Giáo trình Kỹ năng Sống và Giá trị Sống - Đạo Đức Phật Giáo - Lớp 5 (TT TS Thích Nhật Từ chủ biên; ThS Cù Minh

Giáo trình Kỹ năng Sống & Giá trị Sống — Đạo Đức Phật Giáo (Lớp 1–12)

ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO LỚP 5

daoducphatgiao.com/tap-05

Ban Chứng minh
Trưởng lão HT. THÍCH TRÍ QUẢNG
(Đệ nhất Phó Pháp chủ kiêm Giám luật Hội đồng Chứng minh)
Trưởng lão HT. THÍCH THIỆN NHƠN
(Chủ tịch Hội đồng Trị sự GHPGVN)
Ban Cố vấn
.TS. THÍCH ĐỨC THIỆN
(Phó Chủ tịch - Tổng thư ký Hội đồng Trị sự GHPGVN)
HT. THÍCH THANH HÙNG
(Trưởng Ban hướng dẫn Phật tử trung ương GHPGVN)
Chủ biên .TS. THÍCH NHẬT TỪ

Ban biên soạn .TS. THÍCH NHẬT TỪ S. CÙ MINH THẮNG

Minh họa tranh VIỆN PHÁT TRIỂN NGHỆ THUẬT TRUYỆN T NH VÀ PHIM HOẠT HÌNH (CMA)

GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM BAN HƯỚNG DẪN PHẬT TỬ TRUNG ƯƠNG

ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO GIÁO TRÌNH KỸ NĂNG SỐNG VÀ GIÁ TRỊ SỐNG Lớp 5

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC
Địa chỉ: 65 Tràng i, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội
Email: nhaxuatbanhongduc65@gmail.com
Điện thoại: 024.39260024 - Fax: 024.39260031
***

GIÁO TRÌNH KỸ NĂNG SỐNG VÀ GIÁ TRỊ SỐNG
ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO - LỚP 5
.TS. ích Nhật Từ chủ biên
S. Cù Minh ắng
***

Chịu trách nhiệm xuất bản:
Giám đốc BÙI VIỆT BẮC

Chịu trách nhiệm nội dung:
Tổng biên tập Lý Bá Toàn
Biên tập: Phan ị Ngọc Minh
Trình bày: Ngọc Ánh
Phụ trách ấn tống: Giác anh Nhã
***

Liên kết xuất bản: CHÙA GIÁC NGỘ 92 Nguyễn Chí anh, P.3, Q.10, TP.HCM

In 5.000 cuốn, khổ 19 x 26.3 cm tại Công ty TNHH MTV In Báo Nhân dân TP.HCM, D20/532P Ấp 4, xã Phong Phú, huyện Bình Chánh, TP.HCM. Số XNĐKXB: 4989-2020/CXBIPH/52 - 105/HĐ. Số QĐXB của NXB: 1020/QĐ-NXBHĐ cấp ngày 30-12-2020. In xong và nộp lưu chiểu năm 2021. Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế (ISBN): 978-604-318-377-1

v

MỤC LỤC

Lời giới thiệu của Hội đồng Trị sự GHPGVN vii Lời giới thiệu của Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương ix Lời nói đầu xiii Bài 1: Em là thiếu nhi Phật tử 1 Bài 2: Có trách nhiệm về việc làm của mình 11 Bài 3: Vượt qua khó khăn, có chí thì nên 20 Bài 4: Nhớ ơn tổ tiên 27 Bài 5: Tình bạn 33 Bài 6: Kính già, yêu trẻ 42 Bài 7: Tôn trọng phụ nữ 48 Bài 8: Hợp tác với những người xung quanh 54 Bài 9: Em yêu tổ quốc Việt Nam 62 Bài 10: Em yêu hòa bình 67 Bài 11: Đại lễ Vesak Liên Hợp Quốc 74 Bài 12: Bảo vệ tài nguyên thiên nhiên 82

vi

LỜI GIỚI THIỆU CỦA HỘI ĐỒNG TRỊ SỰ GHPGVN vii

LỜI GIỚI THIỆU CỦA HỘI ĐỒNG TRỊ SỰ GHPGVN

Trong gần bốn thập niên qua, Giáo hội Phật giáo Việt Nam (GHPGVN) đã nỗ lực xây dựng và phát triển hệ thống giáo dục Phật giáo gồm sơ cấp, trung cấp, cao đẳng, cử nhân, thạc sĩ và tiến sĩ Phật học. Hiện tại, GHPGVN có 4 Học viện Phật giáo Việt Nam tại Hà Nội, Huế, TP. Hồ Chí Minh và Cần Thơ, 9 lớp Cao đẳng Phật học và 36 Trường Trung cấp Phật học trên toàn quốc. Đó là thành quả nỗ lực tập thể của quý tôn đức Tăng, Ni lãnh đạo GHPGVN ở cấp toàn quốc và các tỉnh thành. Các thành quả này đáng được trân trọng, kế thừa và tiếp tục phát huy để góp phần đào tạo các thế hệ Tăng, Ni đầy đủ đức, tài, truyền bá đạo Phật tới công chúng Việt Nam một cách hiệu quả hơn. Bên cạnh các thành quả đạt được trong việc giáo dục đạo đức, thực tập thiền định, phát triển trí tuệ và hoàn thiện nhân cách con người thì nền giáo dục Phật giáo Việt Nam vẫn đang bỏ ngỏ các sách giáo khoa về đạo đức Phật giáo phù hợp với các nhóm lứa tuổi. Trước tình hình thực tế đó, tôi đã gợi ý, yêu cầu Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương GHPGVN sớm biên soạn bộ sách giáo dục Đạo đức Phật giáo - Giáo trình giá trị sống & Kỹ năng sống gồm 14 tập, từ lớp mầm non đến lớp 12, phù hợp tâm lý lứa tuổi mầm non, nhi

đồng, thiếu niên và thanh niên. Tôi rất vui khi Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương đã tin tưởng giao trọng trách này cho TT. Thích Nhật Từ (Ủy viên Hội đồng Trị sự GHPGVN, Phó Ban giáo dục Phật giáo trung ương, Phó Viện trưởng thường trực Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.HCM), một vị tăng sĩ có nhiều đóng góp cho giáo dục Phật giáo Việt Nam, tích cực dấn thân, tổ chức nhiều chương trình tu học bổ ích cho các lứa tuổi mầm non, thiếu nhi, thiếu niên, thanh niên trong trong hai thập niên qua, góp phần phát triển giới trẻ Phật tử tại Việt Nam. Bộ sách này được biên soạn nhằm hưởng ứng "Tuyên bố Hà Nam 2019" như kết quả của Đại lễ Vesak Liên Hợp Quốc lần thứ 16 do GHPGVN tổ chức tại chùa Tam Chúc, Hà Nam, nhấn mạnh đến việc "Phối kết các nguyên tắc đạo đức Phật giáo vào hệ thống giáo dục quốc gia trong

từng cấp học, từ thấp đến cao". Mục đích của bộ giáo trình này không gì khác hơn là nhấn mạnh và kêu gọi áp dụng triết lý Phật giáo vào việc giáo dục hình thành nhân cách giới trẻ theo Phật giáo nói riêng và giới trẻ Việt Nam nói chung. Giáo dục đạo đức không phải là trách nhiệm duy nhất của các thầy, cô giáo trong các trường học, mà cần có sự kết hợp và chia sẻ trách nhiệm giữa nhà trường, gia đình và xã hội, trong đó các Tăng, Ni tại các tự viện Phật giáo. Ngoài việc dạy đạo đức, kỹ năng sống và giá trị sống cho các cháu học sinh từ tuổi nhỏ đến trưởng thành, theo học bộ giáo trình này tại các chùa và cơ sở tự viện Phật giáo thì các bậc cha mẹ cần có bộ sách này để giáo dục nhân cách sống cho con, cháu tại nhà. Tôi cho rằng, những nỗ lực trong bộ sách này góp phần gắn kết giới trẻ với chương trình học Phật và sinh hoạt Phật pháp tại các chùa. Nhờ đó, giúp các cháu mầm non và thanh thiếu niên vượt qua các thói quen tiêu cực như ma túy, rượu, bia, cờ bạc, game điện tử, những trò giải trí vô bổ, hâm mộ thần tượng mù quáng; hướng đến lối sống tích cực và có giá trị. Thông qua việc học giáo trình này, các cháu thanh thiếu nhi Phật tử sẽ học được các kỹ năng sống, giá trị sống, có tinh thần sống tự lập, tự kỷ luật, biết nhớ ơn và đền ơn, sống có mục đích và lý tưởng, nhờ đó, trở thành con ngoan, trò giỏi và công dân hữu ích cho gia đình, xã hội và đất nước. Để giúp con, cháu hiểu rõ lời Phật dạy trong bộ sách này, kính mong các bậc cha, mẹ, ông, bà, hãy đọc trước từng bài học tại nhà rồi giải thích giúp các cháu hiểu rõ lời Phật dạy, thực hành Phật pháp, xây dựng hạnh phúc và tương lai tươi sáng. Tôi trân trọng giới thiệu bộ giáo trình này đến các Ban Hướng dẫn Phật tử tại 63 tỉnh thành và đặc biệt là các Gia đình Phật tử trên toàn quốc. Tất cả góp ý của quý vị góp phần hoàn thiện bộ giáo trình này đều được hoan nghênh và trân trọng.

Nhân ngày Quốc tế Thiếu nhi
Hà Nội, ngày 01-6-2020
TT.TS. THÍCH ĐỨC THIỆN
Phó Chủ tịch - Tổng thư ký GHPGVN
LỜI GIỚI THIỆU CỦA BAN HƯỚNG DẪN PHẬT TỬ TRUNG ƯƠNG ix

LỜI GIỚI THIỆU CỦA BAN HƯỚNG DẪN PHẬT TỬ TRUNG ƯƠNG

Trong bốn thập niên qua, Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương GHPGVN với vai trò và trọng trách của mình đã thực hiện đúng theo sự chỉ đạo của Trung ương GHPGVN về việc hướng dẫn sinh hoạt, tu học cho hàng cư sĩ, Phật tử và những người yêu mến đạo Phật trong và ngoài nước, đạt được những thành tựu tốt đẹp. Trong sự thành công đó có sự phát triển tu học của giới trẻ ngày một khởi sắc. Giới trẻ đến chùa tu học ngày một đông hơn, ngày một phát triển. Các mô hình nổi bật như Khóa tu mùa hè, Hội trại tuổi trẻ và Phật giáo, các khóa tu dành cho sinh viên, nhất là sự hình thành các câu lạc bộ thanh thiếu nhi Phật tử ở các tự viện khắp các tỉnh thành trong cả nước. Vì thế, đến nhiệm kỳ 6 (2007-2012), Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử Trung ương được chính thức thành lập là một trong năm Phân ban của Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương, chịu trách nhiệm hướng dẫn sinh hoạt, học Phật và tu Phật cho thanh thiếu nhi Phật tử và những người có cảm tình với đạo Phật. Sinh hoạt của Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử rất đa dạng, phong phú nhưng chủ yếu ở hai hình thức sau. Thứ nhất là các sự kiện được tổ chức theo mùa như Khóa tu mùa hè, Hội trại tuổi trẻ và Phật giáo, Trại hè, Tiếp sức mùa thi, Hoa hồng xuống phố và Trung thu yêu thương v.v... Thứ hai là các chương trình tu học thường kỳ ở các câu lạc bộ thanh thiếu nhi Phật tử và các Gia đình Phật tử được tổ chức hằng tuần tại các Tự viện trong cả nước. Hiện nay, việc giáo dục tri thức, đạo đức, kỹ năng sống cho giới trẻ đang được xã hội, nhà trường và gia đình quan tâm, nhằm hạn chế các thói hư tật xấu, các tệ nạn xã hội, góp phần xây dựng nhân cách đạo đức cho các cháu ngay từ nhỏ. Trong nhiều bài Kinh từ Tam tạng Thượng tọa bộ cho đến Tam tạng Phật giáo Bộ phái và Tam tạng Đại thừa, đức Phật đã nhiều lần nhấn mạnh tầm quan trọng của việc gieo thiện nghiệp và hạt giống thiện lành vào tâm

x ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

thức của giới trẻ như bài kệ số 43 của Kinh Pháp cú sau đây: Khi cha mẹ muốn con hưởng phước, Thương cỡ nào chẳng được dài lâu; Tâm lành nhân tốt gieo sâu, Tự mình tạo dựng, quả mau lớn dần. Tuy nhiên, công tác hướng dẫn giảng dạy, sinh hoạt và tu học cho giới trẻ Phật giáo Việt Nam còn gặp nhiều khó khăn khách quan, chưa đồng bộ, do thiếu giáo trình thống nhất từ thấp đến cao. Trước tình hình cấp bách đó, Thượng tọa Thích Đức Thiện, Phó Chủ tịch kiêm Tổng Thư ký Hội đồng Trị sự GHPGVN đã trực tiếp chỉ đạo cho Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương, cụ thể là Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử, tiến hành biên soạn giáo trình thống nhất nhằm giúp giới trẻ đến chùa, học Phật và tu Phật hiệu quả hơn. Thực hiện theo chỉ đạo của Hội đồng Trị sự GHPGVN, Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử đã tin tưởng mời Thượng tọa Thích Nhật Từ (Ủy viên Hội đồng Trị sự GHPGVN, Phó Ban giáo dục Phật giáo trung ương, Phó Viện trưởng thường trực Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.HCM) làm chủ biên, tiến hành biên soạn bộ giáo trình "Giáo dục đạo đức Phật giáo". Sau gần 2 năm thực hiện (2019-2020), bộ giáo trình giáo dục đạo đức Phật giáo quan trọng này đã được hoàn tất và được Quỹ Đạo Phật Ngày Nay phát tâm ấn tống rộng rãi trên toàn quốc. Sau khi thẩm định bộ giáo trình này, tôi thấy đây là tài liệu hướng dẫn vừa thể hiện tính sư phạm, vừa phù hợp với tâm sinh lý từng lứa tuổi của giới trẻ Phật giáo Việt Nam, từ mầm non, thiếu niên, thanh niên, kể cả người trưởng thành. Vì thế, Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử

đã xin ý kiến Hòa thượng Thích Thanh Hùng (Trưởng Ban hướng dẫn Phật tử Trung ương GHPGVN) chính thức đưa bộ giáo trình này vào chương trình giáo dục giới trẻ Phật giáo tại Việt Nam. Cùng với bộ này, các bộ giáo trình "Phật pháp vào đời" (5 quyển) và "Cẩm nang hướng dẫn tổ chức hội trại và khóa tu mùa hè, trại hè Phật giáo", do tập thể Phân ban thanh thiếu nhi Phật tử Trung ương biên soạn, trở thành tài liệu giảng dạy chính thức của Phân ban thanh thiếu nhi Phật tử Trung ương. Tôi trân trọng giới thiệu bộ giáo trình này đến các Ban Hướng dẫn Phật tử và Phân ban thanh thiếu nhi Phật tử tại 63 tỉnh thành Việt Nam. Chư tôn đức Tăng, Ni trụ trì của hơn 18.500 ngôi tự viện trên toàn quốc hãy đăng ký thỉnh bộ giáo trình ấn tống này với Ban Hướng dẫn Phật tử

LỜI GIỚI THIỆU CỦA BAN HƯỚNG DẪN PHẬT TỬ TRUNG ƯƠNG xi

tại các tỉnh, thành để Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương GHPGVN gửi cúng dường trên toàn quốc. Khi áp dụng giảng dạy đồng bộ ở tất cả ngôi chùa trên toàn quốc, tôi tin rằng bộ sách này cũng như các bộ sách giáo khoa Phật giáo của Ban Hướng dẫn Phật tử và Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử Trung ương sẽ góp phần phát triển bền vững GHPGVN, theo hướng phụng sự đất nước và con người Việt Nam.

Ngày 01-7-2020
Thượng tọa Thích Phước Nghiêm
- Ủy viên Hội đồng Trị sự GHPGVN
- Phó Trưởng ban thường trực Ban Hướng dẫn Phật tử
- Trưởng Phân ban Thanh thiếu nhi Phật tử
xii

LỜI NÓI ĐẦU xiii

LỜI NÓI ĐẦU

I. NHÂN DUYÊN BIÊN SOẠN .ộ giáo trình "Đạo đức Phật giáo - Giáo trình giá trị sống và kỹ năng sống" gồm 14 quyển, tương ứng với các lớp mầm non và lớp 1-12, được biên soạn làm sách giáo khoa thuộc Ban Hướng dẫn Phật tử Trung ương, Giáo hội Phật giáo Việt Nam. Giáo trình này nhấn mạnh đến việc giáo dục đạo đức "nhân bản", tương ứng với khái niệm "nhân thừa" trong Phật giáo, nhằm mở thêm các cánh cửa dẫn dắt giới trẻ đến với Phật giáo, thực tập Phật giáo để có tương lai tươi sáng và hạnh phúc. Bộ giáo trình này được biên soạn từ kinh nghiệm tôi tổ chức Câu lạc bộ hoằng pháp trẻ cho giới trẻ Phật giáo ở 33 tỉnh thành từ năm 2006 đến 2010, cũng như kinh nghiệm tổ chức các khóa tu cho mọi lứa tuổi tại chùa Giác Ngộ từ năm 2012 đến nay bao gồm: (i) Khóa tu búp sen từ bi cho lứa tuổi mầm non và thiếu nhi vào lúc 14:00 thứ bảy hằng tuần, (ii) Khóa tu tuổi trẻ hướng Phật vào lúc 13:30 chủ nhật hằng tuần, (iii) Khóa tu an lạc cho giới trung niên và lão niên vào lúc 07:00 sáng chủ nhật hằng tuần. Trong quá trình thu thập tài liệu và biên soạn bộ giáo trình này, Ban biên soạn đón nhận các góp ý chân thành của một số vị tôn đức lãnh đạo GHPGVN, đặc biệt của TT. Thích Đức Thiện, Phó Chủ tịch - Tổng thư ký GHPGVN. Nhờ đó, bộ giáo trình này mang tính hệ thống từ thấp đến cao, phù hợp với các lứa tuổi khác nhau. Bộ giáo trình này được Quỹ

Đạo Phật Ngày Nay phát tâm ấn tống, phổ biến trên toàn quốc để làm giáo án giảng dạy đạo đức Phật giáo cho các thế hệ cháu mầm non, thiếu nhi, thanh thiếu niên bao gồm học sinh và sinh viên Phật tử tại hơn 18.500 ngôi chùa và cơ sở Phật giáo thuộc 63 tỉnh thành Việt Nam.

