

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 30/05/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

BÀI 89

MỞ RỘNG TÂM YÊU THƯƠNG CHÂN THÀNH KHẮP VŨ TRỤ

Hòa Thượng nói: ***“Từ bi trùm pháp giới, thiện ý khắp thế gian”.*** Chúng ta nhất định phải từ mục tiêu, từ phương hướng này mà mở rộng”. Nếu chúng ta muốn thành Phật thì chúng ta nhất định phải mở rộng tâm theo phương hướng, mục tiêu này. Khi tâm chúng ta trùm pháp giới, thiện ý khắp nhân gian thì chúng ta đã thành Phật.

Ngày nay, tâm lượng của những người tu hành, người học Phật ngày càng nhỏ bé, chấp trước. Nhiều người sau khi tu hành một thời gian, khi có được một chút lợi thì phương hướng của họ dần dần bị sai lệch, ban đầu, họ yêu thương, quan tâm đến người khác nhưng sau đó, họ chỉ quan tâm đến *“cái ta”*, *“cái của ta”*. Hằng ngày, chúng ta phải học tập, tiếp nhận giáo huấn của Phật, của Thánh Hiền, của Hòa Thượng Tịnh Không vì nếu chúng ta không có Thầy tốt, bạn lành nhắc nhở thì phương hướng của chúng ta sẽ dần dần sai lệch.

Cả cuộc đời Hòa Thượng hy sinh phụng hiến, không một chút *“tự tư tự lợi”*, chúng ta phải nỗ lực làm theo tấm gương của Ngài. Nếu chúng ta xa rời tấm gương của Hòa Thượng thì khi chúng ta nhìn thấy người khác *“tự tư tự lợi”*, tập khí *“tự tư tự lợi”* trong chúng ta cũng sẽ dậy khởi. Chúng ta thường cho rằng, người khác được quyền *“tự tư tự lợi”* vậy thì tại sao chúng ta không *“tự tư tự lợi”*? Chúng ta tu hành, chúng ta phải ngày càng mở rộng tâm lượng, tâm lượng chúng ta phải mở rộng đến khắp vũ trụ, khắp pháp giới. Chúng ta nhất định sẽ làm được điều này nếu xung quanh chúng ta có những tấm gương có tâm lượng rộng lớn. Nếu xung quanh chúng ta là những tấm gương tự tư, ích kỷ thì chúng ta không thể mở rộng được tâm lượng.

Có người nói với tôi, hơn 30 năm qua, họ chưa từng cho ai một thứ gì. Nếu chúng ta gần gũi những người như vậy thì tâm chúng ta cũng sẽ dần bó hẹp. Chúng ta không dễ dàng mở rộng được tâm, tâm chúng ta giống như cánh cửa, nếu chúng ta không cố gắng giữ, đẩy cánh cửa đó ra thì cánh cửa đó sẽ tự động khép lại.

Hòa Thượng nói: ***“Tại sao chúng ta phải mở rộng tâm lượng tận hư không khắp pháp giới? Phật biết rõ nguyên nhân của việc này nhưng chúng ta không biết. Phật biết rõ, cả thầy vũ trụ là pháp thân của chúng ta. Trên Kinh nói: “Mười phương ba đời chư Phật cùng đồng một pháp thân”.*** Chúng sanh là ta, ta là chúng sanh. Nếu chúng ta biết, tất cả chúng sanh là ta, ta là tất cả chúng sanh thì chúng ta sẽ không còn

có sự phân biệt. Chúng ta hiểu thấu việc này, chúng ta mới sẵn sàng buông xả, sự hạnh phúc, êm đềm của ta chính là hạnh phúc êm đềm của người; sự đau khổ, khó khăn, chướng ngại của người cũng chính là sự đau khổ, khó khăn, chướng ngại của chính mình.

Phật Bồ Tát nhìn thấy tất cả chúng sanh là chính mình cho nên các Ngài vô tư mà hy sinh phụng hiến đời với tất cả chúng sanh, chúng sanh nào hữu duyên thì các Ngài liền đến, chúng sanh nào chưa đủ duyên thì các Ngài chờ đợi. Chúng ta thường phân biệt, chấp trước đây là “*cái của ta*”, chúng ta chỉ nỗ lực cho “*cái của ta*”. “*Cái của ta*” cũng không phải là của ta, đây là chúng ta chấp trước rằng thứ đó là của ta. Ví dụ, chúng ta yêu thương, lo lắng hết lòng cho một đứa nhỏ nhưng khi chúng trưởng thành, chúng có thể sẽ không coi chúng ta là Cha Mẹ.

