

HỌC VỊ NHÂN SƯ HÀNH VI THẾ PHẠM

*Tịnh Không Pháp sư giảng
Thích Nguyên Hùng dịch*

Tựa

Học vị nhân sư, hành vi thế phạm có nghĩa là Cái học xứng đáng làm thầy nhân loại, việc làm xứng đáng làm mô phạm cho đời. Đó là một trong loạt đề tài *Làm thế nào để thay đổi hoàn cảnh xã hội* do Pháp sư Tịnh không giảng dạy vào mùa hạ năm 1997 tại Đài bắc, và được đài truyền hình Đài lục phát sóng. Đối tượng của chương trình này không chỉ nhắm vào quần chúng xã hội Đài loan hiện tại, mà nó còn bao gồm cả nhân dân các nước trên thế giới, không phân biệt chủng tộc, tôn giáo, tất cả đều được lợi ích. Loạt chương trình này đã được đài truyền hình Đài loan, Bắc mỹ (gồm cả nước Mỹ và Gia-nã-đại) phát sóng và đã nhận được lời bình rất tốt.

Nội dung của chương trình này ngoài việc giải thích một cách rõ ràng và sâu sắc Phật giáo là gì, nó còn trình bày những hiểu biết sâu sắc và độc đáo về những hiện tượng của xã hội và thế giới, là những kinh nghiệm, những bảo bối tâm đắc nhất sau nhiều năm tu hành của Pháp sư Tịnh không. Đồng thời, đối với xã hội hiện tại và tương lai, Ngài còn đưa ra những phương hướng rõ ràng, sáng tạo để xây dựng, thiết lập một thế giới hoà bình, an lạc, hạnh phúc và giàu mạnh.

Chương trình này đã được ghi âm, hình bằng đĩa CD, VCD và biên soạn thành sách để phổ biến cho tất cả mọi người, những ai muốn có cuộc sống an lạc, hạnh phúc. Mong rằng tập sách mỏng này đến được với mọi người.

Nhóm biên thực hiện

Lời nói đầu

Các bạn thân mến! Hôm nay tôi xin mượn cơ hội này để cùng thảo luận với các bạn về vấn đề tình hình thực tế ngày nay.

Gần đây, có nhiều người nói với tôi rằng công nhân viên làm việc rất cực khổ; người thầy giáo trách móc học trò không chịu nghe lời dạy dỗ; nhiều bậc cha mẹ cũng thường than phiền những đứa con trẻ không chịu nghe lời. Đây là một vấn đề rất nghiêm trọng, không phải là vấn đề của một gia đình, một cá nhân, mà hiện nay, nó là một vấn đề chung của xã hội. Không chỉ xã hội của chúng ta có hiện tượng này, mà nhiều quốc gia trên thế giới cũng phổ biến và tồn tại vấn đề nghiêm trọng này, và nhân loại cảm thấy lo ngại.

Chúng ta phải giải quyết vấn đề này như thế nào?

Người ta đến hỏi tôi, tôi cũng thấy được đây là vấn đề rất nghiêm trọng, là một căn bệnh rất nghiêm trọng của xã hội; vì vậy, để giải quyết được nó chúng ta phải biết được nguyên nhân phát sanh bệnh như thế nào thì mới trị bệnh được.

Nhà Nho thường nói: vua không phải vua, thần không phải thần, cha không phải cha, con không phải con thì xã hội chắc chắn đại loạn. Ngày xưa nói Quân thần tức xã hội ngày nay là tầng lớp lãnh đạo và tầng lớp bị lãnh đạo. Ví dụ ông chủ của công ty là người lãnh đạo, nhân viên trong công ty ấy là người bị lãnh đạo. Vì sao nhân viên không nghe lời? Người lãnh đạo cần phải suy nghĩ cho kỹ. Chúng ta ai cũng biết rằng đoàn kết là sức mạnh. Vào năm 1983, tôi giảng kinh ở New York, một người bạn người Mỹ đã nói đùa với tôi rằng: Hiện nay hầu hết người Tây phương đều cho rằng người Trung quốc rất thông minh, nếu như đem người trên thế giới lại để so sánh, thì hai người so sánh với nhau, người Trung quốc sẽ đứng nhất, bốn người so với nhau, người Do thái đứng nhất; sáu người so với nhau thì chúng ta phải thừa nhận người Nhật bản đứng nhất. Sau đó, anh ta dùng một câu châm biếm nói với tôi rằng: Nhưng người Trung quốc các bạn vì sao không đoàn kết? Ý tứ của câu nói đó là người Trung quốc thông minh, trí tuệ nhất thế giới, đáng tiếc là không đoàn kết với nhau, chỉ lo cho bản thân mình, vị kỉ. Tôi nghe nói vậy thì cười một tràng rồi nói rằng: Đó là do Thượng đế đã an bài. Tôi đã trả lời một câu ngoài dự đoán của anh ta. Anh ta không nghĩ rằng tôi sẽ dùng một câu như vậy để trả lời. Anh ta rất ngạc nhiên hỏi lại tôi: Vì sao vậy? Tôi nói: Nếu như người Trung quốc đoàn kết lại thì các bạn còn có cơm để ăn không? Thế là anh ta lại cười một trận no nê.

