

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 Tư, ngày 01/04/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 387: Thay chúng sanh chịu khổ

Chúng ta là người học Phật thì phải vì chúng sanh chịu khổ. Chịu khổ ở đây không phải là hành xác, là ăn đắng nằm gai, chúng ta chỉ cần tiết giảm đến mức thấp nhất như cầu đời sống, tiện nghi của mình, từ đó, dư ra một phần ban bố cho chúng sanh, nhằm giúp họ giảm đi một phần thiếu hụt. Thánh Hiền xưa có dạy: *“Nhịn một vài bữa tiệc tùng để dành cho người nghèo đói. Đồ cũ không dùng cho đi cũng hữu dụng.”* Nhân dân chúng ta cũng từng nhìn một bữa ăn để dành gạo ra tiền tuyền.

Nhiều người học Phật không hiểu thấu nên làm sai dẫn tới kết quả sai, vì thế mà họ tự đánh mất đi tín tâm của mình. Tín tâm một khi đã mất thì không cách gì cứu giúp họ. Cho nên chúng ta đừng để chính mình rơi vào tình cảnh này. Hòa Thượng nói: ***“Chúng ta là những người học Phật, chúng ta ăn chay, đời sống của chúng ta đơn giản, nhu cầu vật chất rất thấp. Chúng ta đem thứ dư ra để giúp đỡ mọi người, bố thí cho chúng sanh. Chúng ta trải qua đời sống thanh khổ, đây là chúng ta thay chúng sanh chịu khổ. Nếu chúng ta không bố thí thì chúng ta có thể trải qua một đời sống tốt đẹp hơn nhưng nếu chúng ta tiết kiệm, dư ra phần nào thì chúng sanh được thêm phần đó!”*** Đời sống thanh khổ nghĩa là một đời sống thanh tịnh, tự tại, giải thoát và chữ “*khổ*” trong từ thanh khổ, không phải là chúng ta sống khổ mà là do chúng sanh cho rằng khổ nên tạm dùng chữ này.

Hòa Thượng nói: ***“Nếu chúng ta nhẫn chịu, trải qua đời sống khó khăn một chút thì trong Phật pháp gọi là thay chúng sanh chịu khổ”***. Đời sống khó khăn chính là cái ăn cái ở phải thật đơn giản, giảm đến mức thấp nhất. Người ngoài có thể cho rằng như thế là khổ nhưng chúng ta không thấy khổ. Đời sống chúng ta hạ đến mức thấp nhất, cơm đủ no, áo đủ mặc, nhà che được mưa nắng là được rồi. Trên thế giới có những nhà tỷ phú, ngay đến con chó là thú cưng của họ cũng được gắn kim cương lên răng. Họ phải xây rất nhiều kho bãi để chứa

những siêu xe. Tuy nhiên, tất cả những thứ đó để làm gì đâu! Ngược lại, cũng có những tỷ phú trải qua đời sống rất đơn giản. Tất cả đều do ý niệm vọng tưởng, phân biệt, chấp trước của chúng ta.

Nhiều năm trước, tôi đã tự rút ra cho mình một bài học là hơn hai phần ba cuộc đời của mình là đi làm đẹp cho cái nhìn của người khác. Cất nhà cho đẹp, đi xe đẹp để thỏa mãn cái nhìn của người khác. Xét cho cùng dù nhà đẹp, xe đẹp cũng chưa bằng ai. Mình có một chiếc siêu xe thì người ta có hàng chục chiếc siêu xe. Người có hàng chục chiếc siêu xe cũng chưa là gì vì có người có hàng trăm chiếc siêu xe, cứ thế so sánh lên thì người ta có đến hàng ngàn chiếc siêu xe. Tất cả chỉ để thỏa mãn “*cái ta*” và “*cái của ta*”, cho nên khổ.

