Gioi Thieu Dao Phat - Binh Anson (6)

Giới Thiệu Đạo Phật (Bình Anson)

Gioi Thieu Dao Phat - Binh Anson

Vietnamese, with Unicode Times font

Giới thiệu Đạo Phật

Bình Anson

NXB Tôn Giáo

TL. 2005 - PL. 2549

-07-

Nhân cách thăng bằng

Robert Bogoda

P hật Pháp không phải là sách tiểu thuyết để đọc rồi qu ên đi. Phật Pháp có li ên quan đến đời sống - một đời sống thực, một đời sống m à bạn và tôi trải qua hằng ngày. Giá trị của đời sống nầy sẽ gia tăng đáng kể khi Phật Pháp được diễn dịch ra h ành động, v à thấm nhập vào tánh tình của chúng ta qua các nỗ lực thường xuyên, qua các thực tập mỗi ngày.

Mục đích tối hậu của Phật Pháp l à Niết Bàn - vượt thoát khỏi mọi hoạn khổ, phiền não. Mục đích trước mắt l à giúp ta hiểu rõ và giải quyết các vấn đề trực diện với ta trong đời sống hằng ng ày, giúp ta trở thành những con người sống an lạc, thảnh thơi và th ăng bằng, sống h òa hợp với môi trường chung quanh và những người đồng loại. Tuy thế, sự thăng bằng nầy cũng không dễ thực hiện, nhất l à trong thế giới ngày nay với nhiều giá trị ảo tưởng và các thành kiến hư ngụy.

Khác hẳn với các giá trị tương đối - v à có khi là giả tạo - trong thời đại của chúng ta, lời dạy của Đức Phật là một sự khải hiện các giá trị chân thật và tuyệt đối. Chân Pháp đó cần phải được mỗi người tự thể nghiệm. Phật giáo dạy về sự tư duy r õ ràng, sự tự chế, và nuôi dưỡng tâm ý như là các phương tiện để thấu đạt Chân Pháp. Người cư sĩ n ào biết xây dựng cuộc sống hằng ngày trên c ăn bản vững chắc của tri thức giải thoát với các lý tưởng r õ ràng thì người ấy được bảo đảm các tiến bộ v à thành công trong đời sống tại gia của m ình.

Do đó, Phật Pháp l à các hướng dẫn trong đời sống hằng ng ày của ta, và các nguyên tắc c ăn bản của đạo Phật có những giá trị thực tiễn trong nghệ thuật sống tr ên đời. Người cư sĩ tại gia, trong khi phải dấn thân v ào xã hội vì cưu mang các trách nhiệm trong đời sống, sẽ không bao giờ qu ên mục đích tối hậu của họ l à Niết Bàn giải thoát. Người ấy lúc nào cũng nên xem rằng đời sống của m ình chỉ là một bãi tập, để sửa soạn tiến đến thực chứng mục đích tối hậu ấy.

Kinh Đại Hạnh Phúc (Maha-Mangala Sutta) có nói rằng, các phước hạnh thật sự của đời sống l à có được "một tâm ý có định hướng đúng" (atta-samma-panidhi) . Có nghĩa là ta phải nhận thức đúng đắn vị trí của m ình trong thế gian, có quyết định đúng đắn về mục ti êu, và tìm một con đường đúng đắn để tiến đến mục ti êu đó.

Người an lạc và th ăng bằng l à người có một mục đích cao thượng trong đời sống, có một đường lối tốt để đi theo, v à có một triết lý sống giản đơn nhưng đầy ý nghĩa để dẫn đường. "Triết lý" ở đây l à một ước vọng hướng thiện để thông hiểu bản tánh v à tương lai của con người trong vũ trụ. Không có triết lý như vậy thì đời sống trở n ên tẻ nhạt, buồn chán, vô ích, và vô nghĩa. Triết lý đó giúp con người sống h ài hòa với thế giới và đồng loại trong một tiến tr ình th ăng hoa dựa theo các tri thức chân chánh.

Trong đạo Phật, tâm ý bao tr ùm vật chất. Một nét đặc th ù của tâm ý là "ý định" (hay "tác ý"). Để sử dụng tốt cuộc đời v à nghiệp kế thừa của mình, ta phải biết chọn một mục tiêu hướng thượng và thực tiễn trong đời sống, v à tạo ra một kế hoạch để đi đến đó. Chúng ta sẽ trở n ên những gì mà ta mong muốn được như vậy.

