

THÁI THƯỢNG CẢM ỨNG THIÊN

Tập 18

Các vị đồng học, xin chào mọi người!

“*Tùy duyên giúp người*” gồm có mười điều, đã giới thiệu tám điều rồi. Sau đây còn hai điều, điều thứ chín là “*kính trọng bậc tôn trưởng*”, thứ mười là “*yêu quý sinh mạng chúng sanh*”. Phật dạy chúng ta phải tùy duyên chứ không phan duyên. Bản thân Phật Bồ-tát đã làm được rất viên mãn rồi, làm nên tấm gương cho chúng ta thấy. “*Kính trọng bậc tôn trưởng*”, đặc biệt là người ngày nay đã xem nhẹ điều này. Vì sao phải kính trọng? Bậc tôn trưởng là đối tượng để chúng ta học tập kính trọng. Hơn nữa, trên thực tế, ý của Phật là muốn chúng ta tôn kính tất cả. Vì sao? Vì tôn kính là tánh đức. Chúng ta học Phật mục đích là muốn làm Phật. Làm thế nào mới có thể làm Phật? Nhất định phải phục hồi tánh đức một cách viên mãn thì liền tự nhiên thành Phật. Phật không phải miễn cưỡng mà thành tựu được, là tự nhiên thành tựu. Phật ở trong đại kinh nói cho chúng ta biết: “*Tất cả chúng sanh vốn dĩ thành Phật*”. Vốn dĩ chúng ta đều là Phật, hiện tại thì không phải. Nguyên nhân vì sao mà không phải? Tư tưởng, kiến giải, hành vi của chúng ta đã đi ngược với tánh đức, cho nên không phải là Phật. Nếu như thuận theo tánh đức, đó chính là Phật, cùng với hết thảy chư Phật Như Lai không hai không khác.

Từ đó cho thấy, Phật giáo hóa chúng sanh, chẳng qua là giáo hóa người thuận theo tánh đức mà thôi. Thuận theo tánh đức là tự nhiên, trái ngược với tánh đức chính là phá hoại tự nhiên. Trong Phật pháp, có khi không dùng từ “tự nhiên”, vì sợ mọi người có chấp trước, có hiểu lầm đối với từ này, mà dùng “Pháp nhĩ”. “Pháp nhĩ” nghĩa là gì? Là giống như ý nghĩa của chữ “tự nhiên”. “Pháp” là tất cả các pháp. “Nhĩ” tức là như vậy, vốn dĩ chính là như vậy.

Nói thật ra, hiện nay chúng ta muốn lĩnh hội những ý nghĩa này thì cần phải có độ sâu suy nghĩ. Vì sao vậy? Mọi người thường nói môi trường tự nhiên bị phá hoại rồi. Môi trường tự nhiên chính là môi trường sống của chúng ta, môi trường tự nhiên bị phá hoại, chính là môi trường sống của chúng ta bị phá hoại. Chúng ta hiện nay cảm thấy sống rất là đau khổ. Không những ở trong thức ăn nước uống có chứa rất nhiều vi khuẩn gây bệnh, khiến cho người khi ăn uống cảm thấy thấp thỏm lo âu mà ở trong nước cũng chứa chất độc, thậm chí là ở trong không khí cũng chứa chất độc.

Thời đại này của chúng ta, nước để uống, không khí để hít thở không bằng thời đại ngày xưa. Thời đại ngày xưa, quả thật nước uống là suối trong, hít thở là không khí trong lành, đây là nói môi trường sống của chúng ta thua xa với người xưa. Bị ai phá hoại vậy? Bản thân chúng ta phá hoại, thật sự là tự làm tự chịu. Nhưng không phải toàn thể loài người chúng ta đều đang phá hoại, chỉ thiểu số người làm mà đa số người phải chịu liên lụy. Thiểu số người phát minh, đa số người ham muốn một chút tiện ích nhỏ, ham muốn một chút lợi nhỏ, không biết là về sau sẽ có tai nạn lớn đang chờ, đây là ngu si, đây đích thực là vô tri.

