

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 Năm, ngày 01/01/2026..

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

BÀI 297: PHÁP SÁM HỐI CHÂN THẬT

Chúng sanh trong cõi Ta bà không ai là không có tội nghiệp. Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta sinh vào cõi Ta bà là do nghiệp lực chứ không phải do nguyện lực”***. Phật Bồ Tát phát nguyện ***“hòa hoan hồng trần”*** để tiếp độ chúng sanh, trong khi đó chúng ta đều do nghiệp mà đến. Nếu chúng ta không có nghiệp thì chúng ta nhất định không đến thế giới này, do vậy chúng ta cần phải sám hối về những tội nghiệp mà mình đã gây ra. Chúng ta đã biết cách sám hối hay chưa? Nhiều người ngày ngày ở trước mặt Phật ai cầu sám hối nhưng vẫn tiếp tục phạm phải lỗi đó. Đây không phải là chân thật sám hối. ***“Sám hối”*** là ăn năn, hối cả về lỗi đã phạm và nhất định không tái phạm lỗi đó nữa. Trong pháp môn niệm Phật nói chúng ta có thể: ***“Đổi nghiệp vãng sanh”***. Chúng ta có thể vãng sanh mang theo nghiệp cũ. Nghiệp cũ là nghiệp đã tạo tác trước khi chúng ta phát tâm niệm Phật. Nếu sau khi phát tâm niệm Phật mà chúng ta vẫn tiếp tục tạo nghiệp thì đó là nghiệp mới.

Trong vô lượng kiếp hay ngay trong đời hiện tại, do không được dạy bảo nên chúng ta gây ra nhiều lỗi lầm, sau khi chúng ta phát tâm niệm Phật, nếu chúng ta không tạo nghiệp mới thì có thể đổi nghiệp vãng sanh. Hiện tại, chúng ta vẫn đang ngày ngày niệm Phật, ngày ngày tạo nghiệp. Chúng ta sống trong ***“tự tư tự lợi”***, hưởng thụ ***“năm dục sáu trần”***, ***“tham, sân, si, mạn”*** là chúng ta đang tạo nghiệp.

Hòa Thượng nói: ***“Điều đáng ngại nhất là mỗi chúng ta đều có ba độc phiền não “tham, sân, si”. Nếu chúng ta không có ba độc phiền não này thì chắc chắn chúng ta không đến thế gian này. Mỗi chúng ta chắc chắn đều có ba độc phiền não nhưng mức độ cạn sâu khác nhau, đồng thời đối tượng để chúng ta tham, sân, si cũng không giống nhau”***. Ở thế gian, có người thì tham tiền, có người thì tham danh vọng, có người tham tài sắc, có người tham ăn, tham ngủ. Có người học Phật thì tham Phật pháp.

Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta học Phật cũng không được tham. Chúng ta Kinh nào cũng học, pháp môn nào cũng học thì đó cũng là tham, chỉ là đối tượng tham khác nhau mà thôi!”***. Mỗi chúng ta phải hết sức cẩn trọng, chỉ cần có cơ hội thì chúng ta liền khởi tâm tham. Có người bắt tài, vô dụng, không có năng lực mà tưởng rằng mình có năng lực, nên họ làm ra những việc hại mình, hại người, thậm chí hại xã hội. Chúng ta học Phật, chúng ta phải quán chiếu chính mình, những việc chúng ta làm có chân thật mang lại lợi ích hay chưa? Có những người làm những việc tổn hại cho xã hội mà tưởng rằng mình là người tài, họ sống trong ảo vọng nên hại chính mình và người khác. Nếu chúng ta càng có vị trí cao thì càng gây hại cho nhiều người.

Các nhà lãnh đạo đất nước chúng ta rất tài năng, mỗi lời nói đều thể hiện sự trí tuệ, từ tấm gương của các bác, chúng ta quán chiếu chính mình, chúng ta đã chân thật làm tốt vai trò của mình hay chưa. Ngày nay, chúng ta muốn học cũng rất dễ dàng, chúng ta có thể lên google hỏi đường, hỏi các thông tin cần thiết. Nhiều người ***“tự dĩ vi thị”*** tự cho mình là biết, tự cho mình là đúng, không cần hỏi ai. Sự ngạo mạn của chúng ta gây ảnh hưởng cho chính mình và thiệt hại cho tổ chức. Chúng ta cho rằng chúng ta làm sai, làm hư thì cũng không sao nhưng phước báu của chúng ta đã bị bào mòn. Ví dụ, chúng ta làm sai một việc, chúng ta nghĩ rằng mình làm hỏng một vài viên gạch cũng không sao! Nhưng nhà Phật nói: ***“Hạt com của thí chủ nặng như núi Tu di, đời nay không liễu đạo thì phải mang lông, đội sừng để trả nợ áo com”***. Chúng ta thường tưởng rằng mình xứng đáng để thọ nhận nhưng chúng ta tùy tiện thọ nhận thì ngày ngày, phước báu của chúng ta sẽ dần bị khấu trừ. Chúng ta muốn có thể tham thâu thì ngày ngày phải học tập, để ngày ngày bào mòn, phá vỡ ***“thành kiến”***. Cái thấy sai lầm của chúng ta kiên cố như cái thành, rất khó có thể phá được!

