

Đức Phật Phải Làm Gì ?

Nguyên tác: What would Buddha do?

Tác giả: Franz Metcalf



Người dịch: Thích Nữ Minh Tâm

---o0o---

Nguồn

<http://www.tuvienquangduc.com.au/>

Chuyển sang ebook 26-02-2017

Người thực hiện :

Nguyễn Ngọc Thảo - thao.ksd.hng@gmail.com

Nam Thiên - namthien@gmail.com

Link Audio Tại Website <http://www.phapthihoi.org>

Mục Lục

Chương I - Tôi Đã Làm Sai Điều Gì?

Đức Phật phải làm gì khi có kẻ thù ghét mình?

Đức Phật phải làm gì để tránh khỏi bị thất vọng?

Đức Phật phải làm gì khi bị đau ốm?

Đức Phật phải làm gì về việc nói dối?

Đức Phật phải làm gì khi đối diện với những khủng hoảng?

Đức Phật phải làm gì khi bị nản lòng thất chí?

Đức Phật phải làm gì khi gặp những tên khùng xa lộ?

Đức Phật phải làm gì khi cảm thấy chán nản?

Đức Phật phải làm gì khi sợ sẽ bị thất bại?

Chương II - Hướng Về Một Cái Tôi Mới

Đức Phật phải làm gì để có thể thay đổi được người khác?

Đức Phật phải làm gì để tránh bị kiệt sức quá độ?

Đức Phật phải làm gì khi bị hiếp đáp, bắt nạt?

Đức Phật phải làm gì để sống ngay phút giây hiện tại?

Đức Phật phải làm gì khi đứng đợi xe giữa trời tuyết?

Đức Phật phải làm gì khi thấy dòng sông đang trôi qua?

Đức Phật phải làm gì khi gặp những kẻ hẹp hòi thiển cận?

Đức Phật phải làm gì khi đời sống mới có quá nhiều lôi cuốn?

Chương III - Tình Yêu Chân Thiện

- Đức Phật phải làm gì khi bị người yêu bỏ rơi?**
- Đức Phật phải làm gì khi một người thân ra đi không bao giờ trở lại nữa?**
- Đức Phật phải làm gì để trở thành một người chồng tốt?**
- Đức Phật phải làm gì để trở thành một người vợ hiền?**
- Đức Phật phải làm gì để cha mẹ và con cái thông cảm nhau nhiều hơn?**
- Đức Phật phải làm gì để săn sóc cha mẹ khi già yếu?**
- Đức Phật phải làm gì khi gia đình bị khủng hoảng?**
- Đức Phật phải làm gì nếu gặp phải đứa con ngỗ nghịch?**
- Đức Phật phải làm gì khi được gia đình viếng thăm?**
- Đức Phật phải làm gì đối với một người bạn bị ghiền ma túy?**
- Đức Phật phải làm gì để giúp đỡ người khác?**
- Đức Phật phải làm gì để củng cố tình bạn?**
- Đức Phật phải làm gì để thấu suốt sự tương quan giữa vạn loại chúng sinh với nhau?**
- Đức Phật phải làm gì khi người ta ganh đua nhau?**

Chương IV - Khát Vọng Đời Sống

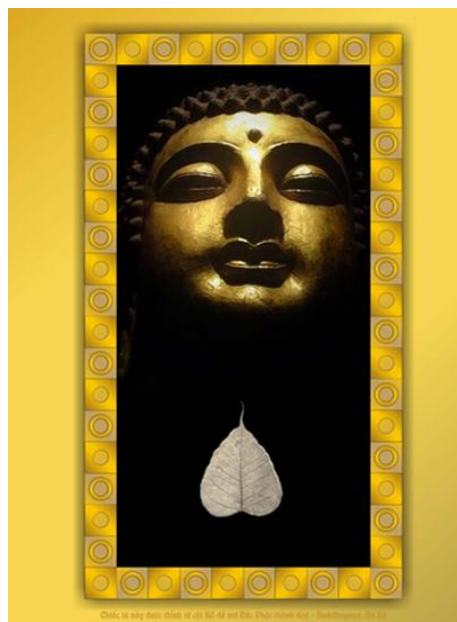
- Đức Phật phải làm gì khi bị say xỉn?**
- Đức Phật phải làm gì nếu không muốn bị ghiền cà phê?**
- Đức Phật phải làm gì để đạt được sắc đẹp, hạnh phúc, sức khỏe, địa vị, thiên đường?**
- Đức Phật phải làm gì khi cứ phải chọn một nơi nào đó để dùng cơm tối?**
- Đức Phật phải làm gì nếu tiêu xài quá mức?**
- Đức Phật phải làm gì để cưỡng chống lại sự thèm muốn ăn món tráng miệng?**
- Đức Phật phải làm gì về những tư hữu vật chất?**
- Đức Phật phải làm gì để điều phục khát vọng?**

Chương V - Hãy Hành Xử Đúng Đắn

- Đức Phật phải làm gì để săn sóc người bệnh?**
- Đức Phật phải làm gì đối với những người vô gia cư?**
- Đức Phật phải làm gì về vấn đề sát sanh?**
- Đức Phật phải làm gì khi thấy sự bất công phi Lý?**
- Đức Phật phải làm gì về vấn đề quyền phụ nữ?**
- Đức Phật phải làm gì để xưng tán một việc làm tốt?**
- Đức Phật phải làm gì khi phải và trái không rõ rệt?**
- Đức Phật phải làm gì đối với những tội ác vì thù hận?**

---o0o---

Chương I - Tôi Đã Làm Sai Điều Gì?



Quả thực là một câu tự vấn khó trả lời nhất. Ai ai cũng đều công nhận là chẳng có một người nào toàn hảo cả- ‘nhân vô thập toàn’ - nhưng hiếm có ai tự nhận là mình sai cả. Cái bản ngã cố hữu của chúng ta thực vênh váo, ương ngạnh và khó trị. Nó bắt chúng ta tìm cách che dấu, tìm cách khuất lấp những sai lầm mà chúng ta đã vô tình hay cố ý phạm phải.

Chương một của quyển sách này sẽ tập trung vào những khuyết điểm, cố tật và lỗi lầm của chính chúng ta. Điều quan trọng nhất là chúng ta phải thành thật, phải trung thực với chính mình. Những khuyết điểm sai lầm của con người như loại cỏ gấu rất khó trị, nó bắt rễ ăn sâu vào tận trong lòng đất; nếu chúng ta muốn trị tuyệt cỏ gấu để cỏ non mềm xanh mượt được mọc mạnh, mọc nhanh trên mảnh đất tâm linh thì chúng ta phải nhổ tận gốc rễ cỏ gấu chìm sâu dưới đất, chứ không phải chỉ nhổ trên bề mặt. Nếu nhổ được tận gốc rễ thì loại cỏ gấu này sẽ chết khô héo và không thể sanh sôi nảy nở được nữa.

Phải nhổ tận gốc rễ khổ đau. Đó là những gì Đức Phật đã thể nghiệm và khẩn thiết dạy bảo chúng ta. Mỗi chúng ta đây sẽ tự vấn mình và sẽ tìm được trong quyển sách này một phương pháp để trị tuyệt loại cỏ gấu khổ đau sanh tử. Một khi chúng ta tự hỏi ‘Tôi đã làm sai những gì?’ thì ánh sáng tâm linh bắt đầu soi rọi tới con đường hàm tẩm tối của tâm hồn chúng ta và hướng dẫn chúng ta đi đúng đường, đúng hướng hơn về ngọn núi Chân Thiện Mỹ. Câu hỏi đó trở thành con đường tâm

linh của chúng ta và những sân hận, chán chường, trầm uất, si mê – chính tất cả những vọng hoặc đó là thầy dạy của chúng ta.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi có kẻ thù ghét mình?

Hận thù không xóa bỏ được bởi hận thù, chỉ có tình thương mới chinh phục nổi hận thù. Đó là Chân Lý bất diệt vĩnh cửu.

Kinh Pháp Cú số 5

Chỉ vọn vẹn có hai câu thôi mà Phật đã gói ghém thật toàn vẹn cái qui luật tâm linh thiên thu ấy. Nhà đại thi hào La Mã Virgil xưa kia cũng đã viết “Tình thương chiến thắng tất cả.” Phải, chỉ có tình thương chân thật mới có đủ năng lượng tha thứ và xóa bỏ được hận thù.

Đương nhiên còn có những thứ mà tình thương có lẽ không thích hợp để điều phục nhưng tôi tin chắc chắn tình thương có tiềm năng hóa giải được hận thù. Tại sao? Bởi vì hận thù là nguy cơ đưa đến bạo lực, chiến tranh, và chỉ có tình thương là thuốc tốt chữa lành nọc độc chết người đó.

Bạo lực, hận thù, bất mãn, chống đối, phản kháng . . . tất cả những tư tưởng đen tối đó như chất nhiên liệu dễ cháy làm bốc cao thêm ngọn lửa sân hận trong lòng người vốn bị vô minh ngự trị. Trái lại, tình thương như dòng suối mát tưới tắm và dập tắt được những ngọn lửa sân, si, và thù hận như một bản tình ca đã hát “Chỉ có tình thương xoa dịu được nổi hận thù.”

Tình thương đối diện hận thù trong một phương cách mà hận thù không tài nào lý giải được – với một cái gì đó vượt quá ngữ ngôn, vượt quá sức tưởng tượng của con người – đó chính là lòng Từ Bi. Hận thù chỉ biết vươn dài đôi tay đầy sức mạnh bạo tàn của nó để gây tạo ra sự hủy diệt chết chóc, và làm mờ ám lương tri con người. Chỉ có tình thương mới đủ khả năng đi xa hơn, vươn tới cao hơn trong từng hành động ứng xử, trong từng tình huống để hóa giải hận thù, xoa dịu niềm đau mất mát của vạn loại hàm linh.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để tránh khỏi bị thất vọng?

Ta không nên trách móc lỗi lầm người khác, những gì họ đã làm xong hay còn bỏ dở dang. Hãy tự xét chính mình, những gì ta đã làm và những gì ta còn chưa hoàn tất.

Kinh Pháp Cú 50

Đức Phật rất chuẩn xác khi nêu lên nhận xét này. Làm sao mà tôi biết được? Chàng ca sĩ dân ca Hank Williams trước kia vẫn thường nói: *“Tốt nhất chúng ta không nên nhiều chuyện, chỏ mũi vào công việc của người khác. Chúng ta chỉ nên lo phận mình, những chuyện của chính mình mà thôi.”*

Đúng vậy, tôi cũng nghĩ như thế. Sống tỉnh thức không phải là điều dễ dàng. Nó đòi hỏi sự chú tâm miên mật, không lơ lửng; đó là điểm cốt yếu. Chúng ta nên quan tâm đến việc của chính mình. Chỏ mũi, xen lời vào chuyện của người khác chỉ tổ gây thêm rối rắm cho họ và cho cả chính mình mà thôi.

Lời khuyên trên không có nghĩa rằng chúng ta sống ích kỷ, mặc kệ mọi người, chẳng thèm để tâm tới những việc xấu xa, phi đạo đức. Nên nhớ kỹ là Đức Phật đã dạy rằng: *“Phải bỏ cái Tôi, cái bản ngã của chúng ta qua một bên khi tiếp xúc với người.”* Vì thế chúng ta có trách nhiệm với chính những hành vi lời nói của chúng ta khi giao tiếp, và nhất là khi phẩm bình một ai, một việc gì. Chúng ta cần luôn luôn thận trọng cân nhắc từng hành xử của chúng ta, luôn tự vấn lòng mình có lỗi hay không có lỗi, và không nên chỉ trích bới móc lỗi lầm của người khác.

Muốn được như thế, chúng ta cần phải luôn tỉnh thức cảnh giác, nhất là khi lỗi hành xử của chúng ta còn vương mang ít nhiều tự ngã.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi bị đau ốm?

Chúng sanh bệnh nên Bồ Tát bệnh.

Phật quán chiếu sâu xa rằng thân mệnh con người vốn do nhân duyên giả hợp mà thành nên phải chịu vô thường, khổ, không, vô ngã. Đó là sự quán chiếu đầy trí tuệ. Tuy nhiên dù cho thịt nát xương tan, Phật vẫn phát đại bi tâm trụ lại chốn trần gian này sau khi thành đạo, cốt để truyền bá giáo lý giải thoát giác ngộ cho chúng sanh, chứ không mong cầu giải thoát riêng mình vì nhàm chán khổ đau sanh tử.

Kinh Duy Ma Cật 5

Đúng vậy, ngay chính Đức Phật cũng phải chấp nhận qui luật vô thường đó. Vì thế một khi chúng ta gặp mặt những khổ đau, khúc mắc, rắc rối của đời sống, chúng ta đang đối diện với bài học đời cơ bản. Đó

là tất cả những gì chúng ta thấy, tất cả những gì chúng ta sờ nắm được, ngay cả bản thân chúng ta đây, cuối cùng đều phù du, vô thường, không bền chắc.

Thân xác chúng ta đây không bao giờ hoàn hảo cả. Nó luôn bị bệnh tật doanh vầy, và mặc dù nó cố gắng hết sức trung thành tận tụy với chúng ta đi nữa, cuối cùng nó cũng phải rời bỏ chúng ta mà đi thôi. Chúng ta nên tiếp đãi bệnh tật như một phần đời sống, một phần đời của thân xác chúng ta; vả lại chúng ta không chấp nhận sự thật phũ phàng đó cũng không được. Tất cả chúng sinh hữu tình đều phải chịu chung một qui luật Sinh, Lão, Bệnh, Tử. Không chối bỏ được, không phủ nhận được, không trốn chạy được.

Nói như thế không có nghĩa là chúng ta chào thua bệnh tật – lẽ dĩ nhiên Đức Phật không bao giờ dạy chúng ta tiêu cực như vậy. Chúng ta phải tìm phương cách chiến đấu chữa trị bệnh tật chứ, không phải cho riêng mình mà cho hạnh phúc của vạn loại chúng sinh khác, có nghĩa là chúng ta chống lại và chiến đấu trong trí tuệ, trong phát minh. Chúng ta cần tìm cách điều phục, chế ngự và hóa giải bệnh tật chứ không trốn chạy hay bi quan, tiêu cực, tuyệt vọng vì những căn bệnh tất yếu của con người.

Ở phương Tây, những người Âu Mỹ thường bị ám ảnh bởi bệnh hoạn và cái chết; vì thế những bác sĩ, những khoa học gia luôn tìm kiếm những phương cách kéo dài mạng sống con người càng lâu càng tốt. Có thể họ cũng đã thành công một vài phương diện nào đó nhưng rồi sao? Cuối cùng ngay chính bản thân các bác sĩ, các khoa học gia đó rồi cũng phải từ giã cõi đời thôi, và biết đâu họ cũng có thể chết trong uất ức, trong tiếc nuối, trong bi thương hay nhớ nhung sâu thẳm.

Vì thế nếu chúng ta **sống khác** thì khi chết, chúng ta cũng sẽ **chết khác**, có nghĩa là quan niệm sống và chết của người trí và người mê rất khác nhau. Nếu chúng ta trực ngộ được ý nghĩa vô thường của kiếp nhân sinh thì chúng ta sẽ không quá bi thiết hay thác loạn thần trí khi xuôi tay về cõi vô cùng.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì về việc nói dối?

Trong một vài trường hợp bất đắc dĩ nào đó, vị Bồ Tát có thể giết, có thể ăn cắp hay uống các chất men say nhưng vị Bồ Tát đó không được

nói dối. Sự cố ý nói dối sẽ bóp méo sự thật và gây nguy hại vô cùng ngay trong đời này và những đời sau.

Kinh Bản Sanh 431

Quả thực là khó tưởng tượng nổi một vị Phật lại có thể sát sanh, trộm cắp hay nghiện rượu, ma túy, có phải không? Tuy nhiên trong vài trường hợp bất đắc dĩ nào đó, qua những câu chuyện tiền thân của Phật trong Kinh Bản Sanh Bản Sự, chúng ta thấy trải qua vô lượng vô số kiếp, khi thực hành hạnh Bồ Tát, Phật đã thị hiện ứng hoạt những hành vi kể trên nhưng không phải vì tư dục thỏa mãn mà chính để cứu độ chuyển hóa kẻ khác khỏi ma lực của vô minh và thần chết, thí dụ như trong tích truyện Bồ Tát đã phải giết những tên cướp để cứu nguy cho nhóm người vô tội trên một con thuyền sang sông.

Với hạnh nguyện lợi tha, vị Bồ Tát đó sẵn sàng làm tất cả và cũng sẵn sàng chấp nhận quả báo về phần riêng mình, chỉ cốt sao giúp tha nhân được sống hạnh phúc và an lạc, duy chỉ một điều là Phật không được nói dối. Phật không được nói dối dù nói dối để làm vừa lòng người khác.

Tại sao? Vì nói dối là bóp méo sự thật, bung bít sự thật khiến người ta hoang mang mờ mịt, dù sự nói dối đó có hiệu quả trong một giai đoạn ngắn nào đó, nhưng về sau sẽ tác hại lâu dài. Một vị Bồ Tát không được nói dối, và chúng ta đây cũng vậy.

Hãy nhớ kỹ là: Thuốc đắng giã tật, lời thật mịch lòng. Nói thật, nói thẳng có thể sẽ gây khó chịu, bất mãn cho người khác nhưng chắc chắn sẽ không tạo hậu quả xấu lâu dài về sau, như Mark Twain đã nói: *“Thật dễ dàng khi anh nói sự thật. Vì sao? Vì sau đó anh không cần phải nhớ gì cả. Sự thật luôn luôn là sự thật, dù anh có nằm mộng hay bị vạ vạ tra hỏi đủ điều đủ cách, anh vẫn luôn luôn nói đúng những gì anh đã nói, không cần phải nhớ những gì mình đã nói dối để cho ăn khớp với nhau.”*

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi đối diện với những khủng hoảng?

