LÀM THẾ NÀO ĐỂ TRỞ THÀNH

MỘT NGƯỜI TỐT CHÂN THẬT ĐÚNG NHƯ PHÁP

TẬP 23

Xin chào các vị bằng hữu buổi tối tốt lành!

Chúng ta vừa mới nói đến bước quan trọng thứ ba trong trình tự của việc cầu học vấn là "thận tư". "Thận tư" là suy nghĩ một cách cẩn thận. Vừa rồi cũng đã nói, trong mối quan hệ phụ tử thì bạn dạy dỗ con cái cẩn thận như thế nào? Phải "thận ư thủy", cẩn thận khi bắt đầu. Đây cũng là "thận tư".

Trong mối quan hệ quân thần, chúng ta cũng phải suy nghĩ đến việc dùng phương pháp như thế nào để khuyên can người lãnh đạo, để họ có thể tiếp nhận. Thậm chí, khi cấp dưới không nghe lời thì người làm lãnh đạo chúng ta phải suy nghĩ lại xem rốt cuộc chúng ta đã xảy ra vấn đề ở đâu khiến cho cấp dưới không phục tùng. Chúng ta cũng nên "thận tư" để tìm nguyên nhân, kiểm điểm lại chính mình.

Trong mối quan hệ vợ chồng, cũng phải thường thường cẩn thận suy nghĩ xem nhận thức chung của gia đình có phải thật sự kiên định hay không. Ví dụ, sự việc quan trọng trong gia đình là giáo dục tốt cho con cháu chúng ta. *"Chí yếu mạc nhược giáo tử"*. Trong sự việc quan trọng như vậy thì nguyên tắc giáo dục con cái của hai vợ chồng có thống nhất hay không, nếu không thì dạy con cái có thể sẽ xảy ra rất nhiều vấn đề. Cho nên, việc giáo dục có thể thống nhất thì con cái mới có thể có quy tắc để tuân theo. Việc này chúng ta đều phải cẩn thận suy nghĩ. Những phương diện này đều phải làm cho tốt. Vì thế, trong mối quan hệ ngũ luân phải "thận tư", việc đưa ra các lựa chọn trong cuộc đời cũng phải "thận tư".

Chúng ta nói, con người đều theo đuổi và mong cầu sự thành công, các vị bằng hữu, rốt cuộc thì cái gì gọi là thành công? Có vị nào nói được hay không? Trong suy nghĩ của các vị thế nào là thành công? Không thể nào nói với tôi là không biết, vậy thì cả đời chúng ta theo đuổi sự thành công mà hỏi thành công là gì lại nói không biết, cũng không biết đang đi về phương hướng nào. Phải "thận tư". Thành công của chúng ta là gì? Chúng ta dẫn dắt sự thành công cuộc đời cho con cái là những gì? Hiện tại việc gọi là thành công trong xã hội đối với chúng ta lại có tác động gì, có ảnh hưởng gì? Phải nên tỉ mỉ quan sát.

Con người hiện tại, việc thành công được truyền bá trên phương tiện truyền thông, trên rất nhiều tiết mục tin tức, truyền hình điện ảnh. Bạn có thể nhìn thấy được thế nào là thành công? Thành công có thể chính là phía sau lưng họ là một biệt thự vô cùng tráng lệ, bên cạnh họ là cô gái trẻ đẹp đi trên chiếc xe sang trọng đắt tiền? Trong vô hình trung đã dẫn dắt phương hướng thành công sai lệch. Đó là danh, là lợi. Thật sự thì việc theo đuổi danh lợi có phải là cuộc đời sẽ hạnh phúc vui vẻ hay không?

Tôi đã từng nghe qua một nhà doanh nghiệp diễn giảng: ***"Doanh nghiệp có bốn loại kết cục"***.

Kết cục thứ nhất là lao tâm lao lực. Bởi vì phải dẫn dắt doanh nghiệp cho nên mỗi ngày đều làm việc mười mấy giờ đồng hồ. Người như vậy hiện nay nhiều hay không? Rất nhiều. Cho nên các vị xem, mỗi ngày làm việc mười mấy giờ đồng hồ, đây cũng là quy hoạch cuộc đời của họ. Xin hỏi các vị, quy hoạch cuộc đời như vậy là đúng hay sai? Chúng ta không cần phải đưa ra kết luận quá sớm, chúng ta hãy suy nghĩ, bởi vì có quá nhiều người đều đang hướng cuộc sống như thế này. Người hiện tại có một quan niệm sai, dường như có nhiều người làm thì cho là đúng. Khi những con thiêu thân lao vào trong lửa thì bạn có muốn lao theo không? Phải "thận tư", phải có lý trí. Làm việc mười mấy tiếng một ngày, chúng ta nói thân thể này là bằng xương bằng thịt, làm sao chịu nổi? Không chỉ làm việc mười mấy giờ đồng hồ, có thể còn phải đi ngoại giao, còn phải thức suốt đêm, còn phải tranh quyền đoạt lợi với người ta. Những việc này đều rất hao tổn tinh thần. Kết quả, có thể lúc họ được ba mươi - bốn mươi tuổi đột nhiên một ngày đi kiểm tra sức khỏe phát hiện đã bị ung thư gan. Tình trạng như vậy hiện tại có nhiều hay không? Nhiều. Họ lao tâm lao lực liều sống liều chết, kết quả ba mươi - bốn mươi tuổi thì tuyên bố chỉ còn sống được ba tháng nữa. Vào lúc đó thì họ cảm thấy cuộc đời như thế nào? Nghe như sét đánh ngang tai. Họ bắt đầu oán trời trách người: *"Tôi một đời nỗ lực mười mấy hai mươi năm rốt cuộc cũng chẳng mang được gì"*. Họ nằm trên giường bệnh mà không cam tâm, họ nói: *"Số tiền này của tôi không biết rốt cuộc sẽ rơi vào tay của người đàn ông nào?"*. Bởi vì người vợ của họ có thể sẽ như thế nào? ... Đây là tình huống thứ nhất của doanh nghiệp. Lao tâm lao lực để rồi sau cùng phải chết yểu. Vì thế, quy hoạch cuộc đời như vậy không phải là một việc đúng đắn, phải suy nghĩ cẩn thận khi đối diện với việc kinh doanh cuộc đời.

