

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 08/03/2026.

PHẬT HỌC THƯỜNG THỨC

Bài 363: Buông bỏ tự tư tự lợi và ngã chấp

Chúng ta tu học Phật thì phải đạt đến được “vô ngã, vô tư”. Phật Bồ Tát không ép chúng ta bỏ cái “tư”, cái “ngã” mà chúng ta tự hiểu rằng nếu bỏ được thì sẽ đạt được cảnh giới của Phật Bồ Tát. Ngược lại nếu ôm chặt lấy cái “tư”, cái “ngã”, chúng ta không bao giờ thành Phật, Bồ Tát.

Thế gian quả thật không phải là chốn dễ đùa. Nếu được lòng, mang lại lợi ích cho người thế gian thì họ sẽ đối xử tốt với ta, điều gì cũng trở nên tốt đẹp. Ngược lại, không thuận lòng họ, không mang lại lợi ích cho họ thì họ bỗng biến thành một con người hoàn toàn khác, mọi việc sẽ trở nên rất tồi tệ.

Hòa Thượng nói: ***“Nếu chúng ta muốn chuyển ác thành thiện, chuyển mê thành ngộ, chuyển phàm thành thánh thì chúng ta phải bắt đầu từ vô ngã, vô tư mà chuyển đổi. Nếu không làm như thế thì chúng ta không có cách gì đạt được ba thứ bậc này.”***

Không Lão Phu Tử từng nói rằng ta có mối lo lớn, mối nạn lớn là vì ta có cái thân. Tuy nhiên cách nhìn này vẫn chưa thấu triệt. Chỉ có Phật mới đưa ra cách nhìn chính xác và thấu triệt. Ngài nói: ***“Ta có hoạn nạn lớn nhất chính là vì ta có cái ta”***. Mọi khổ đau, mọi phiền não quả thật đều xuất phát từ “cái ta”.

Người thế gian luôn giữ thể diện, giữ “cái ta” nên họ thường nói: ***“Việc này mà làm không tốt thì mặt để chỗ nào.”*** Không giống với người thế gian. Người chân thật học Phật thì luôn xác định: nếu đủ duyên thì làm mọi việc trong một tâm thái: ***“Việc tốt cần làm nên làm, không công không đức”***, do đó, đương nhiên không vì “cái ta” hay “cái của ta” mà làm.

Thời gian qua, chúng ta đã đạt được một chút trong cảnh giới này. Việc thành bại, được mất, hiện tại không quá dính chặt trong nội tâm chúng ta. Những vui buồn của chúng ta đã được hạn chế nhiều lần. Như vậy là đã có thành tựu!

Người thế gian có “*tư*”, có “*ngã*” hay nói cách khác là họ có “*tư dục, tư lợi, tư tình*” cho nên trong mỗi niệm của họ đều là mong cầu “*danh vọng lợi dưỡng, ngũ dục lục trần*”. Từ mong cầu này, con người đã tạo ra vô lượng vô biên tội nghiệp mà không hề hay biết.

Có người khi nói chuyện rất ai cầu, thể hiện mình là người rất đàng hoàng, tuy nhiên, khi họ ai cầu điều lợi cho họ mà không đạt được thì họ trở mặt như trở bàn tay. Đây là tâm cảnh của chúng ta! Chúng ta học Phật, học chuẩn mực Thánh Hiền mà còn như vậy, do đó, người chưa học, có lẽ ứng xử của họ còn đáng sợ hơn nữa!

Phật dạy chúng ta bình đẳng đối đãi đối với người thân sơ là để chúng ta không phải nhận lấy sự phũ phàng. Có như vậy chúng ta mới làm đến được: “*Thành bại, được mất, bổng chốc hóa hư không*.” Nếu không làm được như thế, chúng ta sẽ lưu lại trong tâm tưởng, sẽ vướng bận và điều này khiến chúng ta khổ đau.

