

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 20/01/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 316: Tâm từ bi thì tướng liền từ bi

Nhà Phật có câu: *“Tướng tùy tâm chuyển”*, như vậy muốn có tướng diện từ bi thì tâm nhất định phải từ bi. Hòa Thượng nói rằng việc chúng ta có thực sự tu hành hay không đều hiển lộ rõ qua diện mạo của bản thân. Nhiều người cố làm ra vẻ mình có tu hành, tuy nhiên, điều đó không thể lừa dối được người khác. Có chăng họ chỉ gạt được những người có tâm ý hời hợt, qua loa; còn với người chân thật tu hành, có chút tâm thanh tịnh thì không gì qua mắt được họ – mọi giả tạm đều sẽ hiện nguyên hình. Hiểu rõ điều này để chúng ta biết tự điều chỉnh thân tâm và thêm phần cẩn trọng trong việc đối nhân xử thế.

Có người vì giữ lời hứa với bạn bè mà lỡ bước làm điều sai trái. Đối phương làm sai, anh ấy cũng nhắm mắt làm theo chỉ vì chấp nhất vào lời hứa ấy. Với sự chấp trước cứng nhắc như vậy thì thật hết cách cứu vãn. Trong hoàn cảnh này, tốt nhất là nên im lặng; bởi nếu nói thêm, nhất định sẽ kết thành oan gia trái chủ.

“Trang nghiêm đạo tràng” không phải là xây dựng cơ sở nguy nga tráng lệ, hay bài trí những vật phẩm đắt tiền như cách nhiều người đang làm tướng. *“Trang nghiêm đạo tràng”* cũng không phải là tổ chức những pháp hội ồn ào, náo nhiệt. Cách làm ấy thực sự không thể cảm ứng được Long Thiên, Thiệu Thần mà chỉ chiêu cảm yêu ma quỷ quái tìm đến. Hòa Thượng dạy rằng chúng ta phải dùng tâm thanh tịnh để trang nghiêm. Thanh tịnh chính là xa lìa danh vọng hão huyền, xa lìa tự tư tự lợi, và rũ bỏ ý niệm hưởng thụ ngũ dục lục trần cùng tham, sân, si, mạn.

Khi đi đến đâu mà cũng thấy người ta muốn tìm cách *“móc túi”* mình, chúng ta chắc chắn sẽ cảm thấy bất an. Từ rất lâu rồi, mỗi khi nhìn thấy ai đó, tôi luôn tự nhủ rằng mình có điều gì tốt đẹp để trao tặng cho họ hay không. Chỉ có như thế, người tìm đến với mình mới cảm thấy an ổn. Hòa Thượng nói: ***“Thế giới Tây Phương Cực Lạc, có đủ thứ các báu trang nghiêm. Chúng ta thường nghe trên Kinh là bảy báu trang nghiêm vàng bạc, san hô, xà cừ, mã não. Vàng làm đất,***

cây bằng lưu li. Những thứ này từ đâu mà ra? Là từ tâm thanh tịnh biến hiện ra. Đó mới là y báo trang nghiêm chân thật!”

Nhiều người cho rằng đây là sự huyền hoặc, tuy nhiên, nếu biết suy luận ta sẽ hiểu rằng tâm người thế nào thì hoàn cảnh sẽ hiện ra thế ấy. Đức Phật A Di Đà và thánh chúng Bồ Tát bất thoái chuyển đều giữ được tâm thanh tịnh, nên thế giới Tây Phương Cực Lạc mới trang nghiêm thanh tịnh đến vậy. Ngược lại, thế giới Ta Bà của chúng ta vì sao lại xấu ác? Bởi trong đời sống đang có một sự biến đổi đáng sợ mà chỉ nghe qua đã thấy rợn người. Thời tôi còn trẻ, tôi từng nghe một người chú nói về trò chơi điện tử (game), chú ấy đứng hàng thứ 11 trên thế giới. Nhưng sau một thời gian, mọi chuyện không chỉ dừng lại ở game; vấn đề lừa đảo trên mạng đã bùng phát, người ta có thể chiếm đoạt rất nhiều tiền mà không cần lộ diện. Thế giới đang ngày càng xấu ác đi như thế, nên mới chiêu cảm lấy thiên tai, bão lũ, động đất và sóng thần.

Khu đào tạo Hòa Phú trước kia dây leo bám đầy, hoang rậm, vậy mà bây giờ đã thay đổi diện mạo hoàn toàn, rõ ràng là: “Cảnh tùy tâm chuyển”. Phật dạy y báo tùy theo chánh báo chuyển. Y báo chính là hoàn cảnh xung quanh và thân tướng của chúng ta, còn chánh báo chính là tâm thức của mình. Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta thường tu tâm từ bi thì tướng của chúng ta sẽ từ bi. Chúng ta không cần nói với người ta mình tu tâm từ bi, người ta chỉ cần nhìn thấy chúng ta là người ta đã nhận ra. Còn nếu như tâm bạn hiểm ác thì tất cả mọi hành động việc làm của bạn đều bộc lộ sự hiểm ác, bạn có dấu cớ nào cũng không thể dấu được. Cho nên, phải tu chánh báo trang nghiêm. Muốn có chánh báo trang nghiêm phải tu tâm thanh tịnh, tâm từ bi.”***