Kết cục thứ hai là lao tù. Trong quá trình sự nghiệp, họ đôi lúc túng quá hóa liều, trốn thuế hoặc vận dụng một số phương pháp phi pháp để tạo cơ hội cho mình, để cho mình có thể sớm kiếm được một số tiền. Đến khi sự việc bại lộ vì vi phạm pháp luật nên bị giam vào tù. Mỗi năm chúng ta đều có xếp hạng 100 doanh nghiệp lớn, kết quả có một hiện tượng vô cùng đặc biệt, đó là mỗi năm 100 doanh nghiệp lớn đó đều thay đổi vị trí. Tỉ lệ thay đổi vị trí mỗi năm đều rất lớn, đặc biệt là mười vị trí hàng đầu, dường như mỗi năm đều thay đổi. Các vị bằng hữu, việc này có nghĩa là gì? Các doanh nghiệp lớn nhất đều nhờ vào việc gì? Nhờ vào tham, nhờ vi phạm pháp luật. Nhưng lưới trời lồng lộng, tuy thưa mà khó thoát. Cho nên, sau một năm thì đều đổi công ty, vả lại rất nhiều ông chủ xí nghiệp lớn đều bị vào tù.

Vì sao có nhiều ông chủ doanh nghiệp phải túng quá hóa liều như vậy? Họ vì sao mà không biết kiêng sợ gì vậy? Việc này ảnh hưởng đến nếp sống xã hội của chúng ta. Có lẽ như người nghèo bị cười chê, chứ kỹ nữ thì không, cảm thấy chỉ cần giàu phất lên sau một đêm thì họ đã thành công rồi. Họ không lo nghĩ về sau. Họ chỉ cần khoe khoang nhất thời để cho người ta cảm thấy họ rất tài giỏi. Thoáng chốc bừng tỉnh giấc mộng thì cuộc đời của họ như thế nào? Xong rồi! Rất nhiều người đã phải bị bắn chết. Vì thế, rất nhiều thành công của người thế gian hiện nay đều là thành

công phi pháp. Kỳ thực, chúng ta nhìn vào ánh mắt của họ có lẽ không thấy căm giận họ mà chỉ thấy họ đáng thương. Bởi vì tôi học học vấn Thánh Hiền nên biết phước phần của một người có thể kiếm được số tiền như thế, họ vốn có thể kiếm được mười triệu, kết quả vì đã dùng cách phi pháp nên đã tổn mất đi phước phần, có thể cuối cùng chỉ có thể kiếm được bao nhiêu vậy? Chừng hai trăm ngàn. Vả lại, sau khi họ kiếm được hai trăm ngàn, họ lại không hiểu lý, lại tự lấy làm vui sướng, dương dương tự đắc. Cho nên, không chỉ là tổn mất phước mà còn hủy hoại cuộc đời trong tay của chính mình.

Con người không học thì không biết. Phước phần lớn nhất của một người không gì bằng việc có thể được nghe giáo huấn của Thánh Hiền. Vì thế, tôi thường hay nói với bạn bè của mình: *"Cuộc đời này của tôi có cơ hội được nghe học vấn của Thánh Hiền đã biết đủ rồi"*. Cho nên gặp phải chuyện gì, thử thách như thế nào, thì chúng tôi cũng sẽ không cảm thấy khó chịu, bởi vì đã hiểu được rồi. Khi một người chân thật nghe được giáo huấn của Thánh Hiền, chân thật hiểu lý rồi, thì họ đã nắm được vận mạng của mình trong tầm tay, họ căn bản sẽ không có việc không hài lòng nữa.

Chúng ta phải hiểu được rất nhiều tục ngữ đều có ý cảnh. Ví dụ nói: *"Cuộc đời việc không như ý thường đến tám - chín"*. Vì sao cuộc đời này việc không như ý lại có đến tám - chín phần? Nguyên nhân là ở đâu? Các vị bằng hữu, đây cũng là việc phải "thận tư". Vì sao cuộc đời việc không như ý có đến tám - chín phần? Mười phần có đến tám - chín là kết quả, nguyên nhân ở chỗ nào? Nguyên nhân ở chúng ta không để cho người được như ý, chúng ta thường ngày cũng không có rộng kết thiện duyên, cũng không cho người khác có được sự thuận tiện. Bởi vì đã trồng cái nhân này cho nên cảm lấy việc không được như ý có đến tám - chín phần. Khi chúng ta thật sự chỉ dùng tâm chân thành, khi chỉ dùng tâm yêu thương để qua lại với người khác thì làm gì có nhiều chuyện không được vừa ý.

Trong một năm nay, chúng tôi đã làm được hơn 300 buổi diễn giảng. Trong đó, vào ngày 30 tháng 07 đã bắt đầu mỗi kỳ năm ngày nghiên cứu về văn hóa truyền thống. Đến hiện tại thì đã làm được chín kỳ rồi, cũng không có gặp phải chướng ngại gì. Vả lại, không những không gặp phải chướng ngại, mà đến đâu cũng có quý nhân trợ giúp. Vì vậy, chúng tôi cũng từ những việc này mà ấn chứng được một trọng điểm. Trong "Đạo Đức Kinh" của Lão Tử nói: *"Thiên đạo vô thân"*. Trên trời không có thân thích, thiên nhân thường ở cùng với ai? *"Thường cùng thiện nhân"*. Khi tâm chúng ta thiện thì cuộc đời việc như ý có được đến tám - chín phần mười. Đạo lý như vậy mới nói được thông.