Hôm trước, tôi về Sóc Trăng, có một người Mẹ đau khổ nói với tôi, cô và Bố cô cố gắng nuôi người con trai ăn học, sau khi con trai cô trở thành Bác sĩ thì người con không nhìn mặt Mẹ, không liên lạc với Ông ngoại. Khi Ông ngoại mua một mảnh đất ở thành phố, ông nhờ người cháu trai đứng tên, người cháu trai đó đã chiếm mảnh đất đó và không còn nhìn mặt Ông và Mẹ. Đây là chúng ta làm chấp rằng con cái là của chúng ta.

Chúng ta luôn cho rằng thân này là của mình, chúng ta quán sát thì sẽ thấy cái thân này cũng đang sắp rời xa chúng ta. Khi chúng ta còn trẻ, chúng ta có thể điều khiển thân theo ý mình, khi bước qua tuổi 60, rất nhiều việc chúng ta đã “*lực bất tòng tâm*”. Nếu chúng ta thấu hiểu được việc này thì khởi tâm động niệm, hành động tạo tác của chúng ta sẽ vì tất cả mọi người lo nghĩ, vì tất cả mọi người mà làm, chúng ta sẽ không còn chấp trước. Chúng ta chấp trước nên khi mọi việc không như ý thì chúng ta phiền não, khổ đau.

Chúng ta là phàm phu, nghiệp ái của chúng ta thâm trọng nên chúng ta không mở rộng được tâm yêu thương. Chúng ta chấp trước vào một số đối tượng thì chúng ta sẽ đau khổ. Trên Kinh Phật nói: “***Ái bất trọng bất sanh Ta Bà***”. Nghiệp ái của chúng ta mà không nặng thì chúng ta đã không đến cõi Ta Bà này. Nghiệp ái của chúng ta rất sâu nặng, nếu chúng ta không can trọng thì chúng ta lại sẽ bị lôi vào vòng luân hồi luân quản.

Hòa Thượng dạy chúng ta phải mở rộng tâm, yêu thương, thiện đãi tất cả chúng sanh tận hư không khắp pháp giới. Phật có thể thành Phật vì tâm của Ngài mở rộng đến tận hư không khắp pháp giới. Phật Bồ Tát thấu hiểu được các Ngài và chúng sanh là một. Chúng ta không thấu hiểu, chúng ta phân biệt, chấp trước nên tâm chúng ta không thể mở rộng. Nếu chúng ta cố gắng mở rộng tâm, làm được một chút việc thì rất nhiều người đã có được lợi lạc. Phật Bồ Tát biết vạn vật trong vũ trụ là chính mình nên các Ngài mới có thể mở được tâm rộng lớn. Chúng sanh chúng ta luôn chìm đắm trong vọng tưởng, phân biệt, chấp trước.

Hòa Thượng nói: ***“Nếu chúng ta biết được dụng tâm của Phật Bồ Tát vậy thì tâm từ bi, tâm hỷ xả của chúng ta sẽ tự nhiên dần dần mở rộng. Từ bi của Phật Bồ Tát gọi là vô duyên đại từ, đồng thể đại bi”***. “Vô duyên” là không có điều kiện. “Từ” là từ ái. “Vô duyên đại từ” chính là tâm yêu thương khắp pháp giới. “Đồng thể đại bi” là cùng đồng một pháp thân. Về mặt sự, chúng ta phải thật làm, phải làm ngay và luôn.

Hòa Thượng nói: ***“Ái tâm trùm pháp giới, thiện ý khắp nhân gian” không phải là một khẩu hiệu. Đây là hạnh nguyện, là nguyện lực của Phật Bồ Tát***. Rất nhiều người dùng những lời này làm khẩu hiệu hô hào mà không thật làm, không coi đó là mục tiêu, phương hướng để nỗ lực. Chúng ta quán sát cách người khác làm, cách họ nghĩ thì chúng ta sẽ biết rõ là họ thật làm hay chỉ hô khẩu hiệu. Phật Bồ Tát thật làm, còn chúng ta hô khẩu hiệu để người khác làm.

