

Khất thực - Pháp tu cao quý của mười phương chư Phật

HẠNH ĐẦU ĐÀ, 25/10/2021 09:20

Khất thực là truyền thống quý báu của ba đời Chư Phật và Đức Phật Thích Ca Mâu Ni cũng là người kế thừa truyền thống ấy. Và ngày nay, tâm nguyện của Thầy Thích Trúc Thái Minh, cũng như tâm nguyện của chư Tăng, tứ chúng chùa Ba Vàng đó là những đệ tử Phật thì phải kế thừa và được kế thừa truyền thống ấy để hành trì, làm lợi lạc cho mình và cho nhân sinh.

Vậy pháp khất thực mang lại lợi lạc thế nào cho người khất sĩ và người cúng dường? Kính mời quý Phật tử cùng đón đọc bài viết dưới đây qua sự chia sẻ của Thầy Thích Trúc Thái Minh.



Thầy Thích Trúc Thái Minh dẫn đầu Tăng đoàn trì bình khất thực trong khuôn viên bốn tự chùa Ba Vàng

Khất thực là gì?

Khất thực, nghĩa là đi xin ăn. Đây cũng là một trong 13 pháp tu khổ hạnh đầu đà cao quý, không chỉ để nuôi thân mạng, có sức khỏe tu tập, tiến tu đạo nghiệp mà còn

với mong nguyện cao thượng là gieo duyên, giúp cho nhân dân, Phật tử có cơ hội được gieo trồng hạt giống thiện lành vào ngôi Tăng Bảo.

Thời Đức Phật tại thế, mỗi sáng hằng ngày, Đức Phật cùng Tăng đoàn đầu trần, chân không, ôm bình bát đến những nơi có dân chúng. Các Ngài đến từng nhà để xin thức ăn với tâm bình đẳng, không phân biệt giàu nghèo, ngon dở.



Đức Phật và Tăng đoàn ôm bình bát đi vào làng mạc để khất thực (ảnh minh họa)

Lợi ích thù thắng của việc trì bình khất thực

Không chỉ ba đời mười phương chư Phật trì bình khất thực mà các vị Tổ sư như [Đức Phật Hoàng Trần Nhân Tông](#), [Tổ Sư Tuệ Bích Phổ Giác](#) đều kế thừa và gìn giữ vì pháp khất thực mang đến rất nhiều lợi ích cho chính vị khất sĩ và thí chủ cúng dường.

Đối với vị khất sĩ

1. Tâm trí được rảnh rang, ít phiền não

Từ bỏ gia đình, xa rời đời sống thế tục, người xuất gia ôm bình bát tùy duyên đi khất thực, ai cho gì thì ăn đó. Đức Phật dạy chư Tăng đi khất thực không được phân biệt thức ăn ngon dở, không được chọn lựa món ăn. Nếu người cúng dường đồ mặn với đủ ba điều kiện “tam tịnh nhục”: Không nhìn thấy con vật ấy bị giết vì mình, không nghe thấy tiếng con vật ấy bị giết vì mình và không nghi ngờ người ta giết con vật ấy vì mình thì chư Tăng có thể thọ nhận. Điều này giúp chư Tăng không bị bận tâm, phiền não chuyện ăn uống.

2. Không bận rộn thân và tâm để kiếm kế sinh nhai

Chư Tăng hành pháp khất thực tức là các Ngài không còn xem trọng thân mạng mình, giao thân mạng cho đàn na tín thí. Họ cho ít thì mình ăn ít, nhiều thì mình ăn nhiều; hoặc nếu hôm nào đi khất thực, không có ai cúng dường cho thì vị khất sĩ cũng hoan hỷ, vui vẻ nhịn đói.

Đức Phật dạy rằng, chư Tăng chân thật tu hành thì vị ấy là ruộng phước của chúng sinh. Dù không có ai cúng dường thì chư Thiên sẽ tìm đến cúng dường cho vị Tăng ấy để họ được tăng trưởng phước báu.

3. Đoạn trừ tâm cống cao, ngã mạn, tu được tâm khiêm hạ

Một vị Tỳ-kheo biết rằng, thân mạng của mình là nhờ vào sự bố thí của mọi người thì không còn kiêu căng, ngã mạn. Tuy nhiên, việc khất thực xin ăn của chư Tăng không phải là hèn mọn, thấp kém. Như Đức Phật Thích Ca Mâu Ni ôm bát đi khất thực không phải với tư cách của người ăn xin; Ngài từ một người có địa vị cao nhất (Thái tử) tự đưa mình xuống địa vị thấp nhất là người đi xin ăn; thế nhưng ở Ngài vẫn toát lên tất cả những gì tôn quý nhất, vĩ đại nhất.

