

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 03/01/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 299:

ĐỐI VỚI THỰC VẬT PHẢI SINH TÂM CẢM ÂN

Chúng ta mỗi ngày ăn ba bữa, cả cuộc đời đã tiêu thụ không biết bao nhiêu loài động thực vật. Người ăn chay thì dùng thực vật, còn người ăn thịt chúng sanh tức là đã ăn sinh mạng của chúng. Mấy chục năm trước, tôi có dịp đến thăm Hòa thượng Thích Trí Tịnh. Ngài nói một câu khiến tôi rất ấn tượng: “*Phật tử về cố gắng ăn chay, niệm Phật.*” Không vòng vo, không luận bàn huyền diệu, một bậc đại lão Hòa thượng thượng thủ đáng kính, một vị cao tăng của Phật giáo Việt Nam, chỉ khuyên như vậy. Nghe tưởng chừng đơn giản, nhưng nếu cả đời thực hành tốt hai việc ấy thì ngay trong đời này, chúng ta sẽ thật sự có được sự an vui.

Hôm qua chúng ta học bài: “*Bệnh từ miệng mà vào, họa từ miệng mà ra.*” Rõ ràng, những gì ta ăn vào ngoài nguy cơ nhiễm hóa chất bảo vệ thực vật, còn là sự tổn hại đến chúng sanh. Người học Phật lấy từ bi làm gốc; nếu chúng ta ăn thịt chúng sanh thì chính là lấy đi sinh mạng của chúng. Trong giới kinh, một vị tỳ kheo thanh tịnh thậm chí còn không được giẫm lên cỏ non. Đó là tinh thần giữ giới thanh tịnh của người tu hành. Có thể nói, nếu tất cả những khởi tâm động niệm và hành vi tạo tác của mình đều chuẩn mực thì mới xứng đáng với tư cách của một bậc *thiên nhân chi đạo sư, tứ sanh chi từ phụ, thầy của trời người, cha lành của bốn loài*. Vì vậy, cử chỉ và hành động của người ấy phải hết sức nghiêm túc thì mới có thể làm thầy của trời người.

Thế gian này, mắt phàm không thấy, nhưng thiên nhân có thiên nhãn, có tha tâm thông, họ nhìn rất rõ. Chúng ta học trong *Đệ Tử Quy*: “*Vào nhà trông như có người, cầm vật rỗng như vật đầy.*” Nghĩa là từng cử chỉ, hành động, việc làm của mình đều phải hết sức nghiêm túc. Trong sách *Nhi đồng học Phật* mà tôi từng giảng, có câu tôi nhớ rất rõ: “*Đệ tử Phật phải trải qua một đời sống nghiêm túc.*” Có những lúc mình chưa nghiêm túc, câu ấy liền hiện lên để nhắc nhở rằng mình là đệ tử của Phật, từng cử chỉ, từng hành động đều phải chân thật và nghiêm túc.

Mục đích không phải để trở thành thầy của trời người, mà là để tu sửa bản thân, mỗi ngày một tốt hơn.

Trong giới kinh có câu chuyện về một vị tỳ kheo bị giặc cướp đồ rồi bị chúng trói trong cỏ. Vị tỳ kheo đã ngồi yên, không dám giật mạnh vì sợ làm cỏ chết. Chính nhờ giữ giới thanh tịnh như vậy mà ngài được chư thiên mang cơm đến cúng dường. Tuy nhiên, cũng có những trường hợp người đến cúng dường lại là yêu ma quỷ quái, chứ không phải thiên nhân hay Phật, Bồ Tát. Chúng cho rồi sẽ đòi lại, bỏ ra một thì lấy lại mười. Ngược lại, Phật và Bồ Tát hộ trì chúng ta thì không bao giờ đòi hỏi. Vì thế, chúng ta phải hiểu rõ đâu là chánh, đâu là tà.