Hòa Thượng nói: ***“Trong “Đệ Tử Quy” có câu: “Phàm là người, đều yêu thương”. Phạm vi của câu nói này không lớn, trong Phật pháp có câu: “Biến pháp giới, hư không giới”. Chúng ta mở rộng tâm yêu thương, thiện ý của mình đến tận hư không, khắp pháp giới vậy thì tâm lượng của chúng ta cũng lớn như hư không pháp giới”***. Phật dạy chúng ta, yêu thương tất cả chúng sanh. “Chúng sanh” là chúng duyên hòa hợp tạo thành hiện tượng. Chúng ta yêu thương tất cả chúng sanh hữu tình và vô tình, mọi vật, mọi việc. Chúng ta yêu thương cái bàn không phải là chúng ta luôn ôm yêu thương cái bàn đó mà mọi đồ vật phải được lau dọn sạch, đẹp và được ở đúng vị trí. Người xưa dạy: ***“Vạn vật quy nguyên”***. Mọi vật phải ở đúng vị trí thì nó mới phát huy được tác dụng. Ví dụ, cái đèn pha phải được đặt ở vị trí này thì nó mới có thể chiếu sáng vị trí tôi đang ngồi. Nếu đèn quay về hướng khác thì chỗ tôi đang ngồi sẽ không thể sáng. Chúng ta quán chiếu, hằng ngày, chúng ta đã để mọi sự, mọi vật đúng vị trí hay chưa?

Nhiều người than phiền là trong nhà họ có rất nhiều kiến, nhiều ruồi. Đó là do chúng ta sống không có trật tự, chúng ta không ăn ở nhà ăn mà mang thức ăn vào phòng khách, phòng ngủ nên kiến mới tìm đến. Nếu chúng ta lau chùi sạch sẽ ngôi nhà thì côn trùng sẽ không tìm đến. Hôm trước, rất nhiều ốc sên bò vào lò đậu, đó là do chúng ta rửa các dụng cụ không sạch. Khi chúng ta đã rửa các dụng cụ tinh sạch thì không còn có con vật nào đến.

Hằng ngày, chúng ta chỉ hô hào: ***“Từ bi trùm pháp giới, thiện ý khắp thế gian”*** như khẩu hiệu chứ chưa coi đó là mục tiêu, phương hướng để nỗ lực. Nếu chúng ta coi câu nói này là mục tiêu, phương hướng thì chúng ta sẽ không sợ khổ, sợ khó. Đi đến đâu, tôi cũng mang theo tất cả những đồ có thể tặng mọi người. Khi tôi mở cốp xe ra mọi người đều rất ngạc nhiên vì trong cốp xe của tôi luôn chất kín đồ. Mọi người thường sợ xe bị hôi, chỗ ngồi chật chội nên không mang theo nhiều đồ, nhiều lần, dưới sàn xe ô-tô của tôi cũng để rất nhiều đồ. Hôm trước, tôi ra Hà Nội, tôi mang theo ba thùng xốp đựng các loại rau, củ, tôi đã chuẩn bị những đồ này mất nhiều thời gian và việc mang

từ Đà Lạt ra đây cũng không dễ dàng. Nhiều người cho rằng, ở địa vị của họ thì họ không cần làm những việc như vậy, họ để người khác làm những việc nặng nhọc.

Hòa Thượng nói: **“*Tâm chân thành, tâm thanh tịnh, tâm bình đẳng, tâm chánh giác, tâm từ bi của chúng ta phải mở rộng ở ngay trong cuộc sống thường ngày, ngay trong đời nhân xử thế tiếp vật. Nếu chúng ta mở rộng được tâm này thì đó là Phật tâm, là tâm của pháp thân Bồ Tát. Chúng ta muốn thành Phật, chúng ta muốn thành Bồ Tát, muốn ngay trong đời này có thành tựu thì chúng ta phải có tâm này*”**. Chúng ta muốn thành Phật, thành Bồ Tát mà chúng ta không mở rộng được tâm thì chúng ta không thể thành Phật Bồ Tát. Chúng ta chỉ vì mình lo nghĩ thì chúng ta không thể thoát được *“cái ta”*.

Trong bộ phim *“Bảo ứng hiện đời”* có nói về một người, khi ông làm quan ở một địa phương, địa phương đó đã xảy ra thiên tai nên triều đình đã phải dùng tiền để cứu đói cho người dân, ông đã chiếm đoạt số tiền này và chuyển đến nơi khác ở. Ông đã khiến rất nhiều gia đình rơi vào cảnh tang tóc, sau này, cho dù ông làm nhiều việc thiện nhưng ông vẫn phải trả tội nghiệp mà mình đã gây ra. *“Cái ta”* nhỏ bé của chúng ta gây ra chướng ngại vô cùng to lớn.

Hằng ngày, chúng ta mở rộng tâm lượng, hành động tạo tác một chút thì rất nhiều người đã được lợi ích. Chúng ta lo cho ta, sợ ta khổ, sợ ta nghèo, sợ ta vất vả thì biết bao nhiêu người không được lợi ích. Tất cả đều vì ta mà ra! Nếu chúng ta quán chiếu thì chúng ta sẽ nhìn thấy điều này rất rõ ràng. Hằng ngày, chúng ta khởi tâm động niệm, hành động tạo tác theo lời giáo huấn của Phật Bồ Tát hay theo sự sai khiến của tập khí xấu ác? Chúng ta làm vì danh lợi, vì tự tư ích kỷ, vì hưởng thụ *“năm dục sáu trần”*, vì *“tham, sân, si, mạn”* thì chúng sanh không được lợi, chính chúng ta cũng bất lợi.

