



# Ý nghĩa của sám hối theo quan niệm Phật giáo

ISSN: 2734-9195

14:15 02/10/2023

**Sám hối** là tự mình ăn năn, nhận ra những lỗi lầm trước đây đã tạo, nguyện sửa đổi không dám tái phạm những lỗi lầm đó nữa.

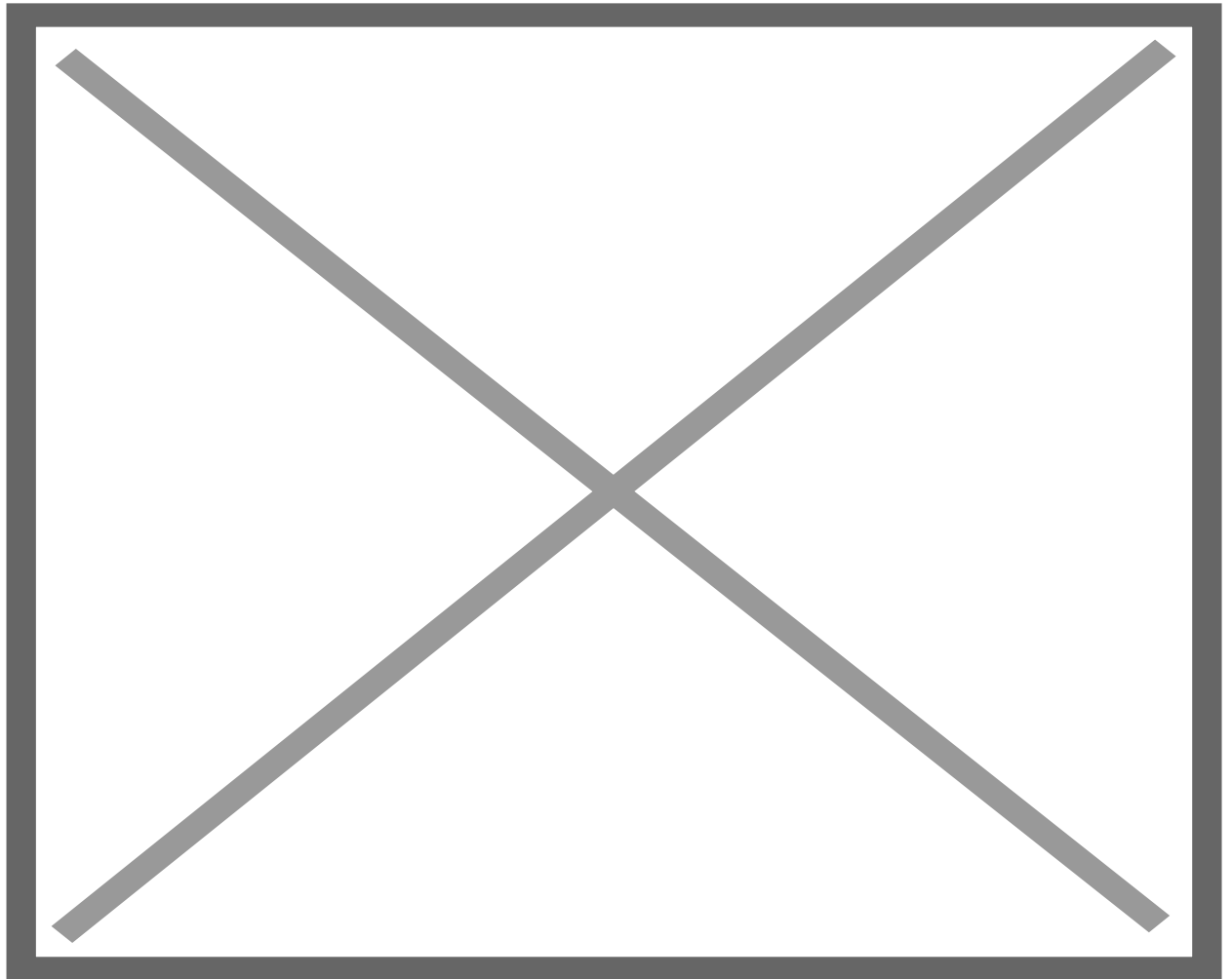
Sám hối được hiểu đơn giản chính là tự bản thân mình nhận ra lỗi lầm và ăn năn, hổ thẹn với những lỗi lầm bản thân đã gây ra và phát nguyện đoạn trừ, thành tâm một lòng sám hối. Như đức Phật đã dạy rằng: Mọi sai lầm đều phát sinh từ “Thân – Miệng – Ý” thân làm điều sau, miệng nói lời điều ác, ý buông lung những niệm xấu.