II. VỀ ĐỐI TƯỢNG Đối tượng của bộ sách giáo khoa này là các học sinh thuộc 4 cấp học tương ứng với 5 nhóm lứa tuổi sau đây.

- Cấp mẫu giáo: Dành cho lứa tuổi mầm non, qua quyển truyện tranh “Em làm con ngoan, trò giỏi” do tôi sáng tác thơ. - Cấp 1: Từ lớp 1 tới 5, dành cho lứa tuổi nhi đồng (từ 6 tới 10 tuổi). - Cấp 2: Từ lớp 6 tới 9, dành cho tuổi thiếu nhi (từ 11 tới 15 tuổi). - Cấp 3: Từ lớp 10 tới 12, dành cho tuổi thanh thiếu niên (từ 16 tới 25 tuổi). - Tập 13: “Giáo lý hôn nhân Phật giáo và gia đình Phật tử” dành cho người trên 18 tuổi.

III. VỀ BỐ CỤC CỦA TỪNG BÀI HỌC Tất cả bài học trong bộ giáo trình, đặc biệt từ lớp 1 đến lớp 12, chia làm 6 phần sau đây: 1) Bài học đạo đức: Các chủ đề giảng dạy được biên soạn tương ứng với môn “Đạo đức và Giáo dục Công dân” theo chương trình giáo dục phổ thông của Bộ Giáo dục và Đào tạo. 2) Lời Phật dạy: Trích dẫn tương ứng với chủ đề của từng bài học đạo đức. Ban biên soạn đã lựa chọn nhiều trích dẫn ngắn gọn từ kinh điển Pali, Kinh A-hàm và quyển Kinh Phật cho người tại gia do tôi tuyển dịch và Quỹ Đạo Phật Ngày Nay ấn tống năm 2013, có ghi xuất xứ các bài kinh theo số trang, để người học có thể tra cứu, tham khảo. 3) Minh họa truyện tích: Trích dẫn từ các truyện cổ Phật giáo, kinh điển Pali, Kinh A-hàm, quyển “Đường xưa mây trắng” của Thiền sư Thích Nhất Hạnh, quyển “Chuyện đạo, chuyện đời” do Báo Giác Ngộ phát hành. 4) Pháp ngữ: Trích dẫn từ các tác phẩm của tôi được xuất bản trong 2 thập niên qua, có nội dung tương ứng với chủ đề bài học đạo đức. 5) Câu hỏi ôn tập: Giúp các học sinh ôn lại nội dung chính của từng bài học. 6) Bài hát sinh hoạt: Mỗi bài học đều có một bài hát Phật giáo minh họa phù hợp với từng nhóm lứa tuổi, giúp học sinh học giáo lý qua các ca khúc Phật giáo. Cùng với bộ sách này, Ban Biên soạn còn cung cấp và phổ biến trên trang web Đạo Phật Ngày Nay toàn bộ giáo trình điện tử (slide) của 13 tập Đạo đức Phật giáo. Quý tôn đức lãnh đạo Ban hướng dẫn Phật tử ở 63 tỉnh thành và Trụ trì của các chùa tổ chức tu học cho các cháu vui lòng liên lạc với Văn phòng Quỹ Đạo Phật Ngày Nay (ĐT: (028) 6680 9802; 096 789 3766, email: quydaophatngaynay@gmail.com), Chùa

Giác Ngộ để nhận bộ sách ấn tống cũng như hướng dẫn về cách sử dụng các bài giảng điện tử này. Vì đây là giáo án đầu tiên về “đạo đức Phật giáo” theo nhóm lứa tuổi nên dù đã cố gắng hết mình, Ban biên soạn đã gặp không ít khó khăn trong việc biên soạn, nhất là cách diễn đạt ngôn từ. Nhiều trích dẫn kinh điển trong bộ sách này vẫn còn mang tính hàn lâm, chứa các khái niệm Phật học. Sách giáo khoa này chưa có phần dạy sinh hoạt ngoại khóa, hoạt động ngoài trời. Ban biên soạn chân thành đón nhận tất cả ý kiến đóng góp của quý tôn đức Tăng, Ni và quý độc giả. Xin vui lòng gửi góp ý xây

dựng qua e-mail: chuagiacngovn@gmail.com. Các ý kiến đóng góp của quý vị sẽ góp phần giúp bộ giáo trình ngày càng hoàn thiện hơn.

Nhân ngày Quốc tế Thiếu nhi, 01-6-2020
TT. Thích Nhật Từ
- Ủy viên Hội đồng Trị sự GHPGVN
- Phó Ban giáo dục Phật giáo Trung ương
- Phó Viện trưởng thường trực Học viện Phật giáo Việt Nam tại TP.HCM
xvi

BÀI 1: EM LÀ THIẾU NHI PHẬT TỬ 1

Em là thiếu nhi Phật tử

2 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Mục đích của quy y là nương tựa tinh thần vào ba ngôi tâm linh, là đức Phật, chánh Pháp và Tăng đoàn. Người Phật tử sống cuộc đời được cứu tế, cứu hộ, nhằm giải phóng tất cả khổ đau, để cuộc đời có giá trị và hạnh phúc hơn. Lễ quy y hiểu nôm na là lễ làm Phật tử. Từ đó, một người yêu quý đạo Phật chính thức trở thành Phật tử. "Quy" có nghĩa là quay về, từ bỏ các tà sư, quay về với các bậc thầy chân chính. "Y" là nương tựa vào Phật, Pháp, Tăng để thoát khỏi khổ đau, sống an vui. Quy y Phật thì Phật tử không tôn thờ thượng đế và các thần linh như thần tài, thổ địa, mẹ Sanh, mẹ Độ, Quan Công v.v... Quy y Pháp thì người Phật tử không học theo tín điều các tôn giáo khác. Quy y Tăng thì người Phật tử không theo thầy tà, bạn xấu.1

Em lễ Phật, tụng kinh
Em sẽ được thông minh
Khi đến trường, đến lớp
Mọi người quý, chẳng khinh
1. Thích Nhật Từ, Chính niệm trong cuộc sống hằng ngày. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2015), tr.132-133.

BÀI 1: EM LÀ THIẾU NHI PHẬT TỬ 3

Quy y Tam bảo Ở tuổi mầm non, con em chúng ta cũng có thể tiếp nhận lễ quy y. Đến tuổi thiếu niên, chúng ta lại đưa đi quy y thêm lần nữa. Nếu vẫn chưa có ấn tượng thì sau này ta tiếp tục cho quy y. Là Phật tử từ nhỏ, trẻ em sẽ được học hỏi điều hay, lẽ phải, sống đạo đức và không buông lung vì đạo đức Phật dạy tinh tấn, không bỏ cuộc giữa chừng, không chán nản thất vọng, không cường điệu hóa nỗi khổ niềm đau, và không bỏ qua bế tắc. Trẻ sẽ trưởng thành, biết quan tâm, biết sống có chánh niệm, biết thể hiện tình thương đối với tha nhân. Như vậy đồng nghĩa chúng ta giúp trẻ tạo tính tự lập, phấn đấu vươn lên. Tương lai cha mẹ không cần lo lắng con mình rơi vào những tệ nạn xã hội. Đạo đức Phật giáo có thể trang bị cho chúng bộ áo giáp chống lại cái xấu xa, tiêu cực.2

Vào mùng một, ngày rằm

Em ăn chay, học Phật
Làm điều lành tốt nhất
Em vừa giỏi, vừa chăm.
Trích dẫn 1

Có ba đức để quy y. Những gì là ba? Đó là tự quy y Phật là đức thứ nhất; tự quy y Pháp là đức thứ hai; tự quy y Tăng là đức thứ ba.3

2. Thích Nhật Từ, Gia đình, xã hội và tâm linh. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2013), tr.95. 3. Kinh Tăng nhất A-hàm 1, Thích Đức Thắng dịch. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.351.

4 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Trích dẫn 2

Đạo đức thứ nhất: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa mọi sự giết hại, buông bỏ vũ khí, chấm dứt bạo động, tu tập từ bi, thương xót mọi loài, bảo vệ thiên nhiên, biết sống hổ thẹn, lương tâm trong sáng. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng nhổ tận gốc rễ tâm niệm giết hại, sống trong hạnh phúc và sự an vui.4

Trích dẫn 3

Đạo đức thứ hai: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa mọi sự trộm cắp, tôn trọng sở hữu hợp pháp của người, những gì không cho thì không được lấy; vui thích bố thí, cứu người giúp đời vượt qua nghèo khổ; lúc bố thí thì không cầu đền đáp. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng không bị tâm lý tham lam, bỏn xẻn, keo kiệt che lấp, sống trong liêm khiết, giàu lòng vị tha.5

Trích dẫn 4

Đạo đức thứ ba: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa tà dâm ngoại tình, sống hạnh chung thủy, bảo vệ hạnh phúc tất cả mọi người trong sự bảo hộ của cha và mẹ, hoặc cả cha mẹ, hoặc anh chị em, hoặc bên sui gia, hoặc người đồng tính, hoặc vợ chồng con của mình và người, cả kẻ cuồng dâm, bạo lực gia đình, hoặc kẻ bán phấn. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng không bị tâm lý hưởng thụ thấp kém làm mất hạnh phúc.6

4. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.36. 5. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.36-37. 6. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.37.

BÀI 1: EM LÀ THIẾU NHI PHẬT TỬ 5

Trích dẫn 5

Đạo đức thứ tư: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa những lời dối gạt, chấm dứt nói láo - tuyên bố sự thật, không nói chia rẽ - nói lời xây dựng, không nói thô tục nói lời lịch sự, không nói tán gẫu, nói lời lợi lạc. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng an trú chính niệm, đáng được tin cậy, uy tín tăng trưởng.7

Trích dẫn 6

Đạo đức thứ năm: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa rượu và ma túy, các chất gây say; chấm dứt thói quen hưởng thụ độc tố; không tham gia vào sản xuất, buôn bán các độc tố này. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng giữ gìn sức khỏe và sống hạnh phúc với người thân thương.8

Trích dẫn 7

Này các đệ tử, làm người áo trắng, sống đời tại gia, hãy cố gắng giữ năm điều đạo đức vừa được tuyên thuyết, để sống hạnh phúc với nhiều phước báu trong đời hiện tại và đời tương lai.9

1. - Này các Tỳ-kheo, có bốn hạng người có mặt, hiện hữu ở đời. Thế nào là bốn? Hướng đến lợi mình, không lợi người; hướng đến lợi người, không lợi mình; không hướng đến lợi mình, không lợi người; hướng đến lợi mình, lợi người. 2. Và này các Tỳ-kheo, thế nào là hạng người hướng đến lợi mình, không lợi người? Ở đây, này các Tỳ-kheo, có hạng người tự mình từ bỏ sát sanh, không khích lệ người khác từ bỏ sát sanh; tự mình từ bỏ lấy của không cho,

7. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.37-38. 8. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.38. 9. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.38.

6 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

không khích lệ người khác từ bỏ lấy của không cho; tự mình từ bỏ tà hạnh trong các dục, không khích lệ người khác từ bỏ tà hạnh trong các dục... tự mình từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu; không khích lệ người khác từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu. Như vậy, này các Tỳkheo, là hạng người hướng đến lợi mình, không lợi người. 3. Và này các Tỳ-kheo, thế nào là hạng người hướng đến lợi người, không lợi mình? Ở đây, này các Tỳ-kheo, có hạng người tự mình không từ bỏ sát sanh, khích lệ người khác từ bỏ sát sanh; tự mình không từ bỏ lấy của không cho... tự mình không từ bỏ tà hạnh trong các dục... tự mình không từ bỏ nói láo... tự mình không từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu; khích lệ người khác từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu. Như vậy, này các Tỳkheo, là hạng người hướng đến lợi người, không lợi mình. 4. Và này các Tỳ-kheo, thế nào là hạng người không hướng đến lợi mình, lợi người? Ở đây, này các Tỳ-kheo, có hạng người tự mình không từ bỏ sát sanh, không khích lệ người khác từ bỏ sát sanh; tự mình không từ bỏ lấy của không cho ... tự mình không từ bỏ tà hạnh trong các dục ... tự mình không từ bỏ nói láo... tự mình không từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu; không khích lệ người khác từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu. Như vậy, này các Tỳ-kheo, là hạng người không hướng đến lợi mình, lợi người. 5. Và này các Tỳ-kheo, thế nào là hạng người hướng đến lợi mình, lợi người? Ở đây, này các Tỳkheo, có hạng người tự mình từ bỏ sát sanh, khích lệ người khác từ bỏ sát sanh; tự mình từ bỏ lấy của không cho... tự cho mình từ bỏ tà hạnh trong các dục... tự mình từ bỏ nói láo... tự

mình từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu, khích lệ người khác từ bỏ đắm say rượu men, rượu nấu. Như vậy, này các Tỳ-kheo, là hạng người hướng đến lợi mình và lợi người. Này các Tỳ-kheo, có bốn hạng người này có mặt, hiện hữu ở đời.10

Trích dẫn 1 Phải biết giữ đạo đức. Mình đã phát nguyện theo Phật, những đạo đức của Ngài dạy dù khó thực tập vẫn phải nỗ lực thực tập. Thực tập không phải vì lý do sợ hãi, cầu phước báu mà thực tập để hoàn thiện nhân cách và phẩm hạnh của bản thân. Tuần vừa rồi, có một số Phật tử vô danh đến chùa, chúng tôi hỏi đã quy y Tam bảo chính thức chưa, họ nói họ đi chùa lâu năm, lạy Phật, thỉnh thoảng có đọc kinh nhưng không dám quy y. Tôi hỏi vì sao không quy y, họ nói có lần tham dự lễ quy y tại chùa Giác Ngộ, chúng tôi có hướng dẫn quy y Phật thì không được quy y thiên thần, quỷ vật, trong khi họ làm ăn kinh tế đi hết đình này, miếu nọ, chùa bà kia để cầu phúc báu cho bản thân mình. Bây giờ, nếu quy y Tam bảo thì không được đi vào những nơi như thế nữa thì sợ lắm. Hơn nữa, đằng sau lời dạy đó dường như có một động thái muốn đạo Phật trở nên độc tôn trong đời sống của người Phật tử. Đó là những điều ngộ nhận rất đáng tiếc. Sở dĩ đạo Phật khích lệ không nên đến những chỗ đó, vì thần linh không có thật, Thượng đế không có thật và không ai có thể ban phước hay gieo họa cho mình ngoài những hành động tốt hoặc xấu của

10. Kinh Tăng chi bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.445-446.

mình. Do đó, việc khích lệ Phật tử không nên đến những nơi như thế là giúp chúng ta cắt đứt với mê tín dị đoan, sống bằng niềm tin chân chánh, chứ không phải là muốn đạo Phật trở nên độc tôn. Hai việc này khác nhau hoàn toàn. Tương tự, sát sinh, không trộm cắp, không tà dâm, không nói dối, không uống rượu, không nghiện ma túy là những điều kiện tốt cho một đời sống hạnh phúc cá nhân, gia đình và xã hội. Ban đầu tuy có vẻ khó thực hiện, nhưng nỗ lực một chút thì chúng ta sẽ vượt qua một cách dễ dàng.11 Trích dẫn 2 Biết nương tựa Phật pháp. Từ nhỏ mà trở thành Phật tử, biết tu học đúng mực thì tương lai của chúng ta sẽ rất tươi sáng. Người biết tu học sớm sẽ không ăn chơi, không dựa dẫm, không tạo tội, không bất hiếu, không gây sự; không tham, sân, si; họ biết cách chăm lo đời sống, biết chọn lựa nghề nghiệp chân chính để nuôi sống, biết giữ gìn đạo đức, do đó họ luôn trải nghiệm được bình an, hạnh phúc. Là người học Phật, ta cần phải hướng dẫn và hỗ trợ cho người thân gặp được Phật pháp, nương tựa Phật pháp càng sớm càng tốt. Đừng để đến khi con cái, người thân hư đốn, rồi mới đến chùa cầu Phật, tìm kiếm giải pháp khắc phục thì e rằng đã quá muộn. 12

1. Người Phật tử cần giữ 5 điều đạo đức nào?
• Không được giết hại,
• Không trộm cắp,
• Không tà dâm,
• Không nói dối,
• Không được uống rượu bia, sử dụng các chất gây nghiện.

2. Theo các cháu thiếu nhi, thì người Phật tử cần có những đức tính gì? • Phải có lòng tin Phật,

11. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.177-178. 12. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.108.

BÀI 1: EM LÀ THIẾU NHI PHẬT TỬ 9

• Phải có tâm chân thật,
• Phải có tinh thần tinh tấn,
• Phải có sức khỏe,
• Phải có trí tuệ.
3. Nếu không có những đức tính trên, thì người Phật tử sẽ như thế nào?

NGƯỜI PHẬT TỬ TẠI GIA Nhạc: Võ Tá Hân. Thi kệ: Thích Nhật Từ

Người Phật tử sáng suốt
Sợ các cảnh giới xấu
Siêng thực tập chánh Pháp
Chuyển hóa mọi khổ đau
Giữ năm điều đạo đức
Không giết hại sự sống
Chân thật, không trộm cắp
Chung thủy trong hôn nhân
Không nói lời tổn hại
Không rượu và ma túy
Người Phật tử tại gia
Thường thực tập niệm Phật
Thường thực tập niệm Pháp
Thường thực tập niệm Tăng
Thường quán niệm đạo đức
Nhờ đó, tâm thảnh thơi
Người Phật tử tại gia
Hoan hỷ với bố thí
Gieo trồng phước hiện tiền
Khéo thực tập chánh niệm
Giác ngộ và giải thoát
10 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần).