Cho nên Phật dạy người không có gì khác ngoài việc hồi phục tánh đức mà thôi. Tánh đức là cái vốn có của bạn, bạn hiện tại đã mê rồi, vô lượng trí huệ đức năng không thể hiện tiền, Phật hết lòng hết dạ khuyên bảo chúng ta. Vì sao trí huệ đức năng không thể hiện tiền? Vì mê hoặc, ngu si. Từ trong si mê sanh khởi vọng tưởng, phân biệt, chấp trước, đúng sai, nhân ngã, tham sân si mạn, các thứ này đang tạo nghiệp, đây chính là phá hoại môi trường tự nhiên, khiến đức năng vốn có trong tự tánh chúng ta bị chướng ngại, không thể hiện tiền. Vào lúc này, Phật gọi những người này là phạm phu. Chỉ cần trừ sạch những chướng ngại này thì trí huệ đức năng sẽ hồi phục lại ngay, thì người này gọi là Phật Bồ-tát. Phật Bồ-tát khác biệt với chúng sanh là ở chỗ này. Chúng ta hãy tin

lời của Phật, hiểu rõ lời của Phật, nương theo lời của Phật mà làm thì có thể hồi phục tánh đức.

Trong Kinh Hoa Nghiêm, Bồ-tát Phổ Hiền đã nêu ra mười cương lĩnh tu học cho chúng ta. Điều thứ nhất là “*lễ kính chư Phật*”, cũng chính là nói tu hành chân chánh phải bắt đầu từ “*lễ kính chư Phật*”. Tiên sinh Liễu Phàm ở chỗ này dạy chúng ta “*kính trọng tôn trưởng*” chính là thực hành “*lễ kính chư Phật*”. Đây là bước đầu thực hiện, bồi dưỡng tâm kính trọng, kính yêu tôn trọng, đây là tánh đức. Sau đó dùng sự kính yêu này, kính yêu một cách chân thành, tôn trọng một cách chân thành để đối đãi với tất cả chúng sanh, không còn phân biệt, không còn chấp trước nữa, đây chính là sự lưu lộ của tánh đức, đây chính là “*lễ kính chư Phật*” mà Bồ-tát Phổ Hiền thật sự đã thực hành.

Hễ một điều này có thể thực hiện được thì chín điều còn lại sẽ dễ làm thôi, sẽ không khó. Đời sống của bạn, công việc của bạn, bạn đối nhân xử thế tiếp vật, tư tưởng ngôn ngữ hành vi của bạn đều là hạnh Phổ Hiền, cũng chính là bạn đã đạt được phương pháp tu hành của Bồ-tát Phổ Hiền rồi. Trong Phật pháp Đại Thừa, hạnh Phổ Hiền là phương pháp tu hành thù thắng nhất, phương pháp này có thể thành Phật. Nói cách khác, phương pháp này có thể minh tâm kiến tánh, cái gọi là thành Phật chính là minh tâm kiến tánh.

Chúng ta hãy suy nghĩ thật kỹ, chúng ta đã đọc những kinh luận này rất nhiều, khi nói đến chúng ta đều thấy rất quen chứ không xa lạ. Nhưng vẫn không thể thực hiện. Nguyên nhân do đâu? Nguyên nhân là do thực hành không đủ lực. Nói lời thành thật, là hoàn toàn không muốn thực hành. Không chỉ là thực hành chưa đủ lực mà căn bản là không làm. Cho nên chúng ta không có cách gì khế nhập cảnh giới của Phật Bồ-tát. Nói lời thành thật, chúng ta hiểu chưa được thấu triệt nghĩa chân thật của thập đại nguyện vương, hoàn toàn chưa thật sự hiểu rõ. Thật sự hiểu rõ rồi thì làm gì có đạo lý không làm theo chứ? Các bậc cổ Thánh tiên Hiền dùng phương pháp này để bồi dưỡng tánh đức.

Con người nếu có thể kính trọng cha mẹ, kính trọng sư trưởng, kính trọng trưởng bối, bắt đầu làm từ chỗ này thì dễ dàng. Thế nhưng ngày nay thì khó rồi. Xã hội ngày nay phổ biến việc tôn sùng sự tự tôn, không biết tôn trọng người khác, tự đại, cho nên tập khí ngạo mạn không ngừng tăng trưởng. Luôn là ức hiếp người khác, tâm trạng như vậy là tạo tội nghiệp cực nặng, là hoàn toàn trái ngược với tánh đức. Không học Phật thì đã đành rồi, học Phật mà vẫn muốn làm như vậy thì đâu có đạo lý nào không đọa lạc chứ? Chúng ta phải hiểu được cái ý nghĩa này. Vì sao Phật phải dạy chúng ta như vậy? Không phải Ngài sáng tạo phương pháp dạy học này, không phải do Ngài thiết kế, hoàn toàn là thuận theo tự nhiên, hoàn toàn là thuận theo tánh đức. Nếu như chúng ta hiểu rõ, sáng tỏ rồi thì tự nhiên có thể y giáo phụng hành một cách rất hoan hỷ, cố gắng học tập, học tập ở trong đời sống, học tập ở trong đối nhân xử thế tiếp vật.