Tôi nhớ, vào cuối tháng sáu tôi trở về nhà. Trước khi trở về tôi vẫn còn lo lắng việc tổ chức nghiên cứu học tập vào tháng bảy cho hơn 100 người. Vì thời tiết ở Hải Khẩu đặc biệt nóng, sợ không có máy lạnh mọi người chịu không nổi. Tôi cứ ở đó lo lắng về việc này. Đúng trước đêm trở về thì ông bà chủ khách sạn Kim Hào (khách sạn rất lớn ở Hải Khẩu) cũng ăn cơm chung với chúng tôi. Kết quả, ông chủ này nghe nói đến văn hóa truyền thống rất hoan hỷ. Sau đó nói với tôi: *"Nếu cậu trở lại thì*

hãy báo cho tôi biết, tôi nhất định sẽ đến nghe cậu giảng". Sau đó còn kiên trì muốn đưa tôi trở về nhà, nói cách một ngày nữa sẽ đưa tôi ra sân bay. Chúng ta nói, con người với nhau là một loại duyên, duyên phận rất sâu. Lần đầu gặp mặt ông đã tạo cho tôi rất nhiều thuận tiện. Trên đường trở về nhà, ông đã nói với tôi: *"Lầu ba khách sạn của tôi có một phòng hội nghị cao cấp, máy lạnh công suất cực lớn, rất mát mẻ"*. Tôi vừa nghe liền nói: *"Có thể nào cho chúng tôi thuê để tổ chức buổi giảng tòa được không?"*. Ông rất là hào phóng, liền nói: *"Không có vấn đề gì, nhất định tôi sẽ giúp sắp đặt mọi thứ"*. Thế là mọi việc đã lo xong, không còn lo lắng gì nữa. Thật sự không phải lo lắng gì nữa, tất cả mọi việc sẽ do nhân viên của ông giúp đỡ sắp xếp. Ngay cả lúc lên lớp cũng có nhân viên của ông châm trà cho chúng tôi. Vì vậy mà trong năm ngày đó chúng tôi đã được ăn những bữa ăn vô cùng thịnh soạn.

Kết quả sau khi xong năm ngày, ông nói: *"Mọi thứ đều miễn phí hết"*. Sau khi xong năm ngày chúng tôi muốn đi thanh toán, nhưng khi đi trả tiền thì cô thu ngân nói đã được thanh toán hết rồi. Chúng tôi giật cả mình, không biết đã được thanh toán hết từ khi nào. Cô thu ngân này nói: *"Mỗi ngày bà chủ đều đến thanh toán hết rồi"*. Chúng tôi liền đi hỏi bà chủ, bà chủ nói: *"Bà mỗi ngày nghe giảng đều rất cảm động"*. Bởi vì bà chủ này là một người học Phật, bà mỗi ngày lạy Phật đều rơi nước mắt. Bà nói: *"Sự giáo huấn tốt đến như vậy mà con của bà vẫn chưa tiếp nhận được"*. Con của bà đều đã mười mấy tuổi rồi, vì vậy bà nói: *"Bà rất hy vọng bọn trẻ ở mảnh đất Hải Khẩu này có thể có được nhiều lợi ích. Mà lớp dạy học này có thể có được càng nhiều giáo viên đến giảng thì sẽ càng có nhiều đứa trẻ được lợi ích"*. Chúng tôi nghe được bà chủ nói như vậy trong lòng cũng rất cảm động. Vì vậy, đích thực là giáo huấn của cổ Thánh tiên Hiền chúng ta không thể xem nhẹ một câu nói nào, chúng đều có thể thực sự thực tiễn được trong cuộc sống của bạn, đều thể nghiệm được. Chúng tôi đã làm được chín kỳ mà không phải tốn tiền.

Cho nên, đích thực con người càng làm thì càng có thể chứng minh được chân lý là chân thực bất hư, cũng sẽ càng ngày càng có lòng tin. Vì vậy, chúng ta phải tuân theo đạo lý chính xác để kinh doanh cuộc đời, sẽ càng ngày càng nhiều trợ lực, gọi là *"Chính nghĩa nhiều người ủng hộ, phi nghĩa không ai ủng hộ"*. Vả lại, người phi nghĩa còn có thể bị tù giam. Cho nên, nhóm người làm doanh nghiệp dạng thứ hai gặp phải bị tù tội.

Loại tình huống thứ ba là kiếm được tiền không có phạm pháp, nhưng vì giao tiếp lâu dài, áp lực công việc thường xuyên, cho nên có thể mới bốn mươi tuổi thân thể suy yếu, phải thường xuyên đến bệnh viện. Khi một người có sức khỏe suy yếu thì cuộc đời này có hạnh phúc gì đáng nói nữa hay không? Dù họ có nhiều tiền hơn đi nữa, quyền cao chức trọng hơn đi nữa, họ cũng sẽ không cảm thấy được vui vẻ gì. Bởi vì, con người một khi cảm thấy không thoải mái thì thân tâm đều bị giày vò. Cho nên, đời người cũng không nên làm như vậy.

Lúc tôi ở tại Hải Khẩu, phía trước nơi tôi ở là một khu phố ẩm thực nằm trên đường Kim Long. Cả khu phố đều bán sơn hào hải vị. Cho nên, bao nhiêu người thường xuyên đến đó ăn uống thời gian dài rất nhiều căn bệnh mãn tính đều xuất hiện. Mà

con người đích thực là không đủ cẩn thận, thường hay xảy ra chuyện rồi mới cảnh giác. Nhưng đến khi xảy ra vấn đề rồi thì luôn luôn rất khó xử lý. Không chỉ vấn đề về sức khỏe, mà vấn đề về gia đình, vấn đề về hôn nhân, vấn đề về dạy dỗ con cái, chỉ cần họ cảm thấy không được thoải mái nữa thì có thể đều thuộc dạng cắm sâu khó nhổ. Cho nên, quy hoạch cuộc đời tuyệt đối không phải chỉ có thể theo cầu danh, cầu lợi, theo đuổi sự hưởng lạc nhất thời. Cuộc đời phải nên phát triển toàn diện, phải viên mãn toàn diện.

