

# **PHẬT THUYẾT THẬP THIÊN NGHIỆP ĐẠO KINH**

*Chủ giảng: Lão pháp sư Tịnh Không*

*Thời gian: 20/11/2000*

*Giảng tại: Tịnh tông Học hội Singapore*

*Việt dịch: Ban biên dịch Pháp Âm Tuyên Lưu*

## **Tập 104**

Chư vị đồng học, chào mọi người! Mời mở kinh Thập Thiên Nghiệp Đạo, trang thứ mười sáu, hàng thứ nhất: “*Niệm xứ trang nghiêm nên khéo tu tập quán tứ niệm xứ.*” Điều này chúng tôi đã giới thiệu qua, hôm nay chúng ta sẽ làm tổng kết cho nó. Đây là đoạn thứ nhất trong phẩm trợ đạo, thuật ngữ trong Phật pháp gọi là khoa mục thứ nhất, ba mươi bảy phẩm trợ đạo chia làm bảy khoa mục, đây là khoa mục thứ nhất. Khoa mục đầu tiên đương nhiên cũng là khoa mục quan trọng nhất, là phương tiện ban đầu để chúng ta nhập môn, nếu không bắt tay làm từ chỗ này thì bạn không có cách gì nhập môn được, cho nên nó quan trọng hơn tất cả. Bốn loại này gọi là quán, ngày nay chúng ta gọi quán là cách nghĩ của bạn, cách nhìn của bạn. Bốn loại này, bao gồm cách nhìn của bạn đối với thân, cách nhìn của bạn đối với sự hưởng thụ trong đời này của bạn, cách nhìn của bạn đối với tâm, cách nhìn của bạn đối với tất cả vạn sự vạn vật ngoài tâm. Nếu cách nhìn của bạn là chính xác thì sau đó mới có thể tu đạo; nếu cách nghĩ, cách nhìn của bạn sai lầm thì cho dù bạn rất tinh cần nỗ lực tu hành, pháp mà bạn tu đều là tà pháp. Trong kinh luận, Phật thường xuyên nhắc nhở chúng ta: “Tâm chánh thì hết thấy pháp đều chánh, tâm tà thì hết thấy pháp đều tà.” Cho nên, nói theo hiện nay thì tứ niệm xứ chính là xây dựng nhân sinh quan, vũ trụ quan chính xác. Ba điều phía trước thuộc về nhân sinh quan, một điều phía sau thuộc về vũ trụ quan, “quán pháp vô ngã” là thuộc về vũ trụ quan, chúng ta tuyệt đối không được lơ là.

Thứ nhất là dạy chúng ta “quán thân bất tịnh”, bạn thật sự hiểu rõ ràng tường tận rồi thì bạn đối với thân tướng sẽ không còn tham luyến, bạn chắc chắn sẽ không vì nó mà tạo tội nghiệp. Chúng sanh tạo nghiệp, vì thân mà tạo nghiệp thì chiếm hơn quá nửa, vì sự hưởng thụ của thân thể, người thế gian gọi là tánh mạng của thân ta, mê vào thân ta mà tạo vô lượng vô biên tội nghiệp, chiêu cảm những việc không như ý cho đời sau. Chư Phật Bồ-tát đã nhìn thấu rồi, nhìn thấu điều gì? Điều đầu tiên là nhìn thấu thân ta, nhìn thấu triệt rõ ràng, sáng tỏ chân tướng của thân ta. Hiểu sáng tỏ rồi thì có phải là không cần thân hay không? Không phải, vẫn cần thân, cần cái thân này để tu tích công đức cho mình. Người

thể gian mê muội thân ta, dùng thân để tạo tác tội nghiệp, còn Phật Bồ-tát lợi dụng cái thân này để tích lũy công đức, không như nhau. Từ đó cho thấy, thân ta là công cụ, nó không phải là mục đích, nhất định phải nhận thức rõ ràng điều này.