Giới kinh ghi lại chuyện ngài Đạo Tuyên Luật Sư, người trì giới thanh tịnh đến mức, cứ đến giờ cơm là Thiên Nhân mang cơm đến cúng dường. Một hôm, có một vị tăng đi ngang qua, nghe nói vị tăng nhân này tu hành chưa nghiêm túc nên Đạo Tuyên Luật Sư muốn thử. Đến giờ cơm trưa, Ngài giữ chân vị tăng kia lại để xem có Thiên Nhân đem cơm đến hay không. Nhưng hôm đó, chẳng thấy Thiên Nhân nào đến, thế là Ngài phải nhịn đói cả ngày vì buổi chiều không được dùng cơm. Ngày hôm sau, khi vị tăng kia đã rời đi, Thiên Nhân lại mang cơm xuống cúng dường. Ngài Đạo Tuyên Luật Sư mới hỏi: *“Vì sao hôm qua ông không mang cơm đến?”* Vị Thiên Nhân đáp: *“Hôm qua Bồ tát Đại thừa ở trên núi, cả núi đều có thần hộ pháp bảo hộ, tôi không đến được.”* Ngài nghe rồi liền toát mồ hôi, hổ thẹn đến cùng tột, mới biết được cái ý niệm của chính mình là sai lầm. Người khác thấy vị tăng nhân đó khuyết điểm, nhưng Thiên Nhân thấy ông ấy không phải như vậy.

Cho nên, người tu hành phải hiểu rằng lấy **từ bi** làm gốc. **Từ** là ban lành, **bi** là cứu khổ. Ban lành là làm tất cả những việc lợi ích chúng sanh, đó gọi là **từ**. **Bi** là cứu khổ, tức là tìm cách cứu giúp cho họ thoát khỏi khổ đau ngay trong hiện đời, hướng đến đời sau được giải thoát, không còn sanh tử luân hồi, đó chính là tâm **bi**. Không phải chúng ta chỉ bố thí gạo, quần áo mới gọi là từ bi. Những việc ấy tuy cần thiết nhưng chỉ là phần nhỏ, không phải cốt lõi. Quan trọng hơn là dẫn dắt họ đến với Phật, để họ ngồi trước Phật, niệm một câu *A Di Đà Phật*. Đó chính là gieo chủng tử Phật vào tâm họ. Dù họ nhận quà rồi ăn, hay đem đi bán, thì điều trọng yếu vẫn là họ đã tiếp xúc với Phật, đã niệm một câu *A Di Đà Phật*. Dù niệm một cách bất đắc dĩ, thì cũng là gieo duyên lành với Phật.

Trong Kinh Hiền Ngu có kể một câu chuyện: một ông tiểu phu đi lấy củi, gặp hổ dữ vồ. Ông hoảng quá leo lên cây và chỉ niệm “*Mô Phật, Mô Phật!*” Chỉ niệm vậy thôi mà sau năm trăm kiếp, ông có duyên được gặp Phật. Khi ấy, Phật hỏi các vị tỳ kheo: “*Các vị hãy quán sát xem người này có thiện căn không?*” Các vị tỳ kheo chứng quả A La Hán quán sát, thấy người này không có duyên gì với Phật Pháp, nên thưa với Phật rằng: “*Thưa Thế Tôn, chúng con dùng thần thông quán sát trong năm trăm kiếp, người này không có một chút thiện căn nào đối với Phật Pháp!*”. Phật mới nói: “*Hơn năm trăm kiếp trước, người này có một duyên lành như vậy!*”. Qua đó, chúng ta phải hiểu rằng việc làm trong Phật pháp chính là tạo duyên lành cho chúng sanh. Khi họ tiếp cận Phật pháp, nghe được Phật pháp, khởi được một câu *A Di Đà Phật* – dù không phải tự nguyện, thậm chí bị ép buộc – thì cũng là gieo duyên lành để họ được tiếp xúc với Phật pháp. Có thể đời này họ chưa được độ, nhưng đời sau, hoặc vô lượng kiếp về sau, họ sẽ có duyên lành để gặp lại Phật pháp.