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Nhóm Cadillac (2021). Người Phật tử tại gia [online] Youtube. Truy

BÀI 2: CÓ TRÁCH NHIỆM VỀ VIỆC LÀM CỦA MÌNH 11

Có trách nhiệm về việc làm của mình

12 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Sống có trách nhiệm Mỗi người cần phải có trách nhiệm về việc làm của mình. Các cháu thiếu nhi cần học kỹ năng ra quyết định và thực hiện quyết định của mình. Khi làm việc gì sai, cần biết nhận và sửa chữa. Không tán thành những hành vi trốn tránh trách nhiệm, đổ lỗi cho người khác. Một số biểu hiện của người sống có trách nhiệm là: biết suy nghĩ trước khi hành động, dám nhận lỗi và sửa lỗi; làm việc gì thì đến nơi, đến chốn ... Mỗi người cần phải suy nghĩ trước khi hành động và chịu trách nhiệm về việc làm của mình.1 Quy luật nhân – quả, nghiệp-báo Con người là chủ nhân của nghiệp. Tùy theo khuynh hướng hành động, tạo tác của nghiệp mà con người nhận lấy quả báo tương ứng. Làm lành hưởng quả lành, gieo ác sẽ gặp dữ. Đó là quy luật. Không có một định mệnh nào chi phối con người. Số phận con người do chính con người tạo ra. Không có Thượng đế hay bất kỳ đấng thần linh nào có khả năng quyết định số phận con người. Chủ trương này đã giúp con người tạo nên nền tảng phương pháp luận để họ nỗ lực vượt qua các nỗi khổ, niềm đau, xây dựng một cuộc sống lành mạnh bằng chính khả năng của mình. 2

Trích dẫn 1

Phàm làm việc gì phải đi từng bước, như người đào giếng, đào sâu có nước; không thể vội vã sẽ hư việc lớn. 3

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017). 2. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.36. 3. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.410.

BÀI 2: CÓ TRÁCH NHIỆM VỀ VIỆC LÀM CỦA MÌNH 13

Trích dẫn 2

MƯỜI HAI ĐIỀU KHÔNG NÊN QUÊN
- Kính thưa Đại vương, bậc trí thường nhớ mười hai điều sau:
Một là sáng sớm nghĩ tới tội lỗi, nên siêng làm phước.
Hai là hiếu kính, đền ơn cha mẹ.
Ba là việc gì cũng trù bị trước.
Bốn là lánh xa các điều nguy hại.
Năm là trước khi làm gì, suy nghĩ thật kỹ.
Sáu là khuyên ngăn những kẻ lầm lạc.
Bảy là giúp đỡ những kẻ bần cùng.
Tám là bố thí, giúp người bất hạnh.

Chín là ăn uống luôn có chừng mực.
Mười là phân xử có tính công bình.
Mười một ban rải ân đức cho đời.
Mười hai làm quan biết huấn luyện lính.
Trong kinh dạy rằng: “Phàm làm việc gì phải lo liệu trước.
Người biết chu toàn, sự nghiệp phát triển, không bị thất bại”.4
Trích dẫn 3

Tự tạo các lỗi lầm,
Lại đổ lỗi người khác,
Nói dối chê thanh bạch,
Biết đó là tiện dân.5
4. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.403- 404. 5. Kinh Tạp A-hàm 3, Thích Đức Thắng dịch. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2015), tr.1815.

14 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Truyện tích 1 - Đầy đủ ba pháp này, này các Tỳ-kheo, kẻ ngu si, không thông minh, không phải bậc Chơn nhân, tự mình xử sự như kẻ mất gốc, bị thương tích, có phạm tội, bị người trí quở trách, làm nhiều điều vô phước. Thế nào là ba? Với thân làm không thiện, với lời nói không thiện, với ý nghĩ không thiện, đầy đủ ba pháp này, này các Tỳ-kheo, kẻ ngu si, không thông minh, không phải bậc Chơn nhân, tự mình xử sự như kẻ mất gốc, bị thương tích, có phạm tội, bị người trí quở trách, làm nhiều điều vô phước. Đầy đủ ba pháp này, này các Tỳ-kheo, bậc hiền trí, thông minh, là bậc Chơn nhân, tự mình xử sự không như kẻ mất gốc, không bị thương tích, không có phạm tội, không bị người trí quở trách, làm nhiều điều phước lành. Thế nào là ba? Với thân làm thiện, với lời nói thiện, với ý nghĩ thiện, đầy đủ ba pháp này, này các Tỳ-kheo, bậc hiền trí, thông minh, là bậc Chơn nhân, tự mình xử sự không như kẻ mất gốc, không bị thương tích, không có phạm tội, không bị người trí quở trách, làm nhiều điều phước lành.6

6. Kinh Tăng chi bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.326.

BÀI 2: CÓ TRÁCH NHIỆM VỀ VIỆC LÀM CỦA MÌNH 15

Truyện tích 2 BA TIÊU TƯỚNG CỦA TRÍ TUỆ Đức Thế Tôn bảo: “Thế nào là pháp trí tuệ? Là người trí tuệ có ba: sự tướng, tiêu thức và ấn tượng trí tuệ. Tức là người đã thành tựu trí tuệ nên nói là trí tuệ. “Những gì là ba? Người trí tuệ suy nghĩ với ý nghĩ thiện, nói lời nói thiện và làm việc thiện. Vì là người trí tuệ, nên được nói là trí tuệ vậy. “Nếu kẻ trí chẳng nghĩ điều thiện, không nói lời thiện và không làm việc thiện, thì người trí làm sao biết được họ là trí? Vì người có trí tuệ, nghĩ thì nghĩ thiện, nói thì nói thiện và làm thì làm thiện nên người có trí nói là kẻ trí.

HIỆN TẠI HỶ LẠC 1. “Người có trí tuệ ngay trong đời hiện tại thân tâm cảm thọ được ba điều hỷ lạc. Thế nào là người trí tuệ ngay trong đời hiện tại thân tâm của họ cảm thọ ba

điều hỷ lạc? Người trí tuệ có những hành vi nào, hoặc ngồi nơi tụ lạc, hoặc tại đường cái, đường hẻm, hoặc tại chợ quán, hoặc tại ngã tư đường, nói những việc thích hợp với người trí. Kẻ có trí thì từ bỏ sát sanh, từ bỏ việc lấy của không cho, từ bỏ tà dâm, từ bỏ nói dối, cho đến từ bỏ tà kiến mà được chánh kiến, thành tựu vô lượng pháp thiện. Nếu đã thành tựu vô lượng pháp thiện, khi người khác thấy họ, bèn khen ngợi, người trí tuệ kia, nghe hoặc tự nghĩ: 'Nếu ai thành tựu vô lượng pháp thiện, khi người khác thấy bèn khen ngợi, thì ta đây cũng có vô lượng pháp thiện. Nếu có kẻ nào thấy tất sẽ khen ngợi ta.' Đây là điều hỷ lạc thứ nhất mà người trí ngay trong đời hiện tại, thân tâm cảm thọ được. 2. "Lại nữa, người trí tuệ kia thấy người của vua dùng các thứ hình phạt để trị giặc cướp như chặt tay, chặt chân, và chặt cả tay chân, xẻo tai, xẻo mũi, hoặc xẻo cả tai mũi, hoặc cắt từng miếng thịt, hoặc nhổ tóc, bứt râu, hoặc bứt cả râu tóc, hoặc bỏ vào cũi, trùm trong áo rồi đốt cháy, hoặc lấy cát lấp, quấn cỏ rồi châm lửa, hoặc bỏ vào trong bụng lừa sắt, hoặc ném vào trong miệng heo sắt, hoặc đôi vào miệng cọp sắt rồi đốt, hoặc bỏ vào chảo đồng, hoặc đôi vào chảo

sắt rồi nấu, hoặc chặt ra từng khúc, hoặc dùng giáo nhọn đâm, hoặc lấy móc câu móc, hoặc đặt trên giường sắt rồi lấy dầu sôi nhểu, hoặc ngồi trên cối sắt dùng chày sắt giã, hoặc cho độc long mổ, hoặc dùng roi quất, hoặc dùng gậy đánh, hoặc lấy hèo đập, hoặc xỏ lưỡi bêu đầu, hoặc đâm chết bêu đầu. Người trí tuệ kia thấy rồi bèn nghĩ: 'Nếu ai thành tựu vô lượng pháp ác bất thiện, vua biết được bắt và khảo trị như vậy. Ta không làm vô lượng pháp ác bất thiện, nếu vua biết ta thì ta hoàn toàn chẳng bị các loại khổ trị như vậy.' Đây là điều hỷ lạc thứ hai mà người trí ngay trong đời hiện tại, thân tâm cảm thọ được. 3. "Lại nữa, người trí kia hành động với thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh. Người đó gặp lúc bệnh khổ, hoặc nằm ngồi trên giường, hoặc nằm ngồi trên ván, hoặc nằm ngồi dưới đất, hoặc thân đau nhức rất khổ sở cho đến khi mạng sống gần dứt; những hành động với thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh của người kia, bấy giờ các việc làm ấy treo ngược lên cao. Ví như xế chiều, mặt trời lặng xuống, bóng núi cao đổ ngược trên mặt đất. Cũng vậy, hành động với thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh của người kia treo ngược từ trên cao. Người ấy tự nghĩ: 'Đây là những hành động với thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh, tuy treo ngược từ trên cao. Vì lúc xế trưa ta làm nhiều phước, không làm ác, nếu có nơi nào cho những người không làm ác, không hung bạo, không làm điều phi lý, chỉ làm phước, tạo nơi quy mạng, nương tựa cho sự sợ hãi, thì ta đến chỗ lành đó. Do vậy, không sanh tâm hối hận, do không hối hận, nên chết nhẹ nhàng, mạng chung an lành.' Đây là điều hỷ lạc thứ ba mà người trí ngay trong đời hiện tại thân tâm cảm thọ được. SINH THIỆN XỨ "Lại nữa, người trí kia hành thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh. Người ấy sau khi hành thân diệu hạnh, khẩu và ý diệu hạnh rồi, do nhân duyên đó, khi thân hoại mạng chung, tất đến thiện xứ, sanh lên cõi trời. Kẻ kia đã sanh lên đó rồi, cảm thọ quả báo lành, hoàn toàn khả ái, hoàn toàn khả lạc, khả ý khả niệm. Nếu ai nghĩ rằng: 'Nơi nào hoàn toàn khả ái, hoàn toàn khả lạc, khả ý khả niệm' nơi đó được nói là thiện xứ. Vì sao? Vì chốn lành kia, hoàn toàn khả ái, hoàn toàn khả lạc, khả ý khả niệm."7

7. Kinh Trung A-hàm 4, Tuệ Sỹ dịch. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2013), tr.2156-2159.

BÀI 2: CÓ TRÁCH NHIỆM VỀ VIỆC LÀM CỦA MÌNH 17

Trích dẫn 1 Đạo Phật dạy: “Phàm làm việc gì nên nhớ nghĩ đến hậu quả của nó”. Triết lý này là câu tâm niệm cho mỗi người. Khi ta nghĩ đến hậu quả của việc làm, hành động, lời nói hay suy nghĩ thầm kín bên trong, người khác không phát hiện được, hoặc là ta cố che giấu trong các mối quan hệ thì nó vẫn có những hậu quả ảnh hưởng trực tiếp lên bản thân mình và cộng đồng xã hội. Nếu ta thấy được sự tốt, xấu đều ảnh hưởng đến khổ đau và hạnh phúc của bản thân thì chắc chắn ta sẽ có trách nhiệm về đạo đức nhiều hơn. Từ đó, ta làm chủ được hành vi, tạo nên tiến trình hài hòa nội tại. Lúc đó ta mới thật sự là người tự do.8 Trích dẫn 2 Biết nhiệm vụ của mình. Cuối cùng, yếu tố nhận diện người có trí trong nhóm này là sự ý thức trách nhiệm của người đó. Người có trách nhiệm thì tạo nên uy tín cho bản thân và góp phần tạo nên uy tín cho tổ chức của họ. Không có ý thức trách nhiệm thì làm việc không có hiệu quả, thậm chí hư việc, không những ảnh hưởng xấu tới bản thân mà còn ảnh hưởng xấu tới lợi ích chung của tổ chức.9 Trích dẫn 3 Không lệ thuộc vào bói toán. Nên tránh các hành vi xem sao đoán mệnh và chủ trương giải quyết vấn đề trên nền tảng hên xui, may rủi. Bởi vì niềm tin vào sự may rủi không có giá trị thiết thực, và “sao chiếu mạng” không thể quyết định vận mệnh của con người. Theo Phật giáo, “sao” chỉ là các hành tinh có thể có sự sống hoặc không có sự sống, và vận mệnh của con người do chính con người tạo ra bằng ngôn ngữ, ý chí, hành động của mình. Do đó, thay vì tin vào bói toán hay những trò tương tự, con người nên nỗ lực xây dựng một lối sống tích cực để chuyển hóa nghèo thành giàu, lận đận thành bền vững, khổ đau thành hạnh phúc.10 Trích dẫn 4 Việc thay đổi nghiệp không phải do cầu nguyện hay ân sủng của thần linh, thượng đế nào cả, vì theo đức Phật, không có sự can thiệp

8. Thích Nhật Từ, Quay đầu là bờ. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.128. 9. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.99. 10. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.37-38.

của các vị ấy, mà hành động của con người mới quyết đoán được tương lai. Tốt hay xấu là do ta tạo nên, không ai đem đến cho ta cả. Vậy khi gặp điều xấu, không nên than trời, trách đất, đổ thừa cho số mệnh vì mọi việc đều do ta làm chủ và phải có trách nhiệm với việc mình làm.11

1. Thế nào gọi là có trách nhiệm về việc làm của mình?

2. Hãy liên hệ với bản thân, kể ra một việc chứng tỏ mình đã làm việc có trách nhiệm hoặc thiếu trách nhiệm. - Chuyện xảy ra thế nào và lúc đó em đã làm gì? - Bây giờ nghĩ lại em thấy thế nào? - Em đã tự rút ra được bài học gì cho bản thân không?

NHÂN QUẢ Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Em tin vào nhân quả
Tin nghiệp báo, luân hồi
Em tin vào Chánh Pháp
Nên yêu hết mọi người
Em tin vào chính mình
Tinh tấn diệt vô minh
Gắng song tu phước huệ
Cho mòn nghiệp tử sinh.
11. Thích Nhật Từ, Quay đầu là bờ. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.56-57.

BÀI 2: CÓ TRÁCH NHIỆM VỀ VIỆC LÀM CỦA MÌNH 19

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Mai Thảo (2007). Nhân quả. Trong album: Muôn đời yêu thương 2 21/1/2020]

20 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Vượt qua khó khăn, có chí thì nên

BÀI 3: VƯỢT QUA KHÓ KHĂN, CÓ CHÍ THÌ NÊN 21

Trong cuộc sống, ai cũng có thể gặp khó khăn, nhưng nếu có niềm tin và cố gắng vượt qua thì có thể thành công. Dù gặp hoàn cảnh khó khăn, nhưng nếu có quyết tâm và biết sắp xếp thời gian hợp lý thì vẫn có thể vừa học tập tốt, vừa có thể giúp được gia đình. Sự thông cảm, chia sẻ, động viên, giúp đỡ của người thân, bạn bè … cũng hết sức cần thiết. Khi gặp khó khăn, người ta có thể chán nản, tuyệt vọng, bỏ học … Nhưng người có chí là người biết vượt lên mọi khó khăn để sống và tiếp tục học tập.1

Em chuyên tâm niệm Phật
Dứt trừ tham, sân, si
Bình an trước được, mất
Em sống đời từ bi
Trích dẫn 1

Thiện pháp thứ tư là luôn tinh tấn. Siêng năng dứt sạch các điều bất thiện. Siêng năng tu tập tất cả việc lành. Siêng năng, bền chí, quyết không bỏ cuộc các lý tưởng đẹp. Quyết tâm, hướng đến tu tập an vui.2

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.681.