Ngày ngày, chúng ta đều chìm đắm trong tham, sân, si mà chúng ta không nhận ra. Khi chúng ta gặp việc thì liền khởi ảo danh, ảo vọng. Thí dụ, khi chúng ta được đứng trên bục giảng, được cầm mic-ro thì liền nghĩ rằng mình là người có tài. Chúng ta chỉ cần quán sát thì sẽ nhận ra điều này! Hòa Thượng nói: ***“Phật dạy chúng ta đoạn tâm tham, không phải là đối đối tượng tham”***. Chúng ta phải thấu hiểu tường tận việc này!

Hòa Thượng nói: **“Một số người vẫn bất tri, bất giác đang sống trong tham, sân, si”**. Trên Kinh Phật nói: **“Bao giờ các ông là A-La-Hán thì mới có thể tin vào chính mình”**. A-La-Hán là bậc chứng Tứ Thánh Quả. Tứ Thánh Quả bao gồm sơ quả Tu Đà Hoàn, nhị quả Tư Na Hàm, tam quả A Na Hàm, tứ quả A-La-Hán. Bậc chứng Sơ quả Tu Đà Hoàn thì đã là vô ngã, không còn thấy cái ta nhưng kiến giải của họ cũng chưa chắc chắn. Chúng ta là phàm phu, ngày ngày chìm đắm trong **“tham, sân, si, mạn”**. Ở thế gian, một số người tự xưng là Phật, là Bồ Tát, là A-La-Hán và được rất nhiều người tin theo. Trên Kinh nói, người chứng sơ quả Tu Đà Hoàn thì đã là vô ngã, không còn thấy cái ta. Nếu người nào thấy mình chứng quả thì chứng tỏ họ chưa chứng được quả Tu Đà Hoàn.

Tổng cương lĩnh, tổng nguyên tắc Thích Ca Mâu Ni Phật dạy chúng ta là: **“Cần tu Giới - Định - Tuệ, diệt trừ Tham - Sân - Si”**. Có những người ngày ngày chìm đắm trong **“danh vọng lợi dưỡng”** mà không nhận ra, nên họ gặp phải chướng ngại, phiền não, khổ đau. Nếu người nào nói rằng chúng ta đã chứng đạo hay nói họ đã chứng Thánh thì chúng ta đừng vội tin. Nếu họ vẫn còn tham, sân, si thì chắc chắn họ vẫn là một phàm phu.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta ngày ngày chìm đắm trong “tham, sân, si, mạn”, chúng ta chỉ đang đổi đối tượng. Việc này rất vi tế nên chúng ta không nhận ra là mình tham, kết quả vẫn là chúng ta không thoát khỏi luân hồi, tam đồ ác đạo”**. Công phu tu hành không phải là mặt chúng ta nhìn sáng rõ, mà quan trọng nhất là chúng ta dần tan nhạt, kiểm soát được tham, sân, si.

Trước đây, tôi từng mắng một số chú tiểu, tôi kể lại để mọi người phản tỉnh, bảy chú tiểu đang ngồi xem một chiếc điện thoại Iphone mới, tôi nói: **“Người ta gọi mình là “chú tiểu” xưng con vì các chú là người xuất gia, học Phật. Nếu các chú vẫn bị cám dỗ bởi những thứ đó thì chứng tỏ tâm vẫn chìm đắm trong tham, nếu các chú có cơ hội để tham thì sẽ không chịu nổi!”**. Tôi sinh ra trong một gia đình nghèo, suốt thời thơ ấu, tôi không có kỷ niệm đẹp, khi còn nhỏ tôi thường chần vọt ở ngoài ruộng thế nên những cảnh xa hoa không khiến tôi ham thích. Có người xây một ngôi nhà lớn, sang trọng, ngày vào nhà mới, chủ nhà muốn mời tôi đến cúng và ở lại đó, nhưng sau khi cúng và dẫn mọi người lạy Phật xong thì tôi liền rời đi. Ngày đầu tiên ra Hà Nội, chủ nhà muốn tôi ở trong một căn biệt

thực sang trọng để tiện cho việc đi giảng nhưng tôi cũng không ở. Chúng ta đừng để tâm tham khởi lên, phải đối trị tâm tham.

