

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', thứ Sáu, ngày 24/4/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

BÀI 410

BIẾT ĐƯỢC CHÍNH MÌNH CÓ LỖI LÀM LÀ TỰ GIÁC

Hòa Thượng dạy rằng: “***Người nào biết được chính mình có lỗi lầm thì đó là tự giác. Còn nếu như không thấy mình có lỗi lầm là đang mê muội***”. Người xưa thường nói: *Thánh nhân tự thấy cả thân mình đều là lỗi lầm; Hiền nhân thì biết được chính mình có rất nhiều, rất nhiều lỗi lầm; còn phàm phu chúng ta lại không hề thấy mình có lỗi*. Tại sao phàm phu chúng ta không thấy lỗi? Vì họ không biết, nên hằng ngày tạo tác rất nhiều tội nghiệp mà chính mình không hề hay biết. Điều đáng sợ nhất là: phàm phu chúng ta hằng ngày đang tạo nghiệp mà cứ nghĩ mình đang tích công bồi đức.

Chúng ta hãy cùng quan sát: Những người ở độ tuổi 50 đến 60 tuổi mới có thể nhận ra một số quy luật của cuộc sống. Họ hiểu rằng tất cả sự đãi ngộ trong cuộc sống này đều là phước đức an bài, nên họ làm bất cứ việc gì cũng rất cẩn trọng, quan tâm đến việc tu phước tích đức và không dám tùy tiện. Còn trước tuổi 50, lúc còn trẻ khỏe thì gần như mọi người chỉ bận lo hưởng thụ, không thêm để ý đến việc này. Đa phần mọi người không hề quán sát để nhận ra điều này. Người xưa đã nói: *phàm phu không thấy lỗi, còn Thánh Hiền thì cả thân đều là lỗi lầm*. Biết lỗi mới có thể sửa, còn không biết lỗi thì làm sao mà sửa? Hằng ngày, phàm phu tạo tác những việc trái luân thường đạo lý, đến khi gặp phải quả báo nặng nề mới quay sang oán trời trách đất.

Chúng ta học Phật phải biết rõ nhân quả thông tới ba đời. Có những người đời này tu phước tích đức rất tích cực, nhưng đời sống vẫn gặp nhiều chướng ngại, khó khăn và khổ đau; đó là vì tội nghiệp từ đời quá khứ lôi kéo đến. Hòa Thượng thường nhắc nhở chúng ta rằng: “***Có quả thì nhất định phải có nhân, không có gì là tự nhiên***”. Ta hãy nhìn cái quả mình đang thọ nhận thì sẽ biết rõ cái nhân mình đã tạo.

Hòa Thượng nói: **“Phật có ba giác là tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn. Người học Phật trước tiên phải học tự giác. Tự giác chính là hằng ngày nhận ra được lỗi lầm của chính mình”**. Chúng ta biết rõ mình là phàm phu với đầy rẫy tập khí xấu ác, ảo danh ảo vọng, tự tư tự lợi, hằng ngày mãi mê hưởng thụ năm dục sáu trần, tham sân si mạn. Những ý niệm này rất vi tế, diễn ra từng giờ từng phút từng giây, nhỏ đến mức ta không nhận ra được. Người tự giác mà còn khó nhận ra, huống hồ người không tự giác thì làm sao thấy?

Phàm phu chúng ta khởi tâm động niệm đều xoay quanh tập khí phiền não, nên từ sáng đến chiều là **“cả thân lỗi lầm”**. Nói **“cả thân”** chính là ba nghiệp thân khẩu ý: thân thì phạm phải sát, đạo, dâm; ý thì khởi tham, sân, si; miệng thì nói dối, nói lười hai chiều, lời hung ác, lời thêu dệt. Rõ ràng, toàn thân phàm phu chúng ta đều là lỗi lầm.

Hòa Thượng từng nói một câu mà lần đầu nghe tôi hoàn toàn không hiểu: **“Hằng ngày bạn đừng làm phiền lòng chúng sanh đã là làm phước cho chúng sanh rồi”**. Dần dần tôi mới ngộ ra: Vì hằng ngày thân khẩu ý của ta đều đang tạo nghiệp, gây phiền khổ cho chúng sanh là thật. Huống hồ hằng ngày phàm phu chúng ta khởi tâm động niệm đều vì cái **“Ta”**, vì lợi ích riêng mình, nên càng làm phiền lòng người khác nhiều hơn nữa.