## Sám hối là gì?

Trong Kinh Pháp Bảo Đàn nói: “Sám giả Sám kỳ tiền khiên, Hối giả hối Kỳ hậu quá”, nghĩa là: Ăn năn lỗi trước, chừa bỏ lỗi sau. Vậy Sám hối đúng nghĩa theo Chánh Pháp là nhận biết được lỗi đã gây tạo, ăn năn sửa lỗi và hứa không làm những điều này về sau.

Sám hối theo nghĩa thông thường là xin lỗi. Xét về mặt xã hội, xin lỗi là một hành vi đạo đức của con người, khi họ đã gây ra những lỗi lầm và muốn được người bị tổn thương tha thứ. Xin lỗi là một hành động được ba mẹ, nhà trường dạy dỗ khi chúng ta còn bé và đó là điều cần thiết trong cuộc sống. Các bậc Thánh hiền xưa đã dạy rằng: “Nếu mắc lỗi lầm thì công khai nhận lỗi đó, rồi tìm ra biện pháp và quyết tâm để sửa chữa. Thái độ đối với lỗi lầm như thế là thước đo một người chân chính, trung thực đáng cho mọi người tin cậy và kính trọng”.

[caption id="attachment\_18420" align="aligncenter" width="800"]



Sám hối là tự mình ăn năn, nhận ra những lỗi lầm trước đây đã tạo. Ảnh minh họa.[/caption]

Thế nhưng con người thường rất e dè trước lời xin lỗi bởi họ bị gắn chặt bởi chấp thủ và chấp ngã. Chấp thủ chính là việc gì cũng cho mình là đúng, người khác sai. Đó còn gọi là tính bảo thủ. Chấp ngã là đề cao cái tôi của mình, dù có biết lỗi nhưng không nhận lỗi vì sợ làm mất giá trị của bản thân, người khác coi thường. Vì thế nên đối những người này hai từ xin lỗi thường nặng nề và không được sử dụng đến.

Tuy vậy sám hối là chưa đủ, bạn cần phải phát nguyện không tái phạm lại lỗi lầm. Tự bản thân kiểm điểm quyết tâm không làm điều sai trái và lặp lại lỗi lầm cũ. Nếu như cứ phạm lỗi rồi sám hối thì chẳng có ý nghĩa gì.

## Lợi ích của sám hối

Sám hối giúp chuyển hóa nghiệp lực, tiêu trừ tội lỗi trong quá khứ/ hiện tại mang đến cho cuộc sống ngày càng thăng hoa, tiến bộ hơn và cũng đem lại những lợi ích không thể nghĩ bàn.

Lợi ích này vào thời đức Phật có thể thấy rõ qua hình ảnh của vua A Xà Thế vốn mang tội ngũ nghịch vì giết cha. Nhưng nhờ Đức Phật giáo hóa, vua đã biết ăn năn hối cải, sám hối trước Đức Phật và hóa giải được những sân hận trong lòng mình. Vì thế, vua A Xà Thế sau đó đã quy y Tam Bảo, trở thành Phật tử tại gia, phụng hành chính pháp, làm nhiều phước thiện để chuyển hóa nghiệp xấu.

Diệt trừ những tính xấu ngăn chặn những lỗi mới phát sinh trong tương lai.