Hãy quăng bỏ ngay cái tánh lãnh đạm hững hờ hay dáng vẻ đau khổ, tiêu tụy tội nghiệp của bạn đi, và hành động gấp! Người trí tuệ chứng tỏ năng lực của mình trước nguy cơ, giải quyết mọi vấn đề nan giải bằng tất cả sự khôn khéo, sáng suốt của mình, dù gặp phải bất cứ một trường hợp nào, một nan đề nào.

Kinh Bản Sanh 14.11

“Tỉnh dậy đi!” Phật hét to lên. *“Người có quyền hành động và trách nhiệm phải hoàn thành. Kẻ khôn ngoan sẽ chứng tỏ tài năng của mình trong bất cứ tình huống nào.”* Đức Phật đã hét vang như sấm nổ vào tai những kẻ mông muội ngớ ngẩn đang luống cuống không biết phải xử trí thế nào trên cùng một chiếc thuyền với Phật bị gặp cướp. Mặc dù gặp nguy hiểm và phải cần hành động xử trí gấp, tất cả những kẻ đồng hành trên chiếc tàu đều sợ hãi, bàng hoàng, và có kẻ còn bàng quan vô sự như không có gì dính líu đến họ. Tại sao vậy? Thật là kỳ lạ, khó tin.

Người ta có thể trở thành thụ động, ngớ ngẩn khi đối diện với nguy hiểm. Đúng vậy, trường hợp như thế xảy ra rất thường, và có nhiều nguyên do, nhưng nguyên do gần nhất chính là chúng ta tự nghi ngờ bản thân mình. Chúng ta cũng không tin vào những bạn đồng hành với chúng ta. Chúng ta bỏ rơi hy vọng. Đó là một khuynh hướng, một trạng thái tự nhiên, và hầu hết chúng ta đây đều sống trọn cuộc đời mình như vậy: nghi ngờ, do dự, không tin, buông xuôi, thụ động.

Thật buồn xiết bao khi chúng ta buông xuôi như vậy – không một chút dũng khí nào, không một chút năng lực nào, không một tia hy vọng, không một hành động cón con nào – chấp nhận thất bại hoàn toàn trước khi vào cuộc chiến – thực sự đó là một sự thảm bại tệ bạc nhất, vì chúng ta đã đánh mất chính mình. Đức Phật đã hết sức khuyến khích chúng ta phải tỉnh thức trước thực tế và phải hành động; nếu được như vậy thì sự thành công mới tỏa rạng.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi bị nản lòng thất chí?

Khi gặp bất cứ chuyện gì khiến tôi (Frank) bị thất bại, nản lòng hay thất chí, tôi trở nên rất khó chịu, lỗ mãng thậm chí hung hăng, thô bạo. Vô phước cho ai chạm trán phải tôi lúc đó. Những lúc đó tôi chỉ muốn phát tác ra cho bằng hết cơn phẫn uất, bực bội điên khùng trong tôi ra, tôi muốn đấm vỡ hay đập đổ, phá nát hết những gì trước mặt tôi cho hả giận, nhưng tiếc thay, sau cơn giận tức điên khùng đó, hậu quả càng trở nên nghiêm trọng hơn, chẳng giải quyết được gì. Bạn có như tôi hay quen biết người nào giống như vậy không?

Chúng ta cần phải chú tâm suy nghĩ thật sâu sắc về những lời dạy trí tuệ của Phật. Đúng là khi giận tức hay nản chí ngã lòng, chúng ta cần phải tránh xa mọi người nhưng điều đó thực ra vẫn chưa đủ. Chúng ta

vẫn cảm thấy luồng khí sân hận tỏa ra từ trong nội tâm mình và có thể chúng ta sẽ bị thương thâm vì chính luồng hận khí đó (ví dụ như chúng ta lái xe điên cuồng trên xa lộ hay nốc rượu vào rồi phóng xe bạt mạng).

Chúng ta cần phải giải mã, chuyển hóa những cảm giác nản chí, ngã lòng tiêu cực đó. Chúng ta cần tự vấn lòng mình, cần phải nhìn sâu vào vấn đề, cần phải nắm chắc tánh nóng nảy không kiên nhẫn của chúng ta, chúng ta cần thẩm triệt thật sâu, thật chắc, thật kỹ, thật vững cội rễ tư tưởng và trạng thái tâm hồn của chúng ta như mọi vấn đề hiện tượng xung quanh cuộc sống của mình.

Tại sao chúng ta tiêu cực, dễ nản chí đến thế?

Tại sao chúng ta dễ bị khuất phục như vậy?

Chúng ta có thể vượt qua được không?

Nếu chúng ta có thể bình tâm lại suy xét vấn đề thì, mặc dù sự nản lòng buồn khổ vẫn còn đó, chưa tan biến hết, chúng ta cũng đã sáng suốt trở lại và chịu lắng tai nghe những góp ý hay khuyên răn của người khác để tìm một giải pháp tốt đẹp hơn để thay đổi cuộc sống của chúng ta trong tương lai.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi gặp những tên khùng xa lộ?

Những ai có thể kèm chế, điều ngự được cơn tức giận đang bùng nổ trong lòng như người nài cầm dây cương buộc ngựa điều khiển được ngựa kéo xe đi đến mọi nơi tùy ý, như người cầm tay lái chiếc xe đi thẳng đường đúng hướng muốn đi thì những người đó là những người lái xe giỏi, nài ngựa hay; nếu không thì chỉ là những người cầm dây cương hay cầm tay lái thật lỏng lẻo hồ hững.

Kinh Pháp Cú 222

Ở thế kỷ 21 này, con người bị lửa sân hận chi phối đàn áp mãnh liệt gấp ngàn lần thời Phật còn tại thế. Ở các nước Tây Phương, khi ẩn náu trong khoảng không gian bí bùng của chiếc xe, người ta dễ dàng bùng nổ cơn tức giận trong lòng ra cho hả cơn uất ức, ví dụ như người ta sập mạnh cửa xe, người ta đập tay lái hay rú ga, sang số xe thật đột ngột, bạo động, v.v. Họ cho là họ có quyền trút những cơn tức tối sân hận ra trong xe vì cái xe hơi đó là xe riêng của họ, họ có quyền làm tất cả những

gì họ muốn, và họ cảm thấy an toàn hơn khi xả được cơn sân hận phần uất đó ra trong chiếc xe.

Tuy nhiên các bạn hãy nhớ kỹ là những chiếc xe cũng chính là những vũ khí giết người ghê gớm một khi chúng ta xả tay ga phóng xe ra đường trong cơn tức giận. Chỉ cần một tích tắc sơ ý thôi là tai nạn thảm khốc xảy ra liền – và không phải chỉ có riêng chúng ta lái xe khi tức giận mà chắc chắn cũng có biết bao nhiêu người khác cũng đang lái xe trong cơn tức giận như chúng ta vậy, và những chiếc xe được lái trong cơn điên cuồng đó biết đâu cũng đang nhắm thẳng chúng ta mà lao tới.

Hãy nhớ lại những gì Đức Phật dạy. Ngài nhắc nhở chúng ta là sự điều phục chế ngự tâm trí thực sự không phải là chúng ta lạng lách xe một cách tài giỏi ngon lành khi đường phố bị kẹt xe hay chạy bon bon trên xa lộ không đèn . . . Sự điều ngự thực sự nằm trong tâm trí, và nó lèo lái chúng ta thoát khỏi được sự khủng bố của cơn sân hận. Chúng ta phải lái cuộc đời chúng ta như lái xe vậy – và lái xe trong bình tĩnh, trong điều hòa, trong chế ngự.

Tôi nghe nói là có một cách rất hay để biết rõ về bản tánh của một người, thí dụ như chúng ta muốn tìm hiểu về ông thầy tâm linh của chúng ta. Chúng ta hãy thử nghiệm vị đạo sư đó bằng cách đi chung xe với vị ấy, và hãy để chính vị ấy lái xe. Chúng ta sẽ thấy ngay bản chất của vị thầy hướng dẫn tâm linh đó bộc lộ ra như thế nào khi ông ta lái xe: có trầm tĩnh không, có nhẫn nại không khi gặp đèn đỏ hay chạy lạng lách, vượt qua mặt các xe khác . . . Qua cách thử nghiệm đó, chúng ta dễ dàng nhận thấy cái bản ngã, nhân cách thực sự của một vị đạo sư như thế nào, của một người như thế nào.

Chúc các bạn sáng suốt tự điều phục chiếc xe tâm linh của mình.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi cảm thấy chán nản?

Nếu anh chán nản một việc thì anh sẽ chán nản tất cả.

Thiền sư Đạo An (Lời hướng dẫn tu đạo)

Sự chán nản nằm ngay trong cá tánh của chúng ta chứ không phải ở xã hội hay thế giới này. Tôi nghe nói: “Nếu anh chán nản một việc gì thì chính anh đã tạo ra sự chán nản đó!” Hãy suy nghĩ về câu nói này.

Một khi chúng ta chán ngán mỗi mệ, chúng ta thường có khuynh hướng làm người khác chán nản theo chúng ta, bởi vì chúng ta là nhân tố gây tạo ra sự chán nản và luồng ảnh hưởng đó. Không phải xã hội hay thế giới chung quanh chúng ta khiến chúng ta chán nản mệ mỗi như vậy, mà chính chúng ta đã làm cho môi trường sống chung quanh mình đậm nét thâm lương bi thảm vì tâm hồn u ám trĩ trệ của mình. Đó chính là lời Phật dạy.

Như thế, một khi chúng ta thấy sự chán nản xâm chiếm tâm hồn mình, hãy dừng lại mọi việc và nhìn sâu vào chính mình, quán chiếu lấy mình và tự hỏi: “Tại sao tôi lại kéo lê đời mình trong sự chán chường như vậy? Thật uổng phí những phút giây sống còn lại của cuộc đời.”

Nếu chúng ta tự trả lời được câu hỏi trên, chúng ta sẽ tự cứu sống lấy mình và thế giới sẽ trở về lại với sự sung mãn, vui tươi như tự thuở nào. Sự chán nản sẽ không bao giờ đánh gục được chúng ta nữa.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi sợ sẽ bị thất bại?

*Ta có đầy đủ năng lực và can đảm để cứu độ thế giới này không?
Hãy nhớ kỹ tất cả những gì Phật đã nghe, Phật đã nói đi nói lại và giải quyết.*

Đức Phật khẳng định: Ta sẽ giảng giải chân lý vì hạnh phúc an lạc cho chúng sinh muôn loại.

Huyền thoại về cuộc đời Đức Phật 15. 81- 82

Thật khó mà tưởng tượng Đức Phật cũng có những nỗi băn khoăn, nhất là sau khi Ngài đã thành tựu quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác. Nhưng các bạn cũng cần phải nhớ lại rằng Phật cũng là một con người, và một con người, thì trước khi họ chứng đắc, cũng có khi khơi lên những tự vấn nghi ngờ, băn khoăn.

Xưa kia, Như Lai đã từng suy tư đến lý tưởng vĩ đại của Ngài- cứu độ thế giới và tất cả chúng sinh – và chính Phật cũng đã có lần tự hỏi mình: “*Liệu ta có đầy đủ năng lực để hoàn thành sứ mạng vĩ đại này chăng?*” Phật dũng mãnh tự trả lời có, và rồi từ đó Phật dốc tâm đi trọn con đường đã chọn và hoàn mãn công cuộc giáo hóa chúng sinh của Ngài.

Chúng ta đây cũng vậy. Mỗi khi chúng ta chạm trán với những khó khăn, thử thách bức xúc gay gắt nhất, ngay cả những lúc chúng ta cho là

mình đúng, mình phải đi chặng nữa – đặc biệt là khi chúng ta tự cho là mình đúng, mình phải – chúng ta cũng cần nên tự vấn lại cái cảm hứng vĩ đại và cái khả năng nhỏ bé của chúng ta trước. Như Đức Phật, chúng ta phải quăng bỏ đi ‘cái gì cũng biết’ của chúng ta, chúng ta phải tìm cho ra đáp án hoàn bị nhất, và cũng như Phật, chúng ta phải dẫn thân dũng mãnh vào bốn phận và con đường lý tưởng đã chọn của mình.

Con đường lý tưởng của chúng ta có thể không giống như Đức Phật, nhưng nó là bốn phận, là trách nhiệm của chúng ta phải hoàn thành, phải hoàn thành nghiêm chỉnh với trọn vẹn lương tâm. Đó chính là Chân Lý cuộc sống.

---o0o---

Chương II - Hướng Về Một Cái Tôi Mới

Như vậy là chúng ta đã vượt qua được phần một của tập sách này cũng như là đã vượt qua chặng đường đầu tiên của dòng sinh mệnh. Thật tốt quá! Bây giờ chúng ta đi vào phần phẩm bình phê phán. Chương hai của tập sách này sẽ chú trọng vào tính cách và phương hướng đương đầu với những nghịch cảnh hay nandề xấu nhất của cuộc đời. Ở phần này, chúng ta sẽ tập trung năng lực để tìm ra cách thoát khỏi những lỗi lầm không nên vướng mắc. Chúng ta sẽ khai sanh ra một **cái Tôi mới**.

Thực ra thì cũng chẳng có cái gì siêu phàm nhập thánh hay vĩ đại gì cả, nhưng nếu chúng ta có thể ứng xử những khó khăn, nghịch cảnh với một trái tim rộng mở và một tâm trí minh mẫn, chắc chắn chúng ta sẽ gặt hái được nhiều kết quả khả quan hơn, và cuộc sống chúng ta sẽ tốt đẹp hơn. Đức Phật đã nhắc nhở chúng ta rằng con người, cũng như vạn loại hữu tình khác, không thể và không bao giờ tồn tại lâu dài. Tất cả đều thay đổi. Ngày xưa, chúng ta là một đứa trẻ (ngay cả con người chúng ta mới năm ngoài đây thôi), thế mà ngoảnh đi ngoảnh lại đã thay đổi rồi, không giống con người chúng ta lúc này, bây giờ. Tôi thay đổi, các anh thay đổi, họ thay đổi, chúng ta đều thay đổi, và tôi, các anh, họ, chúng ta vẫn đang tiếp tục thay đổi.

Nếu chúng ta nhận thức rõ ràng, thấu suốt qui luật Vô Thường đó và ứng xử một cách minh triết mọi vấn đề, chúng ta sẽ trưởng thành hơn, khôn ngoan hơn, sáng suốt hơn con người chúng ta ngày trước. Ngay trong phút giây minh triết đó, tôi là một vị Phật, các anh là những vị Phật.

Dĩ nhiên chúng ta dễ bị thụt lùi, không phải lúc nào cũng tự tăng tiến, nhưng nếu dần dần chú tâm luyện tập cư xử như các vị Phật thì sẽ đều đặn tiến bước trên con đường tái sinh như các vị Phật. Tôi kính cẩn nghiêng mình trước những nỗ lực phi thường đó.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để có thể thay đổi được người khác?

Đừng chăm chú vào những khuyết điểm của người khác, mà hãy chăm chú vào việc làm thế nào để đổi thay những khiếm khuyết của chính mình.

Lời dạy của Nữ Thần Trí Tuệ 1 (Dakinis)

Thật ngắn gọn nhưng vô cùng hào hùng khí phách. Đây đích thực là tiếng sét đánh của Trí Tuệ. Câu nói này đã làm sáng tỏ tâm trí tôi. Chúng ta khó thể thành công trong việc cố gắng thay đổi người khác. Thế mà chúng ta lại cứ tiếp tục làm như vậy hoài, tuy nhiên đó chỉ là lý do bào chữa cho sự không thay đổi của chính chúng ta, vì những khuyết điểm của người khác làm chúng ta khó chịu cũng chính là những khiếm khuyết của bản thân chúng ta.

Khi tôi dạy ở các lớp cao đẳng, tôi thường quan sát tìm hiểu các khuyết điểm của học trò tôi. Làm như thế, tôi đã tập cho chúng những phương pháp hãy tự tìm hiểu chính mình. Nếu tôi không tập cho họ được, có nghĩa là chính tôi đã thất bại rồi (thú thực là có đôi ba lần tôi đã hoàn toàn thất bại). Và một khi thấy được những khuyết điểm của học trò, tôi cũng thấy được thật sâu sắc, thật rõ ràng những khiếm khuyết của bản thân mình.

Vì thế ngay cái lúc mà chúng ta muốn phê bình khuyết điểm của một người nào, chính là lúc chúng ta hãy nên quay về quán xét lấy chính mình để tự cải đổi những tánh hư tật xấu. Như vậy thay đổi chính mình không phải chỉ là một cách tốt nhất để giúp chúng ta mà còn là để giúp người khác thay đổi chính họ nữa.

Giúp người tức là giúp mình.

Giúp mình tức là giúp người.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để kèm giữ được lời nói?

Chắc chắn con người đã được sanh ra với một cái búa trong miệng, và họ sẽ bị chính cái búa đó chém đứt lưỡi nếu họ nói toàn những điều xằng bậy.

Kinh Tiểu Bộ 657

Chúng ta đều thường nghe nói ‘cái miệng chính là con dao hai lưỡi’. Các bạn có để tâm đến thành ngữ đó hay không? Đó chính là điều Đức Phật muốn răn dạy và chế ra cấm giới. Phật nói miệng lưỡi của con người là một vũ khí sắc bén có thể cắt đôi người nói bằng lưỡi dao và cả với cái sống dao.

