

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 Chủ Nhật, ngày 14/09/2025.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 193: Sân hận là chính mình hại chính mình

Mỗi chúng ta ai cũng rõ sân hận là hại chính mình nhưng ngày ngày chúng ta vẫn sân hận. Tuy rằng, sự sân hận không phát tác một cách mạnh mẽ, không để lộ hình tướng thô thiển nhưng tập khí này vẫn tiềm tàng một cách sâu đậm, làm chướng ngại việc giải thoát của chúng ta. Muốn vượt thoát sanh tử, vãng sanh Thế Giới Tây Phương Cực Lạc, chúng ta phải chế ngự được Tham Sân Si. Nếu vẫn để tập khí này âm ỉ bên trong nội tâm thì theo Hòa Thượng, đây là một chướng ngại lớn, chẳng những đạo nghiệp không thành mà vãng sanh Tịnh Độ cũng không có cách gì đạt được.

Các Kinh của Tịnh Độ khẳng định tâm tịnh mới tương ưng cõi Tịnh, tâm không tịnh thì không thể tương ưng với cõi Tịnh. Do đó, chúng ta phải thấu hiểu tập khí để đối trị với nó. Các tập khí của chúng ta biến đổi vô số hình thái khác nhau, rất khó nhận ra. Trước đây chúng ta tham tiền, bây giờ không tham tiền nhưng chúng ta lại tham những thứ khác. Áo danh ảo vọng cũng là tham. Cho nên Phật gọi những thứ này là tập khí tức là thứ đã kết tập nhiều đời! Có những người rất muốn thay đổi nhưng không thay đổi được, vẫn làm theo tập khí một cách ngoan ngoãn. Giống như người nghiện, lúc tỉnh thì đều biết hết nghiện là sai nhưng khi nghiện rồi thì làm mọi việc để thỏa mãn cơn nghiện.

Cũng vậy, chúng ta biết tập khí phiền não là sai nhưng khi đủ duyên tập khí vẫn khởi. Lúc làm, chúng ta vẫn biết sai, nhưng chúng ta vẫn cứ làm. Đây là điều đáng sợ! Cho nên thật không dễ dàng để đối trị với tập khí phiền não của mình. Vì sao? Vì còn cộng thêm nghiệp chướng và oan gia trái chủ nhiều đời nhiều kiếp. Cho nên Ta Bà không phải là chốn dễ đùa, chớ nên chủ quan cho rằng mình như thế này là tốt, là vững chắc. Không chừng, cái tốt đã chuyển dịch thành mức độ cực xấu mà không hề hay biết. Lúc này còn phước, còn vượng khí nhưng khi phước hết, vượng khí hết thì oan gia trái chủ liền xuất hiện, chắc chắn chúng ta không có cách gì chống đỡ được! Bởi thế, Hòa Thượng dặn chúng ta ngày ngày cố gắng tích công bồi đức, phải dụng tâm khiêm nhường, khiêm hạ, khiêm kính mà làm chứ không dụng tâm ngạo nghễ.

Người xưa từng dạy: “*Ngạo bất khả trường*” nghĩa là đừng để tâm ngạo mạn lớn dần. Tuy nhiên, con người thế gian chỉ cần một chút thành tựu, tài năng thì họ liền ngạo mạn. Thế gian còn tán thán cho rằng người tài nên được quyền ngạo mạn. Phật Bồ Tát Thánh Hiền thì không như vậy! Càng thành đạt, càng thành tựu, càng làm nhiều việc lợi ích chúng sanh thì càng khiêm cung, khiêm hạ, khiêm kính đối với tất cả người, với sự vật, sự việc. Đấy mới là người biết dụng công, dụng tâm!

Trong bài học này, Hòa Thượng nhắc đến câu chuyện về dòng họ Thích bị đồ sát trong lúc Thích Ca Mâu Ni Phật còn tại thế. Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên thừa với Phật phải có cách để ngăn chặn trận đồ sát này. Mục Kiền Liên là thần thông đệ nhất chỉ phẩy tay là có trận cuồng phong để bay hết mọi thứ. Tuy nhiên, Thích Ca Mâu Ni Phật nói Ngài không có cách gì thay đổi được định nghiệp của chúng sanh. Cho nên dòng họ Thích phải chịu khổ báo.

