

Kính thưa Thầy và các Thầy Cô!

Chúng con xin phép chia sẻ một số nội dung chính mà chúng con ghi chép trong bài Thầy Vọng Tây giảng từ 4h50' đến 6h00', sáng thứ Bảy, ngày 01/11/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

BÀI 240

HẰNG NGÀY, ÍT NÓI NHỮNG CÂU CHUYỆN THỪA

Bồ Tát Giác Minh Diệu Hạnh khuyên bảo chúng ta: *“Ít nói một câu chuyện, niệm nhiều một câu Phật, đánh chết cái vọng niệm thì pháp thân ta hiển lộ”*. Hằng ngày, chúng ta nói nhiều câu chuyện thừa từ đó gây ra hiểu lầm, hiềm khích. Chúng ta thường nói một cách vô tình nhưng người nghe thì cố ý lưu tâm. Chúng ta học Phật pháp, học chuẩn mực Thánh Hiền nên được nghe rất nhiều câu chuyện có thể giúp ích cho mọi người. Ngày ngày, chúng ta phải tiếp nhận Kinh pháp, siêng năng học tập, trau dồi kiến thức để lời nói, việc làm của chúng ta là lời nói, việc làm của Phật, của Thánh Hiền.

Chúng ta học tập Phật pháp nghiêm túc thì khởi tâm động niệm, hành động việc làm của chúng ta mới có thể lợi ích được nhiều người. Tôi đang ở Hà Nội, mỗi ngày, tôi gói khoảng 10kg gạo nếp để tặng, mọi người đều rất vui khi nhận được quà. Mỗi lần gói bánh, tôi dùng 10kg gạo nếp, 2kg đậu xanh, sau khoảng 3 tiếng, tôi đã gói được 24 đòn bánh, mỗi đòn khoảng 1kg. Trước đây, các chú học trò của tôi tưởng rằng những việc này khó khăn nhưng hiện tại, mọi người cảm thấy vui và hăng hái khi làm. Có rất nhiều việc chúng ta có thể làm để lợi ích cho người khác nhưng nhiều người không biết phải làm như thế nào. Điều quan trọng nhất là chúng ta phải có tâm nghĩ đến mọi người.

Hòa Thượng nói: *“Mỗi chúng ta đều mong muốn tiêu tai, tiêu nạn, nhưng chúng ta dùng cách gì để tiêu tai, tiêu nạn? Ngày ngày, chúng ta vẫn đang tùy tiện tạo khẩu nghiệp”*. Chúng ta nói một lời vô tình thì đã có thể khiến cho người khác sinh khởi ác tâm, ác ý. Trên *“Kinh Vô Lượng Thọ”* dạy: *“Khéo giữ ba nghiệp”*. Nghiệp nặng nhất, dễ tạo nhất ở thế gian là khẩu nghiệp. Ông Bà ta nói: *“Bệnh từ miệng mà vào, họa từ miệng mà ra”*. Tổ Sư Tịnh Tông dạy chúng ta: *“Ít nói một câu chuyện, niệm nhiều một câu Phật”*. Hằng ngày, chúng ta đang nói quá nhiều câu chuyện, niệm rất ít câu Phật hiệu.

Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta muốn tiêu tai, tiêu nghiệp thì cách tốt nhất là ngày ngày niệm Phật. Nếu chúng ta chân thật biết dùng thì chúng ta sẽ giác ngộ, quả báo này rất thù thắng”***. “*Biết dùng*” là khi ý niệm bất thiện, tà niệm khởi lên thì chúng ta liền niệm câu Phật hiệu. Ngày ngày niệm Phật chính là phương pháp tiêu tai, tiêu nghiệp tốt nhất. Lời Hòa Thượng nói rất có đạo lý, nếu chúng ta niệm Phật thì sẽ không niệm ảo danh, ảo vọng, “*tự tư tự lợi*”, ý niệm hưởng thụ “*năm dục sáu trần*”, “*tham, sân, si, mạn*”.

