

# PHẬT THUYẾT THẬP THIÊN NGHIỆP ĐẠO KINH

Người giảng: Lão Pháp Sư Tịnh Không

Giảng tại: Tịnh Tông Học Hội Singapore

Thời gian: năm 2001

## Tập 31

Các vị đồng tu, xin chào mọi người!

Kinh văn của Thập Thiên Nghiệp Đạo kinh đã giảng đến không tham, không sân, không si. Đây là khai đạo hạt nhân của toàn kinh, rất quan trọng đối với việc tu học của chúng ta.

Có rất nhiều đồng tu từ các nơi đến, bởi vì sáng sớm hôm nay chúng ta không giảng kinh Hoa Nghiêm, bên kia không có xe chạy qua. Hôm nay chúng ta tạm dừng [giảng kinh văn] lại một lần, hy vọng họ đều có duyên đến nghe. Nhân thời gian này, chúng tôi cùng mọi người nói qua lớp bồi dưỡng ở khóa sau của chúng ta, mà hiện tại đang tích cực trừ bị.

Tuần trước, cư sĩ Lý Văn Hoa đưa cho tôi một danh sách có đầy đủ 30 vị, ngay lúc đó tôi không nghĩ đến cục tôn giáo quốc gia Trung Quốc có thể phê chuẩn văn kiện này. Văn kiện này là do Đạo Thuật Nhân, hội phó của Phật Hiệp Trung Quốc đề xuất đến, cùng hợp tác với chúng ta. Họ đề bạt 30 người học trò, đưa qua bên đây để bồi dưỡng. Như vậy, học sinh khóa kế tiếp của chúng ta chỉ ít có 60 người, tôi liền nghĩ đến vấn đề phân phối thời gian cho 60 người này. Mỗi một học sinh, mỗi một tuần lễ nhất định phải giảng một giờ đồng hồ. Vốn dĩ ngay trong ý tưởng của chúng ta là mở 10 lớp, mỗi lớp có một vị học trò đã tốt nghiệp, chúng ta mời họ làm trợ giáo, hướng dẫn ba người. Hiện tại nếu như là có 60 học trò, vậy thì mỗi một lớp nhỏ gồm sáu học trò với một trợ giáo, 7 người cũng tương đối viên mãn (7 là con số viên mãn). Đây là 10 lớp, thầy trò chúng ta có 70 người, thêm vào những nhân viên làm việc ở nơi đây và những người xuất gia này của chúng ta. Lý Mộc Nguyên nói với tôi, đạo tràng này của chúng ta người xuất gia có thể lên đến 100 người, đây là ở Singapore, bất cứ đạo tràng nào cũng không có được nhiều người xuất gia đến như vậy, đích thực sẽ rất hưng vượng. Như vậy phân phối mà nói, vấn đề này của chúng ta liền có thể giải quyết. Mỗi một lớp có bảy người, mỗi một người giảng một ngày thì vừa đủ một tuần lễ sáu ngày, sáu học trò đều luân phiên giảng. Chúng ta vẫn để trợ giáo giảng ở giảng tòa lớn của Cư Sĩ Lâm, còn các học trò thầy đều giảng ở giảng tòa nhỏ, chính là ở nơi lớp chính mình lập giảng tòa nhỏ. Một người giảng, sáu người phê bình, giúp đỡ họ cải tiến, vậy thì đủ rồi.

Ngày trước ở Đài Trung, tôi cùng học giáo với Lão Cư Sĩ Lý Bình Nam. Tôi ở Đài Trung 10 năm, cũng có lớp nhỏ. Lớp nhỏ đó của tôi gồm bảy người, bảy người bạn học, một bạn học giảng, sáu người kia phê bình. Bảy người này đều là học giảng kinh, cho nên những qui củ đối với việc giảng kinh đều hiểu, trải qua phê bình của các bạn để cải tiến, sau đó lên giảng tòa lớn đối diện với đại chúng thì có thể giảm ít lỗi lầm. Tôi ở Đài Trung nhiều năm như vậy học tập giảng kinh, lão sư Lý chưa từng phê bình đối với tôi. Dường như những gì tôi giảng, lão sư Ngài chỉ nghe qua một lần, ngay trong 10 năm chỉ nghe qua một lần. Ngài đều không nghe chúng tôi giảng, thế nhưng những gì chúng tôi giảng, Ngài đều biết, chúng ta không cách gì giấu được lão sư, Ngài đều rõ ràng, thực tế nghe tôi giảng kinh ở giảng đường chỉ có nghe qua một lần. Cho nên việc này nhất định phải rất chăm chỉ, phải nỗ lực.

