

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 Năm, ngày 20/11/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

BÀI 256

TRONG LÀM VIỆC MÀ RÈN LUYỆN CÁI TÂM

Chúng ta rời khỏi hoàn cảnh thì chúng ta không thể rèn luyện tâm. Phật pháp nói: *“Xúc cảnh sinh tình”*. Chúng ta ở trong hoàn cảnh mà chúng ta không động tâm thì công phu mới có lực. Trong thuận cảnh thì chúng ta sinh tâm ưa thích, trong nghịch cảnh sinh tâm chán ghét. Gần đây, tôi tích cực viết hai chữ *“Quân tử”* để tặng mọi người. Hòa Thượng nói: *“Quân tử là thấy lợi không màng, thấy khó dấn thân”*. Nếu chúng ta không thể làm được Phật Bồ Tát thì ít nhất cũng phải làm một người quân tử. Nhiều năm qua, tôi nghe theo lời dạy này của Hòa Thượng nên mỗi ngày tôi đều tích cực làm việc, tuy tôi làm chưa giống nhưng ngày ngày đều cố gắng!

Hòa Thượng nói: *“Trong Phật pháp Đại Thừa nói: “Trải sự luyện tâm”. Trong làm việc mà rèn luyện tâm. Định huệ của người học Phật có từ ngay trong cuộc sống thường ngày, trong đối nhân xử thế tiếp vật”*. Chúng ta tu định, tu huệ ngay trong cuộc sống hằng ngày. Nếu không có cảnh duyên bên ngoài thì chúng ta không thể biết định, huệ của mình đến mức nào. Nếu ở trong cảnh duyên mà khởi *“tham, sân, si, mạn”*, khởi phân biệt chấp trước vậy thì không còn định huệ. Chúng ta tu hành pháp môn Tịnh Độ, tâm của chúng ta phải tương ưng được với cõi Tịnh thì chúng ta mới có thể vãng sanh. Tâm chúng ta không tương ưng được với Tịnh Độ thì dù chúng ta niệm Phật nhiều vẫn không thể vãng sanh.

Hòa Thượng nói: *“Nếu ở trong cảnh duyên mà khởi “tham, sân, si, mạn”, khởi phân biệt chấp trước vậy thì phải lập tức đề khởi chánh niệm. Niệm “A Di Đà Phật” chính là chánh niệm”*. Nếu chúng ta không khởi chánh niệm thì chúng ta sẽ bị mê trong cảnh duyên. Chúng ta thường gặp tiền thì dính tiền, gặp danh thì dính danh, gặp sắc dính sắc, gặp ăn dính ăn, gặp ngủ dính ngủ. Có những người ngồi niệm Phật ở trong bốn bức tường và tưởng rằng tâm mình thanh tịnh nhưng họ càng tu thì càng niệm *“tài, sắc, danh, thực, thù”* nhiều hơn.

Hòa Thượng nói: ***“Ở trong mọi cảnh duyên chúng ta phải thường giữ được giác mà không mê. Chúng ta phải luôn có sự phản tỉnh, không bị cảnh duyên lôi kéo, đây mới là chân thật có công phu, chân thật tu hành. Trong mấy chục năm tu hành pháp môn Tịnh Độ, tôi có sự thể hội rất vi diệu! Cho dù ở trong bất cứ cảnh duyên nào, trong đối nhân xử thế tiếp vật, tôi đều giữ được tâm thanh tịnh, giữ được nhất tâm, không bị cảnh duyên lôi kéo”***. Cho dù cảnh duyên diễn ra như thế nào thì trong tâm chúng ta vẫn đề khởi một câu ***“A Di Đà Phật”***.

Hơn mười năm qua, chúng ta tổ chức các sự kiện ngày càng sâu sắc, ý nghĩa nhưng chúng ta chưa từng mời các bên báo, đài. Khi mọi người hỏi có nên mời báo đài hay không thì tôi nói không cần, chúng ta chỉ cần thật làm là được! Vừa rồi, có một đài truyền hình tự đến và tự đưa tin về sự kiện của chúng ta. Người xưa nói: ***“Hương của tất cả các loài hoa không thể bay ngược gió, hương của người đức hạnh vượt gió bay muôn phương”***. Tôi không dùng tài khoản Facebook, Zalo vì trên mạng xã hội có rất nhiều chuyện thị phi nhân ngã, phải trái, tốt xấu. Tôi cũng không thường cầm điện thoại nên giảm được rất nhiều sự phiền phức. Hôm trước, một người học trò của tôi nói, anh phải lên trên mạng đính chính thông tin vì có người nói là tôi đã không tu pháp môn Tịnh Độ nữa. Tôi nói rằng anh không cần phải đính chính thông tin này, đây là mọi người nhắc chúng ta phải tu tốt hơn, chúng ta cố gắng là được! Trong cuộc sống có rất nhiều chướng ngại, cảm dỗ nên tâm chúng ta rất khó giữ được thanh tịnh.