Hòa Thượng nói: **“Tâm bệnh lớn nhất của người tu hành ngày nay chính là không nhận biết được chính mình. Cả thân đều là tập khí xấu, sai phạm nhưng không thừa nhận. Có lỗi mà biết thừa nhận thì còn cứu chữa được, còn không biết không nhận thì rất khó”**. Nhiều người tưởng mình làm việc lợi ích chúng sanh, nhưng thực chất chỉ là tăng thêm ảo danh ảo vọng, tăng thêm sự tự tư ích kỷ, vì mình mà làm là chính. Hòa Thượng nói: **“Người tự giác phải là người nhận biết rõ cái sai lầm của chính mình. Còn người không nhận ra sai phạm là người đang mê chứ chưa phải người tự giác”**. Tu hành chính là hằng ngày nhận ra sai lầm của chính mình để từ đó sửa đổi, làm mới và hoàn thiện chính mình. Đây là điểm chúng ta cần đặc biệt quan sát và chú ý thật kỹ nơi chính mình.

Tại sao có những người tu hành, học Phật rất nhiều năm nhưng lại không hề có sự chuyển đổi nào? Tại vì họ không có sự tự giác. Họ tu hành chỉ ở hình thức bên ngoài, tinh tấn theo kiểu hình tướng nên tôi thường gọi vui là **“tinh tướng”**.

Chỉ những người nỗ lực cải đổi từ sâu trong nội tâm mới mang đúng tinh thần của bậc Bồ Tát và Thánh Hiền, đó mới chân thật là tinh tấn. Chư Phật, Bồ Tát và Thánh Hiền trải qua đời sống đều thực hiện được bốn chữ: **“Thiết thân tự chế”**. “**Chế**” là chế phục, là luôn tự chế ngự chính mình; còn “**thiết thân**” là luôn giữ mình trong sự thanh tịnh. Phàm phu chúng ta thì thường sống tùy tiện, phóng túng; hằng ngày làm bất cứ việc gì cũng đều nghe theo tập khí phiền não và những thói quen xấu ác của mình. Các bậc Bồ Tát luôn thiết thân tự chế, sống nghiêm túc trong khuôn khổ chuẩn mực. Dù hình thức bên ngoài có vẻ không bị ước chế trong một khuôn khổ nào, nhưng mọi hành động, đối nhân xử thế, tiếp vật của các Ngài đều nằm trong chuẩn mực, không bao giờ vượt quá. Trong khi đó, chúng sanh chúng ta hằng ngày đều vi phạm ngay cả những chuẩn mực và lễ tiết thông thường nhất.

Hòa Thượng nhắc một câu thành ngữ: **“Nhân quý tri quá, tri quá năng cải”**. Con người quý ở chỗ biết được lỗi lầm và biết lỗi mà có thể sửa đổi thì không gì quý bằng. Thánh Hiền xưa cũng dạy: **“Nhân phi Thánh Hiền, thực năng vô quá; quá nhi năng cải, thiện mạc đại yên”**. Con người không phải Thánh Hiền, không ai là không có lỗi, có lỗi mà biết sửa thì không còn gì tốt bằng. Trong dân gian chúng ta cũng thường nghe: **“Lãng tử hồi đầu, vàng không đổi”**, nghĩa là kẻ chơi bời biết quay đầu thì quý hơn vàng. Hòa Thượng nói: **“Người mà sống không biết lỗi lầm của chính mình thì rất đáng lo, gọi là vô khả cứu được (không có thuốc gì để cứu). Ngay đến Phật cũng không cách gì cứu giúp được họ. Phật chỉ cứu được ai biết nhận ra sai phạm của mình; còn người cứ mê muội che dấu lỗi lầm, thì Phật cũng bó tay”**. Học Phật là học theo một đáng giác ngộ hoàn toàn, không có sự mê tín, ý lại hay cầu xin. Phật đã dạy: **“Trên bước đường giải thoát, ta chỉ là kẻ dẫn đường, còn đến được bến bờ giải thoát hay không là các con phải tự nỗ lực”**. Chư Phật, Bồ Tát hay Thánh Hiền đến thế gian này ngoài khẩu giáo (lời dạy) còn có thân giáo, các Ngài thị hiện một cuộc đời thiết thân tự chế, nghiêm túc làm gương cho chúng ta. Nếu ai đó làm đúng theo tiêu chuẩn của Thánh Hiền thì bước lên hàng Thánh Hiền; người nào làm được tiêu chuẩn của Phật Bồ Tát thì bước lên hàng Phật Bồ Tát; còn không làm mà chỉ nói suông thì mãi mãi vẫn là một phàm phu.