Một khi chúng ta nhận thức rõ rằng chúng ta có thể tự làm tổn thương mình bởi những lời nói ngớ ngẩn, vô ý thức, vô duyên hay ác khẩu, chúng ta hãy nên tỉnh trí để mau mau ngậm miệng lại, khóa chặt nó, đừng nói nữa. Đức Phật đã quán chiếu thật sâu xa sự tương quan tương tác giữa các chúng sanh với nhau. Vì thế Ngài không bao giờ nói và cũng không bao giờ sanh tâm khởi ý làm tổn thương bất cứ một người nào hay một chúng sinh nào bằng lời nói, ngay cả đối với những người lăng mạ, hủy nhục hay phỉ báng ám hại Ngài. Phật cũng nhận thấy rõ sự giả tướng của ngôn ngữ. Thực hành quan trọng thiết thực hơn lời nói. Ngạn ngữ có câu ‘thùng rỗng kêu to’ hay ‘nói suông, bàn phiếm’.

Đạo Phật chú trọng phần thực hành. Đức Phật dạy không nên và đừng bao giờ làm thương tổn lòng tự trọng của người khác qua thân, khẩu, ý, vì đó chính là duyên do dẫn tới sân hận, thù nghịch và kết oán với nhau. Đừng bao giờ đánh mất thời gian quý báu của đời mình bởi những hành vi, tâm ý ngu xuẩn như vậy. Nếu không, chúng ta sẽ không bao giờ thấy được Phật tánh của mình mà chỉ thấy cái búa sắc bén trong miệng mình mà thôi.

Nhớ kỹ được điều răn dạy của Phật qua giới cấm vọng ngữ, chúng ta sẽ tự chủ được mình và sẽ giữ được im lặng. Khi nào cần nói, chúng ta sẽ nói, và chúng ta chỉ nói những điều hay, đẹp, hữu ích cho người mà thôi.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để tránh bị kiệt sức quá độ?

Sự nỗ lực đều đặn trong một thời gian dài thực ra rất quan trọng đối với tất cả mọi người trong bất cứ một công việc nào. Chúng ta sẽ dễ dàng bị thua cuộc nửa chừng nếu chúng ta làm việc quá hăng say, quá

năng nổ lúc ban đầu, nhưng chỉ được một thời gian rất ngắn và sau đó buông xuôi tất cả.

Đức Đạt Lai Lạt Ma XIV

Đời sống sao kéo dài lê thê quá khi chúng ta có nhiều công việc khó khăn cần phải giải quyết tức thì. Chúng ta muốn nhảy một bước là tới ngay điểm cuối và hoàn thành tất cả mọi công việc trong chớp nhoáng mà thôi. Đó không phải là phương cách sống của mọi người ở cái thế giới đại đồng này. Thực tế, chúng ta phải biết nhiếp thủ sức lực của chúng ta cho một cuộc chiến trường kỳ hơn, dù cuộc chiến đấu đó thuộc lãnh vực tâm linh hay chính trị hoặc bất cứ trên một phương diện nào.

Đức Đạt Lai Lạt Ma rất chí lý khi phát biểu cảm nghĩ của Ngài như trên. Hãy nhìn những nỗ lực bền bỉ không ngừng nghỉ của Ngài để giải cứu dân Tây Tạng và nền văn hóa lâu đời của họ thoát khỏi ách thống trị xâm lược của Trung Quốc đang bành trướng trên lãnh thổ yêu dấu của người dân xứ tuyết này.

Nếu chúng ta thực tâm quay nhìn lại và nhận chân rõ những hệ quả mà người Tây Phương chúng ta đã làm khiến đất nước họ bị xâm chiếm, thì quả thực chính sự thất bại của chúng ta đã gây tổn thất cho những ai đi theo chúng ta. Nếu chúng ta không thể mang cây đuốc đến tận mục tiêu đã định, thì cách tốt nhất là chúng ta nên trao cây đuốc đó lại cho người khác trước khi nó phùng cháy và đốt bỏng tay chúng ta.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi bị hiếp đáp, bắt nạt?

Có những kẻ khó chịu đã lấy gạch đá ném chọi hay lấy gậy đánh đập Ngài, nhưng dù chạy tránh ra xa, vị Bồ Tát đó vẫn lễ lạy và nói to lên rằng: “Tôi chẳng dám khinh quý ngài, vì quý ngài sẽ thành Phật!”

Kinh Pháp Hoa (Phẩm Thường Bất Khinh Bồ Tát)

Ở đoạn này, Đức Phật miêu tả một vị Bồ Tát tên là Thường Bất Khinh, mặc dù vị Bồ Tát này bị mọi người đối xử một cách phũ phàng tẻ bạc, Ngài vẫn không đánh mất niềm tin sắt đá vào Phật tánh của mọi người. Bồ Tát Thường Bất Khinh luôn miệng nói to rằng: “Tôi chẳng dám khinh quý ngài vì quý ngài sẽ thành Phật!”

Tại sao Bồ Tát Thường Bất Khinh lại kiên quyết như vậy? Vì Ngài luôn luôn tin tưởng rằng tất cả chúng sanh đều có Phật tánh bình đẳng như nhau và tất cả sẽ là những vị Phật tương lai. Với niềm tin vững chắc kiên cố ấy, cuối cùng Bồ Tát Thường Bất Khinh đã xoay chuyển được tâm niệm của mọi người và khiến họ quay đầu về với Chánh Pháp.

Chúng ta đây may mắn không bị lãng mạ, sỉ nhục hay đánh đập như Bồ Tát Thường Bất Khinh, thế mà đã nhiều lúc chúng ta đánh mất quan niệm sống của chính mình. Chúng ta phải bắt chước vị thánh nhân đó và ghi khắc tạc dạ rằng chắc chắn một ngày nào đó, chúng ta sẽ vượt qua được tất cả chướng ngại tâm linh và đắc quả. Với lập trường vững bền, niềm tin sắt đá, quan niệm sống Đạo và đức kiên nhẫn, chúng ta khẳng định tin tưởng vào chính ông Phật sẽ thành của mình mặc cho bất cứ một trở ngại gì trước mặt.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi không có đủ khả năng chia sẻ cho người khác?

Bất cứ một người nào, dù với tâm tán loạn, cầm một nhành hoa vào cúng dường tháp miếu Phật, vẫn có thể thấy được hăng hà sa số Phật và sẽ thành Phật đạo.

Kinh Pháp Hoa

Cúng dường tôn tượng hay hình ảnh Phật là một điều hết sức tán thán, nhưng lễ vật cúng dường không quan trọng bằng tâm cung kính, tâm chí thành cúng dường. Khi chúng ta ban tặng hay chia sẻ cho bất cứ ai những gì chúng ta có thì món vật được chia sẻ hay ban tặng đó được xem rất quý giá, không cần biết là đắt tiền hay rẻ tiền, giá trị hay không giá trị. Vì sao? Vì quan trọng nhất là tấm lòng thành và phương cách của chúng ta chia sẻ tình thân đến mọi người. Chúa Giê Su đã nói "*Một đồng xu của một bà goá phụ nghèo khổ đáng giá gấp mấy ngàn lần bạc vàng của những kẻ giàu có*". Đức Phật cũng nói như vậy.

Đừng nên quan trọng quá về hình thức, và cũng không nên quá tự ti e ngại về khả năng hạn hẹp của chúng ta. Không cần biết là xứng đáng hay không xứng đáng, khi nào chúng ta có thể chia sẻ được với mọi người bất cứ những gì chúng ta đang có là chúng ta cứ an nhiên tự tại mà làm. Làm với tâm vô cầu, làm với tâm không dính mắc, không chờ đợi sự khen thưởng nào cả. Bất cứ một hành động thiện nào, chúng ta đều cần phải thực hành. Bất cứ một việc ích lợi nào, chúng ta đều góp

phần. Có tiền, chúng ta góp tiền. Có sức, chúng ta góp sức. Có nhiều, chúng ta góp nhiều. Có ít, chúng ta góp ít. Nếu không có tiền, có sức, chúng ta góp lời cầu nguyện với tâm hoan hỷ, tán thán công đức của người khác.

Khi du lịch qua các nước Á Đông, bản thân tôi đã chứng kiến nhiều người dâng lễ vật rất tầm thường lên Phật nhưng với tấm lòng thành khẩn thiết tha vô cùng, và chính tôi cũng được nhận vài đồng xu rất quý giá từ tay những người thật bần hàn nghèo khó nhưng lại chứa đựng cả một bầu trời tình thương ấm áp. Nhận một cành hoa hay trao tặng cho ai một đóa hoa, chỉ một đóa hoa thôi, một đóa hoa thật tầm thường có thể mua hay hái ngoài đồng nội, nhưng đó là một ân sủng, là một món quà thiêng liêng cao quý vô cùng. Với tâm vô trụ, vô phân biệt, người ban tặng và người nhận đều là những vị Phật.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để sống ngay phút giây hiện tại?

Người ta hay quan niệm sao thời gian trôi qua quá nhanh và chưa hề nhận thức được rõ rệt sự có mặt của phút giây hiện tại. Người ta chỉ thấy là bóng quang âm trôi qua theo bốn mùa thay đổi, nhưng chẳng có khả năng cảm nhận thật sâu xa rằng thực chất của thời gian là phải thường hằng sống trong từng phút giây hiện tại của nó.

Thiền sư Đạo An

Với phong cách sử dụng ngôn ngữ thật đặc thù, thiền sư Đạo An đã tìm cách thức tỉnh chúng ta hãy sống hiện thực trong từng phút giây. Thời gian là gì? Hay có thể hỏi thời gian là khi nào, lúc nào?

Thời gian là bây giờ. Bây giờ và ở đây.

Theo cách suy nghĩ này, chúng ta luôn luôn sống đúng lúc, đúng thời. Lúc nào? Ngay lúc này. Hãy bắt đầu sống tỉnh thức như vậy. Bây giờ và ở đây. Ngay chính phút giây hiện tại này.

Sống được ngay phút giây hiện tại này rất có lợi ích cho chúng ta và cả thế giới. Khi giật mình nhìn lại, chúng ta thấy thời gian trôi qua thật quá nhanh, vì có bao giờ chúng ta sống thực trong dòng vũ trụ vận hành lưu chuyển đâu. Đó là lý do chúng ta luôn bị chậm trễ. Đừng đợi nước đến chân mới nhảy. Đừng ngồi đợi thời gian đến với mình. Nó không đến đâu.

Hãy nhận thức sự có mặt của chính mình ngay giây phút này, ngay phút giây hiện tại. Bây giờ và ở đây. Khi chúng ta sống được thường hằng như thế trong từng phút giây hiện tại, chúng ta sẽ luôn chuẩn mực, đúng giờ và tỉnh thức.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi đứng đợi xe giữa trời tuyết?

Một vị thiền sinh hỏi: Đi đến nơi không lạnh không nóng có nghĩa là gì?

Tổ Tăng Xán trả lời: Đi trong mùa băng tuyết, cái giá lạnh rét buốt sẽ giết chết người; đi trong cơn nắng hạ, cái nóng rực lửa sẽ thiêu đốt người.

Góp nhặt

Đây là một công án nổi tiếng trong nhà thiền để thức tỉnh người thiền sinh trở về và sống trong thực tại. Không có khả năng giải đáp công án đó cho riêng tôi và tôi cũng không thể giải đáp cho bạn, nhưng tôi có thể lý giải một phần nào về Chân Lý qua công án đó.

Tổ Tăng Xán đang khuyên vị đệ tử hãy phá bỏ đi cái khoảng cách giữa bản ngã và những tri giác cảm xúc vật lý. Không có vật thể bên ngoài. Không có cái ta bên trong. Không trong, không ngoài, không tăng, không giảm. Khoảng cách giữa ta và vật được san bằng, xóa sạch. Cái biên giới, cái lằn ranh, cái giới hạn của cả hai đã bão hòa vào nhau và tan biến không dấu vết. Công án đó giúp thiền sinh thức tỉnh khỏi giấc mơ tự ngã.

Một khi nội tâm đã an tĩnh rỗng rang, dù ta đi trong cái lạnh rét cắt da của mùa Đông hay đắm ướt mồ hôi dưới sức nóng thiêu đốt của mặt trời mùa hạ, thì cái nóng hay cái lạnh bên ngoài cũng không làm ta khó chịu, bất an. Nếu quán chiếu được vạn pháp đều không, ta sẽ không còn bám víu, không sợ mất, không tham ái nữa. Ta sẽ thư thái buông xả tất cả được, và cũng sẽ không còn đau khổ nữa. Ngay cả cái chết cũng sẽ không tác động chi phối được ta.

An nhiên tịch mặc. Nhậm vận tùy duyên.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi thấy dòng sông đang trôi qua?

*Tinh cần là đường sống,
Buông lung là cửa chết,
Tinh cần là sống mãi,
Buông lung là thầy ma.*

Kinh Pháp Cú 21

Chúng ta thường nghe nói rằng sự hăng hái dẫn thân vào cuộc đời luôn giúp cho con người ta tươi trẻ mãi.

Sự chú tâm, sự tỉnh thức, sự tinh cần giúp chúng ta năng nổ góp mặt vào dòng sống thực hữu và kinh nghiệm ngay trong phút giây hiện tại, ngay lúc bây giờ chúng ta đang nói, đang ăn, đang thở. Nếu không có sự chú tâm tỉnh thức đó, chúng ta đã chết ngay trong phút giây hiện tại và đang chết dần mòn trên dòng sông cuộc đời.

Một khi chúng ta mất cảnh giác, không chú tâm, không tỉnh thức, chúng ta đã vượt mất khỏi dòng sống, không phải chỉ là vượt mất khỏi những cuộc đời chung quanh chúng ta mà ngay cả chính cuộc đời bản thân chúng ta.

Ở một cấp độ tâm linh cao nhất, khi chúng ta hiện diện thực sự, khi chúng ta sống thực sự, sống trọn vẹn thì không còn một lỗ trống khe hở nào trong tâm trí để cho những ảo giác huyền ảnh có dịp xen chân vào. Sống tỉnh thức như vậy là sống mãi, là bất tử, là vĩnh hằng vì chúng ta đã thấm thấu được cái tự ngã của chính mình.

Cá nhân tôi (Frank) chưa chắc đã đạt được đến trình độ tâm linh đó nhưng tôi biết chắc một điều rằng sự nỗ lực bền bỉ của tôi sẽ giúp tôi cảm nghiệm và đi vào dòng sống thực sự.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi gặp những kẻ hẹp hòi thiển cận?

Những kẻ thiển cận chỉ muốn học những pháp tiểu thừa bởi vì họ không tự tin rằng họ có thể thành Phật.

Kinh Pháp Hoa

Tất cả chúng sinh đều có Phật tánh.

Tất cả chúng sinh đều có khả năng giác ngộ tối thượng.

Tất cả chúng sinh đều sẽ thành Phật.

Đó chính là lời Phật nói. Phật đã nhìn thấy được khả năng giác ngộ của vạn loại hàm linh. Vì thế, Phật đã tuyên thuyết pháp đại thừa, khai thị ngộ nhập chân lý cho chúng sinh.

Chúng ta cần phải *nhìn* như Đức Phật đã nhìn, cần phải *mở rộng tâm hồn ra* như Phật đã ôm trọn chúng sinh vào lòng, cần phải *phát huy khả năng giác ngộ* của chính chúng ta và mọi loài như Phật đã khai thị.

Chúng ta tin chắc vào lời Phật nói.

Chúng ta tin chắc vào khả năng giác ngộ của chính mình.

Chúng ta chắc chắn sẽ thành Phật.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi đời sống mới có quá nhiều lôi cuốn?

Thiền sư Trường Ông Như Tịnh nói: “Nếu người không hiểu gì hết, người sẽ vướng mắc vào tất cả những gì chung quanh người.”

Đại sư Vân Môn lại nói: “ Nếu người hiểu được, người sẽ dẫn thân vào tất cả những gì xảy ra chung quanh người.”

Thiền Lục Vân Môn 284

Có thể nói phần đông chúng ta đều bị chi phối bởi những chuyện nhỏ nhặt, đâu đâu. Chúng ta luôn bị quay cuồng bởi chương trình này hay dự án nọ hoặc đầu tư vào công trình kia hay tổ chức đó, và chúng ta để mình bị cuốn trôi đi theo dòng thác cuộc đời. Có một câu cách ngôn: “Đời sống là những gì xảy đến với anh khi anh đang hoạch định vẽ vời ra hết những dự án này tới kế hoạch khác.”

Qua mẫu đối thoại trên của hai vị thiền sư, chúng ta nhận xét thấy cả hai vị đều điều nghiên và khai phóng vấn đề về những sự lôi cuốn của đời sống mới. Thiền sư Trường Ông Như Tịnh đã bày tỏ quan niệm của ông và tôi (Frank) cũng đã viết giống như lời của ông, có nghĩa là người ta luôn bị chi phối ảnh hưởng bởi cuộc sống bên ngoài với những thú vui, những trò hoan lạc đắm nhiễm . . . Những lôi cuốn đó là một vấn đề lớn. Trong khi đó, thiền sư Vân Môn lại nói những sự lôi cuốn của cuộc đời là một sự thực, một thực tế của đời sống nhân sinh, và thay vì đồng ý một cách đơn giản về sự kiện thực tế đó, thiền sư Vân Môn đã giải đáp một cách sâu sắc hơn. Có nghĩa là nếu anh thực sự hiểu những lôi cuốn đó chính là bản chất cuộc đời thì anh sẽ dẫn thân xông pha vào dòng lôi

cuốn đó, không ngần ngại. Vì sao? Vì “Phật Pháp tại thế gian, bất ly thế gian giác, ly thế mịch Bồ Đề, tức như tầm thổ giác.”

Phiền não tức Niết Bàn. Nếu chúng ta tách rời phiền não và Niết Bàn thành hai vế hoàn toàn biệt lập thì chúng ta đã hiểu sai Chân Lý và vẫn còn mắc kẹt trong vòng nhị nguyên đối đãi thị phi. Rời xa trần thế để tìm Niết Bàn thì sẽ chẳng bao giờ thấy được. Sống trong cuộc đời chính là sống trong hiện tại với tất cả sự xáo trộn, rắc rối, náo nhiệt của nó. Nếu chúng ta không sống trong những sự lôi cuốn đó, chúng ta sẽ không có mặt trong dòng sống này. Vì cuộc đời vốn dĩ là như vậy; bản chất cuộc đời là thế: như thị tướng, như thị tánh, như thị bản mạt cứu cánh . . . tuy nhiên, mặc dù cuộc đời vốn dĩ là thế, chúng ta không nhất thiết phải bỏ đi những dự tính lớn lao của mình, bởi vì những dự tính vĩ đại kia cũng xuất phát tích tụ và thành tựu từ những kinh nghiệm nhỏ bé này.

