

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 29/07/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 147: Chính mình phải biết chuyển đổi tập khí phiền não

Nếu chúng ta học Phật, tu hành mà không biết “*chuyển đổi*” tập khí phiền não của bản thân thì sẽ không thu hái được kết quả, sẽ như Ngài Lý Bình Nam từng nói: “*Đáng đọa lạc, đáng luân hồi như thế nào thì đọa lạc, luân hồi như thế đó*”. Ngoài việc “*chuyển đổi*” tập khí phiền não xấu ác thì người học Phật phải biết “*chuyển đổi*” hoàn cảnh thuận và nghịch mà mỗi người đang đối diện hằng ngày. Nếu không làm được thì thuận cảnh sẽ đắm chấp và nghịch cảnh sẽ ghét bỏ.

Thật ra, nghịch cảnh dễ làm cho con người phản tỉnh còn thuận cảnh lại khiến chúng ta bất tri bất giác, không còn một chút cảnh giác nào. Trong cuộc sống hiện tại này thuận cảnh nhiều hay nghịch cảnh nhiều? Để có được thuận cảnh phải là do thiện căn phước đức nhân duyên vô cùng to lớn, nhờ đó cuộc sống được sắp xếp an bài tốt đẹp. Ngược lại, phước đức, nhân duyên kém thì cả cuộc đời này sẽ không được may mắn.

Con người sống trên thế gian này cần phước. Không có phước thì cả đời lận đận. Người không có phước lại không biết tạo phước thì cuộc đời của họ đã thảm rồi lại còn thảm hơn. Hôm trước, giữa một thành phố hào nhoáng ở nước ngoài, tôi nhìn thấy một mảnh đời khốn khó, đó là một cụ già đi xe đạp đến mua đồ tại siêu thị. Cụ mua rất dè dặt, chỉ một nhúm thịt mỡ chưa được 50 gram và rất ít đồ nữa. Tôi cảm thấy cụ không có người chăm sóc, rất khốn khó và thêm vài năm nữa, cụ già hơn thì sẽ ra sao?

Hay có một gia đình trước đây là doanh nghiệp giàu có nhưng không ai biết tu, đến nỗi gia nghiệp bị sụp đổ khiến cả nhà phải đi làm thuê, bán hàng ở siêu thị. Tuy vậy, ý niệm tu phước, tích phước trong họ vẫn không hề có bởi không có người dạy họ. Hiện tại là tay làm hàm nhai, rồi viễn cảnh tương lai khi vợ chồng già không đủ sức khỏe thì ra sao? Tuy nhiên, họ có một người con trai rất hoạt bát và hiền từ, quản lý hai cửa hàng cho ông chủ bà chủ. Khi tôi đến thăm, người chủ đã nói với tôi rằng: “*Cậu thanh niên này rất tốt!*” Chỉ cần sống tốt như vậy thôi mà ông chủ đã cho cậu ở trên một căn hộ chung cư cao cấp không tốn một đồng nào.

Câu chuyện cho thấy con người sống nhờ phước. Nếu không có phước thì mọi sự mọi việc sẽ đưa chúng ta đến tận cùng. Cho nên chữ “*chuyển đổi*” ở đây chính là “*chuyển đổi*” tập khí xấu ác của bản thân cũng như thay đổi hoàn cảnh sống của chính

mình. Người xưa nói: “*Con người sống ở đời, có đến tám, chín phần là việc không vừa ý*” tức là thuận cảnh, thiện duyên thì ít mà nghịch cảnh, ác duyên thì nhiều.

Nếu đời này, gặp được thuận cảnh thiện duyên thì đó chính là nhiều đời nhiều kiếp chúng ta đã có tu tích phước báu, do đó, thiện căn phước đức nhân duyên không hề nhỏ. Từ đây, chúng ta càng nên trân trọng và biết cách tái tạo phước báu. Người không hiểu đạo lý này thì cứ ngỡ những thuận cảnh thiện duyên mình đang được hưởng là do chính mình có tài và chỉ cần có tài là có tất cả. Ý niệm này sai rồi!

