

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 Ba, ngày 15/07/2025

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 134: Ua thích khởi tức giận

Trong cuộc sống, có rất nhiều hoàn cảnh khiến chúng ta dễ dàng tức giận. Con người khi làm việc, đa phần thường hay bị tập khí phiền não sai sử nên rất dễ làm cho những người xung quanh khởi tức giận. Hòa Thượng nói: ***“Nếu chúng ta thích khởi tức giận thì không có ngày nào chúng ta được yên, luôn luôn sẽ sống trong phiền não. Phần nhiều chúng ta sẽ gặp những việc không vừa ý, mà đã không vừa ý thì sẽ dễ dàng tức giận. Chúng ta không biết rằng tức giận gây tổn hại tới chính mình một cách vô cùng nghiêm trọng. Khi nổi giận, chúng ta làm người khác tổn hại ba phần còn chính mình tổn hại là bảy phần.”***

Bà cư sĩ Hứa Triết – người Xinh-ga-po từng chia sẻ rằng nếu một khi nổi cơn sân tức thì ba ngày mới tiêu hết. Sau ba ngày kể từ lúc khởi sân giận, độc tố trong chúng ta mới tiêu tan. Nếu tức giận thường xuyên, độc tố tích tụ nhiều, chúng ta rất dễ bị bệnh. Có ngày, chúng ta khởi tức giận đến ba lần, năm lần. Do vậy, chúng ta phải phản tỉnh việc này nếu không cả ngày chúng ta chỉ sống trong phiền não mà không hề hay biết.

Hòa Thượng lại nói: ***“Bạn khởi tức giận đối với người mà người đó không tu dưỡng thì họ sẽ ghi nhớ trong lòng và sẽ biến thành thù hận. Hiện tại, họ không có năng lực đối kháng lại nhưng đến khi có năng lực, họ sẽ gây ra rất nhiều chướng ngại cho bạn. Khi họ chưa có năng lực, họ ôm lấy mối thù hận và khi có năng lực, họ sẽ tìm đến để gây phiền phức. Đây là một việc vô cùng thống khổ. Cho nên Phật Bồ Tát dạy chúng ta rằng khi sống ở thế gian này, quan trọng nhất là không nên kết oán thù với người.”***

Kết oán thù với người sẽ rất phiền phức. Đời này họ chưa gây phiền nhưng đời sau họ sẽ kiếm chuyện. Câu chuyện về Ngài Ngô Đạt Quốc sư là một bài học cho chúng ta. Đương thời, Tiều Thố không thể thắng được Ngô Đạt nên tự vẫn, sau đó Tiều Thố ôm mối hận nên đi theo Ngô Đạt 10 đời. Trong đó, Ngô Đạt có 9 đời là cao tăng nên Tiều Thố không cách gì hại được. Đến đời thứ 10, khi nhà vua tặng ghế ngồi bằng trầm hương cho Ngô Đạt, Ngô Đạt vừa khởi tâm danh lợi thì Tiều Thố liền xuất hiện, làm thành mụn ghẻ ăn thịt trên đầu gối của Ngô Đạt. Thịt ở khu vực có mụn ghẻ dần dần mất đi.

Người thông thường không hiểu đạo lý này nên trong vô tình hoặc cố ý vẫn đắc tội, vẫn kết oán thù với người. Cho nên ngay trong đời này, bạn muốn làm sự việc gì thì

nơi nơi bạn đều gặp chướng ngại. Vì sao người khác không gặp chướng ngại mà bạn lại gặp? Vì sao người ta đi đâu làm việc cũng có người bằng lòng giúp đỡ, còn chúng ta đi đâu làm việc cũng có người gây chướng ngại? Việc này, chúng ta phải phản tỉnh mới nhận ra. Đây là do kết oán thù quá nhiều, oan gia trái chủ quá nhiều! Nếu chúng ta tạo cảm tình, ban phát ân đức, ân huệ cho người nhiều thì chúng ta đi đến đâu cũng có người ủng hộ. Tôi thể hội sâu sắc việc này! Có nhiều nơi tôi kết duyên lành từ trước nên khi tôi đến, người ta gặp lại mình là gặp ân nhân nên họ nghĩ cách để đền đáp. Ngược lại, nếu chúng ta đi đâu đó, gặp lại những người chúng ta từng kết oán, họ coi chúng ta là kẻ từng gây đau khổ cho họ, là kẻ thù của họ thì chúng ta sẽ gặp phiền phức!