Chúng ta biết Phật pháp thù thắng không gì bằng, cho nên gọi là "bảo", là "pháp bảo". Pháp bảo ở thế gian này, nếu không có người lưu thông thì sẽ chìm mà không thể nổi, người xưa thường nói: "Nhân năng hoàng đạo, phi đạo hoàng nhân". Sự hưng suy của Phật pháp chỉ xem thời đại này có người hoàng dương Phật pháp hay không. Trong điển tích đều có nói, không có người hoàng pháp cũng không ích gì, nhất định phải có người hoàng pháp, cho nên phải chân thật phát đại tâm "xả mình vì người". Cái "xả mình" này là hy sinh hưởng thụ vật chất năm dục sáu trần, danh vọng lợi dưỡng của chính mình, cái này phải chân thật có thể buông xả. Nếu như tham muốn hưởng thụ thế tục, không thể buông xả thì Phật pháp có ở ngay trước mặt bạn, bạn cũng không thể thâm nhập vào được. Có thể xả mình vì người, cái tâm này chính là tâm Bồ-đề chân thật, đồng tâm đồng nguyện với chư Phật Như Lai, Pháp Thân Đại Sĩ. Không nên sợ chính mình không có năng lực. Thành thật mà nói, chúng ta không có năng lực, thế nhưng, nếu chúng ta phát tâm chân thành thì sẽ có cảm ứng, chúng ta nương vào sự gia trì của Phật Bồ-tát. Không có Phật Bồ-tát gia trì, chúng ta ở trong kinh điển một câu, một chữ cũng không nói ra được. Kinh,

bạn giảng được tốt, bạn giảng được thâm nhập, bạn giảng được khiến thính chúng pháp hỷ sung mãn, là toàn nương vào tâm chân thành của bạn mà cảm ứng.

Chúng ta mỗi một người cùng nhau học tập, thành tích học tập không giống nhau. Cái không giống nhau này tuyệt đối không phải thông minh trí tuệ. Có một số người không thông minh trí tuệ trái lại thành tích tốt, còn người thông minh trí tuệ bị đào thải mất, do đây có thể biết thành tích học tập không liên quan với thông minh trí tuệ, mà liên quan với tâm chân thành. Bạn có mấy phần tâm chân thành, bạn được Phật Bồ-tát gia trì đẳng cấp không như nhau. Chân thành đến tột điểm, bạn liền đạt được gia trì viên mãn. Chân thành không viên mãn, chính là ở trong Thập Thiện Nghiệp Đạo Kinh, Phật đã nói, bạn tu thiện không tệt, ở trong thiện xen tạp bất thiện, khác biệt chính ngay chỗ này. Cái gì gọi "bất thiện"? Tự tư tự lợi là bất thiện, danh vọng lợi dưỡng là bất thiện, "tham-sân-si-mạn" là bất thiện. Bất thiện không thể xen tạp, những thứ này là bất thiện căn bản, cần phải bạt trừ. Ngoài ra còn có bất thiện cảnh ngọn, bất thiện cảnh ngọn là thường thức của bạn không đủ, hoằng pháp lợi sanh không phải là việc dễ dàng.

Lúc chúng tôi tiếp nhận giáo huấn, lão sư thường hay dặn bảo, phải thông thể xuất thể gian pháp thì nói pháp mới có thể khế cơ, khế lý. Thông Phật pháp thì khế lý, thông thể gian pháp thì khế cơ. Cho nên học Phật không dễ dàng, hoằng pháp thì càng khó, phải thông đạt tất cả pháp thể xuất thể gian, sự việc này mới có thể làm đến được. Chúng ta phải hiểu, thể gian pháp không ngoài thể gian thường tình, điều này phải có thường thức phong phú, phải ở ngay trong đời sống tiếp nhận giáo huấn, ngày ngày có thể thay đổi tự làm mới.

Chúng ta thường thấy người thể gian khởi tâm động niệm, lời nói, việc làm bất thiện quá nhiều, do đó chúng ta phải giúp đỡ họ cải chính những điều bất thiện này. Phật giáo chúng ta có phương tiện khéo léo. Chúng ta không có thiện xảo, không có phương tiện, đẩy qua đẩy lại làm cho người sanh phản cảm, dường như bạn đều là đúng, họ đều là không đúng, vì vậy họ bài trừ bạn, không tiếp nhận bạn. Hào tâm của bạn ở ngay trong mắt người khác là ác ý, đây gọi là gì? Không khế cơ. Cho nên Bồ-tát độ chúng sanh, khế cơ là xếp ở điều thứ nhất.