Điều sau cùng là “*yêu quý sinh mạng chúng sanh*”, điều này trên thực tế là khuyên bảo chúng ta phải tiếc phước. Ở trong tự tánh có vô lượng phước đức. Chúng ta xem thấy ở trong đại kinh, ở trong Kinh Hoa Nghiêm nói là y chánh trang nghiêm của Tỳ-lô-giá-na Phật, ở trong Kinh Vãng Sanh nói y chánh trang nghiêm của A Di Đà Phật ở thế giới Cực Lạc. Phước báo đó không phải do tu mà có, mà là xứng tánh, cũng chính là nói hoàn toàn là tự nhiên. Sinh thái tự nhiên chưa bị phá hoại một chút nào, bất luận là hoàn cảnh vật chất, hoàn cảnh nhân sự đều tốt đẹp đến cực điểm, cho nên gọi đó là thế giới Cực Lạc. Trong môi trường này, Phật Bồ-tát vẫn vì chúng ta mà thị hiện “*yêu quý sinh mạng chúng sanh*”, huông hồ phàm phu chúng ta chưa kiến tánh, phước báo của tự tánh không hưởng thụ được một chút nào cả.

Phước báo chúng ta ngày nay hưởng là gì? Từ đâu mà có? Là từ tu đức mà có. Bạn có phước báo giống như bạn có của cải, bạn có tiền muôn bạc vạn nhưng đều ở trong ngân hàng, trên người một xu cũng không có. Đi trên đường muốn ăn thứ gì, đành chịu đói, không có người

nào cho bạn thức ăn. Làm sao đây? Đành phải tạm thời làm thuê, kiếm chút tiền để có một bữa cơm, đó là tu đức. Tuy tánh đức có phước báo mà không lấy ra được, phàm phu là giống như loại tình trạng này. Chúng ta tu được một chút phước đức, nếu bạn không quý trọng thì sẽ hưởng hết phước này rất nhanh. Người xưa có một câu nói rất hay: “*Lộc tận nhân vong*”. Lộc là gì? Là phước báo. Người có tuổi thọ rất dài, thọ 80-90 tuổi, nhưng phước báo đó mới 50-60 tuổi, do không biết tiếc phước, đã hưởng hết rồi. Hưởng hết phước rồi, tuy còn tuổi thọ cũng phải chết, vì phước không còn nữa. Từ đó cho thấy, tiếc phước rất quan trọng. Người biết tiếc phước, tuy tuổi thọ đã đến rồi mà phước chưa hưởng hết thì họ sẽ chưa chết, tuổi thọ của họ tự nhiên kéo dài. Vì sao vậy? Phước chưa hưởng hết, họ còn có dư phước. Chúng ta thường nói thêm phước thêm thọ.

Có hai phương pháp để thêm phước, một cái là tự mình biết tu phước, một cái là tự mình biết tiếc phước. Vừa biết tu phước vừa biết tiếc phước thì tuổi thọ đương nhiên sẽ kéo dài, đây là đạo lý nhất định. Nho, Phật đều dạy chúng ta phải biết tiết kiệm, yêu quý vật mạng, cái vật mạng này đặc biệt là chỉ động vật. Điều này có nghĩa là không sát sanh, tiến thêm một bước là không ăn thịt chúng sanh. Không ăn thịt chúng sanh là tiếc phước. Không nên cho rằng việc ăn thịt chúng sanh là rất bình thường, mọi người trong xã hội đều ăn mà! Phật ở trong kinh nói rất rõ ràng, bạn ăn nó tám lạng, tương lai phải trả nó nửa cân, không phải nói ăn rồi thì hết việc, mà ăn rồi thì rất phiền phức.