Hòa Thượng từng chỉ dạy là hằng năm có rất nhiều tiền sỹ kinh tế ra trường trên toàn thế giới, thế nhưng, những người đó có phát tài không hay là đa phần đều là đi làm công cho người ta? Hòa Thượng cũng nhắc đến một vị đại gia nổi tiếng ở Đài Loan nhưng ông chỉ học hết trung cấp còn nhiều vị tiền sỹ nổi tiếng thì làm nhân viên của ông. Cho nên thấu hiểu chân tướng này thì chúng ta sẽ hiệu đính lại hành động việc làm và khởi tâm động niệm của mình.

Chúng ta hãy tự quán sát xem vì sao người ta đi đâu cũng gặp thuận duyên, thuận cảnh, còn chúng ta đi đâu cũng gặp nghịch cảnh, ác duyên? Hãy quán sát để tìm nguyên nhân, tìm cách giảm bớt các ác duyên, nghịch cảnh, tìm cách tăng thêm thiện duyên, thiện cảnh. Hòa Thượng đi đến đâu Ngài đều lạy Tam Bảo, lạy trụ trì, kết duyên với trụ trì và lạy đề hồi hướng kết duyên với chúng sanh ở khu vực đó.

Mấy ngày hôm trước, ở Malaysia, khi lạy Phật xong tôi cũng hồi hướng cho các chúng sanh ở các tầng không gian thuộc đất nước này. Đây là chính mình đang kết thiện duyên với người, làm như thế không phải để mong cầu có thuận duyên mà việc hồi hướng ấy xuất phát từ tâm chân thành. Cho nên không biết kết duyên lành với chúng sanh nên không thường gặp thiện duyên. Đi đến đâu cũng nên nghĩ đến việc làm tốt nhất cho người và các chúng sanh ở nơi đó. Mình vì họ thì họ cũng vì mình mà lo nghĩ.

Hòa Thượng nói: “***Trong xã hội hiện đại này, khách quan mà nhìn, thì đại khái nghịch cảnh, ác duyên, e rằng chiếm đến 90%, còn thuận cảnh, thiện duyên chỉ chiếm 10%.***” Việc này có nguyên nhân! Là vì con người sống ở đời gần như là tự tư tự lợi, ý niệm hưởng thụ không ngừng nghỉ. Hôm qua, hai ông bà thông gia đi một chiếc xe tiền tôi ra sân bay. Tôi nói rất nhiều đạo lý và cảm nhận những điều mà tôi nói với họ, họ thấy rất mới, rất lạ lẫm. Chúng ta ngày nay đang tích cực làm giáo dục chuẩn mực Thánh Hiền tức là giáo dục lòng tri ân, báo ân chính là đang giáo dục phần gốc. Những hô hào bảo vệ trái đất ngày nay mà người ta đang phát đi chỉ là phần ngọn. Cho nên chúng ta đi đến đâu cũng quán sát để mà thấy rằng chúng ta có phước hơn rất nhiều người khác.

Việc chúng ta nên làm là người học Phật, học chuẩn mực Thánh Hiền đi đến đâu cũng phải tô son thếp vàng lên hình tượng Phật, hình tượng Thánh Hiền. Muốn vậy, đi đến đâu cũng sống tốt, cũng sống vì người mà lo nghĩ. Trước khi từ Malaysia trở về,

đoàn chúng tôi dọn phòng rất sạch sẽ, chúng tôi chào hỏi người bảo vệ cẩn kẽ và không quên tặng cho anh ta một ít tiền. Khi chúng tôi lên xe, anh ấy còn đứng bên dưới vẫy tay chào như thể “*tiễn người đi, hơn trăm dặm*” vậy.

Chỉ một hành động nhỏ như vậy mà anh ta rất vui, thật sự không ai đối xử với anh ta như vậy. Đúng là, chỉ cần chúng ta mang chuẩn mực của Phật Bồ Tát Thánh Hiền thực tiễn vào đời sống từ những việc nhỏ thì đã tạo nên một sự khác biệt. Cho nên đành rằng 90% những điều trong cuộc sống của chúng ta đều là ác duyên nghịch cảnh, thế nhưng chúng ta phải biết “*chuyển đổi*”.