Khi tôi tiếp xúc với các lãnh tụ tôn giáo khác, tôi nói với họ một sự việc, Phật giáo truyền đến Trung Quốc từ thời triều Hán, thời kỳ thịnh nhất, thời kỳ hoàng kim là vào đời Đường. Trung Quốc cùng Tây Vực giao thông rất là tập nập, mọi người biết được con đường tơ lụa, vào lúc này, Ki-Tô giáo, Thiên Chúa Giáo truyền đến Trung Quốc, X-Lam giáo, Áo giáo cũng truyền đến Trung Quốc. Không thể nói không sớm, thế nhưng rất nhiều tôn giáo truyền đến Trung Quốc đều không thể so với Phật giáo. Phật giáo phát triển nhanh đến như vậy, khiến cho người Trung Quốc hoan hỷ tiếp nhận đến như vậy, vì duyên cớ gì vậy? Phật pháp hiểu được khế cơ, cũng chính là chúng ta thường nói, Phật pháp hiểu được bản thổ hóa cùng hiện đại hóa. Những vị cao tăng Ấn Độ đến Trung Quốc, mặc y phục Trung Quốc, họ không mặc phục trang của Ấn độ mà mặc áo tràng Trung Quốc, cùng hòa chung với đời sống người Trung Quốc. Kiến trúc đạo tràng xây dựng kiểu dáng Trung Quốc, do đó người Trung Quốc xem ra rất hoan hỷ. Hình thức xây dựng của các tôn giáo khác nhất định phải là loại hình thức giáo đường của phương Tây, vừa nhìn là biết văn hoá nước ngoài, không dễ gì bước vào. Mặc phục trang là phục trang của người nước ngoài, vừa nhìn là người nước ngoài, do vậy khi hoằng dương tiếp dẫn chúng sanh không thể bằng Phật giáo.

Tinh thần của Phật giáo, chúng ta đều đọc qua trong kinh điển rồi, Phật có hình tướng hay không? Không có, tùy loại hóa thân, việc này là cực kỳ vi diệu, bạn ưa thích tướng gì, thì Ngài hiện ra tướng đó, không có tướng nhất định, cũng không có pháp nhất định, tùy cơ nói pháp. Bạn tùy loại hóa thân, tùy cơ nói pháp, các Ngài thật linh động hoạt bát, như vậy Phật pháp mới có thể chân thật cắm rễ, nảy mầm, khai hoa, kết quả ở Trung Quốc, thù thắng không gì bằng, cho nên chúng ta phải xem trọng khế cơ.

Phật pháp giáo hóa chúng sanh rất có lòng nhẫn nại. Hiện tại chúng ta xem thấy, có rất nhiều đạo tràng nhà Phật làm không được đúng pháp, họ đến tìm bạn, thỉnh giáo với bạn, xin bạn chỉ giáo. Xin bạn chỉ giáo, bạn còn phải xem rõ ràng, là thật hay là giả, có lúc là lời khách sáo, không phải là thật. Tôi lúc đầu đã gặp qua, cho nên ở nơi đây, hấp thụ rất nhiều giáo huấn, học khác đi. Năm đầu tôi giảng kinh, tuổi trẻ mà, có một số pháp sư giảng kinh xuống thỉnh giáo: "Pháp sư Tịnh Không à! xin Ngài chỉ giáo cho ạ". Họ giảng có chỗ không được tốt, tôi liền muốn nói ra, vừa nhìn, tôi vừa mới mở miệng, vẻ mặt của họ liền thay đổi, tôi liền nói: "À, tốt! tốt! Thầy giảng được rất hay, rất tốt". Tôi không nói nữa, vì sao vậy? Lời khách sáo thôi, không phải là thật. "Xin Ngài chỉ giáo phê bình cho" chính là mời bạn nói thêm vài lời tăng bốc họ lên, là cái ý này, bạn đừng cho đó là thật. Nếu bạn phê bình thật, sắc mặt liền lập tức dài ra. Cho nên, chúng ta phải quán sát, khi người ta nói: "Mời pháp sư chỉ giáo", xem thử họ là thật tâm hay là lời khách sáo. Người ta nói lời khách sáo, bạn nghĩ đó là lời thật, bạn vừa phê bình thì liền tạo thành oan gia đối đầu, ngay trong kinh nghiệm chúng ta học qua được rất nhiều.

