

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 29/04/2023

NỘI DUNG HỌC TẬP “TỊNH KHÔNG PHÁP SƯ GIA NGÔN LỤC”

“CHƯƠNG II: PHƯƠNG PHÁP TU TRÌ NIỆM PHẬT”

NÓI RÕ CÁC PHÁP TU TRÌ (PHẦN MỘT)

Chúng sanh có căn tánh khác biệt nên Phật phải nói ra rất nhiều pháp môn, chúng ta phải chọn lựa pháp môn phù hợp với căn tính của mình. Hòa Thượng nói: **“Chúng ta đều mong cầu có phước huệ, kỳ thật là trong tự tánh của chúng ta đều có phước huệ đầy đủ một cách viên mãn. Hiện tại, phước huệ của chúng sanh không hiển lộ là do hai loại chướng ngại là phiền não chướng và sở tri chướng”**. “Sở tri” là cái biết của chúng ta. Hàng ngày, chính phiền não và cái biết của chúng ta đã chướng ngại trí tuệ tròn đầy của chúng ta.

Hòa Thượng nói: **“Phiền não chướng ngại phước đức, sở tri chướng ngại trí tuệ của chúng ta. Chỉ cần chúng ta phá trừ hai chướng này thì phước đức và trí tuệ của chúng ta liền hiện tiền. Chúng ta muốn phá trừ chướng thì chúng ta phải tu hành. Phước huệ vốn dĩ chính là tính đức, nếu chúng ta không tu đức thì phước huệ của tự tánh không thể hiện tiền”**. Chúng ta có phiền não, có sân hận thì chúng ta đã thiêu đốt cả rừng công đức. Chúng sanh ngông cuồng nên họ cho rằng “cái biết” của mình là “thật biết”. Có những người còn cho rằng họ còn hiểu biết nhiều hơn Phật Bồ Tát. Chúng ta có năng lực tu hành thì phước đức, trí tuệ từ nơi tự tánh của chúng ta sẽ hiện tiền. Thí dụ, chúng ta muốn có phước thì chúng ta phải tích cực tu phước. Không phải chúng ta có tiền thì chúng ta mới có thể tu phước mà chúng ta có thể tu phước bằng cách bố thí nội tài hoặc ngoại tài. Bố thí ngoại tài chúng ta bố thí tiền tài. Bố thí nội tài là chúng ta bố thí năng lực, tài nghệ của mình.

Tôi xuất thân trong một gia đình nông dân, hàng ngày, Cha Mẹ tôi ra đồng từ 3 giờ sáng đến 8 giờ tối. Khi tôi học được một chút kiến thức thì tôi nghĩ ngay đến việc chia sẻ với mọi người. Tôi càng dạy học thì năng lực của tôi càng được nâng cao. Khi tôi được nghe đĩa của Hòa Thượng, tôi nhận thấy lời giảng của Ngài vô cùng hay nên tôi muốn dịch đĩa của Ngài để nhiều người được tiếp nhận. Ban đầu, tôi dịch và viết bằng tay, tôi đã viết hết hơn 10 cuốn vở 100 trang. Đây chính là tôi đã tích cực bố thí nội tài.

Chúng ta muốn tu phước thì chúng ta phải bố thí. Chúng ta tu đức bằng cách tu hành, chính là chúng ta đối trị, đuổi cùng diệt tận tập khí của mình. Hòa Thượng nói: **“Tài, sắc, danh, thực, thù, Địa ngục ngũ điều căn”**. Nếu chúng ta chệnh mảng thì chúng ta sẽ bị tập khí dẫn dụ. Người xưa dạy: **“Với người thì chúng ta phải khoan dung đến ba**

phần. Với tập khí, phiền não của mình thì chúng ta phải đuổi cùng, diệt tận". Chúng ta không được để tập khí, phiền não của mình manh nha, dấy khởi.

