

Phật dạy: Nói năng không kiểm soát là nguyên nhân của khổ

Trong quá trình tu tập, ai cũng biết việc giữ chánh niệm để tịnh hóa khẩu nghiệp là điều rất khó. Tạp thoại (nói linh tinh, nói chuyện phiếm) là căn bệnh khó chữa mà lại dễ lây lan.

Phật dạy: Vợ chồng sống với nhau phải nhớ hai chữ tu khẩu

Nên dù bị người tu chủ động ngăn chặn và đập tắt nhưng nếu có cơ hội thì tạp thoại liền bùng phát, kể cả trong những hội chúng Tỳ-kheo đệ tử của Thế Tôn.

Chánh ngữ hay nói năng như Chánh pháp là một pháp tu căn bản thuộc Bát chánh đạo. Chỉ cần mất chánh niệm thì mọi luận bàn, nói năng đều theo nghiệp mà biểu hiện, rơi vào tạp thoại. Nói ít thì sai ít, nói nhiều thì sai nhiều, nên “trước khi nói cần uốn lưỡi bảy lần” hay “muốn bàn luận nên bàn luận về mười việc công đức” mới không rơi vào tạp thoại. Hãy nghe Thế Tôn dạy về sự “vô ích”, “không dẫn đến pháp lành” của việc hay nói linh tinh:

“Một thời Phật ở nước Xá-vệ, rừng Kỳ-đà, vườn Cấp Cô Độc.

Bấy giờ, phần đông các Tỳ-kheo, sau khi thọ trai xong đều tụ tập tại giảng đường Phổ Hội, cùng nhau bàn luận về nghĩa này: Bàn luận về chuyện y phục, trang sức, ăn uống; bàn luận về những chuyện chiến tranh, giặc cướp của nước lân bang; bàn luận về rượu chè, dâm dục, ngũ dục; bàn luận về ca vũ, kỹ nhạc. Những chuyện vô ích như thế nhiều không thể tính kể.

Thực tập chánh ngữ, nói năng có chánh niệm

Thực tập chánh ngữ, nói năng có chánh niệm

Bấy giờ, Thế Tôn dùng thiên nhĩ nghe các Tỳ-kheo bàn luận những chuyện ấy, liền đi đến giảng đường Phổ Hội, hỏi các Tỳ-kheo:

- Các Thầy nhóm họp ở đây bàn luận chuyện gì?

Khi ấy, các Tỳ-kheo bạch Phật:

- Chúng con nhóm họp ở đây cùng bàn luận những việc vô ích như thế.

Đức Phật bảo các Tỳ-kheo:

- Thôi, thôi! Các Tỳ-kheo, chớ bàn luận việc ấy. Vì sao? Những điều luận bàn ấy không có ý nghĩa và cũng không dẫn đến pháp lành. Không do những điều luận bàn này mà được tu Phạm hạnh; không đến được chỗ tịch diệt, Niết-bàn; không được đạo Sa-môn bình đẳng. Đó là những điều luận bàn của thế tục, không phải luận của đường chánh. Các Thầy đã lìa thế tục, xuất gia học đạo, không nên suy nghĩ về những luận bại hoại.

Nếu các Thầy muốn bàn luận, nên bàn luận về mười việc công đức. Thế nào là mười? Là siêng năng tinh tấn; ít muốn biết đủ; có tâm dũng mãnh; đa văn,

có thể thuyết pháp cho người; không sợ sệt kinh khủng; đầy đủ giới luật; thành tựu chánh định; thành tựu trí tuệ; thành tựu giải thoát; thành tựu giải thoát tri kiến. Nếu các Thầy muốn bàn luận thì nên bàn luận về mười điều này.

Diệt trừ nghiệp ác do lời nói gây ra

Vì sao? Vì chúng thãm nhuần tất cả, ích lợi nhiều, được tu Phạm hạnh, được đến chỗ tịch diệt, Niết-bàn. Hôm nay các Thầy là con nhà hào tộc, đã xuất gia học đạo, nên suy nghĩ về mười điều này. Luận này là luận của Chánh pháp, xa lìa đường ác. Như thế, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này!

Bấy giờ, các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm”.

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập III, phẩm Thiện ác, VNCPHVN ấn hành, 1998, tr.311)

Vì sao người tu phải tránh “những điều luận bàn của thế tục”? Thực ra luận bàn để traу dồi và nâng cao tri thức thế gian cũng rất tốt, cần thiết cho cuộc sống nhưng nó không dẫn người tu đến các pháp lành, không đi đến Phạm hạnh, không đến được chỗ tịch diệt. Đây là chỗ người tu hướng đến giải thoát, Niết-bàn cần hết sức lưu tâm.

Người tu thì nên nói chuyện tu, không nói chuyện đời mà chỉ “bàn luận về mười việc công đức”, chính là lời căn dặn của Thế Tôn. Bởi lời nói, suy nghĩ và hành động luôn gắn bó mật thiết với nhau nên bàn luận nhiều về thế sự với vô vàn biến động sẽ khiến tâm tư ô nhiễm, nặng nề thêm.

Thực tập chánh ngữ, nói năng có chánh niệm, tránh đi những câu chuyện phiếm không có ích cho tu học là điều mà người tu cần phải thành tựu để từng bước hướng đến thanh thoi, an định và giải thoát.

Quảng Tánh