Hòa Thượng nói: ***“Mấy mươi năm qua, tôi có thể hội rất sâu sắc, pháp môn Tịnh Độ rất vi diệu, cho dù cảnh duyên như thế nào thì chúng ta vẫn có thể tu nhất tâm, cảnh duyên không thể chướng ngại tâm chúng ta”***. Đây là cảnh duyên của Hòa Thượng, tâm của Ngài tốt nên trong mọi cảnh duyên đều trở nên tốt.

Người xưa kể câu chuyện, khi Ngài Tô Đông Pha gặp Thiền sư Phật Ấn, ông nói: ***“Lâu rồi không gặp Ngài, Ngài ngồi thiền trông giống đồng phân bò”***. Thiền sư Phật Ấn nói: ***“Lâu ngày không gặp Hiền giả, nhìn hiền giả giống như một vị Phật”***. Ngài Tô Đông Pha về nói với vợ là mình đã thắng Thiền sư Phật Ấn nhưng người vợ nói: ***“Tâm của Thiền sư giống một vị Phật nên Ngài nhìn thấy ông giống một vị Phật, tâm của ông giống đồng phân bò nên ông thấy Ngài giống một đồng phân bò!”***.

Ngày trước, có một vị đề xướng phương pháp tu bất niệm tự niệm, có hàng chục ngàn người tin theo pháp tu này, vị này cũng nói rằng Hòa Thượng chỉ có pháp giải không có pháp hành. Một thời gian sau, vị này đã bỏ không tu theo pháp môn Tịnh Độ nữa. Hòa Thượng đã vãng sanh nhưng vẫn có người đả kích Ngài. Một lần, tôi nhìn thấy một số người thanh niên chỉ vào hình ảnh của Hòa Thượng nói: “*Vị này nói là có ngày tận thế!*”. Chúng ta phải hết sức cẩn trọng trong lời nói của mình, những lời nói tùy tiện sẽ khiến chúng ta tổn phước, nếu không còn phước thì không giữ được thân. Người xưa dạy: “*Biết thì thừa thoát, không biết thì dựa cột mà nghe*”. Người biết là người có trí tuệ, chúng ta là người chưa có trí tuệ vì vậy chúng ta phải cố gắng lắng nghe để làm theo.

Hòa Thượng từng nói: “***Việc tốt lắm dày vò***”. Chúng ta muốn làm việc tốt cũng không dễ dàng, nhiều người sẽ tìm cách cản trở, chướng ngại, phá hoại. Có người hỏi tôi, tại sao những người xen tạp thường khuyên những người khác nên xen tạp giống họ. Đây là vì họ sợ đọa lạc một mình nên họ rủ thêm nhiều người để đọa lạc có nhau!

Nếu có số điện thoại lạ gọi đến thì tôi thường không nghe. Ở đây tôi không tiếp khách trừ những người tự động đến thì tôi phải tiếp, nếu người nào xin được đến thì tôi thường từ chối. Hôm trước, có một nhóm đến đây, khi lên chính điện họ khóc rất nhiều, họ muốn đưa phong bì cúng dường để chụp ảnh nhưng tôi tuyệt đối cự tuyệt, đây chỉ là họ đang diễn thị phi, nhân ngã, ảo danh, ảo vọng. Người xưa đã nói: “*Ta Bà không phải là trốn để đùa*”. Chúng ta ở thế giới Ta Bà này càng lâu thì càng có nhiều phiền phức. Tổ Sư Tịnh Độ đã dạy: “***Yểm ly Ta Bà, hân cầu Cực Lạc***”. Chúng ta phải xa lánh thế giới Ta Bà.