Cho nên, Hòa Thượng khẳng định Phật Bồ Tát dạy chúng ta sống ở thế gian không nên kết oán thù với người. Ngài nói: ***“Nếu không thể ban phát ân huệ cho người thì không nên kết oán thù với người! Oan nghiệp mà bạn đã tạo trong quá khứ nếu hiện tại không thay đổi, không sám hối thì tiền đồ của bạn sẽ vô cùng khó khăn. Có những người ngay khi họ có quyền lực, địa vị, họ dễ kết oán thù với người. Oán thù càng kết càng sâu hơn, do đó, phiền phức không thể nào nhỏ được!”***

Có những người luôn gặp sự thuận lợi may mắn, còn chúng ta thì không may. Tại sao vậy? Vì nghiệp chướng nhiều đời nhiều kiếp quá nặng mà chúng ta lại không chịu sám hối, không chịu hóa giải. Chúng ta hiểu rằng người có quyền lực, địa vị dễ kết oán thù với người và cũng rất dễ ban ân huệ, dễ tạo thiện cảm với người. Đối với họ, tu phước hay tạo oán thù đều rất dễ. Thế nhưng thực tế hiện nay, con người đang không biết ban phát ân huệ mà thích gây oán thù. Tại sao vậy? Tại vì khi có quyền và tiền, tâm ngạo mạn của con người thường to lớn. Luôn là ***“Mục hạ vô nhân”*** – trong mắt không có người nào.

Hòa Thượng bổ sung thêm một ý nữa: ***“Chúng ta quan sát kỹ mà xem người hay ưa thích nóng giận, dễ dàng nổi nóng và người hay kết oán thù với người chắc chắn có tiền đồ không lớn.”*** Chúng ta hãy quán sát xem chúng ta có những tập khí này không? Nếu có thì hãy mau mau cải đổi! Con người chúng ta thường có những thành kiến, làm chấp không cần thiết. Hòa Thượng từng dạy chúng ta không nên mang một kiểu cách, cách thức của mình đến một nơi nào đó. Chúng ta phải biết hòa mình mới tạo nên một sự liên kết, một cộng đồng để có thể làm lợi ích cho chúng sanh. Học Phật là để giúp chúng sanh! Chính mình giải thoát là đương nhiên nhưng quan trọng hơn, sứ mạng của chúng ta là phải tiếp độ cho chúng sanh, giúp ích cho chúng sanh. Là người học Phật mà để người khác nhìn thấy hình tướng của mình, liền bỏ chạy, vậy thì, chúng ta còn độ được ai?

Trong buổi Dạ Tiệc Ấm Áp tại Xinh-ga-po, Hòa Thượng mời thành viên chín tôn giáo khác nhau đến tham dự. Ngài không tổ chức tiệc chay, hay tiệc với món ăn không có hành tỏi. Nếu tổ chức như vậy sẽ không có ai đến nên khi những vị khách quý này đến, họ thích ăn món gì, thích nhà hàng nào, Dạ tiệc sẽ mời nhà hàng đó đến nấu cho

họ ăn. Chính vì cách làm này mà người ở chín tôn giáo đều vui vẻ, hòa vui. Anh ăn thịt của anh, tôi ăn chay của tôi. Không hề có chướng ngại! Làm gì có chuyện vì anh ăn thịt nên tôi không chơi với anh. Chúng ta không độ được ai, lại còn gây chướng ngại cho người. Đây là việc không thể được!

Hòa Thượng từng nói trong các bài học rằng: “*Người chân thật tu hành, có thành tựu thì càng khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường, dễ gần gũi*”. Họ đạt được hàm dưỡng đạo đức cao thì họ càng có thành tựu. Họ khiêm cung, khiêm nhường, khiêm kính nên khéo léo đối đãi với tất cả mọi người. Người tạo nên sự lập dị, tạo nên sự khác biệt sẽ không có cơ hội độ sanh, không thể tiếp cận được người, sẽ cách xa người đến ngàn dặm. Chúng ta phải hòa với người mới độ được người. Khi về quê dự tiệc, bản thân tôi đều là người bắt đầu câu chuyện đến khi kết thúc câu chuyện, chủ đề thường là vấn đề giáo dục con cái. Khi ăn, tôi không nói là tôi không ăn thịt. Nếu nói ra thì có thể họ cảm thấy có chướng ngại, cảm thấy mình là Thánh Hiền, họ là phạm phu, hoặc họ coi chúng ta là người quái lạ, vậy thì không thể gần gũi. Chúng ta cũng không nên bắt ai đó khi gặp chúng ta phải ăn chay. Cho nên, muốn độ chúng sanh, phải tạo được cơ hội tiếp cận chúng sanh.