Đó chỉ là một câu nói bông đùa cho vui, nhưng ý nghĩa đạo lý ẩn chứa trong đó rất sâu sắc. Vì sao ngày nay người Nhật bản, sau chiến tranh thế giới là một nước suy nhược, không bao lâu sau đã trở thành một đại cường quốc về kinh tế trên thế giới? Người Tây phương cuối cùng cũng nghĩ không thấu. Thực tế rất đơn giản, bởi vì chính trị xã hội của họ giữa người lãnh đạo và người bị lãnh đạo có mối quan hệ với nhau rất mật thiết.

Nhiều nước trên thế giới tầng lớp nhân dân vẫn còn bất mãn với giới lãnh đạo, thường đình công, kháng nghị, đôi bên đều bị tổn thất rất lớn. Chúng ta không nhìn thấy người Nhật bản đình công, công nhân viên Nhật bản đối với ông chủ của mình không có ý kiến gì sao? Có! Họ cũng có ý kiến, nhưng ý kiến của họ do người đứng đầu ngành đại diện đề đạt kháng nghị, còn công nhân viên vẫn làm việc bình thường. Đây là một ví dụ về sự thành công của tầng lớp lãnh đạo với công nhân viên. Người lãnh đạo xem thấy công nhân viên có ý kiến thì lập tức triệu tập công nhân viên lại để mở đại hội thảo luận, vì tập thể nghiêm túc giải quyết vấn đề, cho nên đôi bên đều có lợi mà không bên nào bị tổn thất. Đây là đạo lý mà người Tây phương cho đến ngày nay vẫn chưa hiểu thông, làm thế nào để có thể chống đối với người Nhật bản? Người Nhật bản đã học được điều này từ đâu? Xin thưa cùng với quý vị, là họ học từ người Trung quốc của chúng ta. Đó chính là câu nói của Nhà nho: Vua ra vua, thần ra thần, cha ra cha, con ra con. Họ hiểu được đạo lý này, đem nó ứng dụng vào trong cuộc sống, trong công việc, trong thương trường, cho nên họ đã thành công. Nếu chúng ta hiểu được đạo lý này thì có thể hình dung ra được vấn đề xã hội ngày nay.

Tam bảo - tam đức

- Bên ngoài thể hiện tam bảo: **quân, sư, phụ**

Đạo Nho dạy người lãnh đạo phải vừa làm vua, vừa làm cha mẹ, vừa làm thầy. Thời kháng chiến, chúng tôi ở niềm nam thấy rất nhiều gia đình vẫn còn thờ bài vị của tổ tiên để lễ bái cúng dường, trên bài vị đó ghi: Trời đất, vua, cha mẹ và thầy (thiên địa, quân, thân, sư), rất phổ biến, đó là do giáo dục của nhà Nho đã ăn sâu trong lòng mọi người, dạy con người làm vua, làm cha mẹ, làm thầy. Trong Phật giáo giảng dạy về Tam bảo. Tôi cho rằng ba chữ đó là Trị thể tam bảo, ở xã hội hiện đại này chúng ta cần phải phổ biến tuyên truyền.

Vua thời bây giờ chính là người lãnh đạo, người bị lãnh đạo là công nhân viên, bạn phải dùng tấm lòng của người làm cha làm mẹ để đối xử với họ, phải xem họ như anh chị em hay con cái của mình, phải quan tâm, lo lắng, thương yêu và giúp đỡ họ. Được như vậy, công nhân viên sẽ phát sanh lòng cảm tạ ân đức, xem người lãnh đạo, ông chủ như là người thân của mình, như là cha mẹ của mình. Không chỉ dùng tấm lòng của người cha người mẹ lo lắng, quan tâm, đối xử với họ mà còn phải dùng tấm lòng của một người thầy để dạy dỗ cho họ. Người lãnh đạo, ông chủ là cha mẹ của công nhân viên, và cũng là người thầy của công nhân viên; cha mẹ đối đãi với con cái là ân, thầy giáo dạy dỗ cho học trò là uy nghiêm. Bạn phải thực sự dạy dỗ cho họ để tay nghề của họ ngày một tiến bộ. Tay nghề, kỹ thuật của họ tiến bộ thì công ty thương nghiệp của bạn cũng phát triển. Cho nên, người lãnh đạo nếu như chỉ làm vua không thôi, không có tình thân, không có tấm lòng của người thầy, thì bạn chỉ làm được một trong ba phần, ngoài ra còn hai phần nữa chưa thực hiện được thì làm sao bạn giải quyết được vấn đề? Vì vậy, “tam bảo”: quân, sư, phụ phải hợp nhất thì người lãnh đạo mới giải quyết được vấn đề. Người Nhật bản họ làm được thì tại sao chúng ta không làm được?

