

ĐI TÌM MỤC ĐÍCH CUỘC ĐỜI

Trích từ sách: Vì sao tin Phật
Hòa thượng K. Sri Dhammananda
Thích Tâm Quang dịch Việt

MỤC ĐÍCH CỦA ĐỜI SỐNG LÀ GÌ?

Con người là quả vị cao nhất trên cây tiến hóa. Chính con người phải nhận định được vị trí của mình trong thiên nhiên và hiểu được ý nghĩa thực sự của đời sống.

Muốn biết mục đích của cuộc đời, bạn phải nghiên cứu nó qua kinh nghiệm và tuệ giác của bạn. Rồi, bạn sẽ tự mình khám phá ra ý nghĩa thực sự của đời sống. Bạn có thể nhận được những lời hướng dẫn, nhưng bạn phải tạo các điều kiện để sự nhận định phát xuất từ nơi bạn.

Có một số điều kiện tiên quyết để khám phá mục đích của cuộc đời. Trước tiên, bạn phải hiểu bản chất của con người và bản chất của đời sống. Tiếp theo, bạn phải giữ tâm bạn bình thản và khách quan trong việc chọn một tôn giáo. Khi bạn hội đủ các điều kiện đó, câu trả lời bạn tìm kiếm sẽ đến giống như cơn mưa phùn từ trên trời rơi xuống.

HIỂU RÕ BẢN CHẤT CỦA CON NGƯỜI

Con người có thừa đủ khả năng trong tay để lên đến mặt trăng và khám phá những điều kỳ diệu của vũ trụ, nhưng con người chưa thể đào sâu việc nghiên cứu bên trong,

nội tâm của mình. Con người chưa hiểu được làm thế nào cho tâm phát triển hết tiềm năng để có thể thấu triệt được bản chất thực sự của mình.

Cho đến bây giờ, con người vẫn nằm trong vô minh. Con người chưa hiểu được mình thực ra là gì và cái gì mong đợi nơi mình. Kết quả con người giải thích sai lầm mọi điều và hành động theo sự giải thích lầm lẫn ấy. Phải chăng tất cả toàn bộ văn minh của chúng ta đều xây dựng trên sự giải thích sai lầm này sao? Sự thất bại trong việc tìm hiểu cuộc sống dẫn con người đến việc khoắc trên mình một lý lịch sai lầm của một cái ngã ích kỷ cao ngạo, và cho là đúng cái không đúng hay cái không đúng là đúng.

Con người phải nỗ lực vượt khỏi vô minh để tiến đến hiểu biết và giác ngộ. Tất cả các vĩ nhân đều là con người sanh ra từ lòng mẹ, nhưng họ đã nỗ lực làm việc để trở thành vĩ đại. Hiểu biết và giác ngộ không thể rót vào tâm con người như rót nước vào bồn. Đức Phật cũng phải trau dồi rèn luyện tâm ý để hiểu được bản chất thực sự của con người.

Con người có thể giác ngộ - thành Phật - nếu người đó tỉnh dậy từ mê mờ tạo ra bởi vô minh trong tâm của chính mình, và trở thành hoàn toàn tỉnh giác. Phải hiểu rằng cái mà người đó có ngày nay là kết quả của một số không kể siết những gì đã lập đi lập lại trong tư tưởng và hành động trong quá khứ. Con người không phải đã được

làm sẵn mà đã không ngừng tiếp diễn trong tiến trình tiến hóa và thay đổi. Đó là đặc tính của vô thường mà tương lai tùy thuộc, vì đó có nghĩa là con người tự mình có thể rèn đúc tính tình và vận mạng của mình qua sự lựa chọn các hành động, nói năng và tư tưởng của mình. Đương nhiên con người trở thành tư tưởng và những hành động mà tự mình chọn lựa áp dụng. Con người là quả cao nhất trên cây tiến hóa. Chính con người phải hiểu được vị trí của mình trong thiên nhiên và hiểu được ý nghĩa thực sự của đời mình.

HIỂU RÕ BẢN CHẤT CỦA ĐỜI SỐNG

Hầu hết con người không thích đối đầu với những sự thật của đời sống và ưa tự ru ngủ vào cảm giác an toàn giả tạo bằng những giấc mơ và tưởng tượng êm đềm. Họ sai lầm lấy bóng làm thật. Họ thất bại không hiểu được đời sống là bấp bênh, cái chết mới là điều chắc chắn. Một cách để hiểu đời sống là phải nhìn thẳng và thấu hiểu cái chết, cái chết chẳng qua chỉ là một kết liễu tạm thời cho một cuộc sống tạm thời. Nhưng đa số không thích nghe ngay cả đến tiếng "chết". Họ quên rằng chết sẽ đến, dù thích hay không thích. Suy nghĩ đến cái chết với một thái độ chính đáng giúp cho một người có can đảm và bình tĩnh cũng như có tuệ giác về bản chất của kiếp sống.

Ngoài việc hiểu về cái chết, chúng ta cần phải thấu rõ hơn đời sống của chúng ta. Chúng ta sống một cuộc sống không bao giờ được êm xuôi như chúng ta mong cầu.

Thông thường, chúng ta hay gặp khó khăn và trở ngại. Chúng ta không nên sợ hãi vì sức thâm nhập vào bản chất thực sự, vào các khó khăn và trở ngại ấy, có thể cung cấp cho chúng ta một tuệ giác sâu sắc về đời sống. Thế giới hạnh phúc trong của cải, xa hoa, địa vị cao sang trong đời sống mà mọi người mong cầu chỉ là ảo tưởng. Sự kiện về việc bán thuốc ngủ, thuốc an thần, về con số trường hợp phải điều trị tại các viện thần kinh và mức độ tự tử gia tăng rất nhiều trong thế giới vật chất hiện đại thừa đủ để chứng minh chúng ta phải bỏ qua các lạc thú vật chất thế tục để đi tìm hạnh phúc thực sự.

SỰ CẦN THIẾT CÓ MỘT TÔN GIÁO

Muốn hiểu mục đích thực sự của đời sống, ta thường được khuyên là nên chọn lựa và tuân hành một hệ thống luân lý đạo đức có thể giúp ta tránh được các hành vi tội lỗi, khuyến khích làm điều thiện, thanh tịnh hóa tâm ý. Đơn giản chúng ta gọi hệ thống này là tôn giáo.

Tôn giáo là biểu hiện của con người đấu tranh: tôn giáo là sức mạnh vĩ đại của con người, dẫn con người đến sự tự chứng ngộ. Tôn giáo có sức mạnh biến đổi một con người tiêu cực thành một con người có nhiều đức tính tích cực. Tôn giáo thay đổi kẻ đê tiện thành người cao thượng, kẻ ích kỷ thành người hào phóng, kẻ tự hào thành người khiêm tốn, kẻ kiêu ngạo thành người nhún nhường, kẻ tham lam thành người nhân đức, kẻ ác thành người hiền, kẻ chủ quan thành người khách quan. Tuy

không hoàn toàn, nhưng tôn giáo nào cũng mong muốn cải tạo đời sống con người. Từ thời thượng cổ, tôn giáo đã là cội nguồn của cảm hứng văn hóa và mỹ thuật. Mặc dù nhiều hình thức tôn giáo đã xuất hiện suốt chiều dài lịch sử, một số đã bị mai một và quên lãng nhưng tôn giáo nào lúc đương thời cũng đóng góp vào sự tiến bộ của loài người. Cơ Đốc Giáo giúp văn minh Tây Phương phát triển, và ảnh hưởng suy kém của tôn giáo này được đánh dấu chiều hướng đi xuống của tinh thần Âu Mỹ. Phật Giáo đã văn minh hóa một phần lớn Đông Phương trước đây rất lâu nay vẫn hãy còn là một lực lượng mạnh mẽ, và trong thời đại kiến thức khoa học này, càng ngày càng bành trướng, và gia tăng ảnh hưởng. Phật Giáo không hề có một đối nghịch nào với kiến thức hiện đại ở bất cứ điểm nào, mà còn bao quát và siêu việt tất cả mọi kiến thức theo một đường lối mà từ trước tới nay chưa có một hệ thống tư tưởng nào thực thi giống như thế. Người Phương Tây tìm cách chiếm đoạt vũ trụ cho cứu cánh vật chất. Phật Giáo và các triết gia Đông Phương nỗ lực đạt đến sự hòa hợp với thiên nhiên hay sự thỏa mãn về tinh thần.

Tôn giáo dạy con người cách lắng đọng các giác quan và làm tâm ý an lạc. Bí quyết của sự trấn an giác quan là loại bỏ tham dục, gốc rễ của của những xáo trộn của chúng ta. Có được hạnh tri túc là điều rất quan trọng. Con người càng tham đắm của cải bao nhiêu thì lại càng khổ sở bấy nhiêu. Của cải không đem lại hạnh phúc. Hầu hết

những người giàu có trên thế giới ngày nay đều đau khổ cả về vật chất lẫn tinh thần. Tất cả tiền bạc mà họ có cũng không thể mua được giải pháp cho những vấn đề của họ. Vậy mà những người nghèo khi đã học được hạnh tri túc lại có thể an hưởng cuộc sống vui vẻ hơn là những người giàu có như vãn thơ sau:

*"Kẻ có nhiều lại càng tham đắm
Ta tuy nghèo nhưng chẳng tìm thêm.
Họ thực nghèo dù của nhiều hơn,
Ta giàu có tuy không tích giữ,
Họ nghèo, ta giàu, họ xin, ta thí,
Họ thiếu, ta đủ, họ héo hon, ta vui sống".*

ĐI TÌM MỘT MỤC ĐÍCH CHO ĐỜI SỐNG

Mỗi người đều có mục đích sống khác nhau. Nghệ sĩ hướng mục đích của đời mình vào những kiệt phẩm sẽ mãi được lưu lại ngàn sau khi đã mệnh một. Khoa học gia mong muốn khám phá định luật nào đó, phát minh lý thuyết mới, hay sáng chế máy móc mới. Chính trị gia mong muốn trở thành thủ tướng hay tổng thống. Một nhân viên trẻ thừa hành mong muốn trở thành giám đốc điều khiển một công ty quốc tế lớn. Nhưng khi bạn hỏi người nghệ sĩ, khoa học gia, chính trị gia, và nhân viên trẻ thừa hành tại sao họ lại nhằm vào các mục tiêu như vậy, họ sẽ trả rằng những thành quả đó cho họ mục đích để sống và làm cho họ hạnh phúc. Mọi người đều hướng

về hạnh phúc trong cuộc sống, nhưng kinh nghiệm cho thấy mục tiêu mong ước khó mà đạt được.

CHỨNG NGHIỆM

Một khi chúng ta chứng nghiệm được bản chất của đời sống (qua đặc tính bất-toại-nguyên, vô thường, vô ngã) cũng như bản chất của lòng tham ái của con người, và các phương tiện để đạt thỏa mãn, chúng ta sẽ hiểu lý do tại sao hạnh phúc tìm cầu của nhiều người thật khó nắm được chẳng khác gì nắm bắt ánh trăng trong bàn tay. Họ cố gắng tìm hạnh phúc qua thu thập tích lũy. Khi thất bại trong việc tích lũy của cải, địa vị, quyền thế, danh vọng, trong tìm cầu lạc thú từ sự thỏa mãn giác quan, họ héo hon và đau khổ, thèm muốn được như những người khác đã thành công.

Tuy nhiên cả đến khi họ được toại nguyện về những thứ mong cầu, họ vẫn đau khổ vì bây giờ họ lại sợ mất những gì đã có, hay lại muốn có thêm nhiều của cải, địa vị, quyền thế, và lạc thú nhiều hơn nữa. Lòng tham dục của họ hầu như chẳng bao giờ được thỏa mãn. Cho nên hiểu biết được bản chất đời sống thật quả là thiết yếu để chúng ta không lãng phí quá nhiều thì giờ vào những việc không thể làm được.

Vậy nên tôn giáo trở nên quan trọng vì tôn giáo khuyến khích hạnh tri túc và thuyết phục con người đừng nên chú trọng đến những đòi hỏi của nhục dục và cái ta. Trong

một tôn giáo như đạo Phật, con người được nhắc nhở chính mình là kẻ thừa kế nghiệp của mình, và là chủ tể số phận của mình. Muốn đạt hạnh phúc nhiều hơn, người đó phải chuẩn bị đi trước những lạc thú phù du ngắn ngủi. Dù một người không tin có kiếp sống sau khi chết, người đó cũng thừa hiểu để biết rằng phải sống một cuộc sống lương thiện, cao quý trên trái đất, vui sống trong an lạc và hạnh phúc ngay đây và lúc này, cũng như thể hiện các hành động đem lợi ích cho chính mình và đem hạnh phúc cho người khác. Sống một cuộc sống tích cực và lương thiện trên trái đất, tạo hạnh phúc cho chính mình và người khác như thế hẳn tốt hơn là sống một cuộc sống ích kỷ chỉ biết thỏa mãn cái ta và lòng tham của mình.

Tuy nhiên nếu một người tin tưởng có đời sống sau khi chết, theo Nghiệp Luật, người đó sẽ tái sinh phù hợp với phẩm chất của những hành động của mình. Một người có nhiều hành động thiện, người đó sẽ sinh vào những hoàn cảnh tốt đẹp, giàu sang và thành đạt, đẹp đẽ và cường tráng, sức khỏe tốt, và gặp thầy tốt bạn hiền. Những hành động lương thiện cũng dẫn con người tái sinh lên cảnh trời và những bình diện cao hơn, trong khi những hành động bất lương dẫn đến những cảnh giới đau khổ. Khi một người thấu đáo định luật của Nghiệp, người đó sẽ nỗ lực tránh những hành động xấu xa, và trau dồi các hành động thiện. Hành động như vậy, người đó được lợi lạc không những ngay trong đời sống hiện tại, mà còn về nhiều kiếp sau.

Khi ta thấu hiểu bản chất của con người, thì một số chứng nghiệm quan trọng sẽ sanh khởi. Ta sẽ thấu triệt được rằng không giống như một hòn sỏi hay một cục đá, con người có một tiềm năng sung mãn để vun bồi trí tuệ, từ bi, và tỉnh thức - và người đó sẽ được chuyển hóa do sự tự phát triển và tiến bộ này. Ta cũng hiểu rằng không dễ dàng gì được sanh làm người, đặc biệt hơn nữa không dễ dàng gì lại có duyên được nghe Phật Pháp. Hơn nữa, ta lại hiểu rõ rằng đời sống vô thường, cho nên phải nỗ lực tu tập Giáo Pháp trong khi đang được ở trong hoàn cảnh thuận tiện. Ta chứng nghiệm được rằng thực hành Giáo Pháp là một tiến trình giáo dục suốt đời giúp mình giải tỏa tiềm năng thực sự bị chôn vùi trong tâm do vô minh và tham dục.

Căn cứ vào chứng nghiệm và hiểu biết ấy, ta sẽ càng cố gắng có chánh niệm hơn nữa về nội dung và cách thức mà ta suy nghĩ, lời nói và hành động. Ta sẽ xét xem tư tưởng, lời nói và hành động có đem lợi ích, có phát xuất từ lòng từ bi, và có hiệu quả tốt cho mình và người khác hay không. Ta sẽ hiểu được chân giá trị của việc đi trên con đường dẫn đến sự chuyển hóa toàn diện mà người Phật Tử được biết đó là Bát Chánh Đạo. Con đường này giúp ta nâng cao giới hạnh qua việc tránh các hành động tiêu cực và trau dồi các đức tính tích cực dẫn đến sự phát triển cá nhân, tinh thần và tâm linh. Hơn nữa, con đường ấy chứa đựng nhiều kỹ thuật có thể áp dụng để thanh tịnh hóa tư tưởng, mở rộng khả năng của tâm ý, và đem đến

sự thay đổi toàn diện tiến tới một nhân phẩm tốt đẹp. Sự tu tập về thiền định này có thể phát triển tâm ý về cả chiều rộng lẫn chiều sâu đối với tất cả những kinh nghiệm của con người, cũng như bản chất và đặc tính của các hiện tượng, đời sống và vũ trụ. Nói tóm lại, sự tu tập này dẫn đến việc rèn luyện trí tuệ. Khi trí tuệ phát triển thì tình thương, tâm từ, lòng tốt, và niềm vui cũng phát triển. Ta sẽ có chánh niệm sâu sắc hơn nữa về tất cả các hình thức của cuộc đời và hiểu biết thấu đáo hơn về các tư tưởng, cảm thọ, và động cơ thúc đẩy của chính mình.

Trong tiến trình của sự tự chuyển hóa, ta sẽ không còn khát vọng được siêu sanh xem như là mục tiêu tối hậu của đời mình nữa. Ta sẽ hướng về một mục tiêu cao cả hơn, và tự mình theo gương mẫu của Đức Phật, bậc đã đạt đến mức toàn bích của con người, đã đạt đến trạng thái không thể diễn tả được mà chúng ta gọi là Giác Ngộ hay Niết Bàn. Tại đây, ta sẽ đặt hết lòng tin tưởng sâu xa vào Tam Bảo và tuân hành theo Đức Phật như một mẫu mực lý tưởng về tinh thần của mình. Hành giả sẽ nỗ lực nhổ tận gốc rễ lòng tham dục, phát triển trí tuệ và từ bi, và giải thoát khỏi xiềng xích trói buộc của Luân Hồi.

PHẬT GIÁO VỚI CON NGƯỜI TRONG XÃ HỘI

Tôn giáo này có thể thực hành ngay trong xã hội hay nơi ẩn dật.

Có một số người tin Phật Giáo là một hệ thống quá cao thượng và siêu việt nên một người nam hay một người nữ bình thường không thể thực hành được trong thế giới hàng ngày. Họ nghĩ rằng phải vào tu tập trong một tu viện hay một nơi yên tĩnh nếu muốn trở thành một Phật Tử đúng nghĩa.

Trên đây là một quan niệm đáng buồn do sự thiếu hiểu biết Phật Giáo. Người ta đi đến kết luận vội vàng này sau khi tình cờ đọc hay nghe thấy một điều gì đó về Phật Giáo. Một số người lập luận về Phật Giáo sau khi đọc một số bài hay sách chỉ nói lên một khía cạnh hay quan niệm một chiều về Phật Giáo. Tác giả của các bài và sách đó chỉ hiểu biết giới hạn về Giáo Lý của Đức Phật. Giáo Lý của Ngài không phải chỉ dành riêng cho các nhà sư trong tu viện. Giáo Lý của Ngài áp dụng cho mọi người, nam và nữ bình thường sống với gia đình. Bát Chánh Đạo là cách sống theo đạo Phật ứng dụng cho tất cả mọi người. Lối sống này được cống hiến cho tất cả nhân loại không có một sự phân biệt nào.

Đại đa số trên thế giới không thể trở thành nhà sư hay sống ẩn dật trong hang động hay rừng rú. Dù Phật Giáo có cao quý và thanh tịnh cũng sẽ vô dụng cho quần chúng nếu họ không áp dụng được đạo vào cuộc sống hàng ngày trên thế giới hiện đại này. Nhưng nếu bạn hiểu được tinh thần Phật Giáo một cách đúng đắn, chắc chắn bạn, một người sống đời bình thường trên cõi đời này, có thể noi theo và tu tập được.

Có một số người cảm thấy dễ dàng và thuận lợi hơn cho việc hành đạo bằng cách sống ẩn dật ở một nơi hẻo lánh, nói một cách khác bằng cách tự tách mình ra khỏi xã hội. Tuy vậy một số người khác cho rằng sống rút lui như thế buồn nản và suy nhược cả vật chất lẫn tinh thần không dẫn đến sự phát triển đời sống tâm linh và trí thức. Sự từ bỏ thế tục thực sự không có nghĩa là đào thoát cõi đời này về mặt vật chất. Ngài Xá Lợi Phất, đệ tử lớn nhất của Đức Phật, nói rằng một người có thể sống trong rừng tu hành khổ hạnh nhưng tâm ý đầy tư tưởng bất tịnh và "ô trược". Còn người khác có thể sống trong làng xóm hay phố thị, không tu khổ hạnh, nhưng tâm ý vẫn trong sạch không "ô nhiễm". Với hai người đó, Ngài Xá Lợi Phất nói, kẻ sống cuộc sống thanh tịnh dù ở làng mạc hay thành thị vẫn cao cả hơn kẻ sống trong rừng núi. (Majjhima Nikaya - Trung Bộ Kinh).