Việc học Phật không phải là ngồi đó cầu xin. Chúng ta niệm Phật, chỉ cần niệm đúng và đủ tiêu chuẩn như trong Kinh Phật đã dạy, thì trách nhiệm của Phật

là tiếp dẫn chúng ta vãng sanh về thế giới Tây Phương Cực Lạc. Việc vãng sanh được hay không là do công phu niệm Phật của chúng ta có đạt tiêu chuẩn hay không. Lời này Hòa Thượng nhắc đi nhắc lại rất nhiều lần. Chúng ta nghe qua một số lời dạy của Hòa Thượng Hải Hiền, nhìn vào những sự ghi chép về cả một đời sống tu hành của Ngài Hải Hiền chúng ta sẽ thấy rất rõ: Tiếp dẫn chúng ta vãng sanh chính là trách nhiệm của Phật A Di Đà vì Ngài đã phát nguyện độ chúng sanh, còn việc vãng sanh được hay không là do công phu niệm Phật của chúng ta có đạt được tiêu chuẩn hay không. Tôi lấy ví dụ như chúng ta muốn đi thi lấy một chứng chỉ Anh ngữ quốc tế, nếu bạn đạt tiêu chuẩn thì bạn được cấp bằng, không có chuyện nịnh bợ lo lót để có được chứng chỉ.

Chúng ta tu học Phật Bồ Tát cũng y như vậy, khởi tâm động niệm của chúng ta phải giống như Phật Bồ Tát. Muốn giống như Phật Bồ Tát thì ngày ngày chúng ta phải soi rọi xem khởi tâm động niệm, hành động việc làm của Phật Bồ Tát như thế nào để chúng ta làm theo như vậy. Còn nếu như chúng ta muốn làm Phật Bồ Tát nhưng mọi khởi tâm động niệm, việc làm của chúng ta hoàn toàn ngược lại, giữ nguyên tất cả những tập khí phiền não, năm dục sáu trần thì phạm phư vẫn chỉ là phạm phư. Muốn thoát khỏi thân phạm phư, chúng ta phải bỏ hết tất cả những tập khí của phạm phư. Khi mà tập khí của phạm phư được gột sạch thì nghiêm nhiên chúng ta sẽ trở thành Phật Bồ Tát, thậm chí ngay trong đời này cũng có thể đã trở thành Phật Bồ Tát.

Có người từng hỏi tôi rằng: “*Hòa Thượng Tịnh Không là một vị Phật nào tái sanh? Hay một vị Bồ Tát nào tái sanh?*”. Tôi chỉ cười và nói rằng: “*Không phải, Hòa Thượng là một phạm phư tiêu chuẩn*”. Mà một phạm phư tiêu chuẩn thì chính là Bồ Tát. Nếu chúng ta thấy vị nào tu hành xuất sắc như Hòa Thượng Hải Hiền cũng đều cho rằng các Ngài không phải chúng sanh bình thường mà là Bồ Tát tái sanh, vậy thì phạm phư không có cơ hội thành Phật hay sao? Rõ ràng chữ Phật trong tiếng Hán, người xưa đã rất thâm thúy khi dịch Kinh đã thêm vào chữ “Nhân” đứng trước. Ý muốn nói rằng: Phật chính là con người tu hành đúng tiêu chuẩn mà thành. Phật không phải là một vị nào đó ở phương trời xa xôi hay thế giới nào đó bay đến đây, mà chính là con người tu hành thành Phật. Chữ Tiên cũng vậy, bên trái là chữ Nhân, bên phải là chữ Sơn; nghĩa là người ẩn dật tu hành

ở trong núi thì thành Tiên. Cho nên thành Phật hay thành Tiên cũng đều do con người tu hành mà thành, quan trọng là phải tu đúng tiêu chuẩn.