Từ Bi là gốc của đạo Phật. **Từ** là ban lành, **Bi** là cứu khổ. Người học Phật nếu không thực hành những việc từ bi, mà chỉ chạy theo danh vọng, lợi dưỡng rồi tưởng đó là từ bi thì hoàn toàn sai lầm. Thực hành từ bi là làm tất cả những việc thiện lành để lợi ích cho chúng sanh. Chúng sanh ở đây không chỉ là con người, mà là tất cả hiện tượng do duyên hòa hợp mà thành. Cây cỏ, đất đá, sỏi cát đều là chúng sanh. Vạn vật hữu tình hay vô tình đều thuộc về chúng sanh. Khi duyên hòa hợp tạo nên hiện tượng, thì hiện tượng ấy gọi là chúng sanh. Làm những việc thiện lành để lợi ích chúng sanh, đó gọi là **từ**. Giúp chúng sanh thoát khỏi khổ đau ngay trong hiện đời, và hướng đến đời sau được một thế giới an lành, đó gọi là **bi**. Nhưng điều quan trọng nhất là đời sau họ được đến thế giới thiện lành; còn ngay hiện đời này không phải là trọng yếu. Nếu chúng ta chỉ chú trọng vào hiện đời thì đã sai rồi. Đời này chúng ta đến đây là do **nghiệp lực** mà đến. Nhưng đời sau, chúng ta phải đến bằng **nguyện lực**. Trong Tịnh Độ Tông có câu: “*Thừa nguyện tái lai*” – nghĩa là thừa nguyện lực của Phật mà trở lại Ta Bà này để thay Phật làm việc lợi ích cho chúng sanh. Cho nên, khi học Phật và thấu hiểu lời Phật dạy, chúng ta mới thấy chân thật rằng mình vô cùng may mắn. Nếu không, thì việc học Phật, niệm Phật mỗi ngày chỉ như nhai trầu, tụng kinh như hát bội, không khởi được tâm cảm kích đối với Phật và đối với Thầy của mình.

Năm qua, tôi nhớ đến Hòa Thượng mà vô cùng xúc động. Nếu đời này, kiếp này tôi không gặp được Hòa Thượng thì không biết cuộc đời mình sẽ ra sao. Chính vì vậy, trong bao năm qua, chúng ta đã tích cực làm nhiều việc – đó chính là biểu hiện của tâm từ bi. Nếu xuất phát từ tâm chân thành thì đó là từ bi chân thật; còn nếu chỉ là hình thức bên ngoài, không khởi từ tâm chân thành, thì đó chỉ là từ bi giả.

Hòa Thượng Pháp Chế đã chia sẻ tại trại hè năm vừa rồi ở chùa Lộc Minh, Sóc Trăng rằng: các thầy cô giáo trong Hệ thống Giáo dục Khai Minh Đức tới Sóc Trăng, riêng tiền vé máy bay, Sư Cô trụ trì cũng không có để trả. Nhưng Hòa thượng đã từ bi nhìn thấu những người phát tâm làm việc chân thật, vì từ bi mà khởi tâm hành động. Tôi muốn nói cho mọi người hiểu, những người ở Khai Minh Đức không phải là thừa hơi hay rảnh rỗi. Chúng tôi có mặt từ ở Điện Biên đến Sóc Trăng. Nếu mọi người đi theo chúng tôi đến Điện Biên, Yên Bái, Hà Giang thì sẽ thấy rõ công việc chúng tôi làm. Hôm trước, tôi chỉ nói là lần này chúng ta ủng hộ 15 điểm trường ở Tuyên Quang. Ngay lập tức, tất cả phụ huynh đã phát tâm, quà được gói cẩn thận, trên mỗi gói đều viết những lời yêu thương, và tiền cũng được gửi đến tận nơi. Một trưởng đoàn còn nói rằng trên đó vẫn còn rất nhiều trường thiếu thốn. Tôi liền đáp: *“Yên tâm, tôi sẽ làm lần hai.”* Thật bất ngờ, khi tôi vừa trở về thì các phụ huynh ngoài đó đã tự làm rồi. Hàng hóa chất đầy cả một sân trường. Tôi cũng đã chuẩn bị tiền, nhưng chẳng ai nhắc đến tôi, bởi họ đã tự phát tâm làm.