Hòa Thượng nói: “***Chúng sanh ngay trong mỗi niệm, đều là mong cầu danh vọng lợi dưỡng, năm dục sáu trần. Đây là ác! Thế nhưng chúng ta làm thế nào để giúp họ đoạn ác đây? Muốn vậy, chính mình trước tiên phải đem những thứ này buông xả đi. ‘Các anh cần, tôi đều không cần. Các anh cầu, các anh muốn, tôi không cầu, tôi không muốn’!***”

Thậm chí, đối với người, Hòa Thượng đạt được cảnh giới công phu mà khó có người đạt được. Ngài nói: “*Họ chưa có thái độ muốn giành, họ chỉ mới vừa có ý niệm muốn giành thì mình đã nhường rồi!*” Chúng sanh ở mỗi niệm đều “*tự tư tự lợi*” còn chúng ta là người tu hành, thì phải dẹp bỏ sự “*tự tư tự lợi*” này. Dẹp bỏ được thì chúng ta bước vào cảnh giới của Phật.

Nhiều người than phiền là họ đã học Phật nhiều năm mà sao họ không hề có sự tự tại, an vui? Câu trả lời là vì họ không thật làm nên không đạt được cảnh giới này. Do đó mà Hòa Thượng mới sách tấn chúng ta trước tiên phải buông xả tự tư tự lợi, buông xả ngã chấp, và sâu hơn nữa buông xả cả pháp chấp.

Hòa Thượng nói: “***Bạn muốn độ chúng sanh thì trước tiên bạn phải biết buông xả đã. Người ta cần, người ta cầu, người ta muốn, ta đều không cần, không cầu, không muốn***.” Buông xả nghĩa là người ta “*tự tư tự lợi*”, còn chúng

ta thì không “*tự tư tự lợi*”. Họ chấp trước vào “*cái ta và cái của ta*”, còn chúng ta thì đem “*cái ta và cái của ta*” ấy đi hy sinh phụng hiến. Tức là cái người ta cần thì mình không cần, cái người ta muốn thì mình không muốn, cho nên sẽ không xảy ra tranh giành. Ngược lại, người ta muốn mà mình cũng muốn, người ta tranh mà mình cũng tranh, thì đó là lý do vì sao chúng ta không nhiếp phục được chúng sanh.

Thế gian này thật sự có hiểu câu nói của Hòa Thượng: “*Buông tất cả thì có tất cả*” không? Đúng là thật khó hiểu khi chẳng mong cầu bất cứ thứ gì mà những thứ cần dùng đều có! Tham cầu, tranh giành, cướp đoạt thì lại không được, nhưng tự nhiên không cầu mà lại có. Rõ ràng đây là thật! Chúng ta thấy điều này rất rõ qua cuộc sống của Hòa Thượng. Ngài muốn làm điều gì thì mọi việc Ngài đều làm được.

Nhiều năm qua, chúng ta học và làm theo Hòa Thượng. Đến nay, kết quả vẫn rất tốt. Chúng ta làm trong một trạng thái đủ duyên thì làm, chưa đủ duyên thì thôi. Đây chính là cách làm vô tư vô ngã trong khi ta chưa đạt được cảnh giới của Phật Bồ Tát. Chúng ta mới chỉ đang học theo các Ngài, hiện vẫn chỉ là ở vòng ngoài.

Ở thế gian người ta mong cầu: “*Thuận buồm xuôi gió; Mã đáo thành công*” nhưng vì sao ngựa và thuyền vẫn không đến nơi? Chương ngại này chính là do tự tư tự lợi và do sự lo lắng được mất, thành bại, tốt xấu, thiệt thòi luôn ngáng ngang đường.

Một đạo lý Hòa Thượng dạy hay vô cùng là không có thứ nào ở thế gian mà mất cả. Nó là một sự chuyển dịch, không ở chỗ mình thì ở chỗ người ta. Mình không dùng thì người khác dùng. Mặt khác, nhà Phật cũng dạy rằng chúng ta phải biết chuyển vật chất thành phước báu. Đó là khi mọi thứ vật chất được sử dụng vào công việc chân thật lợi ích cho cộng đồng, cho xã hội. Vậy thì, xét cho cùng không có lỗ, không có mất.

Người thế gian rất mâu thuẫn. Người tin hay không tin Phật đều biết rất rõ mọi sự đả ngộ trong cuộc sống này là do phước báu vận hành, thế nhưng, họ lại gần như thờ ơ đến câu hỏi: “*Vậy phước báu ở đâu ra?*” Câu trả lời là Phật Bồ Tát

đã dạy chúng ta phương pháp chuyển đổi vật chất thành phước báu rất là vi diệu, rất là thù thắng.

