TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Cách “giải hận” của người có chí lớn

ISSN: 2734-9195 05:42 03/11/2026

Câu chuyện Hàn Tín vì thế không chỉ là bài học về cách đối nhân xử thế, mà còn gợi nhắc mỗi người về một hành trình quan trọng: từ vượt qua nghịch cảnh đến vượt qua chính mình.

Từ câu chuyện Hàn Tín đến bài học về thiện xảo buông bỏ

Trong lịch sử Trung Hoa, chuyện Hàn Tín chịu nhục chui qua háng kẻ du côn giữa chốn đông người đã trở thành điển tích nổi tiếng về sự nhẫn nhịn và chí lớn. Với người thường, đó có thể là nỗi nhục khó quên, là mối hận chỉ chờ ngày có cơ hội để trả đũa. Nhưng điều đáng suy ngẫm không chỉ nằm ở việc Hàn Tín đã nhẫn nhịn ra sao, mà còn ở cách ông đối diện với người từng làm nhục mình khi bản thân đã ở địa vị cao sang.



Ảnh: Internet

Tương truyền, sau khi lập công lớn, được phong làm Sở vương, Hàn Tín không tìm cách báo thù kẻ du côn năm xưa mà còn cho người này đảm nhiệm chức trung úy. Câu chuyện ấy gợi ra một cách ứng xử đáng suy ngẫm: người có bản lĩnh không nhất thiết phải dùng quyền lực để trả lại những tổn thương mình từng gánh chịu.

Bởi lẽ, nếu thành công chỉ để đổi lấy cơ hội trả thù, con người vẫn có thể bị trói buộc bởi chính quá khứ của mình. Kẻ từng làm ta đau khổ có thể đã rời xa, nhưng nếu oán hận vẫn thường trực trong tâm, người ấy vẫn tiếp tục chi phối đời sống tinh thần của ta. Vượt qua được điều đó mới là một dạng tự do sâu sắc.

Từ góc nhìn Phật giáo, sân hận là một trong những trạng thái tâm bất thiện khiến con người dễ đánh mất sự sáng suốt, nói lời tổn thương và hành động thiếu cân nhắc. Khi bị xúc phạm, nếu lập tức đáp trả bằng giận dữ, ta có thể khiến một mâu thuẫn nhỏ trở thành chuỗi xung đột kéo dài. Người gây tổn thương cho ta một lần, nhưng nếu cứ nuôi dưỡng hận thù, chính ta có thể tự làm mình đau khổ hết lần này đến lần khác.

Phật giáo đề cao lòng từ bi, tinh thần nhẫn nhục và khả năng chuyển hóa những tâm niệm bất thiện. Tuy nhiên, buông bỏ oán hận không đồng nghĩa với dung túng cho cái xấu, phủ nhận công lý hay để người khác tiếp tục xâm phạm mình. Ta vẫn có thể bảo vệ bản thân, phân định đúng sai và yêu cầu người gây tổn hại chịu trách nhiệm, nhưng không nhất thiết phải để lòng thù hận dẫn dắt cách hành xử.

Nhẫn nhịn vì sợ hãi khác với nhẫn nhục bằng sự tỉnh thức. Không trả thù vì bất lực khác với chủ động buông bỏ khi đã có đủ khả năng đáp trả. Sự khác biệt nằm ở nội lực và khả năng làm chủ tâm mình.

Người có chí lớn không chỉ biết biến nghịch cảnh thành động lực vươn lên, mà còn biết vượt qua những ràng buộc của tự ái, sân hận và mong muốn hơn thua. Thành tựu bên ngoài có thể đem lại địa vị, danh tiếng; nhưng nếu bên trong vẫn chất chứa oán thù, con người khó có được sự an ổn lâu dài.

Câu chuyện Hàn Tín vì thế không chỉ là bài học về cách đối nhân xử thế, mà còn gợi nhắc mỗi người về một hành trình quan trọng: từ vượt qua nghịch cảnh đến vượt qua chính mình.

Buông bỏ oán hận không phải là quên đi bài học của quá khứ, mà là không để quá khứ tiếp tục làm tổn thương hiện tại. Khi tâm không còn bị sân hận chi phối, ta mới có thể bình tĩnh lựa chọn cách ứng xử sáng suốt, nuôi dưỡng lòng từ bi và mở ra những khả năng tốt đẹp hơn cho tương lai.

Tác giả: **Thích Vân Phong**