

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 Bảy, ngày 07/02/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 334:

PHẢI BIẾT CHUYỂN NGHỊCH CẢNH THÀNH THUẬN CẢNH

Công phu thực sự của người tu dưỡng chính là khả năng chuyển nghịch cảnh thành thuận cảnh. Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta gặp nghịch cảnh nhiều hơn thuận cảnh rất nhiều. Người xưa thường nói: "*Việc không như ý có đến tám, chín phần*", thậm chí gần như chẳng có thuận cảnh, xung quanh toàn là nghịch cảnh. Sống ở thế gian, ai cũng mưu cầu danh lợi, nên dù ta không tìm người khác để gây phiền phức thì họ cũng sẽ tìm ta để sinh sự. Cách duy nhất để hóa giải là chúng ta phải biết nhường nhịn.

Hòa Thượng thường nhắc nhở chúng ta: "***Họ tranh giành thì mình nhường nhịn, họ tranh giành bao nhiêu lần thì mình nhường bấy nhiêu lần***". Nhường nhịn ở đây là sự tu dưỡng bền bỉ, chứ không phải theo kiểu "quá tam ba bận" rồi sau đó phản kháng. Nếu phản kháng, tức là ta không có công phu, chưa chuyển đổi được cảnh giới nội tâm của mình. Điều cốt lõi không phải là thay đổi hoàn cảnh bên ngoài, mà chính là chuyển đổi tâm thái bên trong.

Trước đây, tôi cũng từng lờ mờ chưa tin, nhưng rồi tôi quyết định làm thử. Với những người ghét mình, tìm cách gây chướng ngại cho mình, tôi lại tìm cách tặng quà, đối đãi tốt với họ. Kết quả là từ thế đối đầu, dần dần họ chuyển sang bảo hộ và tìm mọi cách giúp đỡ mình. Nếu chúng ta cứ mãi đối đầu, chắc chắn sẽ kết thành thâm thù đại hận sâu dày. Chúng ta hãy thử nghĩ xem, liệu có tránh mãi được không? Đời này trốn không thoát thì đời sau gặp lại vẫn phải trả.

Hòa Thượng từng dạy một đạo lý rất sâu sắc: "***Kẻ thù hiện tại đang đối đầu với ta, biết đâu đời sau lại đầu thai làm con cháu, người thân yêu của ta. Khi đó, ta lại phải ôm ấp, nuông chiều họ***". Mọi người hãy ngẫm nghĩ xem, trước kia là oan gia trái chủ, là thâm thù đại hận không cách gì thắng được mình, nay họ quay lại làm con cháu để mình phải phục vụ, lo lắng cho họ từng chút một. Nghĩ đến đạo lý này mới thấy, nếu mang tâm đối đầu thì cuối cùng người thiệt

thời vẫn là chính ta. Vậy thì đại khờ gì mà làm thế! Ta hóa giải oán kết, khi hết nợ rồi thì đường ai nấy đi.

Tại sao họ cứ gây phiền phức cho mình mà không tìm người khác? Chắc hẳn là do mình đã có nợ với họ. Vì vậy, phải tận tâm tận lực mà trả nợ. Trả một cách vui vẻ thì nợ nhanh hết, còn trả trong sự vùng vằng, khó chịu thì nợ ấy khó mà dứt được. Lời Hòa Thượng nói suy rộng ra quả thật rất có đạo lý.

Sống ở đời, việc không như ý chiếm phần lớn, chúng ta trốn đi đâu cho thoát? Người đời có câu: "*Tránh vô dưa gặp vô dưa*". Tưởng rằng tránh được người xấu này, ai ngờ gặp người sau còn tệ hơn. Cho nên, thuận cảnh hay nghịch cảnh cốt ở nơi mình. Nếu không hóa giải và điều hòa được nội tâm, thì dù đi đến đâu, thậm chí vào được cõi Phật, ta cũng sẽ thấy không vừa ý.