Bình thường tâm thị Đạo.

---o0o---

Chương III - Tình Yêu Chân Thiện



“Ôi, tình yêu, tình yêu! Tình yêu đã làm cho trái đất này bé nhỏ lại và xoay tròn!” Đó là lời được sửa lại của nhân vật nữ bá tước đã thốt ra trong phim *Alice in Wonderland* (nguyên văn câu nói này xuất phát từ tác phẩm *Divine Comedy* của Dante).

Nhưng tình yêu - được trân trọng giữ gìn hay bị mất đi, được nâng niu trong sự kết hợp của hai tâm hồn thành một hay được phát triển rộng tràn ra khắp vũ trụ hành tinh này - vẫn là một bi hài kịch. Chúng ta đã tìm hiểu tình yêu, đã thử yêu bao lần nhưng vẫn hoàn thất bại. Chúng ta thất bại khi đi tìm tình yêu. Chúng ta thất bại khi cố nắm giữ tình yêu. Chúng ta thất bại khi tìm hiểu, khi chia sẻ, khi mất mát tình yêu. Chúng ta thất bại, thất bại rồi thất bại, nhưng chúng ta vẫn cười và lại tiếp tục đi tìm tình yêu. Thật đúng là cái trò vớ vẩn, lẩn quẩn, loanh quanh rất người, rất đáng yêu, rất tuyệt mỹ.

Hầu hết chúng ta đều hiểu sai lời nói của Phật về tình yêu. Phật không cấm đoán chúng ta là không được yêu. Ngài chỉ nhắc nhở chúng ta là nếu không khéo sử dụng trí tuệ, tình yêu vị kỷ đó sẽ khiến chúng ta mê nhiễm, đắm trước và xiết chặt chúng ta vào đau khổ, phiền muộn. Nhưng chúng ta, những tên khờ khạo ngu xuẩn thích bị lừa gạt lầm lẫn, lại cho rằng thà chết vì tình yêu còn hơn là sống mà thiếu nó.

Chúng ta có phải là con người khôn ngoan trí tuệ không? Tình yêu như thế nào mới đúng là chân tình? Yêu như thế nào mới đúng? Yêu như thế nào để không bị trói buộc? Yêu như thế nào để không bị đau khổ?

Khi viết lên những câu hỏi này và đọc lại, tôi hy vọng các bạn sẽ tự hỏi và trả lời để các bạn học được cách thương yêu người và được người thương yêu thật chân tình.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi bị người yêu bỏ rơi?

Ở đây Đức Phật muốn đề cập đến tánh chất vô thường của vạn sự vạn vật. Tất cả đều giả tạm, mong manh, và nương gá nhau mà hiện khởi trong điều kiện tương đối, tương quan. Tình yêu của chúng ta, người yêu của chúng ta, cuộc đời của chúng ta, ngay cả bản thân của chúng ta cũng vô thường giả tạm như thế. Khi những cuộc vui thú hoan lạc chấm dứt, cái gì còn lại? Chỉ còn lại sự ngao ngán nã nê, nhận thức rõ tánh

chất vô thường của vạn hữu như là một giấc mơ, như là một giọt sương mong manh vội tan biến vào hư không.

Chúng ta thích thú khi ngắm nhìn những ánh sao băng hay những trò ảo thuật, nhưng chúng ta phải nên ngắm chúng khi chúng đang hiện hữu xảy ra trước mắt chúng ta cơ. Có phải chính sự ngăn ngại đó làm cho ánh sao băng trở nên đặc biệt điểm ảo hơn? Chúng ta không yêu cầu, không mong đợi sao băng sẽ kéo dài hơn và chúng ta cũng không nên cầu mong những hoan lạc sẽ kéo dài lâu hơn cho thỏa ý. Khi chúng ta thương nhớ một người nào, chúng ta nhớ những giờ phút người ấy cùng chúng ta chia sẻ hạnh phúc vui buồn với nhau. Thời gian ấy qua đi thật mau chóng đúng như tánh chất vô thường của nó. Cái cũ qua đi, cái mới sẽ đến. Ngày hôm qua, ngày hôm nay, ngày mai, nhưng ngày hôm qua là ngày hôm nay và ngày mai thì chưa đến.

Vì thế, chúng ta nên sống trọn vẹn ngày hôm nay, thể nghiệm cuộc sống trọn vẹn ngày hôm nay, giây phút này, hiện hữu bây giờ và nơi đây như Đức Phật đã thể nghiệm kinh qua trọn vẹn cuộc đời của Ngài.

Chúng ta nên sống và phải sống trọn vẹn như Phật đã sống.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi một người thân ra đi không bao giờ trở lại nữa?

Chúng ta vẫn còn là một con người trần thế với những cảm xúc bi, hỷ, ai, lạc, v.v. vì thế có những lúc cần phải khóc để vơi bớt đi đau khổ phiền muộn trong lòng thì chúng ta cứ khóc đi, đừng e sợ, đừng ngại ngùng. Khi những cảm xúc trong tâm hồn con người chúng ta cần phải phơi bày biểu lộ vì chúng ta không thể đè nén trong lòng nữa, chúng ta cứ để mặc nhiên cho dòng lệ nóng tuôn trào, không lúng túng bối rối trước mặt ai cả.

Đức Phật dư biết điều đó, và Ngài cũng không hề chống đối về những tách cách biểu lộ cảm xúc, tuy nhiên Phật khuyên chúng ta không nên quá bi lụy đau thương khi một người yêu quý nhất từ giã chúng ta ra đi, không bao giờ trở lại. Đúng là khi người thân yêu của chúng ta vĩnh biệt cõi đời, chúng ta không thể không đau lòng được, nhưng một khi chúng ta chạm trán với thực tế đó, một sự kiện thực tế hiển nhiên không một ai tránh khỏi – cái Chết - dù đau khổ tột bậc thì chúng ta cũng cần phải bình tâm, không nên bi lụy sầu khổ quá mức.

Vì sao? Vì đó là một trong Bốn Chân Lý chắc thật của kiếp nhân sinh và vạn hữu sinh linh khác: Sanh, Già, Bệnh, Chết. Phải, có sanh ắt có chết. Không một ai tránh khỏi cả, ngay cả Đức Phật. Đó là một qui luật tự nhiên. Vì thế, một khi chúng ta phải đối diện với sự thật đau thương đó, chắc chắn chỉ có sớm hay muộn mà thôi, chúng ta cần phải bình tâm quán chiếu và trấn tĩnh nội tâm không để cho sự bi lụy sầu khổ trấn áp đánh chúng ta ngã gục.

Quả tình không phải chuyện dễ thực hành. Chúng ta có thể nói rất hay, rất đúng và chúng ta cũng có thể đứng rất vững, rất bình tĩnh nếu người chết đó không phải là thân thuộc ruột thịt hay người yêu, chồng vợ, con cái của chúng ta. Tuy nhiên tại sao chúng ta phải trấn định những cảm xúc bi thương đó? Để làm gì? Tại vì chúng ta là những đệ tử Phật, tại vì chúng ta đã thấm thấu qui luật Vô Thường, Vô Ngã, tại vì thực sự vô ích nếu chúng ta cứ để mặc cho sự đau thương sầu muộn đó giết chết dần mòn tâm hồn chúng ta.

Sự bi lụy sầu khổ đó ngăn chặn năng lực con người hướng đến tương lai, hướng về một cái mới. Chúng ta cần phải sống hết phần đời của mình thật hữu ích cho chính mình và chúng sinh trong giác ngộ và từ bi. Chúng ta cần phải hiểu rõ ràng rằng, theo đạo Phật, chết không phải là hết mà chỉ là một sự thay đổi, như thay một cái áo cũ, như một sự chuyển hóa mà thôi. Nếu chúng ta bi lụy quá mức thì chúng ta đã quá chấp thủ, quá bám chặt vào người thân yêu của mình trong vô minh ái nhiễm.

Nhà thơ Issa của Nhật Bản đã viết lên những vần thơ haiku (hài cú) như sau về cái chết của người con gái ông ta: “Giọt sương mai cuộc đời/ ôi đó chính là giọt sương mai cuộc đời/ và rồi, và rồi . . . (*Tsuyu no yo wa tsuyu no yo nagara sari nagara*)

Có phải Issa than khóc cái chết của con mình, có phải ông ta lên án sự vô thường khắc nghiệt tàn nhẫn? Liệu ông ta có thay đổi được gì không? Không, Issa chẳng thay đổi được gì, chúng ta cũng vậy. Mặc dù những dòng lệ khóc con của Issa không mang con gái ông ta trả lại cho ông, những vần thơ của ông sẽ giúp ông và chúng ta tỉnh ngộ và hiểu sâu thêm chân tướng nhân sinh vũ trụ vốn mong manh, giả tạm, không chắc thật thường còn. Và rồi, niềm đau của Issa sẽ vơi dần và qua đi; nỗi buồn của chúng ta rồi cũng sẽ vơi dần và qua đi, qua đi.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để trở thành một người chồng tốt?

Chồng phải có năm điều đối với vợ: lấy lễ đối đãi nhau, cho ăn mặc và trang sức phải thời, phó thác việc nhà cho vợ, phải tin tưởng và nói mọi chuyện với vợ, hết lòng thủy chung với vợ.

Kinh Trường A Hàm 31

Trước khi bàn rộng ra về lời khuyên của Đức Phật, tôi phải xác nhận một cách khách quan là chính Phật cũng không làm tròn bốn phận của mình đối với gia đình. Phật đã rời bỏ hoàng cung, lìa xa hoàng tộc và vợ con để ruổi bước theo con đường xuất gia thoát tục.

Chúng ta nghĩ gì về vấn đề này? Đương nhiên Phật đã gây cho người thân của mình biết bao đau khổ lo âu; mặc dù thực sự xưa kia, khi còn là thái tử, Phật đã nhiều lần ngăn trở Phụ Hoàng và không đồng ý kết hôn nhưng vẫn không lay chuyển nổi ý định của Vua Cha. Tuy nhiên theo sử sách ghi chép lại, sau khi vượt thành xuất gia tìm chân lý và thành đạo, Phật đã trở về khuyến hóa Phụ Vương, vợ con và hoàng tộc theo đạo Phật và hướng dẫn họ đạt đến giác ngộ.

Chúng ta cũng không nhất thiết phải đồng ý hay phủ nhận ý kiến của bất cứ một người nào. Mỗi người tự có quan điểm sống và trình độ ý thức khác nhau. Chúng ta cũng không cần phải bênh vực Phật. Ngay chính Phật, khi còn tại thế, Ngài cũng không hề lên tiếng tự biện hộ, minh giải điều gì, tuy nhiên tôi chỉ muốn nhắc nhở một điều rằng chúng ta hãy cẩn thận khi bình phẩm hành xử của Phật. Chúng ta đã giác ngộ chút nào chưa? Chúng ta đã thực thi được gì cho chính mình và nhân loại chưa?

Lời dạy của Đức Phật, từ hơn 2,550 năm qua cho đến ngày nay, vẫn còn đánh động tâm thức mọi người. Có lẽ trong đời hiện tại đây chưa có ai thực hiện nổi như Phật. Do đó, nếu chưa hay không thể theo gót chân Phật được, những kẻ thật tâm thương như chúng ta đây, nếu lập gia đình, nên thực hành đúng theo lời dạy của Phật để trở thành một người chồng tốt.

Đọc kỹ lời Phật dạy về năm bốn phận của người chồng đối với vợ nói trên, chúng ta nhận thấy Phật đã thực hiện một cuộc đại cách mạng nâng cao thân phận và vị trí người phụ nữ đã bị gò ép, bó buộc bởi những hủ tục xã hội từ hàng ngàn năm qua. Và cũng chính vì lời dạy thiết thực nhân bản đó, những tín đồ của các tôn giáo khác đã bất đồng, căm phẫn và công kích bài xích đạo Phật rất nhiều, nhưng cho đến nay, giáo lý đạo Phật vẫn hoài đậm nét giá trị tuyệt đối nhân bản, bình đẳng trên nền tảng Từ Bi và Trí Tuệ.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để trở thành một người vợ hiền?

Người vợ cần phải thực hiện năm bốn phận đối với chồng: phải dậy trước và ngủ sau chồng, phải nói lời hòa nhã, êm ái, kính thuận chồng cũng như gia đình chồng, phải giữ gìn tài sản của chồng, phải giáo dục con cái, và phải chung thủy với chồng.

Kinh Trường A Hàm 31

Đây là lời Đức Phật dạy tiếp theo về bốn phận của người phụ nữ đối với vị hôn phối của mình. Trong gia đình, người vợ cần phải tự nguyện gánh lấy nhiều hơn trách nhiệm giáo dục con cái và gìn giữ cai quản tài sản của chồng.

Người vợ phải hành xử đúng mức, hợp thời, khôn ngoan, sáng suốt không những trong đời sống gia đình mà còn trong mọi sinh hoạt thân quyến, bạn bè và xã hội nữa. Đặc biệt ở đây, Phật nhắc nhở đến vấn đề tài chính phải được tin tưởng và giao phó cho người phụ nữ nắm vững. Yếu tố then chốt hạnh phúc gia đình là sự yêu cầu tin tưởng giao phó tài sản và khả năng của người vợ. Trái với cách ứng xử của người chồng đối với vợ cần phải đặt trên căn bản tình yêu chung thủy và lòng kính trọng vợ, bốn phận người vợ ở đây được quan tâm trên sự tổ chức sắp xếp tài trí của người phụ nữ.

Trong Kinh Trường A Hàm, Phật dạy người vợ phải có năm bốn phận đối với chồng cũng giống như bốn phận của người chồng đối với vợ, nhưng có một điều cần để ý nhất là lòng chung thủy trung thành của đôi lứa được Phật nhấn mạnh cho cả hai bên. Đúng vậy, chỉ cần một yếu tố quan trọng này là đủ sức để giữ vững hạnh phúc tình cảm và kiến lập một gia đình êm vui thuận hòa tốt đẹp.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để cha mẹ và con cái thông cảm nhau nhiều hơn?

Dù rất yêu thương con đến nỗi có khi yêu luôn cả cái thế giới của con, không phải người làm cha mẹ nào cũng có thể dễ dàng thay đổi quan niệm hay tư tưởng của mình vì con.

Kinh Bản Sanh 544

Quả tình thật khó mà thay đổi được tư tưởng, quan niệm của một người nào về bất cứ một điều gì. Đối với cha mẹ thì lại còn khó

hơn. Trong mắt cha mẹ, người con luôn luôn là một đứa trẻ thơ dù đứa con ấy đã trưởng thành, đã vững chãi trong cuộc sống. Cha mẹ dù tám mươi tuổi vẫn thương con sáu mươi.

Cha mẹ bạn luôn nhớ hình ảnh ngây thơ bé bỏng của bạn, khi bạn chỉ là một chú nhóc tí lùn tũn quần quít bên chân họ. Thực sự họ luôn nhớ đến quãng thời gian mà bạn còn là một bào thai mong manh chưa sanh ra. Họ đã vui sướng, đã hồi hộp lo âu, đã đợi chờ suốt bao nhiêu ngày tháng dài, và rồi ngày bạn lọt lòng mẹ, cất tiếng khóc chào đời, bé bỏng đáng yêu trong tay họ. Vì thế rất khó mà lay chuyển, thay đổi được tư tưởng cha mẹ để cùng hoà điệu với ý kiến quan điểm của bạn hiện nay.

Cha mẹ bạn thương yêu bạn nhiều lắm, và chắc chắn, không nghi ngờ gì cả, bạn cũng đã hết sức khuyên giải trình bày với cha mẹ mình những gì bạn nghĩ, bạn muốn, bạn cần, nhưng để thay đổi suy nghĩ hay quan niệm của họ về một vấn đề gì đó thì quả tình đó là một sự khó khăn nhất trên đời. Sự cảm thông thực sự giữa cha mẹ và con cái, giữa người già và người trẻ không phải dễ dàng.

Do đó, bạn cần nên nhớ hai điều chính sau đây. Thứ nhất, nên nhớ rằng đời sống của bạn chính là của bạn, thì cuộc đời của cha mẹ là của cha mẹ, hãy nên để cha mẹ sống tự do theo ý của cha mẹ. Thứ hai, theo lời Phật dạy, bạn cần phải luôn khắc ghi trong lòng là cha mẹ rất thương yêu và hy sinh tất cả cho con nên họ rất mong muốn con sẽ được sống hạnh phúc. Đó là một sự kiện tự nhiên như gió thổi thì mát, trăng tròn lại khuyết; cha mẹ thương con và lo cho con cũng tự nhiên như đất trời vậy.

Vì thế, nếu thực sự bạn cần phải thay đổi quan điểm của họ – tốt hơn hết không nên dùng lời nói tranh cãi trình bày – bạn chỉ cần chứng tỏ cho họ thấy là bạn đang rất hạnh phúc, rất vui vẻ, rất thành công qua nếp sống, qua phương cách hành xử, qua sự giao tiếp, trong công việc của bạn, trong đời sống lứa đôi của bạn, v.v. Chắc chắn cha mẹ bạn, vì thấy bạn hạnh phúc thực sự, sẽ tự thay đổi và hiểu bạn nhiều hơn, thông cảm bạn nhiều hơn, và chính bạn rồi cũng sẽ làm cha mẹ sau này, bạn sẽ biết cách xử thế sao cho tất cả mọi người đều hòa hợp, vui vẻ, cảm thông nhau sâu sắc hơn.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để săn sóc cha mẹ khi già yếu?