Hòa Thượng dặn bảo chúng ta, trong vòm trời tuy rộng lớn mênh mông này, không sót lọt một mảy bụi hay một hạt vi trần. Chúng ta đem tiền của, năng lực của mình mà hy sinh phụng hiến thì kết quả nhận được là phước báu, là công đức. Tuy nhiên, ngay trên ý niệm của những hành giả tu Phật pháp Đại thừa, họ cứ tập trung cho hy sinh phụng hiến mà không còn để ý đến công đức và phước báu nữa. Trên Kinh, Phật dạy chúng ta bố thí phải đạt đến “*Tam luân không tịch*” tức là không thấy người thí, không thấy người nhận thí và không thấy vật cho đi.

Hòa Thượng nói: “*Người thế gian mong cầu phú quý, mong cầu danh lợi. Các bạn xem Thích Ca Mâu Ni Phật đã rời bỏ hoàng cung. Ngài xuất thân từ một vương tử nên nếu Ngài không xuất gia thì Ngài sẽ kế vị vua cha, làm một quốc vương của một quốc gia hùng mạnh, giàu có. Ngài xả bỏ đi cả vương vị.*

“Người thế gian mong cầu vinh hoa phú quý, thứ mà Thích Ca Mâu Ni Phật thấy đều có được, thế nhưng Ngài đều xả bỏ một cách sạch trơn. Vì sao vậy? Vì Ngài biết rõ nó là giả, còn người thế gian không biết nó là giả, cứ cho là thật nên mong cầu cái này, muốn hưởng thụ cái kia.

“Bạn bình lặng mà quán sát xem nhưng thứ thế gian mong cầu có phải là thật không hay là giả? Rõ ràng là giả!” Đúng như trên Kinh Kim Cang, Phật nói: “*Thế gian vô thường, khổ, không, vô ngã.*”

Chúng ta hãy cùng quán sát: Nếu ở thế gian để hưởng thụ, chúng ta sẽ hưởng thụ bao lâu? Liệu sự hưởng thụ mà chúng ta đang cho là như thế, nó có thật là hưởng thụ không hay sau sự hưởng thụ đó là nỗi khổ, niềm đau?

Phật dạy rằng người có thể làm chủ được chính mình, kiểm soát được tập khí của mình thì người đó mới chân thật tự tại, an vui. Nếu ngày ngày, chúng ta vẫn để những tập khí xấu ác dẫn dắt, không cưỡng lại được, thì làm sao có thể tự tại, an vui? Nếu thấy người ta tư lợi, người ta tham mình cũng tham cũng tư lợi, vậy thì, kết quả là người ta khổ, mình cũng khổ theo.

Hòa Thượng nói: “*Chúng sanh ngày ngày mong cầu thế này, hưởng thụ thế kia. Chúng ta bình lặng mà tư duy xem họ có đang tạo nghiệp không? Rõ*

ràng là đang tạo nghiệp.” Chúng sanh thế gian chưa học Phật pháp lúc nào cũng tham cầu, mong muốn vơ vét về mình, không cần biết người khác ra sao. Ban đầu, họ thể hiện sự ai cầu, muốn chứng minh họ là người tốt, tuy nhiên, khi không được lợi thì họ trở mặt mắng người.

Còn chúng ta, những người đã học Phật, học chuẩn mực Thánh Hiền thì sao? Khởi tâm động niệm, hành động tạo tác của chúng ta vẫn là tự tư tự lợi, vẫn là ảo danh ảo vọng. Vậy thì làm sao có thể cứu giúp được chúng sanh.

Hòa Thượng tiếp lời: ***“Chúng sanh trong mỗi một niệm đều là mong cầu danh vọng lợi dưỡng, năm dục sáu trần. Đây là ý niệm ác. Vì danh vọng lợi dưỡng, năm dục sáu trần, chúng ta quán sát thấy chúng sanh ngày ngày tạo ác. Do đó, họ không thể thoát được tam đồ ác đạo.***

“Thích Ca Mâu Ni Phật đã thị hiện, làm tấm gương cho chúng ta về việc rời xa tất cả, không tiêm nhiễm bất cứ thứ gì. Ngài có được mà Ngài không tham cầu, hướng chi, chúng sanh không có được mà lại muốn tham cầu. Cho nên Ngài ăn uống đi lại rất tự tại.

