sáu trần*”, được mất, hơn thua,

thành bại, tốt xấu. Chúng ta cũng giống như một người đang bơi qua sông, chúng ta đang rất đuối, Hòa Thượng cho chúng ta cái phao, nếu chúng ta không nương vào cái phao này thì sẽ bị chết đuối, chết đuối trong biển vọng tưởng của chính mình. Việc này cũng không dễ dàng, nếu chúng ta đang ngụp lặn trong biển vọng mà có thể đề khởi được câu Phật hiệu thì đây là khó ở trong khó.

Hòa Thượng nói: ***“Trong câu “Nam Mô A Di Đà Phật”, “Nam Mô” là nương về. “A” là vô, “Di” là lượng, “Phật” là giác, ý nghĩa của câu Phật hiệu này chính là nương về với vô lượng giác”***. Nếu chúng ta không nương vào câu Phật hiệu thì sẽ chìm đắm trong vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Đề khởi Phật hiệu chính là thức tỉnh tự tánh giác của chính mình.

Hòa Thượng nói: ***“Chữ “quy y” là nương về. “Nương về” chính là quay về, từ trong mê hoặc, sai lầm, quay về nương vào tâm giác. Từ trong vọng tưởng, phân biệt, chấp trước chúng ta đề khởi được câu Phật hiệu là chúng ta thoát ra khỏi những thứ đó. Chúng ta dùng câu Phật hiệu, nương vào câu Phật hiệu chính là ta đã nương vào định huệ”***. Vọng tưởng mà không có chỗ khởi đầu, không có chỗ nương tựa, cũng không có chỗ mất đi thì chúng ta cũng không cần chú ý đến nó. Chúng ta niệm Phật thì những thứ khác cũng sẽ tự rơi rớt. Tại sao chúng ta không niệm Phật được một cách mạnh mẽ mà niệm những thứ khác lại rất mạnh mẽ? Vì chúng ta đã quá quen niệm những thứ khác, chúng ta ít niệm Phật nên sức niệm không mạnh. Chúng ta đã quen niệm ***“danh vọng lợi dưỡng”***, tiền tài, ăn ngủ, nên chỉ cần khởi niệm thì những niệm này sẽ rất mạnh mẽ. Chúng ta phải thay đổi từ chỗ này, Hòa Thượng nói: ***“Không thay đổi cũng phải bắt nó thay đổi!”***. Nếu chúng ta không thay đổi một cách quyết liệt thì chúng ta sẽ tùy thuận và chìm đắm trong vọng tưởng, phân biệt.

Tất cả là do thói quen, chúng ta quen niệm đến tiền, đến ăn, đến ngủ thì chúng ta vừa nghĩ đến thì đã muốn ăn, vừa nghĩ đến ngủ là muốn ngủ. Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta phải thay đổi thói quen này, những cái gì chưa quen thì làm cho nó quen”***. Chúng ta chưa quen niệm tinh tấn, niệm dũng mãnh, niệm phần chân thì chúng ta phải dũng mãnh, tinh tấn để niệm chúng. Chúng ta đã quen với niệm lười biếng, nhếch nhác, chệnh mảng thì chúng ta phải thay đổi chúng, đây chính là giác ngộ, quay đầu. Chúng ta không thay đổi những việc này thì chúng ta thời khóa nhiều cũng không thể có thành tựu. Do vậy, người xưa nói:

“Miệng niệm Di Đà tâm tán loạn, đau mồm rát họng chỉ uống công”. Chúng ta niệm Phật mà vẫn phiền não, khổ đau thì cuối cùng đáng đọa lạc như thế nào vẫn phải đọa lạc như thế đó!

Chúng ta học Phật thì phải vượt ra ngoài sự khổ đau. Vượt ra ngoài sự khổ đau không phải là chúng ta không có sự khổ đau, người khác chịu sự chi phối Sinh – Lão – Bệnh – Tử thì chúng ta cũng vậy nhưng những thứ đó không tác động đến chúng ta, không khiến chúng ta khổ đau. Chúng ta vẫn già, chúng ta cũng có bệnh nhưng không để tuổi già, bệnh tật chướng ngại những việc cần phải làm.

Hơn mười năm trước, có người hỏi tôi: *“Thầy khỏe không?”*. Tôi nói: *“Bây giờ tôi chưa rảnh, khi nào rảnh thì mới bệnh”*. Trong người tôi có rất nhiều bệnh nhưng bệnh không phát tác được. Mấy ngày hôm nay, chân tôi rất đau nhưng tôi vẫn lay Phật đầy đủ. Chúng ta vẫn có bệnh nhưng bệnh không thể chướng ngại chúng ta. Chúng ta đừng nghĩ rằng học Phật thì sẽ không có khổ đau, chướng ngại! Chúng ta vẫn phải chịu Sinh – Lão – Bệnh – Tử nhưng chúng ta biết cách dung hòa, tiếp nhận một cách tích cực. Nhiều người học Phật nghĩ rằng học Phật thì sẽ không khổ đau, sẽ an vui, không có Sinh – Lão – Bệnh – Tử, Phật Bồ Tát đến thế gian thì vẫn phải chịu sự tác động của Sinh – Lão – Bệnh – Tử.

Nhiều người học Phật cầu nguyện không bị bệnh khổ, khi chịu sự tác động của Sinh – Lão – Bệnh – Tử thì họ sinh tâm nghi ngờ, cho rằng Phật Bồ Tát không linh. Đây là ý niệm sai lầm. Do vậy, Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta phải thay đổi từ ý niệm”***. Chúng ta phải nhận rõ, chúng ta mang thân tứ đại, thân này hợp lại từ đất, nước, gió, lửa nên chúng ta phải nằm trong quy luật của Sinh – Lão – Bệnh – Tử. Chúng ta tin Phật hay không tin Phật thì vẫn chịu sự chi phối của quy luật này. Nhiều người học Phật cho rằng, họ là đệ tử Phật nên sẽ không phải chịu Sinh – Lão – Bệnh – Tử. Chúng ta phải thay đổi từ nơi ý niệm, điều quan trọng là chúng ta tiếp nhận Sinh – Lão – Bệnh – Tử với tâm thái như thế nào. Bài học hôm nay, Hòa Thượng nói, chúng ta phải quay đầu với năm dục sáu trần, mê hoặc, điên đảo, tâm an trụ trong câu Phật hiệu. Hằng ngày, chúng ta niệm Phật để đánh thức tự tánh giác, đánh thức tâm giác của chính mình.

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!