

Bài thứ 55

(Giảng ngày 15 tháng 7 năm 1999 tại Tịnh Tông Học Hội Australia, file thứ 56, số hồ sơ: 19-012-0056)

Thưa quý vị đồng học, cùng tất cả mọi người.

Phần trước giảng đến hai chữ “hóa tha” (nghĩa là cảm hóa người khác), ý nghĩa tổng quát là “chính kỷ hóa nhân” (nghĩa là: sửa mình chân chánh, cảm hóa người khác). Trong phần chú giải [Vựng biên] đã nói rất hay: “Đó gọi là tự thân chân chánh thì không cần mệnh lệnh [người khác cũng] làm theo. sửa mình chân chánh phải cần nhiều công phu, cảm hóa người khác có nhiều tác dụng kỳ diệu. Với những người có thể tự sửa mình chân chánh thì sẽ có khả năng cảm hóa người khác.”

Những lời này đều khẳng định hết sức chắc chắn rằng, muốn hỗ trợ giúp đỡ người khác, hỗ trợ giúp đỡ xã hội này - như hôm qua tôi cũng đã giảng rất nhiều - điều quan trọng thiết yếu nhất vẫn là do nơi chính bản thân mình. Tự thân mình không chân chánh mà muốn hỗ trợ giúp đỡ người khác thì cực kỳ khó khăn, đương nhiên sẽ gặp rất nhiều chướng ngại. Đặc biệt là trong xã hội hiện đại của chúng ta, về sự tướng cũng như lý lẽ ta đều phải hiểu thật rõ ràng, sáng tỏ: Tự tâm mình chân chánh, lời nói chân chánh, việc làm chân chánh, thì tự nhiên có thể được mọi người tôn trọng.

Không chỉ là mọi người đối với quý vị có sự tôn trọng mà quý thân cũng tôn trọng, trong chỗ u mặc vô hình tự nhiên [quý vị có] được sự ủng hộ [của họ], hơn nữa còn được chư Phật hộ niệm. Tự thân mình muốn làm việc chân chánh thì điều quan trọng cốt yếu là tâm phải chân chánh.

Mỗi người chúng ta đều muốn học, hết sức mong muốn được học, vì sao không học được? Nguyên nhân không học được là vì không buông bỏ những ý niệm tự tư tự lợi, hết thấy đều bị chướng ngại bởi

những ý niệm này. Cho nên, nếu muốn tâm chân chánh, hành vi chân chánh, thì cần phải buông xả hết những ý niệm gây chướng ngại ấy.

Nhưng cũng có một số vị đồng tu nói rằng, chúng tôi rất muốn buông bỏ mà không buông bỏ được. Vậy nguyên nhân không buông bỏ được nằm ở đâu? Nói thật ra thì nguyên nhân chính là vì không hiểu được thật tướng của các pháp. Đức Phật Thích-ca Mâu-ni thuyết pháp trong 49 năm, 49 năm ấy ngài thuyết dạy những gì? Nói gọn một câu, chính là giảng về thật tướng của các pháp. Theo cách nói hiện nay thì đó là chân tướng của vũ trụ nhân sinh. Thấu hiểu được chân tướng rồi thì tự nhiên dễ dàng buông bỏ, không một chút khó khăn gì.

Nhưng chân tướng vũ trụ nhân sinh đã sâu xa lại rộng lớn, rất khó thấu hiểu được. Cho nên đức Phật phải dùng đến thời gian lâu dài đến thế. Đặc biệt thuyết giảng chuyên biệt về ý nghĩa này chính là kinh Bát-nhã. Đức Phật thuyết giảng kinh Bát-nhã đến 22 năm. Trong 49 năm thuyết pháp, kinh Bát-nhã chiếm 22 năm, gần đến một nửa thời gian. Đức Phật dành một thời gian dài đến thế, tâm từ bi khó nhọc răn dạy, chỉ một mục đích duy nhất là giúp đỡ, hỗ trợ chúng ta nhìn thấu [được thật tướng của các pháp]. Nhìn thấu được rồi thì sau đó trên đường tu tập đạo Bồ-đề sẽ không còn chướng ngại gì lớn.