Hòa Thượng nói: ***“Phàm phu sáu cõi chúng ta bị nghiệp lực lôi kéo, trôi buộc nên luẩn quẩn tạo nghiệp thọ báo, thọ báo rồi tạo nghiệp”***. Tôi đã nhiều lần kể câu chuyện, có một người Cha có hai người con, người con trai lớn bị bệnh não rất nặng, mỗi ngày, người Cha phải giết một đến hai con bò để có tiền mua thuốc cho con. Đây là họ đang tạo nghiệp rồi thọ báo, thọ báo rồi lại tạo nghiệp. Nếu chúng ta nhận ra thì chúng ta sẽ dừng vòng luẩn quẩn, thay đổi nghiệp bất thiện. Khi tôi đi mua đồ phóng sanh, nhiều người bán hàng nói với tôi, họ muốn đi theo tôi học tập nhưng họ không thể thay đổi nghề vì vẫn phải lo cơm gạo, áo tiền. Có một chị bán rất nhiều chim bồ câu và rắn, chị kiếm được nhiều tiền nhưng chị nói với tôi là chồng chị đã đi theo vợ bé. Chúng ta kiếm tiền bằng cách bất thiện, bất chánh thì những việc bất thiện, bất chánh sẽ đến. Nhiều người phải làm những việc bất thiện nhưng họ không biết cách để thay đổi. Nghiệp có nghiệp thiện và nghiệp ác. Chúng ta nhất định phải viễn ly nghiệp ác, nếu chúng ta có được danh vọng, tiền tài bằng cách bất thiện thì quả báo nhất định sẽ đến.

Hòa Thượng nói: ***“Có những người làm việc thiện nhưng khởi tâm tham nên bị tham ái trôi buộc; ở trong ác nghiệp thì khởi tâm sân hận và bị sân hận trôi buộc. Chúng ta luôn bị nghiệp lực trôi buộc nên không được tự tại do vậy Phật dạy chúng ta phải: “Vạn duyên buông xả”***. Chúng ta luôn bị phiền não trôi buộc, ngày ngày chìm đắm trong phiền não. Trong thuận cảnh chúng ta sinh tâm ưa thích thì bị ưa thích trôi buộc. Trong nghịch cảnh chúng ta sinh ra tâm ghét bỏ thì bị sự ghét bỏ trôi buộc. Chúng ta ở trong cảnh vui hay cảnh buồn đều bị trôi buộc nên chúng ta ngày ngày sống trong phiền não. Hằng ngày, dù trong thuận cảnh hay nghịch cảnh, chúng ta cũng phải giữ được thân tâm thanh tịnh. Việc này chúng ta rất khó làm! Trong thuận cảnh chúng ta sinh tâm ưa thích, tham luyến, đắm chấp; trong nghịch cảnh thì sinh tâm chán ghét.

Chúng ta thường không thích đến những nơi khó khăn, vất vả. Thời tiết những ngày gần đây rất khắc nghiệt, trời mưa lạnh, nếu chúng ta không biết tự tạo hoàn cảnh thì chúng ta sẽ oán trời, trách người.

Hòa Thượng nói: **“Mỗi giờ, mỗi lúc, mỗi chỗ, mỗi nơi, chúng ta phải giữ thân tâm thanh tịnh. Chúng ta muốn giữ thân tâm thanh tịnh thì đối với tất cả các pháp, trong mọi sự, mọi việc đừng khởi tâm phân biệt, chấp trước, vọng tưởng. Vì những thứ này đều không phải là thật!”**. Xung quanh chúng ta không có gì là thật nhưng chúng ta không nhìn thấu, chúng ta luôn xem mọi việc là thật. Nếu chúng ta nhìn thấu mọi việc không phải là thật thì chúng ta không để tâm, không dính mắc.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta muốn giữ tâm thanh tịnh thì trong tâm phải giữ câu Phật hiệu, ngày ngày chỉ nói những lời có ích, nói lại những lời giáo huấn của Phật Bồ Tát, của Cổ Thánh Tiên Hiền”**. Tổ Sư Đại Đức dạy chúng ta: **“Ít nói một câu chuyện”**. Đây là không nên nói những câu chuyện tăng thêm phiền não cho người, cho mình nhưng nên nói những câu chuyện có lợi ích cho người. Nếu không có người nói, nhắc lại lời giáo huấn của Phật, của Thánh Hiền thì người đời sau sẽ không được nghe.