Trong kinh giáo nói thân của mình và người, tất cả sắc pháp đều bất tịnh, thân của chúng ta, thân của tất cả chúng sanh hữu tình, sắc thân đều là vật bất tịnh. Vì sao bất tịnh? Vì tâm không thanh tịnh, tâm ô nhiễm cho nên thân cũng bị ô nhiễm. Nếu tâm thanh tịnh thì thân thanh tịnh, sự việc này ở trong kinh Phật nói rất nhiều, đó là cảnh chuyển theo tâm. Thân này của chúng ta nếu so với tâm thì thân là cảnh giới, thân là cảnh giới của tâm. Thân từ đâu mà có? Là do tâm biến hiện ra. Mở đầu bộ kinh này, Phật đã nói: *“Tất cả pháp từ tâm tưởng sanh”*, thân của chúng ta là từ tâm tưởng sanh, khi bạn đến đầu thai, bạn có tướng, có tướng thì mới biến thành thân. Tại sao bạn trở thành tướng mạo này? Tướng mạo này là do bạn tướng trước khi đầu thai, bạn ưa thích tướng mạo này thì nó biến thành tướng mạo này, từ tâm tưởng mà sanh ra. Người thế gian nói di truyền, tướng mạo của con cái rất giống cha, giống mẹ. Nó không phải là di truyền, trong Phật pháp nói bạn ưa thích cha, ưa thích mẹ, ưa thích cái tướng đó của họ, nên bạn biến thành cái tướng đó, không phải di truyền, mà là tướng tượng, tất cả pháp từ tâm tưởng sanh. Người xưa nói, thân thể tướng mạo của bạn trước 40 tuổi chịu sự ảnh hưởng của đời trước, sau 40 tuổi thì bạn phải tự mình chịu trách nhiệm về thân thể tướng mạo của mình. Vì sao vậy? Trong đời này, vọng tưởng của bạn, tư tưởng của bạn sẽ làm thay đổi dung mạo của bạn, nếu ý niệm của bạn ác, hành vi ác thì tướng mạo của bạn càng trở nên hung ác; tâm địa của bạn lương thiện, từ bi thì tướng mạo của bạn càng trở nên xinh đẹp, chính là đạo lý này. Từ 40 tuổi trở về sau, thân thể của mình khỏe mạnh, tướng mạo là do tự mình chịu trách nhiệm. Từ dung mạo của bạn, từ thể chất của bạn thì biết được thứ mà bạn bình thường nghĩ tưởng, suy nghĩ, niệm đến là gì, điều này rất có đạo lý.

Chúng ta đều có thể y theo kinh Thập Thiện Nghiệp Đạo mà tu hành, Thế Tôn chỉ dạy chúng ta trong tổng cương lĩnh ở phần trước: “Ngày đêm thường niệm thiện pháp (ngày đêm không gián đoạn), tư duy thiện pháp, quán sát thiện pháp, chẳng để mảy may bất thiện xen tạp.” Nếu bạn thật sự tu theo đó thì dung mạo của bạn nhất định sẽ giống như Bồ-tát vậy, đây là sự thật, một chút cũng không giả. Thể chất, tướng mạo của chúng ta ngày nay chưa đạt đến trình độ của Bồ-tát, chính là vì chúng ta mặc dù tu thiện nhưng vẫn còn xen tạp bất thiện, cho nên chúng ta chưa đạt được loại quả báo thù thắng này. Một người tu hành có công phu hay không, không cần nói, nhìn qua tướng mạo là biết rồi, nhìn qua động

tác của bạn là hiểu rồi. Bạn có công phu hay không, công phu của bạn đến trình độ nào, bạn không thể che mắt người khác được! Bạn chỉ có thể che mắt được người ngu ở thế gian, còn người có trí tuệ, người sáng tỏ thì bạn không thể nào che mắt họ được.

Chư Phật Bồ-tát tuyệt đối không chà đạp thân thể, mà khéo biết lợi dụng thân thể, gọi là “mượn giả tu thật”. Tướng là giả, phàm hết thấy tướng đều là hư vọng, thân tướng này cũng là hư vọng, mượn tướng hư vọng này để tu cái chân thật. Cái chân thật là gì? Trí tuệ chân thật. Trong kinh Vô Lượng Thọ đã nói với chúng ta ba thứ chân thật: “Khai hóa hiển thị chân thật chi tể”, đây là kinh điển Tịnh tông nói, “chân thật chi tể” thì Thiền tông gọi là tâm tánh, “khai hóa hiển thị” chính là minh tâm kiến tánh, đây là thật, minh tâm kiến tánh là thật, “trụ chân thật tuệ” là thật. Trụ chân thật tuệ là gì? Là điều thứ hai của tứ niệm xứ: “quán thọ là khổ”. Trụ chân thật tuệ, sự hưởng thụ này tốt, đây chính là điều mà Lục tổ Huệ Năng nói trong Đàn Kinh: “Trong tâm đệ tử thường sanh trí tuệ”, trụ chân thật tuệ, ngài không sanh phiền não. Thứ ba là “huệ dĩ chân thật chi lợi”, đây là tha thọ dụng. Thân chúng ta trụ ở thế gian này, đối với tất cả chúng sanh thì phải bố thí cúng dường lợi ích chân thật. Phật Bồ-tát trụ thế chỉ có chân thật, không có hư vọng, sự hưởng thụ của các ngài, thọ là hưởng thụ, thật sự là sự hưởng thụ tối cao vô thượng, là trí tuệ, nhất định không phải phiền não, đây là điểm mà chúng ta cần học tập, cần phải biết rõ.