Bạn đời này đã ăn thịt của biết bao nhiêu động vật, bạn phải bao nhiêu đời mới có thể trả hết. Cho nên thân người khó được mà dễ mất, mất thân người rồi mà lại được thân người là việc không dễ dàng. Nói đơn giản nhất, bạn đời này đã ăn bao nhiêu thịt chúng sanh, đời sau lại biến thành súc sanh, đời đời kiếp kiếp biến thành súc sanh để trả nợ, trả hết rồi thì mới có thể được lại thân người. Bạn thử nghĩ việc này phiền phức biết bao! Người thế gian không biết điều lợi hại này. Phật Bồ-tát

biết, người chân chánh tu hành biết, không kết oán thù với chúng sanh, không vương víu nợ nần với bất kỳ người nào.

Nợ mà người khác thiếu thì ta không cần nữa, cái này tốt. Nếu còn cần nữa, bạn còn muốn đi đòi nợ thì đời sau bạn sẽ còn phải đi gặp lại họ. Nếu không cần nữa thì hết nợ rồi. Thiếu nợ người thì phải nhanh chóng trả, trả thật vui vẻ, trên đường Bồ-đề chúng ta sẽ không còn chướng ngại, sẽ đi vắng sanh rất thanh thoi, đi rất tự tại, oan gia chủ nợ sẽ không đến gây khó dễ, chư Phật hộ niệm, long thiên thiện thần bảo hộ. Bạn không biết tiếc phước thì biết làm sao bây giờ? Phải tiếc phước. Từng li từng tí đều phải quý trọng, phải tập thành thói quen.

Lần đầu tiên tôi đến Vancouver, Canada để giảng kinh, đồng tu bên đó nói với tôi, ở Vancouver có một vị đại hộ pháp đã cúng dường cho Pháp sư Tuyên Hóa một tòa nhà lớn, lúc đó tòa nhà có trị giá đến một triệu đô-la Mỹ, tôi có đi tham quan rồi. Nguyên nhân gì mà cúng dường vậy? Trong một bữa cơm, vị đại hộ pháp đó nhìn thấy Pháp sư Tuyên Hóa chỉ dùng một tờ giấy ăn, tức là dùng một tờ giấy để lau chùi mà đã dùng đến tám lần, dùng xong một lần thì gấp lại, dùng đến tám lần. Ông ấy đã cảm động, đã cúng dường một triệu đô, là quả báo của tiếc phước. Pháp sư Tuyên Hóa ở Mỹ, trong rất nhiều thành phố lớn đều có đạo tràng, phước báo lớn. Phước báo từ đâu mà có vậy? Do tiếc phước. Ngài chân thật tiết kiệm, chân thật tiếc phước, đời sống bản thân thật sự tiết kiệm, người khác không làm được. Ngài ngày ăn một bữa, ngủ ngồi không nằm, trong phòng không có giường, giữ giới rất nghiêm, những chỗ này đáng để chúng ta tán thán, đáng để chúng ta học tập. Ngài nói về những thần thông, việc này thì chúng tôi không tán thán, nhưng về phương diện giữ giới, tiếc phước, chúng ta cần phải hướng về Ngài mà học tập. Chúng tôi chỉ giới thiệu đơn giản với các vị đồng tu mười điều này, trong chú giải nói vô cùng tường tận, mọi người có thể tự mình tham khảo.

Các vị đồng học, câu thứ 18 trong Cảm Ứng Thiên là “*từ tâm u vật*” (từ tâm đối với muôn loài). Từ đoạn kinh văn này trở đi là nói về sự tu tâm dưỡng tánh. Ở trong khoa mục này là nói tu kính. “*Từ tâm u vật*”, “vật” là chỉ cho chúng sanh. Trong Phật pháp thường nói: “*Từ bi làm gốc, phương tiện làm cửa*”, “từ bi” là đức, “phương tiện” là công. Chúng ta thường nói công đức, đoạn trước dạy chúng ta tích đức lũy công. Tích đức chính là giữ tâm, lũy công chính là hành vi việc làm. Tâm từ bi chính là tâm thương yêu mà người thế gian đã nói. Vì sao Phật pháp không nói thương yêu mà nói từ bi? Có một nguyên nhân. Sự thương yêu của người thế gian là cảm tình, thương yêu sanh ra từ tình cảm. Từ bi cũng là thương yêu, nhưng từ bi là sanh từ trí huệ, là lý trí chứ không phải tình cảm. Phàm là tình cảm thì rất dễ dàng thay đổi. Cho nên người thế gian nói tình yêu là chắc chắn không thể tin cậy được, thiên biến vạn hóa, bản thân không thể khống chế được. Tâm thương yêu của Phật Bồ-tát là vĩnh hằng bất biến, nên gọi là từ bi. Nó là lý tánh, nó lưu xuất từ trong tâm tánh chân lý rất tự nhiên. Chân thành, từ bi, bình đẳng chính là Phật.