Hòa Thượng nói: “***Trong thuận cảnh chúng ta thường sinh tâm ưa thích, trong nghịch cảnh thì sinh tâm chán ghét. Chúng ta phải tu được nhất tâm trong các cảnh duyên vậy thì chúng ta sẽ không có chướng ngại***”. Chúng ta luôn luôn bị động tâm, nếu chúng ta muốn nhất tâm được trong mọi cảnh duyên thì phải bám chặt câu “***Nam Mô A Di Đà Phật***” hay “***A Di Đà Phật***”. Trong cuộc sống thường ngày, chúng ta chưa đạt được cảnh giới như Hòa Thượng, trong thuận cảnh hay nghịch cảnh Ngài đều cảm thấy vui vậy thì chúng ta phải cắn chặt môi để đề khởi chánh niệm.

Hòa Thượng nói: ***“Trong nghịch cảnh, người khác hận, ghét, mắng, muốn đánh chúng ta nhưng chúng ta vẫn tu nhất tâm vậy thì sẽ không có chướng ngại. Đây mới là tu từ ở nơi tâm của chính mình, không bị ảnh hưởng bởi cảnh giới bên ngoài. Chúng ta tu pháp môn Tịnh Độ có lợi thế hơn tất cả các pháp khác, trong tất cả các cảnh duyên tốt hay xấu trong tâm chúng ta vẫn đề khởi câu “A Di Đà Phật”, nếu chúng ta tu các pháp khác thì tâm sẽ không có chỗ để bám víu. Người niệm Phật trong cảnh náo nhiệt thì vẫn niệm “A Di Đà Phật”, “A Di Đà Phật”, miệng không niệm ra tiếng nhưng niệm trong tâm. Chúng ta niệm trong tâm thì không có chướng ngại. Khi chúng ta đi đứng, nằm, ngồi đều có thể niệm câu “A Di Đà Phật”. Thậm chí, chúng ta nằm cũng có thể niệm, nếu nằm thì nên niệm thầm, nếu niệm ra tiếng sẽ tổn hại sức khỏe”***.

Hòa Thượng nói: ***“Ngày nay, thành thật mà nói, nếu tu pháp môn Tịnh Độ thì mới có thể kịp”***. Hòa Thượng nhắc nhở chúng ta một cách khéo léo, hiện tại có vô số pháp môn nhưng chúng ta tu pháp môn Tịnh Độ, niệm ***“A Di Đà Phật”*** thì mới kịp. Trong xã hội hiện đại, chúng ta rất dễ bị ô nhiễm, mọi người luôn sử dụng điện thoại để thực hiện các giao dịch, phụ thuộc vào điện thoại.

Hòa Thượng nói: ***“Phương pháp này là một loại phương pháp tu hành rất dễ dàng thành tựu. Trong tất cả các cảnh duyên chúng ta không bị quấy nhiễu. Trên “Kinh Lăng Nghiêm” nói: “Trải sự luyện tâm”. “Sự” là cảnh duyên bên ngoài. Trong tất cả những cảnh duyên này chúng ta rèn luyện tâm thanh tịnh của chính mình. Tâm thanh tịnh thì trí tuệ liền thêm lớn, lúc này chúng ta đối diện với tất cả những cảnh giới bên ngoài, liền có thể nhìn ra được rõ ràng mình có tâm tham, tâm sân, tâm si hay không. Đối diện với tất cả mọi người, mọi vật, mọi việc đều rõ ràng, tường tận”***. Chúng ta si mê, chấp trước cảnh duyên nên chúng ta mới khổ đau, phiền não.

Có người hỏi tôi, họ có nên tiếp tục làm việc nào đó không, tôi nói, nếu họ cảm thấy không làm được nữa thì nghỉ. Chúng ta không cần phải cưỡng cầu, chúng ta cưỡng cầu thì ta phiền não, khiến người cũng phiền não, tạo áp lực cho chính mình và cho người khác. Người xưa dạy chúng ta: ***“Nhiều việc không bằng ít việc, ít việc không bằng không việc gì”***. Chúng ta làm nhiều việc mà phiền não,