Và vấn đề gia đình hiện nay cũng vậy, con cái không nghe lời dạy dỗ của cha mẹ, chúng ta cũng phải dùng nguyên lý này để giải thích. Cha mẹ đối đãi với con cái là tình thân, đó chỉ là một phương diện; nếu không có cái tâm của người thầy, không có cái tâm của người lãnh đạo, thì cái cách làm cha mẹ của bạn cũng chỉ mới làm được một trong ba phần, còn thiếu hai phần. Và vì vậy gia đình của bạn phát sanh vấn đề. Vì sao cha mẹ lại không dạy dỗ con cái (với tư cách là một người thầy) cho nó tốt hơn? Bạn phải lãnh đạo con cái. Lãnh đạo thế nào? Bạn phải làm tấm gương cho con cái noi theo. Con cái xem tư cách của bạn, nếu bản thân của bạn bất chính mà yêu cầu con cái chân chính thì là việc khó có thể làm được. Vì vậy, bạn phải làm người lãnh đạo con cái. Bạn cũng phải là người thầy của con cái nữa. Bạn phải dạy dỗ đạo lý cho con cái. Bạn không phải chỉ là người biết dạy không thôi, mà bản thân bạn cũng cần phải học thêm. Người dạy và người học cùng tiến bộ. Như vậy là bạn làm cha mẹ, đồng thời cũng làm vua, làm thầy, gia đình của bạn chắc chắn tốt đẹp, vấn đề được giải quyết. Thử hỏi, người làm cha làm mẹ ngày nay mà không có đức tính làm vua, làm thầy thì sao? Nếu như không có thì trong gia đình khó tránh khỏi những vấn đề.

Bây giờ là vấn đề người thầy dạy học. Vì sao người thầy giáo cảm thấy học sinh hôm nay khó giáo dục? Cũng bởi vì người làm thầy hôm nay chỉ mới làm được một trong ba phần quân, sư, phụ; ngoài ra còn hai phần nữa chưa làm được. Không những chưa làm được mà ngay cả tư tưởng, suy nghĩ cũng chưa đạt được. Bạn là một người thầy, đối đãi với học trò bạn phải có tấm lòng của người cha, đồng thời bạn cũng phải là người lãnh đạo. Cho nên, bất kì ở vị trí nào, địa vị nào, công tác nào, các bạn cũng phải hiểu và làm cho được ba phần quân, sư, phụ hợp nhất một thể, thì bạn sẽ trở thành người tài giỏi, tài đức vẹn toàn.

Có người hỏi tôi: Pháp sư! Ngài nói không sai. Nhưng tôi là một công nhân, là một công nhân thì làm sao có thể làm được cả ba phần quân, sư, phụ được?

Tôi trả lời, là một công nhân như vậy có thể làm được. Tuy bạn không ở cương vị trên, nhưng bạn phải có ý nguyện này. Giả sử tôi là công nhân, tôi có thể làm gương mẫu cho những công nhân khác, đó là tôi đã làm được vai trò của một ông vua. Đối với những đồng nghiệp, tôi quan tâm, lo lắng và chiếu cố đến họ, đó là có tâm của người thân (phụ). Sự hiểu biết về kĩ thuật của tôi, tôi rất vui vẻ chia sẻ, giúp đỡ mọi người, dạy cho họ cùng biết. Tuy cũng là đồng nghiệp với nhau, nhưng có cái họ giỏi hơn tôi, có cái tôi biết mà họ không biết. Đó là cái tâm của người làm thầy.

Do đó có thể biết, bất kì người nào, không luận họ sanh hoạt ra sao, ở thành phần nào, làm công việc gì, “Tam bảo”: quân, sư, phụ đều có thể thực hiện được. Mọi người đều có thể thực hiện được thì xã hội của chúng ta sẽ kiện toàn, những căn bệnh của thời đại đều có thể tiêu trừ, đất nước giàu mạnh, thế giới hoà bình, nhân loại hạnh phúc.

- Bên trong tu dưỡng tam đức: giác, chính, tịnh

Trong tâm phải có đủ Tam đức. Trong Phật pháp nói đến “giác, chính, tịnh” là “tam bảo”, tôi đem “tam bảo” này dùng làm “tam đức”. Nội tâm của chúng ta có đủ “tam đức” này thì đối với con người, sự việc, sự vật chỉ có giác tỉnh chứ không mê mờ, chân chính chứ không tà vạy, thanh tịnh chứ không nhiễm ô. Tâm địa chính đại quang minh, sự hiểu biết và nhận thức chân chính, thanh tịnh, bất nhiễm. Bên trong đã có tam đức, bên ngoài thể hiện “tam bảo”, người Trung quốc ngày xưa gọi đó là “thiên địa hoàn nhân”. Hoàn nhân là con người hoàn toàn không có khuyết điểm, là con người chân chính trọn vẹn. Hoàn nhân là người mà nhà Phật gọi là Bồ tát, Phật. Bồ tát, Phật là người trọn vẹn hoàn mỹ nhất. Đó là người có tài năng cứu chữa những căn bệnh của xã hội hiện nay. Do đó, nền giáo dục của chúng ta nhất định phải xác định mục tiêu rõ ràng, đó là nền giáo dục phổ biến không hạn định nền giáo dục Phật giáo, giáo dục truyền thống, hoặc giáo dục thời hiện đại, chúng ta có thể đem nó biến thành nền giáo dục của xã hội đại chúng. Hy vọng mỗi cá nhân đều có thể nhận thức được tình hình hiện thực, đều có thể phát tâm tu giác, chính, tịnh, thực hành quân, sư, phụ.