Chúng ta ở đây cũng vậy, nếu làm được giống như những gì Phật Bồ Tát đã làm thì ngay trong đời này cũng có thể thành Phật, thành Bồ Tát. Nhưng thực tế là chúng ta thường không làm được đến 100%, chỉ làm được 60%, 70%, 80%, thậm chí là 90% nhưng vẫn còn 10% chưa chịu làm. Do đó, chúng ta khó lòng có thể trở thành Phật Bồ Tát. Đó đều là do chính mình. Hòa Thượng thường nhắc nhở rằng tất cả mọi sự mọi việc trên thế gian này đều là do chúng sanh “*tự tác tự thọ*”, tự mình làm rồi tự mình nhận lấy. Nếu hằng ngày chúng ta chỉ làm những việc tăng trưởng phiền não, tăng thêm tập khí xấu ác thì ngay cả một chúng sanh bình thường ta còn không giữ được. Có những người khi đến thế gian này vốn là một chúng sanh bình thường, không thiện không ác; nhưng rồi do sự cảm dỗ, mê hoặc cộng thêm tập khí xấu ác sẵn có khiến họ trở nên xấu hơn.

Vì vậy, câu thành ngữ mà Hòa Thượng nhắc ở đây rất ý nghĩa: “***Nhân quý tri quá, tri quá năng cải***”. Con người quý ở chỗ biết được lỗi lầm, biết lỗi rồi mà có thể sửa đổi thì thật đáng quý. Hay như câu: “***Nhân phi Thánh Hiền, thực năng vô quá; quá nhi năng cải, thiện mạc đại yên***”. Con người không phải Thánh Hiền, không ai là không có lỗi, có lỗi mà biết sửa thì không còn gì tốt bằng. Thế nhưng đa phần chúng sanh chúng ta lại đầy rẫy lỗi lầm mà không hề nhận biết được lỗi của mình, vậy thì còn thuốc gì để chữa? Hòa Thượng nói: “***Phật Bồ Tát cứu giúp được chúng sanh là vì chúng sanh đó đã giác ngộ, đã quay đầu, đã tự nhận biết được lỗi lầm của mình và thiết tha muốn tiếp nhận giáo huấn của Phật để tu sửa. Khi đó Phật mới có thể cứu giúp. Còn nếu không biết mình sai ở đâu thì ngay đến Phật hay thần thánh nào cũng không thể giúp được. Tất cả đều ở nơi chính mình cả: thành Phật Bồ Tát hay thành phàm phu tội lỗi cũng đều do mình chọn lựa***”.

Nhiều người không chân thật sửa đổi mà hằng ngày chỉ biết ai cầu van xin Phật: “*Phật ơi cho con sám hối tội nghiệp của con, từ vô thủy kiếp đến nay con tạo lỗi rất nhiều rồi*”. Sám hối chân thật chính là nhất định không tái phạm những lỗi lầm cũ. Trong kệ sám hối có câu: “*Con xưa đã tạo bao ác nghiệp; đều bởi vô thỉ tham sân si; từ thân, miệng, ý mà sinh ra; tất cả con nay xin sám hối*”. Tất cả ác nghiệp mà trước nay ta tạo đều từ thân khẩu ý: thân thì sát, đạo, dâm; ý thì

tham, sân, si; miệng thì nói dối, nói lời hai chiều, hung ác, thù ghét. Vậy thì phải từ nơi thân khẩu ý này mà thay đổi, không làm những việc sai phạm nữa thì mới gọi là chân thật sám hối. Nếu chúng ta suốt ngày đọc những lời sám hối thống thiết, nghe rất mùi mẫn hấp dẫn nhưng bản thân lại không hề thay đổi thì không có tác dụng.

Hòa Thượng đã chỉ ra căn bệnh lớn nhất của phàm phu chúng ta: **“*Bên ngoài thì có ngoại duyên nhiễu loạn, bên trong nội tâm thì không ngừng vọng động. Tâm “Giác” là trạng thái thanh tịnh, còn tướng của “Mê” chính là sự vọng động*”**. Hằng ngày chúng ta hãy thử tự quán sát xem mình đang ở trạng thái “Giác” hay “Mê”, thanh tịnh hay vọng động. Việc này chúng ta có thể nhìn thấy và nhận biết được rất rõ ràng. Hòa Thượng nói: **“*Phật dạy chúng ta một phương pháp để đối trị với tâm vọng động này, chính là dùng một câu A Di Đà Phật*”**. Chúng ta nên đem tất cả những vọng tưởng của chính mình thay đổi thành một câu A Di Đà Phật. Vọng niệm chính là căn bản của sáu cõi luân hồi, nên Phật dạy niệm câu Phật hiệu là để hàng phục vọng niệm của chính mình, giúp chúng ta vĩnh viễn thoát khỏi lục đạo. Chúng ta đã có diệu pháp, có phương pháp hay rồi, nhưng vấn đề là ta có ứng dụng hay không. Thực tế, hằng ngày chúng ta niệm Phật thì rất ít, mà niệm đến những vọng tưởng, ảo danh ảo vọng, tự tư tự lợi, ý niệm hưởng thụ năm dục sáu trần, tham sân si thì lại tràn đầy. Điều đó cho thấy tập khí của chúng sanh vô cùng đáng sợ. Chúng sanh có thể ngồi vọng tưởng nhiều giờ, nhưng chỉ cần ngồi niệm Phật một giờ đã thấy uể oải, mệt mỏi.