Phật dạy Bồ-tát sáu phép Ba La Mật, trong đó nhẫn nhục là quan trọng nhất. Nhẫn nhục chính là có lòng nhẫn nại, việc tốt cũng không phải là dễ dàng thành tựu, làm gì có được phước báo lớn như vậy? Chúng ta thường hay

nghe cổ đức nói: "Việc tốt nhiều giày vò", giày vò là chướng ngại. Khi bạn muốn làm một việc tốt, chướng ngại đến trùng trùng, bạn phải dùng trí tuệ để ứng phó những chướng ngại này. Con đường này đi không thông, vẫn còn con đường kia; con đường kia không thông vẫn còn con đường nọ, luôn sẽ có con đường đi được thông, không thể nói không có đường để đi. Chướng ngại là nhất định không thể tránh khỏi, phải biết được cách né tránh, phải biết chờ đợi thời tiết nhân duyên. Ở ngay trong chướng ngại học tập thành tựu hậu đắc trí của chính mình, sau đó chúng ta mới ở trong tất cả cảnh giới, thuận cảnh, nghịch cảnh, thiện duyên, ác duyên, liền có năng lực ứng biến khéo léo, nhà Phật thường nói "phương tiện khéo léo", chúng ta liền có năng lực này. Do đó, thuận cảnh, nghịch cảnh, thiện duyên, ác duyên, cái "duyên" này là hoàn cảnh nhân sự. Hoàn cảnh nhân sự tốt, hoàn cảnh nhân sự xấu, đối với chúng ta đều là nơi chốn học tập, chỉ cần bạn chịu dụng tâm học tập, không thể không khai trí tuệ. Người thiện là thiện tri thức của ta, người ác cũng là thiện tri thức của ta, sau đó bạn mới có thể thể hội đến được, mới có thể tường tận chư Phật Bồ-tát vĩnh viễn sống ở trong thế giới cảm ân. Không chỉ tất cả nhân sự là lão sư, tất cả vạn vật cũng là lão sư, thế gian này, hiện tại chúng ta gọi là động vật, thực vật, khoáng vật, hiện tượng tự nhiên, từng li từng tí đều đang khai phát trí tuệ Bát Nhã của chúng ta. Chỉ cần chính mình xả bỏ "tham-sân-si-mạn", xả bỏ tự tư tự lợi, xả bỏ thành kiến, học tập khiêm tốn, thì thành tựu vô thượng Bồ-đề không cần phải ba A Tăng Kỳ kiếp. Trên kinh Phật nói tu hành chứng quả, phải thời gian dài như vậy, gian nan như vậy, nguyên nhân là gì? Chúng sanh không khéo học, không biết học, cho nên mới cần thời gian dài như vậy. Nếu như biết học thì không cần thời gian dài đến như vậy. Biết học, tiền phương tiện chính là điều kiện thứ nhất phải hiểu học, ưa thích học, chịu học, sau đó ở nơi lão sư, ở nơi thiện tri thức, bạn sẽ có được rất nhiều giáo huấn quý báu, bạn liền sẽ học được, như vậy mới có thể thành tựu. Cho nên, lớp bồi dưỡng của chúng ta, khóa này có nhiều đồng tu như vậy cùng nhau học tập, đây là nhân duyên hy hữu, chân thật là trên kệ khai kinh nói "trăm ngàn muôn kiếp nan tao ngộ". Chúng ta nhất định trân trọng nhân duyên này, toàn lực dụng công, cố gắng học tập, thời gian ngắn sẽ thành tựu thù thắng không gì bằng. Thời gian học tập lần này là sáu tháng. Sáu tháng không dài, cơ duyên đích thực là rất khó được, rất hy hữu, hy vọng các đồng tu chân thật học tập, nhất định phải nắm lấy.