Những điều tâm đắc trong quá trình tu học Phật pháp

Nội dung của Phật pháp thật là rộng lớn. Người xưa nói một bộ 24 cuốn sử không biết bắt đầu đọc từ đâu. Đại tạng kinh của Phật giáo cơ hồ gấp mười lần bộ sử đó, đây

là nói khiêm tốn thôi, thực tế thì nhiều hơn số đó nhiều. Kinh điển nhiều môn môn như biển, biết bắt đầu học từ đâu? Cho nên, việc học Phật đối với chúng ta chỉ có hiệu quả trong thời gian ngắn khi và chỉ khi chúng ta nắm được cương lĩnh, tìm được phương hướng để đi.

Đức Phật rất từ bi. Cả cuộc đời Ngài thuyết pháp độ sanh được quy nạp thành một hệ thống cương lĩnh, có đơn giản, có phức tạp. Ví dụ như tam học, tam tuệ tuy đơn giản nhưng ý nghĩa rất thâm sâu. Chúng ta hiểu tam học là giới – định – tuệ, tam tuệ là văn – tư – tu đó chỉ là cái hiểu biết hình thức, danh tướng mà thôi. Thực chất bên trong hình thức, danh tướng đó hàm chứa ý nghĩa rất thâm sâu, không thể hiểu biết hết được. Do đó, chỉ nghe thôi chưa thể ứng dụng được. Cái học cũ không thể tìm ra được phương hướng để đạt đến mục đích. Chúng ta thử so sánh những điều dễ hiểu hơn, như tam phước, lục hoà, lục độ, thập nguyện, những từ này dùng văn tự, thuật ngữ Phật học để giải thích cũng đã rất khó khăn, và cảnh giới trong đó cũng rất rộng lớn. Ví dụ chỉ hai chữ bố thí trong kinh Hoa nghiêm, chương Hồi hướng, cũng đã giải thích hơn cả trăm loại rồi, thì chúng ta có thể thấy nó không phải là hai chữ đơn giản!

Chân thành – thanh tịnh – bình đẳng – chính giác – từ bi

Tôi đem những gì mình tu học tâm đắc nhất tóm tắt thành 10 điều 20 chữ. Đây là những điều rất dễ hiểu, dễ nhớ. Năm điều đầu tiên là: Chân thành – thanh tịnh – bình đẳng – chính giác – từ bi.

- Chân thành

Tiêu chuẩn của cái tốt là gì? Đó là lòng chân thật, không lừa mình dối người. Trong xã hội hiện tại người có thể làm được một điều này không còn nhiều, nhưng nhất định chúng ta phải làm được. Thực sự mong muốn thoát khỏi khổ đau, được sống an lạc hạnh phúc thì không còn cách nào khác ngoài việc lấy cái tâm chân thật để đối xử với mọi người, mọi loài. Sau đó mới thực sự làm việc gì, nhất cử nhất động đều không còn sợ hãi; trên đối với trời đất, dưới đối với tất cả chúng sanh lòng luôn thanh thản, khoan khoái dễ chịu, tự do tự tại. Nếu dùng tấm lòng giả dối để đối xử với người, thì dù cho không có sấm hồi trước tượng Phật, bản thân mình vẫn còn có lương tâm, không ai hay biết thì cũng bị lương tâm quở trách, tâm bất an, trong giấc ngủ thường gặp ác mộng. Nỗi khổ đó từ đâu mà đến? Đó là kết quả từ cái tâm lừa dối đối xử với mọi người, mọi loài nó sanh ra. Đúng là lợi bất cập hại, thì vì sao không dùng tâm chân thành để đối đãi với mọi người?

- Thanh tịnh

Thứ hai là phải tu tâm thanh tịnh. Các bạn nên biết, môi trường sanh thái tự nhiên của trái đất của chúng ta đã bị ô nhiễm nghiêm trọng, các nhà khoa học đã đưa ra lời cảnh cáo, nếu tình trạng ô nhiễm này không lập tức dừng lại, thì trong vòng 50 năm nữa trái đất không còn là nơi thích hợp cho loài người sanh tồn. Lời cảnh cáo nghiêm trọng này có căn cứ khoa học rõ ràng. Vì sao ngày nay việc bảo vệ, phòng chống ô nhiễm không có hiệu quả? Người đời chỉ nhìn thấy bên ngoài, kỳ thật sự ô nhiễm bên

trong tâm con người còn nghiêm trọng hơn nhiều. Tâm thức, tinh thần, tư tưởng, kiến thức đều bị ô nhiễm. Bên trong, bên ngoài đều bị ô nhiễm nghiêm trọng. Các nhà khoa học nói rằng 50 năm sau trái đất này không còn thích hợp cho loài người sinh tồn nữa, tôi xem ra hình như khoảng thời gian đó hơi lâu!