22 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Trích dẫn 2

MƯỜI HAI ĐIỀU KHÓ - Kính thưa Đại vương, mười hai điều sau được gọi là khó: Một là làm việc với những người ngu. Hai là yếu đuối, đầu hàng, bỏ cuộc. Ba là thù nhau mà

thường gặp mặt. Bốn là học ít mà thích tranh luận. Năm là nghèo hèn mà trả được nợ. Sáu là ra trận không có tướng sĩ. Bảy là trung thành với một chính thể. Tám là học đạo mà mất tín tâm. Chín là làm ác mà muốn hạnh phúc. Mười là sinh ra được gặp Phật tổ. Mười một được nghe chánh pháp của Phật. Mười hai hiểu rõ, thực tập chánh pháp.3

CONG NHƯNG ĐỪNG GÃY Một trong những hồi ức thân thương nhất của tôi khi còn thơ đó là đi dọc theo và ngồi xuống bên bờ sông. Nơi đó tôi được hưởng sự yên bình và tĩnh lặng, ngắm nhìn dòng nước lặng lờ trôi và nghe tiếng chim hót cùng những chiếc lá cây rì rào. Nơi đó tôi cũng được ngắm những thân tre oằn xuống dưới sức gió rồi vút ngược lên trời cao khi những cơn gió lặng đi. Khi nghĩ về tính đàn hồi của thân tre, lúc chúng cong và thẳng ngược lại về vị trí cũ, khái niệm về sự thích ứng hiện lên trong óc tôi. Liên hệ điều này với con người, sự thích ứng có nghĩa là khả năng

3. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.406.

phục hồi sau một cú sốc, nỗi u sầu, hoặc bất kỳ trạng thái nào đã làm căng thẳng hết mức những cảm xúc của con người. Bạn có bao giờ cảm thấy mình gần như gục ngã? Bạn gần như bị bẻ gãy? Hãy cảm tạ trời đất vì sau thử thách ấy bạn vẫn còn tồn tại để có thể nói về sự trải nghiệm đó. Cuộc sống là sự tổng hòa của những thời khắc tươi đẹp và đen tối, những giây phút hạnh phúc cũng như bất hạnh. Những bất hạnh sẽ gần như bẻ gãy bạn, nhưng hãy cố gắng, con người gắng chịu, đừng để bị bẻ gãy. Hãy nỗ lực, đừng để hoàn cảnh hạ gục bạn. Trên đường đời, nếu gặp cam go và bạn đang ở vào thời điểm sắp gãy, hãy chứng tỏ sự thích ứng của mình. Giống như những cây tre, cong nhưng không gãy. 4

Trích dẫn 1 Bảo khó sẽ thấy khó, bảo dễ sẽ thấy dễ. Khó và dễ nằm ở nhận thức con người. Thái độ tâm lý cũng là một yếu tố rất quan trọng. Hễ nó can thiệp vào rồi, tốt và xấu đều có mặt, ranh giới bắt đầu được phân chia. Người có bản lĩnh, đối diện trước cái càng khó, càng cảm thấy hấp dẫn. Người yếu đuối có thể cường điệu hóa thành ra rất lớn.5 Trích dẫn 2 Đi con đường đạo Phật chân chính, ta trở thành một người rất khoa học. Đối diện với những khổ đau thực tại, ta không trốn chạy, phanh phui gốc rễ mà nên nghĩ đến giải pháp. Tri thức Phật pháp là tri thức giải quyết vấn đề, kiến thức Phật pháp là kiến thức tạo ra sự bình ổn. Ai không sống theo như thế là đang bị si mê, ám ảnh chi phối. Ngu dốt là một trong những cái làm cho con người khó tiến bộ.6 Trích dẫn 3 Nhà Phật dạy, đừng chịu thua khổ đau, đừng buông tay trước nghịch cảnh. Phải bình tĩnh sáng suốt vươn lên, để xử lý vấn đề trong mọi hoàn cảnh, đừng bao giờ chọn một giải pháp không lối thoát. Những giải pháp tự tử dù với lý do nào đi nữa đều là kết quả của bất mãn, tất cả

4. Nhiều tác giả, Chuyện đạo - Chuyện đời, tập 2. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.190-191. 5. Thích Nhật Từ, Con đường an vui. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.33. 6. Thích Nhật Từ, 14 điều Phật dạy. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2015), tr.13.

có thể trở thành động lực rất lớn để tiến thủ trong cuộc đời.7 Trích dẫn 4 Giá trị và niềm an vui hạnh phúc con người không nằm trên ngoại hình mà người đó có. Người có ngoại hình xấu xí, có vai trò, vị trí xã hội chẳng là gì nhưng nếu biết sống, người đó vẫn được an vui. Hạnh phúc không liên hệ đến những gì chúng ta có, hoặc không có, mà nó liên hệ đến cách thức, thái độ chúng ta sử dụng cái có và cái không có này như thế nào. Theo nhà Phật, chúng ta nên sống theo chiều kích nội tại nhiều hơn nhìn sự vật, sự việc; lý giải, phân tích sự vật, sự việc đó. Ứng xử trong mọi sự việc một cách khôn ngoan, chúng ta vẫn có được an vui.8 Trích dẫn 5 Người Phật tử không nên và không được trốn chạy khỏi nỗi khổ niềm đau. Trên thực tế có nhiều người chán nản trước nỗi khổ niềm đau, họ ngã quỵ, càng nỗ lực càng bế tắc. Nhu cầu tâm linh, nhu cầu cảm xúc, nhu cầu xã hội, nhu cầu của sự tương thân… xuất hiện. Tôn giáo có mặt để phục vụ cho những giá trị này. Yếu tố dựa để trấn an cũng chỉ là một phản ứng hóa chất. An lạc có mặt trong sự tĩnh tại của tâm. Khám phá giá trị tâm linh là một trong những cách thức để biến ước mơ trở thành hiện thực. Hãy nhận dạng ra những bế tắc mà mình đang gặp, vạch mặt chỉ tên nỗi khổ niềm đau mà mình đang có.9 Trích dẫn 6 Không có một con đường tốt nào không trải trên những mảnh đất gồ ghề, thậm chí trong sự lấp đất đó phải có đá, giẫm đạp có thể bị đau chân. Nếu không chấp nhận trải qua những con đường như vậy, thì con đường nhựa tốt hay bằng bê-tông khó có thể được thành tựu. Mỗi nghịch cảnh hoặc khó khăn tạo ra giá trị bài học kinh nghiệm và sự thành công cho chúng ta. Do đó, không nên chán nản, thất vọng mà hãy nuôi chí nguyện lớn thì sẽ làm được nhiều việc tốt.10 Trích dẫn 7 Thành công quá nhiều cũng là một trở ngại. Trong kinh tạng Pali, ba yếu tố tâm lý: Vị ngọt, vị đắng, vị xuất ly. Ta thấy từ vị ngọt đến vị xuất ly được hiểu là hạnh phúc và giải thoát. Vì được thuận duyên trong hạnh phúc nên ít ai nghĩ đến giải thoát. Khi nào bị khổ đau thì ta mới tìm đến con đường giải thoát. Càng gặp nhiều nghịch cảnh thì chí nguyện đại hùng càng gia tăng, tuệ giác lại phát sinh để ta xử lý và trở thành người

7. Thích Nhật Từ, Chuyển hóa sân hận. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.61. 8. Thích Nhật Từ, Con đường an vui. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.14. 9. Thích Nhật Từ, Con đường an vui. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.31. 10. Thích Nhật Từ, Con đường an vui. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.54-55.

BÀI 3: VƯỢT QUA KHÓ KHĂN, CÓ CHÍ THÌ NÊN 25

cao thượng hơn. Đây cũng là cách tâm niệm. Thực tập được như thế, kiêu ngạo sẽ không có mặt, mà ngược lại thành công diễn ra rất cao.11

1. Hãy nêu những tấm gương vượt khó mà em biết. Em đã noi gương họ như thế nào?

2. Qua thực tế, em hãy kể những việc làm thể hiện tinh thần vượt khó của bản thân mình.

VƯƠN LÊN Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Vươn lên từ bùn nhơ
Đóa sen tươi nở bừng trong nắng

Vươn lên từ mặt đất
Những hạt nhân hé lên xanh mầm;
Vươn lên từ muôn kiếp
Người thanh niên khó khăn coi thường
Ta quyết tâm lên đường
Bằng trí tuệ yêu thương;
Từ ngàn xưa cha ông quật cường
Dựng quê hương gian khổ bao phen
Ta cháu con dòng giống tiên rồng
Hãy vươn lên như đóa sen hồng.
11. Thích Nhật Từ, Mười điều tâm niệm. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2012), tr.31.

26 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Tuấn Huy (2003). Vươn lên. Trong album: Bên ánh lửa hồng 2 [online]

BÀI 4: NHỚ ƠN TỔ TIÊN 27

Nhớ ơn tổ tiên

28 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Con người ai cũng có tổ tiên và mỗi người đều phải nhớ ơn tổ tiên. Mỗi gia đình, dòng họ đều có những truyền thống tốt đẹp riêng. Mỗi gia đình, dòng họ đều có những truyền thống tốt đẹp riêng của mình. Mỗi người cần có ý thức giữ gìn và phát huy các truyền thống đó. Mỗi người phải biết ơn tổ tiên và có trách nhiệm giữ gìn, phát huy truyền thống tốt đẹp của gia đình, dòng họ. Những việc cần làm, phù hợp với khả năng để thể hiện lòng biết ơn tổ tiên như là: cố gắng học tập, rèn luyện để trở thành người có ích cho gia đình và đất nước; khi đi xa, nên viết thư về thăm hỏi gia đình v.v...1

Lễ Phật rằm tháng bảy
Em dự hội Vu Lan
Nhớ ơn cha mẹ dạy
Cầu song đường bình an
Trích dẫn 1

Phương pháp thứ bảy là:
Sống lễ độ, khiêm cung,
Biết ơn và đền đáp,
Không tham và biết đủ,
Siêng học Pháp cao sâu.2
1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.261.

BÀI 4: NHỚ ƠN TỔ TIÊN 29

Trích dẫn 2

1. Tại Sāvatthī, 2. – Này các Tỷ-kheo, thuở xưa, khi Thiên chủ Sakka còn làm người, vị này chấp trì và thực hành bảy cấm giới túc. Nhờ chấp trì bảy cấm giới túc này, Sakka được địa vị Sakka. 3. Bảy cấm giới túc là gì? 4. Cho đến trọn đời, tôi hiếu dưỡng cha mẹ. Cho đến trọn đời, tôi kính trọng gia trưởng. Cho đến trọn đời, tôi nói lời nhu hòa. Cho đến trọn đời, tôi không nói lời hai lưỡi. Cho đến trọn đời, với tâm ly cấu uế và xan tham, tôi sống trong gia đình với tâm bố thí, với tay sạch sẽ, hoan hỷ thí xả, nhiệt tình đáp ứng các yêu cầu, sung sướng phân phối vật bố thí. Cho đến trọn đời, tôi nói lời chân thực. Cho đến trọn đời, tôi không phẫn nộ; nếu tôi có phẫn nộ, tôi sẽ mau chóng dẹp trừ phẫn nộ ấy. 5. Này các Tỷ-kheo, thuở xưa, khi Thiên chủ Sakka còn làm người, vị này chấp trì và thực hành bảy cấm giới túc. Nhờ chấp trì bảy cấm giới túc này, Sakka được địa vị Sakka. 6. Ai hiếu dưỡng cha mẹ, Kính trọng bậc gia trưởng, Nói những lời nhu hòa, Từ bỏ lời hai lưỡi, Chế ngự lòng xan tham, Là con người chân thực, Nhiếp phục được phẫn nộ, Với con người như vậy, Chư Thiên tam thập tam, Gọi là bậc Chân nhân.3

3. Kinh Tương ưng bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.351-352.

30 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Truyện tích 1 Con thấy cha mẹ qua xương thịt và sự sống đang có mặt và lưu nhuận trong từng tế bào và mạch máu của con. Qua cha con và mẹ con, con thấy ông bà, bên nội cũng như bên ngoại, đã và đang đi vào con với tất cả mọi năng lượng, mọi trông chờ, mọi ước mơ, cũng như tất cả trí tuệ và kinh nghiệm của tổ tiên trải qua bao nhiêu thế hệ. Con mang trong con sự sống, dòng máu, kinh nghiệm, tuệ giác, hạnh phúc và khổ đau của các thế hệ tổ tiên. Những yếu kém, những tồn tại và những khổ đau truyền đạt lại, con đang tu tập để chuyển hóa. Những năng lượng của trí tuệ, của kinh nghiệm và của thương yêu mà liệt vị truyền đạt lại, con đang mở rộng trái tim con và xương thịt con để mà tiếp nhận. Con có gốc rễ nơi cha, nơi mẹ, nơi ông bà, tổ tiên. Con chỉ là sự nối tiếp của tổ tiên và dòng họ. Xin cha mẹ, ông bà và tổ tiên hỗ trợ cho con, che chở cho con, truyền thêm năng lượng cho con. Con biết rằng con cháu ở đâu thì tổ tiên ở đó; con biết cha mẹ nào, ông bà nào cũng thương yêu, đùm bọc và hộ trì cho con cho cháu, dù khi sinh tiền có lúc gặp phải khó khăn hay rủi ro mà không bộc lộ được niềm thương yêu và sự đùm bọc đó. Con thấy cha ông của con, từ Lạc Long Quân qua các vua Hùng và biết bao nhiêu thế hệ những người khai sáng đất nước, mở rộng cõi bờ, gìn giữ núi sông và un đúc nên nếp sống Việt Nam có thủy, có chung, có nhân, có hậu. Con là sự tiếp nối của liệt vị. Con cúi rạp mình xuống để đón nhận năng lượng của dòng họ và tổ tiên của gia đình huyết thống con.4

4. Thích Nhất Hạnh, Nhật tụng thiền môn. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2017), tr.437-438.

BÀI 4: NHỚ ƠN TỔ TIÊN 31

Truyện tích 2 Câu chuyện này, khi ở tại Kỳ Viên, bậc Đạo Sư đã kể về đồ ăn cúng người chết. Trong thời ấy, nhiều người giết hại nhiều dê cừu… để cúng đồ ăn cho người thân đã mệnh chung. Các Tỷ-kheo thấy họ làm như vậy, hỏi bậc Đạo Sư: – Bạch Thế Tôn, nay nhiều người giết hại sinh mạng nhiều loài hữu tình để cúng đồ ăn cho người chết, Bạch Thế Tôn, ở đây có hạnh phúc, lợi ích nào không? Thế Tôn nói: – Cúng đồ ăn như vậy cho người chết không có lợi ích gì. Khi đã sát sanh, làm sao có lợi ích được? Thuở xưa, các bậc Hiền trí ngồi giữa hư không thuyết pháp, nói rõ nguy hại của tập tục này, khiến toàn thể dân chúng ở cõi Diêm-phù-đề bỏ hành động ấy. Nhưng nay, bị sanh hữu tích lũy, nên hành động ấy lại khởi lên.5

Nhiều người quá mê tín dị đoan, trong gia đình có chuyện trục trặc họ lại "đổ vấy" cho ông bà đã mất, do ngày chết, ngày chôn ông bà không đẹp. Người chết rồi mà vẫn không an phận, bị oan ức mà không giãi bày được. Đó là tội bất hiếu rất lớn. Tất cả những việc đó đều ảnh hưởng đến phúc mà ta đã gieo trồng. Đi đến đâu gặp người khác ta cũng vu oan giá họa, nói xấu, xuyên tạc, rồi than phận mình tại sao sống tốt, mà vẫn gặp những chuyện rủi ro.6

1. Nêu những việc làm của bản thân mình thể hiện việc làm nhớ ơn tổ tiên.

2. Việc nhân dân ta tổ chức Giỗ tổ Hùng Vương vào ngày mồng 10/3 âm lịch hằng năm thể hiện điều gì?

5. Kinh Tiểu bộ 3, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.94. 6. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật sống. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.9-10.

32 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

3. Hãy nêu những truyền thống tốt đẹp của gia đình, dòng họ mình. Em có tự hào về những truyền thống đó không? Em cần làm gì để xứng đáng với các truyền thống tốt đẹp đó?

ĐẤT LÀ MẸ Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Đất là Mẹ, vì Mẹ hiền như đất,
Tâm bao dung, ôi tất cả vì con,
Ơn quê Mẹ từng con sông, khe suối,
Ơn xóm làng, từng hạt lúa đọt khoai,
Tạ ơn đất, ơn Mẹ Cha mãi mãi,
Tạ ơn người, ơn Tổ quốc, Giống nòi.
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Mỹ Dung (2003). Đất là mẹ. Trong album: Bên ánh lửa hồng 1 [online] [Truy cập ngày 18/9/2019]

BÀI 5: TÌNH BẠN 33

Tình bạn

34 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Bạn bè có vai trò quan trọng không thể thiếu trong cuộc sống. Bạn bè cần phải đoàn kết, thương yêu, giúp đỡ nhau trong lúc khó khăn, không làm điều xấu ác. Có như vậy, tình bạn mới thân thiết, gắn bó. Cần khuyên ngăn, góp ý khi thấy bạn làm điều sai trái để giúp bạn tiến bộ. Như thế mới là người bạn tốt. Các biểu hiện của tình bạn đẹp là: tôn trọng, chân thành, biết quan tâm, giúp đỡ nhau cùng tiến bộ, biết chia sẻ vui buồn cùng nhau v.v...1

Em nên kết bạn lành
Như hoa cỏ tươi xanh
Mùi hương lan tỏa khắp
Đến mọi người xung quanh
Trích dẫn 1

Làm người hạnh phúc phải biết cẩn trọng, lánh xa kẻ ác, sám hối lỗi lầm.2

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.428.

BÀI 5: TÌNH BẠN 35

Trích dẫn 2

Chớ kết bạn với phường xấu ác
Kẻ dối gian, cay độc, tiểu nhân.
Hãy thân với bạn hiền lành
Học theo gương hạnh chánh chân, sửa mình.3
Trích dẫn 3

206. Thật may mắn, thánh nhân gặp mặt
Được gần bên hạnh phúc nào hơn!
Phúc thay, chẳng gặp ngu nhân
Càng xa khỏi họ, càng an lành nhiều.
207. Cùng chung sống với người ngu tối
Khổ khác gì sống với kẻ thù.
Sống chung người trí vô ưu
Như cùng thân quyến chẳng lo sợ gì.
208. Với những bậc tinh thông, sáng suốt
Người giữ gìn, giới đức, thánh nhân
Quyết lòng gần gũi, kết thân
Như trăng soi sáng con đường đang đi.4
Trích dẫn 4
57. Với bạn bè độc ác,
Hãy từ bỏ lánh xa,
Bạn không thấy mục đích,

Quen nếp sống quanh co,
Chớ tự mình thân cận,
Kẻ đam mê phóng dật,
Hãy sống riêng một mình
Như tê ngưu một sừng.

3. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.37. 4. Thích Nhật Từ (soạn dịch), 423 Lời vàng của Phật (Kinh Pháp Cú, Dhammapada). (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2018), tr.82.

58. Bậc nghe nhiều, trì pháp,
Hãy gần gũi người ấy,
Bạn người tâm rộng lớn,
Người thông minh biện tài,
Biết điều không nên làm,
Nhiếp phục được nghi hoặc,
Hãy sống riêng một mình
Như tê ngưu một sừng.5
Trích dẫn 5

45. Nếu tìm được bạn lành,
Thận trọng và sáng suốt,
Bạn đồng hành chung sống,
Bạn thiện trú Hiền trí.
Cùng nhau đồng nhiếp phục,
Tất cả mọi hiểm nạn,
Hãy sống với bạn ấy,
Hoan hỷ, giữ chánh niệm.6
Trích dẫn 6 Một thời, đức Phật trú tại vườn Cấp Cô Độc, rừng cây Kỳđà, nước Xá-vệ. Bấy giờ Thế Tôn dạy chư Tỳ-kheo: - Nên gần gũi Thiện tri thức, đừng tập theo ác hành, tin vào ác nghiệp. Vì sao vậy? Chư Tỳ-kheo, gần gũi thiện tri thức, tín được tăng trưởng: văn, thí, trí huệ, hết thảy đều tăng trưởng. Nếu các Tỳ-kheo gần gũi thiện tri thức, thì không tập theo các ác hành. Vì sao vậy? Nếu gần gũi ác trí thức, sẽ không có tín, không có giới, văn, thí, trí tuệ. Cho nên, này các Tỳ-kheo, hãy gần gũi thiện tri thức, đừng gần gũi ác tri thức. Các Tỳ-kheo, hãy học điều này như vậy!7

5. Kinh Tiểu bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.339-340. 6. Kinh Tiểu bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.337. 7. Kinh Tăng nhất A-hàm 1, Thích Đức Thắng dịch. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.323.