Niềm tin chung chung cho rằng muốn tu tập giáo lý của Đức Phật phải từ bỏ cuộc sống gia đình là một quan niệm sai lầm. Quả là một cách bào chữa vô ý thức chống lại việc tu tập. Có không biết bao nhiêu lời Phật dạy cho các nam nữ Phật Tử bình thường sống có gia đình đã thành công trong việc hành theo lời Ngài dạy và chứng ngộ Niết Bàn. Vị du tăng Vacchagotta có lần hỏi thẳng Đức Phật phải chăng có những nam nữ cư sĩ có gia đình tu tập giáo lý của Ngài đã thành công và đạt mức độ tinh thần cao. Đức Phật khẳng định có rất nhiều nam và nữ cư sĩ có

gia đình, tu tập giáo lý của Ngài, đã thành công và đạt những mức độ tinh thần cao.

Có một số người cảm thấy thích thú được sống ở một nơi yên tĩnh không bị quấy rầy bởi huyên náo và xáo trộn. Nhưng thật đáng ca ngợi những người can đảm tu tập Phật Pháp ngay giữa đám đông người, giúp đỡ đồng bào và phục vụ đồng bào. Một vài trường hợp cũng rất hữu ích cho hành giả sống ẩn dật một thời gian để tăng tiến tâm ý và tính nết, giới hạnh, rèn luyện tinh thần và tri thức, để sau này có đủ sức mạnh bước ra ngoài đời giúp đỡ người khác. Nhưng nếu một người sống lẻ loi, chỉ nghĩ đến hạnh phúc và giải thoát riêng tư cho mình, bất kể đến người đồng chủng của mình, chắc chắn là họ không đi đúng với giáo lý của Đức Phật căn cứ vào hạnh từ bi và phục vụ chúng sinh.

Bây giờ ta có thể hỏi: "Nếu một người tu tập Phật Pháp vẫn có thể sống một cuộc đời bình thường, tại sao Đức Phật lại thành lập đoàn thể Tăng Già, đoàn thể các thầy tu?" Đoàn thể Tăng Già giúp cơ hội cho những ai muốn hiến dâng đời mình không những chỉ để phát triển tinh thần và tri thức của mình, mà còn để phục vụ người khác. Một cư sĩ bình thường có gia đình không thể hiến trọn đời mình phục vụ cho người khác, trong khi một nhà Sư, không bị trách nhiệm gia đình và các trói buộc thế tục, có hoàn cảnh thuận lợi hơn để hiến dâng đời mình "vì lợi ích cho nhiều người" (*Tiến Sĩ Walpola Rahula*).

Và cái gì là "lợi ích" mà nhiều người được hưởng? Chư Tăng không thể cho người cư sĩ vật chất tiện nghi, nhưng có thể hướng dẫn tinh thần cho những ai bị khó khăn, dao động về thế gian gia đình vân vân.... Người tu đặt trọn đời mình trong sự nghiệp mở mang kiến thức về Giáo Pháp do Đức Phật giảng dạy. Chư Tăng giảng giáo lý dưới hình thức đơn giản cho những người cư sĩ không có bổn sư. Nếu người cư sĩ có văn hóa cao có thể thảo luận những khía cạnh sâu xa hơn về giáo lý và cả hai cư sĩ và tăng sĩ đều thâm nhập được lợi ích tinh thần từ những vấn đề trao đổi.

Trong những xứ Phật Giáo, các nhà sư chịu trách nhiệm nhiều về giáo dục giới trẻ. Kết quả của sự đóng góp này là tại những xứ ấy dân chúng biết chữ và rất giỏi về những giá trị tinh thần. Chư tăng cũng an ủi kẻ khốn cùng và người quẫn trí bằng cách giảng dạy cho họ hiểu là tất cả nhân loại đều phải chịu đựng những xáo trộn tương tự như vậy.

Ngược lại, người cư sĩ cũng sẵn sàng cúng dường cho chư tăng các vật dụng, thực phẩm, chỗ tạm trú, thuốc men và quần áo vì chư tăng không có điều kiện để mua sắm tứ vật dụng này. Trong việc tu tập Phật Pháp, sự cúng dường coi như góp phần công đức của người cư sĩ để gìn giữ sức khỏe cho chư tăng để hỗ trợ chư tăng tiếp tục chăm lo nhu cầu tinh thần cần thiết cho người dân và cho chính sự thanh tịnh của tăng đoàn.

NGƯỜI CƯ SĨ SỐNG THEO CHÁNH PHÁP

Đức Phật coi nguồn phúc lợi kinh tế như một điều kiện cần thiết cho hạnh phúc của con người, nhưng giới hạnh cùng sự phát triển tinh thần cũng là điều kiện cần thiết cho một cuộc sống hạnh phúc, an lạc và tri túc.

Có lần, một người tên Dighajanu đến thăm Đức Phật và hỏi Ngài: "Bạch Đức Thế Tôn, chúng con là người cư sĩ bình thường, chủ gia đình có vợ và con. Kính xin Đấng Thiện Thệ ban cho chúng con những lời dạy nào có thể mang hạnh phúc đến cho chúng con ngay trong thế giới này và về sau?"

Đức Phật cho biết có bốn điều mang hạnh phúc cho con người trên đời này:

- Điều Thứ Nhất: Phải khéo léo, hữu hiệu, sốt sắng và có nghị lực dù làm nghề nghiệp gì, và phải biết rõ về nghề đó;
- Điều Thứ Hai: Phải gìn giữ lợi tức kiếm được chính đáng do mồ hôi của mình;
- Điều Thứ Ba: Nên có bạn tốt, trung thành, học thức, đạo đức, phóng khoáng và thông minh để hướng mình trên con đường ngay thẳng tránh tội lỗi;
- Điều Thứ Tư: Tiêu pha vừa phải, theo mức lợi tức, không nên hoang phí và cũng không nên bỏn xẻn, có nghĩa là không nên keo kiệt tích lũy của cải và cũng

không nên phung phí quá độ - nói một cách khác phải nên sống trong phạm vi khả năng của mình.

Rồi Đức Phật giải thích bốn đức hạnh mang hạnh phúc cho người cư sĩ:

- 1) Saddha (Đức tin): Phải có niềm tin và tin tưởng vào giá trị đạo đức tinh thần và tri thức;
- 2) Sila (Giới): Gìn giữ tránh xa sát hại, hãm hại, trộm cướp, lường gạt, gian dâm, lừa dối và ma túy;
- 3) Caga (Từ Bi): Phải nhân từ, bố thí, không luyến ái và tham đắm của cải;
- 4) Panna (Trí Tuệ): Phải phát triển trí tuệ đưa đến sự chấm dứt hoàn toàn khổ đau, đạt Niết Bàn.

Đôi khi Đức Phật dạy đến chi tiết như việc để dành tiền và tiêu pha, Ngài dạy thanh niên Sigala chỉ nên tiêu một phần tư lợi tức vào những chi phí thường nhật, dùng một nửa lợi tức kinh doanh và để dành một phần tư cho sự chi tiêu bất thường.

Có lần Đức Phật dạy về bốn loại hạnh phúc cho ông Cấp Cô Độc, Chủ Nhân một ngân hàng lớn, một đệ tử hết lòng đã xây dựng Kỳ Viên Tự tại Savathi, là người cư sĩ sống cuộc đời có gia đình bình thường:

- Hạnh phúc thứ nhất là vui hưởng lợi tức bảo đảm hay tạo dựng của cải chính đáng;
- Hạnh phúc thứ hai là tiêu pha tự do của cải cho mình,

gia đình, bạn bè và thân quyến, và vào những việc công đức;

- Hạnh phúc thứ ba là không nợ nần;
- Hạnh phúc thứ tư là sống không làm lỗi, một đời sống thanh tịnh không phạm tội về ý nghĩ, lời nói hay hành động.

Điều đáng ghi nhận là ba điều đầu thuộc hạnh phúc về kinh tế và vật chất không đáng giá bằng hạnh phúc tinh thần phát sanh từ một cuộc sống lương thiện không làm lỗi.

Một vài thí dụ trên đây, ta có thể nhìn thấy Đức Phật lưu ý đến nguồn phúc lợi kinh tế như điều kiện tiên quyết cho hạnh phúc con người, nhưng Ngài cũng không công nhận tiến bộ vật chất là thật và đúng vì nếu chỉ vật chất không thôi thì nền tảng của tinh thần và đạo đức sẽ không có. Trong khi khuyến khích sự tiến bộ vật chất, Phật Giáo cũng đặt nặng việc phát huy đạo đức và tinh thần cho một xã hội hạnh phúc, hòa bình và tri túc.

Nhiều người nghĩ rằng là một người Phật Tử tốt, ta chẳng cần gì đến đời sống vật chất. Điều này không đúng. Điều mà Đức Phật dạy là trong khi chúng ta có thể vui hưởng tiện nghi vật chất nhưng không nên đi đến cực đoan, chúng ta cũng vẫn phải cần mẫn phát triển phương diện tinh thần của cuộc sống. Là cư sĩ trong khi có thể vui hưởng lạc thú giác quan, chúng ta không nên luyến ái quá mức vào các khoái lạc ấy đến độ cùng cực khiến sự tiến

bộ tinh thần của chúng ta bị cản trở. Phật Giáo luôn luôn nhấn mạnh sự cần thiết của Trung Đạo đối với con người.

ĐẠO ĐỨC

Những qui luật và tục lệ về luân lý do con người đặt ra không dựng nên được nền đạo đức Phật Giáo.

Thế giới ngày nay ở trong một trạng thái hỗn loạn; những nền đạo đức có giá trị đang bị đảo ngược. Sức mạnh của chủ nghĩa hoài nghi về vật chất đã quay bao lưỡi dao cắt đứt từng mảnh các quan niệm truyền thống của những gì được coi là phẩm tính của con người. Tuy nhiên, bất cứ ai quan tâm đến văn hóa và văn minh sẽ tự mình cảm thấy lo lắng với những vấn đề tu tập và đạo đức. Bởi vì đạo lý liên quan đến hạnh kiểm của con người, đạo lý liên quan đến sự giao tế giữa chúng ta và với người đồng loại.

Nhu cầu phải có đạo lý phát xuất từ sự kiện là bản chất con người vốn không toàn hảo: con người phải tự rèn luyện để thành lương thiện. Cho nên luân lý trở thành phương diện quan trọng nhất của cuộc sống.

Đạo đức Phật Giáo không phải là những tiêu chuẩn tùy tiện do con người sáng chế bởi con người với mục đích vị lợi cho chính mình. Cũng chẳng phải đạo đức được đặt ra không mục đích. Những qui luật và tập tục xã hội do người đặt ra không dựng nên được căn bản đạo đức Phật Giáo. Thí dụ lối ăn mặc thích hợp với khí hậu, thời điểm

và văn minh ở chỗ này có thể bị coi là không tề chỉnh ở chỗ khác; nhưng việc này hoàn toàn là một vấn đề tập tục xã hội không liên can gì đến đạo đức cả. Tuy nhiên, những quy ước xã hội nhân tạo không ngừng bị lấn lộn với những nguyên tắc đạo đức vốn luôn có giá trị và không thay đổi.

Đạo đức Phật Giáo không đặt nền móng vào sự thay đổi của tục lệ xã hội mà vào sự không thay đổi của các định luật thiên nhiên. Giá trị đạo đức Phật Giáo thực chất là một phần của thiên nhiên và sự không thay đổi của luật nhân quả (Nghiệp). Sự kiện đơn giản là đạo đức Phật Giáo mọc rễ trong định luật thiên nhiên khiến nguyên tắc của nó vừa hữu dụng và vừa được thế giới tân tiến chấp nhận. Thế nên quy tắc đạo đức Phật Giáo đã hình thành trên 2500 năm vẫn không mất giá trị do đặc tính vượt thời gian của nó.

Điểm thiết yếu của đạo đức Phật Giáo là phải thực hành vì đạo đức chỉ là một phương tiện dẫn đến mục tiêu cuối cùng của hạnh phúc tối thượng. Trên con đường đi đến giải thoát, người Phật Tử hoàn toàn chịu trách nhiệm mọi phước báu hay bất hạnh của chính mình. Mỗi cá nhân phải tự mình tu tập để tự giải thoát bằng sự hiểu biết và nỗ lực của chính mình. Theo Đạo Phật giải thoát là kết quả của sự trau dồi tinh thần của cá nhân chứ chẳng phải bị đặt để hay cứu độ bởi một tác nhân bên ngoài nào cả. Nhiệm vụ của Đức Phật là soi sáng cho con người thấy được bản chất của kiếp sống và chỉ dạy họ cách hành

động tốt nhất cho hạnh phúc của chính mình và cho lợi ích của người khác. Kết cục, đạo đức Phật Giáo không thành lập do một mạng lệnh nào bắt buộc con người phải tuân theo. Đức Phật dạy con người về những điều kiện lương hảo nhất dẫn đến lợi ích dài lâu cho chính mình và cho người khác. Thay vì gọi những người phạm tội với những từ ngữ như "đáng xấu hổ", "độc ác", "tệ hại", "đáng khinh", và "đáng chửi rủa", Ngài chỉ nói "Con thật đại dột hành động như vậy vì hành động như thế sẽ mang phiền não cho chính con và cho người khác".

Lý thuyết về đạo đức Phật Giáo tìm thấy ở sự giải thích thực tiễn trong nhiều giới luật khác nhau. Những giới luật hay kỷ luật này không gì ngoài những cách thức hướng dẫn đại cương chỉ đường hướng cho người Phật Tử phải nương theo để tiến tới giải thoát cuối cùng. Mặc dù nhiều giới luật được trình bày dưới hình thức tiêu cực, chúng ta không nên nghĩ rằng giới luật Phật Giáo chỉ gồm có việc tránh các việc ác mà không có bổ sung làm các điều thiện.

Luân lý tìm thấy trong tất cả các giới luật có thể tóm tắt trong ba nguyên tắc đơn giản: *"Chớ làm điều ác, hãy làm việc lành, thanh lọc tâm ý, ấy là lời Chư Phật dạy"* (Kinh Pháp Cú, câu 183)

Trong Phật Giáo, sự khác biệt giữa điều tốt và điều xấu rất đơn giản. Tất cả những hành động bất rể từ tham, sân và si phát xuất từ lòng vị kỷ nuôi dưỡng ảo tưởng tác hại

chỉ nghĩ đến mình. Những hành động đó đáng trách, làm lỗi và xấu xa. Những hành động này được gọi là Bất Thiện Nghiệp. Tất cả những hành động bắt rễ từ những phẩm hạnh khoan dung, tình thương, và trí tuệ, đều đáng ngợi khen - Thiện Nghiệp. Tiêu chuẩn của thiện hay bất thiện áp dụng do những tác động của tâm ý, lời nói hay việc làm.

ĐẠO ĐỨC PHẬT GIÁO ĐƯỢC THIẾT LẬP TRÊN Ý MUỐN HAY TÁC Ý.

Đức Phật dạy "Nghiệp là tác ý". Hành động tự chúng chẳng tốt mà cũng chẳng xấu nhưng chính tác ý và tư tưởng làm chúng thành tốt hoặc xấu. Tuy nhiên, đạo đức Phật Giáo không xác nhận rằng một người phạm những "tội lỗi" theo quy ước có thể cho là mình làm vậy với dụng ý tốt. Nếu phải giải quyết tình huống này, Phật Giáo sẽ tự giới hạn về những vấn đề tâm lý và phải đề mặt nhiệm vụ thiết lập các tiêu chuẩn đạo đức và giới luật hạnh kiểm lên trên mặt giáo lý giải thoát. Sự liên hệ giữa ý nghĩ và hành động, giữa hành động tinh thần và vật chất là sự mở rộng của tư tưởng. Không thể nào phạm tội sát nhân với một tâm thiện vì giết một mạng sống đơn giản chỉ là sự biểu lộ ra ngoài của một trạng thái tâm ý bị chế ngự bởi sân hận hay tham lam. Hành vi là sự cô đọng của tư tưởng giống như mưa là sự hóa động của hơi. Hành vi thể hiện từ mái chót của hành động chỉ là cái đã vi phạm trong căn phòng im lặng và bí mật của con tim.

Do đó, một kẻ phạm một hành động vô luân phải công nhận hẳn không chế ngự được trạng thái bất thiện của tâm ý. Cũng vậy, một người có tâm ý trong sạch và sáng ngời, tư tưởng và cảm nghĩ trong tâm hoàn toàn không còn ô trược, thì không thể nào phạm những hành động vô luân.

Đạo Đức Phật Giáo cũng thừa nhận tính cách khách quan của các giá trị tinh thần. Nói một cách khác, nghiệp quả phát xuất phù hợp với nghiệp luật thiên nhiên, bất chấp thái độ của cá nhân hay bất chấp thái độ của xã hội với hành động đó. Thí dụ say rượu có những nghiệp quả của nó; đó là điều tội lỗi vì nó làm cho chính cá nhân đó không hạnh phúc và còn làm cho người khác không hạnh phúc. Nghiệp quả của say rượu vẫn hiện hữu dù rằng kẻ say hay xã hội nghĩ thế nào về thói uống rượu. Những quan niệm và thái độ thông thường bằng những sự kiện khách quan cũng không giảm thiểu được tính bất thiện hiển nhiên của say rượu. Những hậu quả - tâm lý, xã hội, và nghiệp - tạo thành những hành động hợp luân lý hay vô luân lý - mà không cần đến thái độ tinh thần của những ai phán xét hành động đó. Vậy nên trong khi thuyết tương đối về đạo đức được thừa nhận, điều này không làm suy giảm tính cách khách quan của các loại giá trị .

LUẬT LÀ GÌ?

Luật là quy tắc kỷ luật để tự tu tập do Đức Phật đặt ra cho các nam nữ tu sĩ nghiêm trì. Luật đóng vai trò cột trụ trong đời sống tu hành.

Đức Phật không thiết lập quy tắc kỷ luật bằng một một sự rèn luyện đơn phương. Tuy nhiên Ngài đặt ra một số điều luật khi cần thiết. Luật Tạng và bộ chú giải chứa đựng nhiều câu chuyện có ý nghĩa về nguyên nhân tại sao và như thế nào Đức Phật lại đặt ra một số giới luật. Theo Ngài, hình thức tốt nhất của Luật là đặt kỷ luật cho tâm ý, lời nói và hành động. Những đệ tử đầu tiên của Đức Phật là những bậc tinh thần phát triển cao độ nên không cần đến luật lệ đặt ra cho các Ngài. Tuy nhiên khi đoàn thể Tăng Già mở rộng, có nhiều người gia nhập, một số những người này chưa được trau dồi về tinh thần. Từ đó phát xuất một số vấn đề liên quan đến hạnh kiểm và lối sống như tham gia vào hoạt động thế tục để mưu sinh và có khuynh hướng bị cám dỗ bởi lạc thú giác quan. Do tình trạng này, Đức Phật phải đặt ra nguyên tắc chỉ đạo cho các nam nữ tu sĩ phải tuân hành để họ có thể thấy sự khác biệt giữa đời sống tu sĩ và cư sĩ. Tăng đoàn và Ni đoàn là một đoàn thể tôn giáo được thành lập rất hoàn chỉnh so với các nhóm tu khổ hạnh khác lúc bấy giờ.

Đức Phật ấn định tất cả cương lĩnh cần thiết để duy trì đoàn thể thánh thiện Tăng Già trên mọi phương diện. Khi Đức Phật qua đời, những điều luật này được đối chiếu kiểm tra để tăng đoàn có thể dựa vào đó mà áp dụng. Quy tắc hạnh kiểm ấn định bởi Đức Phật có thể chia thành hai

lãnh vực lớn. Giới Luật Tổng Quát, *Lokavajja*, áp dụng cho cả đoàn thể Tăng Già và cho cả cư sĩ để sống một cuộc đời đạo hạnh. Một số quy tắc kỷ luật hay luật lệ được đặt ra để phù hợp với các điều đòi hỏi của quốc gia về văn hóa và xã hội hiện hữu vào lúc nào đó được gọi là *Pannatti Vajja*. Trong loại thứ nhất, Luật Tổng Quát triệt để cấm mọi hành vi vô luân và tội lỗi. Loại thứ hai luật áp dụng trực tiếp cho các nam nữ tu sĩ phải tôn trọng về oai nghi, truyền thống, bốn phận, tục lệ, và nghi thức. Vi phạm Luật Tổng Quát tạo tai tiếng và nghiệp xấu, trong khi vi phạm giới luật căn cứ vào các điều kiện xã hội không hẳn là tạo các nghiệp xấu. Tuy nhiên họ vẫn phải bị chỉ trích vì phạm giới dù dưới hình thức nào cũng có thể làm mất ô nhiễm tính trong sạch và phẩm giá của đoàn thể thánh thiện.