Vì vậy, hôm nay chúng ta phải tu học và hoằng dương chính pháp, phải lấy tâm thanh tịnh đặt lên hàng đầu, đó là bảo vệ môi trường. Đề phòng ô nhiễm từ việc bảo vệ cái tâm của chúng ta thanh tịnh, nhất định phải học Phật pháp, nhất định phải tu giới, định, tuệ. Tâm thanh tịnh thì thân cũng thanh tịnh; thân tâm thanh tịnh thì hoàn cảnh bên ngoài cũng thanh tịnh, đó mới là bảo vệ môi trường từ căn nguyên trở đi, mới thật sự có hiệu quả. Mỗi con người ai cũng quan tâm đến sức khỏe, hạnh phúc, tuổi thọ của mình, mà muốn đạt được những điều đó phải bắt đầu từ đâu? Từ tâm thanh tịnh.

Tôi có rất nhiều người đồng tu, ở trong nước cũng như ở nước ngoài, đặc biệt là khi tôi ở Nhật bản, lúc nào cũng có người đến hỏi: Pháp sư, bình thường ngài dùng những vật thực gì? Ăn những chất bổ gì? Mà trông thân thể của ngài rất khỏe mạnh, tinh thần cũng rất tốt! Tôi trả lời với họ: Tôi có một thứ rất bổ dưỡng! Họ hỏi tôi: Là thứ gì vậy? Tôi nói: Nước máy của công ty nước máy Đài loan! Tôi ăn cơm tùy duyên, không làm phiền người khác, người ta cho tôi thứ gì, tôi dùng thứ ấy, rất đơn giản và ăn rất ít. Tôi không ăn vặt, không ăn tất cả những thực phẩm bổ dưỡng. Những chất bổ đều có tác dụng phụ, bạn xem những người có tiền, những gia đình phú quý, muôn ngàn thứ bổ dưỡng, nhưng chất bổ ra khỏi thân là bệnh.

Vậy thứ gì bổ nhất, dinh dưỡng nhất? Đó là tâm hồn thanh tịnh! Tâm không có phiền não, không phân biệt, không lo nghĩ ưu tư, không bận tâm, đó là hạnh phúc nhất! Cái đó gọi là người gặp việc vui tinh thần trong sáng, niềm vui này là từ trong tâm thức toả ra. Còn niềm vui của người đời là từ sự tìm kiếm khoái lạc, tìm kiếm kích thích. Tìm kiếm kích thích từ những hơi thuốc phiện là một dạng độc tố, đó là một thứ niềm vui, khoái lạc không chân chính. Niềm vui chân chính là từ miền tâm thức thanh tịnh toả ra, đó mới là hạnh phúc chân thật. Cho nên trong nhà Phật thường tu tập thiền định, người có định lực thâm hậu thì lấy niềm vui thiền làm thức ăn (thiền duyệt vi thực). Thức ăn ở đây chỉ là tỉ dụ, nhưng đúng là nguồn dinh dưỡng, thiền duyệt chính là nguồn dinh dưỡng tốt nhất. Thiền duyệt chính là niềm vui từ tâm thức thanh tịnh toả ra, nhà Phật gọi đó là niềm vui sống đầy đủ với pháp (pháp hi sung mãn). Bạn có thể đạt được pháp hi, đó chính là niềm vui giúp cho cơ thể khỏe mạnh, tuổi thọ tăng cao.

- *Bình đẳng*

Thứ ba là tâm bình đẳng. Đối với bản thân phải thanh tịnh, đối với mọi người phải bình đẳng, không có phân biệt cao thấp. Không xem trọng người giàu sang, phú quý, khinh thường những người nghèo hèn, khổ cực. Phải dùng tâm bình đẳng để đối xử với mọi người, mọi loài, luôn lấy tâm giác ngộ để đối đãi với tất cả mọi sự, lấy tâm đại từ bi để quan tâm, lo lắng, chiếu cố, giúp đỡ hết thảy chúng sanh. Xem người khác với bản thân mình là một, người ta cần sự giúp đỡ, chúng ta phải toàn tâm toàn lực để giúp họ.

- Chính giác – từ bi

Chính giác là trí tuệ, là trí tuệ bát nhã vốn có đầy đủ trong chân tâm của mỗi chúng sanh, không phải thứ trí tuệ từ bên ngoài mà có. Chỉ cần giữ tâm thanh tịnh bình đẳng thì trí tuệ tự nhiên phát sanh. Nói một cách khác, một khi tâm thanh tịnh bình đẳng thì chính là tác dụng của trí tuệ: vạn sự vạn vật, quá khứ, tương lai đều hiểu biết tường tận, không thể nghĩ bàn. Người đời cho rằng thần thông biến hoá là chuyện phi thường không thể có, nhưng kỳ thật đó là bản năng của con người, khắp cùng thế giới này cho đến cả những hành tinh khác, không chỗ nào là không thấy không nghe được, sáu giác quan của chúng ta đều có thể tiếp xúc một cách trọn vẹn. Ngày nay bản năng của chúng ta đã mất, cho nên xem thấy khôi phục một ít đã cảm thấy thần thông rộng lớn không thể nghĩ bàn, mà không biết rằng đó là bản năng của mình. Vì sao bản năng của chúng ta bị mất? Vì tâm bị ô nhiễm và tâm khởi niệm phân biệt. Đức Phật nói rằng tất cả chúng sanh đều do vọng tưởng phân biệt và cố chấp nên không thể khôi phục. Nếu có thể dập tắt lòng vọng tưởng, phân biệt và cố chấp thì bản năng có thể khôi phục được.