Ngày xưa tôi đã được cha mẹ săn sóc thương yêu, bây giờ khi cha mẹ già nua đau yếu, tôi phải kính thương và săn sóc phụng dưỡng họ. Tôi sẽ thực hành y theo tất cả những gì cha mẹ tôi đã làm cho tôi. Tôi sẽ gìn giữ hạnh phúc gia đình cũng như tất cả những truyền thống tốt đẹp của dòng họ. Tôi sẽ bảo vệ, quản lý và phát triển tất cả tài sản mà cha mẹ để lại cho tôi.

Kinh Trường A Hàm 31

“Xưa kia tôi được cha mẹ thương yêu chăm sóc, bây giờ khi cha mẹ già yếu, tôi phải kính thương phụng dưỡng họ.” Câu nói đó thật tuyệt vời cảm động xiết bao, nhưng ngày nay, ít có ai thực hiện. Lời dạy của Phật thật ý nghĩa thâm thúy vô cùng, không chê trách vào đâu được: người con phải luôn giữ bốn phận kính hiếu và phụng dưỡng cha mẹ không những trong lúc tuổi xế chiều mà mọi thời, mọi lúc, mọi nơi. Cha mẹ càng sống lâu, người con hiếu thảo càng vui mừng, càng hết lòng phụng dưỡng tôn thờ, càng cầu nguyện cho cha mẹ sống đời trăm tuổi với con. Đó mới đúng là đạo hiếu.

Xưa kia khi Đức Phật còn tại thế, người ta chỉ sống độ khoảng sáu, bảy chục tuổi. Tuy nhiên ngày nay, có thể do đời sống vật chất sung mãn hơn, y học tiến bộ hơn, người ta có thể kéo dài tuổi thọ nhiều hơn, có người sống đến tám, chín chục tuổi cũng là lẽ thường. Theo thống kê trên thực tế thì chỉ có một số ít các quốc gia văn minh giàu có trên thế giới mới thực hiện được chương trình chăm lo sức khỏe người già yếu, neo đơn, bệnh tật; ngoài ra tất cả đều do gia đình tự đảm trách bốn phận ấy, vì thế nếu cha mẹ không thể tự lo liệu được, con cái phải gánh vác bốn phận và trách nhiệm chăm sóc cha mẹ khi họ già yếu ốm đau.

Hãy đọc kỹ lại lời dạy của Đức Phật về hạnh hiếu. Hạnh hiếu là hạnh Phật. Người con phải tuân giữ truyền thống của gia đình, phải biết giữ gìn cẩn thận và phát triển tài sản của cha mẹ để lại, phải làm rạng danh tổ tiên dòng họ. Phật đã dạy chúng ta những nguyên tắc cần yếu phải tuân thủ để trở thành người con chí hiếu. Đúng vậy, phương cách sâu xa, chuẩn xác, đúng đắn nhất để vinh danh dòng họ chính là phát huy truyền thống, tài sản, và gương sáng của ông bà, cha mẹ ngay đời sống hiện tại và tương lai.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi gia đình bị khủng hoảng?

Thành viên trong gia đình nương tựa vào nhau như cây cối trong rừng bám vững chắc với nhau, không hề hấn suy xuyên gì khi bị mưa sa bão táp. Nếu cây nào đứng riêng rẽ một mình, dù là cổ thụ, vẫn có thể bị trốc gốc đổ nhào xuống bởi cuồng phong.

Kinh Bản Sanh 74

Đức Phật thường nhắc nhở chúng ta rằng chúng ta không khác gì những sinh linh khác, ngay cả loài cây cỏ. Phật đã khéo léo dùng ẩn dụ cây cỏ để thuyết minh sự nương tựa, tương trợ lẫn nhau của loài người – đó là rễ cây bám sâu chắc vào lòng đất, nuôi sống các cành lá tươi tốt xanh thắm.

Con người cũng vậy, như loài cây cỏ, đều nương tựa, giúp sức nhau như các cành lá quấn quít xen kẽ đan chặt vào nhau và vươn lên phát triển sức sống nhờ vào rễ cây bám sâu chắc vào lòng đất. Các thành viên trong gia đình ủng hộ, che chở, và giúp sức cho nhau chống lại những nghịch cảnh phong ba cuộc đời, không để cho một ai bị xâm phạm, bị đe dọa, bị nguy hiểm, cũng giống như cây cối trong rừng nương tựa vào nhau, chống đỡ cho nhau mỗi khi bị cuồng phong bão táp.

Có một câu ngạn ngữ: “Một cây làm chẳng nên non, ba cây chụm lại lên hòn núi cao.” Đúng vậy, nếu chúng ta sống đơn độc cô lẻ như cây một giữa rừng thì chúng ta chắc chắn dễ bị đốn ngã; chỉ cần một cơn gió lốc thổi, thân cây cô độc đó sẽ bị trốc gốc ngã nhào, nhưng nếu chúng ta cùng đứng chung lại với gia đình thì tất cả thành viên trong gia đình, dòng họ sẽ sát cánh ủng hộ, che chở, nâng đỡ cho nhau. Sức mạnh tập thể gia đình là sự đoàn kết tin tưởng nhau.

Cây cối trong rừng cũng vậy. Chúng vươn dài cành lá, quấn quít vào nhau để tăng thêm sức mạnh, thêm vững chắc mỗi khi gió bão nổi lên. Chúng ta có giống như loài cây không? Có vươn dài đôi tay ra giúp đỡ, che chở cho nhau để cùng ứng phó bão táp cuộc đời không?

Thực tế thì đôi khi cũng ít có hay khó có sự hòa hợp, thông cảm, hiểu biết hay thương yêu nhau giữa những thành viên trong gia đình. Rễ cây tình thương của chúng ta nhiều khi đã bị lung lay, bị nghiêng ngả, bị trốc gốc vì thành kiến, vì bất đồng tư tưởng, vì sai biệt quan điểm, v.v. tuy nhiên dù thế nào đi chăng nữa, chúng ta cần phải xóa bỏ hết đi những tị hiềm, hiểu lầm đó mà mở rộng vòng tay đón nhận nhau, che chở cho nhau, nâng đỡ nhau để cùng tiến bước trên con đường đời vốn

dĩ quá nhiều chông gai sỏi đá. Nếu chúng ta ủng hộ và thương yêu những thành viên trong gia đình, chắc chắn họ sẽ ủng hộ chúng ta và thương yêu trở lại chúng ta. Sức mạnh tinh thần tập thể gia đình thân tộc đó là sức mạnh lớn nhất của loài người.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì nếu gặp phải đứa con ngỗ nghịch?

Những đứa con ngỗ nghịch, khó dạy bảo thật sự đã làm cho cha mẹ phiền muộn đau khổ đôi khi đến chết, tuy nhiên những bậc làm cha mẹ luôn luôn tha thứ cho chúng bởi vì chúng là con cái của họ, do chính họ sanh ra.

Thi hào Bankei

Tại sao chúng ta lại có thể chịu đựng được những đứa con ngỗ nghịch, càng càng khó dạy bảo như thế nhỉ? Tại vì, như Bankei nói, những đứa con ngỗ nghịch đó là hình ảnh phản chiếu lại chính bản thân chúng ta.

Chúng ta cưng yêu, chịu đựng con cái chúng ta. Chúng ta không muốn làm tổn thương chúng. Đó là một mặt tốt của những bậc làm cha mẹ, tuy nhiên quá nhiều khi chúng ta không bao giờ vạch ra sự giới hạn phải có của hành vi, cách sống hay nếp suy nghĩ của con mình. Chúng ta không bao giờ dám nói tiếng 'không' với chúng cả. Sự cưng chiều quá độ của chúng ta có thể đã làm hư hại chúng, có khi đến mức không thể vãn hồi được. Đó là khuyết điểm, mặt xấu của cha mẹ không biết hướng dẫn, dạy dỗ, giáo dục con cái.

Đức Phật không nói chúng ta phải quá nghiêm túc, khắc nghiệt với con cái. Phật cũng không muốn chúng ta bóp méo hay làm lệch lạc tâm hồn non nớt của chúng. Phật dạy chúng ta phải biết nuôi dưỡng tánh tốt, trí tuệ của trẻ con. Hơn thế nữa, chúng ta phải biết hướng dẫn dạy bảo cho chúng nhận thức rằng hạnh phúc và sự hài lòng vừa ý luôn đến từ bên trong tâm hồn, không phải từ bên ngoài.

Trong thực tế, phần đông các bậc làm cha mẹ luôn nghĩ là con mình không bao giờ hiểu biết hoặc thông suốt được cái gì cả. Trong mắt họ, những đứa con luôn là những trẻ nít, chưa bao giờ khôn lớn, trưởng thành. Lúc nào chúng ta cũng muốn răn đe, dạy bảo, nhắc nhở chúng từng ly từng chút. Lẽ đương nhiên tâm lý của những trẻ con rất khó mà chấp thuận cái lối hành xử ấy của cha mẹ chúng; chúng muốn được xem là người lớn, có chiều sâu tư tưởng. Vì thế, chúng ta cần nên hiển bày

cho con cái chúng ta biết rằng chúng ta tôn trọng tư tưởng, cảm nghĩ, và tình cảm của chúng, đồng thời nghiêm túc, khéo léo dạy bảo chúng sống chính trực, trung hậu, hữu ích và hướng về đời sống nội tâm, tinh thần cao thượng.

Đừng bao giờ để con mình vượt giới hạn và vị trí của chúng. Đừng bao giờ nuông chiều con cái quá mức và cho rằng đó mới là tình thương cha mẹ ban cho con. Hãy chứng tỏ cho con cái hiểu rõ rằng cha mẹ của chúng đã sống, đã lớn khôn, đã thành đạt từ sự giáo huấn nghiêm túc của ông bà, tổ tiên trước kia và đó chính là sự quan trọng nhất trong phương cách giáo dục trẻ con thành người tốt, có hữu ích giá trị cho quốc gia, xã hội và nhân loại.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi được gia đình viếng thăm?

Hãy đối xử tử tế, nhã nhặn, cung kính tận sức, hết lòng khi được các thành viên gia đình viếng thăm, bởi vì 'nhân nào quả nấy', chúng ta sẽ được ân thưởng lại ngay kiếp sống này và những kiếp lai sinh.

Trích trong Saddharmaratnavaliya

Chúng ta đều biết rõ thật khó mà làm vừa lòng một ai, nhất là người trong gia đình với nhau. Khi những mùa lễ hội hay nghỉ hè đến, bà con dòng họ thường hay viếng thăm nhau, có khi chỉ đôi ba ngày, cũng có khi lâu hơn. Khi bà con dòng họ viếng thăm chúng ta, Phật không yêu cầu đòi hỏi chúng ta phải trở thành những người chủ nhà toàn hảo, vì thực tế rất khó mà thực hiện nổi. Không ai vừa lòng ai cả, ngay cả trời đất mà còn không chịu lòng được ai hết, huống chi những con người bình thường như chúng ta đây?

Những gì Phật dạy chúng ta đều có hai mặt. Thứ nhất, Phật dạy hãy cư xử hết lòng hết dạ với tất cả gia đình dòng họ, hãy đối xử với họ thật trung thực, tử tế, hòa nhã, khiêm cung mọi nơi, mọi lúc. Thứ hai, những gì chúng ta đối xử với người khác sẽ được hoàn trả lại y như vậy. Nhân nào quả nấy, có thể ngay trong đời này, chúng ta sẽ được đền trả tốt đẹp lại y hệt như chúng ta đã đối xử với người, có thể trong những kiếp lai sinh mà chúng ta không thể tưởng tượng nổi.

Đó là một tư tưởng tuyệt mỹ. Có thể bạn cũng như tôi có chút nghi ngờ về kiếp sau, tuy nhiên bạn có thể thấy rõ quan điểm của Phật về sự chăm sóc nâng đỡ nhau của bà con dòng họ. Hãy cư xử thật tốt với nhau, vì gia đình là một yếu tố của xã hội, của quốc gia, của thế hệ mai

sau. Chúng ta sẽ thấy cuộc đời này, thế giới này là một nơi đáng yêu, đáng sống, và chan hòa tình thương. Đừng lên án một ai hay một vấn đề gì, đừng chê bai chỉ trích một ai hay một vấn đề gì, đừng phiền muộn gì cái thế giới này. Sống được như vậy, những điều tốt đẹp mà chúng ta cư xử với mọi người chung quanh sẽ lan rộng ra, và kéo dài đến tận những thế hệ con trẻ mai sau.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì đối với một người bạn bị ghiền ma túy?

Khi một người nào đó bị lệch lạc tư tưởng và có những hành động sai lầm, tốt hơn hết là những người bạn chân tình của hắn phải biết khuyên răn, nâng đỡ, lôi kéo, thậm chí có khi phải dùng đến vũ lực, cốt sao giúp kẻ lầm đường lạc lối kia quay trở về đường ngay nẻo thẳng.

Kinh Bản Sanh 20. 23

Thời đại tân tiến ngày nay của chúng ta đã xô đẩy chúng ta đến tận bờ vực của bất an và trầm cảm, nhưng đồng thời nó cũng cho chúng ta nhiều phương cách để giải thoát khỏi những doanh vây phiền muộn, bức xúc đó, thí dụ như những vở hài kịch, những buổi hòa nhạc, những trò chơi giải trí, những công viên xanh tươi mát mẻ, những thức ăn bổ dưỡng, những buổi họp mặt cuối tuần với gia đình, những cuộc du ngoạn, v.v.

Tất cả những thú tiêu khiển thân tâm đó đều giúp chúng ta phóng xả được những bất an, và khiến chúng ta có thể đổi mặt đương đầu trở lại được sức ép mãnh liệt của bốn phận và công việc. Song, cái thế giới hiện đại văn minh này cũng tạo cho chúng ta những cách thức rất tiêu cực và nguy hại khi chúng ta tìm cách trốn chạy những bất an, thất vọng, bất mãn, lo buồn bởi những áp lực của xã hội như là tự buông trôi đời mình, sống buông thả phóng túng, đắm mình trong truy lạc, trong men rượu, trong ma túy hoặc bùng nổ, phản nộ, sử dụng bạo lực hoặc trầm uất, tự tử và điên loạn . . .

Chúng ta đã từng chứng kiến những người bạn hay những người xung quanh chúng ta bị trôi lăn tụt dốc thảm hại như vậy. Chúng ta có phải là những người bạn chí thành chí thiết của họ không? Có phải là những người bạn cứu tinh tốt bụng của họ không?

Có lẽ Đức Phật chưa bao giờ nghe những danh từ ‘chỗ mũi, can thiệp, dính líu, xía vào’ chuyện của người khác, nhưng chắc chắn đó là điều mà Phật mong mỗi chúng ta nên làm, cần làm nếu việc làm đó thiết

thực, đúng đắn, đem lại lợi ích cho người. Thậm chí nếu bắt buộc phải dùng đến vũ lực để giúp bạn chúng ta quay trở về đường ngay nẻo thẳng, thì chúng ta cũng phải ra tay một khi sức mạnh ý chí hay tinh thần của bạn chúng ta đã kiệt quệ, không thể tự lực đương đầu đối phó nổi những cơn ghiền ma túy hay những ma lực nguy hiểm khác.

Đó là một việc làm, một công tác thật sự khó khăn đòi hỏi sức kiên nhẫn và tình thương của chúng ta trên cuộc đời này, và đó cũng là một việc làm chẳng lợi lộc, chẳng danh tiếng gì cả, nhưng đó chính là một hành vi can đảm, cao thượng, thiêng liêng, và thánh thiện vô cùng.

Đó chính là việc làm phát xuất từ tình thương vô điều kiện – Tình Thương Vô Duyên Từ của Đức Phật và của chính chúng ta.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để giúp đỡ người khác?

Ta sẽ không bao giờ bỏ rơi bất cứ một chúng sinh nào. Ta thương yêu chúng sinh bình đẳng như nhau. Ta sẽ hướng dẫn tất cả chúng sinh đến tận cõi Niết Bàn giải thoát.

Lời Đức Phật

Từ thời gian này qua thời gian khác, từ sự tái sinh này qua sự tái sinh khác, Đức Phật đã cho hết tất cả, ngay cả bản thân mạng sống của Ngài để cứu độ chúng sinh, nhưng chúng ta chưa phải là Phật, chúng ta phải làm sao?

Đức Phật dạy chúng ta phải thực hành Bồ Tát đạo, phải trở thành những vị Bồ Tát bồ xứ thực thụ, nguyện trở về lại cái thế giới Sa Bà đầy khổ đau, phiền não, bất an này để cứu độ giáo hóa chúng sinh. Những câu nói của Đức Phật trong bộ kinh Viên Giác đã toát yếu lý tưởng Bồ Tát đạo mà chúng ta nên phát tâm thực hành tinh tấn theo.

Đó là hạnh nguyện lợi tha của một vị Bồ Tát, người đã phát nguyện hy sinh cống hiến cả cuộc đời mình cho tất cả chúng sinh hữu tình. Quả đúng vậy, hạnh nguyện đó thật thiêng liêng và từ ái bi mẫn vô cùng, và triệu triệu thập phương vô số chư vị Bồ Tát ở khắp mười phương đều lập đi lập lại lời thệ nguyện:

Chúng sinh vô biên thệ nguyện độ

Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn

Pháp môn vô lượng thệ nguyện học

Phật đạo vô thượng thế nguyện thành.

Các bạn hãy thực tập hạnh Bồ Tát này đi và lòng từ bi vô lượng sẽ nảy mầm đơm hoa trong trái tim các bạn.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để củng cố tình bạn?

Chỉ bước song hành bấy bước với chúng ta là người bạn mà chúng ta nghĩ tới khi cần sự giúp đỡ. Bước mười hai bước với chúng ta là người bạn đồng chí hướng. Cùng bước với chúng ta hàng tuần hàng tháng là anh em với chúng ta, nhưng bước lâu dài hơn trong cuộc đời, họ trở thành chính chúng ta, tuy hai mà một.