Mọi người bảo tôi mặc chiếc áo này đẹp nhưng mọi người không biết đây là chiếc áo tôi nhặt được, ai đó đã bỏ lại. Rõ ràng mọi người thấy rằng nếu chúng ta đi mua theo thời trang thì chúng ta quá khổ, còn đây, chúng ta nhặt đồ bỏ đi của người khác. Đời sống chúng ta thanh khổ một chút thì chúng ta đã thay chúng sanh chịu khổ. Đạo lý này không dễ gì hiểu được, nếu chúng ta thực hành, đưa đời sống của mình về mức thấp nhất thì chúng ta sẽ hiểu được.

Bà Cư sĩ Hứa Triết từng nói tất cả đồ của bà mặc là nhặt trong thùng rác, cả đời chưa từng mua một cái áo đẹp vì hằng ngày bà sống cùng người bệnh khổ nên bà cho rằng nếu bà mua sắm cho mình thì bà cảm thấy có lỗi với những người bà tiếp xúc. Mọi tiện nghi trong cuộc sống bà đưa xuống mức thấp nhất. Sau khi đi làm về mà công việc của bà làm tắm rửa, đổ bỏ cho những người già bệnh, thì bà chỉ ăn táo và sữa chua. Đó là những con người thật, không phải là chuyện hư cấu. Bà đến quy y với Hòa Thượng và nói: “*Hòa Thượng ơi, con có đủ tư cách làm đệ tử của Phật không?*” Hòa Thượng trả lời: “*Nếu cho điểm 10 thì bà đủ điểm 10*”.

Hòa Thượng nói: “***Có lẽ có người hỏi, chúng sanh khổ là nghiệp báo của họ. Phật còn không thay thế được cho họ thì làm sao chúng ta có thể thay thế cho họ được. Vì họ không biết! Chúng ta thay chúng sanh chịu khổ, đấy là chúng ta phát tâm làm.***” Chúng sanh không biết chính mình đang sống trong cảnh khổ, những việc làm của họ sẽ kết thành quả báo khổ đau. Cho nên việc thay chúng sanh chịu khổ chính là hành động chúng ta phát tâm. Đấy là tâm đại từ bi của nhà Phật. Người thay chúng sanh chịu khổ, chịu làm những việc giúp ích

chúng sanh, thì đó chính là người học Phật. Còn người không học Phật thì không thể làm được.

Mọi người trong xã hội luôn đặt câu hỏi: “*Vì sao những người này tốt vậy?*” Họ tìm hiểu và biết được rằng những người tốt này là người ăn chay, niệm Phật, nên mới có thể làm việc một cách chí công vô tư, hy sinh phụng hiến như vậy. Nhìn ở góc độ Phật pháp, việc làm này chính là độ chúng sanh, là diễn giải Phật pháp. Người không học Phật, suốt ngày tham cầu trong ngũ dục, Tài Sắc Danh Thực Thùy, thỏa mãn tư dục, tư tình, tư lợi, thì khó phát tâm làm việc chí công vô tư, hy sinh phụng hiến được.

Hòa Thượng tiếp lời: “***Chúng ta dùng lao lực, dùng tài lực, dùng trí tuệ, không mong cầu mà giúp đỡ tất cả chúng sanh thì đây chính là thay chúng sanh chịu khổ. Thay chúng sanh chịu khổ là tâm nguyện của chúng ta. Việc này chúng ta phải nên biết.***” Nhiều người học Phật có cái nhìn rằng chúng sanh khổ là vì nghiệp lực của họ, họ tạo nghiệp thì họ phải nhận lấy nghiệp. Điều đó không sai nhưng người tu hành nơi nhà Phật là đại từ đại bi, nhất định phải dùng tâm vô duyên đại từ như Phật đã dùng, để mà cứu giúp chúng sanh. Không phải chúng sanh không biết thì mặc cho chúng sanh chịu khổ. Họ không biết thì mình giúp họ thì đó mới là sự từ bi chỉ có nơi nhà Phật.