Truyện tích 1 Đừng đặt lòng tin bọn dối lừa, Những ai chỉ biết lợi riêng tư, Hoặc người đã phạm nhiều điều ác, Những kẻ tỏ ra quá phụng thờ.8 Truyện tích 2 Bụt dạy Sigala tránh xa sáu loại hành động có thể đưa đến sự tán gia bại sản: không say sưa, không đi lang thang trong thành phố vào giờ khuya khoắt, không lui tới những chốn cờ bạc, không lui tới những nơi ăn chơi trác táng, không la cà với những bạn xấu và không lười biếng ỷ lại. Bụt lại dạy cho Sigala biết phân biệt thế nào là một người bạn tốt. Người nói: - Một người bạn tốt là một người đối xử với mình một cách chung thủy, khi mình giàu sang hoặc sa sút, hạnh phúc hay khổ đau, thành công hay thất bại, đắc thế hoặc thất thế thì người bạn ấy vẫn không hề thay đổi. - Người bạn ấy biết lắng nghe và chia sẻ những buồn đau của mình, nói cho mình nghe những lo lắng và buồn vui của người ấy. - Một người bạn tốt là một người bạn biết vui cái vui của mình và buồn cái buồn của mình.9

8. Kinh Tiểu bộ 5, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.71. 9. Thích Nhất Hạnh, Đường xưa mây trắng. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2015), tr.612-613.

Trích dẫn 1 Bạn bè chân thật, không dối gạt nhau. Bạn bè chân thật luôn tin tưởng nhau, sống hết tình vì nhau. Trong khi bạn xấu thì thường lợi dụng, qua mặt nhau vì quyền lợi cá nhân hoặc đẩy bạn vào con đường hưởng thụ, ăn chơi, từ đó chìm đắm trong hiện tại, đánh mất tương lai. Ta không nên gần những người bạn như thế. Thà đơn độc một mình như voi chúa ở rừng sâu không kết bạn với kẻ ngu. Đó không phải là ta ích kỷ hay hẹp hòi, nhưng để được an toàn, chúng ta cần dứt khoát như thế. Mình chưa phải là người giỏi bơi thì phải cân nhắc khi cứu người chết đuối, vì không khéo, không những không cứu được người, mà mạng sống của ta cũng khó bảo toàn. Chỉ nên kết bạn với những người hiền, sống chân thật, không dối gạt, lợi dụng bạn bè. Như thế ta mới có nhiều cơ hội để sống bình an, hạnh phúc.10 Trích dẫn 2 Có hậu là một biểu hiện tốt trong tình bạn, còn thâm hậu là mức độ sâu sắc hơn nữa trong tình bạn. Sống thâm hậu trong tình bạn, thì lòng vị kỷ của ta ngày càng giảm thiểu. Đến lúc nào đó lòng vị kỷ trong tình bạn không còn nữa, ta trở thành thiện hữu tri thức của bạn bè. Ta mang kiến thức lành, cao đẹp, kiến thức nhân quả, kiến thức Phật pháp giúp cho những người bạn chí cốt vượt qua những khó khăn, nỗi khổ niềm đau, nghịch cảnh, chướng duyên, thách đố nếu có. Tính thâm hậu đó sẽ làm bền bỉ các mối quan hệ xã hội của ta. Chia sẻ đến đây, Bồ-tát Hiền Nhân trích dẫn một câu kinh: “Nếu biết thương lấy mình thì phải dè dặt giữ mình. Các bậc hiền sĩ có chí hướng cao thượng, sở học thấu đáo, nên không bao giờ bị lầm lạc”. Giữ chính mình trên nền tảng thương mình nhưng không rơi vào ích kỷ đó là hiểu mình đúng, thương mình đúng. Có tinh thần cầu học, sưu tầm các tinh hoa kiến thức đúng ta sẽ thoát ra khỏi những cạm bẫy, cám dỗ và những nỗi khổ niềm đau, ta sẽ không còn bị lầm đường, lạc lối. Ta tự đi, tự giải quyết và tự mang lại kết quả bình an cho mình.11

10. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.108. 11. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau,

2017), tr.130.

BÀI 5: TÌNH BẠN 39

Trích dẫn 3

Việc giao du với bạn bè trong môi trường tiêu cực có thể làm chúng ta trở thành bùn nhơ. Do vậy phải chọn bạn mà giao du. Có một câu danh ngôn rất sâu sắc "Thà sống đơn độc, không kết bạn với kẻ ngu". Câu này nằm trong kinh Pháp Cú. Đức Phật nói thêm: cũng giống như voi chúa sống đơn độc ở rừng sâu, chứ không kết bạn với những con voi không có giá trị trong cuộc đời. Có nhiều người cảm thấy cô đơn buồn chán, ở nhà thấy khó chịu, ra đường kết bạn với người này, kẻ kia. Đôi khi vốn là người hiền lương, đi chơi với kẻ xấu, cuối cùng bị liên lụy. Hoặc đi theo người xấu, cá tính ta sẽ thay đổi theo. Môi trường giao du ảnh hưởng chúng ta như thế, nên chọn bạn, chọn môi trường thì chúng ta mới có thể làm chủ được bản thân, làm chủ nhận thức, và làm chủ được cảm xúc.12 Trích dẫn 4 Tin bạn bè chân chính. Bạn bè có xấu, có tốt. Bạn xấu thì ta nên cân nhắc, hạn chế tiếp xúc. Bạn tốt thì ta nên giao lưu, học hỏi với niềm tin tuyệt đối với họ. Thể hiện niềm tin tuyệt đối nơi bạn bè chân chính là thái độ đáng trân trọng không phải ai cũng có được.13 Trích dẫn 5 Khi giao thiệp phải thân cận với người lành. Tức là phải luôn tìm người lành để đồng hành, hỗ trợ và nhờ đó ta dễ dàng thành công hơn trong cuộc sống bằng nỗ lực chân chính của bản thân mình.14

12. Thích Nhật Từ, Quay đầu là bờ. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2010), tr.115-116. 13. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.166. 14. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.170.

40 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

1. Điều gì xảy ra nếu chúng ta không có bạn bè?

2. Theo em, như thế nào là một tình bạn đẹp?

3. Nếu thấy bạn làm việc sai trái, em sẽ chọn cách ứng xử nào? Vì sao?
- Bỏ mặc bạn, không quan tâm
- Tán thưởng việc làm của bạn
- Bắt chước bạn
- Bao che cho bạn
- Khuyên ngăn bạn
- Báo với thầy, cô giáo
- Không chơi với bạn nữa
4. Em nghĩ gì khi bạn khuyên ngăn không cho em làm việc sai trái? Em có giận, có trách bạn không?

MÀU LAM TÌNH ĐẠO Nhạc: Lâm Nguyễn

Tình huynh đệ, một bầu trời cao vời vợi, đẹp biết bao. Tình huynh đệ, sống chan hòa, yêu thương mọi người với nhau. Tình huynh đệ, chung một lòng, luôn hòa hợp nhiều ước mơ. Tình huynh đệ, bao nụ cười, luôn luôn vì Phật Pháp kính yêu. Ánh sáng đạo đức thanh tịnh, giúp nhau tinh tấn tu hành, chấm dứt buồn phiền, Bao nụ cười hiền, mình luôn trao cho nhau thắm thiết. Ánh mắt ngời sáng chân thật, lắng sâu hồn tâm thanh tịnh, Cây cối đâm chồi, đơm hoa nở lộc, cùng một lòng vì Đức Phật từ bi. Tình huynh đệ, không phai mờ, vui hay buồn, cùng có nhau. Tình huynh đệ, luôn nguyện cầu, luôn luôn vì Phật Pháp kính yêu.

BÀI 5: TÌNH BẠN 41

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Nhóm B.O.M (2016). Màu lam tình đạo. Trong album: Tâm ca [online]

42 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Kính già, yêu trẻ

BÀI 6: KÍNH GIÀ, YÊU TRẺ 43

Người già và trẻ em là những người cần được quan tâm, giúp đỡ ở mọi nơi, mọi lúc. Kính già, yêu trẻ là truyền thống tốt đẹp của dân tộc ta. Cần tôn trọng người già, em nhỏ và giúp đỡ họ bằng những việc làm phù hợp với khả năng. Tôn trọng người già, giúp đỡ em nhỏ là biểu hiện của tình cảm tốt đẹp giữa mọi người, là biểu hiện của người văn minh, lịch sự. Ví dụ những việc làm thể hiện tình cảm kính già, yêu trẻ như: chào hỏi, xưng hô lễ phép với người già; dùng hai tay khi đưa vật gì đó cho người già. Ví dụ những việc làm thể hiện tình cảm yêu trẻ như: đọc truyện cho em nhỏ, không quát nạt em bé.1

Khi ai đến thăm nhà
Em khoanh tay chào nha
Khi cha mẹ răn dạy
Chớ tự ái cho qua

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).

44 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Trích dẫn 1

Biết lễ kính những người đáng kính
Phật, thánh hiền đức hạnh thanh cao
Những người chướng ngại sạch làu
Não phiền dứt sạch, khổ đau giã từ.2

Trích dẫn 2

1.4. Này các Tỷ-kheo, trong bất kỳ đời trước nào, hiện hữu nào, trú xứ nào, Như Lai đời trước làm người kiên trì và không dao động đối với các thiện Pháp, thiện hành về thân, thiện hành về miệng, thiện hành về ý, phân định bố thí, thủ hộ giới luật, tuân giữ các lễ

Bố tát, hiếu kính với mẹ, hiếu kính với cha, cúng dường Sa-môn, cúng dường Bà-la-môn, tôn kính các bậc đàn anh trong gia đình, và tất cả những vị tối thắng khác. Với tác động, chất chứa, tích tụ và tăng thịnh của nghiệp ấy, sau khi thân hoại mạng chung được sanh cõi thiện thú, cõi Trời hay đời này.3

Trích dẫn 3

124. Ai với mẹ hay cha,
Già yếu, tuổi trẻ qua,
Tuy giàu không giúp đỡ,
Được biết là kẻ bần tiện.
125. Ai với mẹ hay cha,
Với anh chị, nhạc mẫu,
Làm hại, dùng lời mắng,
Được biết là kẻ bần tiện.4

2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), 423 Lời vàng của Phật (Kinh Pháp Cú, Dhammapada). (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2018), tr.77-78. 3. Kinh Trường bộ, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.393. 4. Kinh Tiểu bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.355.

BÀI 6: KÍNH GIÀ, YÊU TRẺ 45

12. Rồi Bà-la-môn Mānatthaddha sau khi ngồi trên ghế của mình, nói lên bài kệ với Thế Tôn:
Đối ai không nên kiêu?
Đối ai nên kính trọng?
Đối ai nên tôn kính?
Cúng dường ai, tốt lành?
13. (Thế Tôn):
Với mẹ và với cha,
Với anh nhiều tuổi hơn,
Với thầy là thứ tư,
Không nên sanh kiêu mạn,
Nên kính trọng vị ấy,
Nên tôn kính vị ấy,
Cúng dường họ, tốt lành.
Các bậc A-la-hán,
Thanh lương, lậu hoặc đoạn,
Việc nên làm đã làm,
Hãy nhiếp phục kiêu mạn,
Bậc Vô thượng tôn ấy,
Ông thật nên đảnh lễ.
14. Khi được nghe nói vậy, Bà-la-môn Mānatthaddha bạch Thế Tôn:

– Thật vi diệu thay, Tôn giả Gotama! Thật vi diệu thay, Tôn giả
Gotama!... Mong Tôn giả Gotama nhận con làm đệ tử cư sĩ, từ nay cho đến mạng chung, con trọn đời quy ngưỡng!5
Trích dẫn 1 Cung kính là thể hiện lòng nể trọng của mình đối với những người lớn tuổi hơn, có giá trị đạo đức cao hơn, tri thức nghề nghiệp vững vàng

5. Kinh Tương ưng bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.275-276.

hơn, kiến thức tâm linh sâu rộng hơn. Việc nương nhờ, học hỏi những vị này giúp ta phát triển ở nhiều phương diện khác nhau, trong đó có đời sống tâm linh. Tín tâm là tâm tín thành, tin tưởng đúng đắn. Có niềm tin đúng đắn, ta sẽ không rơi vào tình trạng mê tín dị đoan. Không tin vào việc hên xui may rủi, không tin vào những phép màu, vào năng lực siêu thế của Thượng đế hay năng lực của bất kỳ các thần linh nào. Ta chỉ tin vào quy luật nhân quả và khả năng chuyển hóa của con người.6 Trích dẫn 2 Điều chỉnh nhận thức về thế giới quan, nhân sinh quan. Giải quyết các vấn đề trên nền tảng của duyên khởi, nhân quả, vô thường, vô ngã, nên không còn tin vào thượng đế, thần linh, định mệnh, an bài, sắp đặt. Từ đó điều chỉnh đời sống đạo đức, bao gồm lời nói, hành vi, giao tế. Điều chỉnh về sự chuyển hóa tâm, bao gồm chánh niệm, chánh định và tuệ giác phát sinh. Con đường trung đạo mà đức Phật dạy bao gồm có ba vế. Thứ nhất, đời sống đạo đức - được gọi là Giới. Thứ hai, đời sống Thiền định, tức là sự định tĩnh trước những thăng trầm vinh nhục, những biến thiên thuận và nghịch trong cuộc đời. Thứ ba, phản ứng thái độ của hành giả đạt được trình độ định gọi là Vô úy. Kết quả là đạt được tuệ giác, không còn niềm tin sai lầm.7

1. Nêu những việc làm của em ở gia đình thể hiện sự kính già yêu trẻ.

2. Tại sao chúng ta cần kính trọng và lễ phép với người già?

3. Nêu những phong tục, tập quán ở địa phương mà em biết về tinh thần kính già yêu trẻ.

6. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.129. 7. Thích Nhật Từ, Mười điều tâm niệm. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2012), tr.10-11.

BÀI 6: KÍNH GIÀ, YÊU TRẺ 47

BÉ THƠ ĐI LỄ CHÙA Nhạc: Giác An

Khi xưa còn bé cứ ba mươi hay ngày rằm
Mẹ cho con đi lễ, lên chùa dâng hương với hoa
Thầy thường thương mến, khuyên con đừng nô nhiều nhé
Lạy Phật tụng kinh gắng siêng năng thì mới ngoan.
Lòng con luôn vui sướng mỗi khi con đi lên chùa
Đời như thêm trong sáng bên lời kinh Đức Thế Tôn

Lời vàng con khắc ghi trong lòng son hồng thắm
Đạo Phật từ bi cứu nhân gian lìa khổ đau
Hôm nay Vu Lan hướng vọng về Phật Đài, quỳ trông lên tôn nhan
Đấng Đại hùng, Đại lực, Đại từ bi, Đức Thích Ca Mâu Ni
Ngài Mục Liên khi xưa, tu trọn cả cuộc đời
Dâng điều lành về mẹ, gương Ngài còn rạng ngời
Con xin nguyện làm điều lành
Và đem công đức hướng dâng lên mẹ với cha
Công ơn Tam bảo dắt con đi theo đường lành
Từ nay con xin gắng tu hành thêm tinh tấn hơn
Là đền ơn quý cho chư thầy, cho mẹ cha
[ĐK:] Lạy Phật từ bi chứng cho tâm thành của con.
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Hiền Anh & Châu Anh (2015). Bé thơ đi lễ Chùa [online] Youtube.

48 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Tôn trọng phụ nữ

BÀI 7: TÔN TRỌNG PHỤ NỮ 49

Người phụ nữ có vai trò quan trọng trong gia đình và xã hội. Họ xứng đáng được mọi người tôn trọng. Tôn trọng, quan tâm, không phân biệt đối xử với chị em gái, bạn gái và người phụ nữ khác trong cuộc sống hằng ngày. Ví dụ những việc làm thể hiện sự tôn trọng phụ nữ như: phụ giúp mẹ và chị, em gái làm việc nhà; làm chung với các bạn nữ trong công việc tập thể. 1

Trích dẫn 1

- Này thầy A-nan, thầy có nghe biết dân chúng Va-chi luôn được quốc vương đầu tư dân trí, không có sự việc bất công, cưỡng bức, chà đạp phụ nữ? - Bạch đức Thế Tôn, đó là truyền thống lâu đời của họ.2

Trích dẫn 2

Trong thế giới con người
Dù xuất thân thế nào,
Già trẻ hay nam, nữ
Vua chúa hay thương gia
Tu sĩ hay thường dân,
Bất kỳ ai giữ giới,
Sống trong sạch, đứng đắn,
Trở thành người đạo đức,
Khéo vượt khổ, thảnh thơi,
Đạt được sự giác ngộ.3

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017). 2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.375. 3. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.43.

50 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Trích dẫn 3

Này các Licchavī, khi nào dân Vajjī không bắt cóc và cưỡng ép những phụ nữ và thiếu nữ Vajjī phải sống với mình, thời này các Licchavī, dân Vajjī sẽ được lớn mạnh, không bị suy giảm.4

Trích dẫn 4

- Bạch Thế Tôn, những thanh niên Licchavi này là hung bạo, thô ác, ngạo mạn. Các đồ vật được các gia đình gửi đi như mía, trái táo, bánh ngọt, kẹo ngọt, kẹo đường, họ cướp giật và ăn; họ đánh sau hông các nữ nhân, thiếu nữ các gia đình. Nhưng nay họ đứng yên lặng, yên lặng chắp tay hầu hạ Thế Tôn.5

Đức Phật dạy về sự bình đẳng giữa con trai và con gái 1. Nhân duyên ở Sāvatthī 2. Rồi vua Pasenadi nước Kosala đi đến Thế Tôn; sau khi đến, đảnh lễ Thế Tôn và ngồi xuống một bên. 3. Rồi một người đi đến vua Pasenadi nước Kosala và báo tin kề bên tai vua Pasenadi nước Kosala: “Thưa Đại vương, hoàng hậu Mallikā đã sinh hạ được một người con gái”. 4. Khi được nói vậy, vua Pasenadi nước Kosala không được hoan hỷ. 5. Rồi Thế Tôn, sau khi biết vua Pasenadi nước Kosala không được hoan hỷ, ngay lúc ấy

4. Kinh Tăng chi bộ 2, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.186. 5. Kinh Tăng chi bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.675-676.