Khi ta càng thông hiểu bản thân - qua hành trì tự quán sát và tự phân tích - ta sẽ càng có nhiều khả n ăng để tự cải tiến v à phát triển. Thêm vào đó, ta n ên tự hỏi rằng mình sẽ tiến và tiến đến cấp độ n ào trong việc tu tâm để m ình trở nên độ lượng, an b ình, tự tại, dịu dàng, thông cảm, chân thật, hiền lành, chất phác, cẩn thận, tinh tấn, cần mẫn, nhẫn nại, bao dung, và khôn khéo. Đó là các đức tính cao quý của một Phật tử biết sống hợp thời. Ta phải cố gắng tự cải thiện mỗi khi có cơ hội - mỗi ng ày một chút. Ta nên hiểu rằng mỗi khi mình thực hiện một hành động hướng thiện, dần dần nó được huân tập th ành một thói quen tốt. Từ các thói quen tốt đó, chúng sẽ thấm nhập tạo th ành các đặc tính cao thượng cho bản thân.

Chánh niệm (Sati) là một sự tỉnh giác quan trọng. Chánh niệm là cách nhìn sự vật một cách khách quan, lột bỏ mọi ưa ghét, thành kiến và thiên vị. Đây là cách nhìn mọi sự vật theo bản thể chân thật của chúng - các sự kiện lột trần. Khả n ăng l àm được điều nầy đánh dấu sự trưởng th ành trong Phật Pháp. Nguyên tắc quán sát vô tư phải được áp dụng rốt ráo trong các tư duy hằng ng ày. Từ đó, sự suy tư của ta sẽ được r õ ràng, trong sáng hơn và ta sẽ sống hướng thiện hơn, làm giảm thiểu các ảnh hưởng xấu xa tác động v ào mình, từ các phương tiện truyền thông quảng cáo tiêu thụ vật chất, và kết quả là ta có được các tăng trưởng về những quan hệ tốt giữa con người với con người.

Vì vậy, một Phật tử có nhân cách th ăng bằng l à người phải biết tự chủ, tự quyết định, tự tạo ra các ý kiến v à kết luận khi phải đối phó với các khó khăn trong cuộc sống, dựa v ào các nguyên tắc cơ bản của Phật Pháp. Người ấy có một tri thức và luân lý dũng mãnh. Người ấy sẵn sàng đứng một m ình, theo đuổi một con đường sống của m ình, cho dù người khác có thể hiểu lầm và dị nghị.

Dĩ nhiên là người Phật tử ấy phải biết đón nhận các ý kiến đóng góp v à cố vấn của người khác - bởi vì việc thu nhận các ý kiến xây dựng từ những người có kiến thức và kinh nghiệm thì không phương hại gì đến sự tự do chọn lựa của m ình - nhưng cuối cùng rồi thì phải tự mình có những quyết định cho đời m ình.

Thấy được quan hệ giữa l òng tham dục và sự khổ đau, chúng ta phải luôn luôn g ìn giữ một mức độ xả ly, thoát khỏi các r àng buộc quá đáng của thế tục. Chúng ta phải biết điều chỉnh đời sống của m ình trong kỷ cương của n ăm giới luật cư sĩ (ngũ giới) . Từ đó, ta bảo vệ được sự an l ành của ta, trong hiện tại và tương lai, qua cách sống thuận hòa với các quy luật phổ quát của Phật Pháp được áp dụng v ào đời sống tinh thần v à đạo đức của m ình. Phát triển đặc tính luân lý v à đạo đức (Sila - trì giới) nầy là một điều kiện ti ên quyết để huân tập tâm ý v à từ đó, l àm nền tảng tạo trí tuệ (Panna) cần thiết để thực chứng Niết B àn.

Đời sống là vô thường, lúc nào cũng có nhiều thay đổi. Các tai họa hoặc những việc bất ưng ý có thể sẽ xẩy ra cho ta, v à khi đó, ta phải biết trực diện chúng một cách b ình thản và th ăng bằng. Nếu l àm được như thế th ì chứng tỏ ta đ ã có sự hiểu biết chân chính, biết nhìn rõ ràng sự kiện xẩy ra theo luật nhân quả, do nhân duyên hợp thành, và biết rằng chính ta là người gieo nhân và chịu trách nhiệm gặt quả - nếu không trong đời sống nầy th ì cũng là từ nhiều kiếp trước. Ta sẽ vượt qua các nỗi sợ hãi và lo âu thái quá, không có cơ sở và không có luận lý, bởi vì ta biết chế ngự các cảm tính của mình. Từ đó, những ngộ nhận, những bất công trong đời, những u sầu v ì tưởng rằng mình bị đối xử t àn tệ sẽ được ta thông hiểu r õ ràng và đón nhận nhẹ nh àng hơn, vì ta đ ã hiểu được cặp nguy ên lý nghiệp quả và tái sinh.