Hôm trước, có một người gọi điện hỏi tôi: **“Thưa Thầy, ở Hà Nội có lớp học “Đệ Tử Quy” hay không?”**. Người đó sống ở ngay quận Cầu Giấy, Hà Nội. Chúng ta đã mở các lớp học hơn 10 năm, đồng thời tổ chức những Đại lễ tri ân Cha Mẹ, vợ chồng ở những hội trường rất lớn vậy mà họ không biết. Đây là họ không may mắn có cơ hội được nghe, được tiếp nhận.

Hòa Thượng từng nói: **“Khi Thích Ca Mâu Ni Phật ở thành Ca Tỳ La Vệ, chỉ có một số người gặp được Phật, một số người nghe có Phật và một số người không biết đến sự có mặt của Ngài”**. Phật có oai đức, phước báu lớn như vậy nhưng nhiều chúng sanh cũng không có cơ hội để biết rằng có Phật ở thế gian. Bồ Tát Giác Minh Diệu Hạnh dạy chúng ta **“ít nói một câu chuyện”** là ít nói một câu chuyện thừa, những câu chuyện vô bổ, gây tổn hại cho người và cho mình. Việc chúng ta nói lại lời giáo huấn của Phật, của Cổ Thánh Tiên Hiền là vô cùng quan trọng.

Khi tôi mới dịch đĩa của Hòa Thượng Tịnh Không, một số người thường nói rằng họ nói lại lời của Hòa Thượng Tịnh Không nhưng tôi thấy đó không phải là lời của Hòa Thượng, do vậy tôi thấy mình phải nói và làm theo những

lời Hòa Thượng đã dạy. Thời gian đó, tôi bôn ba khắp nơi để chia sẻ lại lời của Hòa Thượng. Hôm qua, tôi mới gặp lại một người, cách đây khoảng 20 năm, cô còn là một Cư sĩ, hiện tại cô đã xuất gia, cô nói trước đây đã từng nghe tôi chia sẻ. Chúng ta ít nói những câu chuyện thừa nhưng phải tích cực nói những lời dạy bảo của Phật để mọi người được tiếp nhận.

Hòa Thượng nói: **“Nếu hằng ngày, chúng ta chỉ nói những lời thừa, những lời không có ý nghĩa thì tốt nhất là chúng ta nên niệm Phật. Vì những lời thừa, lời không ý nghĩa chỉ tạo thêm nghiệp, trong khi đó niệm Phật chính là tiêu nghiệp. Hằng ngày, chúng ta khởi tâm động niệm là nghiệp chướng, chúng ta thay những lời nói thừa bằng câu Phật hiệu thì chúng ta sẽ tiêu được nghiệp”**. Chúng ta đừng nói những lời thừa, lời không ý nghĩa, lời tổn hại người thì chúng ta đã dừng tạo nghiệp. Nếu chúng ta thay đổi chúng bằng câu Phật hiệu thì sẽ tiêu được nghiệp. Hôm qua, khi mọi người kể những câu chuyện ngày xưa thì tôi nhắc mọi người đừng lại không kể nữa. Vì mỗi lần chúng ta nhắc lại câu chuyện thì giống như chúng ta đã làm lại một lần. Thí dụ, chúng ta nhắc lại một lần sát sinh thì chúng ta đã sát sanh thêm một lần.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta rất dễ tạo khẩu nghiệp, ngày ngày chúng ta vọng ngữ, nói lời thêu dệt, nói dối, nói lừa dối và nói lời khiêu khích. Khi chúng ta nói, cho dù chúng ta có dụng tâm hay không thì đều là đang tạo những nghiệp rất đáng sợ! Phạm phu chúng ta trong bất tri bất giác, vô tình luôn tạo ra những việc này, mà tuyệt nhiên không hề biết được hậu quả của nó rất nghiêm trọng. Cho nên trên “Kinh Vô Lượng Thọ”, vừa mở đầu, Phật đã dạy chúng ta: “Khéo giữ khẩu nghiệp, không nói dối người”. Đây là sự từ bi của Phật**”. Hằng ngày, chúng ta rất dễ tạo ba nghiệp là thân nghiệp, ý nghiệp, khẩu nghiệp. Phật không muốn chúng sanh tạo nghiệp để phải nhận hậu quả nên Phật từ bi dạy bảo chúng ta.