Kinh Bản Sanh 83

Có lẽ câu hỏi trên nên sửa lại chút ít rằng: “Đức Phật không nên làm những gì để củng cố tình bạn?” Bởi vì Phật đã từng thực hành vô số phương tiện để xiết chặt sợi dây thân ái giữa mọi người lại với nhau.

Giúp đỡ bạn khi cần thiết tức là chúng ta gần gũi và sống với bạn nhiều hơn. Phật dạy rằng chúng ta cần phải chia sẻ và giúp đỡ bạn khi cần thiết, không phải là nịnh bợ hay sợ hãi lòn cúi nhưng cốt yếu là xây dựng một nhịp cầu liên lạc mật thiết hơn, sâu sắc hơn giữa chúng ta và bạn.

Phật nhấn mạnh rằng sự tương quan mật thiết giữa bằng hữu với nhau cần phải duy trì, nuôi dưỡng và phát triển vì nó sẽ giúp chúng ta nhận thức sâu sắc hơn về chính bản thân mình.

Nói tóm lại, bằng hữu là ai? Đó có phải chăng là trong người đó, chúng ta thấy rõ sự tương quan tương tức của tất cả vạn loại chúng sinh liên hệ chằng chịt với nhau? Chúng ta thương yêu bạn của chúng ta bởi vì chúng ta hiểu họ, chúng ta chia sẻ với họ, chúng ta liên quan với họ.

Sự giúp đỡ nhau trong tình bạn sẽ nảy sinh tình đồng chí hướng đưa đến sự kết nghĩa đệ huynh, và yêu thương nhau như ruột thịt, có thể sống chết vì nhau, vì cả hai liên đới mật thiết với nhau, tuy hai mà một, đồng một thể bất phân ly.

Đồng hành với nhau, có mặt trong nhau, chúng ta nhận thức sâu xa rằng chúng ta và bạn không bao giờ ngăn cách.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để thấu suốt sự tương quan giữa vạn loại chúng sinh với nhau?

Trong sự tương quan giữa vạn loại chúng sinh, không có một loại chúng sinh hữu tình nào mà không đã từng đắp đổi làm cha làm mẹ chúng ta, ít nhất là một lần. Vì thế, chúng ta hãy làm tất cả điều lành để hồi hướng phước báu cho họ. Đó cũng là một cách báo hiếu báo ân cho ông bà, cha mẹ chúng ta từ vô lượng kiếp trầm luân sanh tử.

Lời dạy của Nữ Thần Trí Tuệ Dakinis 1

Thế giới này thật lâu xưa, lâu xưa hơn chúng ta tưởng tượng và tin nổi. Đức Phật dạy rằng trải qua vô lượng a tăng kỳ kiếp và vô biên vô số tiến trình đầu thai và tái sinh, mỗi một loại chúng sinh hữu tình đều đã từng thay đổi, đổi thay làm cha làm mẹ chúng ta ít nhất là một lần. Tình thương mà họ dành cho chúng ta trong vô lượng kiếp luân hồi đó cần được báo đền. Chúng ta cần phải tôn trọng, tri ân, thương yêu và báo ân cho họ bằng cách làm tất cả mọi hạnh lành hồi hướng phước báu, cầu cho họ được giải thoát.

Lời dạy này tìm thấy trong Phật Giáo Nguyên Thủy Tây Tạng, do đại sư Liên Hoa Sinh tuyên thuyết ra. Ngài không mong đợi hay yêu cầu chúng ta phải cứu độ giải thoát tất cả chúng sinh hữu tình nhưng hãy chí thành khẩn thiết hồi hướng công đức khi thực thi những hạnh lành cho tất cả pháp giới chúng sinh đều được giải thoát khỏi luân hồi sinh tử.

Với lòng đại từ đại bi đó, đại sư Liên Hoa Sinh nhấn mạnh rằng chúng ta nên làm bất cứ điều thiện nào, dù nhỏ nhoi nhất, cho hạnh phúc và giải thoát của chúng sinh. Dù chúng ta tin hay không tin về thuyết tái sinh, thì sự thực hành những việc làm tốt đẹp đó cũng giúp chúng ta đền trả báo đáp phần nào tình thương của vạn loại chúng sinh đã từng làm cha mẹ chúng ta, đồng thời cũng là một phương tiện hữu hiệu đánh thức tâm từ của chúng ta đối với tất cả các loài hữu tình và vô tình trên thế gian này.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi người ta ganh đua nhau?

Nếu một cặp vợ chồng nào đó có bấy đứa con và trong số đó có một đứa bị đau yếu èo oặt, thì bậc làm cha mẹ bao giờ cũng nghĩ nhớ và thương xót đứa con đau yếu bệnh tật này nhiều hơn. Đức Phật cũng vậy, Ngài thương yêu và tìm cách cứu độ trước hết chúng sinh nào còn lầm lạc vô minh nhất.

Thiền sư Nichiren

Đức Phật yêu thương tất cả mọi người, nhưng Ngài không ban phát thì giờ đồng đều nhau cho mọi người. Ngài luôn luôn đến với người nghèo khổ nhiều hơn là kẻ giàu. Chúa Giê Su cũng vậy. Điều đó thoạt xem qua như có vẻ không bình đẳng, nhưng kỳ thực đó chính là cách bộc lộ tình thương đối với chúng sinh rõ rệt nhất của các đấng tối cao thánh thiện.

Thiền sư Nichiren so sánh tình thương của Phật đối với chúng sinh như cha mẹ thương yêu chăm sóc con đỏ của mình. Cha mẹ giống như bậc lương y, từ mẫu luôn quan tâm chú ý đến bệnh nhân nào, đứa con nào cần sự chăm sóc đặc biệt nhất. Đó không phải là sự lấy lòng cũng không phải là ân huệ gì cả, đơn thuần đó là tình thương từ ái của bậc làm cha mẹ, vì thế không thể đòi hỏi sự bình đẳng trong tình thương được.

Khi một đứa bé bị đau nặng, nó cần sự chăm sóc đặc biệt và có thể sự chăm sóc đó sẽ kéo dài hàng tháng hàng năm. Trong sự khủng hoảng tinh thần, không những chỉ có những đứa trẻ con mới cần sự quan tâm đặc biệt mà ngay cả những người lớn, khi chạm trán đối mặt với những lo âu phiền muộn hay bất an đau khổ, họ cũng đều cần đến sự chăm sóc quan tâm chú ý của người thân.

Chúng ta phải làm sao? Câu trả lời là tình thương. Những việc làm của chúng ta đều và phải bắt nguồn từ tình thương. Muốn giúp người khác thoát khỏi âu lo, muốn trấn an người khác, chúng ta cần phải hiểu, quan tâm tới và thương yêu họ. Khi một đứa bé hay một người bạn biết rằng chúng ta thực sự thương yêu quan tâm đến họ, họ có thể kiên nhẫn chờ đợi sự ban phát chia sẻ lòng triu mến quan tâm đó của chúng ta; điều đó không có nghĩa là họ thích chờ đợi – nhưng có nghĩa rằng họ có thể xử lý tốt tình trạng chờ đợi đó. Người thân hay bạn hữu của chúng ta đang trông đợi và rất vui khi chúng ta đến với họ bằng cả một tấm chân tình.

---o0o---

Chương IV - Khát Vọng Đời Sống

Ồ, đây mới đúng là mật ngọt chết ruồi đây! Những khát vọng trần tục, những cuồng si, những khoái lạc như tiền bạc, địa vị, quyền lực, sắc đẹp, nhục dục, v.v. mà cả một đời người chúng ta ngụp lặn trong đó. Chúng ta reo cười, hớn hở đón chào những khoái lạc đó; chúng ta vỗ

tay tưng bừng mở tiệc, uống ăn hả hê hay nhào lộn tan biến trong những lạc thú mà chúng ta cho đó là mục tiêu cuộc sống đời người của chúng ta. Tất cả những cái mà con người hứng thú, tranh dành chụp giựt đó nghe qua có vẻ thật hấp dẫn, thật quyến rũ xiết bao, nhưng nào ai có biết đâu, ngay trong cái ảo giác cuồng si đó, đã ẩn chứa biết bao là đau khổ, tuyệt vọng. Chúng ta đã và đang gây đau khổ cho chính chúng ta bởi những khát vọng đam mê si cuồng trần tục. Tại sao thế?

Hơn ai hết, Đức Phật đã cảnh giác chúng ta về sự ảo giác cuồng vọng này, bởi vì càng mê say dục lạc thì càng lún sâu vào khát ái tham vọng. Và sự khát ái tham vọng đó sẽ và chỉ đem đến cho chúng ta đau khổ, thất vọng mà thôi. Chúng ta không biết đau khổ sẽ đến với chúng ta lúc nào nhưng chắc chắn nó sẽ tới. Đôi khi đau đớn khổ sở sẽ đến tức thì, chẳng hạn như khi chúng ta ngẫu nhiên vội vàng những món ngon thì sau đó bụng sẽ linh sinh khó tiêu, bao tử sẽ quặn thắt từng cơn; nếu chúng ta vụng trộm che dấu cái gì thì chúng ta luôn cảm thấy sợ hãi, ngay cái bóng cây lay động cũng khiến chúng ta giật mình thon thót hoặc có khi chúng ta phó mặc, phể hủ cuộc đời chúng ta tàn tạ tiêu mòn đi trong ma túy, rượu nồng.

Thế thì có bao giờ chúng ta tự hỏi, làm sao chúng ta có thể vui hưởng cái thế giới và cái thân xác vật chất này mà không bị tiêu mòn, hủy diệt không? Ý tưởng này có vẻ cường điệu, lỗ bịch quá chăng? Có thể đấy, nhưng thực tế thì đấy chính là một cuộc chiến mà chúng ta phải chiến đấu từng ngày.

Tham vọng của chúng ta thật vô tận. Nó như một ngọn lửa rực cháy khó dập tắt, và cuộc đời chúng ta thì ngắn ngủi, vô thường, mong manh, giả tạm. Đức Phật có thể giúp chúng ta giải quyết sự mâu thuẫn đối kháng này. Những lời dạy của Ngài trong chương bốn này sẽ hướng dẫn chúng ta trực chỉ tiến thẳng tới cốt tủy giáo lý của Phật, và chắc chắn trí tuệ do tu tập theo lời Phật dạy sẽ chuyển hóa được khát vọng cuồng si của chúng ta.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi bị say xỉn?

Có sáu hậu quả khi bị say xỉn: thất thoát tiền bạc, tăng trưởng lòng sân hận thích gây sự, nguy hiểm bệnh tật, tà ma quấy nhiễu, hành vi lỗ lã đê tiện, và trí tuệ bị giảm sút.

Kinh Trường A Hàm 31

Đức Phật không bao giờ thấy mệt mỏi ngán ngẫm khi phải luôn miệng răn đe nhắc nhở chúng ta rằng mỗi một hành động, dù thiện hay ác, phải hay trái, đều mang sẵn hậu quả của nó.

Uống rượu có thể cho chúng ta một khoảnh khắc thời gian nào đó sáng khoái, nhưng say sưa be bét luôn dẫn chúng ta tới sáu trường hợp tệ hại nói trên.

Như thế có phải là Đức Phật chống đối, ngăn cấm việc uống rượu không? Lẽ dĩ nhiên, nhưng đó chỉ dành cho các vị tu sĩ đệ tử xuất gia của Ngài mà thôi. Riêng phần đông chúng ta, những người thế tục, giới luật để tuân thủ là ‘không nên lạm dụng các chất men say’.

Thế nào là lạm dụng? Có nghĩa là chúng ta phải biết tự kiềm chế lấy chúng ta, phải biết dừng lại đúng lúc; nếu không là chúng ta đang lợi dụng, đang lạm dụng và tự biện hộ cho hành vi sai trái của mình.

Chúng ta đều biết rượu vang bồi bổ cho tim mạch. Một ly rượu vang thôi không có nghĩa là lạm dụng mà trái lại có thể sẽ tạo hiệu quả tốt cho cơ thể như chất thuốc vậy. Tuy nhiên mỗi người chúng ta cũng phải nên tự hỏi: “Rượu vang này có tác dụng gì trên sự tỉnh giác của tôi? Tôi có thể nào uống ly rượu này mà vẫn giữ được tỉnh táo, chừng mực hay không?”

Nếu câu trả lời của chúng ta là ‘không’ thì chúng ta phải dừng, bắt buộc phải dừng lại ngay sự thèm khát uống rượu của chúng ta. Và thực sự thì ‘không uống, không lạm dụng các chất men say’ là giới luật cần phải tuân thủ cho tất cả mọi người.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì nếu không muốn bị ghiền cà phê?

Đất nước chúng ta đầy đầy những người như ho hen, bệnh hoạn, yếu ớt. Tại sao vậy? Tại vì những người đó không chịu uống trà. Vì thế bất cứ khi nào chúng ta cảm thấy mệt mỏi, bần thần hay ốm đau, chúng ta nên và cần phải uống trà.

Kissa Yojoki

Thật xin lỗi khi chạm đến cái thú, hay có thể nói là cơn ghiền cà phê của quý vị, nhưng thực ra thì dù là ghiền cà phê hay ghiền bất cứ cái gì khác, không phải là điều mà Đức Phật tán đồng hay ủng hộ.

Vâng, vâng, có thể như lời quý vị nói, cà phê có tác dụng giúp quý vị tỉnh táo, giúp quý vị năng động hơn, linh hoạt hơn. Cũng có thể (như lời

quí vị cho rằng) một tách cà phê buổi sáng cũng linh nghiệm như một thông lệ cầu kinh, quí vị không thể thiếu nó được, tuy nhiên cái 'thông lệ đặc biệt' đó không thể nào được xem là một thành quả thiên định được, mặc dù quí vị có thể phải mất cả 15 hay 20 phút đồng hồ mỗi ngày để pha chế một tách cà phê rất ngon, rồi nhâm nhi nó, hưởng dụng nó và không thể thiếu nó được. Mỗi ngày phải có ít nhất một tách cà phê trong người. Cà phê đã trở thành một chất liệu nuôi dưỡng, một chất 'máu ngọt màu đen' trong cơ thể quí vị, không có không được.

Câu nói của Kissa Yojoki ở trên khuyên chúng ta nên uống trà, đặc biệt là trà xanh thay vì uống cà phê. Trà là một loại thức uống thông dụng, nổi tiếng khắp hoàn cầu, và bổ dưỡng hơn hẳn cả nước, nhưng trà cũng có thể khiến chúng ta bị ghiền nếu chúng ta bị lệ thuộc vào nó. Một khi chúng ta bị lệ thuộc vào một cái gì, cà phê hay trà hoặc bất cứ một thứ gì, chúng ta đã trở thành nô lệ cho đồ vật đó. Hãy tự hỏi ai là chủ nhân, chính chúng ta hay những thứ mà chúng ta cho là chúng ta 'cần.' Nếu là chúng ta thì có cái gì đó đã sai rồi trong cuộc đời của chúng ta vậy.

Nếu thế, có phải chúng ta cần nên bỏ ngay cái thú nhâm nhi cà phê chẳng? Bỏ luôn cả trà nữa? Có cà phê hay không có cà phê cũng không quan trọng, có trà hay không có trà cũng không tác động được gì với chúng ta cả, có nghĩa là chúng ta không nên và không được biến mình thành nô lệ cho ngũ dục, dù chỉ là một tách cà phê hay chỉ một tách trà.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để đạt được sắc đẹp, hạnh phúc, sức khỏe, địa vị, thiên đường?

Một người chân thiện không nên cầu nguyện để có được hạnh phúc, mà thay thế vào sự cầu nguyện tha lực đó, người ấy cần phải bước trên con đường tu tập dẫn tới hạnh phúc thực sự.

Kinh Tăng Chi Bộ 5. 43

Đức Phật cứ nhắc đi nhắc lại câu nói trên cho những ai mơ ước sở hữu được tài sản, hạnh phúc, sắc đẹp, địa vị, và ngay cả thiên đường. Chúng ta không thể nào có được những thứ ấy qua sự cầu nguyện, hay ít nhất là chúng ta cũng không nên tìm cách đạt được những ước mơ ấy qua những lời cầu nguyện.

Lẽ dĩ nhiên, có một cái gì đó trong chúng ta ham muốn thèm thuồng được nắm trọn hạnh phúc, tài sản hay sắc đẹp trong lòng

bàn tay. Chúng ta mong muốn được chiếm hữu chúng một cách thật dễ dàng. Phật có thể cũng tin vào năng lực cầu nguyện, nhưng điều đó không có nghĩa là mọi kết quả đều luôn luôn như ý. Đó chính là một trong những triết thuyết nội tâm vi diệu của Phật. Những gì chúng ta sở hữu được một cách không khó khăn, khổ nhọc đều vô vị, đều khác xa với những thành tích mà chúng ta phải trải qua nhiều gian khổ mới đạt được.

Không có một trái dâu tươi nào ngon ngọt bằng trái dâu chính tay chúng ta trồng và hái ăn. Không có một triết thuyết nội tâm nào thay đổi được chúng ta bằng sự khám phá lấy chính mình. Năng lực của sự cầu nguyện có thể giúp đỡ chúng ta, nhưng chính những bước chân vững chắc của chúng ta trên con đường tu tập mới là phần thưởng duy nhất và xứng đáng nhất. Đôi khi chính con đường thôi đã đủ là phần thưởng rồi.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi cứ phải chọn một nơi nào đó để dùng cơm tối?

Dù món ăn đó bình dân hay vương giả, dù món ăn đó được nấu nướng thiện nghệ tinh xảo hay vụng về vội vàng, dù món ăn đó được bày dọn lên trên mâm vàng đĩa bạc hay trên khay gỗ thô kệch, thì món ăn đó vẫn là món ăn tuyệt vời nhất đối với người thưởng thức nếu nó được nấu với cả tấm chân tình.