Không phải chờ đến lúc thành Phật mới có tâm từ bi; từ bi phải hiện hữu ngay trong cuộc sống thường ngày, trong cách đối nhân xử thế và trong chính công việc của mình. Đối với cả chúng sinh hữu tình và vô tình, chúng ta đều phải dùng tâm từ bi để đối đãi. Từ nơi tâm từ bi ấy, ta mới có thể lắng nghe bằng tánh nghe, chứ không đơn thuần là nghe bằng lỗ tai. Tương tự như vậy, nếu chỉ nhìn bằng mắt thịt thì không thể thông suốt, phải nhìn bằng tánh thấy mới có thể thấu triệt được vạn vật.

Đức Phật dạy rằng chúng sinh đang chìm đắm trong đau khổ, nhưng chúng ta lại không nhận ra. Trận lũ lụt vừa qua đã khiến biết bao người rơi vào cảnh

tang thương, nhưng chúng ta không cảm thấu được vì chưa nhìn bằng tánh thấy, chưa nghe bằng tánh nghe. Danh hiệu của Bồ Tát Quán Thế Âm chính là biểu trưng cho việc dùng tánh nghe và tánh thấy để nhận ra nỗi khổ niềm đau của chúng sinh.

Từ là ban vui, bi là cứu khổ. Xoa đầu một người không hẳn là ban tặng sự an lành; ban lành thực sự phải là giúp cho họ có được niềm an vui tự tại chân thật. Khi đó, dù có bệnh cũng không cảm thấy đau, có chướng ngại cũng không bận lòng. Đó là bởi tâm ta không còn chấp trước vào bệnh tật hay khó khăn, mà chỉ nhất tâm nghĩ đến việc làm sao để mang lại lợi ích cho chúng sinh.

Nhờ sự dạy bảo của Hòa Thượng mà cả cuộc đời này tôi nguyện không bao giờ quên. Hòa Thượng đã có tới 30 năm phải ở nhờ nhà cư sĩ; trong khi đó, tôi chỉ mới phiên dịch đĩa giảng của Ngài được 6 năm mà đã có được nơi chốn nương thân này mà không phải cầu cạnh hay nợ nần ai. Tôi cứ trả góp dần trong 5 năm là hoàn tất. Trong Kinh có dạy rằng, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nhập Niết Bàn sớm hơn 20 năm là để dành 20 năm tuổi thọ đó ban phúc cho hàng đệ tử của Ngài về sau.

Hòa Thượng thuyết pháp dạy dỗ tất cả chúng sinh, tôi may mắn được lắng nghe, tiếp nhận và chân thật làm theo. Mỗi khi tâm ý chệnh mảng, tôi lại nghĩ ngay đến ân đức sâu dày của Hòa Thượng. Nhờ sự kiên trì đó mà chính bản thân tôi và chúng sinh xung quanh mới có được lợi ích. Đây mới thật sự là cách tri ân chân chính đối với bậc Lão sư và đối với Phật. Chúng ta dùng chính sự tu hành thực tiễn này để “trang nghiêm đạo tràng”, chứ không phải là xây dựng những công trình hoành tráng hay tô đắp bằng vàng son, đồng quý

Hòa Thượng nói: ***“Tướng hảo là do tu mà được. Phật trước khi thành Phật, còn phải dùng 100 kiếp để tu tướng hảo, tu 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp. Thế gian gọi là đức tướng. Trong sách tướng gọi là quý tướng, là hảo tướng. Phật thấy có đều đầy đủ, không thiếu xót chút nào. Phật thành Phật rồi, vẫn còn phải tu tướng hảo là vì muốn độ chúng sanh chứ không phải Phật muốn có thân tướng đẹp. Nếu thân tướng của Phật mà nhìn dễ sợ thì người ta thấy sẽ bỏ đi hết. Ngoài việc tu tướng hảo, còn phải tu tâm thanh tịnh, tâm từ bi. Còn phải tu bốn tâm vô lượng: tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả. Tướng mạo của chúng ta sẽ tùy thuộc vào công phu tu hành của mình mà chuyển đổi. Nếu bạn chân thật***

có tu hành thì ba năm đến năm năm đã chuyển đổi rồi. Nếu không bạn không tin, bạn có thể chụp hình trước và sau khi chuyển đổi, sẽ thấy hoàn toàn khác. Công phu càng sâu thì tướng mạo của chúng ta càng tốt. Cho nên công phu tu hành không gạt được người đâu.”

Người học chuẩn mực Thánh Hiền hay học Đệ Tử Quy cũng vậy, ai thật sự học, ai giả vờ học, hay ai thật học thật làm đều sẽ hiện lộ rõ ràng. Học đạo lý Thánh Hiền thì nhất định phải thực hành thành chuẩn mực trong đời sống. Người tu tập tâm thanh tịnh và tâm từ bi thì phải thực tu thì thân tướng mới toát lên vẻ từ bi; bằng không, nếu chỉ muốn lừa gạt hay giả bộ trước mặt người đời thì tuyệt đối không thể che giấu được ai.