Những nhân duyên nhân quả tương quan với nhau một cách mật thiết. Dòng họ Thích lúc đó hoang đường, cho rằng mình là dòng cam giá, cao quý nhất, nên đã đem một đứa con gái rất xinh đẹp là con của một người hầu, giai cấp Thủ Đà La - giai cấp nô lệ gả cho vua nước láng giềng. Do đó, mẹ của vua Tỳ Lưu Ly chính là người hầu. Vào thời kỳ này, sự phân biệt giai cấp diễn ra rất khắc nghiệt cho nên khi vua Tỳ Lưu Ly về thăm quê ngoại thì bị người ở quê ngoại khinh khi ra mặt, từ đó vua Tỳ Lưu Ly mang tâm uất hận.

Mặt khác, trong đời quá khứ lâu xa về trước, dòng họ Thích là dân của một làng chài và Tỳ Lưu Ly cùng quân lính là đàn cá trong ao lớn bị dân làng bắt hết. Nhân duyên quả báo không phải từ một đời mà liên thông với nhau ba đời Quá Khứ, Hiện Tại, Vị Lai. Trên Kinh Nhân nói: *“Muốn biết nhân đời trước xem quả báo đời này”*. Chúng ta sanh ra có thân tướng tốt đẹp ra sao, thiếu kém hay đầy đủ các căn, thông minh trí tuệ hay ngu dốt, được sinh ra trong một gia đình nghèo khổ hay giàu có? Tất cả những điều đó đều do quá khứ chúng ta đã tạo. Cũng vậy, *“Muốn biết quả tương lai, xét nhân gieo hiện tại”* nghĩa là để biết tương lai chúng ta thọ nhận điều gì, chỉ cần nhìn vào việc làm hiện tại của chúng ta.

Hiểu được điều này rồi, chúng ta mới biết rằng việc đi xem bói hay cầu thần đều oan uổng lãng phí. Một nhà địa lý đến với gia chủ để giúp họ giải quyết mọi vướng mắc trong gia đình. Nhà địa lý đã nỗ lực nhưng việc vẫn còn dây dưa không dứt, cuối cùng nhà địa lý mới rằng: *“Tôi đã làm hết mọi việc rồi, chỉ cần gia chủ phải có phước nữa mới thành công.”* Nếu biết thế này, có lẽ, ban đầu gia chủ dùng luôn tiền thuê thầy phong thủy, thuê thầy địa lý mà tu phước, tạo phước như cứu trợ thiên tai, trợ giúp bệnh viện, cung cấp thuốc men, cơm áo cho người cơ nhỡ hay tặng xe cho các trẻ vùng cao.

Coi bói, nghe người phán vu vơ còn rước phiền não vào thân. Có người gọi điện kể cho tôi biết rằng hôm ấy cơ quan mất điện, không biết làm gì nên họ rủ nhau đi coi bói. Cô này được thầy bói đoán là chồng có vợ nhỏ, thế là, cô trần trố cả đêm, rồi buồn vu vơ. Vậy tự dưng bản thân đang yên đang lành, đi coi bói về, liền rơi vào trạng thái buồn bã, đêm không chợp mắt được.

Bản thân tôi, cách đây mười mấy năm bác sỹ tim mạch đã nói với tôi rằng: *“Thầy có biết, thầy sẽ chết bất cứ lúc nào không?”*. Bất cứ ai đang mắc bệnh tim mà nghe được lời nói này từ bác sỹ, vậy họ có thất kinh hồn vía không? Phật đã nói với chúng ta từ rất lâu rồi, con người sanh ra trên cuộc đời này đều đã mang một bản án tử rồi, không ngày

mai thì cũng vài ngày nữa, hoặc vài năm, vài chục năm nữa, không ai thoát được. Điều bác sỹ nói về cái chết là việc đương nhiên cho nên chúng ta nghe phải hết sức tỉnh táo. Giống như thầy bói đoán chúng ta “*Sinh con đầu lòng chẳng gái thì trai*”.

Câu chuyện Tỳ Lưu Ly và dòng tộc Thích Ca là lời nhắc nhở thiết thực với chúng ta. Ngay đến Thích Ca Mâu Ni Phật là người của dòng họ Thích thế mà ngài không can thiệp được vào định nghiệp của dòng họ Thích. Cho nên ông tu ông đắc, bà tu bà đắc, ai tu người nấy đắc. Mỗi người phải tự nỗ lực. Chúng ta làm dùm cho người thân nhưng phải thật thành tâm thành ý thì người thân cũng chỉ hưởng được 1 phần công đức. Cho nên đừng nghĩ rằng khi chết rồi, ai đó sẽ làm phước cho chúng ta. Con mình làm ư? Chồng mình làm ư? Vợ mình làm ư? Hay những người thân làm cho mình. Rất khó! Vậy tại sao mình không tự làm. Người ta làm cho mình thì chỉ được 1 phần công đức, trong khi tự làm, chúng ta được cả 7 phần công đức, như thế có thiết thực hơn không?