Loại doanh nhân thứ tư chính là lấy lên được bỏ xuống được, không màng danh lợi như chú Lư. Vì thế, khi tôi nhìn thấy chú Lư thì cảm giác như chú rất thân thiết, căn bản không cảm nhận được tập khí của những người làm ăn buôn bán. Tôi nhìn thấy cứ nghĩ chú là dân trí thức. Vả lại, chú cũng nói cả đời chú mong muốn nhất chính là được dạy học, nhưng vì sinh kế lớn nhất của gia đình và cả việc phải nuôi cha mẹ, áp lực tài chính gia đình quá lớn, cho nên không thể không để cho chú theo nghiệp kinh doanh. Nhưng bởi vì chú có trí huệ, cho nên dù kinh doanh nhưng chú vẫn dạy tốt con cái của mình, cũng khiến cho rất nhiều thanh niên có duyên với chú nhận được nhiều lợi ích. Bất kỳ một doanh nhân nào quy hoạch cuộc đời của họ quan trọng nhất là sự việc gì vậy? Dù gấp gáp hay thong thả, chúng ta nhất định phải có thể **lấy được bỏ được**. Đây mới là trí huệ. Cho nên, quy hoạch cuộc đời, việc quan trọng nhất là tự mình trưởng thành, chính là khai mở trí huệ của mình. Sự việc này vô cùng cấp bách. Giả sử trí huệ chúng ta không khai thì cuộc đời càng lúc càng nghiêm trọng, bởi vì sẽ đưa ra rất nhiều phán đoán sai, rất nhiều lựa chọn sai lầm. Mà bạn đưa ra phán đoán sai lầm cùng những quyết định sai lầm thì sẽ ảnh hưởng đến cuộc đời về sau của bạn. Bởi vì trí huệ của bạn chưa khai mở, cho nên mỗi bước đi đều nặng nề hơn. Bởi vì rất nhiều sự việc sai lầm đều gánh lên lưng, sau đó lại không biết cách nào để từ sai từ từ viên mãn trở lại, vì thế cả cuộc đời càng đi càng cảm thấy nhân sanh khổ đoạn. Cho nên tìm đối tượng phải có trí huệ, nuôi dạy con cái phải có trí huệ, kinh doanh sự nghiệp phải có trí huệ. Thậm chí, muốn cho thân tâm bạn được an lạc thì cũng phải có trí huệ. Việc quan trọng đầu tiên là phải tự mình trưởng thành, phải nỗ lực học tập. Việc học tập thì phải chọn đúng phương hướng, chọn đúng người thầy. Cho nên một người mà lúc nào cũng đều biết "thận tư", đều biết "minh biện", tự mình trưởng thành rất quan trọng.

Tiếp đến, ***việc tổ chức gia đình rất quan trọng***. Nếu như một doanh nhân mà gia đình đã bại thì dù có quyền hơn, có tiền hơn cũng không có ý nghĩa gì. Bản thân họ cũng sẽ cảm thấy rất hụt hẫng, rốt cuộc vinh hoa phú quý của thế gian này cũng chỉ là mây bay trước mắt. Một người đến lúc về già có thể được hưởng thanh phước hay không quyết định ở việc người đó có chăm lo tốt cho gia đình hay không.

Chú Lư cũng đã từng nói với tôi, chú có một cách làm đã kiên trì được mấy mươi năm rồi. Mỗi chủ nhật chú nhất định đều dành thời gian cho con cái, cho vợ, cùng ăn cơm với cha mẹ. Các vị bằng hữu, xin hỏi cách làm này của chú Lư là EQ hay là IQ? Học vấn hiện nay người Phương Tây rất hay khiến cho những thứ đơn giản trở nên phức tạp. Rõ ràng chỉ một câu lý luận giáo dục mà viết ra thành một quyển sách. Bạn vốn là cũng hiểu được một chút, nhưng sau khi xem xong thì lại trở nên không

hiểu gì. Ngược lại, Thánh Hiền thì đem những thứ rất phức tạp hàm chứa thu nhiếp vào trong một - hai câu. Triết lý Thánh Hiền đã nói: *"Vạn pháp do nhân duyên sanh"*. Một câu nói đã hàm chứa toàn bộ vào trong đó. Trí huệ của những Thánh Hiền này không thể không khiến người ta bội phục. Người Phương Tây thì nói là EQ và IQ, bây giờ lại có thêm cái gọi là CQ và cả HQ. HQ gọi là chỉ số sức khỏe. Nếu cứ tiếp tục như vậy, tôi nghĩ sẽ vượt qua mười chữ Q.

Vậy chúng ta hãy suy nghĩ, chú Lư kiên trì vào mỗi chủ nhật nhất định đều dành thời gian cho gia đình, xin hỏi động tác này là cảm tính hay là lý tính? Lý tính. Nếu chú không có tình yêu thương chân thật thì làm sao lại đưa ra quyết định này chứ? Chú có tình yêu thương chân thật. Chú không có trí huệ thì có thể biết cách thủ xả hay không? Chú chân thật có lý trí. Cho nên, khi một người có chân tâm thì sẽ có lý trí và cũng có cảm tình. Rõ ràng chỉ là một thứ mà họ lại nói ra thành bao nhiêu thứ, cuối cùng nghe xong thành mơ mơ hồ hồ. Cho nên tôi *"tái ông mất ngựa, họa phước khó lường"*. Bởi vì tôi lúc nhỏ không thích đọc sách, mà thời đại tôi lớn lên thì sách Phương Tây rất nhiều, vì thế mà tôi trong rủi lại thành may. Đến hai mấy tuổi mà tôi cũng chưa đọc được sách Phương Tây. Kết quả khi mở các Kinh điển ra, chúng liền tạo dựng nền tảng về quan niệm tư tưởng cho tôi.

Tôi còn nhớ vào năm năm trước khi đọc sách, tôi có một đồng học từ nhỏ đã đọc rất nhiều sách do Phương Tây viết. Từ lúc học cấp hai đã bắt đầu xem các loại sách về tâm lý học, cái gì cũng xem cả, số lượng sách đã xem khiến tôi phải giật mình. Hễ mẹ của anh không có ở nhà thì anh chìm đắm trong cả đống sách ấy. Có tốt hay không? Xem sách cũng cần phải có trí huệ để lựa chọn, nếu đọc phải những sách không tốt thì phiền phức lớn rồi. Chúng ta suy nghĩ xem, một ly nước trong mà nhỏ vào một giọt mực thì mất thời gian không tới một giây, nhưng khi một giọt mực này nhiễu vào thì liền bắt đầu xâm hại tư tưởng của bạn. Khi bạn muốn loại trừ giọt mực này ra thì bạn phải tốn bao nhiêu thời gian vậy? Giả như bạn học tốt hóa học, học tốt vật lý học, lập tức đem giấy lọc ra lọc trở lại, ít nhất cũng mất trên mười phút. Tỉ lệ là bao nhiêu vậy? Có thể tỉ lệ là một phần sáu trăm, hoặc hơn. Cho nên, phòng ngừa ô nhiễm rất là quan trọng. Đồng học này của tôi cũng khoảng hai mươi sáu tuổi rồi, chúng tôi thường hay tham khảo thảo luận một số vấn đề trong cuộc sống. Người bạn này thường chau mày mà nói: *"Anh vì sao lại có thể suy nghĩ như vậy được chứ, vì sao có thể đem sự việc nói thành đơn giản như vậy được chứ?*". Nhưng mà lại thẳng thắng dứt khoát, người bạn này nói: *"Đầu óc của anh có thể đổi cho tôi được không?"*. Cho nên, đích thực là trong thời đại bùng nổ thông tin tri thức như hiện nay, nếu như bạn không có khả năng phân biệt thị phi thiện ác rõ ràng thì bạn thật sự sẽ bị những tri thức hiện đại nhấn chìm. Hôm nay bạn học cái này, ngày mai lại đem quyển khác ra xem, trong lòng bạn sẽ không có được kết luận, không có cái gì làm chủ tể. Cho nên phải "thận tư", phải xem sách.