chương ngại thì nhiều việc để làm gì? Chúng ta làm ít việc mà vẫn phiền não vậy thì tốt nhất là không nên có việc, để không phiền não.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta tu hành mà rời khỏi hoàn cảnh thì chúng ta đến nơi nào để tu? Công phu chân thật phải từ trong hoàn cảnh để rèn luyện. Hoàn cảnh giống như cục đá để mài dao, chúng ta rời khỏi hoàn cảnh thì lưỡi dao trí tuệ của chúng ta mài ở đâu?”**. Nếu chúng ta không có hoàn cảnh thì sẽ không có môi trường để rèn tâm. Hằng ngày, nếu chúng ta ở trong cảnh tịnh tĩnh, khi gặp hoàn cảnh mà chúng ta vẫn đẩy khỏi *“tham, sân, si, mạn”*, hưởng thụ *“năm dục sáu trần”*, *“danh vọng lợi dưỡng”* thì chúng ta sẽ không còn thời gian để tu. Chúng ta muốn lưỡi dao trí tuệ sắc bén thì phải từ trong hoàn cảnh mà mài dũa. Đây là chúng ta *“trải sự luyện tâm”*, trong khi làm việc chúng ta rèn luyện tâm nhẫn nại, tâm tham, sân, si của mình.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta phải vượt qua được khảo nghiệm của hoàn cảnh thì công phu mới có thể có thành tựu. Tâm thanh tịnh chính là chân như Phật tánh của chính mình. Chúng ta ở trong hoàn cảnh phải để chân như Phật tánh hiển lộ. Tâm chúng ta không bị loạn động thì chính là chân như của chính mình, Phật tính của chính mình đã hiển lộ”**. Thời hiện đại có rất nhiều cám dỗ, rất nhiều người xếp hàng dài, đứng lều để được mua những chiếc điện thoại hiện đại đầu tiên. Những người này rất đáng thương, hoàn cảnh có thể cuốn hút mọi người đến mức độ như vậy. Ở trong hoàn cảnh, chúng ta luyện nhất tâm, không bị dao động bởi hoàn cảnh thì tâm mới thanh tịnh. Phật dạy chúng ta: **“Trải sự luyện tâm”**. Chúng ta phải làm việc để rèn luyện tâm.

Trong suốt 70 năm, Hòa Thượng bốn ba khắp nơi trên thế giới giảng Kinh, nói pháp, không biết mệt mỏi. Khi Ngài đã lớn tuổi, sức yếu, mọi người không để Ngài giảng trực tiếp mà ghi hình và chiếu lại. Cả cuộc đời Hòa Thượng đã làm biểu pháp cho chúng ta. Ngài đi đến các nơi để giảng pháp sau khi giảng xong thì quay trở về nơi tịch tĩnh của chính mình.

Hòa Thượng nói: **“Người học Phật học định, huệ chính ở ngay trong cảnh duyên của cuộc sống hằng ngày”**. Tất cả cảnh duyên trong cuộc sống là nơi để chúng ta tu định, tu huệ. Trong thuận cảnh, chúng ta không sinh tâm ưa thích, trong nghịch cảnh không sinh tâm chán ghét. Người thế gian nói: *“Lánh nặng, tìm nhẹ”*. Người thế gian luôn đòi hỏi người khác làm cho họ, không nghĩ đến

việc cho đi. Chính chúng ta phải nỗ lực làm. Thầy Thái từng nói: *“Ở thế gian có hai việc khó, việc thứ nhất là lên trời, việc thứ hai là cầu ở người”*. Chúng ta đừng bao giờ cầu ở người mà phải cầu ở nơi chính mình. Chính mình có thể làm được tất cả. Hòa Thượng từng nói: *“Ngay đến Phật mà chúng ta cũng làm được vậy thì những việc ở thế gian chỉ là việc nhỏ!”*. Chúng ta có năng lực làm được Phật thì những việc ở thế gian này không có việc gì là khó. Người thế gian nói: *“Không có việc gì khó, chỉ sợ lòng không bền, quyết chí ắt làm nên!”*.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng nhắc, hằng ngày chúng ta làm việc là để rèn luyện tâm của mình. Trong bộ đĩa của Thầy Trần nói việc nhật rác sẽ sinh trí tuệ. Sau khi nhật rác thì mọi người biết phân biệt tiếng chai nhựa, tiếng lon nước, đây chính là trải sự luyện tâm. Cảnh duyên thường ngày dạy chúng ta rất nhiều việc, rèn luyện tâm chúng ta không sinh khởi sự ham thích, ghét bỏ. Hòa Thượng nói: *“Cảnh duyên trong cuộc sống thường ngày cũng giống như cục đá mài dao, chúng ta muốn mài lưỡi dao trí tuệ thì phải dùng cảnh duyên, nếu không có cảnh duyên thì chúng ta không thể rèn được tâm”*.

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!*