Kinh Bản Sanh 346

Có thể đây không phải là một câu hỏi lớn cho phần đông chúng ta. Cũng có thể thực phẩm không phải là một phần quan trọng trong đời sống của quý vị. Ồ, nhưng xin hãy để tôi nhắc nhở quý vị một điều rằng, trong tất cả những khoái lạc ở đời thì thực phẩm lại là trung tâm điểm quan trọng nhất, cần thiết nhất, được sử dụng nhiều nhất, được nói đến nhiều nhất, và giúp con người tương quan liên hệ với nhau nhiều nhất. Hơn thế nữa, thực phẩm lại giúp chúng ta có cơ may lớn nhất, thiện duyên tốt nhất trong sự thực tập tâm linh. Hãy vui vẻ, tươi mát, an nhiên hưởng thụ các món ăn và thực tập theo lời Phật dạy để biết thưởng thức các món ăn như thế nào.

Ở đây, Phật cho chúng ta một công thức cơ bản để nấu ăn và an hưởng các niềm vui khác: đó là sự hưởng thụ những niềm vui với gia đình, với thân tộc của chúng ta cũng như với mọi người khác trong bầu

không khí tràn ngập yêu thương và chia sẻ cho nhau. Niềm vui thực sự chỉ được tìm thấy qua tình thương chân thật và sự chan hòa chia sẻ cùng nhau mà thôi. Đối với tôi, dù món ăn thật đơn giản tầm thường, không cầu kỳ, cũng chẳng cần phải đi tới những nhà hàng sang trọng, đắt tiền nhưng đó lại là món ăn tuyệt hảo nhất nếu nó được nấu bằng cả tấm lòng chân thật và nhất là khi tôi được chia sẻ cùng ăn với người vợ yêu quý của tôi.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì nếu tiêu xài quá mức?

Một khi tất cả những đất đai bên này bờ đại dương đã bị thôn tính, các vị hoàng đế đều muốn xua quân chinh phạt những lãnh thổ bờ bên kia. Như dòng sông không bao giờ lấp đầy biển cả, người ta không bao giờ biết thỏa mãn, vừa lòng.

Huyền thoại Cuộc Đời Đức Phật 11. 12

Sau khi chinh phục toàn thế giới, Đại Đế Alexandre đã phàn nàn rằng không còn một lãnh thổ nào để ông ta chinh phạt nữa. Tuy nhiên mỉa mai thay, ông ta cũng chẳng sống lâu để cai trị những vùng đất mà ông ta đã chiếm hữu.

Thật là điên rồ nhưng chúng ta lại giống như vị hoàng đế Hy Lạp đã chinh phục toàn thế giới đó. Chúng ta cũng không bao giờ biết thỏa mãn, vừa lòng, và biết đủ cả. Những kẻ đầy tham vọng không bao giờ hài lòng với những gì họ đang sở hữu, vì lòng tham đắm, lòng khát vọng muốn chiếm hữu của họ luôn thúc giục, luôn xô đẩy họ lao tới trước để mưu mô tìm phương kế chiếm đoạt, sở hữu càng nhiều càng tốt. Còn những kẻ lười biếng thì tạm thỏa mãn với những gì có được trong tay, nhưng chắc chắn trong lòng những người này đôi khi cũng dấy lên những ao ước, những mong cầu được sở hữu nhiều thứ hơn, nhất là một khi những thứ họ đang nắm trong tay đã hết sạch không còn nữa.

Giáo lý nhà Phật dạy rằng chúng ta sẽ không bao giờ thỏa mãn cả nếu chúng ta không biết tự dừng lại những tham cầu. Chúng ta phải bỏ gậy cái ảo tưởng cho rằng có một cái tôi riêng rẽ đứng biệt lập một cách vui vẻ hạnh phúc ngoài cái thế giới mênh mông đang vây bọc lấy chúng ta. Chúng ta nên suy nghĩ rằng chúng ta giống như đại dương kia đang hớp trọn hết tất cả những giòng thác suối trên quả địa cầu này vào trong cái họng bao la vô tận của nó mà không bao giờ đầy cả. Chỉ khi nào chúng ta quán triệt được rằng chúng ta là tổng thể khối cầu sự sống,

không đơn lẻ biệt lập, thì lúc đó chúng ta mới thực sự an lạc hạnh phúc. Chúng ta là đại dương khát bỏng nhưng chúng ta cũng là những ngọn suối ngọt mát, hiền hòa êm đềm trôi chảy kia. Trong chuỗi nhân duyên chằng chịt pháp giới chúng sinh, không một ai là một đơn vị riêng lẻ, biệt lập cả. Tất cả đều tương quan, tương tức, sinh sinh, diệt diệt cùng nhau, vì nhau.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để cưỡng chống lại sự thèm muốn ăn món tráng miệng?

Chúng ta luôn luôn nuông chiều, cưng dưỡng chính bản thân chúng ta. Đức Phật rất hiểu tâm lý đó. Vì thế, một khi chúng ta đã đáp ứng được hay thỏa mãn những sở thích, khát vọng của chúng ta rồi, chúng ta cần phải giữ mình đừng để bị ô uế vì chúng. Chúng ta đừng để các dục vọng, thèm muốn đó sai khiến chúng ta. Chúng ta cần phải biết sử dụng chính cái năng lực khát vọng đó hướng về sự giác ngộ. Bằng cách nào? Bằng cách giữ vững chánh niệm, cảnh giác tầm hoạt động mãnh liệt của những khát vọng trong nội tâm chúng ta qua thân, khẩu, ý để hoàn chỉnh chúng. Đừng tìm cách sở hữu bất cứ một cái gì, mà trái lại nên tương thông, hài hòa cùng nhau. Đừng ngẫu nhiên ngay thối kẹo súc cù là mà trái lại hãy nghĩ đến sự lao động khó nhọc, cần cù của những người đã tạo ra cây kẹo súc cù là đó hay các món vật dụng, thực phẩm khác cho chúng ta như thóc gạo, hoa quả, vải vóc, nhà cửa, xe cộ, v.v. Một khi chúng ta thực sự thấm thấu và kinh nghiệm thực tiễn được những sở thích hay nhu cầu của chính bản thân mình một cách chính đáng, chúng ta sẽ liễu tri được Một là Tất Cả, Tất Cả là Một dưới lăng kính Phật giáo.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì về những tư hữu vật chất?

Hãy nhìn chúng sinh đang bị bỡ ngỡ loạn xạ trong cái gọi là tài sản quý báu của họ, như những con cá giẫy đành đạch trong con suối khô cạn nước.

Kinh Tiểu Bộ 777

Đức Phật so sánh chúng ta giống như những con cá bi thảm kia đang thoi thóp ngáp ngáp trong bầu không khí tàn độc mà còn ráng ngóc đầu lên nhìn xem trên trời xanh kia còn có cái gì hấp dẫn hay không? Chúng ta đang lao đầu xuống tìm vực nước sâu hơn hay chúng

ta đang hết sức tranh dành để vợ chụp lấy mẫu thức ăn cuối cùng? Phần đông chúng ta thực đáng tội nghiệp! Có phải chẳng chúng ta đang bặm môi lên gân, cố công ra sức vợ vét hay dành giựt lại những tài sản phù du giả tạm kia, ngay cả khi chúng ta đang đối diện với cái chết?

Những hình ảnh trên chính là hình ảnh của chúng sinh, và tôi cũng là một trong những hình ảnh đó. Tôi sẽ kể cho các bạn nghe về cái máy vi tính *của* tôi, và sẽ chờ đợi các bạn hỏi thêm để kể cho các bạn nghe về căn nhà *của* tôi, cái xe *của* tôi. Ngay cả khi tuổi già sòng sọc đến, và cái chết cũng theo sau chạy tới, tôi vẫn cứ hoài công vô ích tiếp tục giãy giụa trong cái gọi là '*của* *tôi*, *cái của* *tôi*' đó. Chúng ta nên nhớ rằng, tài sản đích thực chính là cuộc đời, chính là dòng sinh mệnh, nhưng ngay cả dòng sống đó cũng chỉ là một món nợ đời mà thôi.

Đức Phật không nói chúng ta là chúng ta không được phép hưởng thụ những cái ngon hay những cái đẹp mà chúng ta được may mắn sở hữu. Phật chỉ khuyên chúng ta đừng nên để mình bị say đắm, chết chìm trong vật dục đến nỗi quên mất công cuộc, mục tiêu chính của chúng ta: đó là **tỉnh giác về cái Sống và cái Chết**.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để điều phục khát vọng?

Hãy nhìn những đôi tình nhân chênh lệch kia: nam thì già mà nữ lại trẻ. Họ có cái gì giống nhau chẳng? Tuy tuổi tác chênh lệch nhưng tất cả bọn họ đều nắm chặt những sợi dây khát vọng giống như nhau. Bọn họ đều quay cuồng trong đam mê, khát khao, thèm muốn như nhau. Chi tiết của sự khát vọng không quan trọng, nhưng cái quan trọng nhất chính là chúng ta vương lụy nhiều đau khổ ngay lúc chúng ta vương mắc vào đam mê, khát vọng. Chúng ta sẽ phiền muộn nếu chúng ta mất đi hay không thỏa mãn được những khát khao đam mê, và ngay cả khi chúng ta đang tận hưởng những lạc thú, chúng ta cũng đau khổ vì chúng ta sợ mất đi những lạc thú đó. Chúng ta khư khư ôm chặt lấy dục lạc; chúng ta không muốn mất nó, mặc dù chúng ta phải vật lộn, phải tranh dành, phải đấu tranh, có khi phải mất thân, táng mạng mới chiếm được và để giữ cho bằng được cái gọi là lạc thú vật dục đời người.

Ai không sống như vậy? Tôi đang đánh máy những dòng chữ này trên bàn phím của cái máy vi tính mới mua của tôi. Tôi đã chi trả nhiều tiền để mua cho bằng được cái máy vi tính đời mới này. Tôi rất cần trọng nó. Tôi đã trả tiền bảo hiểm cái máy để phòng ngừa những vấn đề rắc rối, trục trặc khi sử dụng máy. Tôi cũng đã không tự ngăn nổi cái ý

ngĩ cứ xoay vần trong đầu là có nên sử dụng ngay cái máy ngày hôm nay hay là cố đợi thêm một ít lâu nữa? Có nên kè kè mang nó theo mình không mỗi khi đi đâu hay là để nó an toàn ở nhà? v.v. và v.v. Giờ ơi, đó là cái máy vi tính xách tay (laptop) đời mới mắc tiền mà! Tôi có giống như cái tên đàn ông già khom lại còn mê gái trẻ kia không? Tôi có lo ngay ngáy suốt ngày đêm làm sao giữ cho kỹ, ôm cho chặt cái máy vi tính, không để cho nó bị hư, bị trầy trụa, cũng như cái tên đàn ông già kia lo suy tính trăm phương ngàn kế làm sao chiếm được cảm tình, làm sao nắm giữ được, làm sao qua đêm với người tình nhân trẻ...?

Đúng vậy, niềm đam mê khát vọng nắm giữ chặt được cái máy vi tính của tôi có thể dẫn tôi đến đau khổ và thất bại. Rốt cuộc, cái khát khao nắm giữ cái máy và khát vọng tình dục cũng chẳng khác gì nhau. Bản chất khát vọng đều giống nhau, chỉ khác là thích cái gì mà thôi. Người thích tiền bạc, người thích xe hơi, người thích nhà cửa, người thích hột xoàn châu báu, người thích học vấn danh tiếng, người thích làm chủ nhân ông, v.v. nhưng tựu trung lại cũng chỉ là đam mê và khát vọng.

Đức Phật khuyên chúng ta nên sống với những gì chúng ta đang có và hãy chấp nhận sự đến đi, đi đến của vạn sự vạn vật. Qui luật vô thường chi phối vạn hữu. Có trẻ ắt có già, có giàu ắt có nghèo, có sanh ắt có chết, có vui ắt có buồn, có được ắt có mất, có khát vọng ắt có lo sợ, đau khổ... Vì thế, nếu chúng ta giữ vững được chánh niệm khi may mắn được một cái gì thì sẽ giữ được chánh niệm nếu bị mất đi. Nếu không có khát vọng đam mê thì sẽ không có đau khổ, thất vọng.

---o0o---

Chương V - Hãy Hành Xử Đúng Đắn



Đạo đức là gì? Điều đó có ăn nhập gì hay có ý nghĩa gì đối với vấn đề phải hành xử đúng đắn của chúng ta hay không? Mới thoạt nghe qua, chúng ta tưởng như có vẻ dễ hiểu, dễ làm, nhưng quả tình thì không dễ thực hành đâu. Trong cái thế giới thực tiễn thực dụng này, nói một cách trắng trợn, thẳng thừng và phũ phàng là chúng ta đã khó hiểu hay hình dung ra nổi những qui tắc, khuôn mẫu luân lý, đạo đức xã hội, hướng chỉ là áp dụng thực hành chúng. Vì thế, chúng ta thường bị vấp ngã và thất bại trên đường đời.

Đức Phật thường vấn nạn đệ tử với những câu hỏi đạo đức. Với trí tuệ siêu việt, Phật yêu cầu những đệ tử thuần thành, tinh cần của Ngài phải biết và thực hành đạo đức. Chúng ta có rất nhiều câu hỏi về đúng hay sai và Đức Phật cũng đã thuyết giải bao nhiêu lần những thắc mắc đó của chúng ta. Ngài đã giảng dạy về ý nghĩa, lợi ích và phải áp dụng thế nào ‘chánh nghiệp’, ‘chánh ngữ’, và ‘chánh mạng’, những bước căn bản đầu tiên trong Bát Chánh Đạo (Tám Con Đường Thánh) vào đời sống tu tập của người đệ tử Phật.

Những qui tắc đúng đắn này đã hình thành con đường tu đạo và áp dụng cho hàng đệ tử tại gia của Phật hơn là cho Tăng Ni. Tăng Ni phải tuân thủ và thực hành triệt để những giới luật riêng của hàng tu sĩ xuất gia. Còn chúng ta, những người cư sĩ tại gia, chỉ cần phải giữ đúng năm giới cấm đã lãnh thọ với trọn vẹn lòng thành kính và tự nguyện thực hành theo lời Phật dạy.

Chương Năm của quyển sách nhỏ này sẽ giúp chúng ta tìm thấy những qui tắc sống cho chính chúng ta, dựa trên những khuôn phép mà Đức Phật đã chỉ bảo cho hàng đệ tử của Ngài. Những chương khác nêu ra nhiều câu hỏi đạo đức luân lý nhưng ở chương Năm này, chúng ta sẽ nhìn thẳng, nhìn trực tiếp vào những vấn đề luân lý cá nhân, xã hội và toàn cầu. Ở chương này, chúng ta sẽ hỏi Đức Phật để hướng dẫn chúng ta biết hành xử đúng đắn và đi đúng hướng.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để săn sóc người bệnh?

Bất kỳ ai, nếu muốn phụng sự Ta, hãy nên phụng sự, chăm sóc người bệnh.

Kinh Phạm Võng 25. 3

Thật là một câu nói tuyệt hảo! Câu nói đó khiến chúng ta nhớ đến những tín đồ của Chúa Giê Su hỏi Ngài là khi nào họ có thể phụng sự Chúa. Chúa Giê Su đã trả lời, “*Quả thật, ta nói cùng các ngươi, hễ các ngươi làm việc đó cho một người trong những người rất hèn mọn này của anh em ta, ấy là làm cho chính mình ta vậy*” (Matthew 25: 40).

Những bậc đại đạo sư này ngụ ý muốn gì? Những ngôi đền, những ngôi chùa hay những thánh đường hoành tráng, lộng lẫy chẳng? Phẩm vật cúng tế sung mãn chẳng? Không, lẽ dĩ nhiên là không. Những lời cầu xin chân thành chẳng? Hay sự tung hô vạn tuế, vinh danh sự cao thượng vĩ đại của họ chẳng? Không, ngàn lần không. Đối với các đấng đạo sư, tất cả những điều đó đều vô nghĩa, rỗng tuếch. Những gì các đấng đạo sư thực sự muốn chúng ta làm, đó chỉ là: chúng ta hãy mở rộng tấm lòng, ban rải tâm Từ ra đến tất cả những ai cần đến chúng ta trên thế giới này, không phân biệt, không giới hạn. Sự tương trợ, cứu giúp, chia sẻ hoạn nạn, đau khổ cùng nhau, cho nhau, không bao giờ cùng tận. Đức Phật đã thực hành hạnh Từ Bi từ vô lượng kiếp – tại sao chúng ta không giúp được cho một ai đó?

Tôi nhớ lại một người đàn ông mệt mỏi mỗi lê bước, leo lên những bậc thang dài đến nhà của tôi. Anh ta đang đau đớn vì bệnh AIDS (bệnh liệt kháng) và chỉ muốn xin một cái gì đó để ăn. Anh ta là hiện thân của Chúa Giê Su. Ăn uống chung với anh ta, săn sóc anh ta một chút ngay lúc đó, tôi đang thực hành Bồ Tát hạnh. Tôi là một vị Bồ Tát. Nếu thực có sự phán xét cuối cùng sau cuộc đời này, tôi hy vọng anh ta sẽ được ban thưởng xứng đáng vì đã cho tôi cơ hội được chăm sóc anh ta. Anh ta đã ban cho tôi một ân sủng, một đặc ân được chăm sóc, phụng sự anh vì cúng dường, phụng sự chúng sinh tức cúng dường, phụng sự chư Phật, phụng sự Chúa.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì đối với những người vô gia cư?