Còn một lý do nữa để người Phật tử g ìn giữ tác phong đạo đức của m ình. Người ấy có uy lực bắt nguồn từ các nguồn lực vô hình khác đó l à kho tích trữ các hành động to àn thiện, các đức tính của tự thân, các hạnh phúc có được trong lúc tập h ành thiền, tất cả các nguồn lực nầy hoàn toàn độc lập với của cải vật chất. Như thế, người ấy l à chủ nhân của một tâm ý tự lực và tự túc.

Người ấy biết sống đơn giản, không có nhiều nhu cầu. Của cải vật chất đối với người ấy chỉ l à những đầy tớ, không phải l à những chủ nhân ông. Người ấy hoàn toàn tự do, không bị lệ thuộc vào sự sai khiến của các sự vật bên ngoài. Người ấy nhận thức được rằng các sự vật thấy được th ì chỉ là tạm bợ và thay đổi luôn. Tóm lại, người ấy có được một tâm ý b ình thản, chừng mực, và tri túc. Tri túc, như lời Phật dạy, là một nguồn tài sản lớn nhất, là một trong bốn nguồn hạnh phúc:

Không bệnh là Lợi tối thượng

Tri túc là Của tối thượng

Thành tín là Bạn tối thượng

Niết Bàn là Lạc tối thượng. (Pháp Cú, 204)

Khi đ ã thông hiểu như thế, người Phật tử đó sẽ học được cách thích nghi với những ho àn cảnh đổi thay m à không bao giờ sầu khổ than van hay cay đắng.

Nếu ta có Chánh Tín (Saddha) , nghĩa là có niềm tin nơi Phật Pháp dựa trên sự hiểu biết, ta phải cố gắng thực hành. Mỗi Phật tử chân chính phải thực hành liên tục bốn điều tinh tấn - Tứ Chánh Cần - vốn l à chi thứ sáu của Bát Chánh Đạo. Đó là: tinh tấn vượt qua và tinh tấn ng ăn chận các pháp bất thiện như l à các ý tưởng sân hận; tinh

tấn phát triển và tinh tấn nuôi dưỡng các pháp thiện trong tâm ý như là các ý tưởng từ bi. Các tâm ý nầy chẳng những sẽ bảo vệ bản thân ta, mà từ đó cũng sẽ giúp được những người khác chung quanh ta.

Ta phải tập có thói quen suy xét về các tư tưởng và hành động của chính m ình để xem chúng có chân thật hay không, bởi v ì chân thật với chính mình là một con đường chắc chắn đưa đến tâm ý to àn thiện. Thêm vào đó, chúng ta phải biết d ành thì giờ mỗi ngày để tĩnh lặng tự quán soi hay l à hành thiền, để ôn lại các việc l àm trong ngày, và để suy xét xem ta có đi ngược lại với các nguy ên tắc c ăn bản m à Đấng Từ Phụ của chúng ta đ ã từng khuyên dạy, để m à sám hối và tránh phạm các lỗi lầm đó trong tương lai.

Mỗi ngày ta cũng nên đọc một đoạn kinh từ các b ài giảng của Đức Phật. Thói quen hữu ích nầy giúp chúng ta phát triển tâm ý thiện, làm giảm đi các u sầu, phiền muộn, v à giúp đưa đời sống của ta đi v ào con đường chân chính.

Q ua các cách thức nêu trên, là những cư sĩ đệ tử của Đức Phật, chúng ta sẽ luôn t ăng trưởng trong ánh sáng nhiệm mầu của Chánh Pháp, luôn luôn uốn nắn nhân cách của m ình, rèn luyện tâm thức, huân tập các cảm tính, và t ăng cường ý chí dũng m ãnh để tạo các lợi ích phước báo lâu d ài cho bản thân và cho người khác.

Bình Anson lược dịch,

tháng 1-1997

-ooOoo-

Đầu trang
| 01
| 02
| 03
| 04
| 05
| 06
| 07
| 08
| 09
| 10
| 11
| 12
| 13
| 14
| 15
| 16
| 17
| 18

| 19
| 20
| 21
| Mục lục

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 16-02-2005

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