Gần đây, tôi khắc mấy cái ấn chương nhỏ, ấn chương nhỏ này chỉ có một chữ "Thông", tặng cho không ít các bạn đồng tu. Chúng ta nghĩ từ cá nhân cho đến đại vũ trụ, ngay trong đây sản sanh ra chướng ngại, đều là do không thông. Thông thì có thể giải quyết vấn đề, ở cá nhân mà nói, thân thể của chúng ta khỏe mạnh, tại vì sao thân thể không khỏe mạnh? Chính là vì khí huyết của chúng ta không thông, cho nên chúng ta mới có thể bị bệnh. Chúng ta xem phương pháp trị bệnh của người xưa, dùng châm cứu, dùng xoa bóp, loại phương pháp này ở vào thời xưa rất phổ biến, không cần phải uống thuốc. Thầy thuốc cao minh, biết được bạn có chỗ nào sanh ra trở ngại, chỉ cần đem trở ngại này bài trừ, khiến máu huyết lưu thông, bạn liền hồi phục khỏe mạnh. Uống thuốc chỉ là phương pháp bất đắc dĩ. Thực tế chúng ta xem thấy trong Phật kinh, trong Phật kinh nói đến "niệm chú", đích thực đây là phương pháp rất cao minh. Khi bị bệnh, Phật dạy bạn niệm chú, chú vừa niệm thì bệnh liền khỏi. Chúng ta cảm thấy việc này rất thần kỳ, thần kỳ không ngờ, kỳ thật phương pháp này rất là khoa học, nó là dùng âm nhạc để chấn động, làm cho bộ phận không thông này của bạn được đã thông. Trong Phật kinh có rất nhiều chú ngữ dùng để trị bệnh, hiện tại chúng ta niệm không linh, tại vì sao không linh? Vì âm niệm không chính xác, cho nên việc này nhất định phải có truyền thừa, phải khẩu truyền. Âm không chính xác thì không đạt được hiệu quả. Ngoài ra âm lượng cần phải có lớn nhỏ, phải là lời rất chuẩn xác, thì nó sẽ chấn động một bộ phận nào đó trong nội tạng thân thể bạn. Phương pháp này của Phật còn cao minh hơn so với châm cứu Trung Quốc. Châm cứu còn phải dùng kim, còn phải dùng tay để xoa bóp, phương pháp của Phật không cần thiết như vậy, dùng âm thanh để chấn động. Phương pháp rất cao minh, rất đáng tiếc là văn tự chú ngữ này ghi chép còn ở trong Đại Tạng Kinh, nhưng không có người biết đọc, bị thất truyền, thế nhưng nó nói với chúng ta một chân lý, chân lý này chính là phải "**quán thông**" mới được.

Chướng ngại giữa người và người cũng là do ít qua lại với nhau, ít giao lưu với nhau, thế là sanh ra hiểu lầm. Do hiểu lầm mà khởi lên nghi ngại, như vậy mới tạo thành bất hòa, tạo thành đối địch, phát triển trở thành cạnh tranh, đấu tranh. Truy cứu nguyên nhân ban đầu là do không thông, cho nên người với người phải câu thông với nhau mật thiết. Tại vì sao bạn bè cả đời chơi với nhau tốt như vậy? Vì thường hay qua lại, khi có thời gian liền thăm hỏi lẫn nhau, nói chuyện, nói đến mọi chuyện thì thông suốt, liền biến thành bạn tốt. Oan gia đối đầu, tại vì sao oan kết càng kết càng sâu? Không qua lại, không qua lại thì dò xét lẫn nhau, càng dò xét càng sai. Đây là nói rõ người với người phải câu thông, giữa gia đình với gia đình phải câu thông. Hiện tại chúng ta có kém khuyết, giữa người với người có sự ngăn cách, giữa nhà với nhà, đôi bên hàng xóm không hề qua lại, vậy thì làm sao được?

Trong xã hội cũ Trung Quốc, hàng xóm đích thực làm đến được quan tâm lẫn nhau, ngày vui ngày Tết thường hay có. Hôm nay người già nhà hay trẻ nhỏ mừng sinh nhật, đều tụ họp hàng xóm lại cùng nhau vui mừng. Ngày trước ở nông thôn, trong một thôn trang, mọi người thường hay tụ họp đại khái một tuần lễ luôn sẽ có một đến hai lần, cho nên một thôn trang liền biến thành như một đại gia đình, đôi bên quan tâm lẫn nhau. Trẻ nhỏ có làm việc gì sai, gia đình hàng xóm kia nhìn thấy, đều sẽ đến nhắc nhở, xem như con cháu của chính mình mà dạy bảo.

Bất cứ người già của nhà nào, khi chúng ta đi trên đường gặp được, đều sẽ giúp đỡ họ, đều sẽ phò tri họ, tình làng nghĩa xóm rất nồng. Hiện tại không xem thấy, hiện tại ở đô thị đều là nhà cao tầng, nhà bên cạnh ở mấy mươi năm, không biết được người đó là họ gì, chưa từng chào hỏi lẫn nhau. Tình người hiện tại thật là tan nhạt!