Chúng ta xem lại xem, con cái mình hiện giờ ra sao, tương lai chúng có vì mình mà làm không? Chắc chắn là khó rồi! Mọi người tự tạo nghiệp lực thì phải tự gánh lấy. Hay nói cách khác gieo nhân nhất định gặt quả, vậy thì tại sao không gieo nhân tốt mà lại gieo nhân xấu, làm những việc trái với đạo nghĩa, ân nghĩa, tình nghĩa làm gì? Tại sao chúng ta làm những việc đó? Là vì mưu cầu danh lợi. Tiền tài danh lợi là thứ không thật, có người tiền nui mà vẫn buồn phiền, bức bách và khổ đau, không cách gì giải tỏa được, vậy mà chúng ta lại nghĩ ra đủ cách để tìm cầu, để rồi tạo nghiệp.

Thành kính như Đại sư Liên Trì đi ba bước lạy một bước đến cầu pháp từ Hòa Thượng Biển Dung mà chỉ được Ngài dạy một câu nói đơn giản là: “*Này Thanh Niên kia! Đừng để danh lợi hại chết!*” Danh lợi tạo nên biết bao ác nghiệp để rồi phải gánh lấy quả báo như dòng tộc Thích Ca. Ngay khi Phật tại thế, dòng tộc họ Thích vẫn bị tàn sát. Khi quân của Tỳ Lưu Ly đến, quân binh của thành Ca Tỳ La Vệ tuy yếu nhưng lại ngạo nghễ bởi họ cứ ngỡ mình là dòng tộc cao quý, đất nước của mình hùng cường nên họ sống hoang đường và hưởng thụ. Khi quân của vua Tỳ Lưu Ly đến, họ không có đường chạy thoát.

Hòa Thượng nói: “***Dòng họ Thích Ca cùng với gia tộc của Vua Tỳ Lưu Ly đã kết một oán thù từ nhiều đời.***” Đời trước đã kết nên khi nhân duyên chín muồi, chắc chắn sẽ có ngày phải gặp. Hòa Thượng từng nói rằng chúng ta không biết mình đã tạo điều gì trong quá khứ, việc ác có, việc thiện có và nghiệp ác thì nhiều mà nghiệp thiện thì ít. Cuộc đời hiện thực sẽ là duyên kết nối giữa thiện nghiệp và ác nghiệp. Vậy thì, ngay đời này, chúng ta tích cực làm việc tốt, toàn tâm toàn lực làm việc thiện lành, hy sinh phụng hiến, chí công vô tư thì sẽ kết nối với thiện nghiệp trong quá khứ. Nếu đời này tiếp tục tạo nghiệp ác thì cũng là duyên để kết nối ác nghiệp quá khứ. Trong đời này chúng ta cố gắng vừa làm việc thiện lành, vừa tích cực tu hành để đối nghiệp vãng sanh, mang nghiệp cũ để vãng sanh. Không bao giờ có chuyện chúng ta tà tà tạo nghiệp rồi tà tà vãng sanh.

Hãy suy xét lại ai là người hại chúng ta, có phải là chính mình hại chính mình không? Ví dụ như muốn vào cõi người thì phải tu tốt năm giới 10 thiện. Cho nên nếu chúng ta không tu tốt năm giới thì chính mình không vào được cõi người, vậy ai là người hại mình? Người ta hại mình thì không sao mà ở đây là chính mình hại mình. Nếu đã hiểu được điều này rồi thì chúng ta sẽ đề cao cảnh giác với sự sai sử của các tập khí xấu ác.

Hòa Thượng nói: **“Chúng ta học Phật, nhất định không nên kết oán thù với ai, cho dù người ta có chỗ không tốt với mình, mình cũng không nên ghi nhớ”**. Phật Bồ Tát là người không có kẻ thù. Nếu có kẻ thù thì nhất định sẽ oan oan tương báo. Các Ngài không có kẻ thù nên không có oan oan tương báo. Tổ Ấn Quang từng chỉ bảo rằng: **“Kiến thành tự khả chuyển phàm tâm”** nghĩa là dụng tâm chân thành trong mọi sự mọi việc thì sẽ chuyển được tâm phàm phu, mà tâm chuyển rồi thì hoàn cảnh xung quanh cũng sẽ chuyển, mọi sự mọi việc không có chướng ngại, không có đối đầu. Khi chúng ta thật làm điều này mới thật có kết quả!