Hòa Thượng từng nhiều lần nói: **“Muốn cứu giúp chúng sanh thoát khỏi Tam Đố thì đừng để chúng sanh tạo nghiệp Tam Đố”**. “Tam Đố” là Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh. Hằng ngày, trong vô tình chúng ta vẫn đang tạo nghiệp bất thiện nên chúng ta phải hết sức cẩn trọng đối với thân, khẩu, ý. Chúng ta không xem trọng “Mười thiện” thì chúng ta tu hành không có gốc, không có nền tảng. Nhiều lần Hòa Thượng nhắc chúng ta: **“Từ khi mới phát tâm đến khi thành Phật đều phải tu từ Mười thiện nghiệp”**. Hằng ngày, chúng ta phải kiểm soát

ba nghiệp và niệm một câu “*A Di Đà Phật*”. Trên “*Kinh Vô Lượng Thọ*” dạy chúng ta: “*Khéo giữ ba nghiệp*”.

Hòa Thượng nói: “*Hằng ngày, chúng ta chỉ nên nhớ đến một câu Phật hiệu, dùng câu Phật hiệu để thay thế những niệm khác. Niệm Phật là thiện nghiệp chân thật. Ở ngay trong cuộc sống thường ngày chúng ta phải tận khả năng của mình niệm nhiều câu Phật hiệu, ít nói một câu chuyện để tránh lỗi của miệng, dùng phương pháp này để đoạn tuyệt với ác khẩu*”. Chúng ta niệm câu Phật hiệu thì mới có thể giữ khẩu nghiệp. Nếu chúng ta không niệm câu Phật hiệu thì ban đầu chúng ta có thể nói lời tốt nhưng những lời sau sẽ là thị phi nhân ngã, phải trái tốt xấu ở thế gian.

Hòa Thượng nói: “*Trong việc kiểm soát hành vi của ba nghiệp, Phật dạy chúng ta phải bắt đầu từ khéo giữ khẩu nghiệp*”. Nếu chúng ta tùy tiện nói thì sẽ tạo ra thị phi, phải quấy tốt xấu, từ đó dẫn đến rất nhiều nghiệp chướng do vậy chúng ta phải bắt đầu từ khéo giữ khẩu nghiệp.

Hằng ngày, có thể chúng ta không biết rằng mình có nói lỗi người hay không, ranh giới của điều này rất nhỏ, tất cả chỉ ở ngay trong một niệm. Trong công việc hay trong đoàn thể, tổ chức, nếu chúng ta nhìn thấy việc sai mà chúng ta cho rằng việc đó không liên quan đến mình thì chúng ta đã sai. Trong “*Đệ Tử Quy*” dạy chúng ta: “*Lỗi không ngăn, đôi bên sai*”. Thế nhưng điều quan trọng là chúng ta dùng tâm gì để nhắc nhở. Chúng ta đã dùng tâm chân thành, tâm từ bi hay dùng ác tâm để nhắc nhở? Chúng ta là phạm phu nên chúng ta luôn rơi vào ác tâm, ác ý luôn vì mình chứ không vì người. Chúng ta phải hết sức cẩn trọng!