4. Rèn luyện đức nhẫn nại và tâm chịu đựng

Trong nhiều hoàn cảnh khác nhau, người xuất gia cũng phải tu đức nhẫn và chịu đựng mọi gian khổ bởi đó là các duyên để các Thầy tu hành, làm lợi ích cho mình, cho người và tuyên dương giáo Pháp Phật.

Một vị Tỳ-kheo đi khất thực phải nhẫn với việc đầu trần, chân không đi bộ trước thời tiết khắc nghiệt. Dù nắng nóng, mưa gió bão bùng hay gió lạnh thấu xương da thì vị ấy cũng phải tinh tấn, chuyên cần, nhẫn nại trì bình khất thực. Hoặc khi đi khất thực, các Thầy có thể đến phải những nơi mà dân chúng không kính tín Phật Pháp, không hoan hỷ cúng dường, nói những lời cộc cằn, khó nghe, bỏ những đồ ăn bẩn vào bình bát thì vị Tỳ-kheo cũng phải tu hạnh nhẫn.

Trong lịch sử Phật giáo có câu chuyện tôn giả La Hầu La trong một lần đi khất thực cùng thầy là tôn giả Xá Lợi Phất thì gặp một tên lưu manh. Hắn đã ném cát vào bình bát của tôn giả Xá Lợi Phất, lấy gậy đánh vào đầu tôn giả La Hầu La khiến Ngài bị chảy máu. Tôn giả La Hầu La khi ấy bình thản băng bó vết thương rồi Ngài tiếp tục cùng thầy đi khất thực.

Hay như câu chuyện Đức Phật cùng Tăng đoàn đi khất thực bị bà Magandiya đem lòng ganh ghét, thuê người chửi mắng, vu khống Đức Phật và Tăng đoàn. Tôn giả A-Nan khi đó đã thỉnh Ngài đến vùng khác khất thực nhưng Đức Phật vẫn nhẫn nại trước những lời nói ác đó, rải tâm từ bi rộng lớn, độ cho những người chửi bới đó giác ngộ Phật Pháp, đắc Thánh quả.



Khi trì bình khát thực, Đức Phật cũng từng gặp những người buông lời không tốt, chửi bới, vu khống Ngài và Tăng đoàn (ảnh minh họa)

5. Đoạn trừ được lòng tham

Vị Tỳ-kheo ôm bát tùy duyên khát thực không thể tham ăn ngon và ăn nhiều vì khi đi khát thực, không biết hôm nay mình có được thí chủ bố thí cho vật thực gì, ít hay nhiều, ngon hay dở đều nằm trong quyền của họ. Khi bình bát đã đầy thì các Ngài phải đẩy nắp bình bát, không được phép khát thực thêm. Vậy nên, pháp khát thực giúp cho vị Tỳ-kheo giảm trừ được tâm tham ăn.

6. Thấy cảnh khổ để hun đúc chí tu hành cho người xuất gia

Khi đi khát thực, quý Thầy có nhân duyên thấy được những thực trạng khác nhau trong cuộc sống mà phần nhiều là cảnh khổ. Đi qua chỗ này thấy cảnh bất hòa giữa vợ chồng, cha mẹ và con cái, đi qua chỗ kia lại thấy tai nạn trên đường... Đó là nhân duyên để các Thầy giác ngộ lời Phật dạy về sự khổ của cuộc đời, giữ vững lý tưởng giải thoát của [người xuất gia](#).