Đường Bồ-đề là gì? Đó là con đường sống hạnh phúc mỹ mãn. Bồ-đề là Phạn ngữ, có nghĩa là giác ngộ. Khi chúng ta sống trong trạng thái giác ngộ mênh mông, đối đãi với muôn người, tiếp xúc với sự vật đều không mê hoặc điên đảo, đó gọi là đi trên đường Bồ-đề. Cho nên, đường Bồ-đề chính là đời sống, công việc thường ngày, chính là những hoạt động bình thường trong đời nhân xử thế, tiếp xúc, ứng xử với sự vật. Hoạt động bình thường như thế cũng chính là đời sống của Bồ Tát, đời sống của chư Phật. Chúng ta học Phật, mục đích cũng chính là ở điểm này. Đây là điều mà chúng ta trước hết phải nhận thức thật rõ ràng,

không thể xem chư Phật, Bồ Tát như những vị thần rồi chờ đợi, cầu khẩn sự bảo vệ, giúp đỡ cho ta. Quan niệm như thế là hoàn toàn sai lầm.

Công phu tu tập “chính kỷ hóa nhân” đương nhiên trước hết phải thiết lập cho được một vũ trụ quan, một nhân sinh quan chính xác, cũng có nghĩa là xác định một nhận thức, cách nhìn đối với nhân sinh, đối với hoàn cảnh, môi trường sống. Có nhận thức chính xác, đó là trí tuệ. Có trí tuệ rồi còn cần phải có công phu. Công phu là gì? Là khắc phục tập khí phiền não của bản thân. Đó là công phu, phải khắc phục.

Tập khí phiền não vốn được nuôi dưỡng, tích tập từ vô thủy kiếp đến nay, Nho gia gọi là tập tánh, là thói quen lâu ngày thành tự nhiên. Tập tánh như thế rất đáng sợ, rất phiền toái, rất khó dứt trừ. Nhưng khi chưa dứt trừ hết [tập khí phiền não] thì dù có nhận hiểu được, lý giải được cũng chẳng ích lợi gì, vẫn cứ tạo tác [nghiệp lưu chuyển trong] sáu đường luân hồi, vẫn cứ phải đọa vào ba đường ác.

Do đâu đọa vào ba đường ác? Do thị phi, nhân ngã, tham, sân, si, mạn. Những quan niệm như thế, những hành vi như thế là nghiệp nhân đọa vào ba đường ác. Chúng ta phải dứt trừ, buông bỏ được những tác nhân này thì mới không còn bị đọa vào ba đường ác.

Nhưng liệu được mấy người có khả năng dứt trừ? Vì sao không thể dứt trừ? Vì không chịu khắc phục tập khí phiền não của tự thân, sáu căn tiếp xúc với sáu trần, tự nhiên lập tức sinh khởi tham, sân, si, mạn, tự nhiên sinh khởi tự tư tự lợi. Những phiền toái như vậy thật lớn lắm.

Cho nên, Phật dạy chúng ta phải thực hiện một cuộc chuyển biến. Lời dạy này rất hay. Nhất định phải thực hiện một cuộc chuyển biến. Về mặt công phu tu tập mà nói, muốn bỏ ác làm thiện phải bắt đầu thay đổi từ đâu? Phải bắt đầu từ nơi ý niệm mà thay đổi, phải bắt đầu từ nơi hành vi mà thay đổi. Trong quá khứ, mọi ý niệm của ta đều vì bản thân mình, mọi hành vi cũng đều vì bản thân mình. Hãy đem những ý niệm như thế

chuyển đổi, từ nay về sau luôn vì người khác, không vì tự thân mình. Mỗi một thời khắc đều lo nghĩ vì người khác, lo nghĩ vì xã hội, lo nghĩ vì hết thảy chúng sinh.

Thế gian có rất nhiều người đáng thương. Vì sao họ đáng thương như vậy? Vì không ai dạy bảo họ, nên không biết làm thiện, không biết tích đức, gây nhân xấu ác phải chịu quả xấu ác, tuy được thân người, chuyện ăn mặc thường bị thiếu thốn. Chúng ta thấy như vậy phải hết lòng hết sức giúp đỡ hỗ trợ cho họ.