Sẵn sàng làm tất cả những việc lợi ích chúng sanh, đó gọi là **từ**. Lòng **bi** phải thấm sâu tận cùng nơi tự tánh. Bi trong ý nghĩa này vô cùng sâu sắc. Hòa thượng dạy rằng chúng ta phải có tâm cảm ơn đối với thực vật. Mỗi ngày, khi ăn một bát cơm, ta có tự hỏi bát cơm ấy từ đâu mà đến không? Biết bao bác nông dân đã *“bán mặt cho đất, bán lưng cho trời”* để làm ra hạt gạo. Biết bao người đã góp công tạo nên thực phẩm mà ta sử dụng. Vậy ta có biết quý tiếc hay lại vô tình lãng phí?

Trong cảnh giới nga quý, chúng sanh phải chịu đói khát cùng cực. Nhân quả nào khiến họ như vậy? Chính là vì trong đời trước họ đã lãng phí thực vật, không biết trân trọng, không phát tâm bố thí. Bản thân tôi, khi dư một món đồ hay thậm chí chỉ một mẫu chuối muốn bỏ đi, tôi liền nghĩ: *“Cái này kiến có thể ăn được!”*

Thế là tôi tìm chỗ để kiến ăn. Những vật gì mình không dùng được, hãy tìm cách để chúng sanh khác có thể dùng. Đó chính là biết quý tiếc thực phẩm. Nếu mình không ăn được, thì hãy để cho chúng sanh khác ăn. Hòa Thượng nói: **“Đối với thực vật mà còn quý tiếc, sinh tâm cảm ơn thì đối với động vật nhất định không được ăn thịt chúng sanh. Chúng ta là người chân thật học Phật thì nhất định không được ăn thịt chúng sanh!”** Hòa Thượng Thích Trí Tịnh ở chùa Vạn Đức (TP.Thủ Đức, Hồ Chí Minh) cũng luôn khuyên tất cả những Phật tử đến thăm ngài là phải ăn chay.

Hòa Thượng Tịnh Không dạy **“Người chân thật học Phật nhất định không được ăn thịt chúng sanh. Thế nhưng có một số người cho rằng ăn gạo, ăn rau đều là thực vật. Thực vật cũng có sinh mạng vậy thì chẳng phải cũng là sát sanh sao?”** Ngày xưa cũng có người hỏi tôi câu này, nhưng khi đó tôi chưa trả lời được. Hôm nay, Hòa thượng đã giải thích rất rõ: cây cỏ cũng là thực vật, thực vật cũng có sự sống. Ăn cây cỏ, đốn cây cỏ, chặt cây cỏ cũng là một hình thức sát sanh. Hòa Thượng nói: **“Không sai! Không những thực vật có sanh mạng mà ngay như khoáng vật cũng đều có sự sống. Tiên sư Giang Bồn Thăng thí nghiệm nước nói rõ khoáng vật đều có sự sống”.** Trong thí nghiệm nước, nước có kiến văn giác chi – tức là có thể cảm nhận, thấy, nghe, biết. Nếu nước có như vậy thì cây cỏ và muôn vật cũng đều có khả năng cảm nhận. Khi ta dùng tâm thiện lành đối với hoa, hoa sẽ nở rất đẹp. Có câu chuyện kể rằng: một người chủ, bỗng nhiên cây cối trong vườn đều vàng vọt. Chỉ một thời gian ngắn sau, người chủ ấy qua đời. Vì người chủ không còn sinh khí nữa, hoa lá cây cỏ xung quanh đều cảm nhận được. Cho nên chúng ta thường nghe nói: **“Đến đây thấy từ trường quá tốt!”** Đó chính là điều quan trọng. Nơi nào con người cảm nhận được từ trường tốt, tức là nơi đó sức sống còn mạnh mẽ. Ngược lại, đến đâu mà thấy lạnh lẽo, ảm đạm, thì biết rằng nơi ấy sức sống không còn.