Trong kinh điển, Phật nói với chúng ta nhân và hạnh của mười pháp giới, nhân duyên của mỗi pháp giới đều vô cùng phức tạp. Trong Kinh Hoa Nghiêm gọi là “*vô lượng nhân duyên*”. Trong vô lượng nhân duyên luôn có một nhân tố quan trọng nhất, cho nên Phật đem cái nhân tố quan trọng nhất đó ra để chỉ dạy cho chúng ta. Làm Phật, nhân tố quan trọng nhất chính là “chân thành, từ bi, bình đẳng”. “Chân” là thuần chân. Trong phần “*tích công lũy đức*”, chúng tôi đã nói, một người tu hành, một người hiểu biết sáng suốt, người triệt để hiểu rõ chân tướng của vũ trụ nhân sanh, họ có ba điều mà hầu hết phàm phu chúng ta thường không chú ý. Thứ nhất, tâm của họ là chân thành, chí thiện. Tâm thiện, tâm thiện đạt đến cứu cánh viên mãn là chí thiện. Nhà Nho cũng dạy người “*chỉ u chí thiện*” (đạt đến chỗ cực thiện), một tâm thuần thiện, đối

nhân xử thế tiếp vật, tâm thuần thiện chính là ở chỗ này gọi là tâm từ, đây là điều đặc biệt thứ nhất.

Điều thứ hai, thuần là một tâm yêu thương người, không hề nghĩ đến chính mình, giống như người mẹ hiền yêu thương đứa con bé bỏng của mình vậy, toàn tâm toàn lực chăm lo, quên đi cả bản thân mình. Phật và đại Bồ-tát đều dùng cái tâm yêu thương như vậy để yêu thương chúng sanh trong mười pháp giới.

Điều thứ ba là thuần một tâm làm lợi ích. Ba điều này đã nói ra hết tâm hạnh của chư Phật Bồ-tát. Chúng ta quan sát thật kỹ, ba điều này hầu như là thông với tất cả tôn giáo. Tuy giáo nghĩa của mỗi tôn giáo không giống nhau, nghi thức không giống nhau, nhưng ba điều này là điểm chung của các tôn giáo, nên các tôn giáo có thể viên dung hòa hợp. Có thể nói đây là pháp căn bản, pháp nền tảng. Bắt đầu làm từ pháp nền tảng này rồi phát triển mạnh mẽ. Kinh Hoa Nghiêm là một điển hình, kinh Pháp Hoa cũng là một điển hình.

Thử xem kinh luận Đại Thừa của nhà Phật, giáo điển Nhất Thừa, không kinh luận nào mà không có ba nhân tố này, dung hợp đủ các tộc loại khác nhau trong tận hư không khắp pháp giới. Chúng ta ngày nay gọi là văn hóa khác nhau, lối sống khác nhau, tín ngưỡng tôn giáo khác nhau, dùng ba nhân tố này để dung hợp. Chí thiện, chân từ, làm lợi ích cho tất cả chúng sanh, thật sự làm được xả mình vì người. Phật là bậc đại trí đại giác, chúng ta nói giác hạnh của Ngài viên mãn. Phạm là người đại trí đại giác, nhất định sẽ có đầy đủ ba nhân tố này, có thể dùng tâm bình đẳng tâm từ bi làm bạn.