Tối hôm qua, tôi dạy lớp chữ Hán nên 10 giờ tôi mới đi ngủ, sáng nay, khi chuông báo thức reo, ý niệm đầu tiên của tôi là tôi cảm thấy mình bị làm phiền. Ngay sau khi khởi ý niệm đầu tiên thì ý niệm thứ hai của tôi đó là, tôi nhận ra chuông báo thức đã reo đã đến giờ cần phải dậy. Tập khí của chúng ta rất đáng sợ! Từ khi tôi chuyển đến đây, gần 15 năm qua, tôi chưa bao giờ dậy sau hơn 4 giờ vậy mà tập khí của tôi vẫn còn nguyên. Chúng ta không đuổi cùng diệt tận thì chúng ta không thể khắc chế được tập khí. Chúng ta tu phước bằng cách bố thí, bố thí nội tài còn quan trọng hơn bố thí ngoại tài, phước của bố thí nội tài nhiều hơn phước của bố thí ngoại tài.

Hòa Thượng nói: *Trên “Kinh Quán Vô Lượng Thọ” dạy người, trước tiên phải tu tam phước. Tri kiến này chính là trí tuệ chân thật. Nếu chúng ta nỗ lực làm thì chúng ta liền có phước. Chúng ta phải tin tưởng, tường tận đạo lý này mà từ đó phát tâm tu học*". Trên Kinh nói, phước đầu tiên là: *“Hiếu dưỡng phụ mẫu, phụng sự sư trưởng, tu thập thiện nghiệp”*. “Phụng sự Sư trưởng” là chúng ta “y giáo phụng hành”, chúng ta làm y theo lời dạy của các Ngài. Người thế gian có tâm tư lợi nên họ cho rằng “phụng sự Sư trưởng” là lo lắng việc cơm, áo, gạo, tiền cho Sư trưởng.

Hòa Thượng nói: *“Chúng ta đều biết rõ Tam phước nhưng chúng ta không làm được bởi vì chúng ta chưa nhận biết đủ. Chúng ta nhận biết chưa đủ vì chúng ta chưa có trí tuệ. Nếu chúng ta nhận biết được một phần thì chúng ta chăm chỉ nỗ lực làm một phần, chúng ta nhận biết được hai phần thì chúng ta làm hai phần. Người hoàn toàn không chịu làm chính là người không có phước và huệ. Tu phước và tu huệ là hai thứ tương bổ, tương thành*". Nhà Phật nói: *“Phước huệ song tu”*. Chúng ta phải vừa tu phước, vừa tu huệ. Trong nhà Phật có câu: *“A-La-Hán nếu không có phước thì khi đi khát thực cũng về tay không”*. A-La-Hán là bậc đã chứng lâu tận thông nhưng nếu các Ngài không có phước thì khi đi khát thực cũng không có người bố thí.

Hòa Thượng nói: *“Trên Kinh, Phật thường dạy chúng ta: “Thọ trì, đọc tụng vì người diễn nói”. Chúng ta phải chân thật tu hành, đặc biệt là chúng ta phải dạy người, vì người diễn nói. “Diễn” là biểu diễn, làm ra chuẩn mực cho người khác xem. “Nói” là vì người giảng dạy, giảng giải những điều chúng ta đã thật làm. “Diễn” là thân giáo. “Nói” là ngôn giáo*". Trên Kinh Phật nói: *“Chúng sanh thời Mạt Pháp can cường, nan quý”* vì vậy chúng ta phải làm ra những tấm gương để mọi người xem. Chúng ta tích cực trồng rau, làm đậu là để chúng ta làm ra tấm gương về việc chia sẻ, tặng cho người khác. Hòa Thượng nói: *“Tặng quà nhiều thì người ta sẽ thích!*". Khi người ta thích chúng ta thì họ sẽ quan tâm đến những việc chúng ta làm, họ biết chúng ta là người học Phật, họ thấy học Phật tốt thì họ sẽ đến học Phật.

Thầy Thái nói: *“Cuộc đời cần phải có những tấm gương!”*. Nhờ có tấm gương của Hòa Thượng nên tôi đã cố gắng học theo, làm theo. Nếu không có tấm gương thì tôi

cũng giống như bao người, tôi cũng sẽ tranh danh, đoạt lợi, hại người, lợi mình. Chúng ta chỉ nói những điều chúng ta đã thật làm. Người thế gian thường “*đàm huyền thuyết diệu*”, họ nói khiến cho “*hoa trời rơi rụng*” nhưng bản thân họ không làm. Có người nói rằng, tôi nói về bản thân tôi quá nhiều nhưng tôi chỉ nói những điều tôi đã thật làm. Hôm qua, tôi đã chuẩn bị xong rất nhiều rau củ quả, chuối sấy khô để tặng cho mọi người. Tôi có thứ gì thì tôi đều tặng thứ đó. “*Diễn*” là chúng ta phải thật làm ra tấm gương, làm ra biểu pháp cho người.