Nhiều nơi cũng đề cập tình yêu thương, lòng nhân ái nhưng chưa đủ rộng lớn như nhà Phật. Nhà Phật biết rõ chúng sanh ngày ngày đang tạo nghiệp, sẽ nhận quả báo xấu nhưng nhà Phật vẫn dùng lao lực, tài lực, trí tuệ mà vô điều kiện giúp đỡ cho họ. Hôm trước tôi vừa tặng rau cho một người ở Sài Gòn, họ nói ăn rau tôi tặng xào với thịt bò rất ngon. Rõ ràng, chúng ta gửi tặng rau cho mọi người không phải là bảo họ phải xào rau với thịt bò. Chúng ta tặng rau là vì chúng ta phát tâm làm, là bởi vì họ cần. Hơn nữa, chúng ta tặng họ vô điều kiện là để nhắc nhở họ sống ở thế gian cần phải cho đi. Tinh thần tương thân tương ái sẽ tạo nên một phong khí xã hội hài hòa. Chúng ta tặng đậu, tặng rau cho họ thì họ phối hợp nấu với đồ ăn của họ, chưa chắc họ đã ăn chay. Chẳng lẽ vì họ không ăn chay thì mình không tặng sao? Như thế thì phân biệt chấp trước rồi. Thật ra thêm một miếng đậu thì họ có thể bớt một miếng thịt vì đậu đã chiếm một phần trong nồi rồi nên thay vì mua một cân, họ chỉ mua nửa cân thịt.

Nhiều năm qua chúng ta đã trồng rau sạch khiến nhiều người bắt chước cũng trồng rau sạch và tặng mọi người. Cũng có người học Phật rau và trái cây họ trồng để bán thì họ xịt hóa chất, thuốc trừ sâu còn rau và trái cây họ ăn thì họ không xịt. Cho nên việc chúng ta tặng rau sạch chính là lời cảnh tỉnh rằng đừng làm những gì tổn hại cho mọi người.

Cho nên, chúng sanh không biết nên họ tùy tiện tạo nghiệp. Chúng ta phải phát tâm để thay họ làm những việc cần làm, giúp họ giảm bớt việc tạo nghiệp. Đây chính là sự từ bi tột cùng của nhà Phật. Hòa Thượng nói: ***“Trên thực tế, chúng sanh có khổ nên nếu chúng ta chân thật có thể thay họ chịu khổ thì định luật nhân quả chẳng phải là đã bị đánh đổ hay sao? Phật cũng không thể làm sai định luật của nhân quả, vậy chúng ta làm thế nào để thay chúng sanh chịu khổ? Chỉ có một phương pháp đó là giảm xuống mức thấp nhất sự hưởng thụ của chính mình.”***

Ở nhiều quốc gia có tài trợ cho an sinh xã hội, nhiều người không hề thiếu thốn nhưng vẫn xin để được trợ cấp, để được sống tùy tiện dư giả. Hiện tại, ở một số nước đã có điều tra. Cho nên, thời gian tới những người này sẽ chịu khổ vì họ phải đền bù. Cho nên giảm xuống mức thấp nhất sự hưởng thụ của mình, dư ra phần nào thì phần đó sẽ giúp ích cho chúng sanh hữu duyên.

Hòa Thượng nói: ***“Đời sống vật chất của chính mình phải hết sức tiết kiệm. Chúng ta giảm bớt một phần hưởng thụ thì chúng sanh cũng giảm một phần khổ đau của họ. Chúng ta thường phải giữ tâm như vậy, phải thường làm việc như vậy, thì đời đời kiếp kiếp của chúng ta nhất định sẽ không có khổ nạn.”*** Chúng ta giữ tâm luôn lo nghĩ cho chúng sanh thì chúng ta không bị khổ nạn. Bản thân tôi, đi đến đâu cũng nhận được sự đãi ngộ tốt nhất từ mọi người vì họ biết tôi đều làm mọi việc vì người khác. Cho nên, quả thật là vì chúng sanh mà lo nghĩ thì đời đời kiếp kiếp không có khổ đau. Đây là nhân quả, không phải là bạn lập công thì Phật thưởng cho bạn. Ở thế gian, nếu mình vì người lo nghĩ thì chắc chắn người ta sẽ tận một phần trách nhiệm của người ta vì mình mà lo nghĩ.