Tại trại hè, có người nói rằng nên có thêm món trứng cho các em. Tôi cho là bình thường vì quan trọng là chúng ta phải mang được chuẩn mực đạo đức đến để các em nhỏ nghe được, để các em lấy đó làm hành trang đối nhân xử thế tiếp vật đúng mực. Cho nên chấp trước là không cần thiết, không nhất thiết đến đâu cũng bắt người khác phải giống mình. Tuy nhiên, người chấp trước nhiều nhất lại chính là người học Phật! Chúng ta trong thời khóa tu hằng ngày vẫn nói: “*Chúng sanh vô biên thế nguyện độ. Phiền não vô tận thế nguyện đoạn. Pháp môn vô lượng thế nguyện học. Phật đạo vô thượng thế nguyện thành*”. Chúng ta có thế nhưng không làm.

Chúng ta thế với Phật là phải thành Phật mà bây giờ chúng ta phải đi ngủ cái đã. Vô lượng vô biên chúng sanh là vô lượng vô biên căn tánh, vô lượng vô biên mức độ hiểu biết khác nhau, nếu chúng ta chấp trước thì không thể tiếp cận chúng sanh nên không thể độ được chúng sanh. Vì vậy sự phát thế hằng ngày của chúng ta với Phật “*Chúng sanh vô biên thế nguyện độ*” chỉ là giả dối. Cho nên Hòa Thượng nói hằng ngày bạn gặt Phật hai, ba lần, sáng gặt một lần, tối gặt một lần.

Hòa Thượng chỉ dạy: “***Bạn xem một người chân thật làm được đại nghiệp, thì họ đối với người, đối với vật, đối với việc rất khiêm kính, hoàn toàn khác với người thông thường.***” Theo Hòa Thượng, người càng khiêm hạ, càng hòa kính thì mọi việc với họ đều thuận lợi, không chướng ngại. Tuy nhiên chúng ta phải biết rằng người có trí tuệ mới có thể sử dụng sự hòa ái, hòa kính một cách hợp tình hợp lý, nhờ đó sự hòa ái, hòa kính mới phát huy tác dụng. Nếu sử dụng không hợp lý có thể sẽ gây họa hại.

Người khiêm kính khác với người thông thường. Người thông thường làm việc gì cũng dính mắc, chấp trước, bắt mọi người làm theo cách của chính mình. Người như

vậy không thể tiếp cận gần gũi chúng sanh, không có cơ hội độ chúng sanh. Cho nên muốn làm mọi sự hanh thông, chúng ta phải gieo ân đức, kết duyên lành với người. Ví dụ chúng ta kết duyên lành với người ở vùng sâu, vùng xa nhưng duyên lành ấy lại tạo nên một duyên lành mới nơi thành thị ...v...v. Hoặc có những duyên kết rất lâu rồi nhưng chúng ta lại không nhớ, đến một ngày gặp lại, những người nhận ân huệ ấy lại đứng ra gánh vác công việc. Cho nên Phật Bồ Tát dạy chúng ta nên kết duyên lành với mọi người. Thế gian này rất hiểm ác, chúng ta không thể oán thù bằng họ đâu! Khi chúng ta kết oán với họ, họ sẽ sẵn sàng tìm cách báo thù chúng ta một cách tàn độc. Nếu chúng ta không ban phước lành được cho người thì chúng ta đừng nên kết oán thù với người.

Tu học Phật pháp chính là để đối trị với tập khí phiền não, đặc biệt là tâm sân hận. Người bị não phiền bởi tâm sân hận của chúng ta chỉ bị thiệt hại 3% còn chúng ta, khởi tâm sân giận sẽ tổn hại đến 7%. Người nghiệp chướng nhiều đời nhiều kiếp đã nặng rồi mà không biết sám hối, không biết thay đổi lại còn tạo thêm nghiệp mới, tức là tạo thêm oan gia trái chủ thì theo Hòa Thượng: *“Bạn không bị chướng ngại thì ai bị chướng ngại”*. Cho nên chúng ta biết rằng chướng ngại là do chính mình tạo ra chứ không phải có ai tự nhiên tìm đến gây chướng ngại cho chúng ta.