Hòa Thượng nói: “***Chúng ta học Phật để đạt được Định, Huệ. Trên “Kinh Kim Cang” Phật dạy chúng ta tu Bồ Đề, trong đó quan trọng nhất chính là hai câu nói: “Như như bất động, bất thủ u tướng”. Chúng ta không chấp ở cái chúng ta thấy, chúng ta làm tất cả mọi việc nhưng chúng ta không dính mắc, không động tâm. Chúng ta có thể dùng hai câu nói này để phản tỉnh, kiểm điểm chính mình xem chúng ta đã có trí tuệ, có công phu chưa!***”. “*Huệ*” chính là “*bất thủ u tướng*”, không dính vào các tướng. Chúng ta có công phu nhìn thấu, thấy rõ thì chúng ta sẽ không dính ở tướng. “*Định*” chính là như như bất động. Tâm chúng ta thanh tịnh, chúng ta biết mọi thứ là giả thì chúng ta sẽ như như, bất động. Hòa Thượng dạy chúng ta phải “*nhìn thấu*” thì chúng ta mới có thể “*buông xả*”.

Nhà Phật đưa ra các thí dụ, tất cả mọi sự, mọi việc ở thế gian đều như hoa trong gương, trăng ở dưới đáy nước. Chúng ta biết rõ mọi thứ là không thật thì chúng ta sẽ không chấp trước, không dính mắc. Chúng ta hiểu rõ chân tướng sự thật thì chúng ta sẽ dần tan nhạt với mọi sự, mọi việc. Chúng ta biết rõ thân này là vô thường thì chúng ta sẽ dần không còn dính mắc vào nó. Chúng ta quan sát, xung quanh chúng ta đã rất nhiều người mất đi thì chúng ta sẽ dần thấy cái chết nhẹ nhàng. Nhà thơ Cao Bá Quát đã nhìn thấu về cái chết nên ông đã cảm thán mà viết câu thơ: “*Người đi rồi sẽ đến phiên ta!*”.

Hòa Thượng nói: “***Những gì Phật đã nói trên Kinh không phải là chúng ta đọc qua một lần thì chúng ta sẽ có công đức mà quan trọng là chúng ta phải làm được!***”. Nếu chúng ta chỉ đọc mà chúng ta không làm thì chúng ta không thể có kết quả. Chúng ta phải thực tiễn lời giáo huấn của Phật trong khởi tâm động niệm, đối nhân xử thế tiếp vật hàng ngày của mình. Chúng ta thật làm thì chúng ta mới có công đức. Có người nói, buổi sáng vào lúc 5 giờ họ phải tụng Kinh nên họ không thể lên lớp học, họ cho rằng nếu họ bỏ tụng Kinh thì họ sẽ mất công đức.

Hòa Thượng nói: “***Ngài Lục Tổ Huệ Năng nói rất hay: “Sinh tử là việc lớn. Phước không thể cứu, định huệ mới có thể cứu. Giải ngộ không thể cứu, chúng ngộ mới có thể cứu***”. Nhiều người thích tu phước vì họ cho rằng tu phước dễ làm. Chúng ta muốn tu huệ thì chúng ta phải bỏ đi tập khí xấu ác như ham ngủ, ham tiền, ham danh, ham sắc.

Hòa Thượng nói: “***Khi chúng ta mê thì đây gọi là phiền não. Khi chúng ta giác ngộ thì đây gọi là Bồ Đề. Chúng ta có thể chuyển mê thành ngộ thì chúng ta có thể chuyển***