BÀI 7: TÔN TRỌNG PHỤ NỮ 51

nói lên bài kệ:
Này Nhân chủ, ở đời,
Có một số thiếu nữ,
Có thể tốt đẹp hơn,
So sánh với con trai,
Có trí tuệ, giới đức,
Khiến nhạc mẫu thán phục.
Rồi sinh được con trai,
Là anh hùng, quốc chủ,
Người con trai như vậy,
Của người vợ hiền đức,
Thật xứng là Đạo sư,
Giáo giới cho toàn quốc.6
Biết phòng ngừa tai nạn. Đây là lối sống cho thấy đó là một bậc trí. Châm ngôn nhà Phật có câu: “Bồ-tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả”. Sợ nhân, nên Bồ-tát không làm,

không tạo tác nhân bất thiện, còn chúng sanh thì không sợ nhân, nhưng khi quả ác tới thì sợ hãi. Gieo nhân lành gặt quả lành, gieo nhân ác gặt quả xấu. Đó là quy luật của đời sống, không ai có thể tránh được. Đúng thời điểm, đủ điều kiện thì quả phải trổ dù ngăn cản cũng không được. Do đó, cần phải gieo nhân tốt, tức là phải làm lành, lánh dữ, phải biết phòng ngừa lỗi lầm, phòng ngừa sơ xuất. Khi nhân tốt đã gieo, thì cơ hội hưởng quả lành, hạnh phúc, xa rời quả xấu ác, khổ đau là rất lớn.7

1. Em hãy kể về những công việc của người phụ nữ trong gia đình, trong xã hội mà em biết.

2. Hãy kể tên những người phụ nữ "giỏi việc nước, đảm việc nhà" mà em biết.

6. Kinh Tương ưng bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.154-155. 7. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.107.

52 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

3. Em thấy phụ nữ là những người có vai trò như thế nào?

4. Chúng ta cần có thái độ như thế nào đối với phụ nữ?

HỌC TIẾNG YÊU THƯƠNG Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Mau về đây cùng ngợi ca tình anh em
Mái nhà lam luôn ấm êm khi sum vầy
Pháp lục hòa nguyện giữ mãi tim yêu thương
Ôi tuyệt vời tình lam đó ta chung đường;
Mau về đây cùng ngợi ca tình anh em
Mái chùa yêu luôn ấm êm khi quây quần
Nét thật thà nguyện giữ mãi tim yêu thương
Nương đạo Vàng cùng nhau bước vui lên đường;
Về đây về đây đời có vô thường
Về đây về đây học tiếng yêu thương
Gia đình Phật Tử luôn mong giúp đời
[ĐK:] Gia đình Phật tử, quê hương sáng ngời.
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Mai Thảo (2003). Học tiếng yêu thương. Trong album: Bên ánh lửa ngày 25/9/2019]

BÀI 8: HỢP TÁC VỚI NHỮNG NGƯỜI XUNG QUANH 53

Hợp tác với những người xung quanh

54 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Biết hợp tác với những người xung quanh, công việc sẽ thuận lợi và đạt kết quả tốt hơn. Mọi người biết hợp tác với nhau sẽ tăng niềm vui và tình cảm. Người Phật tử cần có kỹ năng hợp tác với bạn bè trong các hoạt động Phật sự hay các lớp giáo dục đạo đức Phật

giáo nơi các cháu đang học. Các cháu học sinh cần có thái độ sẵn sàng hợp tác với bạn bè, thầy giáo, cô giáo và mọi người trong công việc của lớp, của trường, của gia đình và của cộng đồng. Để hợp tác tốt với người xung quanh, các cháu cần phải biết phân công nghiệm vụ cho nhau; bàn bạc công việc với nhau; hỗ trợ, phối hợp với nhau trong công việc chung v.v... tránh các hiện tượng việc của ai người nấy biết hoặc để người khác làm, còn mình đi chơi.1

Em luôn mỉm miệng cười
Gương mặt thật xinh tươi
Không giận, hờn, trách móc
Chan hòa cùng mọi người
1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).

BÀI 8: HỢP TÁC VỚI NHỮNG NGƯỜI XUNG QUANH 55

Trích dẫn 1

Có bốn nghiệp thiện do miệng tạo tác. Một là phát ngôn luôn hợp sự thật, xây dựng uy tín. Hai là lời nói hòa hợp, đoàn kết, tùy hỷ lẫn nhau. Ba là nói lời lịch sự, dễ nghe, giúp người hoan hỷ. Bốn là nói lời ý nghĩa, giá trị, xây dựng hiểu biết.2

Trích dẫn 2

Này các Tỳ-kheo, nếu có người nào nói dối, nói ỷ ngữ, gây loạn đấu tranh quấy, thì liền bị đọa vào địa ngục, ngạ quỷ, súc sinh. Vì sao vậy? Vì sự nói dối vậy. Cho nên, này các Tỳ-kheo, phải chí thành không được nói dối. Như vậy, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này. Các Tỳ-kheo, sau khi nghe những gì đức Phật dạy, hoan hỷ phụng hành.3

Trích dẫn 3

Chớ nói lời ác độc,
Nói ác, bị nói lại;
Khổ thay lời phẫn nộ,
Đao trượng phản chạm mình.4
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.81. 3. Kinh Tăng nhất A-hàm 1, Thích Đức Thắng dịch. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.200-201. 4. Kinh Tiểu bộ 1 (Kinh Pháp Cú), Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.60.

56 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Truyện tích 1

ÁI NGỮ VÀ LẮNG NGHE Ý thức được những khổ đau do lời nói thiếu chánh niệm và thiếu khả năng lắng nghe gây ra, con nguyện học hạnh Ái ngữ và lắng nghe để có thể hiến tặng niềm vui cho người, và làm vơi bớt khổ đau của người. Con nguyện tìm cách đem lại an bình và hòa giải giữa mọi người, giữa các quốc gia, chủng tộc và tôn giáo. Biết rằng lời nói có thể đem lại hạnh phúc hay khổ đau cho người, con nguyện học nói

những lời có khả năng gây thêm niềm tự tin, an vui và hi vọng, những lời chân thật có giá trị xây dựng sự hiểu biết và hòa giải. Con nguyện không nói gì khi cơn giận đang có mặt trong con. Con nguyện tập thở và đi trong chánh niệm để nhìn sâu vào gốc rễ của cơn giận ấy, để nhận diện những tri giác sai lầm trong con và tìm cách hiểu được những khổ đau trong con, và trong người mà con đang giận. Con nguyện học nói sự thật và lắng nghe sâu để có thể giúp người kia thay đổi và vượt thoát những khó khăn đang gặp phải. Con nguyện không loan truyền những tin mà con không biết chắc là có thật, không nói những điều có thể tạo nên sự bất hòa trong gia đình và trong đoàn thể. Con nguyện thực tập Chánh tinh tấn để nuôi dưỡng khả năng hiểu biết, thương yêu, hạnh phúc và không kỳ thị nơi con, để làm yếu dần những hạt giống bạo động, hận thù và sợ hãi mà con đang có trong chiều sâu tâm thức.5

5. Thích Nhất Hạnh, Nhật tụng thiền môn. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2017), tr.334-335.

BÀI 8: HỢP TÁC VỚI NHỮNG NGƯỜI XUNG QUANH 57

Truyện tích 2 Cả ba vui mừng, ra đón Thế Tôn, người cầm y bát, người dọn chỗ ngồi, người lo khăn nước, đảnh lễ Thế Tôn, ngồi xuống một bên. Đức Phật liền hỏi: – Này các đệ tử! Các thầy có được an lành, hạnh phúc; mỗi ngày khất thực có mỏi mệt không? – Kính bạch Thế Tôn, chúng con an lành, sống trong hạnh phúc, mỗi ngày khất thực không hề mệt nhọc. – Này các đệ tử! Ta mong các vị sống trong hòa hợp, hoan hỷ với nhau, không có tranh chấp, như nước với sữa, sống và nhìn nhau với mắt thiện cảm. Ta muốn được biết lối sống hòa hợp của các đệ tử. Hãy cho ta biết. KHÔNG LÀM PHIỀN NHAU – Kính bạch Thế Tôn, chúng con nghe rằng: “Thật ích cho ta và nhiều lợi lạc, nếu ta hòa hợp với các đồng tu! Do vậy chúng con, đối với đồng tu, từ thân, miệng, ý, trước mặt, sau lưng, việc lớn, việc nhỏ, hài hòa, hợp tác, làm lợi lạc nhau. Không ai bảo ai, chúng con ứng xử: “Bỏ tâm của mình, sống thuận tâm người. Thân của chúng con mặc dù khác nhau nhưng tâm chúng con là một mà thôi. Chúng con hòa hợp như nước với sữa, hoan hỷ với nhau với mắt thiện cảm.” Cả ba tôn giả lần lượt trình bày nội dung hòa hợp trong đối xử nhau. Đức Phật hoan hỷ, tán dương “Lành thay” và hỏi như sau: – Này các đệ tử, các ông có sống nhiệt tâm, tinh tấn, không để phóng dật chểnh mảng đường tu? Hãy cho ta biết lối sống tinh cần đã được thực tập? – Kính bạch Thế Tôn! Chúng con mặc định như một thói quen. Ai vào làng trước, khất thực về trước thì lo chỗ ngồi, soạn sẵn nước uống và nước rửa chân, bày sẵn một bát để thực phẩm dư. Ai đi về sau, nếu muốn thì ăn thực phẩm còn lại; khi ăn no rồi, bỏ thực phẩm dư vào một chỗ sạch không có cỏ xanh, hoặc đổ vào nước không có côn trùng; dọn dẹp chỗ ngồi, cất nước và bát, quét sạch nơi ăn. Nếu ai nhận thấy nước uống, nước rửa, nước nhà vệ sinh đã dùng hết sạch thì có bổn phận châm nước cho đầy, không đợi yêu cầu. Nếu do bệnh yếu,

58 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

không thể tự làm thì nhờ người khác làm thế việc ấy. Trong những ngày qua, chúng con đã sống không ai phiền ai, không gây tiếng động. Cứ năm ngày một, chúng con dành trọn một đêm đàm đạo. Chúng con suốt ngày nhiệt tâm, tinh tấn trong sự hòa hợp

với nhiều an vui.6

Trích dẫn 1 Ganh ghét là thái độ không ưa, không hợp tác, không đồng tình với tất cả hành vi, thái độ có ý nghĩa và giá trị cao đẹp của người khác. Ganh ghét thường đưa tới giận hờn, thù hận, gây chia rẻ, mất đoàn kết. Chính vì vậy, nó bị xem là tội ác.7 Trích dẫn 2 Về nghệ thuật ứng xử của bậc trí, Bồ-tát Hiền Nhân dạy rằng: "Bậc trí là người hễ ai là người lành thì sẽ kính mến, người ác thì lánh xa. Khi hờn giận ai thì nên từ bỏ sớm, không nên gây ác hại người. Bên ngoài thể hiện tính cách nhu hòa, nhưng khó xâm phạm, yếu đuối mà khó thắng được". Đó là lối ứng xử rất khéo của một bậc trí mà ta cần học hỏi. Đường đời thì vạn nẻo, không khéo léo, khôn ngoan thì chúng ta khó tránh khỏi các cạm bẫy ở đời. Do đó, đối với người ác thì nên lánh xa, nhưng không tỏ thái độ coi thường. Đối với người thiện, thì nên thân cận, gần gũi, quý mến tạo sự đồng hành, liên kết nhằm làm cho cái thiện phổ biến và tác động tích cực đến đời sống của mọi người. Bậc có trí không hề giận ai, cho nên người có trí luôn sống với tâm điềm tĩnh, không hờn giận, không oán, không trách, không thù, huống hồ là có những hành động thương tổn, bạo lực, giết chóc, khủng bố, tàn phá, hủy diệt … Bậc trí hoàn toàn thoát ra khỏi vòng ảnh hưởng và mạng lưới của các hành động tiêu cực vừa nêu.8 Trích dẫn 3

Đức Phật dạy Quan Âm lực là năng lực Quán Thế Âm. Năng lực đó chúng ta phải thực tập. Quán âm thanh bao gồm những lời phê bình,

6. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.326- 328 . 7. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.156. 8. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.203-204.

BÀI 8: HỢP TÁC VỚI NHỮNG NGƯỜI XUNG QUANH 59

chỉ trích, kháng cự, chống đối, nịnh hót cũng đều là thái độ của tâm. Hành giả không nên để tâm chạy theo khen chê vì đây là hai ngọn gió có thể làm ta ngã quỵ. Do đó, ta phải vượt lên trên con đường thuận và nghịch của khen và chê. Ai làm được như thế thì đang thực tập Quan Âm lực. Thứ hai là sự quán chiếu bằng tuệ giác. Không phải nghe bằng lỗ tai, mà bằng sự quán. Quán là bằng tuệ giác, khác với cái nhìn của con mắt. Nhìn bằng mắt thì khi bị mờ, ta thấy không rõ, thiếu ánh sáng cũng không xong, ta không thể thấy. Do đó, phiến diện, cận thị, viễn thị làm cho ta phản ứng sai với bản chất thật của hiện tại. Khi nghe bằng sự quán chiếu ta thấy "ngũ uẩn giai không" và kết quả là "độ nhứt thiết khổ ách". Như vậy, niệm Quan Âm lực, lúc nào cũng hành trì, năng lượng Quan Âm hóa giải hận thù bằng từ bi và tuệ giác, thì sẽ không có ma chướng nào có thể tồn tại lâu. Nếu dùng lòng sân kháng cự lại với lòng sân, ta có thể thành công tạm thời cũng giống như công thức là dùng một bạo lực, bạo động lớn hơn để khống chế một bạo lực, bạo động nhỏ. Nhưng lâu dài sẽ dẫn đến các ức chế, do vậy niềm hận thù vẫn tiếp tục diễn ra.9

1. Em hiểu như thế nào là hợp tác?

2. Tại sao cần phải hợp tác với mọi người?

3. Nêu những việc làm của bản thân thể hiện sự hợp tác với những người xung quanh.

9. Thích Nhật Từ, Mười điều tâm niệm. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2012), tr.59.

60 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

CÙNG HÁT Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Nguyện về nơi đây
Ta cùng kết đoàn
Phật tử hăng say
Vui học, chăm ngoan
Nguyện về nơi đây
Cùng nhau hát vang
Hát lên ca ngợi
Tình lam, Đạo Vàng
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Tuấn Huy (2003). Cùng hát. Trong album: Bên ánh lửa hồng 1 [online] [Truy cập ngày 18/9/2019]

BÀI 9: EM YÊU TỔ QUỐC VIỆT NAM 61

Em yêu tổ quốc Việt Nam

62 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Đất nước Việt Nam là một đất nước tươi đẹp và có truyền thống văn hóa lâu đời.1 Đạo Phật đã đồng hành cùng dân tộc Việt Nam qua hàng ngàn năm lịch sử. Em yêu tổ quốc Việt Nam và tự hào là người Phật tử yêu nước. Người Phật tử cần có ý thức học tập, rèn luyện để góp phần xây dựng và bảo vệ đất nước.

Em mang ơn Tổ quốc
Được dựng xây bao đời
Công sức nhiều thế hệ
Để em được bình yên
Nếu có kẻ ác sinh tâm phản nghịch trong quốc gia thiện, dù trong chốc lát, thì nghiệp xấu này tự tiêu diệt họ. Đến khi qua đời, tái sanh đọa lạc, chịu nhiều đau khổ. Nếu có nhân dân thực hành điều thiện, có lòng yêu nước, giàu lòng tử tế, giúp đỡ lẫn nhau, quý trọng Phật pháp, thì ngay đời này được nhiều phước báu, giàu có, yên ổn, hạnh phúc tràn đầy, tất cả nguyện lành đều được thành tựu. Tất cả quả báo dù thuận hay nghịch, dù tốt hay xấu là rất chính xác cũng như tiếng vang nối sau âm thanh.2

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.286.

Đứng đầu một nước mà không có thuật quản trị đất nước thì dẫn đến cảnh xã hội bất ổn, người dân khổ đau. Ngoài luật pháp nước, quốc trưởng nên lấy chánh pháp Phật dạy cải hóa lòng người, làm cho đất nước phát triển ổn định, không bị rơi vào tám khủng hoảng lớn: nạn giặc ngoại xâm, nội loạn tranh chấp, đất nước nghèo đói, dịch bệnh triền miên, gió mưa trái thời, nắng mưa quá mức, nhật thực, nguyệt thực, xã hội bất ổn. Nhờ dùng luật nước và chánh pháp Phật, nhân dân lợi lạc, tám khủng hoảng trên không thể xâm phạm. Như ông tỷ phú chỉ có con một, thương con hết lòng, cho con lợi lạc, ngày cũng như đêm sống trong hạnh phúc. Quốc trưởng yêu nước cũng giống như thế, xem mọi thành phần như con ruột mình, bảo hộ ngày đêm, giúp dân hạnh phúc, cơm no áo ấm. Vị quốc trưởng nào giúp mọi người dân sống mười điều thiện thì đáng được gọi là "Phúc đức vương". Vị quốc trưởng nào không giúp người dân tu các nghiệp lành thì được gọi là vị "phi phúc chủ". Về luật nhân quả, nhất là cộng hưởng, trong quốc gia nào có người tu thiện, làm nhiều điều lành thì trực tiếp hưởng được năm phần bảy, còn vị quốc trưởng cộng hưởng hai phần. Khi vị quốc trưởng tu nhân tích đức, làm nhiều việc phúc, đất nước đi lên, thì dân trong nước đều được phúc lợi, nhờ cộng hưởng tốt. Nếu quốc trưởng nào pháp luật nghiêm minh, không hề thiên vị bất cứ một ai, sống theo chánh pháp, bảo hộ đạo đức, giáo hóa mọi người bằng các lẽ phải thì quốc vương ấy chính là "chúa tể" trong một

quốc gia. Vị quốc trưởng này xứng đáng gọi là một vị thánh vương hay chính pháp vương. Làm quốc trưởng tốt cần có đầy đủ mười đức sau đây: Một là dùng trí soi sáng thế gian. Hai là dùng đức làm đẹp đất nước. Ba là giúp dân được an ổn lớn. Bốn là dẹp yên mọi chuyện loạn lạc. Năm là giúp dân lìa được tám nạn, không còn sợ hãi. Sáu là tuyển dụng các bậc hiền tài phát triển đất nước. Bảy là biết lấy chính pháp làm gốc, giúp cho muôn dân an cư lạc nghiệp. Tám là giữ nước độc lập chủ quyền. Chín là đầu mối của mọi việc thiện. Mười là lãnh đạo tất cả thành phần chính trực, nghiêm minh. Nếu quốc trưởng nào không nghiêm luật nước, để dân làm ác, xã hội bất ổn, thì các thiện thần đều xa lánh cả. Thấy dân tu thiện, đất nước phát triển, thì các thiện thần đều rất vui mừng, tán dương quốc trưởng, đất nước nhờ đó càng được cường thịnh. Nếu vị quốc trưởng không gần kẻ xấu, siêng năng phục vụ lợi ích nhân dân thì ngọc như ý sẽ có trong nước, các nước láng giềng thảy đều mến phục, hòa nhã, hợp tác.3

Biểu hiện của bậc trí là giúp người, cứu đời, hạnh nhân từ, cho nên đối diện với những kẻ kém hơn không khinh thường, cao hơn không ganh tỵ mà hài hòa, hỗ trợ, nâng đỡ, giúp đỡ. Làm những người cầm cân nảy mực quốc gia thì phải có lòng bình đẳng, tâm vị tha, thái độ liêm chính, biết sử dụng người, đặt người đúng vị trí, đúng sở trường để cho họ có khả năng đóng góp và phụng sự. Đối với những bậc tu hành, người trí tạo điều kiện ủng hộ hết mình để họ làm các Phật sự, giúp mọi người quay về nẻo chánh, giúp xã hội phát triển lành mạnh, bình ổn. Khi xã tắc lâm nguy bởi nạn giặc ngoại xâm, bậc trí sẵn sàng đứng về chủ nghĩa yêu nước tích cực, tránh các thái độ và hành động yêu nước tiêu cực, vì đó là yêu nước vị kỷ, hẹp hòi, làm cho hình ảnh đất nước ngày

càng đi xuống.4

3. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.283 - 286. 4. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật ứng xử - Ứng dụng Kinh Hiền Nhân trong giao tiếp và quản trị. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.204.