Hòa Thượng nói: **“Phật dạy chúng ta đoạn trừ tâm tham, không phải là dạy chúng ta đối đối tượng tham”**. Chúng ta phải hiểu rõ việc này, nếu không thì chúng ta ngày ngày chìm đắm trong *“tham, sân, si”*, vì nếu chúng ta đối đối tượng tham thì sẽ không nhận ra là mình vẫn tham. Chúng ta vẫn còn tâm tham thì sẽ rơi thẳng vào tam ác đạo là Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc sanh.

Chúng ta thấy người khác đoạ lạc thì chúng ta sẽ không cảm nhận được sự thống khổ nhưng khi chúng ta đoạ lạc chúng ta mới cảm nhận được. Khi người khác bị bệnh thì chúng ta đến khuyên nhưng khi chúng ta bị bệnh, chúng ta mới cảm nhận được sự đau khổ, khi đó, chúng ta không thể niệm Phật, lạy Phật. Ngày ngày, chúng ta vẫn có thể niệm Phật, lạy Phật, học Phật thì đây là chúng ta có phước báu, nhờ Phật từ bi gia hộ, oan gia trái chủ cũng đã rất từ bi với chúng ta.

Hòa Thượng nói: **“Người học Phật chúng ta nhất định phải đoạn trừ ý niệm tham, sân, si. Làm thế nào để đoạn trừ tham, sân, si? Chúng ta đoạn trừ tham, sân, si bằng cách nghĩ đến Phật, niệm Phật, trong tâm chúng ta chỉ có một ý niệm, đó chính là niệm Phật”**. Ngoài ý niệm niệm Phật thì chắc chắn đó là ý niệm *“tự tư tự lợi”*, hưởng thụ *“năm dục sáu trần”*, *“tham, sân, si, mạn”*. Nếu chúng ta rời câu Phật hiệu thì sẽ niệm thương, niệm ghét, niệm thành bại, tốt xấu. Chúng ta muốn đoạn trừ ý niệm tham, sân, si thì chỉ có cách nghĩ đến Phật, niệm Phật.

Hòa Thượng nói: **“Người xưa thường nói: “Không sợ niệm khởi chỉ sợ giác chậm”**. Khi có một ý niệm khởi lên, chúng ta lập tức để khởi câu Phật hiệu thì chính ta chúng ta đã đoạn trừ được vọng niệm”. Khi ý niệm khởi lên mà chúng ta không ngăn nó lại, để nó dẫn dắt hành động, tạo tác vậy thì chúng ta đã tạo nghiệp.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta là phàm phu, đương nhiên có vọng niệm, nếu không có vọng niệm thì chúng ta đã là Thánh nhân rồi! Chúng ta không sợ vọng niệm khởi lên mà chỉ sợ không nhận ra, để nó tự do hành động. Nếu chúng ta đã phát hiện ra vọng niệm thì nó không thể tự do hành động. Nếu chúng ta không nhận dạng ra được nó vậy thì vọng niệm sẽ tiếp nối nhau, dẫn**

đến việc chúng ta sẽ tạo nghiệp. Điều này rất đáng sợ!”. Điều này giống như hệ thống cảnh báo phòng không, khi có đối tượng xâm nhập vùng phòng không thì các thiết bị này sẽ phát ra tín hiệu cảnh báo, nếu đối tượng tiếp tục xâm phạm chủ quyền thì có thể bị bắn hạ. Nếu chúng ta đã thiết lập vùng nhận dạng thì khi ý niệm vừa khởi lên, chúng ta sẽ phát hiện đây là ý niệm tham danh hay tham lợi, tham tài, tham sắc, tham ăn, tham ngủ, sau khi nhận dạng thì chúng ta liền có biện pháp đối trị. Vọng niệm không đáng sợ, chỉ sợ chúng ta không nhận ra để đối trị. Nếu chúng ta để từng niệm vọng niệm tiếp nối thì nó sẽ dẫn dắt chúng ta tạo nghiệp.