Đức Phật Thích-ca Mâu-ni thuở còn tại thế, không chỉ tự thân ngài mà ngay cả những đệ tử của ngài, không phải là không thể sống cuộc sống sung túc hơn. Các vị có thể chọn cuộc sống tốt hơn rất dễ dàng. Bản thân đức Phật xuất thân là một vương tử, các vị quốc vương, đại thần đều là hộ pháp của ngài, nên muốn hưởng thụ vật chất đến mức độ nào đi nữa, đối với ngài đều không phải chuyện khó khăn. Ngài vì sao phải ôm bát đi khát thực? Vì sao phải sống cuộc đời đơn sơ khó nhọc như vậy? Không gì khác hơn là muốn giảm bớt một miếng ăn để giúp đỡ người đói thiếu.

Ngài có thực sự giúp được gì chăng? Xin nói để quý vị biết, quả thật là giúp được. Giảm bớt sự hưởng thụ vật chất của bản thân mình chính là giúp đỡ, hỗ trợ cho người đói thiếu. Nếu ta không có tâm hạnh này thì đương nhiên không có khả năng thực hành Bồ Tát hạnh. Trước tiên phải có tâm hạnh này, là tâm thuần thiện, là hạnh thuần thiện, cho nên cảm động đến các vị thiện thần, trời, rồng đều hộ trì, việc giáo hóa chúng sinh trong một đời mới đạt được hiệu quả.

Chúng ta học Phật phải từ chỗ này mà bắt đầu, phải có công phu tu tập chân chánh. Chúng ta ngày nay hưởng thụ vật chất, lấy chuyện ăn uống mà nói, ngày ba bữa vẫn chưa thấy đủ, còn phải bổ sung thêm các bữa ăn vặt. Đó là do nguyên nhân gì? Thân thể này là thân nghiệp chướng. Tâm có nghiệp chướng, thân cũng có nghiệp chướng. Sự ăn

uống đối với sinh mạng con người là quan trọng thiết yếu nhất. Trong mạng sống của ta, thân thể này là một cỗ máy vận hành không ngừng nghỉ nên cần phải có năng lượng cung cấp bổ sung. Sự ăn uống chính là năng lượng bổ sung. Người nghiệp chương nặng nề thì tiêu hao năng lượng rất nhiều, nếu bổ sung ít sẽ sinh bệnh, không thể làm việc. Người tiêu hao năng lượng ít [thì dù bổ sung ít cũng vẫn] làm việc bình thường.

Năng lượng tiêu hao rất cuộc là do đâu? Người học Phật đều biết, khoảng 95% năng lượng tiêu hao vào vọng niệm, chúng ta thường gọi là tư tưởng loạn động. Người tu hành so với mọi người trong xã hội nói chung thường ít vọng niệm hơn, tâm ý tương đối thanh tịnh hơn. Vọng niệm ít thì tiêu hao năng lượng ít, cho nên việc bổ sung năng lượng cũng ít. Đức Thế Tôn vì những người sơ học chúng ta mà thị hiện, dạy chúng ta đem tất cả những ưu tư lo phiền vướng mắc buông bỏ hết đi, vì hết thấy những thứ ấy đều không cần thiết. Như vậy thì thân tâm quý vị đều được lành mạnh khỏe khoắn, mức tiêu hao năng lượng dần dần giảm thấp. Cho nên, mỗi ngày ăn một bữa là đủ. Ngay cả một bữa ăn này, [thỉnh thoảng] không ăn cũng chẳng hề gì, vẫn có thể vận động làm việc bình thường. Đó là sự thật.

Chúng ta đọc thấy trong kinh điển, tâm ý của vị A-la-hán vô cùng thanh tịnh, vọng tưởng, tạp niệm hầu như không có. Năng lượng bổ sung của các ngài, mỗi tuần chỉ khát thực một lần, có nghĩa là mỗi tuần chỉ ăn một bữa cơm. Các ngài ăn một bữa cơm, dưỡng chất cung cấp trong một tuần như vậy là đủ. Các vị Phật Bích-chi có công phu an định còn hơn thế nữa, so với các vị A-la-hán thì tâm ý các ngài thanh tịnh hơn, nửa tháng mới đi khát thực một lần, nghĩa là hai tuần ăn một bữa cơm, đối với các ngài là đủ.

Trong thực tế, chư Phật và các bậc Pháp thân Đại sĩ có cần đến việc ăn uống hay không? Không cần thiết nữa. Đối với các ngài có thể hoàn toàn dứt bỏ. Đức Phật ra đời là thị hiện một tấm gương để chúng ta

noi theo. Trong cương vị đó, ngài có thể hoàn toàn dứt bỏ việc ăn uống. Nhưng dứt bỏ việc ăn uống rồi, phàm phu chúng ta nhìn thấy mà không thể noi theo, như vậy thì làm sao? Cho nên, ngài dạy chúng ta rằng người tu hành mỗi ngày ăn một bữa là được.