Điều thứ ba trong tứ niệm xứ dạy chúng ta “quán tâm vô thường”, tâm là ý niệm, ý niệm là hư vọng, không phải chân thật. Trong kinh Lăng-nghiêm gọi cái chân thật là “chân tâm thường trụ”, thường trụ là vĩnh viễn bất biến. Quý vị phải biết, chân tâm là vĩnh viễn bất biến, thanh tịnh tịch diệt. Chúng ta hiện nay trong chân tâm khởi lên ý niệm, ý niệm này gọi là gì? Ý niệm gọi là vô minh, vô minh là tướng động; còn chân tâm là tịch tĩnh, bất động. Nhà Phật nói tu hành, việc quan trọng nhất trong tu hành chính là thiền định. Tại sao Phật giáo coi trọng thiền định đến như vậy? Thiền định không phải nói Thiền tông tu thiền định, mà tám vạn bốn ngàn pháp môn, môn nào cũng là tu thiền định, mọi người phải hiểu đạo lý này, niệm Phật cũng là tu thiền định. Tam học giới - định - tuệ, nếu bạn xa rời định thì làm gì có trí tuệ? Thiền định sanh trí tuệ, loạn tâm sanh phiền não. Loạn tâm là gì? Chính là tạp niệm, niệm trước diệt rồi, niệm sau liền sanh, phàm phu sáu cõi ai cũng đều như thế cả, từ sáng đến tối khởi tâm động niệm, vĩnh viễn không ngừng nghỉ. Bạn muốn dừng ý niệm, “chỉ” chính là định, là chỉ quán. Công phu thật sự là làm sao dừng được vọng niệm của chính mình. Tám vạn bốn ngàn

pháp môn chính là tám vạn bốn ngàn phương pháp khác nhau, cách thức khác nhau để dừng được vọng tâm, dừng được tạp niệm. Tịnh tông của chúng ta là pháp môn tiện lợi nhất trong tất cả pháp môn, dùng niệm Phật, dùng phương pháp niệm Phật để dừng vọng tâm của chúng ta lại.

Sáu cõi luân hồi, ba đường ác, vô lượng kiếp đến nay những khổ nạn mà chúng ta đã chịu, căn nguyên là gì vậy? Chính là vọng tưởng, vọng niệm. Cho nên, Phật dạy chúng ta một phương pháp hay, dùng một câu “A-di-đà Phật” để dừng ý niệm lại, dùng một ý niệm này để trừ sạch tất cả mọi ý niệm. Niệm Phật như thế nào thì công phu mới đắc lực? Vọng niệm vừa khởi lên thì niệm “A-di-đà Phật”, đè ý niệm này xuống, mọi lúc mọi nơi đều phải có sự cảnh giác cao độ, ý niệm bất luận là niệm thiện hay là niệm ác, thấy đều phải dẹp sạch. Vì sao vậy? Ý niệm thiện thì đến ba đường thiện, ý niệm ác thì đến ba đường ác, đều không ra khỏi sáu cõi luân hồi. Muốn thoát khỏi sáu cõi luân hồi thì phải tịnh niệm, chúng ta phải biết đạo lý này.

Người thế gian biết ý niệm ác là không tốt, ý niệm thiện là tốt, đây mới chỉ là biết một mà không biết hai. Ý niệm thiện là tốt, phước báo ở ba đường thiện, nhưng hưởng hết phước báo rồi, sau khi hưởng xong rồi thì ác nghiệp lại hiện tiền, cho nên đây không phải là pháp rốt ráo. Pháp rốt ráo trong Đại thừa nói là “hai bên không lập, trung đạo chẳng còn”, thiện ác là hai bên, hai bên đều buông xả rồi, ý niệm về trung đạo cũng không còn, lúc này thì chân tâm thường trụ hiện tiền, chân tâm thường trụ hiện tiền thì mới là trụ chân thật tuệ, chân thật tuệ thì nhìn thấy chân tướng của vũ trụ nhân sinh. Chân tướng chính là tâm tánh, trong kinh Vô Lượng Thọ gọi là chân thật chi tế, bạn mới có thể nhìn thấy, mới có thể chứng thực, sau đó sự đại từ đại bi vốn có trong tự tánh, tâm từ bi mới thật sự hiện tiền.

Tối hôm qua, chúng ta nghe Thiên Chúa giáo giảng về tâm yêu thương cho chúng ta, điều mà họ nói thật sự không rõ ràng, không thấu triệt bằng trong kinh Phật nói, tuy cùng một ý nghĩa. Cho nên bà Hứa Triết nói tình thương chính là tôn giáo, khi Lý Mộc Nguyên hỏi bà: “Tôn giáo là gì?” Tình thương chính là tôn giáo, tình thương là đại từ đại bi vốn có trong tự tánh, bên trong hoàn toàn không xen tạp tình thức ở trong đó, xen tạp tình thức thì không phải tự tánh. Trong Phật pháp có bốn loại từ bi: “ái duyên từ bi”, “chúng sanh duyên từ bi”, chúng sanh sáu cõi có hai loại này; “pháp duyên từ bi”, đây là Bồ-tát có; “vô duyên từ bi”, đây là pháp thân đại sĩ có. Pháp thân đại sĩ là vô duyên từ bi, tứ thánh pháp giới trong mười pháp giới là pháp duyên từ bi, trong lục đạo chỉ có ái duyên từ bi và

chúng sanh duyên từ bi, vì sao vậy? Họ có tình thức bên trong. Vô duyên từ bi, “vô” là không có tình thức, hoàn toàn là đức năng vốn có trong tự tánh.