Hòa Thượng nói: *“Cho nên tướng tùy tâm chuyển, tướng đích thực là tùy tâm của mình mà chuyển đổi. Tâm thanh tịnh thì thân liền thanh tịnh, tướng liền thanh tịnh. Tâm từ bi thì tướng từ bi, tất cả cử chỉ lời nói thấy đều là từ bi.”* Từ là ban vui, bi là cứu khổ. Từ bi không phải là những lời nói dễ nghe, bù tai hay chỉ để làm vừa lòng người khác. Từ bi thực sự là khi lời nói của chúng ta có thể giúp người khác chân thật chuyển hóa và trở nên tốt đẹp hơn. Nếu thấy người ta xấu mà vẫn để họ lún sâu vào cái xấu thì đó không phải là từ bi. Khi người ta đã tốt, ta phải giúp họ tốt hơn nữa; khi người ta đã đạt được thân người – vốn đã là điều quý – ta phải hướng dẫn họ tu tập để đạt đến quả vị Thánh Hiền, Phật, Bồ Tát, đó mới là cái tốt rất ráo.

Trong bài văn phát nguyện sám hối có câu khẳng định rằng, chúng ta tu hành không phải vì cầu quả vị trời người, cũng không dừng lại ở quả vị Thanh văn, Duyên giác hay Bồ Tát, mà mục tiêu cuối cùng là quả vị Phật. Tu thành Phật không phải để hưởng thụ sự an lành cho riêng mình, mà là để có đầy đủ năng lực ở mức cao nhất nhằm cứu độ và tiếp dẫn chúng sinh một cách vẹn toàn nhất.

Từ bi trong nhà Phật phải luôn đi đôi với trí tuệ, nếu không sẽ rơi vào cảnh: *“Từ bi đa họa hại, phương tiện xuất hạ lưu”*. Nếu thấy người khác mỗi ngày đều phạm sai lầm, làm những việc tổn phước báo mà ta vẫn mặc kệ thì đó không phải là lòng từ bi. Việc để sự vô tâm, lãng phí làm tổn hại vật chất cũng chính là đang tự làm tổn giảm phước báo của chính mình. Làm tổn hại tài vật của cha mẹ đã là không nên, huống hồ là làm tổn hại tài vật của đại chúng. Nếu thấy sai mà không

nhắc nhở thì có còn là từ bi chăng? Khi thấy lỗi mà không khuyên bảo thì cả đôi bên cùng lầm lạc!

Lòng từ bi của nhà Phật vô cùng tuyệt vời, khác xa với thứ “*cảm tình dụng sự*” của thế gian. Thương người là phải chân thật giúp họ tốt lên mà tâm ta không hề dính mắc, đó chính là thanh tịnh. Hòa Thượng dạy rằng muốn trang nghiêm đạo tràng thì phải tu tâm thanh tịnh và tâm từ bi. Việc dùng hình thức bên ngoài để trang nghiêm thực chất chỉ là phương tiện để tiếp dẫn những chúng sinh sơ cơ, do đó nên dừng lại ở mức độ vừa phải.

Chúng ta từng tổ chức các lễ hội tri ân cha mẹ, vợ chồng một cách chủ động; nếu rơi vào thế bị động thì chúng ta đã sai rồi! Tôi nhận thấy nhiều người đã ở trong thế bị động, họ bị cuốn vào cảm xúc trong các buổi lễ trưởng thành của con trẻ: con trẻ khóc, thầy cô cũng khóc, tất cả cùng khóc theo nhau. Như thế là không đúng. Chúng ta không cần quá vui mừng hay quá bi lụy; chỉ cần hành động đạt đến chuẩn mực, kết quả tự khắc sẽ viên mãn.

Con người vì còn “*tình*” nên mới có cảm xúc, vì còn “*tình chấp*” nên mới làm thân người. Khi rời xa tình chấp, con người sẽ thành Phật, Bồ Tát. Qua bài học này, Hòa Thượng dạy chúng ta tu tâm từ bi để nỗ lực hoàn thiện bản thân và cứu giúp chúng sinh. Ngài cũng khuyên chúng ta phải tu tâm thanh tịnh để dọn sạch những chướng ngại, vướng bận trong tâm – vốn thường phát sinh từ chính những thành quả mà ta đạt được trong quá trình tu hành. Muốn tu được tâm thanh tịnh thì phải biết buông xả, nếu không, chúng ta sẽ lại dính mắc vào chính sự thành công của mình.

Đây là bài học mà Hòa Thượng luôn nhắc đi nhắc lại trong rất nhiều bài giảng. Trang nghiêm đạo tràng phải bắt đầu từ sự tu hành chân thật của chính mình. Nơi nào có sự tu hành chân thật, nơi đó phải thực hành được ba điểm: về Thân, phải hạn chế đến mức thấp nhất việc sát, đạo, dâm; về Ý, phải triệt tiêu đến mức tối đa tham, sân, si; về Khẩu, phải đoạn trừ những lời nói dối, nói đôi chiều, nói thô ác và nói thêu dệt./.

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!