Việc tu tâm thanh tịnh là quan trọng thiết yếu, niềm vui thiền định là thực phẩm, niềm vui trong chánh pháp tràn đầy. Dùng niềm vui thiền định, dùng niềm vui chánh pháp để nuôi dưỡng thân thể, dùng tâm thanh tịnh, như vậy thì năng lượng tiêu hao ở mức ít nhất. Đó là công phu tu tập thực hành. Công phu này phải được rèn luyện ngay trong cuộc sống thường ngày, rèn luyện tâm thanh tịnh, hạnh thanh tịnh.

Tâm hạnh thanh tịnh không phải điều gì khác, chính là buông xả mà thôi. Những việc không liên can phải buông xả, những ý niệm không liên can phải dứt trừ, thường duy trì chánh niệm trong hiện tại. Chánh niệm chính là niệm Phật. Ngày đêm tiếp nối, mỗi phút mỗi giây, trong lòng duy nhất chỉ có một câu Phật hiệu, đó là chánh niệm.

Hết thầy chúng sinh không biết được sự thù thắng của Phật pháp, không biết được sự lợi ích của niệm Phật. Chúng ta phải dùng phương tiện khéo léo để giúp đỡ, hỗ trợ, khiến cho chúng sinh biết được lợi ích của việc niệm Phật, cũng có thể học tập, niệm Phật theo như chúng ta. Sự giúp đỡ hỗ trợ của Bồ Tát đối với chúng sinh không thể nói hết, nhưng chỉ có một mục đích duy nhất là cuối cùng dẫn dắt họ vào con đường niệm Phật. Mục đích ấy là hoàn toàn chân chánh, trừ mục đích này ra, Bồ Tát không có mục đích nào khác.

Cho nên, quý vị đối đãi với người khác, tiếp xúc với muôn vật, cần phải khởi tâm từ bi, mở rộng lòng khoan dung độ lượng, phải nhận thức được tổng thể vấn đề, nhất định không được tùy thuận theo tình cảm, tham muốn của riêng bản thân mình. Chiều theo tham muốn của bản thân là chiều theo phiền não, như vậy là sai lầm. Đạo Phật dạy rằng như vậy là quý vị đang tạo nghiệp.

Vì thế, trong công phu thường ngày ở bước khởi đầu, chúng ta phải làm giảm nhẹ đi [những ý niệm] thị phi, nhân ngã. Dứt trừ chúng không phải dễ, nên trước hết phải làm giảm bớt, phải xem nhẹ chúng. Đặc biệt là đối với những lời khen tiếng chê. Gặp lúc bị người khác nhục mạ phỉ báng, hoặc có lúc được người khác ngợi khen xưng tán, những việc khen chê ấy đều không để động lòng thì tâm quý vị sẽ dần dần thanh tịnh.

Những chuyện không thiết yếu thì không cần biết đến, những người không thiết yếu phải tiếp xúc thì không cần quen biết. Người xưa nói rất hay: “Tri sự đa thời phiền não đa, thức nhân đa xứ thị phi đa.” (nghĩa là: ‘Biết nhiều việc quá thêm phiền não, quen nhiều người quá lắm thị phi’ ko ạ?) Lắm phiền não, nhiều thị phi, tâm quý vị làm sao có thể thanh tịnh? Tâm quý vị không thanh tịnh thì nghiệp thanh tịnh không thể thành tựu.

Chỗ mong cầu của chúng ta là thế giới Tây phương Cực Lạc, sớm được gần gũi với đức Phật A-di-đà. Muốn vãng sinh về thế giới Tây phương Cực Lạc, điều kiện duy nhất chính là: “Tâm thanh tịnh thì cõi Phật thanh tịnh.”

Chúng ta niệm một câu Phật hiệu, hiệu quả ở chỗ nào? Đó là dùng câu Phật hiệu này để trừ hết những ý niệm vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Trong tâm có tạp niệm, khởi lên một câu A-di-đà Phật thì bao nhiêu tạp niệm liền buông bỏ. Nếu thực sự suốt ngày suốt đêm chỉ có mỗi một câu Phật hiệu trong tâm, vọng tưởng, tạp niệm không khởi sinh, đó là công phu của quý vị đã được thành tựu, chuyện vãng sinh nắm chắc trong tay. Quý vị cùng với đức Phật A-di-đà đã có sự cảm ứng giao hòa trong đạo thể. Ngược lại, niệm Phật mà vọng tưởng không dứt trừ, đương nhiên công phu tu tập như vậy không có hiệu quả.