Chúng ta tưởng rằng chúng ta có thân người trọn vẹn, gặp được Phật pháp, gặp được pháp môn Tịnh Độ, gặp được chuẩn mực Thánh Hiền là chúng ta có phước đức nhân duyên nhưng điều quan trọng là chúng ta có xác quyết nỗ lực tu hành để đạt thành tựu hay không! Người chân thật có thiện căn thì khi vừa gặp pháp môn sẽ “*y giáo phụng hành*”, nỗ lực tu hành, tinh tấn dũng mãnh một cách đặc biệt. Chúng ta gặp được pháp môn nhưng chúng ta vẫn dằn dả, dễ vui dễ mất rất nhiều thời gian.

Hiện tại, chúng ta đều chưa có công phu vậy khi sinh tử, vô thường đến thì chúng ta đối mặt như thế nào? Nếu sau buổi học này chúng ta phải ra đi thì chúng ta sẽ đối mặt như thế nào? Nếu không phải là ngày hôm nay thì chắc chắn

là ngày mai hoặc một ngày nào đó chúng ta sẽ phải ra đi vậy mà chúng ta vẫn dần dà, dễ vui, chểnh mảng. Đây là chúng ta chưa trân trọng mỗi nhân duyên, thiện căn tốt đẹp này! Nếu chúng ta tin chắc một câu “**A Di Đà Phật**” có thể giúp mình ngay trong đời này vãng sanh thế giới Tây Phương Cực Lạc thì chúng ta sẽ rất trân trọng, không dùng thời gian nói chuyện thừa mà dùng thời gian niệm nhiều câu Phật hiệu.

Hòa Thượng nói: “**Phật hiệu có thể gián đoạn nhưng tâm Phật không được gián đoạn**”. “**Tâm Phật**” là tâm vì chúng sanh, tâm lo nghĩ vì chúng sanh. Chúng ta tưởng rằng mình đã có tâm Phật nhưng tâm chúng ta vẫn là tâm chúng sanh, là tâm thành bại, được mất, hơn thua, tốt xấu. Việc này, chúng ta phải hết sức phản tỉnh! Chư Phật Bồ Tát, các bậc Tổ Sư Đại Đức hết lời nhắc nhở, khuyên bảo chúng ta, đời này, kiếp này, đừng vì chểnh mảng mà một lần nữa bỏ đi cơ hội tốt để vãng sanh. Chúng ta phải nỗ lực tu hành, đồng thời tích cực nỗ lực tích công bồi đức, làm những việc lợi ích chúng sanh.

Hòa Thượng nói: “**Nếu chúng ta chỉ tích cực tu hành cho bản thân thì sau khi Thích Ca Mâu Ni Phật thành Phật, Ngài đâu cần bên ba khắp mọi nơi suốt 49 năm để giảng Kinh, thuyết pháp, dẫn dắt mọi người**”. Nếu chúng ta không làm việc này thì ai sẽ làm! Nếu ai tu hành cũng tìm một nơi thanh vắng, hoàn thiện riêng mình vậy thì chúng sanh đời sau sẽ không có người tiếp độ. Nếu bao đời Tổ Sư Đại Đức không nỗ lực vượt qua khó khăn mang Phật pháp đến cho chúng ta thì ngày nay chúng ta không có cơ hội được tiếp nhận Phật pháp!

Nam Mô A Di Đà Phật

*Chúng con xin tùy hỷ công đức của Thầy và tất cả các Thầy Cô!
Nội dung chúng con ghi chép lời giảng của Thầy có thể còn sai lầm và thiếu sót.
Kính mong Thầy và các Thầy Cô lượng thứ, chỉ bảo và đóng góp ý kiến để tài
liệu học tập Mang lại lợi ích cho mọi người!*