Hòa Thượng nói: ***“Khi vọng niệm vừa khởi, chúng ta lập tức nhận ra và lập tức có thể dập tắt vọng niệm thì đây gọi là công phu”***. Rất nhiều người không có được công phu này, vẫn để vọng niệm khởi tác dụng, thậm chí để vọng niệm dẫn dắt hành động, tạo tác nên tạo nghiệp. Chúng ta khởi vọng niệm danh lợi và nghĩ cách để có danh lợi thì chúng ta đã tạo nghiệp.

Hòa Thượng nói: ***“Khi vọng niệm vừa khởi, chúng ta không cần phải suy nghĩ là vọng niệm đó tốt hay xấu, cũng không cần nghĩ đến những lỗi lầm trong quá khứ đã tạo. Vì mỗi lần chúng ta nghĩ đến những lỗi lầm trong quá khứ thì đã tạo nghiệp thêm một lần”***. Thí dụ, trước đây, chúng ta đã làm chết một con rắn, chúng ta ân hận và luôn nhớ hình ảnh đó. Hòa Thượng nói: ***“Một lần chúng ta khởi ý niệm, nghĩ lại cảnh đó thì chúng ta đã thêm một lần tạo nghiệp”***.

Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta sợ mình tạo nghiệp chưa đủ hay sao mà tiếp tục tạo nghiệp!”***. Điều quan trọng là chúng ta nhất định không tái phạm. Chúng ta chỉ cần tích cực làm việc tốt, làm việc lợi ích chúng sanh, không cần nghĩ đến những việc đã làm trong quá khứ. Chúng ta không cần ngày ngày nói lỗi lầm của mình với Phật Bồ Tát. Sám hối chân thật là không tiếp tục làm những việc sai trái mà tích cực làm việc tốt, thậm chí, chúng ta không nghĩ đến những việc mình đã làm. Việc này nếu như không được sự nhắc nhở của Hòa Thượng chúng ta sẽ không biết, có những người luôn áy náy vì những lỗi lầm đã tạo, có những người cả đời, thậm chí chết đi rồi vẫn áy náy.

Ngày trước, Thái thú Bạch Cư Dị hỏi Thiền sư Ô Sào: ***“Thưa Thiền sư, cốt tủy của Phật pháp là gì?”***. Thiền sư Ô Sào nói: ***“Đừng làm các việc ác, vâng làm***

các việc thiện, giữ tâm mình trong sạch, đó là lời Phật dạy”. Thái thú Bạch Cư Dị nghe xong cảm thấy thất vọng vì tưởng rằng sẽ được nghe những lời cao siêu hơn, ông nói: “Thưa Thiền sư, những lời Ngài nói con nít 3 tuổi cũng biết!”. Thiền sư Ô Sào nói: “Có những điều, con nít 3 tuổi biết nhưng ông lão 80 tuổi cũng chưa làm được!”.

Có những người ngày ngày nghĩ đến những sai phạm, tội lỗi trong quá khứ nên họ sống trong sầu khổ, bệnh tật. Có người, mới biết mình bị bệnh thì tự vẫn chết, đây là họ quá đại khờ! Nếu chúng ta biết mình bệnh nặng, không còn nhiều thời gian sống thì hãy mang thân này tận tâm tận lực, hy sinh phụng hiến vì cộng đồng, xã hội. Mỗi chúng ta đều có quá khứ, quá khứ của đời hiện tại và của vô lượng kiếp trước, chúng ta không cần nghĩ về quá khứ, cần rút lương tâm, thay vì đó chúng ta dùng thời gian để hy sinh phụng hiến. Bà Hứa Triết đã dành cả cuộc đời để chăm sóc cho những người bệnh, những người già yếu.

Hòa Thượng nói: ***“Phương pháp sám hối tốt nhất là chúng ta niệm câu “Nam Mô A Di Đà Phật” hay “A Di Đà Phật”, một cách miên mật không gián đoạn. Chúng ta niệm Phật thì sẽ không niệm những thứ khác vậy nên chúng ta sẽ không tạo nghiệp. Bí quyết của người học Phật chính là dùng câu Phật hiệu, đánh bại tất cả vọng niệm!”***. Pháp sám hối chân thật là không làm việc sai phạm và tích cực làm việc thiện lành để lợi ích chúng sanh. Thân chúng ta làm nhưng tâm chúng ta niệm câu Phật hiệu không gián đoạn, đây chính là bí quyết của pháp môn niệm Phật.

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!*