BÀI 9: EM YÊU TỔ QUỐC VIỆT NAM 65

1. Em biết những gì về Tổ quốc chúng ta (các truyền thống văn hóa; các thành tựu về phát triển kinh tế, giáo dục; các danh làm thắng cảnh,...)

2. Em nghĩ gì về đất nước và con người Việt Nam?

3. Theo em, nước ta còn có những khó khăn gì? Em có suy nghĩ gì về những khó khăn của đất nước?

4. Chúng ta cần làm gì để góp phần xây dựng đất nước?

YÊU QUÊ HƯƠNG Nhạc: Võ Tá Hân. Thơ: Tuệ Kiên

Người Việt Nam trên khắp năm châu
Luôn hướng về quê hương mến yêu
Người Phật Tử trên khắp năm châu
Luôn chí thành nguyện cầu cho nước Việt Nam;
Yêu quê hương ta giữ gìn tiếng nói
Yêu quê hương ta tu hành tinh tấn
Theo gương lành nguyện nối gót tiền nhân
Theo gương Phật nguyện sống đời từ bi.
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Tuấn Huy (2003). Yêu quê hương. Trong album: Tuyệt vời tình lam 2 20/9/2019]

66 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Em yêu hòa bình

0 1 67

Chiến tranh chỉ gây ra đổ nát, đau thương, chết chóc, bệnh tật, đói nghèo, thất học v.v... Vì vậy chúng ta phải cùng nhau bảo vệ hòa bình, chống chiến tranh. Hòa bình mang lại cuộc sống bình yên cho mọi người. Để có hòa bình, mỗi người cần phải thể hiện tinh thần hòa nhã trong cách sống và ứng xử hằng ngày. Đồng thời, tích cực tham gia các hoạt động bảo vệ hòa bình, chống chiến tranh. Trẻ em có quyền được sống trong hòa bình và có trách nhiệm tham gia các hoạt động bảo vệ hòa bình phù hợp với khả năng.1

Lễ Phật rằm tháng giêng
Em cầu khắp mọi miền
Được hòa bình thế giới
Quốc thái và dân yên

Trích dẫn 1

Không gieo nghiệp sát chính là từ bi, thương xót chúng sinh, sanh lòng hổ thẹn trước việc giết hại, từ bỏ vũ khí, đâm chém, bắn giết, dao gậy, đánh đập; bảo hộ sự sống, yêu chuộng hòa bình.2

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017). 2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.741.

68 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Trích dẫn 2

129. Mọi người sợ hình phạt,
Mọi người sợ tử vong,
Lấy mình làm ví dụ,
Không giết, không bảo giết.
130. Mọi người sợ hình phạt,
Mọi người thích sống còn,
Lấy mình làm ví dụ,
Không giết, không bảo giết.
131. Chúng sanh cầu an lạc,
Ai dùng trượng hại người
Để tìm lạc cho mình,
Đời sau không được lạc.
132. Chúng sanh cầu an lạc,
Không dùng trượng hại người
Để tìm lạc cho mình,
Đời sau được hưởng lạc.3
Trích dẫn 3

1.10. Này các Tỳ-kheo, trong bất kỳ đời trước nào, hiện hữu nào, trú xứ nào, Như Lai đời trước làm Người, từ bỏ sát sanh, chế ngự sát sanh, bỏ trượng, bỏ kiếm, biết tàm quý, có lòng từ, sống thương sót đến hạnh phúc của tất cả chúng sanh và loài hữu tình.4

3. Kinh Tiểu bộ 1 (Kinh Pháp Cú), Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.60. 4. Kinh Trường bộ, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.597.

0 1 69

Năm sau, Svastika được theo Bụt về an cư ở tu viện Nigrodha sát bên thành Kapilavatthu quê hương của Bụt. Bụt đã về quê trước mùa an cư bởi vì người nghe nói có sự xích mích và tranh chấp giữa hai nước Sakya và Koliya. Sakya là quê nội của Bụt và Koliya là quê ngoại của Người. Hoàng hậu Mahamaya và công chúa Yasodhara đều

có gốc gác từ Koliya. Hai nước đã chống nhau vì dòng sông Rohini. Số là năm ấy trời không có mưa mà cả hai bên đều thiếu nước tưới ruộng. Mực nước sông Rohini cũng rất thấp. Nước không đủ cho cả hai bên dùng, mà bên nào cũng muốn đắp đập dẫn hết nước sông về phía mình. Ban đầu chỉ là lời qua tiếng lại giữa nông dân hai phía. Sau đó thì có xung đột và đấm đá, rồi dân vệ và cảnh sát hai bên nhập cuộc. Cuối cùng là binh đội hai nước dàn trận hai phía bờ sông. Tình thế trở nên gay cấn và nguy hiểm. Bụt muốn biết nguyên do của cuộc tranh chấp. Hỏi các vị tướng chỉ huy quân đội, Bụt được họ cho biết là vì phía bên kia khinh người, xâm phạm tài sản và tính mạng bên này. Hỏi các nhà chính trị, họ cũng trả lời tương tự. Không ai nói cho Bụt nghe lý do thật sự của cuộc tranh chấp. Mãi đến khi Bụt nói chuyện với các nông dân nghèo, Người mới biết nguyên do thật sự của cuộc tranh chấp là nước tưới. Vốn có liên hệ thân tộc sâu xa với cả hai dòng họ Sakya và Koliya, Bụt sắp đặt được một cuộc gặp gỡ giữa các vị quốc vương, một bên là quốc vương Mahanama, một là quốc vương Suppabuddha. Người xin với hai vị quốc vương thảo luận để đi đến một cuộc hòa giải.

Người nói rằng trong một cuộc chiến tranh, ai cũng là người thua cuộc, dù là thua nhiều hay thua ít. Bụt hỏi: - Các vị đại vương, nước sông quý hơn hay mạng người quý hơn? Vua nào cũng trả lời là mạng người là quý hơn, mạng người là vô giá. Bụt nói: - Các vị đại vương, nước tưới là đầu mối của cuộc tranh chấp giữa hai nước, nhưng nếu không có lòng tự ái và sự căm giận thì sự tranh chấp về nước tưới sẽ không đủ để đưa tới một cuộc chiến tranh. Các vị đại vương! Chúng ta phải xét lại tâm ý chúng ta. Chúng ta đừng vì lòng tự ái và sự căm giận lẫn nhau mà làm tổn phí máu xương của dân chúng hai nước. Buông bỏ tự ái và giận hờn là chúng ta tháo gỡ được guồng máy chiến tranh. Giải quyết vấn đề tranh chấp về nước tưới không khó. Chúng ta chỉ cần ngồi lại thương thuyết với nhau. Có bao nhiêu nước trong dòng Rohini thì ta chia cho cả hai phía, dù nước không đủ cho cả hai bên. Chúng ta sẽ tìm ra giải pháp để bên nào cũng được thừa hưởng đồng đều số lượng nước tưới. Nhờ sự can thiệp của Bụt mà hai bên đã đi tới một sự thỏa thuận về vấn đề nước tưới và thiết lập liên lạc ngoại giao thân tình như cũ.5

Đạo Phật là đạo hòa giải, đạo Phật là đạo hòa bình, đạo Phật là đạo từ bi, đạo Phật là đạo không hận thù, đạo Phật là đạo không tranh cãi vì Đức Phật đã nói: “Chỉ có thế gian tranh cãi với Người, ta không tranh cãi với thế gian. Thế gian vì còn si ám”. Đạo Phật là đạo tuệ giác, đạo Phật chỉ nên hóa giải, chứ không nên tranh chấp, không nên xem họ là đối thủ, không nên xem họ là kẻ đối đầu. Họ đang vô minh nên cần đến những phương thuốc trị liệu tâm linh của ta. Phải mạnh dạn và phải hiểu đúng Phật pháp như thế. Đối đầu chẳng những không phải là giải pháp, mà còn dẫn đến sự bế tắc.6

5. Thích Nhất Hạnh, Đường xưa mây trắng. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2015), tr.405-407. 6. Thích Nhật Từ, Nghệ thuật sống. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2017), tr.72.

0 1 71

1. Em có nhận xét gì về cuộc sống của người dân, đặc biệt là các trẻ em ở các vùng có chiến tranh?

2. Chiến tranh gây ra những hậu quả gì?

3. Để thế giới không còn chiến tranh, mọi người sống trong hòa bình, chúng ta cần phải làm gì?

ƯỚC MƠ THẾ GIỚI HÒA BÌNH Nhạc: Uy Thi Ca

Với ước mơ hòa bình trên thế giới.
Xóa hết đau thương thôi dứt hận thù.
Khắp chốn yên vui ngập tràn hạnh phúc.
Câu hát đẹp tươi.
Chánh Pháp chư Phật hằng soi thế giới.
Khắp bốn phương vui trong ánh đạo vàng.
Sống với nhau luôn trong tình thân ái, chung bước đi về.
Nguyện cầu cho trần thế xóa bao phiền ưu khổ đau.
Nguyện cầu cho ngàn muôn chúng sinh từ đây biết tu.
Diệt tan bao hờn oán, tình thương luôn ngời sáng.
Niềm tin yêu hàn gắn vết thương cho đời.
Nguyện ước đắp xây đời đẹp như đóa hoa từ bi. Ngời sáng thiên thu thế gian này. Về đây với muôn triệu sinh linh khổ đau. Bừng sáng ánh dương đêm hoa vô ưu. Nguyện ước kết duyên lành về đây nắm tay dựng xây, thắm tươi chan hòa cuộc sống. [ĐK:] Ta cất tiếng ca hát vang, thế gian từ đây ngát hương đạo vàng.

72 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: chuagiacngo.com/tam-ca/uoc-mo-the-gioi-hoa-binh [Truy cập ngày 11/10/2019]

BÀI 11: ĐẠI LỄ VESAK LIÊN HỢP QUỐC 73

Đại lễ Vesak Liên Hợp Quốc

74 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Ngày Vesak, ngày trăng tròn trong tháng 5, là ngày thiêng liêng nhất đối với hàng triệu Phật tử trên khắp thế giới. Ngày Vesak, còn được gọi là Lễ Tam Hợp, nghĩa là lễ hội kỷ niệm và tôn vinh ba sự kiện quan trọng của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni là: đản sanh, thành đạo và nhập Niết-bàn. Theo nghị quyết số 54/115 năm 1999, Đại hội đồng Liên Hiệp Quốc đã xác nhận tính quốc tế của ngày Vesak, công nhận về sự đóng góp của Phật giáo, một trong những tôn giáo lâu đời nhất trên thế giới, trong hai thiên niên kỷ rưỡi vừa qua và hiện vẫn tiếp tục đóng góp về phương diện tâm linh cho nhân loại. Đại lễ Vesak được tổ chức kỷ niệm tại trụ sở Liên Hợp Quốc và các văn phòng Liên Hợp Quốc trên toàn cầu.1 Lược trích dẫn thông điệp của Tổng thư ký Liên Hiệp Quốc gửi nhân ngày Vesak a. Năm 1986 Trong khi kỷ niệm ngày đản sinh, thành đạo và nhập

niết bàn của đức Phật, đối với người Phật tử, dù bất cứ nơi đâu, cũng là một dịp may hiếm có để xiển dương thông điệp của Ngài về lòng từ bi và sự cống hiến để phụng sự nhân loại. Triết lý này chính là trọng tâm của bản tuyên ngôn của Liên Hiệp Quốc, và nên được lưu tâm trong tất cả mọi ý nghĩ của chúng ta, đặc biệt là trong năm quốc tế vì hòa bình này.2 b. Năm 2008 Thông điệp của Đức Phật về hòa bình, lòng nhân ái và tình yêu thương đối với muôn loài càng đòi hỏi chúng ta phải hành động khẩn trương hơn. Nó thôi thúc chúng ta phải mở rộng lòng nhân ái và đùm bọc đồng loại của mình, đặc biệt đối với những con người đang cần sự giúp đỡ. Nó đòi hỏi chúng ta phải ghi nhận rằng về thực chất chúng ta là một khối thống nhất không thể tách rời và phải đặt lợi ích của cộng đồng ngang hàng với lợi ích của bản thân…

1. Liên Hợp Quốc (1999). Ngày Vesak. New York: Liên Hợp Quốc. Truy xuất từ: https://www.un- .org/en/observances/vesak-day [Truy cập ngày 3/3/2021] 2. Javier Perez de Cuellar, Tổng thư ký Liên Hợp Quốc, "Thông điệp gởi cộng đồng Phật giáo nhân ngày lễ Vesak", New York, 5/1986. Truy xuất từ: https://www.un.org/en/observances/vesak-day [Truy cập ngày 3/3/2021]

BÀI 11: ĐẠI LỄ VESAK LIÊN HỢP QUỐC 75

… Nhân ngày Phật đản, chúng ta hãy khẳng định rằng cuộc sống của tất cả chúng ta về thực chất có sự ràng buộc và phụ thuộc lẫn nhau. Chúng ta hãy cam kết cùng nhau phấn đấu vì lợi ích chung và vì cuộc sống tốt đẹp hơn cho cả loài người".3 c. Năm 2014 Thông điệp của đức Phật về hòa bình, từ bi và tình yêu dành cho tất cả chúng sinh kêu gọi chúng ta mở rộng trái tim và vòng tay mình giúp đỡ cho đồng loại, đặc biệt là những người đang thiếu thốn. Những lời dạy vượt thời gian này có thể giúp hướng dẫn các chính phủ và cộng đồng quốc tế. Những giáo lý này có thể truyền cảm hứng cho chúng ta nỗ lực giải quyết nhiều thách thức lớn hơn đang đối mặt với thế giới - hòa bình, an ninh, phát triển và bảo vệ môi trường của chúng ta. Trong mỗi lĩnh vực này, chúng ta phải vượt lên trên những lợi ích cá nhân hẹp hòi, để suy nghĩ và hành động như những thành viên của một cộng đồng quốc tế. Vào ngày Đại lễ Phật đản, chúng ta hãy cam kết làm việc cùng nhau vì lợi ích chung, và cho sự tiến bộ của toàn thể nhân loại.4 d. Năm 2015 Tinh thần của Phật Đản có thể giúp tạo nên một phản ứng toàn cầu với những thách thức trong thời đại chúng ta. Liên Hợp Quốc đang nỗ lực định hình và triển khai một tập hợp gồm các mục tiêu mới về phát triển bền vững, cũng như đạt được một thỏa thuận mới có ý nghĩa về biến đổi khí hậu. Chúng ta cần phải chú ý đến những giáo lý đạo Phật dạy rằng cuộc sống và môi trường là một thể thống nhất. Với sự giác ngộ của đức Phật về tất cả các dân tộc được kết nối với nhau – điều này nhắc nhở chúng ta về tầm quan trọng của tình đoàn kết thống nhất của gia đình nhân loại nhằm giải quyết các khó khăn dựa trên