Những điều luật này phần lớn căn cứ vào tình hình văn hóa xã hội hoặc lối sống thịnh hành tại Ấn cách đây 25 thế kỷ. Theo kinh Maha Parinibbana Sutta (Đại Bát Niết Bàn), Đức Phật tuyên bố rằng một số điều luật "thứ yếu" có thể thay đổi và bổ sung cho thích hợp với thời gian và không gian với điều kiện là chúng không khuyến khích tư cách vô luân hay có hại. Thật ra, ngay trong thời Đức Phật hiện tiền, một số luật thứ yếu đã được sửa đổi bởi các tỳ kheo với sự chấp thuận của Ngài. Đức Phật cũng chấp thuận nam nữ tu sĩ bị đau yếu được miễn chấp hành một số giới luật.

Tuy nhiên khi các điều luật đã được liệt kê bởi các đệ tử của Ngài trong Kỳ Đại Hội Kiết Tập Lần Thứ Nhất triệu tập ba tháng sau khi Ngài nhập diệt, tất cả các điều luật đều được giữ lại hết vì lẽ không một ai có thể chắc chắn những điều luật ấy có nên sửa đổi hay không. Cuối cùng các đệ tử của Ngài quyết định giữ tất cả giới luật do Đức Phật ban hành. Thời gian trôi qua, một số giới luật trở thành lỗi thời và một số các đệ tử chính thống lại khẳng khái nhấn mạnh rằng phải tuân hành chặt chẽ những giới luật theo văn tự hơn là theo tinh thần. Sự kiện chính xác là Đức Phật cũng muốn tránh việc chấp chặt vào giới luật như vậy nên Ngài đã không đề cử một người nào kế nghiệp Ngài cả. Ngài dạy rằng hiểu Giáo Pháp và duy trì Giáo Pháp như vị thầy mình cũng đủ để giúp ta sống cuộc đời thánh thiện. Một lý do khác là tại sao những đệ tử lúc ban đầu của Đức Phật không tán thành thay đổi giới luật là vì các Ngài không có lý do và cơ hội để thay đổi vì chỉ sống có một thời gian ngắn sau khi Đức Phật nhập diệt. Hơn nữa vào thời bấy giờ, đa số những người đã từ bỏ thế tục là những người thành thực và quyết tâm xuất gia. Tuy nhiên khi những điều kiện xã hội bắt đầu thay đổi, và khi Phật Giáo lan tràn tại nhiều nơi tại Ấn và các quốc gia khác, quyết định của các đệ tử không thay đổi một giới luật nào tại Đại Hội Kiết Tập lần Thứ Nhất trở thành một vấn đề rất to lớn vì một số giới luật không thích ứng với những sự thay đổi về chính trị và kinh tế trong những tình huống đổi thay.

MƯỜI THIỆN NGHIỆP VÀ MƯỜI BẤT THIỆN NGHIỆP.

Con người hữu phúc hay bất hạnh là tùy vào thiện nghiệp hay bất thiện nghiệp của cá nhân đó.

Làm những hành động tốt tạo công đức, một đức tính làm thanh tịnh và trong sạch tâm ý. Nếu tâm không được kiểm soát, tâm sẽ có khuynh hướng ngã về tội lỗi, dẫn ta làm những hành vi xấu ác và gây khó khăn cho ta. Công đức giúp thanh lọc tâm ý khỏi những khuynh hướng tội lỗi của tham sân si. Tâm tham thúc đẩy con người tham dục, tích lũy và cất dấu của cải; tâm sân lôi kéo con người đến ghét bỏ và giận dữ; và tâm si làm con người trở nên vương mắc vào tham và sân mà lại nghĩ rằng những gốc rễ tội lỗi đó là đúng và thích đáng. Những hành vi thất đức gây nhiều đau khổ và giảm thiểu cơ hội cho ta hiểu biết và tu tập Giáo Pháp.

Công đức rất quan trọng theo hỗ trợ ta trong suốt quãng hành trình của cả cuộc đời. Công đức liên quan với những gì tốt và lợi lạc cho mình, cho người khác, và làm tăng phẩm chất của tâm. Trong khi của cải vật chất của một người gom góp có thể bị tiêu tan vì trộm cắp, nước, lửa, bị tịch thu vân vân..., phước báu của công đức theo ta kiếp này đến kiếp khác và không thể bị mất, mặc dù công đức có thể bị cạn hết nếu không biết vun bồi thêm nhiều công đức nữa. Một người chứng nghiệm hạnh phúc

ngay tại đây và bây giờ cũng như về sau này là do tạo được công đức.

Công đức là một điều kiện thuận lợi to lớn: Nó mở cánh cửa cơ hội khắp mọi nơi. Một người có công hạnh sẽ thành công trong bất cứ một lãnh vực nào mà người đó tham gia. Nếu người đó muốn hoạt động thương trường, người đó sẽ có ngay cơ hội gặp gỡ và bạn bè. Nếu người đó muốn trở thành học giả, người đó sẽ được trợ cấp học bổng và sự ủng hộ của các nhà bảo trợ cổ vấn học thuật. Nếu người đó muốn tiến bộ về thiền định, người đó sẽ gặp một đạo sư giỏi thiền hướng dẫn để phát triển tinh thần. Giác mơ của người đó sẽ thành sự thật nhờ kho tàng công đức của người đó. Chính công đức làm cho một người tái sinh vào thiên giới, và cung cấp cho người ấy những điều kiện thích ứng và giúp người đó đạt Niết Bàn.

Có một số phước điền (nơi thọ nhận) phong phú đem kết quả vô lượng cho người tạo hành vi thiện. Giống như một số đất tốt có thể sản xuất mùa gặt tốt hơn (đất màu mỡ so với đất sỏi đá), một hành vi thiện hồi hướng cho một số người có thể đem nhiều công đức hơn là cho những người khác. Những lãnh vực gieo công đức phong phú gồm Tăng Già hay các vị thánh thiện, mẹ, cha và người nghèo túng. Hành thiện nghiệp cho những người trên đây qua nhiều hình thức khác nhau sẽ là nguồn gốc của những kết quả kỳ diệu.

Đức Phật dạy mười điều công đức (Thập Thiện Nghiệp) cho chúng ta thi hành để đạt một cuộc đời hạnh phúc và an lạc và cũng để phát triển kiến thức và sự hiểu biết. Mười điều công đức đó là:

1. Bố Thí
2. Trì Giới
3. Rèn luyện tinh thần
4. Lễ Độ
5. Phục vụ tha nhân
6. Hồi hướng công đức
7. Hoan hỷ với những công đức của người khác
8. Thuyết giảng và dạy Pháp
9. Nghe Pháp
10. Trau dồi chánh kiến.

Làm mười thiện nghiệp trên không những đem lợi ích cho chính mình, mà còn đem lợi ích cho những người khác, ngoài phần đem lợi lạc cho người được hưởng. Giới hạnh đem lợi ích tất cả chúng sinh mà ta tiếp xúc. Trau dồi tinh thần mang an lạc cho người khác và gợi ý cho họ tu tập Pháp. Lòng tôn kính gây hài hòa trong xã hội, và sự phục vụ người khác khiến đời sống của họ cải tiến. Chia sẻ công đức với người khác cho thấy sự quan tâm của mình đến hạnh phúc của người khác, và trong khi vui với công đức của người khác khuyến khích họ tạo nhiều công đức hơn nữa. Dạy và nghe Pháp là những yếu tố quan trọng cho hạnh phúc của cả vị thầy lẫn người nghe, và khuyến khích cả hai sống đúng với Pháp. Trau

dồi chánh kiến của mình sẽ làm cho người khác thấy được cái đẹp của Giáo Pháp. Trong Kinh Pháp Cú, Đức Phật dạy:

*"Nếu đã làm việc lành
Hãy nên thường làm mãi
Nên vui làm việc lành
Vì hạnh phúc là sự tích lũy điều thiện - (Pháp cú, câu 118)*

*Chớ nên coi nhẹ điều lành nhỏ mà cho rằng
"Điều đó chẳng đến gần ta"-
Từng giọt nước nhỏ lâu cũng đầy bình
Giống như vậy, người trí thâm thập từng chút thiện
Khiến người đó trở nên toàn thiện." - (Pháp cú, câu 122)*

MƯỜI ÁC NGHIỆP

Người Phật Tử hay được nhắc nhở phải tránh xa mười hành vi bất thiện. Những hành vi này bắt nguồn từ tham, sân, si, gây đau khổ cho người khác nhưng nhất là cho chính mình ngay trong kiếp này và những kiếp sau. Khi một người hiểu Nghiệp Luật và nhận thức được những hành vi bất thiện mang lại kết quả xấu, người đó sẽ tu tập chánh kiến và tránh những hành động này.

Có ba hành động bất thiện nghiệp thuộc về thân: (1) Giết hại chúng sanh, (2) Trộm cướp, và (3) Tà dâm. Những

thân nghiệp này tương ứng này với ba trong năm giới của người cư sĩ phải vâng giữ.

Hậu quả của giết hại là phải chịu vắn số, tật bệnh, luôn luôn đau buồn vì phải xa lìa các người thân, sống trong sợ hãi thường xuyên. Những hậu quả xấu do trộm cướp là nghèo túng, cùng cực, thất vọng, và phải sống nhờ vả. Hậu quả xấu của tà dâm là có nhiều kẻ thù, thường xuyên bị người oán ghét, gặp vợ hoặc chồng không vừa ý.

Bốn hành động bất thiện nghiệp thuộc về lời nói (khẩu) là: (1) Nói dối, (2) Nói lưỡi hai chiều, (3) Nói lời hung ác, (4) Nói chuyện tầm phào vô ích. Ngoài điều nói dối, những bất thiện nghiệp của lời nói được xem là phần mở rộng của Giới Thứ Tư của người cư sĩ.

Những người nói dối sẽ bị hậu quả xấu là bị lãng mạ, phi báng, không được ai tin cậy, và sức khỏe yếu kém. Hậu quả cho người nói lưỡi hai chiều là mất bạn vô cớ. Những kẻ nói lời hung ác sẽ bị người khác ghét và có giọng nói thô bỉ. Hậu quả không tránh được của kẻ nói phiếm là thân bị khiếm tật, và không ai tin tưởng vào lời nói của kẻ đó.

Ba bất thiện nghiệp về tâm ý là: (1) tham, hay ham muốn những gì thuộc về người khác, (2) ác ý, (3) và tà kiến . Ba hành vi này tương ứng với ba gốc rễ tội lỗi của tham sân, và si. Giới Thứ Năm: không được dùng những chất say (rượu, độc dược) vì ma túy không những dẫn tâm

phạm ba điều bất thiện trên khi bị say sưa nhiễm độc mà còn làm thân và khẩu phạm những hành vi thất đức.

Hậu quả tác hại của tham ái là sự không đạt được ước nguyện của mình. Hậu quả của ác ý là bị xấu xí, nhiều bệnh, và có một tâm địa đáng ghét. Cuối cùng, hậu quả cho kẻ nhiều tà kiến là nhiều dục vọng thô lỗ, thiếu trí tuệ, đần độn, mang bệnh tật kinh niên và ý tưởng đáng chê trách.

Ta nên luôn luôn làm điều thiện và tự kiềm chế khỏi các hành động sai quấy. Tuy nhiên nếu một người phạm một hành động tội lỗi, người đó cần phải nhận thức được đã sai lầm tại chỗ nào và cố gắng đừng tái phạm lỗi lầm ấy nữa. Đó mới là ý nghĩa thực sự của sám hối, và chỉ làm như vậy ta mới tiến bộ trên con đường cao thượng giải thoát.

Cầu nguyện được tha tội sẽ vô nghĩa, nếu sau khi cầu nguyện, người đó vẫn tiếp tục tái phạm các hành động ác hại. Ai ở đây mà rửa sạch tội lỗi của mình ngoại trừ chính mình? Phải bắt đầu với sự nhận thức, chất liệu tẩy trừ tuyệt diệu. Trước tiên, kẻ đó phải nhận thức được bản chất hành vi của mình, và tầm mức tác hại của nó. Kế đến, người ấy nhận thức được hành vi ấy là bất thiện, rút bài học từ đó và hạ quyết tâm không tái phạm. Tiếp theo, phải cố gắng làm điều lành cho phía bị thiệt hại cũng như cho những người khác, càng nhiều càng tốt. Bằng cách đó, người ấy, nhờ hàng loạt hành động thiện

lành sẽ lướt qua được ảnh hưởng do việc xấu ác của mình.

Theo Phật Giáo, người làm lỗi nào cũng có thể chuộc tội hay cứu vãn được đặc biệt bằng sự tỉnh thức và Chánh Tinh Tấn (Nỗ Lực) của họ. Tin tưởng rằng một người có thể "rửa sạch" tội lỗi nhờ một phương cách thần diệu nào đó hoàn toàn chỉ là mê tín dị đoan nhưng còn tệ hại hơn nữa là không giúp ích gì được cho việc trau dồi tinh thần của chính mình. Làm như vậy chỉ sẽ khiến cho kẻ đó tiếp tục bị ngu muội và tự mãn. Nói tóm lại, chính niềm tin đặt không đúng chỗ này lại còn tai hại nhiều hơn là những hậu quả những hành vi lầm lẫn do người đó gây ra và sợ hãi.

GIỚI LUẬT

Giữ giới không những chỉ trau dồi sức mạnh tinh thần, mà còn phục vụ hữu hiệu nhất cho người đồng loại.

Mỗi quốc gia hay xã hội đều có kỷ cương riêng được coi là những hành động luân thường đạo lý trong phạm vi xã hội. Những quy tắc này thường liên quan đến quyền lợi xã hội và pháp luật của nước đó. Một hành động được coi như đúng khi không vi phạm luật lệ và vượt quá tình cảm quần chúng hay cá nhân. Những quy tắc nhân tạo này linh động và thỉnh thoảng được điều chỉnh cho phù hợp với sự thay đổi hoàn cảnh. Những tiêu chuẩn nhân tạo ấy tuy quan trọng đối với xã hội nhưng không thể dùng làm

cương lĩnh đáng tin cậy cho một số nguyên tắc luân lý được áp dụng chung quát.

Ngược lại, đạo đức Phật giáo không do trí óc con người phát minh ra. Nó cũng chẳng phải căn cứ vào luân lý sơ khai được dần dà thay thế bởi các bộ luật nhân văn. Đạo đức Phật Giáo căn cứ trên định luật nhân quả phổ quát (Nghiệp), và xem một hành động thiện hay bất thiện tùy theo cách thức nó ảnh hưởng cho chính mình và cho người khác. Một hành động, tuy mang lợi lạc cho mình, cũng không thể cho là một hành động thiện nếu nó gây đau thương vật chất và tinh thần cho người khác.

Đạo đức Phật Giáo nhằm vào một câu hỏi rất phổ thông nhưng chủ yếu: Làm sao ta có thể phán đoán một hành động là tốt hay xấu? Theo Phật Giáo, câu trả lời rất đơn giản. Tính chất của một hành động được căn cứ trên tác ý hay động lực thúc đẩy bắt nguồn. Nếu một người làm một việc thúc đẩy bởi tham sân và si, hành động này là hành động bất thiện. Mặt khác, nếu người đó làm một việc phát xuất từ tình thương, nhân ái, và trí tuệ, hành động này là hành động thiện. Tham, Sân, và Si là "ba Góc Rễ Tội Lỗi", trong khi tình thương, lòng nhân và trí tuệ là những "Góc Rễ Thiện". Từ ngữ "Góc Rễ" ám chỉ tác ý mà hành động bắt nguồn. Cho nên, mặc dù là kẻ đó che đậy bản chất hành động của mình thế nào đi nữa, sự thật vẫn hiển bày bằng cách tra xét tư tưởng nào đó tạo thành hành động ấy. Tâm là nguồn gốc của tất cả lời nói và hành động.

Trong Phật Giáo, nhiệm vụ hàng đầu của một người là tự mình gột sạch những ô trược tinh thần của tham, sân và vô minh. Làm việc này không phải do sợ hãi hay để vừa lòng một đấng thần linh nào đó. Nếu ai vì lý do này mà làm, người ấy vẫn còn thiếu trí tuệ. Kẻ đó hành động do sợ hãi chẳng khác gì trẻ nít sợ bị phạt vì nghịch ngợm. Người Phật Tử hành động từ sự hiểu biết và trí tuệ. Người Phật Tử hành các hạnh lành vì hiểu rằng nhờ làm điều thiện, sức mạnh tinh thần sẽ phát triển và vun bồi nền móng cho tâm linh dẫn đến giải thoát. Hơn nữa, người đó nhận thức được là hạnh phúc hay đau khổ của mình do mình tự tạo qua sự vận hành của Nghiệp Luật. Muốn giảm thiểu những phiền muộn và khó khăn trong đời sống, người đó phải nỗ lực kiềm chế hành động tội lỗi. Người đó làm điều thiện vì hiểu rằng việc đó sẽ đem lại an lạc và hạnh phúc cho mình. Vì ai ai cũng mưu tìm hạnh phúc trong đời sống, và vì người đó có thể tạo được điều kiện để đạt hạnh phúc, thì không có lý do nào người đó lại không làm việc thiện và tránh điều tội lỗi. Xa hơn nữa, sự nhỏ gốc rễ những ô nhiễm tâm này, nguồn gốc của những hành động chống xã hội, sẽ đem lại lợi ích lớn cho những người khác trong xã hội.

NĂM GIỚI

Đạo đức của của hàng cư sĩ Phật Tử tiêu biểu trong Năm Giới có thể được nhìn ở hai mức độ. Trước tiên giới hạnh giúp con người ở những cộng đồng có văn hóa cùng chung sống trong tương kính và tín nhiệm lẫn nhau. Kế

đến, đó là điểm khởi đầu cho cuộc hành trình tinh thần tiến tới Giải Thoát. Không giống như những điều răn do mệnh lệnh của thần linh ban xuống con người, chính đấng nhân tình nguyện thọ giới, nhất là khi người ấy đã nhận thức được lợi ích của việc vâng giữ những điều luật cho thân, khẩu và ý. Hiểu biết hơn là không vì sợ hãi hình phạt là lý do giữ giới. Một Phật Tử tốt nên tự nhắc nhở tới việc gìn giữ năm giới hàng ngày. Đó là:

"Tôi tôn trọng quy luật tu tập để tránh:

1. Giết hại sinh vật
2. Lấy một thứ gì không được cho
3. Tà dâm
4. Nói dối
5. Dùng ma túy và rượu."

Ngoài tinh thần hiểu biết rằng Năm Giới chỉ là một nhóm điều lệ để ngăn chặn, một Phật Tử nên tự nhắc nhở là qua việc giữ giới, ta cũng hành tập được năm Đức Hạnh Cao Quý. Trong khi Năm Giới dạy điều gì không nên làm, Năm Đức Hạnh Cao Quý cho biết những phẩm tính nào cần phải trau dồi như hạnh từ bi, buông bỏ, tri túc, thành thực, và chánh niệm. Khi ta giữ Giới Thứ Nhất không giết hại, ta kiểm soát được tâm sân hận và trau dồi tâm từ ái. Ở Giới Thứ Hai, ta kiểm soát được lòng tham và tập hạnh buông bỏ hay không luyến ái. Ta sẽ kiểm soát lòng tham muốn nhục dục và rèn luyện hạnh tri túc của mình ở Giới Thứ Ba. Ở Giới Thứ Tư, ta tránh nói dối và đồng

thời trau dồi đức thành tín, và trong khi tự khắc phục khỏi những kích thích tinh thần bất thiện, ta vun bồi chánh niệm ở Giới Thứ Năm. Một khi đã hiểu được những điều cao quý trên, ta sẽ nhận thức được rằng giữ Năm Giới không làm cho mình trở thành lãnh đạm, chủ bại và tiêu cực, nhưng tạo một nhân cách tích cực đầy tình thương và cần trọng cùng các phẩm tính khác cũng được tăng trưởng nơi một con người sống một cuộc đời đạo hạnh.

Giới là sự tu tập căn bản trong Phật Giáo. Mục đích giữ giới là để loại trừ những tham ái thô thiển biểu lộ qua tư tưởng, lời nói và hành động. Giới cũng là nền tảng rất cần thiết cho những ai muốn trau dồi tâm ý. Nếu không theo một số giới hạnh căn bản, công năng của thiền định có thể bị sử dụng vào những động cơ sai lầm và ích kỷ.