Để giải quyết vấn đề xã hội của thế kỷ 21, người ta nói chỉ có học thuyết của nhà Nho Trung Quốc cùng Phật pháp Đại Thừa. Trong đây có một phương thức rất là quan trọng, chính là "thông", nhà Nho nói thông, Phật cũng nói thông. Giữa chủng tộc với chủng tộc phải tương thông. Hiện tại giao thông thuận tiện, tin tức phát triển, chúng ta đối với bạn bè ở phương xa phải lợi dụng phương tiện khoa học kỹ thuật cao để câu thông. Chúng ta sáng sớm mỗi ngày nửa giờ tụ họp cùng mọi người câu thông trên đường truyền, giữa tộc quần phải câu thông, giữa tôn giáo càng phải câu thông, giữa quốc gia và quốc gia. Hy vọng mỗi một người chúng ta khởi tâm động niệm suy nghĩ đến là an toàn của hết thầy thế giới. Cổ đức chúng ta đã nói: " Thiên hạ hưng vong, thất phu hữu trách". Vào lúc đó là chỉ một quốc gia, ngày nay chúng ta phải đem tâm lượng, tầm nhìn mở rộng, sự hưng suy của quốc gia, sự an nguy của thế giới, mỗi một người chúng ta đều có trách nhiệm. Quốc gia vì sao mà suy? Thế giới vì sao không an toàn? Do vì không thông. Quốc gia muốn hưng vượng, thế giới muốn an định hòa bình, then chốt chính ngay một chữ "thông", đây là mức độ thấp nhất. Chúng ta cần phải có tâm lượng này, phải có nhận biết này, chằm chỉ nỗ lực đi làm công tác câu thông.

Ngay trong cuộc sống thường ngày, hiện tại chúng ta cùng với các dân tộc khác nhau, người quốc gia khác nhau, cơ hội tiếp xúc rất nhiều. Khi tiếp xúc, phải biết thỉnh giáo với người khác, hỏi qua lịch sử văn hoá của quốc gia họ, hỏi qua tập quán đời sống của con người họ để tăng thêm tri thức của chúng ta, đây là học vấn. Thánh nhân xưa nay trong ngoài, họ sở dĩ được gọi là thánh nhân, là vì họ ưa thích hỏi. Sau khi hỏi rồi, chúng ta cũng đem lịch sử văn vật, phong tục tập quán của quốc gia mình giới thiệu cho họ để đôi bên hiểu nhau. Qua lại như vậy mới chân thật có ý nghĩa, mới có giá trị. Ngay trong lời nói không có lời thừa, đôi bên song phương đều thêm lớn học vấn, thêm lớn đức hạnh.

Lấy hiện tiền của chúng ta mà luận, chúng ta thường nói Phật pháp, Thế Tôn ở trong kinh điển vô số lần dạy bảo chúng ta: "**Thọ tri độc tụng, vì người diễn nói**". "Vì người diễn nói" chính là tác sư tác phạm, "học vi nhân sư, hành vi thế phạm". "Diễn" là biểu diễn, chúng ta phải làm ra tấm gương tốt cho người xem. Người ta xem rồi mới sanh khởi lòng tin, cho nên trong tất cả kinh luận Phật đều nói đến y chánh trang nghiêm. "Trang nghiêm", hai chữ này chúng ta có hay không? Nếu như không có thì làm sao có thể làm ra một người tốt cho người xem? "Trang nghiêm", dùng lời hiện tại mà nói là "chân thiện mỹ huệ", chúng ta có hay không? "Chân thiện mỹ huệ" biểu hiện ngay trong âm thanh, thể chất, dung mạo. Vậy chúng ta nghĩ thử xem, ở ngay trong cuộc sống thường ngày của chúng ta biểu hiện ra là cái gì? Chính mình không thể xem thấy chính mình, do đó ngày ngày phải soi gương. Soi gương là tu học. Đây là một loại phương thức rất tốt, nhất là dùng cái gương lớn thường hay chiếu soi, xem qua nhất cử nhất động của chính mình, xem qua nhan sắc thái độ của chính mình, dùng phương pháp này để tu sửa lỗi lầm của chính mình.