Nhà Phật dạy người dưỡng sinh, đây là nói tất cả chúng sanh không phân chia tộc loại, không phân tôn giáo, việc quan tâm nhất là làm thế nào gìn giữ sự khỏe mạnh, sống lâu, hạnh phúc vui vẻ là dưỡng sinh. Nếu muốn thân thể khỏe mạnh, trường thọ, điều quan trọng nhất chính là tâm từ bi, đây là điều mà rất nhiều người thường không để ý. Tâm địa thanh tịnh từ bi thì sẽ không sanh bệnh. Tất cả mọi ốm đau phiền não

sanh từ đâu vậy? Chúng ta nếu quan sát tỉ mỉ, chính là sanh ra từ ô nhiễm, cái đạo lý này không khó hiểu. Mấy hôm nay tôi nghe người ta nói, trên báo chí đăng tin thịt bò Châu Âu lại xảy ra vấn đề, không thể ăn được, thậm chí là trong rượu nho có trộn lẫn máu bò, nhuộm đỏ cả rượu nho. Mọi người đều hoảng hốt, đây rất rõ ràng là ô nhiễm chính là nguồn gốc của bệnh tật.

Tâm địa thanh tịnh không có ô nhiễm thì sẽ không sanh bệnh. Từ bi có thể hóa giải tất cả những điều chẳng lành. Không những có thể giải độc cho bản thân mà tâm từ bi còn có thể giải độc cho người khác. Tâm từ bi có thể hóa giải tất cả sự hiểu lầm, kỳ thị giữa những tôn giáo, chủng tộc của thế gian. Cho nên tâm từ bi có thể hóa giải được tất cả những điều chẳng lành. Tôi đã khởi vọng tưởng nhiều năm rồi, đó là hy vọng có thể lập một trường học đa nguyên văn hóa. Đa nguyên văn hóa là dạy cái gì? Chính là dạy tâm chí thiện, tâm từ bi, tâm làm lợi ích cho chúng sanh. Phòng nghiên cứu đa nguyên văn hóa, khoa đa nguyên văn hóa, nội dung chương trình giảng dạy là ba điều này. Trong Phật pháp nói người có ba điều này chính là Bồ-tát.

Trong tâm từ bi, điều quan trọng nhất là không sát sanh. Điều thứ nhất của *Tịnh nghiệp tam phước* là: “*Hiếu dưỡng phụ mẫu, phụng sự sư trưởng, từ tâm bất sát*”. “*Từ tâm u vật*”, “*vật*” là nói tất cả chúng sanh, không thể có ý niệm sát hại đối với tất cả chúng sanh. Không những không được sát, mà cũng không được phép làm tổn hại, đây mới là tâm từ chân thật, là nền tảng của tất cả mọi giới luật, căn bản của giới hạnh. Phật Bồ-tát dạy chúng ta đạo dưỡng sinh, đặc biệt chú trọng tâm từ bi.

Về việc dưỡng sinh, người thế gian chỉ biết dưỡng sinh lý, ăn uống phải hợp *vệ sinh*. “*Vệ*” là bảo vệ, bảo vệ sinh lý, mong cho thân thể khỏe mạnh. Thế nhưng họ chưa tìm ra nguyên nhân đích thực của sinh lý khỏe mạnh. Cho nên dù lựa chọn thức ăn lành mạnh nhất, họ vẫn cứ bị bệnh, họ vẫn cứ bị già chết. Nguyên nhân là gì? Đối với sự khỏe mạnh trường thọ thì sinh lý khỏe mạnh không phải là nguyên nhân đứng đầu,

nó là nguyên nhân thứ hai, đây là trị ngọn, không phải trị gốc. Người xem trọng vệ sinh là trị ngọn không trị gốc. Gốc là gì? Gốc là tâm. Trong kinh Phật thường nói: “*Y báo chuyển theo chánh báo*”, cái thân thể này của chúng ta là y báo, tâm là chánh báo. Tâm lý khỏe mạnh thì sinh lý của chúng ta phần lớn là sẽ khỏe mạnh. Hơi chú ý về mặt ăn uống một chút thì sẽ sống vô cùng khỏe rồi. Tâm lý không khỏe mạnh, dù có điều dưỡng sinh lý thế nào đi nữa cũng chẳng giúp ích gì được, chúng ta thấy trường hợp này quá nhiều rồi.