Thời gian của cuộc đời có hạn, phải nên xem những văn chương đã được khẳng định chân lý mấy nghìn năm qua. Mà những văn chương này cũng không cần bạn phải xem nhiều, chỉ một quyển sách nhỏ này cuộc đời này của bạn có thể thọ dụng không hết. Có rất nhiều vị thầy lên đài giảng như chúng tôi hiện tại đều có chung một loại

cảm nhận, đó là bất kỳ một người nào đến đây thỉnh giáo vấn đề nào đó thì một quyển "Đệ Tử Quy" này là có thể giải quyết được hết. Các vị bằng hữu có muốn thử hay không? Thật sự là như vậy. Cho nên, các vị liền có thể hiểu được cái trí huệ đó của các Thánh Hiền nhân, thật sự chúng ta không thể tưởng tượng được.

Một câu nói của Khổng Tử: *"Đệ tử nhập tắc hiếu, xuất tắc đệ, cẩn nhi tín, phiếm ái chúng, nhi thân nhân, hành hữu dư lực, tắc dĩ học văn"* đã nắm bắt bảy cương lĩnh học vấn đạo đức của một con người. Bảy cương lĩnh này đã hàm nhiếp tất cả lý luận về việc xử sự đối người tiếp vật, tất cả đều ở trong đó. Tôi thuộc dạng *"Tái ông mất ngựa, họa phước khó lường"*.

Chúng ta từ câu chuyện về chú Lư có thể cảm nhận được, một người chân thật có lý trí thì họ sẽ biết cách yêu thương con cái họ như thế nào. Chú là người có tình yêu thương chân thật. Giả như một người mẹ rất yêu thương con cái của mình, *"việc gì con cũng không cần làm, con chỉ cần học hành cho tốt là được"*, xin hỏi người mẹ này có tình cảm chân thật hay không? Là giả. Đó gọi là nuông chiều, là dục vọng. Người mẹ đó nghĩ rằng mình muốn dẫn dắt con cái như thế nào thì cứ dẫn dắt, mình cảm thấy thích như thế nào thì làm, mình muốn yêu thương như thế nào thì yêu thương. Đó không phải là việc suy nghĩ cho con cái. Cho nên có rất nhiều người mẹ sinh ra hai - ba đứa con, có thể sẽ đặc biệt tốt đối với một đứa nào đó. Loại yêu thương đó không phải là chân thật, đó đều là một loại dục vọng, cái dục vọng khống chế chiếm hữu hàm chứa ở bên trong. Người mẹ đó dùng cái tâm yêu ghét của mình để yêu thương con cái. Yêu ghét không phải là chân tâm. Lúc nào cũng suy nghĩ cho chúng, tìm ra phương pháp giáo dục tốt nhất để dạy chúng, đây mới gọi là chân thật yêu thương. Cho nên rất nhiều bằng hữu đều nói: *"Nhưng mà chúng tôi đều không có cơ hội tìm được"*. Kỳ thực, để có thể cảm nhận học vấn tốt chân thật của Thánh Hiền là chân tâm của bạn, là chân tâm thành ý của bạn. Nếu bạn muốn dạy dỗ con cái bạn trở thành Mạnh Tử, thành Phạm Trọng Yêm của ngày nay, thì nhất định sẽ có người đem sách đến tặng cho bạn. Vẫn là phải xem tâm của bạn có chân thành khẩn thiết hay không?

Tôi trong mấy năm nay tiếp xúc với học vấn của Thánh Hiền có một hiện tượng rất kỳ diệu, chỉ cần trong đầu tôi hiện lên một quyển sách nào thì căn bản chỉ trong vòng vài tuần lễ tôi nhất định sẽ có được quyển sách đó, chưa hề có ngoại lệ. Về sau thì tôi không biết, bởi vì tôi chưa đọc xong, đọc không kịp. Cho nên chân tâm của bạn phải vì xã hội này thì rất nhiều trợ lực sẽ đến. Trong chân tâm của bạn muốn dạy dỗ tốt con cái thì cũng nhất định sẽ có rất nhiều người đến giúp bạn. Việc chúng ta không có được phương pháp tốt thì hãy quay đầu xem lại tâm của mình có đủ chân thành khẩn thiết hay không. Cho nên, người có tình yêu thương chân thật nhất định phải kiến lập trên lý trí. Người có lý trí chân thật thì họ nhất định sẽ biết cách yêu thương người khác như thế nào. Cho nên, EQ và IQ là một không phải hai.

Chúng ta vừa mới nói đến sự thành công, đương nhiên ba dạng người phía trước chúng ta đều không cần. Chúng ta cần là cách kinh doanh sau cùng. Cuộc đời này, tất cả những điều cần bạn kinh doanh có thể là chúng ta dùng một con số "không"

để làm đại biểu. Bạn có nhà cửa, bạn có xe cộ, bạn có con cái, bạn có sự nghiệp, bạn có rất nhiều bạn tốt, đều là số "không" làm đại diện, sức khỏe là số một. Cho nên, cuộc đời dù có nhiều hơn đi nữa, chỉ cần bạn không có con số một này thì tất cả những thứ còn lại đều vô nghĩa. Tình trạng này con người hiện nay có nhiều hay không? Rất nhiều. Cho nên, sức khỏe rất là quan trọng. Bạn phải xây dựng nền tảng sức khỏe thật tốt cho con cái ngay từ khi còn nhỏ.