TÁM GIỚI (Bát Quan Trai Giới)

Trong nhiều xứ Phật Giáo, các tín đồ thuần thành thường theo thông lệ thọ Tám Giới (Bát Quan Trai Giới) vào một số ngày nào đó trong tháng, như ngày rằm và những ngày trăng mới mọc. Những người này đến Chùa từ sáng sớm và ở lại 24 giờ tại chùa, tu tập bát quan trai giới. Giữ Tám Giới này, họ tự cắt khỏi cuộc sống trần tục hàng ngày dồn dập bởi bao đòi hỏi về vật chất và giác quan. Mục đích của việc giữ Tám Giới là để được thoải mái và yên tĩnh, để rèn luyện tâm ý, và để tự phát triển tinh thần.

Trong thời gian giữ các giới này, họ dành thì giờ đọc tụng kinh sách, nghe giảng Giáo Lý của Đức Phật, thiền tập, và tham gia công quả trong mọi sinh hoạt của ngôi chùa. Sáng hôm sau ngày bát quan trai giới, họ trở lại thọ Năm Giới hàng ngày và trở về nhà tiếp tục đời sống bình thường.

Tám Giới đó là tránh không:

1. Giết hại
2. Trộm cướp
3. Hành dâm
4. Nói dối
5. Uống rượu
6. Ăn quá giờ Ngọ
7. Khiêu vũ, ca hát, nghe nhạc, xem các màn trình diễn không đứng đắn, dùng tràng hoa, dầu thơm, phấn sáp và những loại tô điểm sắc đẹp,
8. Dùng giường cao rộng rãi.

Một số người cảm thấy khó hiểu ý nghĩa một vài giới luật này. Họ cho rằng Phật Tử chống lại khiêu vũ, ca hát, âm nhạc, chiếu bóng, vật thơm, và những món trang sức xa hoa. Thật ra trong Phật Giáo không có luật nào bắt buộc người cư sĩ không được dùng các loại trên. Những người chọn lựa tránh những thú tiêu khiển ấy là những Phật Tử thuần thành chỉ giữ những giới ấy trong một thời gian ngắn như một lối kỷ luật tự giác. Lý do tránh các loại giải trí và vật trang sức là để lắng đọng giác quan trong vài

giờ và để rèn luyện tâm ý khỏi bị lệ thuộc vào các lạc thú giác quan. Những hình thức vui chơi ấy gia tăng sự say mê của tâm ý và phát sanh cảm xúc làm trở ngại cho việc phát triển tinh thần của cá nhân. Tự khắc phục được các thú tiêu khiển này, ta có thể đạt tiến bộ, chế ngự được các nhược điểm, và kiểm soát chính mình được nhiều hơn. Tuy nhiên, Phật Giáo không kết tội các loại giải trí này.

Thực hành việc giữ giới (Năm Giới và Tám Giới) bằng một tâm ý nhiệt thành chắc chắn là một công đức tốt đẹp mang nhiều lợi lạc ngay trong kiếp này và các kiếp sau. Cho nên nếu có thể được ta nên cố gắng hết lòng thường xuyên giữ giới với sự hiểu biết.

LÒNG TỪ-ÁI

Điều thiếu sót trong thế giới ngày nay là lòng từ-ái hay thiện chí.

Thế giới ngày nay, có đủ của cải vật chất. Có rất nhiều nhà trí thức tiên tiến, nhiều văn nhân lỗi lạc, biết bao hùng biện gia, triết lý gia, tâm lý gia, khoa học gia, có vấn tôn giáo tài năng, những nhà thơ vĩ đại, và những nhà lãnh đạo thế giới uy quyền. Mặc dù có bao nhà trí thức như trên, vẫn không có hòa bình và an toàn thực sự cho thế giới ngày nay. Còn thiếu một điều gì. Đó là lòng từ-ái hay thiện chí giữa nhân loại.

Vật chất đạt được chính nó không bao giờ có thể mang lại hòa bình và hạnh phúc vĩnh cửu. Hòa bình thoát tiên phải hiện hữu trong tâm mình, trước khi có thể mang cho người khác và toàn thể thế giới. Con đường thực sự đi đến hòa bình là theo lời khuyên của các đạo sư tôn giáo.

Muốn thực hành lòng từ-ái, trước nhất ta phải tu tập Nguyên Tắc Cao Thượng của bất bạo động, phải luôn luôn sẵn sàng thắng lướt tính vị kỷ và nêu cho người khác thấy chánh đạo. Sự chiến đấu không phải nơi thân xác vật chất, vì tính chất độc ác của con người không ở nơi thân mà ở tâm. Bất bạo động là một khí giới rất hiệu quả để chống lại tội lỗi hơn là trả thù. Bản chất thực sự của trả thù chỉ làm tăng tâm tính độc ác.

Muốn hành tập lòng từ-ái, ta cũng phải xả bỏ tính ích kỷ. Bao nhiêu tình thương trong thế giới vị kỷ này tựu trung chỉ là tình thương cho chính mình:

"Không phải vì tình thương ban cho người chồng yêu dấu; nhưng chồng mình sở dĩ được yêu là do mình yêu chính mình. Con cái được cha mẹ yêu thương, không phải do tình thương ban cho con cái, mà do cha mẹ thương yêu chính họ. Thần thánh được yêu kính, chẳng phải vì cho thần thánh, mà là kính yêu cho chính mình. Chẳng phải người nào được yêu thương là do ai hiến tặng thương yêu, nhưng chính do lòng tự yêu mình của ai đó".

Con người phải học hỏi cách thể hiện lòng vị tha hầu duy trì được hòa bình thực sự và cho sự giải thoát của chính mình. Giống như tự tử giết đi thân xác, tính ích kỷ giết đi tiến bộ tâm linh. Tâm từ trong Đạo Phật chẳng phải là cảm xúc và cũng chẳng phải ích kỷ. Đó là sức truyền cảm do tâm thanh tịnh tỏa ra sau khi đoạn trừ được hận thù, ghen ghét, độc ác, thù địch và hằn học. Theo Đức Phật, Metta, lòng bi mẫn là phương pháp hữu hiệu nhất để giữ tâm thanh tịnh và trong sạch hóa bầu không khí tinh thần bị ô nhiễm.

Từ ngữ "tình thương" dùng để bao gồm một tầm mức rộng lớn những cảm xúc mà con người kinh nghiệm. Mức nghiêng nặng về thú tính tham dục đối với một người khác phái sẽ làm mất quan niệm về tình thân thiện giữa các chúng sanh. Theo Phật Giáo, có nhiều loại cảm xúc, tất cả những cảm xúc ấy đều được gọi thông thường là "tình thương". Trước tiên, có tình thương ích kỷ và tình thương không vị kỷ. Kẻ có tình thương ích kỷ khi kẻ đó chỉ quan tâm đến thỏa mãn cá nhân mình mà thôi còn không quan tâm gì đến như cầu hay cảm nghĩ của người đồng loại khác. Ghen ghét thường là một triệu chứng của lòng vị kỷ. Mặt khác, tình thương không vị kỷ được cảm nhận thấy khi một người quên thân mình làm điều tốt cho người khác - cha mẹ thường đối với con cái bằng tình thương như vậy. Thường thường con người hay pha trộn giữa hai tình thương vị kỷ và vị tha trong các mối tương

giao. Thí dụ, trong khi cha mẹ có những hy sinh to lớn cho con cái, họ cũng thường mong mỗi được đền đáp.

Một loại tình thương khác, cũng liên hệ mật thiết với loại trên, là tình huynh đệ hay tình bằng hữu. Về ý nghĩa, loại tình cảm này có thể coi như ích kỷ vì tình thương này chỉ giới hạn trong một số người đặc biệt mà không nói rộng ra nhiều người khác. Trong một loại nữa, có tình yêu xác thịt giữa hai người khác phái đến với nhau do sự lôi cuốn thể chất. Đó là loại tình yêu được các ngành giải trí hiện đại khai thác tối đa, bao gồm từ sự cuồng dại đơn sơ của lứa trẻ mới lớn cho đến những liên hệ phức tạp nhất giữa người đã trưởng thành.

Cao cả hơn những tình thương nói trên là Tình Thương Đại Đồng hay Tâm Từ (Metta). Tình thương bao quát này là đức hạnh vĩ đại thể hiện nơi Đức Phật. Chẳng hạn, Đức Thế Tôn đã từ bỏ vương quốc, gia đình và mọi lạc thú để tận lực tìm ra phương cách giải thoát nhân loại khỏi kiếp sống khổ đau. Để đạt được Giác Ngộ, Ngài đã phải chiến đấu qua không biết bao nhiêu kiếp sống. Người yếu kém chắc phải ngã lòng, nhưng Đức Phật thì không. Do đó người ta gọi Ngài là "Đấng Từ Bi". Tình thương bao la vô bờ bến của Đức Phật không chỉ riêng cho loài người mà cho tất cả các sinh vật. Tình thương ấy không phải là cảm xúc hay ích kỷ, mà là một tình thương vô biên giới, không kỳ thị. Không giống như loại tình thương khác, tâm từ bi không bao giờ chấm dứt trong thất vọng hay bất mãn vì tình thương này không mong

được đền đáp. Người trau dồi tâm từ bi cũng trau dồi tâm hỷ và tâm xả, và người đó sẽ đạt đến tình trạng siêu phàm.

Trong cuốn "Con Đường Xưa của Đức Phật", Hòa thượng Piyadassi nói:

"Tình thương là một sức mạnh tích cực. Mỗi hành động của tình thương thể hiện với một tâm ý trong sạch để nâng đỡ, cứu trợ, khích lệ, giúp người khác tiến bước dễ dàng, êm ái và thích nghi hơn cho việc chiến thắng phiền não, đạt hạnh phúc tối thượng.

"Phương cách để phát triển tình thương là suy niệm về những điều sai trái của sân hận, đến những lợi ích của tâm không-sân, suy nghĩ theo thực tại, theo nghiệp luật rằng không có gì để sân hận, rằng sân hận là một cảm giác điên rồ nuôi dưỡng càng ngày càng nhiều tối tăm, che lấp sự hiểu biết chính đáng. Sân hận kìm hãm, thương yêu cởi mở. Sân hận bóp nghẹt, thương yêu giải phóng. Sân hận đem dày vò, thương yêu đem an lạc. Sân hận chao đảo, thương yêu bình thản, an nhiên, tĩnh lặng. Sân hận chia rẽ, tình thương đoàn kết. Sân hận làm khô cứng, tình thương làm mềm dịu. Sân hận cản ngăn, tình thương giúp đỡ. Như thế do nghiên cứu và nhận định chính xác những hậu quả của sân hận và những lợi ích của tình thương, chúng ta nên phát triển tình thương rộng lớn".

Trong Kinh Metta, Đức Phật giải thích cặn kẽ tình thương trong Đạo Phật. Chẳng khác gì người mẹ che chở đứa con duy nhất của mình dù phải hy sinh tính mạng, đến như vậy ta cũng nên trau dồi tình thương vô biên đối với tất cả chúng sanh. Hãy trải tâm từ rộng lớn của mình tỏa khắp toàn thể thế giới, bên trên, bên dưới, ngang qua không chướng ngại nào, không sân hận nào, không thù hằn nào".

LÒNG NHÂN TỪ THỰC SỰ

Lòng nhân từ thực sự là "cho mà không mong gì đền đáp lại".

Cốt lõi của lòng nhân từ thực sự là cho mà không mong cầu gì đền đáp lại món quà mình tặng. Nếu một người tìm cầu một lợi lạc vật chất nào từ tặng phẩm của mình, hành động ấy chỉ có tính cách đổi chác mà không phải do lòng nhân. Một người nhân đức không nên làm cho người khác cảm thấy thiếu nợ mình hay dùng lòng nhân như một phương cách để kiểm soát họ. Người đó cũng không mong mọi gì người ta phải biết ơn mình vì phần đông con người hay quên và không hẳn họ đều là người vô ơn. Một hành động do lòng nhân thực sự là một hành động thiện lành, không vương mắc để người cho cũng như người nhận đều cảm thấy tự do.

Tôn giáo nào cũng đều tán thán công đức từ thiện. Những ai có mức sống đầy đủ nên nghĩ đến người khác, mở rộng

hạnh bố thí vào những trường hợp thích đáng. Trong hàng những người làm việc từ thiện, có một số dùng việc cho tặng như một phương tiện để lôi cuốn người khác theo tôn giáo hay tín điều của mình. Hành động "cho" như vậy với một động cơ kín đáo để đổi chác không thể là lòng nhân từ thực sự được. Người Phật Tử quan niệm từ thiện là một hành động để giảm thiểu lòng tham, một tâm bất thiện làm ngăn trở sự phát triển tâm linh. Ai đang trên con đường rèn luyện tinh thần đều phải cố gắng giảm thiểu tính vị kỷ và tâm tham ái mạnh mẽ muốn có thêm và thêm mãi. Ta nên giảm thiểu lòng luyện ái vào các vật sở hữu, vì nếu ta không tỉnh thức, chúng sẽ có thể biến ta thành nô lệ cho lòng tham ái. Thay vào đó ta nên sử dụng chúng để đem lợi ích và hạnh phúc lại cho người khác như các thân hữu và những ai cần đến sự giúp đỡ của mình.

Khi cho, ta không chỉ thể hiện lòng nhân từ như một nghĩa cử của thân mà thôi, mà với cả con tim và khối óc. Phải có một niềm vui mỗi khi cho. Có một sự khác biệt giữa một hành động từ thiện và bố thí (*dana*). Trong hành động phước thiện bình thường, do lòng trắc ẩn và tính tình tử tế, ta cho khi nhận thấy một người nào đó thiếu thốn cần sự giúp đỡ, và ta đang ở trong tư thế phát tâm muốn giúp đỡ. Còn đối với người hành hạnh bố thí, cho ở đây là một phương tiện để trau dồi tâm nhân ái, một đức hạnh để giảm thiểu tính vị kỷ và tham đắm của chính mình. Người này đang trau dồi trí tuệ khi nhớ rằng bố thí

là một phẩm hạnh rất quan trọng mà mỗi người Phật Tử phải tu tập và là ba la mật đầu tiên (Bồ Thí Ba La Mật) mà Đức Phật hành trì trong nhiều tiền kiếp của Ngài trên đường tìm Giác Ngộ. Ta thực hành hạnh bồ thí để tỏ lòng tri ân những phẩm tính và cao cả của Tam Bảo.

Có nhiều thứ mà ta có thể cho. Có thể tặng vật dụng như thực phẩm cho người đói, tiền bạc, quần áo cho người nghèo. Cũng có thể cống hiến kiến thức, kỹ năng, thì giờ, nghị lực và cố gắng vào những kế hoạch mang lợi ích cho người khác. Ta cũng có thể lắng nghe với thái độ thiện cảm và trao vài lời khuyên tốt đến người bạn đang gặp khó khăn. Cũng có thể tự kiểm chế việc giết hại các chúng sanh khác, và làm như vậy chính là đã tặng lại đời sống cho những sinh vật yếu đuối này lẽ ra có thể bị giết chết. Ta cũng có thể hiến tặng một phần thân thể của mình để cứu người khác, chẳng hạn như cho máu, cho mắt, thận vân vân.... Những ai tu tập đức hạnh này, thúc đẩy bởi tâm đại bi cao cả đối với người khác cũng có thể hy sinh đến tính mạng của mình nữa. Trong nhiều tiền kiếp của Ngài, Bồ Tát (Tất Đạt Đa) đã nhiều lần cho những phần thân thể của Ngài để cứu các người khác. Ngài cũng đã hy sinh cả mạng sống của Ngài để cho người khác được sống, tấm lòng quảng đại và bi mẫn của Ngài thật to lớn.

Nhưng chúng tích vĩ đại nhất về lòng từ bi vô bờ bến của Đức Phật là tặng phẩm vô giá cho nhân loại, Giáo Pháp giúp tất cả chúng sinh có thể giải thoát khỏi khổ đau. Đối

với người Phật Tử, tặng phẩm cao quý nhất trong tất cả tặng phẩm là Phật Pháp. Tặng phẩm này có sức mạnh vĩ đại thay đổi đời sống. Khi một người nhận Phật Pháp với một tâm ý trong sạch và tu tập chân lý nghiêm chỉnh, người đó không thể nào không thành công được. Người đó đạt nhiều hạnh phúc to lớn hơn nữa, an lạc và hoan hỷ trong cả tim lẫn óc. Nếu người đó có lần độc ác, thì nay người đó sẽ sinh lòng trắc ẩn. Nếu người đó đã có lần trả thù, thì nay người đó biết tha thứ. Nhờ Phật Pháp, kẻ sân hận trở thành bi mẫn hơn, kẻ tham lam biết mở lòng rộng rãi hơn, và kẻ bất an tìm được sự thanh thản hơn. Khi một người hưởng hương vị của Giáo Pháp, người đó không những chứng nghiệm hạnh phúc ngay tại đây và bây giờ, mà còn hưởng hạnh phúc trong những kiếp sau, và trong cuộc hành trình tiến đến Niết Bàn.

THÁI ĐỘ PHẬT GIÁO VỚI ĐỜI SỐNG CỦA LOÀI VẬT

Nếu chúng ta tin rằng thú vật được tạo ra cho con người, thì chắc phải tin là con người được tạo ra cho loài vật bởi vì có một số thú vật ăn thịt người.

Người ta nói rằng loài vật chỉ ý thức về hiện tại. Chúng sống không quan tâm gì đến quá khứ và tương lai. Giống như vậy, trẻ nít hình như không có khái niệm gì về tương lai. Chúng chỉ sống với hiện tại cho đến khi khả năng về trí nhớ và tưởng tượng phát triển.

Con người có năng khiếu lý luận. Sự cách biệt giữa người và vật chỉ là ở chỗ con người biết phát triển khả năng lý luận và hành động phù hợp. Người Phật Tử chấp nhận rằng con vật không những có sức mạnh trực giác mà cũng có khả năng suy nghĩ tuy ở một mức độ kém hơn

Trong vài phương diện, con vật cao hơn con người. Loài chó có thính giác nhạy bén hơn; côn trùng có khứu giác tinh tế hơn, điều hâu có tốc độ nhanh hơn, chim phượng hoàng có tầm nhìn xa hơn. Chắc chắn con người khôn ngoan hơn nhưng cần phải học hỏi nhiều điều nơi con kiến và con ong. Tuy loài vật có một số khả năng như vậy nhưng loài người còn có nhiều hơn nữa: Chúng ta có tiềm năng phát triển tinh thần.

Phật Giáo không chấp nhận là do ai đó con vật được tạo ra cho con người; nếu vậy hóa ra loài người cũng được tạo ra cho loài vật vì có một số con vật ăn thịt người.

Người Phật Tử được khuyến khích nên thương yêu tất cả sinh vật, và không nên chỉ hạn hẹp trong tình thương cho con người mà thôi. Họ nên thực hành lòng từ-ái với tất cả mọi sinh vật. Đức Phật dạy rằng quả không hợp lý nếu con người lấy đi đời sống của bất cứ sinh vật nào vì mỗi chúng sinh đều có quyền tồn tại. Con vật cũng sợ hãi và đau đớn như con người. Tước đoạt mạng sống của chúng thật là sai quấy. Ta không lạm dụng trí thông minh và sức mạnh để tàn hoại sinh vật mặc dù đôi khi chúng gây thiệt hại cho ta. Loài vật cần thiện cảm của con người. Giết hại

chúng đâu phải là biện pháp duy nhất để tổng khứ chúng. Mỗi sinh vật đều đóng góp vào việc bảo tồn thế giới này. Thật là bất công khi ta tước đi quyền sống của chúng.

Trong cuốn Handbook of Reason (sách nói về lý trí), D. Runes nói:

"Thật khó nói về đạo đức trong sự tương quan với các sinh vật mà con người đã ăn nuốt một cách có hệ thống, hầu hết bằng cách thui nướng và đôi khi ăn sống. Có nhi?u người thực hành hạnh thương yêu súc vật như ngựa chó mèo ... Nhưng chính những người này lại có thể túm cổ con hươu, con nai, đâm họng chúng hứng huyết uống tươi hoặc làm dồi tiết, và cắn lấy thịt tươi. Và ai là người nói con ngựa mà họ cung cao quý hơn con hươu họ ăn? Thật ra có người ăn thịt mèo, chó, và ngựa nhưng lại chỉ dùng bò như loài gia súc để làm việc".