Cho nên, chúng sanh trong thời đại hiện đại này cần phải có một “bè” (nhóm hoặc cộng đồng) để tu hành. Thời gian qua, chúng tôi cùng nhau niệm Phật và thấy có cảm giác rất tốt, nhưng phải là những người tâm đầu ý hợp, chỉ nên khoảng 5 - 7 người. Nếu nhóm tu hành có quy mô vài chục người trở lên thì dễ trở thành “*thị phi nhân ngã*”, nảy sinh chuyện phải quấy tốt xấu, bắt đầu có chuyện bầu trưởng tràng, phó tràng, duy na, duyệt chúng, rồi người quản chúng... Vậy nên chỉ cần vài người tâm đầu ý hợp thì thời khóa tu hành sẽ rất tốt. Còn nếu tu tập một mình, tuy cũng tốt nhưng dần dần ta sẽ dễ bị lui sụt, chểnh mảng, thậm chí những tập khí phiền não xấu ác len lỏi vào làm mình sai phạm mà không nhận ra. Người xưa nói **“*ăn cơm có canh, tu hành có bạn*”** là vì vậy. Bạn ở đây phải

thực sự là chí đồng đạo hợp, nếu mỗi người một kiểu thì dễ dẫn đến cãi lộn, khó có được tâm thanh tịnh.

Hòa Thượng nói: **“Phật đã từ bi dạy chúng ta phương pháp để đối trị với vọng tưởng của chính mình bằng câu A Di Đà Phật. Dùng câu Phật hiệu để hàng phục vọng niệm chính là giúp ta vĩnh viễn thoát khỏi luân hồi”**. Hòa Thượng còn nhắc chúng ta về đạo lý **“Dĩ vọng chỉ vọng”** (dùng cái vọng niệm Phật hiệu để dừng lại tất cả các vọng niệm khác). Hòa Thượng nói: **“Câu Phật hiệu tuy cũng là một vọng niệm, nhưng nó có thể hàng phục được tất cả những vọng niệm xấu ác khác. Chúng ta nên biết rằng vọng niệm chính là phiền não; vọng niệm ít đi thì trí tuệ thêm lớn. Nếu niệm Phật mà phục được phiền não, giữ gìn được giác tâm (tâm thanh tịnh) thì ta sẽ không để cho những vọng tưởng rồi ren không chế mình”**.

Thực tế, hằng ngày chúng ta để cho vọng niệm không chế mà không hề hay biết vì ta đã quá chìm đắm trong đó. Mọi người hãy niệm Phật từ hai giờ trở lên sẽ thấy: một giờ đầu tiên chúng ta gần như chìm ngập trong vọng tưởng, miệng vẫn niệm Phật mà trong đầu vẫn đang chiếu phim 3D với đầy đủ âm thanh, ánh sáng, màu sắc. Ta thường không thấy mình có vọng tưởng là vì ta đang trôi xuôi theo nó, giống như dòng nước chảy xiết ta không thấy gì, nhưng chỉ cần lấy một vật cản ngang thì nước sẽ bắn tung tóe. Nhiều người nói rằng trước đây không thấy vọng tưởng mà sao giờ ngồi niệm Phật hay tụng Kinh lại thấy vọng tưởng trùng trùng; thực ra là vì trước đây họ không chú ý đến mà thôi. Giờ chúng ta dùng câu Phật hiệu để dẹp vọng tưởng thì nó mới trôi lên, vì vọng tưởng đã quá quen rồi, còn niệm Phật thì quá mới. Vì vậy, Hòa Thượng dạy chúng ta phải: **“Đem cái quen thành cái lạ, đem cái lạ thành cái quen. Những khởi tâm động niệm, vọng tưởng, phân biệt, chấp trước vốn đã quá quen thuộc thì giờ phải làm cho nó lạ đi. Còn câu A Di Đà Phật vốn ta ít đề khởi nên còn lạ lẫm, nay phải luyện tập cho nó trở nên quen thuộc với 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!