Hiện nay, tôi nhìn thấy hai đứa cháu của mình cảm thấy sự lựa chọn của chị tôi thật là đúng đắn. Hai đứa đều khỏe mạnh, chưa hề bị bệnh tật gì, việc học hành cũng tập trung hơn người khác, có thời gian nhiều hơn người khác. Bởi vì chúng tiết kiệm được thời gian mệt mỏi, tiết kiệm được thời gian đi khám chữa bệnh, cho nên sao chúng lại có thể không học hành hơn người khác được. Chúng ta hy vọng trẻ con được khỏe mạnh, cũng mong muốn sức khỏe của người thân trong gia đình đều tốt, mà hy vọng cũng không có tác dụng gì, phải có trí huệ mới được. Phải có trí huệ chính xác thì mới được. Vậy giữ cho mình được khỏe mạnh như thế nào? Giữ cho gia đình được khỏe mạnh như thế nào? Việc này phải thông qua sự dụng tâm học tập của mình. Cho nên, phải "thận tư", suy nghĩ đến điều kiện quan trọng nhất của sức khỏe trong cuộc sống. Những thứ cần phải học thì quá nhiều có phải không? Nghe như vậy xong, đến lúc đó các vị bằng hữu lại nói: *"Nào, thầy Thái hãy giúp tôi liệt kê ra các loại sách!"*. Thực tế có rất nhiều.

Học tập thì phải hiếu học, phải khéo học. Việc khéo học này không phải thuộc dạng đầu cơ trục lợi, mà việc khéo học này là phải biết mượn sự trợ lực. Vì sao khi tôi gặp chú Lư, chú và tôi nói chuyện hai giờ đồng hồ? Thật sự là tâm tình tôi xúc động đến nỗi lập tức quỳ xuống đối với chú. Bởi vì trong khoảng thời gian ngắn ngủi như thế nhưng thật sự là *"gạn đục khơi trong"*. Mỗi câu nói đều là đánh thẳng vào trong tâm của bạn, bạn đều có thể lấy ra để sử dụng, và như vậy thì cuộc đời của bạn sẽ bớt đi rất nhiều sự oan uổng. Tôi còn nhớ trong lần nói chuyện đó, chú Lư nói một câu khiến tôi ấn tượng vô cùng sâu: *"Đối với chính mình phải đuổi cùng diệt tận, đối với người khác phải phúc hậu ba phần"*. Các vị bằng hữu, đừng nên hiểu sai, không phải là bảo bạn cầm dao đâm mình. Đuổi cùng diệt tận này là đuổi cùng diệt tận đối với thói quen xấu, tập khí xấu của mình, không thể nào được buông lơi. Chúng ta có được thái độ này trong ba tháng, đảm bảo thân tâm của bạn đều sẽ cảm thấy nhẹ nhàng trở lại, bởi vì chiến thắng chính mình chính là niềm vui lớn nhất. Cho nên, câu nói này của chú đã để lại cho tôi ấn tượng rất sâu sắc. Mỗi lần chúng tôi muốn chạy trốn thì câu nói này như thế nào? *"Đuổi cùng giết tận"*, phải có dũng khí. Câu nói này đã để lại cho tôi ấn tượng rất sâu. Tôi cũng từ trong đó thể hội được, người thiện thấy hiền tài thì muốn học được như họ, khiêm tốn thọ giáo, cho nên họ có thể làm được việc đứng trên vai người khổng lồ. Đứng trên vai người khổng lồ thì thấy được xa hơn. Các vị bằng hữu, vậy ai là người khổng lồ? Trí huệ bốn - năm ngàn năm nay của cổ Thánh tiên Hiền là người khổng lồ. Các vị đã đứng lên đó chưa? Con cái của bạn đã đứng lên đó hay chưa? Cho nên, khi chúng ta có thể quý trọng trí huệ và kinh nghiệm của người khác thì bạn có thể tiết kiệm được việc phải đi những con đường oan uổng.

Về phương diện sức khỏe, tôi đã từng đọc qua mấy quyển sách của Tiến sĩ Lôi Cửu Nam. Từ trong những quyển sách của bà tôi đã hiểu ra được rất nhiều đạo lý của sự khỏe mạnh, gọi là: *"Bệnh từ miệng vào"*. Phải nên biết cách ăn như thế nào để có thể khỏe mạnh. Bây giờ chúng ta hãy cẩn thận suy nghĩ một chút về chủ đề này, nên ăn uống như thế nào? Làm sao để chăm lo cho sức khỏe của chính mình và sức khỏe của mọi người trong nhà? Khi nói đến sức khỏe, rất nhiều người đều suy nghĩ đến hai chữ "dinh dưỡng". Hiện tại phải suy nghĩ đến việc dinh dưỡng không đủ hay là suy nghĩ đến việc dinh dưỡng quá dư thừa vậy? Bạn xem, rõ ràng là phải suy nghĩ đến việc dinh dưỡng bị dư thừa. Nhưng mà tâm lý con người hiện tại sợ điều gì? Là không đủ. Đúng vậy! Con người thật là lạ, rõ ràng bày ra ở trước mắt mà họ lại cứ nhìn mà không thấy, cứ làm theo những gì họ suy nghĩ. Cho nên, nhất định lão tổ tông của chúng ta sẽ ở đó mà lắc đầu. Rõ ràng là giúp đỡ cho bạn mà bạn không nhận, còn những học thuyết có thể hại chết bạn thì bạn lại cố hết sức để nhồi nhét vào trong đầu của mình. Cho nên, chúng tôi cũng thường cảm thán con người chúng ta hiện nay là *"chịu nghe lời gạt chẳng chịu nghe lời khuyên, nhận giả mà không chịu nhận thật"*, thật sự là tự mình chuốc lấy cái khổ, không thể tự chủ được.