“*Chuyển đổi*” từ ngay nội tâm, thuận duyên thuận cảnh cũng tốt mà nghịch duyên nghịch cảnh cũng tốt vì tất cả thuận nghịch đều là hoàn cảnh để chúng ta tu hành. Nếu gặp thuận cảnh thì phải hết sức thận trọng, tránh khởi tâm tham luyến, ưa thích, phải hết sức đề dặt khi tiếp nhận mọi sự đãi ngộ. Tùy tiện hưởng dụng là sai. Nếu gặp nghịch cảnh thì cố gắng đừng để tâm cảnh khởi sân si, cũng không khởi sự chối bỏ, né tránh.

Chúng ta nên hiểu rằng đã tạo nhân rồi thì nhất định phải nhận quả. Nếu hôm nay không trả thì ngày mai nhất định sẽ phải trả. Đời này không trả thì đời sau vẫn phải trả. Hòa Thượng nói: “***Người đọc sách Thánh Hiền có tu dưỡng thời xưa, đại khái, trong đời sống của họ, không đến nỗi rơi vào trạng thái có tới 90% nghịch cảnh ác duyên. Họ có thể đạt được 50% là thuận cảnh thiện duyên và 50% là nghịch cảnh ác duyên. Người tu hành có công phu hơn thì thuận cảnh thiện duyên sẽ chiếm đến 70-80%. Chỗ này trên Kinh Phật đã nói cảnh tùy tâm chuyển. Mức độ chuyển đổi của tâm đến đâu thì hoàn cảnh bên ngoài sẽ theo đó mà chuyển đổi***”. Nhờ thế, vận mạng của người tu hành có công phu cũng “*chuyển đổi*”.

Hòa Thượng nói: “***Vì sao có thể thay đổi được vận mệnh? Làm sao có thể lìa khổ được vui? Ở đây có một đạo lý rất rõ ràng, chính là cảnh tùy tâm chuyển. Thế gian này khổ và vui không phải là thật. Vì sao? Nếu bạn dùng một thiện niệm thì tự nhiên nó đã thay đổi rồi! Một ý niệm thiện, một ý niệm thanh tịnh đã giúp bạn hoàn toàn chuyển được hoàn cảnh đó!***

“***Trên Kinh Lăng Nghiêm, Phật nói rất hay: “Nhược năng chuyển cảnh tất đồng Như Lai”. Chúng ta hiểu rõ đạo lý này, chân tướng sự thật này thì khi chúng ta sống ở thế gian, không luận là nghịch cảnh ác duyên như thế nào, chúng ta vẫn có thể đem nó chuyển lại. Nghịch cảnh chuyển thành thuận cảnh. Ác duyên chuyển thành thiện duyên. Chính mình phải biết chuyển. Nếu không học được bản lĩnh này thì học Phật đã học một cách uổng phí rồi.***”

Nếu chúng ta có thể “*chuyển đổi*” được hoàn cảnh thì tuy hiện tại đang trong thân tướng của một phàm phu nhưng chúng ta đã vượt qua phạm trù hay cảnh giới của một phàm phu. Phàm phu thì phiền não đang vây khốn còn Phật Bồ Tát thì sống an vui tự

tại. Cho nên nếu chuyển được cảnh tức là chuyển tâm thì chúng ta sẽ không bị khổ đau, bức bách.

Khi tôi mới đến khách sạn ở Malaysia, tôi thấy anh bảo vệ có khuôn mặt đăm đăm, rất nghiêm túc. Sau một hai ngày, tôi cúi đầu chào thân thiện thì khuôn mặt của anh bảo vệ dần ra hoàn toàn. Đến ngày thứ 3, thứ 4 thì anh ta đã dùng thẻ quẹt cho tôi vào cửa. Qua đây, chúng ta thấy khổ vui đều là không thật, hoàn toàn chỉ là ý niệm của chúng ta. Nếu dùng ý niệm thiện để đối đãi với người thì người cũng dùng thiện niệm đối đãi với chúng ta. Đây là điểm đặc biệt cần phải quán chiếu!