Hòa Thượng nói: ***“Cho dù bạn ở địa vị nào thì bạn phải biết khổ nạn lớn nhất của chúng ta là gì? Là không được nghe Phật pháp, không được nghe giáo huấn của Thánh Hiền. Có cơ duyên nghe được Phật pháp, bạn có thể giác ngộ. Không có cơ duyên nghe được Phật pháp, bạn mãi mãi sống trong mê”***

hoặc điên đảo, vậy thì, ngày tháng của bạn sẽ càng khổ hơn, sự mê muội càng lúc càng sâu hơn”. Không được nghe Phật pháp và lời dạy Thánh Hiền thì dù giàu sang, chúng ta vẫn làm việc sai trái nên sẽ tạo nghiệp. Ngược lại, được nghe lời dạy của Thánh Hiền, thì sẽ làm đúng, không tạo nghiệp. Có người sau khi học Văn hóa Truyền thống đã biết cách báo hiếu cha mẹ mình đúng cách, không còn cung phụng rượu và thịt chó - những món ăn sát sanh hại vật, hại sức khỏe cho cha mẹ.

Hòa Thượng nói: ***“Ngày nay chúng ta làm việc bố thí Phật pháp, bố thí chuẩn mực Thánh Hiền. Đây là một điều thù thắng nhất trong tất cả các điều mà bạn làm để thay chúng sanh chịu khổ.”*** Thay chúng sanh chịu khổ không phải là ăn đắng uống độc, nằm đất, hành xác bản thân và cho đó là tu. Tại sao chúng ta không đem thân này làm các việc lợi ích chúng sanh? Có người sợ khổ, lười biếng nên không làm và họ chọn nằm đất thì cảm thấy dễ làm hơn. Họ tưởng nằm đất là tinh tấn, nhưng thật ra không phải. Nếu mình nói mình không cần thân này nữa thì hãy dùng thân này để làm những việc cần làm lợi ích cho người khác. Vậy thì có phải là tốt hơn không?

Thầy Thái cũng từng nói nếu chúng ta không thúc đẩy chuẩn mực Thánh Hiền, phát dương quang đại lời Phật dạy thì chắc chắn không có ai làm. Chúng ta phải làm, phải đem những việc mình làm nói cho người khác biết và đây là việc làm thù thắng nhất thay chúng sanh chịu khổ. Tuy nhiên, việc chúng ta làm, thiên hạ nhìn thấy thì chê cười, cho rằng chúng ta đang xen tạp. Họ bảo rằng ngày ngày họ đi khuyên người niệm Phật thì mới là không xen tạp.

Cho nên bài học hôm nay, Hòa Thượng dạy chúng ta hãy thay chúng sanh chịu khổ. Việc thứ nhất chịu khổ thay chúng sanh chính là giảm mức thấp nhất đời sống, tiện nghi của chính mình để dư ra một phần giúp ích cho họ. Việc thứ hai là bố thí và thúc đẩy Phật pháp, bố thí và thúc đẩy chuẩn mực Thánh Hiền. Việc này chúng ta làm được! Đó là chúng ta phát tâm. Một mặt phát tâm học tập để rèn luyện chính mình rồi làm ra tấm gương, một mặt đem việc học tập rèn luyện đó chia sẻ với mọi người để mọi người cùng có niềm vui, có hạnh phúc. Đây là việc mà người học Phật cần làm.

Vậy mà, vẫn có người học Phật không làm theo Phật, vẫn là tự tư ích kỷ, vun vén cho chính mình. Nhìn lại các Tổ sư Đại đức nhiều đời, chúng ta thấy các Ngài

hết sức từ bi. Có người hỏi một vị tổ rằng: “*Nếu Ngài vãng sanh thì sẽ ở phẩm vị nào?*” Ngài trả lời: “*Đáng lẽ ra ta phải Trung phẩm Thượng sanh nhưng vì tiếp cận độ chúng nên chỉ còn là Trung phẩm Trung sanh.*” Ngài không vì sự giải thoát riêng mình mà quên đi chúng sanh đang chịu khổ đau. Cho nên chúng ta phải phát tâm vì chúng sanh mà làm. Chúng ta làm vì chính mình phát tâm chứ không vì ai ép buộc, càng không vì danh vì lợi. Chúng ta làm vì tâm nguyện mà làm./.

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!