Trong Kinh, Phật nói với chúng ta: **“Vạn vật từ đâu ra? Tâm hiện thức biến”.** Đây chính là pháp tánh chân tâm mà nhà Phật nói. Chân tâm cụ thể là kiến danh giác chi - tức là thấy nghe nhận biết. Cái tướng của chân tâm hiện ra là gì? Chính là chúng ta tiếp nhận được, phản chiếu từ tâm mà nhìn thấy. Đó chính là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; là pháp thân độ, pháp tánh độ. Tất cả bản chất của vạn vật đều là pháp tánh, cho nên đương nhiên có kiến văn giác tri. Nói một

cách dễ hiểu: tất cả mọi sự mọi việc mọi vật trên thế gian này đều có kiến văn giác chi. Cái bàn, cái ghế mà chúng ta ngồi cũng biết lắng nghe. Vậy thì ta đã khởi cái tâm cảm ơn nó chưa?

Hòa Thượng giảng: ***“Trong kinh Phật nói rất rõ, cả thầy vũ trụ này là một thể. Thế nhưng động vật cùng khoáng vật, thực vật hoàn toàn khác nhau. Thực vật tuy là có sự sống nhưng hoàn toàn khác với động vật. Động vật có tình thức, còn thực vật thì không. Thực vật không có hỷ nộ ái ố, không có buồn vui, không thương ghét giận hờn. Nếu giết động vật, nó tức giận và nhất định sẽ báo thù. Còn cây cỏ không có tình thức, nên không biết giận. Động vật có tình, có hỷ nộ ái ố ai lạc dục. Khi có bảy cái tâm này thì sinh ra tham, sân, si, mạn, cho nên có tâm báo thù. Thực vật không có thất tình, không có ngũ dục, không có tham, sân, si, mạn nên nó không có tâm báo thù. Đây là đạo lý chúng ta phải hiểu cho rõ. Thực vật không có sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý). Chỉ có động vật mới có sáu căn, sáu thức. Khi sáu căn bị mê thì gọi là sáu thức. Thức là vọng tưởng, phân biệt, chấp trước. Động vật có phân biệt, chấp trước, nên có tâm báo thù. Thực vật không có chấp trước, không có phân biệt, không có sân hận, cho nên không có tâm báo thù. Vì vậy, khi chúng ta ăn thực vật, thực tế mà nói, đó là sự hy sinh và phụng hiến của chúng”***.

Khi chúng ta trồng cây, mới cảm nhận được rằng khi cây đủ lớn, chúng như báo rằng: ***“Hãy hái tôi đi, nếu không tôi sẽ hỏng mất!”*** Có một câu chuyện Hòa Thượng từng nhắc đến khi giảng ở Úc. Ở đó, các thầy trồng một vườn rau, trong đó có một luống dưa chuột. Một pháp sư nằm mộng thấy một trái dưa báo rằng: ***“Hãy hái tôi đi, tôi sắp già rồi!”*** Vị pháp sư giật mình tỉnh dậy, nhớ rằng mình đã hái rất kỹ, sao vẫn còn trái dưa nào báo là đã già. Hôm sau, Ngài ra vườn, nhìn kỹ thì thấy một trái dưa rất to bị khuất dưới lá. Rõ ràng, nếu để quá lứa, thực vật cũng không thể sống được. Chẳng hạn, cây rau thơm đến kỳ mà không thu hoạch thì sẽ chết. Nếu ta thu hoạch đúng lúc, chúng lại đâm chồi nảy lộc rất tốt; còn nếu không cắt, chúng sẽ lụi tàn dần rồi chết. Nhiều năm qua, chúng ta trồng rau, chăm sóc tỉ mỉ, nên chúng phát triển rất tốt. Các vườn rau thổ canh của chúng ta đều xanh tốt. Mấy ngày nay, ở Sơn Tây (Hà Nội), bắp cải đã bắt đầu cuộn. Dự đoán từ nay đến trước Tết, chúng ta sẽ thu hoạch được trên 500 cây bắp cải. Ở Hòa Phú