“Thích Ca Mâu Ni Phật giáo hóa chúng sanh không chỉ dùng ngôn giáo, thân giáo, ý giáo, đây gọi là tam luân giáo học. Như vậy, mới chân thật làm đến được vô tư, vô ngã. Trên phải làm, làm một cách chuẩn mực, và người sau, theo đó mà làm theo.

“Khó khăn lớn nhất của chúng ta là gì? Là có cái ta luôn hiện hữu. Chúng sanh khởi tâm động niệm, mỗi niệm đều vì ta. Mỗi niệm đều có ta thì đó là tâm luân hồi. Tâm luân hồi thì nhất định tạo ra nghiệp luân hồi. Đây chính là nguyên nhân căn bản khiến chúng sanh vô lượng kiếp đến nay, không có cách gì ra khỏi sáu cõi luân hồi.”

Thích Ca Mâu Ni Phật không hề có ta. Vậy thì, chúng ta học Phật, chúng ta cũng phải xả bỏ ý niệm ***“vì ta và vì cái của ta”***. Giáo huấn của Phật Thích Ca là giáo huấn tam luân nên Ngài mới thành công. Chúng ta tiếp nhận giáo huấn của Phật từ ngôn giáo, thân giáo, ý giáo, giúp ta hiểu đến ngọn nguồn mọi việc nên quả thực, học Phật là sự hưởng thụ cao nhất của nhân sinh.

Gần 3000 năm sau rồi mà người người đều kính ngưỡng vì Ngài hoàn toàn xả bỏ tất cả các ý niệm. Trong lời nói, trong việc làm thậm chí ngay trong ý niệm của Ngài đều là vô tư vô ngã. Ngài triệt để như vậy nên mới có thể giúp được chúng sanh chuyển ác thành thiện, chuyển mê thành ngộ, chuyển phàm thành thánh.

Vậy thì, nếu chúng ta muốn giúp chúng sanh chuyển đổi ý niệm ác này, chúng ta phải là người trước tiên cần buông xả triệt để ý niệm “*tự tư tự lợi, danh vọng lợi dưỡng*”, hưởng thụ “*năm dục sáu trần*”. Phật đã làm ra tấm gương buông xả tất cả. Lẽ ra, nếu không xuất gia, Ngài đã kế vị vua cha trị vì quốc gia Ca Tỳ La Vệ hùng mạnh.

Hòa Thượng tiếp lời: “***Chúng ta làm thế nào để đem tâm luân hồi này chuyển đổi lại? Thích Ca Mâu Ni Phật đã dạy chúng ta buông bỏ tự tư tự lợi, buông bỏ ngã chấp.***”

Ở thế gian, con người làm gì cũng gắn với chữ ta ví dụ như làm cho ta, làm cho con ta, làm cho nhà ta, làm cho dòng họ của ta. Nếu thấy có ai đó không vì ta mà vì cộng đồng, vì xã hội, vì quốc gia mà làm thì mọi người rất ngưỡng mộ và kính trọng người đó. Thế nhưng mọi người lại không làm theo. Lý do là vì họ có sự tham cầu cho riêng mình.

Cho nên từ chỗ học Phật, học hiểu rồi đến chỗ có thể thực tiễn bài học trong từng khởi tâm động niệm, trong hành động tạo tác của cuộc sống hằng ngày có một khoảng cách rất xa.

Ví dụ như chúng ta thấy người ta tận tâm tận lực hy sinh phụng hiến, chúng ta ngỡ là dễ làm, nhưng khi bắt tay vào công việc thì chúng ta vẫn mang hình dáng của tự tư tự lợi, vẫn là làm vì mình, làm vì cái của mình, chưa làm vì người. Đặc biệt, công việc có thù lao càng cao thì chúng ta làm càng mạnh mẽ, ngược lại, công việc mà không có lợi cho bản thân thì chúng ta dường như không có động lực.

Bài học hôm nay, Hòa Thượng nhắc nhở chúng ta muốn giúp chúng sanh đoạn ác tu thiện thì chính mình phải buông bỏ tự tư tự lợi, buông bỏ ngã chấp, chấp trước nơi chính mình. Thích Ca Mâu Ni Phật giúp ích được chúng sanh vì

Ngài làm ra được giáo huấn tam luân: Thân giáo, khẩu giáo, ý giáo. Ngay trên ý niệm cũng hoàn toàn vô ngã vô tư./.

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!