Có người khóc than một con chim nhỏ hay một con cá vàng mới chết; Lại có kẻ lặn lội thật xa bắt cá bằng một lưỡi câu ghê tởm để ăn hoặc chỉ để tiêu khiển hoặc tìm vui trong thú bắn chim. Có kẻ đi vào tận rừng sâu săn giết thú như một loại thể thao trong khi có kẻ khác lại tiêu rất nhiều tiền để nuôi những con vật này tại nhà như những gia súc yêu quý.

Có người nuôi ếch nhái để tiên đoán thời tiết; người khác lại cắt đuôi chúng đem chiên. Một số nuôi chim trong những chiếc lồng hào nhoáng; một số khác lại dùng

chúng để ăn điểm tâm. Tất cả hầu như lẫn lộn nhau. Trong một thế giới mà người đánh người để kiếm tiền hoặc chỉ để đổ máu chơi, quả là khó khăn mà có đủ thì giờ cân nhắc về đạo đức của con người trong mối tương quan với loài vật.

Tôn giáo nào cũng khuyên ta thương yêu đồng loại. Có đạo còn khuyên ta thương yêu nhau nhiều hơn nếu cùng thuộc về một tín ngưỡng. Nhưng Phật Giáo cao cả hơn ở chỗ dạy chúng ta thể hiện quan tâm và lòng bi mẫn đồng đều cho khắp mỗi chúng sinh trên vũ trụ này. Sự phá hoại bất cứ sinh vật nào đều gây rối cho nền Trật Tự của Vũ Trụ.

Trong những lời dạy của Ngài, rõ ràng Đức Phật chống lại mọi hình thức độc ác với bất cứ chúng sinh nào. Một hôm Đức Phật thấy một người đang sửa soạn giết súc vật để làm lễ tế thần . Hỏi tại sao lại đem giết con thú vô tội này, người đó trả lời là để làm vừa lòng thánh thần. Đức Phật bảo vậy hãy giết Ngài đi để tiến lễ, vì nếu mạng sống của súc sanh có thể làm họ toại ý thì mạng người ắt còn làm cho họ vừa lòng hơn nữa.

Sự độc ác đối với loài vật còn là hình thức biểu lộ của lòng tham bất trị của con người. Ngày nay nhân loại tiêu hoại cảm thú và tước đi quyền sống của chúng để mở rộng môi sinh cho sự tiện nghi của mình. Nhưng chúng ta đã phải trả đắt giá về hành động độc ác và ích kỷ này. Môi sinh của chúng ta đang bị báo động và nếu chúng ta

không có những biện pháp nghiêm ngặt để bảo vệ sự sống còn của các sinh vật, sự hiện hữu của chính chúng ta trên trái đất này cũng không thể được bảo đảm. Sự có mặt của một số sinh vật quả cũng có đe dọa đời sống con người. Tuy nhiên chúng ta lại chẳng bao giờ lưu ý rằng con người chính là mối đe dọa to lớn nhất đối với tất cả sinh vật trên trái đất và trong không gian, trái lại sự hiện hữu của vài sinh vật chỉ là một nguy cơ nhỏ đối với một số khác mà thôi.

Vì mỗi sinh vật đều đóng góp cho sự bảo tồn hành tinh và bầu khí quyển, tiêu diệt chúng không phải là một giải pháp để khắc phục những sự xáo trộn của chúng ta. Con người phải dùng các biện pháp khác để duy trì mức cân bằng của thiên nhiên.

LÒNG KHOAN DUNG CẦN THIẾT CHO THỜI ĐẠI NÀY

"Nếu ai đại khờ làm điều sai trái với Như Lai, trở lại Như Lai sẽ che chở cho y bằng một tình thương vô bờ bến. Hễ càng làm tội lỗi bao nhiêu thì Như Lai lại càng cho y thiện ý bấy nhiêu. Lúc nào Như Lai cũng chỉ tỏa ra hương thơm của điều thiện" (Đức Phật)

Con người ngày nay bất an, lo lắng với bao sợ hãi và bất mãn. Họ bị đầu độc bởi lòng ham muốn được danh tiếng, của cải và uy quyền. Họ tham đắm trong sự thỏa mãn giác quan. Họ sống qua ngày trong sợ hãi, nghi kỵ và bất

ồn. Trong thời điểm rối loạn và khủng hoảng này, con người thật khó sống chung hòa bình với bạn đồng loại. Thế nên lòng khoan dung trong thế giới ngày nay tối thiết phải có thì sự sống chung hòa bình giữa các dân tộc mới có thể thành tựu được.

Thế giới đã đổ máu và thống khổ bởi căn bệnh giáo điều và cố chấp. Mảnh đất của nhiều quốc gia ngày nay đã bị đầm ứ bởi máu đổ trên bệ thờ do các loại đấu tranh chính trị giống như những bầu trời ở thời đại hoàng kim xa xưa đã bị bao phủ bởi khói thiêu các vị thánh tử đạo của nhiều tín ngưỡng khác nhau.

Trong tôn giáo hay chính trị, con người vẫn hay cho mình có sứ mệnh mang nhân loại vào cách sống của mình và hay công kích những cách sống khác. Đương nhiên, sự bất khoan dung của tinh thần Thập Tự Chinh đã làm hoen ố sử sanh tôn giáo.

Chúng ta hãy nhìn lại thế kỷ hiện tại mà "TIỀN BỘ" được quảng cáo rầm rộ - một thế kỷ của máy móc và phát minh. Sự trưng bày các phát minh khoa học và kỹ thuật mới làm ta chóa mắt - điện thoại, điện cơ, máy bay, vô tuyến, truyền hình, điện toán, tàu không gian, vệ tinh và các dụng cụ điện tử. Nhưng cũng trong thế kỷ này, những đứa con của trái đất đã triển khai bao phát minh cực kỳ tiên bộ ấy, vẫn là những người đó đã giết hại cả triệu người khác bằng lưỡi lê, súng đạn hay hơi độc. Tinh thần khoan dung ở đâu, giữa tất cả tiên bộ vĩ đại đó?

Ngày nay con người đang ra sức thám hiểm ngoại tầng không gian. Nhưng người và người hoàn toàn không thể cùng nhau sống trong thái bình và hài hòa. Con người rồi đây sẽ làm mất tính chất thiêng liêng của mặt trăng và các hành tinh khác.

Để mưu lợi vật chất, con người hiện đại xâm phạm thiên nhiên. Hoạt động tinh thần lại quá đặt nặng về hưởng lạc nên họ không tìm ra mục đích của cuộc đời. Cách hành xử trái tự nhiên của nhân loại ngày nay do kết quả quan niệm sai lầm về đời sống con người, và về mục tiêu chủ yếu. Đó là nguyên nhân của bao thất vọng, sợ hãi, bất an và cố chấp của thời đại ngày nay.

Tóm lại, ngày nay thái độ thiếu bao dung vẫn còn thể hiện dưới danh nghĩa tôn giáo. Người ta chỉ nói suông về tôn giáo và hứa hẹn con đường tắt tiến tới thiên đường mà không lưu tâm gì đến việc thực hành. Nếu người Cơ Đốc Giáo sống theo Bài Thuyết Giáo Trên Đồi, nếu người Phật Tử hành theo Bát Chánh Đạo, nếu người Hồi Giáo thực sự theo quan niệm Tình Anh Em, và nếu người Ấn Độ Giáo sống theo khuôn khổ tinh thần nhất như, nhất định nhân loại sẽ có hòa bình và hòa hợp trên thế giới này. Bất chấp những giáo lý vô giá của những đạo sư tôn giáo vĩ đại, người ta vẫn không nhận thức được giá trị của lòng khoan dung. Nhân danh tôn giáo để biểu lộ thái độ cố chấp thật là tệ hại và đáng trách.

Đức Phật có dạy:

"Sung sướng thay ta sống không thù hận những người thù hận ta.

Giữa những người thù hận, ta sống không thù hận.

Sung sướng thay ta sống không tật bệnh giữa những người tật bệnh.

Sung sướng thay ta sống không tham dục giữa những người tham dục"

-- (Kinh Pháp Cú, Câu 197, 200)

LỄ NGHI TANG CHẾ PHẬT GIÁO

Đám tang thực sự theo Phật giáo là một nghi lễ tôn giáo đơn giản, nghiêm túc và trang trọng.

NGÀY TANG LỄ

Một đám tang cử hành đúng theo tinh thần đạo Phật tại các xứ Phật Giáo là một nghi lễ đơn giản, nghiêm túc và trang trọng. Nhưng không may nhiều người đã đưa thêm lắm tiết mục ngoại lai không cần thiết cùng các hình thức dị đoan vào trong tang lễ. Những nghi thức xa lạ trên được thay đổi tùy theo truyền thống và tập tục của người dân địa phương. Những điều này được ứng dụng từ rất lâu đời bởi những người có lẽ không hiểu gì về bản chất của đời sống, và của cái chết, và về kiếp sống sẽ ra sao sau khi chết. Khi những ý kiến bổ sung này được sát nhập vào tang nghi theo Phật Giáo, người ta có khuynh hướng chê trách đạo Phật vì tang lễ tôn kém. Nếu đại chúng Phật Tử được thân cận đúng người đã thâm hiểu

Giáo Pháp và truyền thống thực sự của Phật Giáo, họ sẽ nhận được lời khuyên phải tổ chức tang lễ như thế nào. Điều đáng tiếc nhất là các sự kiện trên đã gieo một cảm tưởng xấu rằng Đạo Phật khuyến khích người dân phung phí tiền bạc và thì giờ vào những hình thức không cần thiết. Phải nên hiểu minh bạch là Phật Giáo không liên quan gì đến những thủ tục thấp kém ấy.

Người Phật Tử không quan tâm đặc biệt gì về chôn hay thiêu một xác chết. Trong nhiều xứ Phật Giáo, hỏa táng là một tục lệ. Thiêu được khuyến khích vì lý do vệ sinh và kinh tế. Ngày nay, dân số trên thế giới đang gia tăng nếu ta tiếp tục để xác chết chiếm một số đất đai có giá trị, rồi một ngày nào đó, tất cả đất đai còn lại sử dụng được đều sẽ bị người chết dành hết, và người sống sẽ không còn chỗ mà sống.

Vẫn còn có một số người phản đối việc thiêu xác chết. Họ cho là hỏa thiêu trái với luật của thượng đế, cũng một lập luận như vậy, họ đã phản đối nhiều điều khác trong quá khứ. Những hạng người như vậy phải cần một thời gian mới hiểu được là hỏa thiêu thích hợp và hiệu quả hơn chôn cất.

Mặt khác, người Phật Tử không tin rằng ngày nào đó có một đáng nào đó sẽ đến đánh thức hương linh người quá cố từ ngôi mộ hay tro cốt trong bình đựng và quyết định ai sẽ được lên thiên đường, ai sẽ phải xuống địa ngục.

Thức hay năng lực tinh thần của người quá vãng không có liên quan gì nữa với cái thân xác, bộ xương hay tro cốt để lại. Nhiều người lại còn tin rằng nếu người chết không được chôn đúng cách hay mộ chí đã được làm phép mà không được để vào năm mộ, linh hồn người chết sẽ lang thang khắp bốn phương trời khóc than rên rỉ, và đôi khi quay trở về quấy phá người thân. Trong Phật Giáo không hề có lối tin như vậy.

Người Phật Tử tin rằng một người khi chết sẽ tái sinh ở một nơi nào đó tùy theo hành động tốt hay xấu của người đó. Khi mà người đó còn tham sống, người đó phải tái sinh. Chỉ có các đấng A la Hán, đã vượt qua tất cả các tham ái mới không còn tái sinh và sau khi chết các Ngài sẽ đạt mục tiêu cuối cùng là Niết Bàn.

TẠI SAO CHÚNG TA NƯƠng TỰA (QUY Y) NƠI ĐỨC PHẬT?

Người Phật Tử nương tựa nơi Đức Phật không phải vì sợ Ngài, mà là để có được nguồn thôi thúc và hiểu biết chính đáng cho việc tự thanh tịnh chính mình.

Người Phật Tử không nương tựa nơi Đức Phật với niềm tin Ngài là thượng đế hay con của thượng đế. Đức Phật không bao giờ tuyên bố Ngài là thần thánh. Ngài là Đấng Giác Ngộ, Bạc Từ Bi, Trí Tuệ, và Thánh Thiện nhất chưa từng có trên thế giới này. Cho nên, họ nương tựa nơi Đức Phật như một vị thầy, một Đạo Sư đã chỉ dạy con đường

giải thoát thực sự. Họ tôn kính Đức Phật là để tỏ lòng biết ơn và kính trọng của họ, và không đòi hỏi ân huệ vật chất nơi Ngài. Người Phật Tử không cầu nguyện Đức Phật nghĩ rằng Ngài là một thượng đế có quyền thưởng phạt hay nguyên rửa họ. Họ tụng kệ hay kinh không phải trong ý nghĩa van xin mà như là một phương tiện tưởng nhớ đến đức hạnh vĩ đại và phẩm tính cao quý của Ngài mong đạt nhiều cảm hứng và hướng dẫn cho chính họ làm tăng trưởng lòng tin trên đường tu tập giáo lý của Ngài. Có những lời phê bình chỉ trích thái độ nương tựa nơi Đức Phật. Họ không hiểu ý nghĩa thực sự quan niệm nương tựa và tôn kính Đức Đại Đạo Sư. Họ chỉ biết về cầu nguyện là điều mà mọi người đều làm dưới danh nghĩa tôn giáo. Khi người Phật Tử tìm nơi nương tựa, có nghĩa là họ chấp nhận Đức Phật, Pháp và Tăng Già là những phương tiện mà họ có thể nhờ cậy hết gốc rễ của sợ hãi và những xáo trộn tâm linh. Nhiều người, với niềm tin đặc biệt đã tìm sự che chở nơi một số sự vật chung quanh mà họ tin là có ma quỷ thần linh trong đó.

Đức Phật khuyên con người khi bị sợ hãi không nên nông nổi tựa vào núi rừng, hang động, cây cỏ, miếu thờ. Không có nơi nương tựa nào như thế mà an toàn cả, không có nơi trú ẩn nào như thế là tối thượng cả. Không thể nhờ vào các nơi nương tựa như thế mà giải thoát được tất cả các điều bất hạnh. Ai biết nương tựa (Quy Y) nơi Đức Phật, Pháp và Tăng Già sẽ có hiểu biết chân chánh về Tứ Diệu Đế - Khổ, Nguyên Nhân của Khổ, Diệt Khổ,

và Bát Chánh Đạo dẫn đến chấm dứt Khổ. Đó mới thật là nơi nương tựa an toàn. Tìm nơi nương tựa như thế mới giải thoát khỏi khổ đau. (Kinh Pháp Cú - Câu 188-192).

Trong kinh Dhajagga, có ghi là những người nào quy y với Sakra, Vua của các chư thiên hay bất cứ một vị thần nào, không thể thoát khỏi những sợ hãi và khó khăn trần thế. Lý do là chính các chư thiên (thần, thượng đế) cũng chưa thoát khỏi tham sân, si và sợ hãi, nhưng Đức Phật, Pháp và Tăng Già (nghĩa là cộng đồng đã đạt đến viên mãn) đã giải thoát các điều đó. Chỉ có những ai đã giải thoát khỏi những bất toại nguyện mới có thể thấy con đường hạnh phúc trường cửu. Francis Story, một học giả Phật Giáo nổi tiếng, đã nêu quan điểm của ông trong việc tìm nương tựa nơi Đức Phật như sau:

"Con đến quy y nơi Đức Phật. Con mong tìm sự hiện diện của Đấng Đại Đạo Sư mà do lòng từ bi của Ngài con được hướng dẫn vượt qua dòng thác lũ của luân hồi, do vẻ mặt thanh tịnh của Ngài con được nâng lên khỏi vũng bùn lầy của các tư tưởng tham đắm thế gian, nơi đây con cũng thấy được sự bảo đảm chắc chắn của An Lạc Niết Bàn mà chính Ngài đã đạt được. Trong phiên nào đau đớn, con quay về với Ngài, và trong hạnh phúc con tìm thấy ánh mắt trầm lặng của Ngài. Con đặt trước Hình ảnh Ngài không những hoa và hương, mà cả những ngọn lửa đang cháy trong tâm con luôn dao động để được dập tắt và lắng êm. Con đặt xuống đây cái gánh nặng của tự kiêu

và tự ngã, cái gánh nặng của lo toan và khát vọng, cái khối nhọc nhằn của sanh tử tái diễn không ngừng".

Sri Rama Chandra Bharati, một thi sĩ Ấn, cũng giải thích rất ý nghĩa về việc tìm nương tựa nơi Đức Phật như sau:

*"Con nương tựa nơi Ngài không vì lợi lạc
Không phải vì sợ Ngài, hay muốn nổi danh
Không phải như mưa đá từ mặt trời vận chuyển
Không phải mong đạt kiến thức rộng sanh
Nhưng là do sức mạnh của tình thương không ngăn cách
Ở nơi Ngài tâm mắt vô song bao quát
Cho con an toàn vượt qua biển Luân Hồi
Con đệ đầu, Bạch Đức Thế Tôn, ccn xin thành kẻ theo
Ngài ".*

Có kẻ nói rằng Đức Phật cũng chỉ là một người, tìm nơi nương tựa nơi Ngài thật không có nghĩa gì cả. Những kẻ ấy đâu có hiểu rằng chính Đức Phật đã nói rõ ràng Ngài chỉ là một con người, nhưng không phải con người bình thường như chúng ta. Ngài là một con người phi thường, một người thánh thiện không ai có thể so sánh với Ngài về Giác Ngộ tối thượng, và lòng từ bi vô lượng đối với tất cả chúng sanh. Ngài là một con người đã thoát khỏi tất cả những yếu đuối và ô nhiễm, cùng những cảm xúc thường tình của con người. Về Ngài, người ta nói rằng: "Không có ai vô thần như Đức Phật, mà cũng chẳng có ai lại giống thần thánh như Đức Phật". Đức Phật là hiện

thân của tất cả đức hạnh, tính chất thiêng liêng, trí tuệ và giác ngộ cao cả.

Một câu hỏi khác thường được người ta nêu lên: "Nếu Đức Phật không phải là một Thượng Đế, nếu Ngài không đang sống tại thế giới này, làm sao Ngài có thể ban phước cho chúng ta? " Theo Đức Phật, nếu ai theo lời khuyên của Ngài, sống một cuộc đời đạo hạnh, những người đó chắc chắn nhận được phước lành. Phước lành trong Phật Giáo có nghĩa là niềm vui chứng nghiệm khi chúng ta phát triển lòng tự tin và mãn nguyện. Đức Phật từng nói: "Nếu ai mong muốn gặp ta, người đó chỉ việc nhìn vào Giáo lý của ta mà tu tập" (Tương Ưng Bộ Kinh). Những ai hiểu thấu Giáo Lý của Ngài, sẽ thấy bản chất thực sự của Đức Phật phản chiếu nơi chính mình. Hình ảnh Đức Phật mà họ duy trì trong tâm không phải là hình ảnh nhìn thấy trên bàn thờ chỉ có tính các tượng trưng mà thôi. Những ai sống đúng theo Giáo Pháp (con đường chính đáng của cuộc sống) sẽ được chính giáo pháp che chở" (Theragatha) Ai biết bản chất thực sự của cuộc sống và sự thật của cuộc đời do Giáo Pháp sẽ không có điều gì sợ hãi cả và cuộc sống chắc chắn được bảo đảm và hòa hợp.

Trong các tôn giáo khác, những người sùng bái Thượng Đế của họ, đòi hỏi Thượng Đế ban ân huệ cho họ. Người Phật Tử không sùng bái Đức Phật để xin ân huệ trần tục, nhưng họ tôn trọng Đức Phật vì thành quả tối cao của Ngài. Khi người Phật Tử kính trọng Đức Phật, gián tiếp

họ đã nâng cao tâm linh họ để một ngày nào đó, họ cũng đạt được giác ngộ như Ngài hầu phụng sự nhân loại ngoài việc họ mong ước trở thành Phật. Người Phật Tử kính trọng Đức Phật như vị Đạo Sư của họ. Tuy nhiên, sự kính trọng này không ngụ ý có sự luyện chấp vào đó hay sự ỷ lại vào vị Đạo Sư. Loại kính trọng này theo Giáo Lý của Ngài như sau:

"Này Chư Tăng, nếu có thầy nắm tà áo Như Lai, đi sát cạnh Như Lai từng bước một, nhưng còn tham lam, nhiễm đắm vào lạc thú giác quan, tư tưởng hiểm độc, mưu mô gian trá, ký ức lẫn lộn, vô ý tứ và thiếu thiện định, đầu óc tán loạn, không kiểm soát được các căn, thầy đó tuy gần mà vẫn xa Như Lai, và Như Lai cũng xa thầy đó."