Cầu người khác dạy bạn, điều này khó! Ai cũng không dám đắc tội với bạn, ai cũng đều hy vọng làm người tốt, hà tất phải làm oan gia đối đầu với người? Không có người dạy chúng ta, nhất là ở xã hội ngày nay, người ta ở bên cạnh xem chuyện cười, ở sau lưng luận phải quấy. Người có thể nói lỗi lầm của chúng ta, chân thật quan tâm, chân thật thương yêu, hiện tại không tìm ra. Lúc trước còn có cha mẹ, còn có lão sư; hiện tại cha mẹ cũng không dám nói, lão sư càng không dám nói. Chúng ta nhất định phải hiểu rõ tình hình xã hội hiện tại. Làm thế nào tu dưỡng phẩm đức của chính mình, tăng thêm học nghiệp của chính mình, bạn không nương vào chính mình thì nương vào ai?

Hiện tại văn minh vật chất phát triển, chúng ta mua một cái tấm gương lớn, mua để làm gì vậy? Để soi chính mình, không phải soi người khác. Người biết tu hành, xem thấy người khác liền có thể hồi quang phản chiếu, nghĩ đến chính mình, đây là việc tốt, đây là chính xác. Người khác có tu hành, ta lập tức liền nghĩ ta có hay không; người khác làm ác, ta nghĩ xem ta có làm qua hay không, cho nên tất cả người sự vật trong xã hội cũng là một tấm gương lớn để chúng ta soi.

Người biết dùng, thành tựu học vấn đức hạnh của chính mình, then chốt chính là biết hay không biết. Giữa người và người cái ẩn tượng thứ nhất chính là gặp mặt với bạn, dung mạo của bạn, thân thể của bạn, nếu như người học Phật chúng ta thân thể không khỏe mạnh thì không thể dạy xã hội đại chúng sanh khởi lòng tin đối với Phật pháp. Nhìn thấy bạn học Phật mà bạn không khỏe mạnh, họ liền nghĩ: "Phật không thể học, học Phật thì ra đáng vẻ như vậy!". Đây là tội nghiệp của chúng ta, chúng ta đem hình tượng của Phật phá hoại đi. Phật pháp y báo, chánh báo đều trang nghiêm, chúng ta học Phật chính là một đại biểu của Phật, một hình tượng của Phật. Chúng ta phá hoại đi hình tượng của Phật, làm hỏng đi hình tượng của Phật, chúng ta tạo vô lượng vô biên tội nghiệp, mà chính mình vẫn không hay biết, việc này rất đáng sợ. Cho nên, trong kinh luận Phật nói rất nhiều lần về điều thân, điều tâm, nhất là trong giới kinh. Trong kinh luận phần nhiều là dạy chúng ta điều tâm, trong giới luật phần nhiều là

dạy chúng ta điều thân. Thân tâm kháng kiện, viễn ly bệnh khổ, thì xã hội đại chúng mới cần đến, mới hoan hỷ. Cho nên, Phật pháp không xem thường hiện thực, chúng ta phải có dung nhan tốt đẹp để tiếp đãi đại chúng, phải có tâm thái khỏe mạnh, triển hiện cho người xem, đây chính là tiếp dẫn đại chúng rộng lớn.

Chúng ta đã nói rất nhiều lần rồi, Phật giáo không phải là tôn giáo, mà là giáo dục chí thiện viên mãn của Phật Đà, cho nên không luận chủng tộc khác nhau, tôn giáo khác nhau đều phải nên học Phật, vì sao vậy? Phật pháp là trí tuệ cứu cánh viên mãn, hư không pháp giới tất cả chúng sanh đều cần đến trí tuệ, cần đến trí tuệ chân thật, cần đến trí tuệ viên mãn mới có thể trải qua đời sống hạnh phúc mỹ mãn. Chúng sanh sống ở thế gian, sống khổ đến như vậy, vì sao đời sống khổ đến như thế? Vì không có trí tuệ, sống ở trong phiền não, lo buồn, gian nan, đây là điều rất bất hạnh. Phật pháp muốn độ chúng sanh, "độ" là ý nghĩa của giúp đỡ, hiệp trợ. Hiệp trợ chúng sanh lia khổ được vui, đây không phải là một khẩu hiệu rỗng không, mà là mục tiêu chân thật. Làm thế nào có thể đem mục tiêu này thực tiễn? Phải có giáo học trí tuệ chân thật, thân thể khỏe mạnh. Các vị nhất định phải biết, phạm hễ ham muốn an lạc, cầu thân thể khỏe mạnh thì khó. Cho nên chúng ta hay nghĩ, Thế Tôn vì sao dùng bánh xe để làm biểu pháp, làm thành tiêu chí của giáo học. Tâm của bánh xe là thanh tịnh. Bánh xe là hình tròn, hiện tại mọi người đều học qua. Tâm của hình tròn có hay không? Tâm ở chỗ nào? Không có hình tướng! Cho nên tâm phải rỗng, rỗng thì linh, trong tâm không thể có thứ gì, thân thì phải động, phải hiểu được vận động, người thế gian "cường thân chi đạo", làm rất nhiều vận động.