Tu dưỡng hằng ngày là phải biết sám hối. Sám hối là sau khi nhận biết được lỗi lầm thì không để lặp lại lỗi cũ. Nếu để lỗi cũ lặp lại thì chưa phải là sám hối. Chúng ta phải hiểu đạo lý này! Chúng ta không nên ngày ngày tạo tội rồi đi sám hối, sám hối rồi ngày ngày lại đi tạo tội, tạo tội rồi rửa tội, rửa tội rồi lại tạo tội. Chúng ta phải thay đổi, tự làm mới! Hãy quán sát xem chúng ta có thay đổi không hay vẫn bộ cũ soạn lại. Hằng ngày, phải chăng chúng ta vẫn lười biếng, chểnh mảng, nhếch nhác? Thay đổi tự làm mới là hoàn toàn mất đi hết tập khí cũ trước đây. Mọi hành động việc làm, khởi tâm trước đây cũng không còn, thay vào đó là mọi thứ hoàn toàn mới. Trước đây ảo danh ảo vọng, tự tư tự lợi thì nay không còn ảo danh ảo vọng, tự tư tự lợi nữa. Có như vậy, mới là chân thật thay đổi bản thân trong hiện tại, nhờ đó giúp thay đổi vận mạng.

Con người chúng ta luôn phải phản tỉnh. Hôm nay có tốt hơn hôm qua không? Năm nay có tốt hơn năm trước không? Không tốt hơn thì phải xem lại. Đây mới là phản tỉnh, mới là thay đổi, mới là sám hối! Nếu hằng ngày vẫn để tập khí xấu ác dần dần mọi hành động lời nói, đối nhân xử thế, khởi tâm đông niệm, mà không hề thay đổi, thì đời sống sẽ càng lúc càng xấu đi, mọi sự mọi việc, nơi nơi đều có chướng ngại. Những loại người đó khi gặp chướng ngại thì thường bỏ cuộc. Vì sao? Vì họ không chịu làm mới, không chịu thay đổi nên không biết cách để vượt qua. Ngược lại, người biết thay đổi, biết làm mới nên họ biết cách khắc phục, vượt qua chướng ngại.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng nhấn mạnh con người ở trong thế gian thứ nhất là không nên tạo oán thù với người vì tạo oán thù thì bị người ta tìm cách gây chướng ngại, thứ hai là người nào ưa thích tức giận, dễ dàng khởi tức giận thì sẽ dễ dàng kết

oán thù với người. Việc thứ ba là không chịu oán thù, không chịu thay đổi tự làm mới nghiệp chướng nhiều đời. Ba việc này mà vương phải thì chướng ngại sẽ trùng trùng. Nếu chúng ta biết, chúng ta có thể tránh, có thể làm nó giảm bớt được.

Hòa Thượng nói chúng ta càng khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường, chúng ta càng hòa kính thì chúng ta càng không kết oán với người. Tự cao, tự đại, ngông cuồng ngạo mạn, tự cho mình là biết mới dễ kết oán thù. Cho nên phải cẩn trọng! Hằng ngày đối nhân xử thế tiếp vật phải luôn nhớ rằng nếu không gieo ân đức hay ban an lành với người thì đừng bao giờ kết oán thù. Một khi oán đã kết thì ngày mai họ sẽ tìm chúng ta để báo oán, trong tương lai, chúng ta sẽ gặp chướng ngại. Nơi nơi kết oán thù thì nơi nơi sẽ gặp chướng ngại.

Trên tinh thần của Bồ Tát đạo, không kết oán với người là để chúng ta giúp chúng sanh không gặp chướng ngại, giúp chúng sanh đạt được lợi ích từ nơi việc làm của chính mình. Không kết oán thù với người để người không gây chướng ngại mà còn đến cùng hỗ trợ, đồng hành với chúng ta làm lợi ích cho chúng sanh được lớn hơn. Chứ không phải là không kết oán với người để mọi việc của mình được hanh thông, thuận lợi. Đây là tâm nhỏ bé.

Chúng ta phải biết cách hòa mình vào trong xã hội hiện đại để có thể giúp ích chúng sanh, để có thể mang giáo huấn của Phật Bồ Tát đến cho mọi người nghe. Tuy là hòa mình nhưng chúng ta phải có chuẩn mực, có những giới hạn tối thiểu chứ không tùy tiện. Không có chuẩn mực thì không thể được! Thế gian đã không có chuẩn mực, luôn vượt qua hết chuẩn mực mà chúng ta hòa cùng với họ thì người thế gian sẽ không biết chỗ nào để nương về, chỗ nào để nhìn vào./.

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!