3. Ban Ki-moon, Tổng thư ký Liên Hợp Quốc, "Thông điệp của Tổng thư ký Liên Hợp Quốc nhân ngày Phật Đản 2008", New York, 5/2008. Truy xuất từ: https://www.un.org/sg/en/content/sg/ statement/2008-05-23/secretary-generals-message -vesak-day-2008-delivered-kiyotaka-akasaka [Truy cập ngày 14/3/2020] 4. Ban Ki-moon, Tổng thư ký Liên Hợp Quốc, "Thông điệp gửi Đại Lễ Phật Đản", New York, 5/2014. Truy

xuất từ: https://www.un.org/sg/en/content/sg/statement/2014-05-13/secretary-generals-message-vesak-day [Truy cập ngày 14/3/2020]

những giá trị chung.5 e. Năm 2018 Như Chủ tịch Hội đồng Liên Hợp Quốc vừa đề cập, chúng tôi đánh dấu ba sự kiện Đản sinh, Thành đạo và nhập niết-bàn của đức Phật. Trong dịp Đại lễ quan trọng này, những người Phật tử và không phải Phật tử có thể quán chiếu về cuộc đời của Ngài và rút ra những bài học từ những lời dạy của Ngài. Xuất thân là một Thái tử, người đã vượt lên trên lợi ích cá nhân và mang ánh sáng đạo màu vào cuộc đời để giúp nhân thế hóa giải những khổ đau. Những lời giáo huấn thâm sâu của Ngài dựa trên tinh thần từ bi và trí tuệ. Và như vậy, bức Thông điệp của Ngài có liên quan mật thiết đến việc phục vụ nhân sinh. Thế giới đang phải đối mặt với nhiều thách thức, từ xung đột đến sự biến đổi khí hậu, từ thành kiến đến việc gia tăng bất bình đẳng. Chúng ta biết mọi người đang hướng về nội tâm và một cuộc khủng hoảng đoàn kết đang hàn gắn lại. Phật pháp có thể truyền cảm hứng cho chúng ta trở thành công dân toàn cầu (mọi người trên khắp hành tinh đang cùng nhau tu học Phật pháp). Trọng tâm của đạo Phật về các phẩm chất giá trị vốn có của cuộc sống tìm thấy sự cộng hưởng ngày nay trong chương trình nghị sự năm 2030 của chúng tôi cho việc phát triển bền vững. Thế giới quan Phật giáo hướng dẫn chúng ta nhận chân được chính mình như một phần quan trọng của thế giới, không phải làm chủ nhân của nó. Đạo Phật nhấn mạnh tinh thần khoan dung bất bạo động, giữ vững lập trường mạnh mẽ, kêu gọi hòa bình. Từ việc kêu gọi hòa bình, chống biến đổi khí hậu, đến việc bảo vệ nhân quyền, chúng ta thấy rõ những giáo lý của đức Phật có liên quan thiết thực đến công việc của Liên Hợp Quốc ngày nay. Hơn bao giờ hết, tất cả chúng ta và các cộng đồng Phật giáo trên thế giới phải thực tập bức thông điệp khoan dung, thiện cảm và nhân bản đến với mọi người và cùng nhau phản đối lại những ai kêu gọi xóa bỏ tình thương thành hận thù. Nhân dịp Đại lễ Vesak Liên Hợp Quốc, chúng ta hãy cùng nhau cam

5. Ban Ki-moon, Tổng thư ký Liên Hợp Quốc, “Thông điệp của Tổng thư ký Liên Hợp Quốc nhân ngày Phật Đản”, New York, 5/2015. Truy xuất từ: https://www.un.org/sg/en/content/sg/statement/2015-06-01/secretary-generals-message-day-vesak-scroll-down-french-version [Truy cập ngày 14/3/2020]

kết làm mới bằng các hành động cụ thể để thu hẹp những sự khác biệt, góp phần chăm lo những mảnh đời bất hạnh, nghèo khó và cam kết không bỏ rơi những hoàn cảnh bất hạnh này, khi chúng ta vạch cho mình một hướng đi rõ ràng, hướng đến một tương lai tươi đẹp đến với tất cả mọi người.6

VÌ HẠNH PHÚC CHO NHÂN SINH 1.- Một người, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời, sự xuất hiện đem lại hạnh phúc cho đa số, an lạc cho đa số, vì lòng thương tưởng cho

đời, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư Thiên và loài Người. Một người ấy là ai? Chính là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác. Chính một người này, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời, sự xuất hiện đem lại hạnh phúc cho đa số, an lạc cho đa số, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư Thiên và loài Người. 2. Sự xuất hiện của một người, này các Tỷ-kheo, khó gặp được ở đời. Của người nào? Của Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác. Sự xuất hiện của một người này, này các Tỷ-kheo, khó gặp được ở đời. 3. Một người, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời, là xuất hiện một người vi diệu. Một người ấy là ai? Chính là Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác. Chính một người này, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời là xuất hiện một người vi diệu.7

6. António Guterres, Tổng thư ký Liên Hợp Quốc, “Thông điệp Đại lễ Vesak”, New York, 1/5/2018. Truy xuất từ: https://www.un.org/sg/en/content/sg/statement/2018-05-01/secretary-generals-remarks-day-vesak-delivered [Truy cập ngày 15/3/2019] 7. Kinh Tăng chi bộ 1, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.56.

3.12. Rồi tôn giả Ānanda đến tại chỗ Thế Tôn, đảnh lễ Ngài và ngồi xuống một bên. Khi ngồi xuống một bên, tôn giả Ānanda bạch Thế Tôn - Bạch Thế Tôn, thật là kỳ diệu! Bạch Thế Tôn thật là hy hữu! Đại địa chấn động, đại địa rung động như vậy, ghê rợn, tóc lông dựng ngược và sấm trời vang dậy. Bạch Thế Tôn, do nhân gì, do duyên gì, đại địa chấn động như vậy? 3.13. Này Ānanda, có tám nhân, có tám duyên khiến đại địa chấn động. Thế nào là tám? Này Ānanda, đại địa này thiết lập trên nước, nước ở trên gió và gió ở tại hư không. Này Ānanda, đến thời đại phong khởi lên, gió lớn khi thổi làm nổi sóng nước, và khi nước nổi sóng thì quả đất rung động. Đó là nhân thứ nhất, duyên thứ nhất, đại địa chấn động. 3.14. Lại nữa này Ānanda, có vị Sa-môn hay Bà-la-môn có thần thông, tâm được chế ngự, hay hàng chư Thiên có đại thần thông, có đại uy lực; những vị này quán địa tánh có hạn, quán thủy tánh vô lượng, vị ấy có thể khiến quả đất này rung động, chuyển động mạnh. Đó là nhân thứ hai, duyên thứ hai khiến đại địa chấn động. 3.15. Lại nữa, này Ānanda, khi vị Bồ-tát ở cõi Tusita (Đâu suất) từ bỏ thân, chánh niệm, tỉnh giác, nhập vào mẫu thai, khi ấy quả đất này rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân thứ ba, duyên thứ ba khiến đại địa chấn động. 3.16. Lại nữa, này Ānanda, khi vị Bồ-tát, chánh niệm, tỉnh giác, ra khỏi mẫu thai, khi ấy quả đất này rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân thứ tư, duyên thứ tư khiến đại địa chấn động. 3.17. Lại nữa, này Ānanda, khi Như Lai chứng ngộ vô thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, khi ấy quả đất rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân thứ năm, duyên thứ năm khiến đại địa chấn động. 3.18. Lại nữa, này Ānanda, khi Như Lai chuyển bánh xe Pháp, khi ấy quả đất này rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân thứ sáu, duyên thứ sáu, khiến đại địa chấn động. 3.19. Lại nữa, này Ānanda, khi Như Lai, chánh niệm, tỉnh giác, từ bỏ, không duy trì mạng sống, khi ấy quả đất này rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân thứ bảy, duyên thứ bảy, khiến đại địa chấn động. 3. 20. Lại nữa, này Ānanda, khi Như Lai nhập vô dư y

niết-bàn, khi ấy quả đất này rung động, chuyển động, chấn động mạnh. Đó là nhân

BÀI 11: ĐẠI LỄ VESAK LIÊN HỢP QUỐC 79

thứ tám duyên thứ tám, khiến đại địa chấn động. Này Ānanda, do tám nhân này, tám duyên này, khiến đại địa chấn động.8

Phật giáo không phải là tôn giáo như các tôn giáo khác, không đặt nặng về tín ngưỡng, mặc dầu đây đó ta vẫn thấy hình thức tín ngưỡng trong đạo Phật, vốn là những dây tầm gởi bám vào thân cây Bồ đề Phật giáo. Phật giáo là con đường chuyển hóa tâm linh, vượt ra ngoài các giới hạn của địa lý, phong tục, tập quán, giới tính. Con đường chuyển hóa tâm linh bắt đầu bằng nhận thức đúng và làm chủ dòng cảm xúc, tâm và hành vi của chúng ta. Những bài tập chuyển hóa tâm linh thường rất ngắn gọn giúp ta trở thành con người mới, lệ thuộc hoàn toàn vào kỹ năng thực tập, thời gian đầu tư và phương pháp trải nghiệm trong cuộc sống.9

1. Hãy trình bày ngắn gọn về nguồn gốc và ý nghĩa của Đại lễ Phật đản Liên Hợp Quốc Vesak.

VIỆT NAM HÂN HOAN CHÀO ĐÓN PHẬT ĐẢN LIÊN HIỆP QUỐC Nhạc: Vũ Ngọc Toản

Đại lễ Vesak nay đã đến rồi,
Việt Nam đất nước ngát hương sáng ngời
Từ bi vô ngã, ánh đạo Thích Ca;
Muôn đóa hoa tươi dâng cung kính Ngài
Hạnh phúc reo vui nơi nơi chúng loài
8. Kinh Trường bộ, Thích Minh Châu dịch. (NXB Tôn giáo, Hà Nội, 2017), tr.303-304. 9. Thích Nhật Từ, Đừng vì tiền phụ nghĩa, quên tình. (NXB Phương Đông, Cà Mau, 2016), tr.3.

80 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Việt Nam thế giới hòa trong nắng mới khúc ca yêu đời

Hân hoan tay nắm tay nhau bạn ơi, môi cười nói thay muôn lời
Bao năm ta sống hơn thua nhục vinh, ân tình chìm trong đêm tối
Xua tan bao áng mây đen lầm than, đau buồn chiến tranh hoang tàn
Ta xây thế giới hôm nay lạc an, nụ cười Việt Nam chứa chan
Mừng đón Vesak Phật Đản huy hoàng
Niềm tin chân chính, tỏa lan ngút ngàn
Đạo từ bi sáng muôn lòng hát vang
Nâng bước Như Lai bông sen cúng dường
Muôn đóa hoa tâm dâng hương phát nguyện
Dựng xây thế giới hòa bình mãi mãi sáng tươi muôn đời.
Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: Nhóm Huỳnh Lợi (2009). Việt Nam hân hoan chào đón Phật đản Liên Hiệp Quốc. Trong

album: Chào mừng đại lễ Phật đản Liên Hiệp Quốc le-phat-dan-lien-hiep-quoc-2008/viet-nam-han-hoan-chao-don-phat- dan-lhq [Truy cập ngày 12/10/2019]

BÀI 12: BẢO VỆ TÀI NGUYÊN THIÊN NHIÊN 81

Bảo vệ tài nguyên thiên nhiên

82 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Tài nguyên thiên nhiên như nguồn nước, không khí, đất trồng, động thực vật quý hiếm, khoáng sản v.v... Tài nguyên thiên nhiên rất quý đối với cuộc sống của chúng ta, nhưng tài nguyên không phải là vô tận. Vì vậy con người cần phải khai thác tài nguyên hợp lý. Chúng ta cần tuyên truyền mọi người cùng nhau bảo vệ tài nguyên thiên nhiên cũng chính là bảo vệ cuộc sống của chúng ta. Có nhiều cách bảo vệ tài nguyên thiên nhiên, các em học sinh cần thực hiện các biện pháp bảo vệ tài nguyên thiên nhiên phù hợp với khả năng của mình. Bảo vệ tài nguyên thiên nhiên là bảo vệ cuộc sống con người hôm nay và mai sau.1

Tắm, đánh răng mở nước
Chớ để chảy tràn lan
Xài xong, nhớ khóa van
Nên nhìn sau, ngó trước
Đạo đức thứ nhất: Đệ tử áo trắng quyết tâm xa lìa mọi sự giết hại, buông bỏ vũ khí, chấm dứt bạo động, tu tập từ bi, thương xót mọi loài, bảo vệ thiên nhiên, biết sống hổ thẹn, lương tâm trong sáng. Nhờ thực tập này, đệ tử áo trắng nhổ tận gốc rễ tâm niệm giết hại, sống trong hạnh phúc và sự an vui.2

1. Lưu Thu Thủy (chủ biên) và tgk., Đạo đức 5. (NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội, 2017).
2. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.36.

BÀI 12: BẢO VỆ TÀI NGUYÊN THIÊN NHIÊN 83

Truyện tích 1 HẠNH PHÚC CHÂN THỰC Ý thức được những khổ đau do lường gạt, trộm cướp, áp bức và bất công xã hội gây ra, con nguyện thực tập chia sẻ thời giờ, năng lực và tài vật của con với những kẻ thiếu thốn, trên cả ba phương diện tư duy, nói năng và hành động trong đời sống hàng ngày. Con nguyện không lấy làm tư hữu bất cứ một của cải nào không phải do mình tạo ra. Con nguyện thực tập nhìn sâu để thấy được hạnh phúc và khổ đau của người kia có liên hệ mật thiết đến hạnh phúc và khổ đau của chính con. Con biết hạnh phúc chân thực không thể nào có được nếu không có hiểu biết và thương yêu, trong khi đó đi tìm hạnh phúc bằng cách chạy theo quyền lực, danh vọng, giàu sang và sắc dục có thể đem lại nhiều hệ lụy và tuyệt vọng. Con ý thức được hạnh phúc chân thực phát sinh từ cách nhìn của con mà không phải từ bên ngoài đem tới. Thực tập tri túc giúp con sống hạnh phúc được ngay trong giây phút hiện tại để nhận diện những điều kiện hạnh phúc mà con đang có. Con nguyện thực tập Chánh mạng để có thể làm giảm thiểu khổ đau của mọi người, mọi loài và để chuyển ngược lại

quá trình hâm nóng địa cầu.3 Truyện tích 2

MƯỜI PHÚC NHỜ KHÔNG SI MÊ Này các đệ tử, ai xa lìa được các tâm tà kiến, được mười công đức. Một là vui thích việc thiện, bạn thiện. Hai là tin chắc nhân quả đạo đức, quyết không làm ác. Ba là nương tựa Phật, Pháp và Tăng; không thờ Thượng đế và các thần linh. Bốn là tâm thẳng, công bằng, không còn lưới nghi những điều tốt, xấu. Năm là tái sanh làm người và trời, không vào đường ác. Sáu là phúc đức, trí tuệ tăng trưởng. Bảy là xa lìa mê tín, dị đoan; tu hành Thánh đạo. Tám không chấp thân, dứt các nghiệp ác. Chín là thành tựu trí tuệ vô ngại. Mười là không rơi vào những cảnh tai nạn. Nếu biết hồi hướng mười

3. Thích Nhất Hạnh, Nhật tụng thiền môn. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2017), tr.332-333.

84 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

quả phúc này về đạo giác ngộ, khi chứng quả Phật, trí tuệ vô ngại, thần thông tự tại. Này các đệ tử, đang khi tu đạo, nếu có người nào xa lìa nghiệp sát, thường hành từ bi, thương loài hữu tình, thích ban mạng sống, xây dựng hòa bình, bảo vệ thiên nhiên, thì kẻ oán thù không thể hại được, hết nghiệp chết yểu, sống thọ, khỏe mạnh, sáng suốt, an vui.4

Trích dẫn 1 Người Phật tử ý thức và phát nguyện không sát hại sự sống của con người, động vật và thiên nhiên. Phải thể hiện tình thương, tôn trọng và bảo vệ sự sống của muôn loài.5 Trích dẫn 2 Các kinh dạy về nhân quả, đạo đức như là nền tảng ứng xử của luật pháp và cũng là yếu tố quyết định hạnh phúc trong cuộc đời. Cần phải đọc nhiều bài kinh này để mở rộng kiến thức về nhân quả, vốn rất là phức tạp và đa dạng. Đức Phật nói quy luật hạt giống là phần quan trọng của nhân quả. Theo quy luật này thì hạt cam không thể tạo ra quả bưởi, hạt bưởi không thể tạo ra cây lúa, hạt lúa không thể tạo ra quả bom, hạt bom không thể tạo ra trái nhãn v.v... Hạt nào sẽ tạo ra trái của chính nó, đó là bản chất nhân quả. Muốn có tuổi thọ, sức khỏe thì phải gieo nhân từ bi, không giết hại, tôn trọng hòa bình, bảo vệ sự sống. Ăn, sinh hoạt, ngủ, nghỉ, làm việc có tiết độ, phù hợp, không quá kiệt sức, không quá gắng sức, làm chủ được dòng cảm xúc, sống trong môi trường có lượng ôxy nhiều, không bị ô nhiễm đất và nước. Đó là những nguyên nhân trực tiếp và hỗ trợ giúp chúng ta có được tuổi thọ.

4. Thích Nhật Từ (soạn dịch), Kinh Phật cho người tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2014), tr.55-56. 5. Thích Nhật Từ, 100 điều đạo đức tại gia. (NXB Hồng Đức, Hà Nôi, 2015), tr.7.

BÀI 12: BẢO VỆ TÀI NGUYÊN THIÊN NHIÊN 85

Cầu nguyện không thể nào có tuổi thọ được, niệm Phật không thể nào tạo ra tuổi thọ được, trì chú không thể tạo ra phép mầu tuổi thọ được. Tuổi thọ lệ thuộc gen và liên hệ đến nhân quả sống.6

1. Tài nguyên thiên nhiên gồm những gì?

2. Tài nguyên thiên nhiên có ở đâu?

3. Tài nguyên thiên nhiên mang lại lợi ích gì cho em và mọi người?

4. Chúng ta cần làm gì để bảo vệ tài nguyên thiên nhiên?

VÌ HÀNH TINH THÂN YÊU Nhạc: Vũ Ngọc Toản

Hành tinh ta đang lâm nguy
Mau cùng ăn chay chuyển hướng
Vì tương lai ta mai sau
Xin người hợp tác cùng nhau
Thời gian không còn bao lâu
Xin hãy hợp sức cùng nhau
Vì con em ta mai sau
Xin đừng sát sanh hại vật
[ĐK:] Cầu mong cho thôi lâm nguy
Mang yên lành về khắp hành tinh
Vì tương lai ta hy sinh
Sống hòa bình yêu thương muôn thú
Trồng cây xanh ta tiến tu
6. Thích Nhật Từ, Đạo Phật pháp môn và đạo Phật nguyên chất. (NXB Hồng Đức, Hà Nội, 2017), tr.179-180.

86 ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO

Mãi nguyện cầu trái đất bình an Đời mãi sau vui thênh thang Mãi cát tường hạnh phúc triền miên

Giáo viên và quý học sinh tham khảo bài hát minh họa theo nguồn trích dẫn dưới đây: B.O.M Band (2010). Vì hành tinh thân yêu. Trong album: Theo bước lien-hoa-7/vi-hanh-tinh-than-yeu [Truy cập ngày 6/9/2018]

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.