Tâm từ bi là đối đãi với tất cả mọi chúng sanh bằng tình thương chân thật. Từ bi chính là lòng thương yêu. Vì tất cả chúng sanh, toàn tâm toàn lực thương yêu, giúp đỡ, đùm bọc mà không có bất kỳ một điều kiện nào, tất cả đều bình đẳng, đó chính là tấm lòng đại từ đại bi.

Nhìn sâu – buông xả – tự tại – tùy duyên – niệm Phật

Có tâm tốt thì có thể làm được việc tốt. Thế nào gọi là việc tốt? Mặc áo, ăn cơm đều là việc tốt, chỉ cần làm trong chính niệm, hành động và tâm thức đều tương ứng với nhau thì là việc tốt; nếu không có chính niệm, hành động và tâm thức không tương ứng với nhau thì là việc xấu. Cho nên, năm điều tiếp theo đây: Nhìn thấu – buông xả – tự tại – tùy duyên – niệm Phật cũng chính là làm việc tốt, nói điều tốt, làm người tốt.

- Nhìn sâu – buông xả

Nhìn sâu chính là học hỏi, buông xả chính là công phu. Cái gọi là nhìn sâu đó là đối với chân tướng của vũ trụ nhân sanh mà nói. Vũ trụ là hoàn cảnh thế giới mà chúng ta đang sống, từ chiếc áo mặc trên thân thể cho đến vũ trụ vạn hữu vô cùng đều là hoàn cảnh sống của chúng ta, không gian sanh hoạt của chúng ta. Nhân sanh chính là con người. Nói một cách khác, chúng ta nhận thức bản thân mình và nhận thức hoàn cảnh mà bản thân mình đang sống, biết mối quan hệ giữa ta với người khác, với vạn vật, với môi trường tự nhiên, với trời đất và cả với quỷ thần nữa. Phải nhìn được một cách rõ ràng, minh bạch, như vậy mới có thể buông xả thực sự. Buông xả cái gì? Buông xả tất cả vọng tưởng, phân biệt, chấp trước, phiền não, ưu tư, bận tâm. Buông xả tất cả mới có thể thực hiện thanh tịnh, bình đẳng, chính giác một cách chân chính được. Nếu như bạn vẫn còn có vọng tưởng, phân biệt, chấp trước thì tâm của bạn làm sao thanh tịnh, bình đẳng, giác ngộ được?

Do đó, tâm tốt là chân tâm của chúng ta, nhà Phật gọi là chân như, bản tánh, cái đó ai ai cũng có. Nhưng tâm tốt vì sao không hiển hiện? Là vì do nghiệp chướng, cái nghiệp nó chướng ngại chân tâm. Làm thế nào để tiêu trừ nghiệp chướng? Phải nhìn sâu, buông xả ! Bốn chữ này là trí tuệ chân thật. Đức Phật Thích ca mâu ni giảng kinh thuyết pháp trong 49 năm, thì đã dùng hết 22 năm để giảng Bát nhã. Nội dung của Bát nhã là gì? Chính là dạy cho chúng ta nhìn sâu và buông xả. Do đó có thể biết được rằng Bát nhã là trọng tâm của Phật pháp, Bát nhã là trí tuệ. Có trí tuệ chân thật và toàn diện rồi thì mọi vấn đề đều có thể nhìn thấy rõ ràng, chính xác và sau đó xử lý một cách dễ dàng. Cho nên, giáo dục Phật giáo là một nền giáo dục cao cấp và toàn diện, Phật học là một nền học vấn trí tuệ toàn diện, thế thì vì sao chúng ta không học? Không những chúng ta phải học, mà thực tế, những tôn giáo khác cũng cần phải học, đây không phải là câu nói đùa. Vào năm 1967, lúc tôi đang giảng dạy tại đại học Phụ nhân, ngồi trước mặt tôi là hai hàng ghế toàn những nữ tu ki tô giáo, tôi khuyên họ học Phật. Tôi nói, các bạn có tín ngưỡng Thiên chúa giáo, Thượng đế là cha của các bạn, các bạn với Thượng đế có quan hệ cha con; các bạn đến đây học Phật, quan hệ của các bạn với đức Phật Thích ca mâu ni là thầy trò, không có gì mâu thuẫn. Những nữ tu nghe tôi nói vậy đều mỉm cười.

Mấy năm gần đây (1996), tôi ở Châu Úc tham gia diễn đàn với các dân tộc thiểu số, có 14 đoàn thể tôn giáo tham gia, người chủ trì là cục trưởng, tin Do thái giáo, là người nhập tịch Châu Âu. Ông ta mời chúng tôi phát biểu, tôi thấy cùng ngồi ở đây có rất nhiều vị lãnh tụ các tôn giáo khác nhau, cho nên rất khó từ chối. Tôi đem Phật pháp ra giảng cho họ một cách rõ ràng rằng, Phật giáo là giáo dục, không phải là tôn giáo, Phật giáo siêu việt chủng tộc, quốc gia, tôn giáo. Phật giáo tu tập trí tuệ, bất kỳ tôn giáo nào, tín đồ cũng đều cần có trí tuệ. Cần trí tuệ đến đâu để học? Đến cửa Phật, ở đó có đầy đủ trí tuệ cao siêu, cứu cánh, có thể giúp chúng ta giải quyết mọi vấn đề.