Tôi thường kể câu chuyện về hai sư huynh đệ tranh cãi kịch liệt rồi lên mách Hòa Thượng. Sư huynh nói sư đệ sai, Hòa Thượng bảo: "*Ông đúng!*". Sư đệ trình bày sư huynh sai, Hòa Thượng cũng bảo: "*Ông đúng!*". Cuối cùng, ông thị giả thắc mắc: "*Con thấy sư huynh sai mà?*", Hòa Thượng lại nói: "*Ông cũng đúng!*". Chúng ta thử nghĩ xem ai mới là người đúng? Thực ra, cả ba người đều rơi vào vọng tưởng phân biệt chấp trước. Khi đã dùng tâm vọng tưởng phân biệt thì không thể nào đúng đắn được. Người ta đang dùng cái tâm ấy để dãi bày, mình làm sao phân bua cho họ hiểu? Chỉ khi nào tâm họ bình lặng, họ sẽ tự khắc hiểu.

Trong nhà Thiền có giai thoại về Ngài Thần Quang và Tổ Đạt Ma. Ngài Thần Quang cầu xin: "*Xin Ngài hãy an tâm cho con!*". Tổ Đạt Ma đáp: "*Ngươi hãy đưa tâm đây ta an cho!*". Thần Quang tìm mãi không thấy tâm đâu, bèn thưa: "*Con tìm tâm không được*". Lúc đó Tổ Sư mới nói: "*Ta đã an tâm cho con rồi!*". Khi một người đang chìm đắm trong chấp trước, khẳng khẳng bảo vệ cái đúng của mình, mà ta lại cố tranh phần đúng với họ thì bao giờ việc tranh cãi mới dừng lại? Trừ phi ta có quyền lực áp chế, còn không họ sẽ chẳng bao giờ chịu thua. Nhưng nếu ta không tranh phần đúng, chấp nhận phần sai với tâm bình hòa, thì nghịch cảnh sẽ tự nhiên biến thành thuận cảnh. Đạo lý này không phải chỉ học trên sách vở, mà phải trải qua bao phen "*lên bờ xuống ruộng*" mới thực sự thấu hiểu được.

Hòa Thượng giảng rằng: "***Nếu cả đời bạn giữ thiện tâm, thiện hạnh, nơi nơi đều vì người mà lo nghĩ, bạn sẽ chuyển được tất cả nghịch cảnh thành***

thuận cảnh". Tôi đã từng thử nghiệm và thấy kết quả rõ ràng. Trước đây, tại một nơi tôi làm việc, tôi làm quần quật từ sáng sớm đến 8 giờ tối. Bác hàng xóm thấy vậy bảo: "*Nghỉ đi, làm gì mà dốt vậy!*". Chính sự cần mẫn đó đã khiến người ta cảm phục. Ban đầu, ông ấy còn chế giễu việc niệm Phật. Tưởng chừng con người ấy không bao giờ thay đổi, vậy mà chỉ sau một thời gian ngắn, thái độ của ông đã khác hẳn, trở thành người hộ pháp, hết lòng giúp đỡ. Vừa rồi thấy anh em chúng tôi đến đông, bác ấy đã làm bốn bàn cỗ mời mọi người, dù chưa ăn chay trường nhưng bác chuẩn bị rất chu đáo, lặn lội tìm mua trứng gà không trống để đãi khách. Giờ đây, bác ấy trở thành người đại hộ pháp, người lạ đến là bác ra hỏi han bảo vệ ngay. Rõ ràng, thuận cảnh hay nghịch cảnh đều do mình tạo ra.

Hôm kia tôi từ Hà Nội về, việc đầu tiên là mang quà Tết sang biếu nhà đối diện và người hỗ trợ công việc. Họ bất ngờ và cảm ơn rối rít. Chỉ cần ngồi uống trà, chia sẻ chân tình về công việc một năm qua là tình cảm thêm gắn kết. Hay như hôm qua tôi xuống Đà Nẵng, thấy khu đào tạo khang trang sạch đẹp, tôi nghĩ quan trọng là làm sao để 10-20 năm nữa nơi này vẫn tốt để con cháu các thế hệ sau tiếp nối học tập. Chúng ta phải luôn suy nghĩ cho thế hệ sau.