Tôi ngày trước không hiểu, vì vậy các vị bằng hữu nhìn thấy tôi thì các vị đều biết tôi là một người ăn uống thất bại, vì vậy mà người cứ ốm tong teo, ăn uống những đồ tạp nhạp quá nhiều.

Chúng tôi trong những buổi báo cáo về dinh dưỡng đã thống kê ra được mười loại lớn thức ăn tạp nhạp. Các vị bằng hữu có biết là những loại nào hay không? McDonald's không thể xem là một trong mười thức ăn tạp nhạp, mà được xem là loại thức ăn không cân bằng. Bởi vì dầu họ chiên vẫn là loại dầu sạch, nhưng vì rau củ quả trong thức ăn của họ quá ít, vì thế mà dinh dưỡng không được cân bằng. Chúng ta hãy xem thói quen ăn uống của người Phương Tây du nhập vào Trung Quốc đã tạo ra hiện tượng gì? Các vị xem, hiện nay vào nghỉ hè thì rất nhiều trường học liền bắt đầu chiêu sinh lớp học giảm cân. Các em nhỏ phải ở nơi đó để vận động, trong đầu thì lại nghĩ: *"Mình chỉ cần làm tốt năm ngày này, đến ngày thứ bảy thì mẹ sẽ dắt mình đi McDonald's"*. Có hiệu quả hay không? Không có hiệu quả. Cha mẹ không có quan niệm chính xác thì không thể nào nuôi dưỡng con cái được khỏe mạnh. Người lớn còn không có định công thì làm sao con cái có được định lực chứ? Bạn bảo chúng không được ăn cái này, ăn cái này sẽ có hại cho sức khỏe của con, vậy thì làm sao chúng chấp nhận được. Cho nên mười loại thức ăn tạp nhạp này nếu như tôi nói xong thì có thể các vị sẽ liền cảm thấy vậy thì cái gì cũng không thể ăn được.

Nói khái quát thì cố gắng ăn ít những thực phẩm có chứa các loại dầu chiên, có chứa cholesterol, có chứa chất bảo quản. Thậm chí, những đồ ăn quay nướng chứa ba chất gây ung thư hàng đầu. Khi trải qua việc nướng trong nhiệt độ cao, các protein liền biến chất. Vì thế, một cái đùi gà nướng có chứa chất độc hại bằng sáu mươi điếu thuốc. Cho nên có rất nhiều phụ nữ mặc dù không hút thuốc mà vẫn bị ung thư phổi. Đương nhiên, một nhân tố khác đó là phụ nữ thường hay nấu nướng cũng rất vất vả. Cũng bởi vì rất nhiều trẻ con đều thích ăn những thứ này, và cả kẹo mứt. Những loại

kẹo mứt đó ngay cả kiến gián đều không thèm ăn vậy mà bạn lại muốn ăn. Chúng lỡ ăn phải thì đi còn nhón chân, bạn thì ăn và mặc kệ. Nhưng mà sau thời gian dài ăn như vậy sẽ xảy ra vấn đề. Cho nên tôi nói người hiện nay không cần phải dùng đến xác ướp làm gì vì chết đi có thể sẽ trở thành xác ướp, bởi vì đã ăn chất bảo quản nhiều quá rồi.

Tiếp đến là nước uống có ga. Nước ngọt có ga làm tổn hại đến răng và dạ dày rất lớn. Thành dạ dày cứ bị tổn thương từng chút từng chút một, cuối cũng thì dạ dày sẽ bị viêm. Tiếp đến là thủng dạ dày. Vì sao mà tôi lại rành đến như vậy? Bởi vì tôi đã từng trải qua rồi. Tôi còn nhớ lúc nhỏ mỗi lần đi mời khách, thức ăn còn chưa dọn lên thì tôi tuyên bố đã no rồi, là do uống nước ngọt mà no. Đúng vậy! Dạ dày bị tổn thương. Mà dạ dày tổn thương thì việc hấp thu sẽ có giới hạn, thế là thể chất cũng sẽ không tốt. Cho nên, tôi thường hay nói: *"Tôi khi trẻ hay uống nước ngọt, tới bây giờ còn chưa ợ hơi ra hết"*, cho nên dạ dày thường hay bị đầy hơi. Vì sao tôi lại phải nói ra như vậy? Là hy vọng con cái của các vị không phải hối tiếc giống như tôi. Tôi thường nghĩ, nếu như sức khỏe của tôi mà tốt thì một ngày tôi có thể giảng tám tiếng đồng hồ. Hy vọng là sức khỏe có thể mỗi ngày một tốt hơn. Chẳng qua là sau khi có kiến thức, đích thực là đã không còn tình trạng làm hại sức khỏe bản thân nữa, cho nên đối với những loại thức ăn tạp nhạp này tôi cơ bản là không có động lòng nữa. Vì sao vậy? Vì *"thân bị thương, cha mẹ lo"*. Ngay cả việc này mà còn làm không được thì chúng tôi thật sự cũng không có tư cách để ngồi ở đây mà hoằng dương văn hóa truyền thống.

Còn có một thứ cũng rất lợi hại gọi là thực phẩm đông lạnh, các loại kem. Về cơ bản, rất nhiều người mà không có những thứ này đúng là sống cũng không nổi. Có người một ngày ăn mấy cây kem. Kỳ thực, Lão tổ tông có một câu: *"Sự sự yếu đạo pháp tự nhiên"*, bạn đi ngược lại với tự nhiên thì sẽ làm tổn thương chính mình.

Chúng ta hãy xem động cơ của chiếc xe hơi khi nó hoạt động thì nhiệt độ tăng lên rất cao. Lúc đó nếu như bạn đột nhiên đem một thau nước đá đổ vào, chiếc máy này vốn là có thể sử dụng được mười năm, nhưng do bạn thường hay đem nước lạnh đổ vào, tôi nghĩ không tới ba năm thì bộ máy này sẽ có trục trặc. Nhiệt độ của thân thể bạn khoảng 37 độ C (từ 36 đến 37 độ), một nhiệt độ cao đến như vậy mà thường hay bị bạn dùng ly nước 0 độ C uống vào, máu huyết của bạn vốn là có thể chảy một cách rất thuận lợi, những ly nước đá này được uống vào thì nó đã bị ngưng lại. Cho nên, trong một thời gian dài cứ như vậy thì bộ máy cơ thể của bạn sẽ bị tổn thương, luôn bị hao tổn, vậy thì thể lực dần dần sẽ đi xuống.