Tôi đã từng dạy học ở tu viện Thiên chúa giáo, họ có cả một cơ sở nghiên cứu tinh thần sanh hoạt người Đông Á, học sanh là những nữ tu sĩ, họ là những nghiên cứu sanh, họ mời tôi giảng tinh thần sanh hoạt của Phật giáo. Tôi nói: Thật đáng tiếc! Nếu như mời tôi giảng kinh thánh thì còn có vị đạo, giúp các bạn giải quyết vấn đề. Trí tuệ thì dù ứng dụng ở bất cứ hình thức sanh hoạt nào, là công tác, học thuật, khoa học... nếu muốn đạt đến đỉnh cao thì cũng cần phải có nhận thức rõ ràng. Nói đến trí tuệ, đức Phật nói rằng trí tuệ đó là tự tánh của tất cả chúng sanh xưa nay vốn có đầy đủ, không cần phải tìm cầu bên ngoài, chỉ cần tiêu trừ nghiệp chướng đi. Phương pháp tiêu trừ nghiệp chướng là nhìn sâu, buông xả, nhận thức được chân tướng sự vật, nhìn thấy được bản chất chân thực của sự vật hiện tượng thì nghiệp chướng tự nhiên tiêu trừ.

Nghiệp chướng là gì? Là vọng tưởng, là phân biệt, là cố chấp, là phiền não, lo lắng, sầu muộn... Hiểu rõ đây là những nghiệp chướng, các bạn nên nhớ, các bạn đi sám hối, tụng kinh... nghiệp chướng có tiêu trừ không? Lễ Phật sám hối, tụng kinh có phải là vọng tưởng, phân biệt, chấp trước không? Phiền não, lo âu, bận tâm có còn không? Nếu như những lời nói này là đúng thì rất có hiệu quả, bạn sám hối đúng nhất định nghiệp chướng sẽ tiêu trừ. Giả như mỗi ngày bạn chỉ làm cho có hình thức, thì những tập khí, phiền não của bạn ngày mỗi lớn mạnh, cho nên phải giác ngộ mà phản tỉnh,

nếu không nghiệp chướng của bạn không những không tiêu trừ mà ngày mỗi tăng trưởng. Điều đó không thể không biết.

- Tự tại – tùy duyên

Tóm lại, then chốt của vấn đề tu hành chính là nhìn sâu, buông xả. Nhìn sâu là thành tựu của học vấn; buông xả là thành tựu của công phu, như vậy đời sống của bạn sẽ được tự do lớn: Đại tự tại. Chúng ta ai cũng đã đọc qua Tâm kinh Bát nhã. Mở đầu Tâm kinh là câu Quán tự tại Bồ tát. Bồ tát Quán tự tại chính là Bồ tát Quán thế âm. Bồ tát Quán thế âm vì sao gọi Ngài là Tự tại? Trước hết có chữ quán. Quán chính là nhìn sâu. Quán là quán chiếu, là quan sát thật kỹ, cho nên Ngài có thể nhìn sâu. Một người có khả năng nhìn sâu nhất định sẽ buông xả, được tự do lớn, cuộc sống tùy duyên. Cuộc sống tùy duyên rất tốt. Tùy duyên nói theo ngôn ngữ hiện đại có nghĩa là phù hợp với tự nhiên. Nói một cách khác, cuộc sống của tôi là phù hợp với môi trường sanh thái tự nhiên, đó là cuộc sống kiện khương nhất. Người hiện đại không biết, không hiểu người Trung quốc thời xưa. Chúng ta đọc Lễ kí, trong sách Nguyệt lãnh có nói về vấn đề ăn uống, đi đứng và cư trú, trong một tháng nên ăn những loại rau nào, ăn những chất gì, và mỗi tháng không giống nhau. Điều này có ý nghĩa gì? Đó là thuận theo tự nhiên vậy. Ở mùa nào thì phải ăn những vật thực sanh trưởng trong mùa ấy, điều đó giúp sức khoẻ lành mạnh. Cho nên vào mùa hạ, trời nóng, phải ăn những chất có tính nhiệt, rất tốt cho sức khoẻ, vì nó tương ứng với tự nhiên; vào mùa đông phải ăn những chất có tính mát. Các bạn thấy những rau cải trắng, cải củ đều sanh trưởng vào mùa đông, đó là những loại rau có tính mát. Những loại rau sanh trưởng vào mùa hạ thì có tính nhiệt. Người ngày nay có biết được điều này không? Mùa hạ lại ăn những chất có tính lạnh, mùa đông lại ăn những chất có tính nóng, ăn vào cơ thể liền phát bệnh. Vì sao vậy? Bởi vì không thuận với tự nhiên, trái nghịch với tự nhiên.