Đúng như lời Hòa Thượng: "***Dùng thiện tâm, thiện hạnh đối đãi với tất cả mọi người, vì người mà lo nghĩ thì oan gia trái chủ cũng sẽ bị cảm động, hồi tâm chuyển ý***". Như câu chuyện Tạ Đình Đề, ban đầu định ám sát Bác Hồ nhưng rồi bị đức độ của Bác chinh phục mà trở thành cận vệ trung thành. Oan gia trái chủ cũng vậy, họ đến để đòi nợ từ kiếp nào ta không hay, nhưng nếu thấy ta chân thành dùng thiện tâm đối đãi, chắc chắn họ sẽ buông bỏ hận thù.

Ngoại cảnh dù thuận hay nghịch cũng không tác động được nếu tâm ta vững. Nợ thì phải trả, trốn cũng không thoát. Kinh điển đã dạy: Nợ tình trả tình, nợ tiền trả tiền, nợ mạng trả mạng. Hiểu rõ nhân quả thì phải hết sức cẩn trọng. Chưa hiểu đạo lý mà làm sai thì gọi là đáng thương, nhưng hiểu rồi mà vẫn cố phạm thì thật đáng trách, tội chồng thêm tội. Nhiều người chia sẻ với tôi trong nước mắt: "*Giá như con biết đạo lý sớm hơn thì không mất vài chục năm tạo nghiệp bất thiện*". Sự hồi hận chân thành đó có thể làm rung động oan gia trái chủ.

Chúng ta làm giáo dục cần phải có tâm thái nỗ lực, đừng để lỡ cơ hội tiếp nhận giáo huấn tốt đẹp của mọi người. Có người xin phép tôi hai năm mới tổ chức lễ tri ân một lần cho trang trọng. Tôi nói: "*Chỉ sợ có người không chờ được đến*

hai năm!". Câu nói đó làm họ giật mình. Cha mẹ già như đèn trước gió, lữ trong hai năm đó cha mẹ qua đời, hoặc con cái không sớm giác ngộ mà trở thành kẻ phá gia chi tử thì sao? Chỉ cần một cơ hội cúi đầu sám hối, một người con có thể trở thành người hiếu thảo, có ích cho xã hội.

Cách đây nhiều năm, trong lễ tri ân của một đạo tràng tại Cà Mau, tôi thấy một chị cứ giơ tay rồi lại rút xuống bốn lần. Tôi hỏi thì chị nói muốn tri ân cha nhưng xấu hổ. Hỏi ra mới biết cha chị đã 94 tuổi. Tôi bảo: "*Cha chị đã 94 tuổi rồi, liệu còn cơ hội nào cho lần sau mà chị xấu hổ?*". Sau đó tôi mời cha chị lên để chị nói lời tri ân. Nếu lúc đó chúng ta không nhay bén, có lẽ người cha ấy đã ra đi mà không bao giờ được nghe lời sám hối của con mình.

Chúng ta phải thấu hiểu lời dạy của Hòa Thượng: "***Dùng thiện tâm, thiện hạnh, nơi nơi chốn chốn đều vì người mà lo nghĩ thì chắc chắn nghịch cảnh sẽ chuyển thành thuận cảnh***". Đừng than phiền mình vô phúc hay kém may mắn. Muốn có phước duyên thù thắng, được nhiều người ủng hộ như Hòa Thượng, thì hãy học theo cách của Ngài: luôn vì người khác mà lo nghĩ.