(Đà Nẵng), bắp cải, su hào, súp lơ cũng đang xanh tốt, số lượng phải hơn 1000 cây. Rõ ràng, cây cỏ, thực vật sống là để **hy sinh và phụng hiến**.

Hòa Thượng giảng: **“Chúng ta phải dùng tâm cảm ơn đối với chúng, không thể tùy tiện lãng phí!”** Thế nhưng thực tế, chúng ta lại rất lãng phí. Có người ăn rau thủy canh mà bỏ phần cuống gần gốc, tôi nhìn thấy rất xót ruột. Để có được cây rau thủy canh phải tốn biết bao công sức, tiền điện, tiền dinh dưỡng. Một vườn rau 500m², mỗi tháng chi phí dinh dưỡng không dưới năm triệu đồng. Riêng tiền điện, giống, dinh dưỡng, nếu đem mua rau ngoài chợ thì ăn dư sức, nhưng rau ấy có sạch không? Đó mới là điều quan trọng.

Hòa Thượng dạy: **“Ngày nay chúng ta phải ăn uống, đó là nghiệp chướng. Vì vậy, khi ăn, chúng ta phải khởi tâm hổ thẹn và tâm cảm ơn đối với thực vật thì mới đúng.”** Nếu chúng ta tùy tiện hưởng dụng mà không khởi tâm cảm ơn, không biết quý tiếc, thì đó là sai lầm. Người lãng phí thực phẩm sẽ phải chịu quả báo, đời đời ở những nơi thiếu thốn, không có thực phẩm. Ngược lại, nếu chúng ta thường xuyên phát tâm cho đi, thì gần như đi đến đâu cũng không thiếu những thực phẩm cần thiết. Cho nên, điều này chúng ta phải thấu hiểu để sống tiết kiệm, không lãng phí. Dư một chút nước cũng là tổn phước, thừa một chút điện cũng tiêu hao phước. Nếu mỗi người một phòng với một cái máy lạnh, thì quá là phung phí.

Sáng sớm nay, tôi dặn các anh em rằng: đi đâu cũng phải mở mắt để quan sát, mở tai để lắng nghe bằng sự cảm nhận chân thật của mình. Những gì cần thiết phải sửa sang thì hãy tự động sửa sang; việc gì cần làm tốt hơn thì phải tự nguyện mà làm. Chỉ như vậy, chúng ta mới trở thành người giàu có thật sự. Giàu có tiền bạc chưa hẳn đã sướng. Giàu có tâm lượng mới là hạnh phúc. Tâm lượng rộng lớn thì phước báu cũng rộng lớn; phước báu rộng lớn thì thứ gì mà không có. Hiện nay, chúng ta đã có 13 vườn rau thủy canh, 28 lò đậu, và trong tương lai sẽ còn nhiều hơn nữa. Hai vườn rau thổ canh được xây dựng đẹp như công viên rau xanh, chứ không phải nơi bùn đất lấm lem. Chăm sóc vườn rau là đi trên nền bê tông, với hệ thống luống và cấp thoát nước được xây dựng chỉnh chu.