*Trong đời có đói khát, hiện làm đồ ăn uống,
Trước cứu đói khát họ, sau giảng dạy Phật pháp,
Chỗ nào có kẻ nghèo, hiện làm kho vô tận,
Nhân đó khuyên dạy họ, khiến phát Bồ Đề Tâm.*

Kinh Duy Ma Cật (phẩm Phật Đạo 8)

Riêng cá nhân tôi, tôi nhận thấy vấn đề những người vô gia cư quá thật khó mà trực diện hay hành xử thế nào cho đẹp, cho đúng. Tôi không muốn đối diện hay loay hoay lúng túng, khó xử chung quanh cảnh tình khốn cùng, tuyệt vọng đó của họ. Khi gần họ, tôi luôn tự hỏi liệu mình có nên tiếp tục cho họ tiền không khi mình thực không biết là số tiền hay món quà mình biếu họ đó sẽ được họ sử dụng thế nào, ra sao, làm gì, v.v.?

Phật nhắc nhở tôi là ‘khi bụng đói meo thì không thể nuốt trôi Pháp vị được.’ Đơn giản vì đó là bản chất tự nhiên của con người là thế, và chúng ta phải tập làm quen với điều đó. Như nhà soạn kịch Bertolt Brecht nói, “Trước hết hãy cho ăn hết sạch đi, sau đó hãy nói tới đạo đức.” Đúng vậy, bậc trí tuệ cho kẻ lang thang nghèo khó kia ăn trước đã, ngay cả cho hẳn nhậu no say bí tỉ. Một khi đã no ú bụng rồi, kẻ nghèo khó kia mới sẵn sàng nghe những gì bậc trí nhân kia nói, và hẳn sẽ thay đổi theo lời dạy bảo khuyến khích của bậc trí nhân. ‘Có thực mới vực được đạo’, nếu bụng đói meo còn cào, thì dù Phật có hiện thân trước mặt thuyết pháp, kẻ khốn cùng cũng chẳng thèm để ý tới. Vì thế nếu một kẻ lang thang vô gia cư nào đó xin bạn một đồng, nếu được, hãy cho họ đi, đừng phẩm bình chê bai quá đáng. Một khi chính bản thân họ có thể thay đổi cuộc sống, họ sẽ hướng dẫn những người khác thay đổi, đừng lo. Hãy tích cực nghĩ tới tương lai và những điều tốt đẹp, còn bây giờ, ở đây, hãy ban rãi lòng từ bi đến mọi người.

Sáng đem vui đến người,

Chiều giúp đời bớt khổ.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì về vấn đề sát sanh?

*Chiến thắng vạn quân không bằng tự chiến thắng lấy chính mình . . .
Không phải do bạo lực hay giết được nhiều địch thù mà người ta được nổi
tiếng. Chính vì không phải dùng đến bạo lực mà người ta trở thành thánh
thiện và nổi tiếng.*

Kinh Pháp Cú 103 & 270

Đối với những người không phải là Phật tử, Đức Phật không thể ngăn cấm họ không được sát sanh, nhưng riêng đối với Tăng đoàn và tín đồ Phật giáo thì sát sanh là một giới cấm nghiêm ngặt. Theo Phật giáo, Tăng đoàn là một đoàn thể gồm có Tăng và Ni. Họ là những người nguyện sống trọn đời thanh tịnh và thánh thiện. Lẽ dĩ nhiên họ không

được sát sanh, dù một con vật nhỏ nhít như côn trùng. Họ không được phép khởi lên trong tư tưởng bất cứ một tà niệm xấu ác nào dù chỉ là một phút giây thôi.

Chúng ta đây, dù không phải là Tăng Ni, cũng phải tuân thủ theo lời dạy cấm sát sanh của Phật. Có thể chúng ta có rất nhiều kẻ thù hay có thể chúng ta tức giận, oán ghét một ai đó đến nỗi chúng ta muốn đánh kẻ đó một trận tơi tả cho hả cơn tức giận trong lòng, thậm chí có thể chúng ta còn muốn giết kẻ đó nữa, nhưng đã là người con Phật, chúng ta không thể và cũng không nên, không được hành động hung bạo mà trái lại, chúng ta cần phải tìm cách điều phục, chế ngự ngọn lửa sân hận đang bùng nổ như hỏa diệm sơn trong lòng mình bằng giới luật Phật dạy, bằng giọt nước Từ Bi tưới tắm lên ngọn lửa sân hận và dập tắt nó.

Chúng ta phải chiến thắng chính mình. Chúng ta không thể để mặc cho hận thù phá hoại thiêu hủy cuộc đời chúng ta. Vì thế, thay vì trả thù hay chinh phục kẻ thù, trước hết chúng ta cần phải chiến thắng chính bản thân của mình. Nếu chúng ta không thể tự thân phục hồi lại được dòng sống tâm linh thanh lương của chúng ta, thử hỏi chúng ta sẽ tìm ai bây giờ để thực hiện việc đó?

Cấm sát sanh là giới luật nghiêm trọng cho tất cả người con Phật, vì chúng sinh ai ai cũng có Phật tánh, cũng đều ham sống sợ chết, cũng đều mong ước được sống an vui và hạnh phúc. Người con Phật phải tôn trọng mạng sống linh thiêng đó của vạn loại chúng sinh.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi thấy sự bất công phi Lý?

Người nào nhờ vào bản tánh nhu hòa và sức mạnh của vũ khí Nhẫn Nhục để có thể chịu đựng được mọi nhục mạ, đòn roi, và gông cùm, Như Lai gọi người ấy là vị Tịnh hạnh!

Kinh Pháp Cú 399

Đức Phật, lẽ dĩ nhiên, đứng về phía của uất ức và đau khổ, nhưng Ngài không chấp nhận hay thỏa thuận với sự ngu si, tham dục và hận thù. Là bậc thánh nhân của thời đại Ngài còn tại thế, Phật đã chống đối lại những chính sách, chủ trương, triết thuyết và hệ thống của các tôn giáo và xã hội ngày đó bằng cách thâm nhận tín đồ không phải qua giai cấp xã hội của họ, mà chính vì niềm tin tâm linh với lòng khẩn thiết được giải thoát luân hồi đau khổ của họ, và bằng chính tình thương vô phân biệt, vô quái ngại của Phật.

Phật cũng không quan tâm đến chính trị (theo nghĩa bây giờ), Phật cũng gần giống như Chúa Giê Su: ‘Hãy trả những gì của Xê Gia (Caesar) lại cho Xê Gia’, thì Phật cũng muốn sự bình đẳng với tất cả mọi người, không phân biệt màu da, chủng tộc hay tôn giáo. Tất cả mọi chúng sinh đều có Phật tánh, đều có khả năng thành Phật, đều bình đẳng như nhau.

Ở đây, Phật hay chúng ta đều ngưỡng mộ không những chỉ là công cuộc giải phóng bất công mà cả người nào dám đứng lên chống đối lại bất công trong nhẫn nhục, chịu đựng, chấp nhận mọi nguy hiểm và bất bạo động. Hàng trăm, hàng ngàn năm sau, chúng ta vẫn tiếp tục đi theo con đường tranh đấu chống lại bất công của Phật nhưng theo phương cách mới, chẳng hạn như Rosa Parks, người phụ nữ da đen dẫn đầu phong trào Nhân Quyền (ở Hoa Kỳ), vẫn ngồi yên bất động trên xe buýt, cương quyết không nhường chỗ ngồi phía trước để phản đối lại chính sách kỳ thị da màu của người da trắng đối với người da đen hay người thanh niên can đảm đứng trước đầu chiếc xe tăng ở Thiên An Môn.

Riêng chúng ta, những người mệnh danh đệ tử Phật, phải làm gì để truyền bá được lời dạy về bình đẳng giai cấp, về công lý xã hội của Phật?

---o0o---

Đức Phật phải làm gì về vấn đề quyền phụ nữ?

Bạn là một con người với những chất liệu tứ đại giống như tất cả những người đàn ông khác. Bạn cũng là một vị Phật như tất cả những vị Phật quá khứ hay tương lai. Vì thế không cần phải chứng minh hay tìm sự ủng hộ nào để tuyên bố rằng tất cả phụ nữ đều có khả năng trở thành Phật.

Thi hào Bankei

Mặc dù nguồn gốc đạo Phật xuất phát từ xứ cổ Ấn Độ, một đất nước có nền văn hóa phong tục kỳ thị giới tính và giai cấp rất nặng, triết thuyết giáo lý của tôn giáo này, qua kinh điển, đều chứng minh rằng người nữ có khả năng giác ngộ và thành Phật như nam giới. Trong một tác phẩm Phật giáo nổi tiếng^[1], một thiện nam tử đã chuyển giới tính để trở thành một người phụ nữ. Sự việc đó phản ảnh thật sâu xa rằng: không có một sự phân biệt giới tính đây là đàn ông, đây là đàn bà, đây là giống đực, đây là giống cái . . . Không những chỉ có loài người mà mọi loài hữu tình chúng sinh nào cũng đều bình đẳng về bản chất, về thể tính, về khả năng giác ngộ như Đức Phật.

Đức Phật giáo hóa phụ nữ và chấp thuận cho họ tham gia vào Tăng đoàn. Tất cả những sự tích, chứng cứ về sự giác ngộ liễu đạo của người nữ đều được ghi chép trong Trưởng Lão Ni Kệ. Hai nghìn năm sau, thi hào Bankei, theo gót chân Phật và Thánh Chúng đệ tử Phật, luôn lên tiếng qua văn thơ biểu lộ rõ tư tưởng của ông về bình đẳng giới tính. Và cho đến ngày nay, bất cứ ở đâu, Phật giáo cũng đều lên tiếng chống lại sự kỳ thị giới tính. Cuộc đấu tranh trường kỳ đó vẫn còn tiếp tục và luôn luôn được sự gia hộ và tiếp sức bởi chính tình thương và năng lực của Phật.

Vì thế nếu người nữ có đầy đủ khả năng thành Phật thì thiết nghĩ chúng ta cũng không cần phải bàn cãi nhiều là họ có thể được thăng chức làm linh mục hay không được? Họ có thể đắc cử thành tổng thống hay không?

---o0o---

Đức Phật phải làm gì để xưng tán một việc làm tốt?



Hãy tán thán tất cả những ai luôn nói thật. Hãy nói với họ rằng: "Tất cả những gì quý vị nói đều hay, đúng, tốt đẹp cả!" Khi một người nào đó hành xử đúng đắn, đúng Chánh Pháp, hãy nói với họ rằng, bạn luôn luôn ca ngợi, ủng hộ, và khuyến khích họ.

Kinh Bồ Đề Hành 5.75

Bây giờ đã đến lúc cũng nên nói về một cái gì hay, cái gì đúng thêm vào trong quyển sách nhỏ này, có phải không các bạn? Thực ra thì cũng không hẳn là tất cả những gì chúng ta chạm trán, đối mặt trong cuộc đời chúng ta đều rắc rối, khó giải quyết, dễ sợ hay kinh khủng cả. Đây là một câu nói bất hủ mà Đức Phật luôn sử dụng để khuyến khích, ủng hộ đệ tử là: “Hãy cố gắng lên! Hãy tiến lên! Đừng nản chí, e sợ, rụt rè!”

Phật cũng tin là chúng ta không bao giờ khen tặng kẻ nào hay trau chuốt lời ăn tiếng nói, rào đón trước sau, màu mè nịnh hót, bợ đỡ để lấy lòng thiên hạ, nhưng nếu có ai thực tâm hành xử đúng đắn, chính chắn thì chúng ta cũng không ngại ngần gì mà không khen tặng, khuyến tấn, ủng hộ người đó hết lòng để tăng thêm sức mạnh tinh thần cho người đó vững bước và tiến nhanh hơn trên con đường lập nghiệp hay tu học của họ.

Nói ra những lời trung thực (dù chính là để xây dựng, góp ý) có thể sẽ gây rất khó chịu cho người nghe vì cổ nhân thường nói ‘trung ngôn nghịch nhĩ’, nhất là chúng ta lại không có được một giọng nói dịu dàng, êm ái. Vì thế nếu chúng ta (hay bất cứ người nào) được nghe một giọng nói nhẹ nhàng, ngọt ngào rót vào tai lại còn mang chất liệu tích cực, khen tặng thì chắc chắn sẽ chẳng có một ai thấy khó chịu chút nào, đúng không?

Tôi hỏi các bạn có muốn giọng nói của các bạn sẽ là nốt nhạc đầu tiên thật du dương trong tuyệt khúc hòa tấu làm đẹp lòng người hay không? Do đó, chúng ta cần nên biết khen tặng, khuyến khích, ủng hộ mọi người đúng thời, đúng vị trí, đúng sự việc, đúng chánh pháp. Hãy nên giúp đỡ nhau xây dựng cuộc sống thêm hài hòa, vui tươi, an lạc và hạnh phúc.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì khi phải và trái không rõ rệt?

Đức Phật luôn dạy đệ tử phải cân nhắc, suy nghĩ kỹ càng từ một hành động nhỏ, không được xem thường, không được hấp tấp, lơ là, đại khái. Việc nhỏ không làm xong, làm sao thành tựu được việc lớn? Một đốm lửa nhỏ có thể gây ra trận cháy rừng. Một hành động thiếu suy nghĩ có thể sẽ tiêu hủy luôn cả một đời người trong tù tội hay đau khổ ăn năn.

Chánh Nghiệp là một chi trong Bát Chánh Đạo (Tám Con Đường Thánh). Chúng ta cần phải luôn gìn giữ Chánh Nghiệp trong mọi trường

hợp hoàn cảnh, dù có thể xảy ra bất cứ trạng huống nào, chúng ta vẫn phải vững tâm mà tiến bước, không bị lay động. Có khi chúng ta gặp phải những trạng huống lập lòe, nửa tối nửa sáng, không rõ rệt phân minh, có khi chúng ta chạm trán với những con người tráo trở, xảo quyệt mưu mô chuyên lừa dối người, thích lòng gạt . . . dù bất cứ tình cảnh nào, chúng ta cần phải sử dụng ngay lập tức lý trí để phân tích, để nhận định thật sắc bén, rõ ràng, để phân minh cụ thể sự việc hầu giữ vững tâm trí và lập trường của chính chúng ta. Chúng ta phải đi đúng hướng, không để cho tình cảm riêng tư cá nhân xen lẫn khiến cho lập trường khuynh hướng của chúng ta bị dao động, nghiêng ngã theo một chiều lệch lạc nào.

Lẽ dĩ nhiên hành xử được như vậy không phải là dễ. Ai nói với bạn là dễ đâu? Nhưng Phật đã hành xử được như vậy, và Phật tin là đệ tử Phật sẽ nghe theo lời Phật dạy, sẽ giữ vững, thực hành đúng được Chánh Nghiệp. Vâng, chúng ta có thể làm được và ngày hôm qua, ngày hôm nay chúng ta đã và đang làm đúng được như thế thì ngày mai, ngày mai, mai nữa chúng ta sẽ tiếp tục giữ đúng được như thế mãi mãi.

---o0o---

Đức Phật phải làm gì đối với những tội ác vì thù hận?

Tham, Sân, Si là ba chất độc cực mạnh tàn phá hủy diệt toàn bộ thế giới loài người. Nếu phân tách tỉ mỉ ra thì Tham và Si có thể nói là chủng tử vốn có, tự nhiên của loài người chúng ta hay có thể nói đó là Câu Sanh chủng tử. Khi chúng ta vừa sanh ra đời thì chúng đã hiện hữu ngay theo chúng ta rồi.

Là con người, ai mà chẳng tham, tham đủ thứ. Thôi thì người nghèo khó thì sanh lòng tham lam cũng đành chấp nhận đi; ai lại kẻ giàu nứt đố đổ vách ra cũng sanh máu tham, còn tham hơn nữa chứ ! Tại sao con người lại tham đến thế? Vì con người si mê, ngu muội, không thấm thấu được định lý Vô Thường, Vô Ngã của vạn sự vạn vật nên mới gây ra nhiều tội nghiệp, ác nhân. Do đó, lầm lỗi chính là con người, lầm lỗi vì tham và si. Nhưng sân hận không phải là tự nhiên : sân hận sanh khởi là vì có tác động, là vì có duyên do; sân hận được con người hay hoàn cảnh tạo ra, và sự hiện diện của sân hận chính là sự hiện diện của sự hủy diệt, tàn phá, sụp đổ.

Vì sân hận không phải là tự nhiên nên những hành động gây ra do lòng thù hận là phi nhân tánh, vô luân, vô đạo đức. Những hành động chúng ta gây ra do tham và si có thể bị lên án là trái luân thường đạo

đức, nhưng không tai hại bằng những hành động phi nhân bản, đầy thù tánh thúc đẩy bởi hận thù, chất chứa lòng sân giận. Những hành động chất chứa hận thù sẽ gây tạo ra những sụp đổ toàn diện về luân lý đạo đức, niềm tin, và tình thương. Những hành động chất chứa hận thù sẽ gây tạo ra chiến tranh, phân tán và chết chóc. Những hành động chất chứa hận thù sẽ đem đến đau thương, bạo tàn và nguyên rủa thù hận triền miên giữa loài người với nhau.

Lòng sân hận mù quáng sẽ tiêu diệt đi cuộc sống, sẽ hủy phá đi thế giới loài người, sẽ làm đen tối đi vũ trụ tình thương giữa những dân tộc, sẽ che mờ đi lý trí và chân lý. Đức Phật là bậc đại từ đại bi, Ngài luôn giáo hóa chúng sinh hãy sống trong Trí Tuệ và Từ Bi, nhưng đối với những hành động phi nhân tính vì thù hận, Phật không bao dung và chúng ta cũng không thể khoan tay đứng nhìn được. Công lý sẽ nghiêm khắc xử trị hơn những kẻ nào gây tạo sóng gió và đau khổ cho người khác vì thù hận.

[1] Trong bản nguyên tác tiếng Anh, tác giả không ghi chú là tác phẩm nào nên không tìm được chứng cứ xác thực. Kính mong các bậc cao minh chỉ giáo cho.

---o0o---

HẾT