phiền não thành Bồ Đề”. Chúng ta quán sát, chúng ta đang mê hay chúng ta đã chuyển được phiền não thành Bồ Đề? Nếu chúng ta làm theo tập khí, phiền não thì chúng ta vẫn ngày ngày đang mê, mê một cách sâu nặng. Điều quan trọng là chúng ta phải đối trị được tập khí của mình. Chúng ta chưa đối trị được tập khí thì dù hàng ngày, chúng ta làm đủ thời khóa thì tập khí của chúng ta vẫn khởi hiện hành. Ngài Lý Bình Nam nói: **“Chúng ta đáng sanh tử như thế nào thì vẫn phải sinh tử như thế đó. Đáng đọa lạc như thế nào thì vẫn phải đọa lạc như thế đó!”**. Chúng ta quán sát, hàng ngày khi chúng ta khởi tâm động niệm, đối nhân xử thế tiếp vật chúng ta đang làm chủ tập khí hay tập khí làm chủ chúng ta? Khi chúng ta gặp việc không vừa lòng thì chúng ta phiền não, chúng ta gặp việc vừa lòng thì chúng ta khởi tâm ưa thích, dính mắc thì chúng ta đang bị tập khí làm chủ.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta tu học trên tinh thần Phật giáo Đại Thừa, phương pháp của Phật giáo Đại Thừa là chúng ta chuyển đổi. Phương pháp chuyển đổi là tuyệt đối chính xác, ở mặt lý và ở trên sự đều là tương ứng”**. Trước đây, chúng ta tham nhiều thì giờ chúng ta bỏ thí nhiều để chúng ta đối trị tâm tham. Trước đây chúng ta chỉ nghĩ đến mình thì giờ chúng ta phải mở rộng tâm lượng, yêu thương, bao dung, tha thứ với mọi người. Chúng ta tập dần thì chúng ta sẽ làm được. Chúng ta đều có những tập khí lười biếng, chệnh mảng, nhếch nhác chúng ta cố gắng thì sẽ chuyển đổi được những tập khí này.

Ngày trước, tôi đối trị tập khí ham ngủ bằng cách khi chuông báo thức reo mà tôi chưa muốn dậy thì tôi sẽ lăn xuống giường, tôi ngã đau quá nên con “*ma ngủ*” cũng chạy mất. Khi tôi làm việc nếu tôi cảm thấy mệt, tôi có ý định muốn nghỉ thì tôi sẽ nhắc mình phải tiếp tục làm nhiều hơn, càng làm thì tôi sẽ càng khỏe ra. Tôi dùng cách này đối trị nên những tập khí ham ngủ, lười biếng dần sẽ mất. Nếu mọi người đến đây ở một thời gian thì mọi người sẽ thấy cách tôi đối trị các tập khí như thế nào.

Chúng ta không nỗ lực đối trị thì chúng ta sẽ bị dẫn dụ bởi tập khí, nghiệp chướng, oan gia trái chủ. Hòa Thượng dạy chúng ta: **“Phải dũng mãnh, tinh tấn một cách đặc biệt!”**. Chúng ta không dũng mãnh, tinh tấn một cách đặc biệt thì chúng ta không thể đối trị được tập khí, phiền não. Chúng ta muốn đối trị tập khí ham ngủ thì chúng ta nhất định không được nằm phi thời. Hôm qua, khi chưa đến giờ học, thân tôi muốn đi nằm một lúc nhưng tôi kiên quyết với chính mình là đây không phải là thời gian để nằm nghỉ. Buổi sáng khi học xong, tôi đi chuẩn bị đồ ăn sáng cúng Ông Bà, cúng xong thì tôi sẽ ăn sáng. Nếu tôi cho phép mình ngủ thêm một chút thì tôi sẽ vĩnh viễn không bao giờ đối trị được tập khí ham ngủ. Chúng ta lười biếng thì chúng ta sẽ cố gắng làm nhiều hơn một chút. Tập khí nào của chúng ta nặng nhất thì chúng ta sẽ làm ngược lại và làm ngược lại nhiều gấp đôi. Khi ở Hà Nội, dịp Tết, tôi gói bánh chưng, khi tôi nhìn thấy 15 kg gạo nếp cần gói tôi cũng thấy “*ngán ngẩm*” nhưng tôi vẫn bắt tay làm, tôi chỉ cần khoảng ba giờ là đã gói xong bánh. Nếu tôi cuốc đất được 1/3 diện tích cần làm mà tôi cảm thấy đau tay thì tôi nhắc mình cố gắng cuốc thêm đến 2/3 diện tích. Sau khi cuốc

xong 2/3 diện tích nếu tôi có ý định muốn về nghỉ thì tôi nhắc mình cuộc cho xong phần còn lại. Đó là cách tôi đối trị với sự lười biếng của mình! Phương pháp chuyển đổi là vô cùng chính xác, chúng ta thật làm thì chúng ta sẽ thật thay đổi!

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!