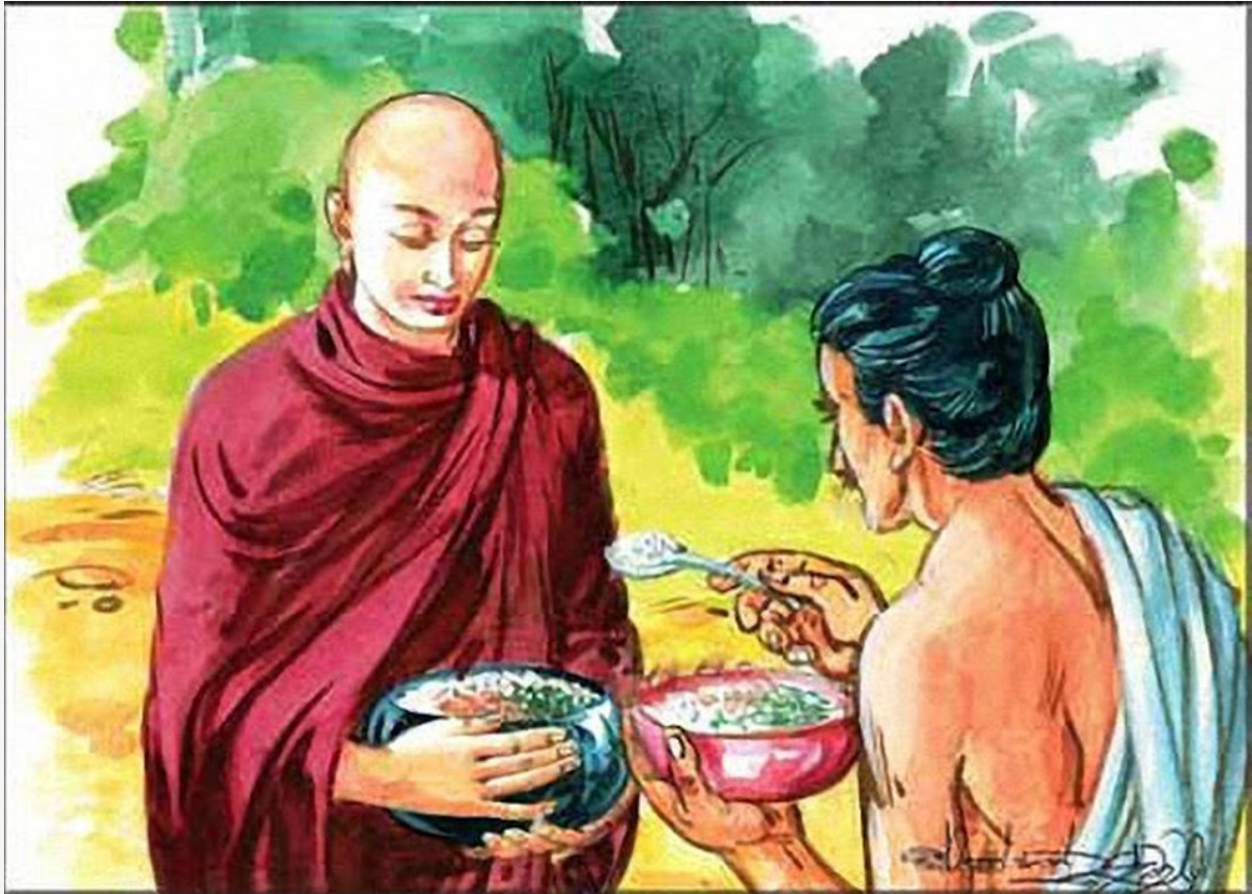
7. Tạo cơ duyên để giáo hóa chúng sinh

Chúng ta không có duyên thì thật khó gặp nhau, cho nên người đời mới nói rằng: “Hữu duyên thiên lý năng tương ngộ/ Vô duyên đối diện bất tương phùng”.

Các Ngài ôm bình bát đi khắp hang cùng ngõ hẻm là tạo nhân duyên với chúng sinh, để mọi người sót vào bát, gieo hạt giống vào ruộng phước Tăng Bảo. Dầu thí chủ

chỉ cúng dường một chút thôi là họ có duyên với quý Thầy, là quý Thầy mắc nợ họ. Nếu kiếp này quý Thầy chưa có duyên để độ thì kiếp sau quý Thầy phải độ cho họ. Đó gọi là có duyên có nợ.

Hoặc những người chưa biết đến Phật Pháp, gặp quý Thầy đi khất thực, có khi họ mắng chửi một câu thì đó cũng là duyên để các Thầy độ họ. Với người xuất gia tu hành, tất cả đều là nhân duyên, dù thuận duyên hay nghịch duyên đều giúp các Thầy có duyên với chúng sinh để giáo hóa.