Có người hỏi, học tập giáo pháp cũng khiến tâm phân tán, vậy có phải tạp niệm hay không? Nếu học giáo pháp vì để được danh tiếng, vì lợi dưỡng thì đó là tạp niệm. Nếu học vì để làm cho Phật pháp tỏa sáng

rộng truyền, cứu độ khắp thấy chúng sinh thì đó là chánh niệm. Do đó có thể biết rằng, nếu chúng ta không vì bản thân mình, vì tất cả chúng sinh phá trừ si mê mở ra giác ngộ, đó chính là chánh niệm hiện tiền. Nếu vì danh tiếng, vì lợi dưỡng của bản thân, đó chính là ý niệm luân hồi. Như vậy thì giảng kinh thuyết pháp cũng vẫn là tạo nghiệp luân hồi, là nghiệp lành trong các nghiệp luân hồi, quả báo đi vào ba đường lành.

Nếu tâm tham danh lợi quá nặng nề, nói chung không thể đi vào ba đường lành. Vậy đi về đâu? Đi vào ba đường ác mà hưởng phúc. Nói chung, hoằng pháp lợi sinh cũng là tu phúc. Nếu quá chú trọng vào danh tiếng, lợi dưỡng của bản thân mình, tham muốn hưởng thụ năm món dục, sáu trần cảnh sẽ hưởng phúc trong cảnh giới súc sinh, hưởng phúc trong cảnh giới ngạ quỷ. Những trường hợp như vậy rất nhiều, không thể kể hết.

Chư vị nghĩ xem, người bạn đồng học của ngài An Thế Cao ngày xưa [về sau thác sinh] làm Long vương ở hồ Cung Đình, mang thân rắn. Đó là sinh vào cảnh giới súc sinh. Ông này đã tạo nghiệp gì? Ông là người xuất gia, thấu hiểu kinh điển, ưa thích làm việc bố thí. Giáo lý Phật pháp đều thông đạt, lại vui thích bố thí, nhưng ý niệm riêng tư chưa dứt trừ, chưa buông bỏ hết. Một hôm đi khát thực được món ăn không ngon, không vừa ý, trong lòng không thoải mái, liền tạo thành nghiệp đời sau phải sinh làm thân súc sinh. Tuy làm súc sinh nhưng phước báo lớn. Ông hiểu rõ kinh điển, có trí tuệ, nên đọa làm thân súc sinh nhưng được làm Long vương, hết sức linh hiển. Linh hiển là do ông có trí tuệ. Phước báo ông rất lớn, trong vòng một ngàn dặm [quanh nơi ông cư trú], người ta tìm đến lễ bái, cúng dường ông. Đó là phước lớn, vì [thuở trước] vui thích bố thí. Nhưng nổi khổ không thể nói hết là ông phải làm Long vương.

Ngài An Thế Cao đến hóa độ cho ông, vì ông giảng kinh thuyết pháp, khuyên ông quay đầu hướng thiện. Trong truyện ký về ngài An

Thế Cao ghi chép rất rõ ràng. Chỉ gặp một chút không vừa ý, không thỏa mãn mà người hiểu biết kinh điển, ưa thích bổ thí vẫn phải đọa vào ba đường ác. Chúng ta ngay nay kinh điển không hiểu rõ, cũng không ưa thích bổ thí, tánh nóng nảy thì lại hơn xa, vậy tương lai đi về đường nào chẳng phải đã quá rõ ràng, quá sáng tỏ rồi sao? Quý vị nhất định không thể được như ông ấy.

Cho nên, suy ngẫm việc này thật rất đáng sợ. Biết là đáng sợ thì phải quay đầu hướng thiện, không dám khởi lên ý niệm xấu ác, không dám làm những hành vi xấu ác. Vì thế, đọc nhiều truyện ký cũng có lợi ích, có thể từng giây từng phút cảnh giác bản thân mình, khích lệ bản thân mình.

Hôm nay thời gian đã hết, chúng ta giảng đến đây thôi.