Chúng ta nghe thấy ai đó chửi chúng ta và cảm nhận là họ chửi mình, rồi chấp trước nghĩ rằng: *“Tên này thật ngổ ngáo, hỗn láo, dám chửi mình!”* sẽ có kết quả hoàn toàn khác với việc chúng ta cho rằng họ đang chửi ai đó, rồi nghĩ rằng: *“Thế gian có nhiều có tên giống tôi, chắc là họ đang chửi ai, chứ không phải chửi tôi đâu!”*

Chúng ta học Phật là học bản lĩnh *“chuyển đổi”* hoàn cảnh. Tôi từng nói với mọi người và cũng là nói với chính mình rằng: *“Vì sao chúng ta ở trong đạo giải thoát mà không được giải thoát? Chúng ta ở trong đạo an vui mà không được an vui?”* Vì chúng ta không học được bản lĩnh của Phật. Đó là học *“chuyển đổi”* hoàn cảnh, chính là *“chuyển đổi”* nội tâm của chính mình. Nếu học được sự *“chuyển đổi”* này thì dù rằng chúng ta ở chung hoàn cảnh khổ đau phiền não với mọi người nhưng chúng ta sẽ vẫn tự tại, an vui và nhẹ nhàng.

Hòa Thượng nói: *“Nếu chúng ta chân thật học được bản lĩnh chuyển cảnh, có thể thực tiễn được trong cuộc sống này thì ngay hiện tiền, cuộc sống này chính là thanh tịnh, bình đẳng, giác. Hay nói cách khác tất cả mọi lúc mọi nơi, người ta thì tùy thuận theo tập khí phiền não còn chúng ta thì tùy thuận theo tánh đức của chính mình.”* Người ta tùy thuận theo tập khí phiền não thì người ta buồn phiền khổ đau, còn chúng ta thì tự tại, an vui. Đây chính là tùy thuận tánh đức.

Hòa Thượng nói: *“Tánh đức thì chí chân, chí thiện, chí mỹ. Người thế gian gọi là chân thiện mỹ. Người chân thật hữu danh hữu thực thì sẽ chuyển được cảnh giới, còn người hữu danh vô thực thì sẽ không chuyển được cảnh giới. Người hữu danh hữu thực chính là người có chân thiện mỹ thì mới đạt được điểm này. “Phàm sở hữu tướng, giai thị hư vọng” – những gì có hình tướng đều là hư vọng cho nên chúng ta có thể chuyển. Chúng ta dùng cách gì để chuyển đây? Trên Kinh Phật nói “Nhất thiết pháp từ tâm tướng sanh” – mọi pháp đều từ nơi tâm mình. Vậy thì chúng ta liền biết được tâm tướng của chúng ta có thể chuyển.*

“Tâm có thể chuyển rồi thì tại sao bạn không chuyển hết nội tâm này thành thiện pháp? Chúng ta thấy người khác làm ác, làm việc bất thiện đều khởi tâm tức giận. Tạo tội là việc thường tình của phàm phu! Chúng ta hãy nghĩ mà xem, khi chúng ta chưa học Phật thì chúng ta không phải là như vậy hay sao?”

Nếu tâm mình là thuần tịnh thuần thiện thì mọi thứ lưu xuất ra đều là thuần tịnh thuần thiện. Chúng ta đã tổ chức nhiều trại hè trong thời gian qua đều bằng tâm hy sinh phụng hiến. Một khi tâm chúng ta đã chuyển rồi thì mọi thứ sẽ chuyển theo tâm. Tâm này trước kia tự tư tự lợi thì bây giờ “*chuyển đổi*”, không còn tự tư tự lợi mà chỉ có hy sinh phụng hiến, chỉ có dâng tặng, chỉ có phục vụ.