Pháp khất thực là nhân duyên để các Thầy hóa độ chúng sinh (ảnh minh họa)

Từ 7 lợi ích trên, chúng ta thấy pháp khất thực của người xuất gia thật là cao quý. Bởi các Thầy thọ nhận sự cúng dường không chỉ để nuôi sống thân mạng, có sức khỏe tu tập, tiến tu đạo nghiệp mà còn với mong nguyện cao thượng là gieo duyên, giúp cho nhân dân, Phật tử có cơ hội được gieo trồng hạt giống thiện lành, đáng quý nơi Tam Bảo.

Đối với người sốt bát cúng dường

Pháp khất thực không chỉ mang lại lợi ích cho người khất sĩ mà còn đem lại lợi ích cho người sốt bát cúng dường.

1. Được kết duyên với Tam Bảo

Pháp khất thực là Pháp kết duyên với chúng sinh. Những người thấy đức tướng của chư Tăng oai nghi, trang nghiêm mà khởi tâm kính tín Tam Bảo, từ đó mà sinh ra phước báu, kết duyên lành với Tam Bảo. Còn những người thấy chư Tăng không hoan hỷ, mắng chửi, sỉ vả thì họ cũng được kết duyên với Phật Pháp. Như câu chuyện về những người vu khống, chửi mắng Đức Phật thì cuối cùng họ cũng được Ngài độ họ vào dòng Thánh quả.

Như vậy, dù kết thiện duyên hay kết nghịch duyên thì pháp khất thực của chư Tăng giúp họ được kết duyên với Tam Bảo, được gặp Phật Pháp.



Phật tử thành tâm kính lễ trước chư Tăng thực hành pháp đầu đà - trì bình khất thực

2. Được bố thí để gieo trồng ruộng phước, đoạn trừ lòng tham

Có những người chưa bao giờ biết cúng dường, bố thí nhưng nhờ chư Tăng đi khất thực mà họ biết xả tâm, gieo trồng hạt giống bố thí vào ruộng phước của Tăng Bảo. Dù chỉ một dùm cơm nhỏ, chúng ta cúng dường các Thầy nhưng có thể nhiều kiếp về sau thoát khỏi đói khổ và không bị sinh vào nhà nghèo khổ. Cho nên, Đức Phật dạy các Thầy phải ôm bát đi khất thực, tuy là các Thầy xin ăn để nuôi mạng sống, nhưng lại đang giúp cho chúng sinh được gieo trồng ruộng phước.



Bình bát của các Thầy là ruộng phước màu mỡ cho chúng sinh gieo trồng

Trong kinh Phật kể câu chuyện vị Thánh Tăng Mục Kiền Liên độ bà lão bán bánh rán không bao giờ bố thí cho ai cái gì. Một hôm, tôn giả Mục Kiền Liên đến đứng khát thực trước cửa nhà, xin bánh rán của bà nhưng bà nhất định không cho. Vì muốn đuổi Ngài đi nên bà chỉ lấy đúng một miếng bánh nhỏ cho Ngài. Khi đó, tôn giả Mục Kiền Liên dùng thần thông khiến tất cả bánh của bà dính chùm vào nhau, không sao gỡ được nên bà đành phải bố thí cho Ngài hết tất cả bánh đó. Do bố thí thức ăn cho vị Thánh Tăng nên phước báu của bà tăng trưởng khiến tâm bà từ chỗ sân giận liền trở nên cởi mở, hoan hỷ.

3. Biết sống biết đủ để được hạnh phúc an vui

Hình ảnh chư Tăng ôm bát đi khát thực nói lên tấm gương sống giản dị, giúp cho người đời bớt tham đắm tài vật. Các Thầy gần như là “vô sản”, tài sản không có gì nhiều, ngoài tấm y trên thân để mặc, một bình bát để xin ăn, cùng mấy đồ nhỏ nhất như tấm, kim chỉ để khâu vá y nhưng các Thầy vẫn sống an vui. Những ai đang trong cảnh tiêu cực, chán đời mà nhìn thấy chư Tăng còn “khổ” hơn, “nghèo” hơn, “đói” hơn mình, có thể sẽ giúp họ biết xoay lại mình, thấy mình không có gì phải tuyệt vọng. Cho nên, việc chư Tăng đi khát thực rất đáng quý!