Nếu **người Phật tử** biết sám hối nghĩa là biết sửa đổi, tức nhiên là một người đó có tiến bộ trên con đường tu tập sẽ được những lợi ích thiết thực trong hiện tại cũng như tương lai. Đức Phật đã dạy trong kinh Trường A Hàm: "Ai biết sửa đổi lỗi lầm thì người đó có tiến bộ trong giáo pháp của Như Lai" và Ngài cũng khẳng định: "Người có lỗi không biết sửa đổi, diệt trừ nơi tự tâm, thì lỗi ấy sẽ đến thân, như nước chảy về biển, dần dần thành sâu rộng " (Kinh tứ thập nhị chương) . Qua đó chúng ta rút ra được những lợi ích như sau:

Mọi hành động trong đời sống không bị sa vào lầm lỗi vì chúng ta đã có ý chí cương quyết biết nhận ra lỗi lầm.

Phẩm giá con người được nâng cao, các hạnh lành càng ngày càng phát triển, vì không tạo nhân xấu trong hiện tại.

Thân tâm luôn luôn nhẹ nhàng vì không lo âu sầu muộn.

Sám hối rồi thì thân tâm trong sạch, nhân tạo ác không còn nữa, nhưng quả báo ác thì cần nỗ lực làm phước để chuyển. Nên quan trọng là không tạo thêm nhân ác rồi tích cực làm phước, vun trồng điều thiện. Chính phước đức trong hiện tại sẽ là duyên lành làm lệch hướng quả báo xấu. Cuộc sống hiện tại với nhiều cung bậc thăng trầm của mỗi cá nhân chính là trình hiện cụ thể, chân xác nhất nhân-duyên-quả của chính mình. Người con Phật luôn thấy rõ và tin chắc vận trình nhân-duyên-quả mà tinh tấn chuyển nghiệp.

Nhân ác quá khứ thì đã tạo, không thay đổi được. Những điều mà chúng ta có thể làm được là tạo ra nhân mới tốt, duyên mới thiện thì chắc chắn sẽ có quả báo lành. Nếu dư tàn quả báo xấu còn vương lại và xảy đến thì hoan hỷ chấp nhận. Chính tuệ giác (thành quả của Giới-Định-Tuệ) sẽ soi đường cho người tu Phật tiếp cận, chấp nhận sự thật Khổ-Vô thường-Vô ngã để 'Tâm bất biến trong dòng đời vạn biến'.

Tác giả: **Thiện Minh**

\*\*\*

**Tài liệu tham khảo** 1. Tịnh Minh dịch, “ Kinh Pháp Cú” ‘Phẩm Song Yếu’, Kệ. Nếu nẻo liền theo sau, Như xe theo bị vạy. 2. HT. Minh Châu dịch, “Kinh Trung Bộ” tập I, VNCPHVN ấn hành, 1992, trang 112~113. 3. HT. Minh Châu dịch, “Kinh Trung Bộ” tập I, VNCPHVN ấn hành, 1992, trang 112~113. 4. Tương đương Hán tạng ‘Kinh La Vân’ thuộc “Kinh Trung A hàm”. 5. HT. Minh Châu dịch, “Kinh Trung Bộ” tập II, VNCPHVN ấn hành, 1992, trang 176~178. 6. HT. Minh Châu dịch, “Kinh Trung Bộ” tập II, VNCPHVN ấn hành, 1992, trang 181. 7. Xin đọc ‘Kinh Nhất dạ Hiền giả’ trong “Kinh Trung Bộ”, bản dịch của HT. Minh Châu. 10 “Kinh Tạp A Hàm” tập II, VNCP Việt Nam ấn hành, 1994, trang 39.

>> Đọc thêm: **Vai trò của giới luật trong Phật giáo**

Để cập nhật những thông tin Phật giáo nhanh và chính xác nhất, theo dõi Tạp chí Nghiên cứu Phật học trên các nền tảng **Facebook, Website, Youtube**.