Hòa Thượng dạy: "***Nếu như chúng ta luôn nhìn thấy người khác đều là không vừa ý, nơi nào chốn nào cũng là phê bình người, muốn giáo huấn người, nhục mạ người thì bạn đã kết oán thù với người, vậy thì làm sao bạn có được thuận cảnh, cho dù là thuận cảnh đi nữa nó cũng biến thành nghịch cảnh***". Nhiều người thường không hiểu nguồn gốc của nghịch cảnh, họ cứ ngỡ nó từ đâu đưa tới chứ không phải do chính mình tạo ra. Việc này chúng ta cần phải thấu đáo: đời này gặp nhau phần nhiều là oan gia trái chủ. Vì họ căm thù chúng ta, nhưng nếu kiếp này ta có quyền thế, địa vị, tiền của, họ không thể làm gì được ta ngay. Ta cứ tưởng mình bình an vô sự, nhưng thực chất họ sẽ tìm cách đầu thai vào nhà ta, làm con cái, người thân của ta. Lúc đó, ta cứ thế mà ôm ấp, cưng chiều. Ai ngờ đâu, người mình đang nâng niu ấy lại chính là oan gia trái chủ của mình. Việc này thực sự đáng để chúng ta suy ngẫm.

Nhà Phật dạy về bốn mối nhân duyên thắt chặt giữa người với người: báo ân, báo oán, đời nợ, trả nợ. Nếu người đến để báo ân mà ta lại dùng tâm không tốt để đối đãi, thì ân sẽ chuyển thành oán. Còn nếu người đến để báo oán mà ta lại đối xử tệ bạc, thì thù hận càng chồng chất thêm thù hận, vô cùng đáng sợ. Vì

vậy, người học Phật phải thấu hiểu đạo lý nhân quả và sự cho đi. Chúng ta phải dùng thiện tâm, thiện hạnh, ở mọi nơi mọi chốn đều vì người khác mà lo nghĩ.

Hãy thử nghĩ xem, khi xung quanh là những người đến báo ân, ta dùng tâm thiện lành để thiết đãi họ, tạo điều kiện tốt nhất cho họ, chẳng những giúp họ có đời sống hạnh phúc an vui trong hiện tại mà còn giúp họ thoát khỏi cảnh khổ của ba đường ác ở đời sau. Làm được như vậy, chắc chắn bao nhiêu nghịch cảnh cũng đều biến thành thuận cảnh.

Đây là một đạo lý rất rõ ràng, sáng suốt và khoa học, không hề có chút mê tín nào. Thế nhưng nhiều người lại không biết, suốt ngày chỉ đi tìm cầu, van xin. Rất nhiều người gặp oan gia trái chủ nhưng không biết cách hóa giải, lại chọn cách đối đầu. Làm sao có thể hết khổ đau bằng sự đối đầu? Thật ra, chỉ những người chân thật học Phật mới biết cách hóa giải. Còn người không học Phật, hoặc học chỉ trên hình thức, thường sẽ chọn cách chống đối.

Trước đây, có người khoe với tôi một cái hộp to chứa đầy những lá bùa, ấn đồ của các thầy cúng để trấn yểm. Tôi hỏi nguồn gốc ở đâu, họ bảo lấy của một ông thầy tối ngày đi lừa gạt người ta. Tôi khuyên: "Có nên làm vậy không? Đây chính là gieo thêm thù, chuốc thêm oán với người ta đấy! Không nên như vậy!". Họ dùng cách đó để áp chế, nhưng đó là sai lầm.

Cho nên, Hòa Thượng dạy chúng ta phải dùng thiện tâm, thiện hạnh, nơi nơi chốn chốn đều vì người mà lo nghĩ. Khi đó, mọi người xung quanh sẽ rất cảm động, và quan trọng nhất là oan gia trái chủ của mình cũng sẽ cảm động. Chúng ta đâu biết được trong nhiều đời nhiều kiếp mình đã gieo bao nhiêu oán thù, làm sao mà đề phòng cho hết? Chỉ có cách dùng tâm thiện để đối đãi với tất cả mọi hoàn cảnh thì nghịch cảnh mới chuyển thành thuận cảnh.