Ngày nay, lòng người trở nên xấu ác nghiêm trọng. Có người hỏi tôi, tại sao hiện tại, mọi người làm giả tất cả mọi thứ như sữa giả, thuốc giả, gạo giả. Tôi nói, tâm của họ là giả nên họ làm mọi thứ đều là giả, nếu tâm của họ là thật thì họ sẽ không làm những thứ giả đó. Ở những vùng đất chuyên trồng cà-phê mà họ cũng làm cà-phê giả. Tôi có quen một người, họ bán những ống hóa chất giá khoảng 10.000đ, chỉ cần đổ khoảng một nửa ống hóa chất này vào nửa cân đồ xanh thì ngày hôm sau, cây giá đỗ đã lớn rất cao. Người này đã bị bệnh và mất trong thời gian rất ngắn. Đây chính là nhân quả. Họ vì cái *“của ta”* mà làm những việc tổn hại cho người khác. Gia đình họ xin để ảnh thờ của họ trên bàn thờ nhà tôi để hằng ngày, họ được nghe Kinh, nghe pháp.

Nhà Phật dạy chúng ta: **“*Từ bi trùm pháp giới, thiện ý khắp thế gian*”**. Chúng ta có tâm yêu thương thì chúng ta sẽ không làm những việc khiến chúng sanh đau khổ, chỉ làm những việc chân thật lợi ích chúng sanh. Có người nói với tôi: *“Thầy ơi! Con không thể không nói dối!”*. Họ nói dối đã quen miệng nên không thể nói thật. Nếu mỗi lần chúng ta nói dối mà chúng ta trách phạt mình một cách nghiêm khắc thì chúng ta sẽ

không còn dám tái phạm. Chúng ta thường nói dối để được lợi, chúng ta không muốn nói thật vì nói thật cảm thấy mình bị tổn hại.

Chúng ta “*tự tư tự lợi*” thì chúng ta sẽ ảnh hưởng đến rất nhiều người. Chúng ta làm giáo dục mà chúng ta có tâm “*tự tư tự lợi*” thì chúng ta sẽ gây ra tổn hại vô cùng to lớn, sẽ làm hư hại nhiều thế hệ. Người thế gian dùng tâm “*tự tư tự lợi*” trong kinh doanh nên họ dùng những loại thuốc độc hại khi làm giá, trồng trọt, chăn nuôi. Nếu chúng ta dùng tâm “*tự tư tự lợi*” đối xử với mọi người thì chúng ta quan hệ với mọi người vì lợi, không có ân nghĩa, tình nghĩa, đạo nghĩa. Nếu chúng ta có tâm này thì chúng ta không thể có cuộc sống an vui, hạnh phúc chân thật.

Nhiều người học Phật chỉ để trang bị thêm kiến thức, không phải để hiệu đính lại khởi tâm động niệm, hành động tạo tác của mình. Họ được tiếp nhận giáo huấn tốt đẹp của nhà Phật nhưng cuộc đời của họ vẫn đau khổ, không an vui. Nhiều người biết Phật pháp là tốt nhưng họ không thật làm nên họ không có kết quả. Điều này giống như chúng ta biết thuốc quý nhưng chúng ta không sử dụng.

Những ngày gần đây tôi ra Hà Nội, tôi phải thay đổi về việc ăn uống nên cơ thể tôi bị nhiễm độc, cả người tôi nổi nhiều mẩn ngứa. Tôi rửa sạch nắm lá bồ công anh để nhai, mỗi ngày tôi nhai ba lần, sau khoảng ba ngày thì những mẩn da đó đã tróc hết. Chúng ta biết đó là thuốc hay thì chúng ta phải sử dụng, chúng ta mới có hiệu quả. Chúng ta biết giáo huấn của Phật tốt thì chúng ta phải thật làm thì giáo huấn đó mới phát huy tác dụng. Hòa Thượng dạy chúng ta: “***Từ bi trùm pháp giới, thiện ý khắp thế gian***”. Chúng ta nhất định phải thật làm, coi đây là mục tiêu, phương hướng để ngày ngày nỗ lực. Chúng ta thật làm thì người khác sẽ bắt chước làm theo, chúng ta không thật làm, chúng ta chỉ hô hào như khẩu hiệu thì ta và người đều không được lợi ích.

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!