"Này Chư Tăng, nếu có vị nào tuy xa Như Lai hàng trăm dặm nhưng không tham lam, không say đắm vào khoái lạc giác quan, tư tưởng thuần hậu, quang minh chính đại, quyết tâm vững mạnh, có ý tứ, hay suy niệm, tâm gom vào nhứt điểm, thu thúc lục căn, vị đó quả thân cận với Như Lai và Như Lai cũng gần thầy đó. (Samyutta Nikaya, Tương Ưng Bộ Kinh)

KHÔNG TỰ ĐÀU HÀNG

Nương nhờ vào người khác có nghĩa là khước từ nỗ lực và lòng tự tin của chính mình.

Phật Giáo là một tôn giáo ôn hòa mà trong đó tinh thần bình đẳng, công bằng và hòa bình ngự trị. Ý lại vào người khác để được cứu rỗi là tiêu cực, nhưng ý lại vào chính mình là tích cực. Phụ thuộc vào người khác có nghĩa là từ bỏ trí thông minh và nỗ lực của chính mình.

Tất cả những gì đã cải tiến và nâng cao nhân loại đều do chính con người làm ra. Sự thăng tiến của con người là do kiến thức, hiểu biết, nỗ lực và kinh nghiệm của chính con người chứ không phải từ trên thiên đàng. Con người không nên lệ thuộc, ngay cả vào những sức mạnh to lớn của thiên nhiên vì cho dù bị thiên nhiên đè bẹp, con người vẫn giữ địa vị cao cả vì sự hiểu biết về các sức mạnh ấy. Chân lý Phật Giáo còn đi xa hơn nữa: Phật Giáo cho thấy rằng nhờ hiểu biết, con người có thể kiểm soát môi trường và hoàn cảnh. Con người có thể tránh không bị nghiền nát bởi chúng, và biết sử dụng sức mạnh của chúng để vươn lên đỉnh cao tốt của tinh thần.

Phật Giáo tán dương thích đáng các thành quả đạt được do trí thông minh và nỗ lực của con người hơn là tin vào những đấng siêu nhân. Tôn giáo thực sự có nghĩa là niềm tin vào tánh thiện của con người hơn là vào những sức mạnh siêu hình. Trên phương diện này, Phật Giáo không chỉ là một tôn giáo, mà còn là một phương pháp cao thượng để đạt hòa bình và giải thoát trường cửu bằng lối sống đứng đắn khả kính. Ngay từ lúc ban đầu, Phật Giáo đã lôi cuốn mạnh mẽ những con người có văn hóa và trí thức. Mọi người có văn hóa trên thế giới này ngày nay

đều kính ngưỡng Đức Phật như một Bậc Thầy về lý trí. Đức Phật dạy cái cần thiết cho hạnh phúc của con người không phải là một tôn giáo với cả dogma giáo điều và lý thuyết suông mà là sự hiểu biết về bản chất của vũ trụ và sự tương quan của nó với định luật nhân quả. Đời sống chỉ đơn thuần là một biểu hiện bất toàn của thiên nhiên, chỉ khi nào hiểu thấu được nguyên tắc này thì con người mới có thể hoàn toàn giải thoát được.

Đức Phật đã công hiến lời giải thích mới về vũ trụ. Đó là một tầm nhìn mới về hạnh phúc trường cửu do đạt được sự toàn thiện. Trong Phật Giáo, mục tiêu chiến thắng của nhân loại là đạt trạng thái thường còn vượt lên trên cái vô thường, sự đạt Niết Bàn vượt lên trên tất cả những thế giới thay đổi, và sự vượt thoát cuối cùng khỏi những thống khổ của cuộc sống.

KHÔNG CÓ KẺ PHẠM TỘI

Phật Giáo không gọi một hành động nào là phạm tội, mà chỉ gọi đó là một hành động vụng về hay bất thiện.

Phật Tử không coi con người là kẻ tội lỗi bẩm sinh hay "kẻ phản lại thượng đế". Mỗi một con người là một cá thể giá trị, đều có trong chính mình một kho lớn chứa đựng các điều thiện cũng như các thói hư tật xấu. Điều thiện trong con người luôn luôn chực sẵn cơ hội thuận tiện để thăng hoa và chín mùi. Hãy nhớ câu nói sau: "*Có rất*

nhieu cái tốt ở kẻ xấu nhất trong chúng ta và có nhiều cái xấu ở kẻ tốt nhất trong chúng ta".

Phật Giáo dạy ta chịu trách nhiệm về hành vi thiện hay hành vi bất thiện của chính mình, và mỗi cá nhân có thể tạo mô hình cho số phận của chính mình. Như Đức Phật nói: "Những hành vi tội lỗi này do chính bạn làm, không phải do nơi cha mẹ, bè bạn, hay người thân quyến cho nên chính bạn phải gặt kết quả đau khổ". (Kinh Pháp Cú, Câu 165)

Phiền muộn của ta do chính ta tạo ra chứ không phải do mắc lời nguyên truyền kiếp của gia tiên hay do húng tội nguyên thủy của tổ tông thần thoại thuở ban sơ. Người Phật Tử không chấp nhận niềm tin là thế giới này đơn thuần chỉ là một nơi để thử thách và thí nghiệm. Thế giới này có thể làm thành một nơi mà chúng ta có thể đạt được sự toàn thiện cao cả nhất. Sự toàn thiện đồng nghĩa với hạnh phúc. Với Đức Phật, con người không phải do một đấng nào đó tạo ra như vật thử nghiệm trong đời sống có thể bị bỏ đi khi không cần nữa. Nếu mọi tội lỗi có thể tha thứ được, con người sẽ lợi dụng và càng làm nhiều tội hơn nữa. Người Phật Tử không có lý do nào tin tưởng rằng kẻ có tội có thể tránh được hậu quả nhờ ân huệ của một tha lực bên ngoài. Nếu một người thọc tay vào lò lửa, tay sẽ bị phỏng, và tất cả những lời cầu nguyện trên thế giới này cũng không thể làm cho hết vết sẹo được. Cũng giống như vậy với một con người bước vào ngọn lửa của hành động tội lỗi. Đức Phật giải quyết

vấn đề khổ đau không phải bằng tưởng tượng, lý đoán hay siêu hình, nhưng là kinh nghiệm thực tiễn.

Theo Phật Giáo, không có điều gọi là phạm tội như một số tôn giáo đã giải thích. Với người Phật Tử, tội lỗi là một hành động vụng về hay bất thiện - Nghiệp bất thiện tạo tội ác là hình thức suy sụp của con người. Kẻ ác chỉ là một người ngu si. Kẻ đó cần được dạy bảo hơn là cần đến hình phạt và lên án. Kẻ đó không phải bị coi như dám vi phạm ý muốn của thượng đế hay phải van xin thánh thần để được thương hại và tha tội. Kẻ đó cần được hướng dẫn để tự giải thoát.

Điều cần thiết trên hết là phải giúp kẻ đó biết sử dụng lý trí để hiểu y là người chịu trách nhiệm hoàn toàn về những hành động sai lầm đã gây nên và phải trả hậu quả. Cho nên niềm tin vào sự xin tội xa lạ với Phật Giáo.

Đức Phật xuất hiện trong cõi đời này không phải với mục đích để rửa sạch tội lỗi gây ra bởi con người, cũng không phải để trừng trị hay tiêu diệt kẻ ác, mà để làm cho ta hiểu ra được sự điên đảo của ta trong khi phạm điều ác và nêu rõ tác động của các hành vi tội lỗi ấy. Cho nên trong Phật Giáo không có điều răn vì không ai có thể dạy bảo người khác về mặt tự nâng cao tinh thần. Đức Phật khuyến khích con người phát triển và sử dụng sự hiểu biết của mình. Ngài chỉ cho chúng ta con đường thoát khổ. Giới luật mà chúng ta thọ giữ không phải là những điều răn cấm: Giữ giới là tự nguyện. Đức Phật dạy như

sau: "Phải chánh niệm ; hãy nhớ lời khuyên này và suy nghĩ thật kỹ về điều đó. Nếu thấy rằng lời dạy của Như Lai thích hợp cho sự tu tập của mình thì hãy cố gắng thực hành lời khuyên đó. Bạn có thể thấy kết quả do kinh nghiệm của chính bạn". Đạo Giáo không có giá trị nếu chỉ mù quáng tuân theo điều răn mà không nhận thức và hiểu biết thích đáng. Tuy nhiên chúng ta không nên lợi dụng sự tự do trong Phật Giáo để làm bất cứ điều gì ta ưa thích. Ta có bốn phận hành xử như một con người có văn hóa, văn minh và hiểu biết để sống một cuộc đời đạo hạnh. Nếu ta hiểu được như vậy, điều răn không quan trọng. Là một đạo sư giác ngộ, Đức Phật khuyên chúng ta làm sao sống một cuộc đời thanh cao trong sạch mà không bị áp đặt bởi những điều răn cấm và sự sợ hãi hình phạt.

HÃY TỰ LÀM

Tự tin giữ một phần quan trọng trong mọi mặt của cuộc sống con người.

Hiểu biết rằng không do nguyên nhân bên ngoài, không do tín ngưỡng hay nghi thức mà có thể cứu được mình, người Phật Tử thấy sự cần thiết phải trông cậy vào chính nỗ lực của mình. Lòng tự tin của người Phật Tử có được là do sự tin cậy nơi chính mình. Họ hiểu rằng tất cả trách nhiệm trong kiếp sống hiện tại cũng như tương lai hoàn toàn chỉ tùy thuộc vào chính mình. Mỗi người phải tự mình tìm sự giải thoát. Đạt giải thoát có thể so sánh với

sự chữa khỏi bệnh: Nếu bị bệnh ta phải đi Bác Sĩ. Bác sĩ chẩn bệnh và cho toa thuốc. Thuốc phải do chính bệnh nhân uống. Bệnh nhân không thể đề cử một người khác nào đó uống thuốc thế cho mình. Không ai có thể lành bệnh chỉ do chiêm ngưỡng thuốc hay tán dương bác sĩ đã cho thuốc hay.

Muốn khỏi bệnh, bệnh nhân phải chân thành theo đúng lời chỉ dẫn của bác sĩ về cách thức uống cũng như giờ khắc uống thuốc, kiêng cử hàng ngày và sự thận trọng trong việc dùng thuốc. Giống như vậy, ta phải giữ giới luật, lời chỉ dẫn hay lời khuyên của Đức Phật (cho toa thuốc giải thoát) bằng cách kiểm soát hoặc khắc phục tham sân si của mình. Không ai có thể đạt giải thoát bằng cách chỉ tụng kinh tán dương Đức Phật hay dâng cúng lễ vật cho Ngài. Cũng không ai có thể tìm được giải thoát bằng cách ca tụng Đức Phật vào một số ngày lễ quan trọng để vinh danh ngài. Phật Giáo không phải là một tôn giáo mà tín đồ có thể đạt giải thoát chỉ bằng cầu nguyện hay van vái để được cứu độ. Phật Tử phải tinh tấn, nỗ lực kiểm soát mọi tham dục và xúc cảm ích kỷ của mình để đạt giải thoát.

CON NGƯỜI CHỊU TRÁCH NHIỆM MỌI THỨ

Khi ta biết sống như một con người thực sự không làm quấy động kẻ khác, ta có thể sống an lạc, không một điều gì sợ hãi trong tâm.

Theo Đức Phật, chính ta là kẻ tạo ra định mệnh của mình. Ta không thể đổ lỗi cho ai vì ta hoàn toàn chịu trách nhiệm về kiếp sống của chính ta. Đời ta có tốt hơn hay xấu hơn cũng là do ta làm ra.

Đức Phật dạy: con người tạo ra mọi thứ. Tất cả những đau buồn, nguy cơ và bất hạnh đều do ta tự tạo ra. Chúng ta xuất thân không ngoài nguồn gốc nào khác hơn là từ những lỗi lầm về tâm ý của chúng ta. Chúng ta là kết quả của những hành động tốt hay xấu trong quá khứ do ảnh hưởng của tham lam và mê mờ. Và vì chúng ta đã biến chúng thành kiếp sống này nên cũng bằng quyền lực của chính mình, chúng ta có thể vượt qua những ảnh hưởng xấu và trau dồi bản tính tốt.

Tâm con người, giống như tâm con vật, đôi khi bị chi phối bởi thú tính. Nhưng không giống như tâm thú vật, tâm con người có thể được rèn luyện để có phẩm chất cao hơn. Nếu tâm con người không được trau dồi đúng mức sẽ tạo ra rất nhiều khó khăn trong thế giới này. Đôi khi cách hành xử của con người còn gây nhiều thiệt hại và nhiều nguy hiểm hơn cả loài vật. Thú vật không có vấn nạn về tôn giáo, ngôn ngữ, chính trị, xã hội và đạo đức, không có vấn đề kỳ thị màu da. Chúng chỉ chiến đấu vì miếng ăn, chỗ ẩn trú và dục tính. Nhưng nhân loại thì đã tạo ra cả ngàn vấn đề. Cách hành xử của con người là họ không thể giải quyết một vấn đề gì mà không tạo ra những vấn đề mới. Con người không chấp nhận yếu điểm của mình. Con người không muốn gánh trách nhiệm của

mình. Con người lúc nào cũng có thái độ muốn đổ lỗi cho người khác về sự thất bại của mình. Nếu chúng ta càng biết trách nhiệm về hành động của mình nhiều hơn, chúng ta có thể duy trì hòa bình và hạnh phúc.

CON NGƯỜI LÀ CAI NGỤC CỦA CHÍNH MÌNH

Có sự thật nào không trong đòi hỏi của con người muốn được tự do làm những gì mình thích?

Khi đề cập đến tự do, quả thật là khó khăn để tìm xem con người có thực sự được tự do làm những gì theo sở thích của mình hay không. Con người bị ràng buộc bởi nhiều điều kiện bên ngoài lẫn bên trong: Họ được yêu cầu phải tuân hành những luật lệ mà chính quyền đặt trên họ; họ phải gìn giữ một số nguyên tắc về đạo giáo; họ phải cộng tác với điều kiện tinh thần và xã hội trong xã hội mình sống; con người phải theo một số tập tục và truyền thống quốc gia. Trong xã hội tân tiến, con người có khuynh hướng bất đồng với cuộc sống; con người được kỳ vọng là phải tuân theo bằng cách phải hội nhập với lối sống hiện đại. Họ bị buộc phải hợp tác với định luật thiên nhiên và năng lượng vũ trụ, vì con người cũng là một phần của năng lượng ấy. Con người phải lệ thuộc vào điều kiện thời tiết và khí hậu trong vùng. Không những phải để ý mạng sống của mình, hay vào các yếu tố vật chất, mà cũng phải có quyết định kiểm soát những cảm xúc của chính mình. Nói một cách khác, con người không có tự do để nghĩ sao thì nghĩ vì con người bị áp

đảo bởi những tư tưởng mới có khả năng mâu thuẫn hay loại bỏ các tư tưởng và nhận thức trước đó. Đồng thời, con người có thể tin rằng phải vâng lời và làm theo ý muốn của Thượng Đế, mà không theo ý muốn tự do của chính mình.

Xét qua tất cả những điều kiện thay đổi trên đã ràng buộc con người, chúng ta có thể hỏi: "Có sự thật nào không khi con người đòi hỏi được tự do làm những gì mình thích?"

Tại sao con người phải bị câu thúc chặt chẽ như vậy? Lý do vì có quá nhiều yếu tố bất thiện khác nhau trong con người. Những mầm mống ấy rất nguy hiểm và tai hại cho tất cả chúng sinh. Trong vài ngàn năm qua, tất cả mọi tôn giáo đều cố gắng thuần hóa thái độ khó tin cậy của con người và dạy con người làm sao sống một cuộc đời cao thượng. Nhưng bất hạnh nhất là con người vẫn chưa đáng tin cậy dù bên ngoài có thể tỏ ra tốt lành. Họ vẫn tiếp tục che giấu những yếu tố tội lỗi trong mình. Các yếu tố này không do từ những nguồn gốc bên ngoài nhưng do chính con người tạo ra. Nếu những tiềm năng bất thiện ấy do con người tạo ra thì chính họ phải nỗ lực loại bỏ chúng sau khi nhận định được sự nguy hiểm của chúng. Bất hạnh thay đa số con người lại độc ác, xảo quyệt, tinh quái, vô ơn, bất khả tín, vô lương tâm. Nếu con người được sống theo ý muốn tự do của mình mà không biết điều độ và tự kiềm chế, đa số sẽ vi phạm hòa bình và hạnh phúc của người dân vô tội. Cách đối xử của con người có lẽ sẽ còn tệ hơn những chúng sinh nguy hiểm.

Do đó tôn giáo cần thiết để huấn luyện con người sống một cuộc đời đáng kính, an lạc và hạnh phúc ngay đây và sau này.

Một trở ngại khác đương đầu với đời sống tôn giáo và tiến bộ tinh thần là tính kiêu căng về chủng tộc. Đức Phật khuyên các đệ tử của Ngài không nên khai thác bất kỳ vấn đề chủng tộc nào khi hành đạo. Người Phật Tử được học cách đi tìm dòng giống nguồn gốc, giai tầng xã hội hay óc phân biệt giai cấp của mình. Tín đồ của tất cả tôn giáo không nên kỳ thị một cộng đồng tôn giáo nào khác bằng cách tuyên truyền đường lối riêng của mình. Họ nên đối xử với nhau bình đẳng, nhất là trong lãnh vực tôn giáo. Bất hạnh thay tín đồ của nhiều đạo giáo đã tạo nhiều kỳ thị và thù địch với các nhóm tôn giáo khác khi hành hoạt tôn giáo của mình.

Trong khi làm việc với người khác, không nên quấy động họ bằng những cái được gọi là truyền thống và tập tục của mình. Ta có thể vẫn theo truyền thống và tập tục trong khi giữ nguyên tắc đạo giáo và quy tắc đạo đức của tôn giáo mình.

Tính kiêu mạn về chủng tộc là một chướng ngại lớn cho tôn giáo và tiến bộ tinh thần. Có lần Đức Phật đã dùng thí dụ nước đại dương để minh họa cho sự hòa hợp mà con người có thể thực hiện được nếu biết quăng đi lòng tự hào chủng tộc: Có nhiều dòng sông khác nhau mang nhiều tên khác nhau. Nước của dòng sông nào thì cũng

chảy ra biển và trở thành nước đại dương. Tương tự như vậy, tất cả những người dù từ các cộng đồng và giai cấp khác nhau, phải quên đi những dị biệt, và tự nghĩ mình cũng chỉ là những con người mà thôi.

TỰ BẢO VỆ

"Bảo vệ mình là bảo vệ người khác"

"Bảo vệ người khác là bảo vệ mình"

Một lần Đức Thế Tôn kể với chư tăng câu chuyện như sau:

"Có một cặp nghệ sĩ làm trò nhào lộn trên một cọc tre. Một hôm, thầy bảo trò: "Hãy trèo lên vai ta và trèo lên cọc tre". Khi trò đã làm xong, thầy nói: Bây giờ con hãy bảo vệ ta cho kỹ và ta sẽ bảo vệ cho con. Bằng cách canh chừng lẫn nhau chúng ta có thể trở hết tài năng, sẽ rất có lợi và con có thể từ cọc tre xuống an toàn". Nhưng trò đáp: "Không được đâu thưa sư phụ. Sư phụ phải tự bảo vệ lấy, và con cũng phải tự bảo vệ cho con. Tự bảo vệ và tự canh chừng chúng ta mới an toàn thi triển tài nhào lộn được".

"Đúng phải như vậy", Đấng Thế Tôn nói và tiếp như sau:

"Đúng như lời trò nói: Tôi sẽ tự bảo vệ lấy", phải thực tập chánh niệm (Tứ Niệm Xứ) bằng cách ấy. "Tôi sẽ bảo vệ người khác", phải thực tập chánh niệm bằng cách ấy.

Bảo vệ mình là bảo vệ người khác; bảo vệ người khác là bảo vệ mình.

"Và làm thế nào một người trong khi bảo vệ mình là bảo vệ người khác? Bằng cách luôn luôn và thường xuyên tu tập thiện định.