Hằng ngày chúng ta tu hành chính là đang đối trị với tập khí của chính mình. Có người một ngày tụng năm, ba bộ Kinh, lạy vài ngàn lạy nhưng không đối trị được tập khí thì họ vẫn là y nguyên, không hề thay đổi. Hôm trước, một nhóm người đến thăm tôi, thường xuyên nhập thất mà phiền não, tham sân si vẫn trùng trùng. Họ đã hỏi tôi về việc này! Họ chưa tìm cách thay đổi tham sân si, ngạo mạn, ngày ngày họ không dụng tâm khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường để đối nhân xử thế tiếp vật. Hằng ngày họ vẫn cảm thấy mình có tu, mình làm được việc, làm được lợi ích cho nhiều người mà sao đãi ngộ của người ta đối với mình quá ít. Chính suy nghĩ này khiến tập khí xấu ác của họ trỗi dậy.

Cho nên hơn hết, chúng ta phải đối trị với tập khí, nếu không đối trị được thì mọi việc làm của chúng ta sẽ trở thành những thứ hại chết chính mình. Hòa Thượng từng nhắc đến cụm từ **“Tự dĩ vi thị”** để nhắc chúng ta nếu **“Tự cho mình là người khá lắm, được lắm rồi, làm nhiều công trạng rồi”** thì đó là điều sai lầm. Ấn tổ dạy rằng: **“Xem thấy tất cả chúng sanh là Bồ Tát, chỉ có riêng ta là phàm phu, ít tu, phước mỏng, nghiệp dày”**. Thật vậy, cho dù chúng ta làm được nhiều việc thì phải dụng tâm khiêm cung, khiêm hạ, khiêm nhường, xem chúng sanh là Bồ Tát chỉ có ta là phàm phu. Nếu dụng tâm này tu hành thì nhất định, chúng ta sẽ thành công.

Thậm chí, nếu chúng ta dụng tâm này mà sống ở thế gian, luôn thấy mình là người chưa đủ đức, đủ tài, luôn khiêm nhường học tập, cầu tiến bộ thì chúng ta cũng được người người trọng dụng nể vì, sẽ là Hiền nhân, Quân tử. Ngược lại, dụng tâm ngạo nghễ, ngạo mạn, luôn cho mình hơn người thì cũng là lúc chính mình hại mình. Đến lúc người ta không cần mình nữa thì người ta sẽ bỏ mình.

Con người thường đến lúc khổ đau, trong tam đồ ác đạo rồi mới thấy mình khờ dại. Lúc đó quá trễ rồi, không còn thời gian để làm lại nữa. Cho nên bài học hôm nay

“*Chính mình hại chết chính mình*” đã cho thấy nhiều đời nhiều kiếp chúng ta đã hại mình rồi và nếu không khéo chúng ta lại tự hại mình trong đời này. Đời này chúng ta gặp được Phật pháp, gặp được chuẩn mực Thánh Hiền, nhất là gặp được pháp môn Tịnh Độ rồi, vậy mà chúng ta không trân trọng, không nỗ lực hơn để ngay trong đời này nắm lấy cơ hội tốt. Vậy thì bao giờ chúng ta mới có được cơ hội đó?

Trong vòng sinh tử này, một khi mất thân người rồi, muốn có lại thân người, gặp được Phật pháp, gặp được chuẩn mực Thánh Hiền, gặp được Tịnh Độ thật không dễ dàng. Cho nên, ngày ngày phải tự phản tỉnh. Hãy quán chiếu rằng người ta ngày ngày thì làm bao nhiêu là việc lợi ích tha nhân, còn bản thân chúng ta đang làm mọi việc tự tư ích kỷ, thỏa mãn bá đồ tham vọng, cuối cùng trở thành kẻ lừa thầy phản bạn. Việc làm đó có nên không?

Quán sát thì thấy chúng ta có nhiều tập khí xấu ác, chẳng ai hại chúng ta mà chính mình hại chính mình. Vì sao? Vì chính chúng ta đang làm sai đi lời dạy của Phật Bồ tát, làm sai đi tiêu chuẩn của Phật Bồ Tát Thánh Hiền, vượt qua những khuôn phép bình thường nhất. Hằng ngày người đối với người không tốt thì làm sao có thể đối với thiên địa quỷ thần tốt được! Nếu nói chúng ta đang hại chết chính mình thì có lẽ chúng ta không hiểu vì ngày ngày chúng ta đang chăm sóc chính mình rất tốt, đang cho thân thể này ăn ngon, mặc đẹp, ngủ nhiều cơ mà. Hãy liệt kê các tập khí xấu ác để thấu hiểu chúng thì mới thấy chính mình đang hại chết chính mình./.

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!