Tâm có thể “*chuyển đổi*” thì tại sao chúng ta không để mọi việc làm của chúng ta đều là việc tốt, đều là thiện pháp, đều chân thật lợi ích cho chúng sanh, không cho bất cứ việc xấu nào chen lẫn? Ảo danh ảo vọng, tự tư tự lợi, ý niệm hưởng thụ năm dục sáu trần, tham sân si mạn là việc thường tình của chúng sanh. Chúng ta không học Phật thì những thứ này trong ta còn ghê gớm hơn người thế gian. Hiện tại đã học Phật rồi mà những tập khí xấu ác này vẫn còn trong ta không ít.

Hòa Thượng nói: “***Khi chúng ta mới học Phật, khoảng 10 năm đầu công phu chưa đủ, chưa khắc phục được phiền não của chính mình nên khi nhìn thấy những việc chướng tai gai mắt thì vẫn còn nổi sân giận. Khi thời gian tu tập được 20 đến 30 năm thậm chí sau 40 năm thì tâm của bạn sẽ bình trở lại.***” Hòa Thượng đang nhắc chúng ta mới tu học được vài năm mà đã muốn làm Bồ Tát. Đây là tâm nóng vội! Trong khi đó, 10 năm mới chỉ là giai đoạn chạy thử, 20 năm mới có một chút nhuần nhuyễn và 30 đến 40 năm sau, mới chân thật chạy tốt. Như vậy phải là 30-40 năm thật làm thì người học Phật mới có được kết quả.

Hòa Thượng tiếp lời: “***Sau khi tâm bạn bình lặng rồi, bạn sẽ nhìn thấy mọi sự mọi việc rất rõ ràng, rất chân thật, cho dù người ta làm những việc tạo nghiệp tà trời thì bạn cũng sẽ không khởi ý niệm sân hận và cũng không biểu hiện ra sự chán ghét. Lúc đó, chúng ta sẽ mặc nhiên tiếp nhận một cách nhẹ nhàng, không hề có biểu cảm tức giận hay vui mừng. Những việc làm bất thiện của chúng sanh, chúng ta sẽ không có một chút biểu cảm. Vì sao vậy? Vì tâm đã bình thì khí đã hòa. Hơn nữa, chúng ta đã thấu hiểu được rằng tất cả đều là nghiệp nhân quả báo và nhân quả thì thông ba đời. Khi chúng ta thấu hiểu điều này,***”

Có người phát tâm rất mạnh mẽ và ảo tưởng rằng mình phát tâm mạnh mẽ là có thể chuyển đổi được hoàn cảnh. Phát tâm rồi nhưng phải cẩn trọng vì thói tâm cũng rất nhanh. Phải cần có một quá trình dài nỗ lực không ngừng để thật làm, thật nghe lời thì mới có thể chuyển đổi. Sẽ không thuận buồm xuôi gió bởi nghiệp chướng vẫn còn đó, đang cản trở sự thay đổi của chúng ta.

Đã có những người không thể làm được việc tốt mà chỉ làm việc xấu, không thể thắng được tập khí mà là nghe theo tập khí. Có khi họ đang nỗ lực làm việc tốt thì tập khí lại dẫn dắt đi làm việc xấu. Vì thế mà không thể thay đổi! Việc này, mỗi chúng ta đều có sự cảm nhận! Biết bao lần chúng ta thề non hẹn biển là phải dậy sớm lúc 3 giờ sáng mà vẫn không làm được. Điều này đúng như Hòa Thượng nói đó là nghiệp lực vẫn thắng nguyện lực. Cho nên nguyện đã phát nhưng không thể thực làm.

Tuy nhiên, dù là thất bại, dù là phải phát nguyện lại cả trăm lần hoặc hơn thì vẫn phải phát nguyện lần nữa, vẫn phải cố gắng chiến thắng chính mình. Không nên vì đã thất bại nhiều lần mà chúng ta tiếp tục để mình thất bại luôn, không sửa đổi làm mới nữa. Người như thế vẫn là tùy thuận nghiệp lực của bản thân, như thế cuộc đời đã xấu càng xấu hơn. Cho nên Hòa Thượng căn dặn chúng ta rằng chính mình phải biết chuyển đổi./.

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!