Phật dạy chúng ta để điều thân tâm, trong tu học dùng bái Phật, dùng lễ lạy. Mỗi ngày chúng ta có thể lạy Phật 300 lạy, 300 lạy này là ít nhất. Chúng ta biết, có rất nhiều người một ngày lạy 3.000 lạy, họ lạy Phật có thể khai ngộ. Trong "Cánh Trần Hồi Úc Lục", các vị xem thấy pháp sư phơi đèn sáp, Ngài chính là nhờ bái Phật mà khai ngộ, Ngài không có đi học nên không biết chữ, đến sau này có thể làm thơ, có thể làm kệ, có thể giảng kinh nói pháp, Ngài ở chùa A Dục Vương lạy Phật ba năm thì khai ngộ. Tâm thành liền thông. Chúng ta không thể khai ngộ thì không thông, Ngài dùng phương pháp lạy Phật thì đã thông.

Người trung niên trở lên mỗi ngày chỉ ít phải lạy 300 lạy, lạy đến trên thân toát mồ hôi. Năm xưa, tôi cùng pháp sư Sâm Vân tại Bồ Lý ở chòi tranh, mỗi ngày tôi lạy 800 lạy, mỗi ngày chỉ ít phải thay áo lót hai lần, trên người cả thân đều là mồ hôi, điều này có sự giúp đỡ đối với sức khỏe thân thể rất tốt. Tôi ở trên núi với Ngài nửa năm, đã lạy mười mấy vạn lạy. Mấy năm trước ở Lusanchi, tôi gặp được một vị cư sĩ tại gia đã ngoài 60 tuổi, sức khỏe không tốt. Tôi khuyên ông lạy Phật, một ngày ông lạy 100 lạy, sáng sớm lạy 50 lạy, buổi tối lạy 50 lạy, không nên gián đoạn. Ông lạy được một năm sức khỏe liền tốt, vốn dĩ xương cốt thân thể đều khô cứng, thế mà ông có thể ngồi xếp bằng, thế mới biết được phương pháp này tốt. Trong phương pháp này có vận động, có cường thân, có tu định, tu huệ.

Người lạy Phật, tâm là thanh tịnh, thân là hoạt động, cũng giống như cái tượng của bánh xe vậy, vòng tròn bên ngoài đang động, nhưng tâm bánh xe không động. Cho nên, vận động lạy Phật tốt hơn các thứ vận động khác. Các thứ vận động khác là tâm của bạn cũng đang động, lạy Phật loại vận động này tâm không động, đích thực là định huệ đều học. Chúng ta không nên sợ chảy mồ hôi, chảy mồ hôi là tốt, những thứ dơ bẩn độc tố bên trong chúng ta có thể bài trừ ra, sau khi bài trừ ra thì bạn sẽ không bị bệnh. Có rất nhiều thứ bệnh đều là độc tố trong cơ thể không thể bài trừ ra, đặc biệt là bệnh viêm khớp, bệnh phong hàn, nguyên nhân là gì vậy? Là niệu độc, niệu độc không thể bài tiết ra, tích chứa ở trong khớp mà sanh bệnh. Phạm hễ bị loại bệnh này gần như đều không đổ mồ hôi, rất ít đổ mồ hôi, nhất là chúng ta ở trong phòng máy lạnh, nếu ở lâu thì bị nhiễm phong hàn. Cho nên nguồn gốc của bệnh chúng ta phải biết, phải làm thế nào để loại trừ nó. Không sợ đổ mồ hôi, mỗi ngày thêm mấy lần giặt quần áo cũng không hề gì. Thân tâm chúng ta khỏe mạnh là hình tượng tốt để cho xã hội đại chúng xem, tiếp dẫn xã hội đại chúng, không nên để họ bỏ lỡ cơ hội học Phật, như vậy thì tốt.

Tốt rồi, hôm nay chúng ta chỉ giảng đến chỗ này.

A Di Đà Phật!

**Người giảng: Lão Pháp Sư Tịnh Không**

**Giảng tại: Tịnh Tông Học Hội Singapore**

**Thời gian: Năm 2001**

**Cẩn dịch: Viên Đạt cư sĩ, Vọng Tây cư sĩ**

**Biên tập: Phật tử Diệu Hương, Phật tử Diệu Hiền**