Những bậc đế vương quan tướng thời xưa, để bảo vệ sức khỏe, họ tìm những chuyên gia, người lỗi lạc đến chăm lo nhưng họ vẫn đoán mạng như thường. Đế vương các đời, các vị hãy thử xem sống đến 70 tuổi có được mấy người? Không được mấy người, đại đa số là 40-50 tuổi thì mạng sống đã kết thúc, 50-60 tuổi là trường thọ rồi. Người 70 tuổi trở lên thật hiếm có. Người xưa gọi là tuổi này xưa nay hiếm. Nguyên nhân là gì? Họ chỉ biết vệ sinh sinh lý, họ không biết vệ sinh tâm lý. Cho nên tâm từ bi là quan trọng hơn cả. Chúng ta dưỡng thân thể, còn phải biết dưỡng tính tình.

Vì sao việc ăn uống trong nhà Phật lại là ăn chay? Thích-ca Mâu-ni Phật năm xưa khuyến khích chúng ta ăn chay nhưng bản thân Ngài không ăn chay, đó là do môi trường sống không cho phép. Phật là người vô cùng từ bi, người từ bi thì không muốn phiền phức người khác. Phật mỗi ngày đi trì bát. Trì bát, người ta ăn cái gì thì cúng dường cái đó, vậy là thuận tiện. Nếu Phật muốn đề xướng ăn chay, vậy mỗi nhà đều phải chuẩn bị một chút thức ăn chay để cúng dường người trì bát, vậy thì phiền phức biết bao! Phật không muốn thêm phiền phức cho người, cho nên đây là tùy duyên. Chư Phật Bồ-tát tùy duyên thì không sao cả. Bởi vì tâm của các Ngài từ bi, các Ngài không có phân biệt, không có chấp trước, tâm của các Ngài thanh tịnh, không bị ô nhiễm. Chúng ta là phàm phu, tâm của chúng ta không thanh tịnh, tâm của chúng ta sẽ bị ô nhiễm. Cho nên không thể không có sự lựa chọn.

Phật giáo Trung Quốc áp dụng ăn chay, bắt đầu từ Lương Võ Đế. Lương Võ Đế đọc Kinh Lăng Già, trong kinh Phật khuyên khích Bồ-tát không nên ăn thịt chúng sanh. Sau khi đọc xong, Lương Võ Đế vô cùng cảm động, bản thân ông bắt đầu ăn chay, khuyến khích người xuất gia cũng ăn chay. Phong trào ăn chay là được bắt đầu như vậy. Tín đồ Phật giáo trên toàn thế giới đều không có ăn chay, ăn chay chỉ có ở Trung Quốc. Trên đỉnh đầu tín đồ Phật giáo xuất gia trên toàn thế giới không có đốt liều (thieu hương ở đỉnh đầu), đốt liều chỉ có Trung Quốc.

Đốt liều trên đỉnh đầu ý nghĩa là gì? Trong kinh Phật nói rằng: *“Thấp sáng chính mình, soi sáng người khác”*. Ý nghĩa là chúng ta phát nguyện xả mình vì người, hiểu được cái ý này là được rồi. Không phải bảo bạn đốt cháy cái thân thể này. Thân thể bị đốt cháy rồi, bạn lấy cái gì để giúp đỡ người khác chứ? Chư Phật Bồ-tát, dùng cách nói hiện nay mà nói, chính là phục vụ chúng sanh, vì chúng sanh mà phục vụ. Bạn không có một thân thể khỏe mạnh thì bạn lấy gì để phục vụ? Nhà Phật nói đốt thân, đốt ngón tay, đốt cánh tay, đều là lấy ý nghĩa xả mình vì người. Nếu bạn hiểu sai ý nghĩa, đem thân thể đốt đi, ngón tay đốt đi, cánh tay đốt mất, bạn biến thành người tàn phế, việc gì cũng không làm được. Bồ-tát Quan Thế Âm có hai tay còn không đủ, phải cần đến nghìn tay nghìn mắt. Chúng ta có hai tay mà còn muốn đem nó đốt đi, vậy thì còn cái gì nữa chứ? Đã hiểu sai ý nghĩa rồi! Tổ sư Đại Đức dạy chúng ta đốt liều ở trên đỉnh đầu để bạn từng giây từng phút ghi nhớ ta đã từng phát nguyện xả mình vì người. Thế nhưng có rất nhiều người đã đốt rất nhiều liều trên đầu. Tôi đã từng nhìn thấy có một vị xuất gia, trên đỉnh đầu đã đốt khoảng chừng 30-40 vết liều. Đốt nhiều như vậy là tự tư tự lợi, công cao ngã mạn. Ông đốt nhiều, người khác đốt ít, tôi nhiều hơn anh, là công cao ngã mạn, hoàn toàn không hiểu ý nghĩa của việc đốt liều. Cho nên trên người có đốt hay không, không có quan hệ gì. Ở trong tâm phải nhớ kỹ lời giáo huấn của Phật, chân thật phát tâm vô điều kiện, vô tư vì tất cả chúng sanh mà phục vụ.