"Và làm thế nào một người, nhờ bảo vệ người khác lại là bảo vệ mình? Bằng nhẫn nại và chịu đựng, bằng bất bạo động và sống lương thiện, bằng từ-ái và từ bi"
(Satipatthanam Samyutta, Câu 19)

"Bảo vệ mình là bảo vệ người khác"

"Bảo vệ người khác là bảo vệ mình"

Hai câu này bổ túc nghĩa cho nhau và không nên tách rời hay trích dẫn riêng rẽ.

Ngày nay, khi quá đa đoan công tác xã hội người ta có khuynh hướng chỉ trích dẫn câu thứ hai để hỗ trợ cho ý kiến của mình. Nhưng trích dẫn một chiều như thế sẽ bóp méo lời dạy của Đức Phật. Phải nhớ là trong câu chuyện trên đây, Đức Phật chấp nhận lời của trò, đó là ta phải cẩn thận canh chừng bước đi của chính mình nếu muốn bảo vệ người khác khỏi bị hại. Kẻ nào tự dấn vào bùn lầy, không thể giúp người khác thoát ra được. Trong nghĩa ấy, tự bảo vệ không có nghĩa là bảo vệ có tính cách ích kỷ. Đó là sự trau dồi sự tự kiểm điểm, và sự tự phát triển đạo đức và tinh thần.

Bảo vệ mình là bảo vệ người khác - sự thật của câu này bắt đầu ở mặt đơn giản và thực tiễn. Về mặt vật chất, sự thật này tự nó quá rõ rệt mà chúng ta chỉ cần nói không ngoài một ít lời. Hiển nhiên sự bảo vệ sức khỏe của ta sẽ là sự bảo vệ sức khỏe cho môi trường kẻ cận hay môi trường rộng hơn, nhất là nơi có những bệnh truyền nhiễm. Sự chú ý và thận trọng trong tất cả những việc làm và hoạt động của chúng ta sẽ bảo vệ người khác khỏi bị hại do sự cẩu thả và chệnh mảng của chúng ta. Thận trọng khi lái xe, không uống rượu, tự kiểm chế trong trường hợp có thể dẫn đến bạo động, bằng tất cả những điều trên đây và nhiều phương cách khác nữa, chúng ta bảo vệ người khác bằng cách bảo vệ mình.

Bây giờ chúng ta bước sang mặt đạo đức về sự thật này. Tự bảo vệ phẩm hạnh sẽ bảo vệ người khác, cá nhân và xã hội, chống lại những say mê phóng dật và những thói thúc ích kỷ của chính mình. Nếu ta để Ba Góc Rể của tội lỗi, Tham, Sân và Si, mọc sâu trong tâm chúng ta, những gì nảy mầm từ gốc rễ tội lỗi này sẽ lan tràn khắp nơi giống như rừng cây leo bóp nghẹt và giết chết những mầm tốt và cao quý. Nhưng nếu chúng ta tự bảo vệ chúng ta chống lại Ba Góc Rể Tội Lỗi, người đồng loại sẽ được bảo vệ tránh khỏi cái tham lam liều lĩnh để có của cải và quyền lực, cái thèm khát và nhục dục, cái đồ kỵ và ghen ghét của chúng ta. Họ sẽ tránh khỏi những hậu quả xấu xé, hay cả đến bị phá hoại và tàn sát do sân hận và thù nghịch, tránh khỏi những cơn giận nảy lửa, khỏi bầu

không khí tranh chấp và gây hấn lan tràn làm cho những người chung quanh không thể chịu đựng nổi. Nhưng những hậu quả tai hại của lòng tham và sân hận với người khác không chỉ giới hạn trong trường hợp họ trở thành đối tượng hay nạn nhân của sân hận, hoặc do lòng tham muốn những gì họ có. Tham và sân với sức mạnh truyền nhiễm độc có thể nhân lên gấp bội hậu quả tội lỗi. Nếu tự chúng ta chẳng nghĩ gì ngoài tham dục và bám níu, tạo tác và chiếm hữu, nắm giữ và ôm ấp, là chúng ta có thể khơi dậy hay làm tăng trưởng bản năng sở hữu này nơi người khác. Gương xấu của ta sẽ trở thành cách hành xử mẫu mực cho môi trường chung quanh chẳng hạn như con cái, đồng nghiệp vân vân... Hạnh kiểm của ta có thể xui khiến người khác rập theo trong việc thỏa mãn thường tình lòng khao khát tham lam; hay ta có thể sanh khởi ý nghĩ oán giận và tranh đua với người muốn hơn thua với ta. Nếu ta đầy nhục dục, ta có thể khơi dậy ngọn lửa thù tấp nơi người khác. Sân hận của ta có thể gây sân hận và trả thù nơi người khác và biết đâu cũng có khả năng liên kết với người khác hay xúi bẩy họ vào những hành động oán ghét và thù nghịch.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ TỰ CỨU MÌNH?

Chính ta mới là vị cứu rỗi của ta, để làm gì nếu có vị cứu rỗi khác?

Chỉ khi bản thân khéo biết tu tập, mới giải quyết được vấn đề tìm vị cứu rỗi bên ngoài.

-- (Kinh Pháp Cú, Câu 166)

Lúc Đức Phật sắp nhập Niết Bàn, các đệ tử từ bốn phương xa gần, tập nập về với Ngài. Trong khi các bạn đồng môn luôn luôn túc trực bên cạnh Ngài và rất đau buồn vì sắp mất vị Bốn Sur, một thầy tỳ kheo tên Attadatta lại rút về tịnh thất và chuyên cần hành thiền. Những vị tỳ kheo kia nghĩ rằng sư Attadatta không quan tâm gì đến việc chăm sóc Đức Phật, nên bất bình và báo cáo sự việc lên Ngài. Sư Attadatta mới thưa như sau: "Bạch Đức Thế Tôn, vì Ngài sắp nhập diệt, nên con nghĩ rằng cách tốt nhất để tỏ lòng tôn kính Ngài là đạt được đạo quả A La Hán lúc Ngài còn hiện tiền ". Đức Phật ngợi khen thái độ và phẩm hạnh của vị tỳ kheo này và dạy ta không nên từ bỏ lợi ích tinh thần của chính mình vì mãi lo cho lợi ích của người khác.

Câu chuyện này đã nêu lên được một trong những khía cạnh quan trọng nhất trong của Đạo Phật. Ta phải luôn luôn giác tỉnh để tự giải thoát khỏi Luân Hồi, và sự cứu thoát này phải do chính cá nhân mình. Ta không thể trông cậy vào bất cứ một sức mạnh hay tác động nào từ bên ngoài để giúp ta đạt được Niết Bàn.

Người không học Phật thường hay chỉ trích quan niệm này, và cho Đạo Phật là một tôn giáo ích kỷ, chỉ thuyết về sự quan tâm giải thoát khỏi khổ đau và phiền não của riêng mình. Điều này không đúng chút nào cả. Đức Phật tuyên bố rành mạch là người Phật Tử không ngừng làm việc vì phúc lợi tinh thần và vật chất cho tất cả chúng sinh, đồng thời chuyên cần theo đuổi mục đích đạt Niết

Bàn của mình. Đức Phật luôn luôn đề cao sự phục vụ vị tha.

Lại nữa, người không hiểu Đạo Phật có thể hỏi: "Có thể là đúng đối với một số người may mắn, có đầy đủ sức mạnh tinh thần, tìm Niết Bàn bằng chính nỗ lực của mình. Nhưng với những người mà tinh thần và thân thể hay cả vật chất bị khiếm khuyết thì sao? Làm sao họ có thể tự tin được? Họ có cần sự giúp đỡ của một oai lực bên ngoài như Thượng Đế hay chư thiên phù hộ cho họ không? "

Câu trả lời là người Phật Tử không tin là sự giải thoát cuối cùng nhất thiết phải đạt được ngay trong kiếp này. Tiến trình có thể mất một thời gian dài, trải qua nhiều kiếp sống. Ta phải tự trau dồi với tất cả khả năng tốt đẹp, và từ từ phát triển sức mạnh của tự tin. Cho nên, cả đến những người bị tật nguyền về tâm linh, tinh thần và vật chất cũng phải cố gắng dù là rất ít để bắt đầu vào tiến trình giải thoát này.

Một khi bánh xe đã được khơi động, cá nhân dần dần tự mình trau dồi để phát triển sức mạnh của lòng tự tin. Một quả sồi nhỏ bé một ngày nào đó sẽ trở thành một cây sồi to lớn nhưng đâu phải chỉ qua một đêm. Kiên nhẫn là chất liệu thiết yếu trong tiến hành khó khăn này.

Thí dụ, do kinh nghiệm chúng ta biết nhiều bậc cha mẹ đem hết khả năng mình làm mọi việc để nuôi nấng con

cái theo hy vọng và hoài bão của mình. Nhưng khi những đứa con đó lớn lên, chúng phát triển theo đường lối riêng của chúng, không nhất thiết phải theo con đường mà cha mẹ chúng muốn. Theo Phật Giáo, trong khi người khác có thể tạo ảnh hưởng đến đời sống một cá nhân nào đó, nhưng cuối cùng cá nhân vẫn tạo Nghiệp riêng của mình và chịu trách nhiệm những hành động của chính mình. Trong lý giải cuối cùng, không con người hay chư thiên nào có thể điều khiển, hay kiểm soát sự đạt giải thoát tối hậu của một cá nhân. Đó là ý nghĩa của sự tự nương tựa.

Điều này không có nghĩa là Phật Giáo dạy con người ích kỷ. Theo Đạo Phật, khi một người với nỗ lực của chính mình tìm cách đạt Niết Bàn, người đó đã quyết định không giết, ăn cắp, nói dối, tham lam, hay không kiểm soát được giác quan do ma túy độc được. Khi người đó tự kiểm soát lấy mình được, tự động người đó đã góp phần vào hạnh phúc của người khác. Cho nên cái gọi là "ích kỷ" đó không phải là điều thiện cho phúc lợi của người khác sao?

Ở một mức độ thể tục hơn nữa, người ta đã hỏi làm thế nào các dạng thức thấp kém của sự sống có thể tự vượt thoát ra được khỏi chu kỳ vô nghĩa của sự hiện hữu. Chắc chắn trong trạng thái không nơi nương tựa ấy, phải cần đến một sức mạnh từ thiện bên ngoài để kéo chúng sinh bất hạnh kia ra khỏi cát lún. Để trả lời câu hỏi này, ta cần phải nhắc đến kiến thức về thuyết tiến hóa. Thuyết này

nói rõ ràng sự sống bắt đầu từ những dạng thức rất thô sơ - không hơn một tế bào nổi trong nước. Cả trên triệu triệu năm qua, những dạng thức sống căn bản này tiến triển và trở thành phức tạp hơn, thông minh hơn. Do mức độ thông minh hơn, các dạng thức sống đó có khả năng tổ chức, có tư tưởng độc lập, có hình thành khái niệm văn vân ...

Khi người Phật Tử nói về khả năng tự cứu, họ muốn nhắc đến dạng thức sống ở mức độ cao của sự phát triển tinh thần. Trong những giai đoạn đầu của sự tiến hóa, sức mạnh của nghiệp và tinh thần hỷ còn ở trong trạng thái bất động, nhưng qua không biết bao nhiêu lần tái sanh, một chúng sinh sẽ tự mình phát triển đến mức có tư tưởng độc lập, có khả năng biết đối xử theo lý trí hơn là theo bản năng. Ở giai đoạn này chúng sinh ấy nhận thức được sự vô nghĩa của việc phải lăn trôi bao tái sanh vô tận gắn liền với bao đau đớn và phiền não. Chúng sinh đó có khả năng quyết định chấm dứt tái sanh và tìm hạnh phúc thực sự bằng cách đạt giác ngộ và Niết Bàn. Với mức độ cao của trí thông minh, đương nhiên một cá nhân có đủ khả năng để tự cải tiến và tự phát triển.

Tất cả chúng ta đều biết rằng con người sanh ra ở rất nhiều mức độ khác nhau về trí thông minh và năng lực lý luận. Một số sanh ra như thần đồng, trong khi một số khác ở cuối đầu bên kia, trí thông minh lại rất thấp kém. Tuy nhiên mọi chúng sinh đều có khả năng phân biệt giữa những sự lựa chọn hay tùy thích, nhất là về vấn đề

sống còn. Nếu chúng ta mở rộng sự kiện sống còn ra thế giới loài vật, chúng ta có thể phân biệt con vật nào thấp hay cao cấp hơn với cùng một bản năng này (ở nhiều mức độ khác nhau) để chọn lựa hầu được sinh tồn.

Vì lý do đó, cả đến một dạng thức sống thấp kém cũng có tiềm năng để tạo Nghiệp tốt, tuy nhiên bị giới hạn ở tầm xa. Do tinh tấn phát huy và sự tăng trưởng lần lần nghiệp tốt, một chúng sanh tự mình có thể nâng cao mức sống và hiểu biết.

Nhìn vấn đề ở một góc độ khác, chúng ta có thể d?a vào một trong những tích chuyện đầu tiên cho thấy Đức Phật-Sẽ-Thành (Bồ Tát) hạ quyết tâm tiên khởi như thế nào để phấn đấu đạt Giác Ngộ. Trong rất nhiều kiếp trước khi sanh ra là Tát Đạt Đa, Ngài sanh ra là một con người bình thường.

Một hôm khi Bồ Tát cùng với mẹ đi trên một chiếc thuyền, một cơn bão lớn nổi lên, lật úp con thuyền, và quăng tất cả những người trên thuyền xuống biển dữ.

Không nghĩ gì về sự an toàn cho chính mình, Đức Phật tương lai cõng mẹ trên lưng và cố gắng bơi vào bờ. Nhưng trước mặt Ngài, mặt nước mênh mông, Ngài không biết phải đi hướng nào. Trong khi Ngài đang trong tình thế lưỡng nan không biết phải quay về hướng nào thì sự can đảm của Ngài đã thấu đến một chư thiên. Vị này không thể thị hiện để giúp đỡ Ngài, nhưng cũng có thể

làm cho Đức Phật tương lai biết hướng nào phải đi. Chàng thanh niên (Bồ Tát) theo lời chư thiên này cùng mẹ đã thoát hiểm. Nơi ấy và lúc ấy Ngài đã quyết tâm nhất quyết không nghỉ ngơi cho đến cuối cùng khi nào đạt được Giác Ngộ.

Câu chuyện trên đây nêu rõ một sự kiện là các Phật Tử có thể tìm và được sự giúp đỡ của chư thiên trong đời sống hàng ngày. Một vị chư thiên là một chúng sinh do đức hạnh đã tạo được công đức cao cả (như vua của các vị trời) được sanh ra có thần thông để giúp đỡ chúng sanh khác. Nhưng năng lực này chỉ giới hạn về vật chất và thể chất. Trong cuộc sống hàng ngày ta có thể tìm sự giúp đỡ của chư thiên (khi bị bất hạnh, khi cần được yên tâm, khi bị đau yếu hay sợ hãi vân vân...)

Sự kiện con người tìm sự giúp đỡ của chư thiên có nghĩa là ta vẫn còn ràng buộc với thế giới vật chất. Phải chấp nhận sự kiện là khi được sanh ra ta đã lệ thuộc vào các ham muốn nhu cầu về vật chất. Và không có gì sai quấy trong việc thỏa mãn những nhu cầu ấy trong một phạm vi giới hạn. Khi Đức Phật chủ trương Trung Đạo, Ngài dạy không nên tự say đắm vào xa hoa và cũng chẳng nên tự chối bỏ hoàn toàn những nhu cầu căn bản cho đời sống.

Tuy nhiên ta không nên dừng tại đây. Trong khi ta chấp nhận những điều kiện của kiếp nhân sinh, ta cũng phải hết sức cố gắng, tu tập theo Bát Chánh Đạo, tiến đến mức

độ phát triển để có thể chứng nghiệm được rằng luyện ái vào thế giới vật chất này chỉ tạo đau đớn và phiền não.

Nhờ mở mang sự hiểu biết qua bao lần sanh không kể siết, nên càng ngày ta càng giảm thiểu tham đắm về những lạc thú của giác quan. Ở giai đoạn này ta thực sự tin cậy vào chính mình. Tại giai đoạn này các chư thiên không còn thể giúp ta được nữa, vì ta không còn tìm cầu để thỏa mãn nhu cầu vật chất của ta.

Người Phật Tử khi đã hiểu biết bản chất phù du của thế giới sẽ tu tập để buông bỏ những lợi ích vật chất. Đương nhân không còn bám níu vào lợi ích trần tục, cho nên họ chia sẻ những lợi ích cho những người bất hạnh hơn mình - người đó tu tập hạnh bố thí cúng dường. Bằng đường lối như vậy, họ lại đóng góp vào phúc lợi của người khác.

Khi Đức Phật đạt Giác Ngộ do kết quả những nỗ lực của chính Ngài, Ngài không ích kỷ giữ kiến thức này cho riêng mình. Hơn thế Ngài đã phổ biến tiến trình của Ngài trong 45 năm không những cho con người mà còn cho cả chư thiên. Điều này là một thí dụ quan trọng nhất trong Phật Giáo về lòng vị tha và sự quan tâm cho hạnh phúc của tất cả chúng sanh.

Ta thường nói Đức Phật giúp đỡ người trong cơn khổ nạn không phải bằng thần thông phép lạ như làm người chết

sống lại vân vân..., nhưng bằng những hành động trí tuệ và từ bi của Ngài.

Trong một dịp, một phụ nữ có tên là Kisa Gotami tìm đến Đức Phật yêu cầu Ngài cứu sống đứa con của bà mới chết. Biết không thể lý luận với bà ta vì bà đang tuyệt vọng và phiền muộn, Đức Phật bảo bà ta hãy đi kiếm một nắm hạt cải của một người chưa từng có người thân nào chết cả. Người đàn bà quần trí này chạy hết nhà này đến nhà khác, và ai ai cũng muốn cho bà hạt cải nhưng chẳng ai có dám nói là mình không có người thân nào đó đã bị chết. Thế rồi Kisa Gotami mới tự hiểu được cái chết là chuyện xảy ra tự nhiên cho tất cả chúng sinh đã sanh ra làm người.

Hiểu thấu, bà ta quay trở lại với Đức Phật và cảm ơn Ngài đã dạy cho bà biết sự thật của cái chết.

Điểm đáng nêu ở đây là Đức Phật quan tâm nhiều đến sự hiểu biết của người đàn bà về bản chất của cuộc đời hơn là làm cho bà ta vui đi nỗi buồn đau tạm thời bằng cách cứu sống lại đứa con cho bà - đứa trẻ lớn lên, già và rồi cũng chết. Với sự nhận định thông suốt, Kisa Gotami không những có thể hiểu biết hiện tượng của cái chết mà còn biết được nguyên nhân của phiền não do luyến ái. Bà ta có thể hiểu luyến ái gây phiền não, và khi luyến ái bị tiêu diệt thì phiền não cũng chấm dứt.

Cho nên trong Phật Giáo, một người có thể tìm sự hỗ trợ của những tác nhân bên ngoài (như chư thiên) trong việc mưu tìm hạnh phúc tạm bợ, nhưng vào những giai đoạn phát triển sau đó, khi tâm bám níu vào các điều kiện thế gian chấm dứt, sẽ khởi đầu con đường từ bỏ thế tục và giác ngộ mà đương nhân phải tự độ. Khi một người tìm giải thoát để phá vỡ vòng sanh tử hầu đạt sự nhận thức và giác ngộ, người đó chỉ làm được bằng nỗ lực của chính mình, bằng sự tập trung sức mạnh ý chí của chính mình.

Phật Giáo cho con người phẩm giá vĩ đại. Phật Giáo là một tôn giáo duy nhất cho rằng con người có sức mạnh để giúp đỡ và giải thoát chính mình. Trong những giai đoạn kế phát triển tiếp theo, con người không phải chịu quyền lực của bất cứ một sức mạnh hay một tác nhân bên ngoài nào mà họ phải làm vừa lòng bằng hình thức thờ phượng hay dâng cúng tế vật.

ĐỨC TIN, TIN TƯỞNG VÀ THÀNH TÂM

Chánh Kiến chỉ đường đến tin tưởng; tin tưởng mở đường đến trí tuệ.

Đức tin theo ý nghĩa hữu thần không tìm thấy trong đạo Phật vì Phật Giáo nhấn mạnh đặc biệt vào sự hiểu biết. Đức tin hữu thần là ma túy cho các đầu óc đa cảm, và đòi hỏi phải tin vào những gì không được biết. Kiến thức phá vỡ đức tin và đức tin bị tự phá vỡ khi đức tin huyền bí bị khảo sát dưới ánh sáng của lý trí. Tin tưởng không thể đạt

được bằng đức tin vì đức tin đặt nhẹ về lý trí, nhưng chỉ đặt bằng sự hiểu biết.