Khi ta thể hội và thực hành lời Phật dạy vào ngay trong đời sống đối nhân xử thế, ta sẽ cảm nhận được lời Phật là chân lý. Kết quả rõ ràng thì tín tâm càng mạnh, tín tâm mạnh thì hành động càng kiên quyết. Khi ta hành động mạnh mẽ, chẳng phải ta sẽ hàng phục và chuyển hóa được hoàn cảnh sống của mình sao?

Vậy thì đại gì mà chọn cách đối đầu? Đối đầu, ức chế người khác chỉ thêm mệt mỏi. Hãy luôn nhường nhịn, luôn bao dung, luôn tha thứ. Đạo lý này rất hay! Muốn nhường nhịn và tha thứ, ta phải thấu hiểu giáo huấn của Phật. Một người

vì không hiểu biết mà phạm lỗi thì rất đáng được bao dung. Nếu là chúng ta, khi không biết mà lỡ lầm, ta cũng mong được người khác tha thứ đúng không? Họ cũng vì vô minh nên mới làm điều sai trái, vậy thì họ đáng thương và đáng được tha thứ. Chúng ta hãy tự xét lại, mình học tập nhiều năm, biết rõ kết quả của lời dạy này nhưng vẫn chưa thực hành được một cách rốt ráo. Hòa Thượng nói một câu đáng để chúng ta suy ngẫm: "**Chúng ta mới chỉ làm được ở mức độ 'dễ coi', chứ chưa phải là thật làm!**". Mới làm ở mức độ "dễ coi" mà đã có kết quả rồi, huống hồ nếu chúng ta "**thật làm**" thì kết quả còn thù thắng hơn biết bao nhiêu.

Hòa Thượng dạy: "**Phật Bồ Tát dạy chúng ta phải tùy thuận hoàn cảnh. Nghịch đến thì thuận nhận, không kỳ kèo, không oán trách**". Khi gặp nghịch cảnh, chúng ta thường oán trời trách người mà không tìm nguyên nhân từ chính mình. Nếu biết phản tỉnh, ta sẽ nhận ra nghịch cảnh xuất phát từ sự tham - sân - si và tâm tự tư tự lợi của bản thân. Nếu mình không tham sân si, không ích kỷ thì làm gì có nghịch cảnh? Người thế gian luôn muốn không chê, chiếm hữu để hưởng thụ ngũ dục lục trần, còn mình thì không tranh giành.

Nghịch cảnh và ác duyên là do mình tạo. Sống ở đời, hễ thấy có lợi thì người ta giành lợi, thấy có danh thì giành danh. Nếu mình cũng lao vào tranh giành thì chắc chắn xảy ra mâu thuẫn. Nhưng nếu khi họ mới khởi ý muốn chiếm đoạt, mình đã nhường rồi, thì làm gì còn chướng ngại? Hòa Thượng nói, nếu ta không có tâm oán hận bất bình, thì mọi sự oán hận bên ngoài dầu có đến cũng sẽ tự động bình hòa và hóa giải.

Ngài dạy tiếp: "Ác duyên đã tự động bị hóa giải thì thiện duyên sẽ tự đến". Khi người ta không còn tâm oán hận đối đầu với mình, chắc chắn họ sẽ quay lại dùng thiện tâm để đối đãi với chúng ta.

Hòa Thượng dạy: "**Người biết chuyển đổi nghịch cảnh mới là người chân thật có trí tuệ**". Còn gặp nghịch cảnh mà vùng vẫy, tìm mọi cách đối phó thì đâu gọi là trí tuệ. Lời dạy này đáng để mỗi chúng ta phản tỉnh. Với Phật Bồ Tát, các Ngài không có nghịch cảnh, chỉ có thuận cảnh. Bởi vì tâm các Ngài thanh tịnh, tất cả nghịch cảnh ác duyên bên ngoài không thể làm các Ngài dao động. Đó mới là sự tự tại vượt thoát. Nghịch cảnh, ác duyên ở thế gian này nơi nào cũng có, không phải là không có. Nhưng điều quan trọng cốt lõi là ta phải chuyển đổi được nội tâm của 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!