Ăn chay vô cùng quan trọng. Ăn chay dưỡng sinh, dưỡng tâm, dưỡng tánh. Tánh dùng cách nói hiện nay là tánh tình, ở trong ăn chay cũng có thứ không tốt cho tánh tình, Phật đều lọc nó ra. Mọi người biết nhà Phật nói đến năm loại rau gọi là “ngũ huân”. Chũ huân có bộ thảo ở đầu (葷), huân không phải là thịt. Rất nhiều người nói ăn huân cho là ăn thịt, là sai rồi. Huân không phải là thịt, huân là rau. Thịt trong nhà Phật gọi là tinh (腥), là ăn mặn. Huân là năm loại rau, mọi người đều biết là tỏi, kiệu, hẹ, hành, hưng cừ. Hưng cừ trước đây Trung Quốc không có, hiện nay thì phổ biến rồi, chúng ta gọi là hành tây (poa-rô), những thứ này có ảnh hưởng đến sinh lý. Nó sẽ gây ra hệ quả không tốt cho những người không có công phu, không có định lực. Cho nên nhà Phật tránh nó, năm loại này gọi là rau ngũ huân. Trong Kinh Lăng Nghiêm nói rất rõ ràng; ăn sống rất dễ động can hỏa, nóng nảy gắt gỏng. Cho nên Phật mới khuyên người mới bắt đầu học muốn bảo vệ tâm tính lương thiện của mình, ăn uống sẽ ảnh hưởng đến tâm tính. Ăn chay gìn giữ tâm từ bi, không ăn thịt chúng sanh, cho nên ăn chay là vệ sinh, vệ tánh, vệ tâm, đây là sự lựa chọn tốt nhất, là đạo dưỡng sinh tốt nhất. Nó dưỡng sinh, dưỡng tánh, dưỡng tâm, đây là đại học vấn.

Từ chỗ này sanh khởi tâm yêu thương bảo vệ tất cả chúng sanh, hoan hỷ, vô điều kiện chăm lo tất cả chúng sanh, giúp đỡ tất cả chúng sanh, tâm Bồ-đề là sanh từ đây. Phật thường khuyên chúng ta phát tâm Bồ-đề, tâm Bồ-đề chúng ta không biết phát từ đâu? Tâm Bồ-đề phải phát ra từ tâm yêu thương, tâm yêu thương này không kèm thêm bất kỳ điều kiện nào. Tâm thương yêu mà có điều kiện thì không phải tâm Bồ-đề. Tâm yêu thương vô điều kiện mới là tâm Bồ-đề. Tâm yêu thương vô điều kiện khó phát. Khó ở chỗ nào vậy? Khó ở chỗ chúng ta không hiểu rõ chân tướng của vũ trụ nhân sanh. Nếu bạn hiểu rõ rồi thì tâm Bồ-đề tự nhiên liền phát ra. Chân tướng của vũ trụ nhân sanh là gì? Hư không pháp giới tất cả chúng sanh là chính mình, đây mới là chân tướng. Cách nói này của tôi mọi người sẽ dễ hiểu, cách nói trong kinh Phật mọi người

nghe xong rất khó lĩnh hội ý nghĩa trong đó. Cách nói trong kinh Phật là thế nào? “*Mười phương ba đời chư Phật cùng đồng một pháp thân*”, cách nói này khi nghe thì rất khó hiểu. Tôi đổi nó lại một chút: “Tận hư không pháp giới tất cả chúng sanh là chính mình”. Các bạn thử nghĩ xem, bạn đến khi nào có thể lĩnh hội được, đến khi nào bạn thừa nhận, khẳng định rồi thì tâm yêu thương của bạn tự nhiên liền phát ra được. Tâm yêu thương đó là tâm từ bi bình đẳng, đó là tâm Bồ-đề chân thật.

Được rồi, hôm nay thời gian đã hết, chúng ta chỉ học đến đây thôi.

A Di Đà Phật!