Nhắc đến bản chất đức tin ngu dốt và mù quáng, Voltaire nói: "Đức tin là tin vào điều gì mà lý trí của bạn nói là không có thật; bởi nếu lý trí của bạn chấp nhận nó, thì vấn đề đức tin mù quáng khỏi cần phải đặt ra".

Tuy nhiên tin tưởng không giống như đức tin. Tin tưởng không phải là sự chấp nhận tinh thần vào cái không thể biết được. Tin tưởng là một hoài bão chắc thực, không phải vào một cái vượt ngoài hiểu biết, mà là vào cái có thể được xét qua kinh nghiệm hiểu biết bản thân. Tin tưởng giống như sự hiểu biết mà người học sinh tiếp thu nơi thầy giáo giảng trong lớp về định luật vũ trụ bình phương của lực hấp dẫn chứng minh bởi Newton. Người học sinh không nên chấp nhận đức tin mù quáng nơi thầy giáo và sách vở của ông. Người học sinh nghiên cứu sự kiện, khảo sát luận cứ khoa học, và đánh giá tính chất xác thực của tài liệu. Nếu có nghi ngờ, người học sinh nên dè dặt xét đoán cho đến khi tự mình tra cứu thấy sự trung thực của tài liệu. Với người Phật Tử, tin tưởng là một sản phẩm của lý trí, kiến thức và kinh nghiệm. Khi được phát triển, tin tưởng không bao giờ là niềm tin mù quáng. Tin tưởng trở thành sức mạnh của tâm. Trong cuốn "Đức Phật Dạy Gì", Hòa thượng Walpola Rahula viết:

"Vấn đề đức tin sanh khởi khi ta không thấy - thấy trong mọi nghĩa của tiếng này. Đến khi bạn thấy được, vấn đề

đức tin biến mất. Nếu tôi nói với bạn tôi đang có một hạt ngọc trong nắm tay tôi, đức tin phát khởi vì chính bạn chưa nhìn thấy viên ngọc này. Nhưng nếu tôi mở bàn tay ra và đưa cho bạn xem hạt ngọc, chính mắt bạn nhìn thấy, vấn đề đức tin không sanh khởi. Cho nên trong kinh Phật giáo cổ xưa có câu như sau: "Thấy rõ, giống như một người thấy một hạt ngọc trong lòng bàn tay".

Ý NGHĨA CỦA SỰ CẦU NGUYỆN

Thiên nhiên vốn vô tư; những lời cầu nguyện không làm cho thiên nhiên hãnh diện. Thiên nhiên không ban thưởng đặc ân do lời yêu cầu nào.

Con người không phải là một sinh vật bị sa cơ có nhu cầu phải cầu xin, trông chờ vào tình thương. Theo Phật Giáo, con người là chủ thể đầy tiềm năng của chính mình. Chỉ vì vô minh sâu xa nên con người không nhận ra được tiềm năng phong phú của mình. Vì Đức Phật đã chỉ cho sức mạnh tiềm ẩn này, con người phải trau dồi tâm ý, và cố gắng phát triển tâm ý bằng cách chứng nghiệm được khả năng bẩm sinh này.

Phật Giáo cho con người trách nhiệm và phẩm giá hoàn toàn. Phật Giáo làm cho con người thành chủ thể của chính mình. Theo Phật Giáo, không có chúng sanh nào ngồi trên cao xét xử công việc và định mệnh mình. Có nghĩa là đời sống, xã hội, thế giới của chúng ta, là cái mà

bạn và tôi muốn làm ra chứ không phải là cái mà một
đấng không biết nào khác muốn làm ra như vậy.

Xin nhớ là thiên nhiên không thiên vị; những lời cầu
nguyện không làm cho thiên nhiên hãnh diện. Thiên
nhiên không cho ân huệ đặc biệt gì theo lời yêu cầu.

Vì vậy trong Phật Giáo, cầu nguyện là thiên định tự nó
thay đổi tùy theo đối tượng. Cầu nguyện trong thiên định
là sự tu sửa lại bản tính của mình. Đó là sự chuyển hóa
bản chất bên trong ta bằng cách thanh lọc ba khả năng: tư
tưởng, lời nói và hành động. Do thiên định, ta có thể hiểu
được rằng "ta sẽ trở thành cái mà ta nghĩ " theo như
những khám phá của tâm lý học. Khi chúng ta cầu
nguyện, chúng ta thấy tâm ta khuây khỏa; đó là ảnh
hưởng tâm lý do chúng ta tạo ra nhờ niềm tin và thành
tâm. Đọc một vài câu kệ, chúng ta cũng kinh nghiệm
được kết quả như vậy. Tên và những ký hiệu tượng trưng
trong tôn giáo rất quan trọng đến mức độ giúp ta phát
triển thành tâm và tin tưởng.

Chính Đức Phật đã giải thích rõ ràng chẳng có cách làm
nào như đọc tụng kinh điển, hành xác, nằm đất, liên tục
cầu nguyện, sám hối, tán tụng, bùa ngải, bùa phép, thần
chú, và cầu khẩn có thể mang lại hạnh phúc thực sự của
Niết Bàn.

Về việc dùng cầu nguyện để đạt mục tiêu tối hậu, Đức
Phật có lần cho thí dụ về một người muốn qua sông. Nếu

người đó cứ ngồi và cầu cho bờ sông bên kia sẽ đến với mình và mang mình qua sông, nhất định lời cầu nguyện chẳng bao giờ được đáp ứng. Nếu muốn qua sông, người đó phải cố gắng, tìm gỗ và làm một cái bè, tìm một cây cầu, hoặc làm một cái thuyền hay lội qua sông. Dù bằng cách nào đi nữa thì người đó phải ra tay làm việc mới qua sông được. Giống như vậy, nếu muốn vượt qua dòng sông Luân Hồi, cầu nguyện không thôi chưa đủ. Người đó phải hết sức cố gắng bằng cách sống một cuộc đời đạo hạnh, kiềm chế đam mê, lắng đọng tâm tư, và quét sạch tất cả những bất tịnh và ô trược trong tâm. Chỉ lúc ấy, người đó mới đạt mục tiêu cuối cùng. Cầu nguyện suông không bao giờ mang ai tới mục tiêu cuối cùng được.

Nếu cần cầu nguyện thì chỉ nên cầu nguyện cho tâm thêm mạnh chứ không phải cầu xin để được lợi lộc. Lời cầu nguyện dưới đây của một thi sĩ nổi danh dạy chúng ta phải cầu nguyện như thế nào.

Người Phật Tử hãy coi lời nguyện này như thiên định để trau dồi tâm ý:

*"Đừng cho tôi nguyện cầu xin tránh thoát tai ương
Mà chỉ để không sợ khi đối đầu với chúng
Đừng cho tôi khẩn cầu êm đi cơn đau đớn
Mà chỉ để tìm tôi vượt thắng được cơn đau
Đừng cho tôi khát khao được cứu khỏi lo sầu
Mà chỉ để kiên nhẫn thắng tự do ham muốn".*

THIỀN ĐỊNH

Thiền định là phương pháp tâm lý để mở mang, rèn luyện và thanh tịnh tâm ý.

Thay vì cầu nguyện, người Phật Tử hành thiền để trau dồi tâm ý, và phát triển tinh thần. Không ai có thể đạt Niết Bàn hoặc giải thoát mà không phát triển tâm ý qua thiền định. Bất cứ một số lượng công đức nào cũng không thể giúp cho một người đạt được mục tiêu cuối cùng nếu tâm không được thanh lọc tương ứng. Đương nhiên một cái tâm không được huấn luyện rất khó nắm giữ, hay quyến dụ thuyết phục con người phạm tội lỗi, và trở thành nô lệ cho giác quan. Tưởng tượng và xúc cảm bao giờ cũng khiến con người lầm lạc nếu tâm trí không được huấn luyện đứng đắn. Người biết tu tập thiền định có thể kiểm soát tâm mình khi bị các giác quan dẫn dắt sai lầm.

Hầu hết những khó khăn mà chúng ta phải đương đầu ngày nay là do tâm không được huấn luyện và trau dồi. Thiền đã được thiết lập để chữa trị các bệnh tâm và bệnh thân. Giới khoa học và những nhà tâm lý học lỗi lạc trên khắp thế giới đều công nhận rằng khủng hoảng tinh thần, lo lắng, thống khổ, bồn chồn, căng thẳng, và sợ hãi là những nguyên nhân của nhiều chứng bệnh như loét bao tử, viêm dạ dày, đau thần kinh, và bệnh tâm thần. Và cả đến những bệnh ẩn tàng sẽ càng ngày càng nặng thêm vì những tình trạng của các bệnh tâm thần như vậy.

Khi cái thức về "TÔI" quá ư bức bối, quá nhiều lo lắng, hay phiền muộn, kéo dài quá lâu hay quá căng thẳng, thì tình trạng xáo trộn phát triển nơi thân. Viêm và loét dạ dày, lao phổi, bệnh do động mạch, và cả loạt những rối loạn chức năng là những sản phẩm của tâm thần và xúc cảm không quân bình. Về trường hợp các trẻ em, răng sâu và mắt có tật thường liên quan đến các rối loạn xúc cảm mà ra.

Nhiều bệnh và rối loạn như thế có thể tránh được nếu ta có thể dành ít phút trong một ngày để làm lắng dịu các giác quan bằng thực hành thiền định. Do thiếu hiểu biết nhiều người không tin việc này hoặc quá lười biếng không chịu hành thiền. Một số người lại nói thiền định chỉ phí phạm thì giờ. Chúng ta phải nhớ rằng tất cả giáo chủ tinh thần trên thế giới này đạt được đến mức độ cao nhất của lẽ sống đều do tu tập thiền định. Ngày nay các Ngài được hàng triệu người tôn kính do công trình phục vụ vĩ đại cho nhân loại bằng kiến thức và hạnh kiên nhẫn siêu việt mà các Ngài đạt được bằng tu tập thiền định.

Thiền định không nên là một công việc bắt buộc phải "răng nghiến, tay siết" ; thiền định phải là điều gì lôi cuốn ta, cho ta tràn ngập niềm vui và cảm hứng. Chừng nào mà ta còn miễn cưỡng, thì ta chưa sẵn sàng hành thiền được. Thay vì hành thiền ta đã vi phạm bản chất thực sự của chúng ta. Thay vì để chúng thoải mái và tự nhiên qua đi, ta lại cứ giữ chặt cái ta, cái sức mạnh của ý muốn trong ta. Thiền định theo đường lối như vậy trở nên

trò chơi của tham vọng, của phô trương thành quả cá nhân. Thiền định giống như tình yêu là một kinh nghiệm tự phát chứ không phải là điều bị bắt buộc hay đạt được bằng nỗ lực hăm hở.

Cho nên Thiền Phật Giáo không ngoài mục đích đem tâm trở về hiện tại, vào một trạng thái hoàn toàn tỉnh thức, bằng cách quét sạch tất cả những chướng ngại đã được tạo ra bởi thói quen hay truyền thống.

Đức Phật đạt Giác Ngộ do sự phát triển tâm ý của Ngài. Ngài không tìm đến sức mạnh thánh thần để giúp đỡ Ngài. Ngài đạt trí tuệ nhờ sự tự nỗ lực bằng tu tập thiền định. Muốn tâm và thân lành mạnh, và muốn cuộc sống an lạc, ta phải học hỏi cách tu tập thiền định.

BẢN CHẤT CỦA ĐỜI SỐNG HIỆN ĐẠI

Ngày nay chúng ta đang sống trong một thế giới mà con người cật lực làm việc về vật chất lẫn tinh thần. Nếu không hết sức làm việc, sẽ không có chỗ cho ta trong xã hội hiện đại này. Mọi nơi, mọi lúc đều có cạnh tranh mạnh mẽ. Người này muốn hạ người kia trong mọi khía cạnh của cuộc sống, và con người không được nghỉ ngơi chút nào cả. Tâm là hạt nhân của đời sống. Khi không có an lạc và thư thái thực sự trong tâm, toàn bộ đời sống sẽ sụp đổ. Thông thường con người cố vượt qua đau khổ bằng cách thỏa mãn các giác quan: uống rượu, cờ bạc, ca hát và khiêu vũ - lúc nào cũng có ảo tưởng là họ thật sự

vui hưởng hạnh phúc thực sự của đời sống. Kích động giác quan không phải là con đường thực sự để được nghỉ ngơi. Nếu chúng ta càng thỏa mãn giác quan bằng lạc thú nhục dục, càng ngày ta càng phải lệ thuộc vào giác quan. Thêm muốn thỏa mãn chẳng bao giờ chấm dứt. Con đường thực sự để buông thả, thoải mái là phải lắng đọng giác quan bằng sự kiểm soát tâm ý. Nếu chúng ta có thể kiểm soát tâm ý, chúng ta có thể kiểm soát được mọi thứ. Khi kiểm soát hoàn toàn được tâm và tâm được thanh tịnh, tâm sẽ giải thoát khỏi những xáo trộn tâm thần. Khi tâm giải thoát khỏi những xáo trộn tinh thần, tâm có thể nhìn thấy nhiều điều mà ta không thể nhìn thấy bằng mắt trần. Cuối cùng, chúng ta có thể đạt giải thoát và tìm thấy an lạc và hạnh phúc.

Muốn hành thiền, ta phải cương quyết, cố gắng, và nhẫn nại. Không nên mong cầu đạt được kết quả tức khắc. Chúng ta phải nhớ phải mất nhiều năm một người mới trở thành bác sĩ, luật sư, nhà toán học, triết gia, sử gia hoặc khoa học gia. Cũng giống như vậy, muốn thành một người hành thiền thuần thực, phải có một thời gian cho người đó kiểm soát được cái tâm lăng xăng xao lãng và lắng đọng được giác quan. Hành thiền giống như bơi ngược dòng sông. Cho nên ta phải nhẫn nại đừng nản chí vì không thấy ngay kết quả. Đồng thời người hành thiền phải trau dồi giới đức. Chỗ thích hợp cho việc thiền tập là một khía cạnh quan trọng khác. Người hành thiền phải có một đối tượng để thiền tập, nếu không có một đối tượng,

cái tâm lăng xăng khó mà kiềm chế được. Đối tượng không được tạo tham, sân, ảo tưởng hay xúc động trong tâm người hành thiền.

Khi chúng ta bắt đầu hành thiền, chúng ta điều chỉnh lại tâm ý từ cách suy nghĩ cũ, thường bằng tưởng tượng, sang cách suy nghĩ mới lạ, không bị ngăn ngại. Trong lúc hành thiền khi chúng ta thở trong chánh niệm, chúng ta hít vào năng lượng vũ trụ. Khi chúng ta thở ra trong chánh niệm với tâm từ - Metta, chúng ta thanh lọc bầu không khí. Ở đây, trí năng cần thiết để thắng lướt sự dao động về xúc cảm và tinh thần cũng như trực giác cần thiết để vượt qua sự giới hạn của trí thức, và sự trừu tượng của ý niệm.

Chúng ta dành hầu hết thì giờ cho thân: nào ăn, nào mặc, nào tẩy sạch, tắm rửa, trang điểm, nghỉ ngơi, nhưng chúng ta dành bao nhiêu thì giờ cho tâm của chúng ta cũng vào những mục đích ấy?

Một số người lấy hình ảnh Đức Phật làm đối tượng và tập trung vào hình ảnh này. Một số khác tập trung vào hơi thở vào và hơi thở ra. Dù là phương pháp nào đi nữa, nếu bất cứ ai cố gắng tu tập thiền định, chắc chắn người ấy tìm được sự thoải mái. Thiền giúp ta rất nhiều để có sức khỏe tinh thần và vật chất và để kiểm soát tâm khi cần thiết.

Con người có thể giúp ích hữu hiệu nhất cho xã hội đơn giản bằng cách không làm các điều tội lỗi. Tâm được rèn luyện và phát triển do thiền tập có thể giúp ích đặc lực nhất cho người khác. Thiền định không làm mất thì giờ quý báu của con người. Tâm tiên bộ của người hành thiền có thể giải quyết rất nhiều khó khăn của nhân loại và rất hữu ích để soi sáng người khác. Thiền định giúp cho ta sống an lạc dù nhiều xáo trộn đang lan tràn trong thế giới hiện đại này. Chúng ta không thể cầu mong được rút lui trong rừng sâu để sống trong tháp ngà - "xa hăn đám đông điên loạn". Bằng cách tu tập thiền định đúng cách, chúng ta có thể có được một trú xứ cho sự quên lãng tạm thời. Thiền định có mục đích huấn luyện con người để có thể đương đầu, hiểu biết và chiến thắng ngay trong thế giới này mà chúng ta đương sống. Thiền định dạy chúng ta tự điều chỉnh để có thể chịu đựng nhiều chướng ngại của cuộc sống trong thế giới hiện đại này.

Một số người hành thiền để thỏa mãn những tham muốn vật chất; họ muốn đạt nhiều hơn nữa lợi lộc vật chất. Họ muốn dùng thiền để có một công việc tốt hơn. Họ muốn kiếm được nhiều tiền hơn nữa hoặc điều động công việc làm ăn hữu hiệu hơn. Có lẽ họ không hiểu rằng mục đích của thiền không phải là tăng thêm mà là giảm bớt tham muốn. Những động lực thiền về vật chất không thích hợp cho thiền định chính đáng, mục đích của thiền vượt ra ngoài những công việc giữa thế gian. Ta nên thiền tập để

đạt một điều gì mà cả đến tiền bạc cũng không sao mua hay mang lại được.

Tu tập thiền định, bạn có thể học hỏi cách tiếp xử như một người lịch thiệp dù bị những người khác quấy rầy. Nhờ thiền định bạn biết cách thư giãn thân thể, lắng đọng tâm tư; nội tâm an tĩnh và hạnh phúc.

Giống như một máy xe bị khét nóng và hư hại sau khi đã chạy trong một thời gian dài, cần phải cho máy mát xuống để khỏi hư, cũng vậy tâm làm việc quá nhiều khi phải nỗ lực tinh thần đến một mức độ chịu đựng nào đó, thì chỉ nhờ hành thiền mới có sự buông thả, mát mẻ được. Thiền định làm cho tâm thêm sức mạnh để kiểm soát xúc cảm của con người khi bị nhiễu loạn bởi các tư tưởng và cảm nghĩ tiêu cực như ghen ghét, sân hận, kiêu hãnh và đố kỵ.

Tu tập thiền định, bạn có thể biết chọn lựa quyết định thích hợp khi bạn đến ngã tư cuộc đời, và đang bị lạc hướng không biết nên quay sang ngã nào. Những đức tính này không thể mua ở đâu được. Không có tiền của hay tài sản nào có thể mua được các đức tính ấy, mà chỉ do thiền định bạn mới có được. Và cuối cùng, đối tượng tối hậu của thiền Phật Giáo là nhổ tất cả những ô trược trong tâm để đạt mục tiêu cuối cùng: Niết Bàn.

Tuy nhiên, ngày nay người ta đã lạm dụng việc tu tập thiền định. Họ muốn lập tức có kết quả nhanh chóng,

giống như họ muốn được trả lại ngay về mọi điều mà họ làm trong đời sống hàng ngày. Trong Phật Giáo, cũng như trường hợp của các văn hóa đông phương khác, kiên nhẫn là một đức tính quan trọng nhất. Tâm phải được kiểm soát từ những mức độ thấp, và ta không nên cố gắng đem nó lên những trình độ cao hơn mà không có huấn luyện thích nghi. Chúng ta đã nghe nói về các nam nữ thanh niên quá cuồng nhiệt, có những thể hiện phạm tục vì họ đã áp dụng thái độ sai lầm về thiền. Thiền là đường lối dịu dàng để chiến thắng những ô trược làm tâm sa đọa. Nếu họ muốn "thành công hay đạt "thành quả" để khoe khoang với người khác là đã đạt được những mức độ thiền như thế này thế kia, họ đã lạm dụng phương pháp traу dồi tinh thần. Ta phải rèn luyện giới hạnh, phải hiểu rõ rằng muốn thành công trong kỷ luật thiền, những thành quả thể tục không được coi ngang với sự phát triển tâm linh. Một cách lý tưởng nên hành thiền dưới sự hướng dẫn của một vị thầy có kinh nghiệm để giúp đỡ thiền sinh trên con đường học tập đúng cách. Nhưng trên tất cả, ta không bao giờ nên vội vã để đạt thành quả quá nhiều quá nhanh.