Vả lại, phụ nữ mà hay ăn uống đồ lạnh như vậy thì sẽ dễ dàng sinh ra rất nhiều bệnh phụ nữ, vì sao vậy? Bởi vì người phụ nữ mỗi tháng đều thải độc ra ngoài một lần, khi thải độc thì tử cung mở ra, sau khi thải hết sạch sẽ thì mới thu lại phải không? Nhưng bởi vì bạn uống nước đá vào thì nó liền co rút lại, thế là nó co cụm lại, chất độc đáng phải thải ra hết nhưng chưa thải hết. Tử cung là một cơ quan giải độc rất lớn, nhưng chưa thải hết những chất độc. Lần thải tiếp theo là khi nào vậy? Hai mươi tám ngày sau đó. Xin hỏi trong hai mươi tám ngày này thì chúng sẽ đi về đâu? Nó

sẽ theo sự tuần hoàn máu mà lan đi khắp cơ thể. Những độc tố này sẽ tiếp tục hồi lưu. Sau đó, độc tố trong tử cung càng nhiều hơn thì bệnh phụ nữ liền xuất hiện. Vì thế hiện nay những phụ nữ bị cắt buồng trứng thì rất nhiều. Đây không phải là chuyện giật gân. Cho nên chúng ta chân thật phải có sự nhận thức rõ ràng sự nguy hại của những thực phẩm này thì bạn mới có thể tránh khỏi được những nguy hại này.

Chúng tôi thấy trên các trang web chuyên môn trên mạng có nói rõ về mười loại thức ăn nguy hại này. Các vị bằng hữu có thể lên mạng để tải những tài liệu này về. Cho nên, ăn uống trước phải biết cái gì không nên ăn, sau đó lại suy nghĩ đến việc nên ăn cái gì. Bởi vì bạn mà ăn quá nhiều những thứ không nên ăn thì sức khỏe của bạn sẽ rơi vào tình trạng rất tệ hại. Việc này giống như việc cầu học vấn, chưa hành thiện thì trước phải bàn đến việc sửa lỗi; chưa ăn xong phải biết loại trừ những thứ xấu. Chúng ta hiểu được hiện tại vấn đề không phải là dinh dưỡng không tốt mà là ở dinh dưỡng quá dư thừa, cho nên phải cân bằng dinh dưỡng. Ăn nhiều rau củ, trái cây thì mới khỏe mạnh được.

Vậy làm thế nào để cân bằng dinh dưỡng? Căn cứ vào những nhà dinh dưỡng học cận đại gần đây nhất đã nói thì tốt nhất là ăn thức ăn chay. Hiện tại số người hưởng ứng việc ăn chay nhiều nhất không phải người Phương Đông, mà hiện tại số người Phương Tây theo chủ nghĩa ăn chay rất nhiều. Họ không phải ăn chay vì là một tín đồ tôn giáo, mà họ là vì đã kịp thời tỉnh ngộ, không thể tiếp tục được nữa, quay đầu trở lại bắt đầu ăn chay. Rất nhiều người khi nói đến ăn chay thì họ lo lắng nói việc đó không đủ dinh dưỡng, đặc biệt là không đủ protein. Chúng ta hãy tỉ mỉ phân tích thì trong thực vật hàm lượng protein rất cao. Như rong biển, đậu phộng, mè có hàm lượng protein rất cao. Thực ra, một người một ngày cần bao nhiêu protein vậy? Bốn mươi đến sáu mươi gram. Có nhiều hay không? Không nhiều. Con người hiện tại thực sự là sửa chữa sai lầm quá mức. Việc ăn chay tuyệt đối vẫn đủ protein. Vả lại, việc ăn quá nhiều protein thì có hại hay không? Có hại. Cho nên, mấu chốt con người không học việc này, kỳ thực khi họ ở đó nói rằng ăn chay không đủ dinh dưỡng, thật sự là không phải họ sợ không đủ dinh dưỡng mà là họ không thể từ bỏ việc ăn thịt cá. Thực tại, việc ăn thịt cá thật sự là không phải đang ăn thịt cá, mà là đang ăn những chất điều vị. Vị bằng hữu này nói là ăn xác chết, thật sự là đang ăn những thứ gì vậy? Là đang ăn các loại chất điều vị. Cái lưỡi đã bị đánh lừa. Mà bị lừa lâu rồi thì thật sự là không biết, vì thế mà họ không thể nuốt nổi thứ có hương vị như khoai tây, không thể nuốt nổi mùi vị của củ cải đỏ. Thật đáng thương!

Tôi lúc trước có lúc đã trồng rau, không xào ăn mà ăn sống, ăn vào cảm thấy rất là ngọt. Sau khi ăn xong có cảm giác như trên đỉnh đầu có nguồn năng lượng tỏa ra. Thật vậy! Vả lại, ăn những thứ này vào thì bạn sẽ cảm thấy thân thể nhẹ nhàng thoải mái. Đó là gì vậy? Đó chính là năng lượng mà bạn không hề nhìn thấy. Tất cả những rau củ quả tươi trong đó đều có chứa năng lượng rất phong phú. Cho nên, con người không chỉ cần dinh dưỡng mà cái cần hơn là sau khi bạn ăn xong khiến cho bạn có tinh thần sảng khoái, là những thức ăn khiến cho bạn thật sự có tinh thần. Những việc này rất quan trọng.

Được rồi! Tiết học tới chúng ta sẽ tiếp tục thảo luận. Xin cảm ơn mọi người!

A Di Đà Phật!

Làm Thế Nào Để Trở Thành Một Người Tốt Chân Thật Đúng Như Pháp (tập 23)

Giảng ngày 20 tháng 11 năm 2004 tại Thành phố Hải Khẩu, Trung tâm Vỡ Lòng Quốc Học Hiếu Liêm

Người giảng: Thầy giáo Thái Lễ Húc

Cẩn dịch: Vọng Tây Cư Sĩ, Viên Đạt Cư Sĩ, Mộ Tịnh Cư Sĩ, Phước Tịnh Cư Sĩ