Người nước ngoài không biết được đã đành, mà người Trung quốc cũng không nhớ sách xưa. Lịch sử của Trung quốc có rất nhiều sách nói về phương pháp dưỡng thân. Cho nên chúng tôi đọc đến sách của người xưa rất khâm phục. Sanh hoạt, ăn uống, đi đứng, chỗ ở mà thuận với lẽ tự nhiên thì sức khoẻ rất lành mạnh. Phương pháp sống khoẻ mạnh và trường thọ là từ đó chứ không phải từ nhu yếu thực phẩm bổ dưỡng. Thực vật sanh trưởng theo từng mùa, chúng ta ăn đúng theo thời tiết, đó là thực phẩm bổ dưỡng nhất. Công việc của chúng ta cũng phải theo hoàn cảnh, thuận theo tự nhiên. Tâm tư của chúng ta cũng có thể thuận theo lẽ tự nhiên bốn mùa, xuân hạ thu đông, gọi là tùy duyên. Trong phẩm Hạnh nguyện của Bồ tát Phổ hiền có dạy: Hằng thuận chúng sanh, tùy hỷ công đức. Phải tùy duyên mới có thể đạt được niềm vui trong pháp, mới có thể thành tựu được công đức chân thật.

- Niệm Phật

Sau cùng, chúng ta thâu tóm bằng pháp môn niệm Phật. Mười điều tôi giảng ở đây quý vị nhất định phải biết, mỗi một điều đều thâu nhiếp, bao hàm chín điều kia. Mười điều nhất quán thành một thể, không phải mười điều riêng biệt, tách rời nhau, trong

một điều có đủ mười điều. Bạn phải hiểu như vậy, sau đây tôi giảng về niệm Phật mới hiểu được. Thế nào gọi là niệm Phật? Ý nghĩa của chữ niệm theo cách chiết tự là: ở trên có chữ kim, ở dưới có chữ tâm. Như vậy có nghĩa là gì? Là cái tâm hiện tại vậy. Trong nhà Phật nói một niệm hiện tiền, cái tâm một niệm hiện tiền đó là niệm. Trong cái tâm một niệm hiện tiền này có đầy đủ: chân thành – thanh tịnh – bình đẳng – chính giác – từ bi; có cả nhìn sâu – buông xả – tự tại – tùy duyên, đó gọi là niệm Phật. Như vậy, mười điều trên chính là Phật. Vì sao gọi là chân thành? Bởi vì trong chân thành có thanh tịnh, bình đẳng, chính giác, từ bi, cho đến nhìn sâu, buông xả, tự tại, tùy duyên, niệm Phật. Cho nên, trong một điều có đủ chín điều còn lại, kinh Hoa nghiêm nói: một tức nhiều, nhiều tức một, một và nhiều không phải hai; kinh Duy ma nói: bất nhị pháp môn.

Nếu như khế nhập được cảnh giới này, bạn là người vui vẻ, hạnh phúc nhất thế gian. Nếu như bạn sanh ra trong nhà giàu có, bạn là người hạnh phúc nhất trong hàng những gia đình giàu có; nếu bạn sanh ra trong gia đình bần tiện thì bạn cũng là người hạnh phúc nhất trong hàng bần tiện; niềm vui và hạnh phúc không phân biệt giàu nghèo, sang hèn, nó rất bình đẳng. Hiện tượng phú quý, bần tiện từ đâu mà có? Từ nhân quả đã gieo trước đó. Chúng ta nhìn thấy những người có tiền, phát tài, đó là do đời trước họ đã tu hạnh bố thí tài vật, cho nên hôm nay họ được quả báo giàu sang là lẽ đương nhiên. Hôm nay tôi không được giàu có như người ta là do kiếp trước tôi không tu, không gieo nhân, cho nên đương nhiên là không có quả báo. Nhưng có lẽ tôi chỉ không tu hạnh bố thí tài vật thôi, chứ tôi có tu hạnh bố thí Phật pháp, cho nên có trí tuệ thông minh; hoặc giả tôi có tu hạnh ban bố sự không sợ hãi cho mọi loài cho nên hôm nay tôi rất khoẻ mạnh và trường thọ. Đương nhiên, đức Phật khích lệ chúng ta gieo trồng ba nhân tố tốt là bố thí tài vật, bố thí pháp và bố thí sự không sợ hãi, thì quả báo của chúng ta sẽ trọn vẹn. Nếu như không nghe thiện tri thức giảng dạy thì làm sao chúng ta hiểu được điều này? Vì vậy, người đời không tu tập trọn vẹn, cho nên dù có đạo lý đó, nhưng không hiểu được chân tướng sự việc. Chỉ có những người hiểu biết chân chính và khế nhập được Phật pháp mới tu tập thiện nghiệp gặt hái được quả báo tốt đẹp.

Lời kết

Niệm Phật là tâm niệm, hành niệm. Trước đây đã nói nhìn sâu, buông xả, tự tại, tùy duyên, niệm Phật, đó chính là làm việc tốt, nói điều tốt, làm người tốt. Những điều đó không phải là những khẩu hiệu để hô hào không đâu, mà đích thực là những điều thiết thực có thể áp dụng trong cuộc sống hằng ngày, trong công tác xã hội. Chúng tôi hy vọng xã hội của chúng ta sẽ được hoà bình, hạnh phúc, tất cả những tệ nạn xã hội đều chấm dứt.

Nam mô A Di Đà Phật