Sắp tới, chúng ta sẽ triển khai vườn rau 5.000m² ở Đức Trọng. Vườn rau lớn này sẽ được cơ giới hóa, hiện đại hóa. Mọi người nghĩ tôi làm bao lâu? Một tháng là có thể trồng rau, thậm chí nửa tháng cũng trồng được. Dùng máy cày đất, người

nhặt cỏ, rải phân chuồng, lót trùn quế, cho máy xới đất lần nữa để trộn đều, là có thể trồng rau. Trồng rau nhiều rồi, giờ chúng ta sẽ trồng thêm các loại củ, rồi gửi ra miền Bắc, miền Trung và khắp nơi. Người khác ngồi yên niệm Phật, còn chúng ta vừa lao động vừa niệm Phật. Chúng ta xem cái nào giá trị hơn: vừa niệm Phật, vừa nỗ lực làm ra thực phẩm lợi ích cho cộng đồng xã hội, mà vẫn có thể tu hành?

Hòa Thượng Hải Hiền suốt 92 năm chuyên tâm niệm Phật, đồng thời khai khẩn hơn 100 mẫu đất. Ngài đã trồng bao nhiêu tấn thực phẩm, ngũ cốc cung cấp cho mọi người. Trong suốt 92 năm, Ngài vừa lao động vừa niệm Phật, không hề gián đoạn. Cuối cùng, Ngài tự tại vãng sanh, lưu lại toàn thân xá lợi – đó chính là biểu pháp sống động cho chúng ta noi theo. Ngày nay, chúng ta thấy rõ vọng tưởng tập khí phiền não quá lớn. Điện thoại, các phương tiện hiện đại lại càng khiến con người chìm đắm trong vọng tưởng, phân biệt và chấp trước.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng đã giải nghi cho chúng ta. Ngày xưa có người từng nói với tôi rằng: ăn chay cũng là sát sinh, vì làm cho cây cỏ chết. Thực ra, chúng sanh có phân biệt, có chấp trước, có tham sân si, có thất tình, có hỷ nộ ái ố, buồn vui thương ghét giận hờn. Chính vì vậy, chúng có tâm oán hận; nếu ta ăn thịt chúng, chúng sẽ tìm cách báo thù. Có nhiều câu chuyện chúng ta từng nghe: rắn hổ mang bị chặt đầu, tưởng đã chết, nhưng chỉ còn cái đầu mà nó vẫn có thể báo thù. Có trường hợp rắn nước tha cái đầu rắn hổ mang về đặt ngay trước cửa nhà người đã giết nó, rồi nhả nọc độc ra. Hay như hôm trước ở Sơn Tây, một con ong vò vẽ đã chết xác nó rơi xuống, cái đuôi nó đâm trúng phải chân một chú trong đội cơ sở vật chất, vậy mà chân vẫn bị sưng phù rất to. Những điều ấy cho thấy: hễ có tình thức, có tham sân si, thì nhất định sẽ có tâm báo thù. Chính vì vậy, chúng ta không nên ăn thịt. Những thứ ta ăn vào rồi cũng nhanh chóng trở thành đồ bỏ đi. Nuôi cái thân mà lại kết thù, kết oán với chúng sanh – liệu có cần thiết không?

Ngày xưa, tôi không ăn chay. Thấy người khác ăn chay theo kỳ, tôi cảm thấy mệt mỏi và nghĩ rằng mình không ăn cũng chẳng sao. Ăn chay theo kỳ 6 ngày, 10 ngày, cứ phải nhớ, mà tôi lại hay quên. Cho đến một hôm, nghe Hòa thượng dạy: *“Vì thương chúng sanh mà không nỡ ăn thịt chúng sanh.”* Từ đó, tôi phát tâm ăn chay. Tháng đầu tiên, tôi chỉ ăn xôi, mà trước kia, mỗi lần ăn xôi mặt tôi thường nổi mụn, nhưng sau này ăn nhiều, cơ thể quen dần, không còn phản ứng

nữa. Mấy chục năm qua, cuộc sống của tôi rất đơn giản, chẳng hề thấy phiền phức gì cả. Ăn uống đơn giản, thuận tiện, vậy chúng ta cần gì phải ăn thịt chúng sanh để rồi kết oán với chúng sanh. Đúng như lời Hòa Thượng dạy: “**Người chân thật học Phật nhất định không nên ăn thịt chúng sanh.**”./.

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!