Cho nên chúng ta nhất định phải biết, vọng niệm không phải là thứ tốt. Chúng ta ngày nay có tư tưởng, tư tưởng không phải là thứ tốt, bạn xem cổ nhân Trung Quốc tạo chữ, người Trung Quốc thật sự có trí tuệ, chữ “tư” (思) có hình dạng thế nào? Trên chữ “tâm” vẽ từng ô vuông, từng ô vuông thì gọi là tư, “tưởng” (想) là đã dính tướng, trong tâm có tướng, dính vào tướng thì gọi là tưởng; trong tâm khởi phân biệt thì gọi là tư. Tư với tưởng đều không phải là thứ tốt, bạn bỏ đi ô vuông, bỏ đi tướng thì tâm đó gọi là chân tâm. Có tư, có tưởng thì là phàm phu sáu cõi, bỏ đi tư và tưởng thì bạn vượt khỏi sáu cõi. Cho nên, văn tự Trung Quốc là phù hiệu đầy trí tuệ, cổ nhân tạo ra phù hiệu này chính là dạy chúng ta phải khai mở trí tuệ, vừa nhìn thấy liền hiểu rõ. Bạn có thể không dùng tư tưởng thì thứ mà bạn dùng là trí tuệ chân thật, bạn dùng tư tưởng thì sẽ chướng ngại trí tuệ chân thật của bạn, cho nên nhất định phải biết tâm vô thường không phải là chân tâm.

Cuối cùng dạy chúng ta là sau khi bạn có cách quán chính xác đối với thân mình, bạn lại nhìn ra thế giới, tất cả người, tất cả việc, tất cả vật, ngoài thân chúng ta là thế giới, Phật dùng một chữ “pháp” để làm danh từ thay thế chung. Vạn pháp đều là không, vạn pháp do duyên sanh, phàm là pháp do duyên sanh thì đều không có tự tánh, cũng chính là nói không có tự thể, “thể ngay lúc đó chính là không, trọn chẳng thể được”, vô ngã; “ngã” chính là một tự thể, vạn pháp không có tự thể. Cho nên, Phật nói trong kinh Kim Cang: *“Tất cả pháp hữu vi như mộng huyễn bọt bóng, như sương cũng như chớp, nên quán sát như thế.”* Chữ “quán” này chính là quán tứ niệm xứ, tứ niệm xứ là Phật dạy cho người mới học. Bởi vì tất cả pháp hữu vi đều là mộng huyễn bọt bóng thì bạn làm sao mà quán đây? Phật chỉ dạy chúng ta cụ thể, bạn quán thân, bạn quán thọ, bạn quán tâm, bạn quán pháp, bạn tỉ mỉ quán sát bốn phương diện này, đều là mộng huyễn bọt bóng, đều là trọn chẳng thể được. Trong kinh Kim Cang nói với chúng ta rõ ràng: *“Ba tâm không thể được”*, không thể được chính là vô thường. Cho nên chúng ta nhập môn học Phật thì trước tiên bảo chúng ta nhìn thấu, đây là nhìn thấu, bạn không có công phu này thì làm sao có thể vào cửa được?

Tôi học Phật, tiếp xúc Phật pháp đại khái khoảng một tháng, tôi liền gặp được đại sư Chương Gia, ngày đầu tiên gặp mặt ngài, ngài dạy tôi “nhìn thấu, buông xuống”. Nhìn thấu cụ thể là quán tứ niệm xứ, buông xuống chính là tứ như ý túc (tứ thần túc) ở trong phẩm trợ đạo. Tứ thần túc là buông xuống, tứ niệm xứ

là nhìn thấu, tứ chánh cần chính là thập thiện nghiệp đạo, đoạn ác tu thiện, tích lũy công đức là pháp cơ bản của Phật pháp. Lìa khỏi pháp cơ bản thì vô lượng vô biên pháp môn, bất luận bạn siêng năng tu tập như thế nào, cuối cùng cũng đều uổng công, vì bạn không có nền tảng, bạn tu hành không có nền tảng, cho nên nền tảng quan trọng hơn tất cả. Tốt rồi, hôm nay thời gian đã hết, chúng ta giảng đến đây.