4. Khởi lên lý tưởng giải thoát, dứt trừ phiền não

Khi chư Tăng đi khất thực trên đường, chúng ta thấy được tướng oai nghi, giải thoát của các Ngài. Nhìn thấy hình ảnh ấy, tự nhiên trong lòng chúng ta sẽ khởi sinh ước muốn một ngày nào đó cũng được giải thoát như chư Tăng. Rất nhiều người gặp quá nhiều đau khổ, phiền não trong cuộc đời mà họ không biết làm thế nào để giải thoát khổ đau này.



Khi các Thầy đi khất thực, chúng ta thấy được tướng oai nghi, giải thoát của các Ngài

Khi họ nhìn thấy tướng mạo thanh thoát, trang nghiêm của chư Tăng, họ khởi được ước ao mong muốn được như chư Tăng “thanh thời” với ba y, một bình bát. Ý muốn giải thoát đó không phải dễ dàng sinh ra ở trong đời bởi nhiều khi chúng ta khổ quá chỉ nghĩ đến tự vẫn để giải thoát khổ hoặc làm việc ác. Cho nên, nếu không gặp bóng dáng của chư Tăng thì chưa chắc chúng ta đã khởi sinh ý nghĩ đó.

5. Cơ duyên được nghe chư Tăng thuyết Pháp

Khi Chư Tăng đi khất thực, chúng ta có thể thỉnh mời quý Thầy đến tư gia để được soát bát cúng dường và giảng Pháp cho chúng ta nghe. Ở nhà bật băng đĩa nghe Pháp cũng quý nhưng không thể bằng việc trực tiếp nghe chư Tăng giảng Pháp, bởi được gặp chư Tăng thì ta được tăng trưởng rất nhiều thiện căn, đó là tăng trưởng tín tâm, tăng trưởng giới đức, tăng trưởng về tâm xả thí, trí tuệ... Không chỉ bản thân được giác ngộ mà còn gieo duyên cho mọi người trong gia đình chúng ta được kết duyên với Tam Bảo, giác ngộ Phật Pháp.

Vì thế, chúng ta thấy hạnh trì bình khất thực rất lợi ích đối với chúng sinh nên từ xa xưa, tất cả ba đời mười phương chư Phật đều lấy khất thực làm hạnh của mình, để nuôi thân mạng và giáo hóa chúng sinh.

Chư Tăng chùa Ba Vàng học hạnh chư Phật thực hành pháp khất thực làm lợi ích cho nhân sinh

Thời Đức Phật còn tại thế, Ngài và các Thầy Tỳ-kheo đến trưa là ôm bát đi vào làng mạc, nơi có dân chúng để khất thực xin cơm và mang về độ ngộ ăn buổi trưa.

Tại chùa Ba Vàng, chư Tăng Ni cũng đang thực hành pháp trì bình khất thực trong khuôn viên nội tự để phần nào làm sống lại truyền thống cao quý của mười phương chư Phật và cũng như để thỏa lòng mong ước của Phật tử, nhân dân bấy lâu nay.



Nắng nóng có thể làm cháy da, thiêu đốt bàn chân nhưng quý Thầy vẫn an nhiên tự tại trì bình khất thực độ sinh

Hình ảnh chư Tăng khất thực là biểu trưng cho sự giải thoát. Những người con Phật xuất gia chân thật tu hành, đi trên con đường giác ngộ, dẫu có người chưa đoạn hết các kiết sử trói buộc nhưng tâm ý đang hướng đi ra khỏi sự ràng buộc của ngũ dục,

thực tập sống một đời sống thanh thoát ngay trong cuộc đời lắm sự trôi buột này, cũng đã làm lợi ích rất nhiều cho chúng sinh.



Hình ảnh Tăng đoàn chùa Ba Vàng tự tại ôm bình bát dưới trời mưa

Từ lời giảng của Thầy Thích Trúc Thái Minh, chúng ta thấy pháp khất thực rất cao quý, bởi chư Tăng đi khất thực là đang gieo ruộng phước lành cho chúng sinh. Một người biết bố thí, cúng dường thì họ sẽ được phước báo tốt đẹp. Mong rằng, từ pháp khất thực của ba đời mười phương chư Phật mà khắp pháp giới chúng sinh đều được kết duyên với Tam Bảo, giác ngộ chính Pháp để gặt được nhiều quả phúc lành thù thắng trong hiện đời và các kiếp vị lai.

Xem video:

<https://youtu.be/tTZorHCTrWs>