

Tuyển tập
Ven. Dr K. Sri Dhammananda



WWW.VNTHUQUAN.NET, 2009.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

TÔN GIÁO TRONG THỜI ĐẠI KHOA HỌC

Dịch giả : Diệu Hương

Vnthuquan.net, 2009.



Khoa học đã làm cho con người bơi giỏi hơn cá, bay cao hơn chim và đi bộ trên mặt trăng. . . Khoa học không thể giúp con người chế ngự tâm mình và cũng không đưa đến sự kiểm soát đạo đức và mục đích của cuộc sống. Mặc dù, khoa học có những sự kỳ diệu của nó, nhưng khoa học vẫn có nhiều mặt hạn chế mà ở đó Phật giáo đã vượt qua.

Ngày nay chúng ta đang sống trong thời đại khoa học mà trong đó mọi khía cạnh của đời sống chúng ta đều có ảnh hưởng của khoa học. Từ cuộc cách mạng khoa học suốt thế kỷ 17, khoa học đã tiếp tục phát triển không ngừng

cho đến ngày nay.

Tác động của khoa học có sức mạnh đặc biệt đối với niềm tin tôn giáo truyền thống. Nhiều những khái niệm tôn giáo căn bản đang bị lung lay dưới áp lực của khoa học hiện đại và chúng không thể được chấp nhận nữa đối với giới trí thức. Ngày nay việc thừa nhận chân lý chỉ ngang qua thần học hoặc dựa vào giáo quyền kinh điển ngược với khoa học thì không còn chấp nhận nữa. Chẳng hạn, việc phát minh tâm lý học hiện đại đã chỉ ra rằng, tâm cũng giống như thân của con người, hoạt động theo quy luật nhân quả tự nhiên mà không có sự hiện diện của một linh hồn bất biến như một vài tôn giáo đã thuyết giảng.

Một số người quá sùng đạo coi thường các khám phá khoa học đi ngược với các tín điều tôn giáo của họ. Các thói quen tâm lý cứng nhắc như vậy thật sự đã cản trở bước tiến hóa của nhân loại. Vì con người ngày nay khước từ niềm tin mù quáng mặc dù nó được thừa nhận theo truyền thống, những người sùng đạo như vậy sẽ chỉ thành công trong sự tăng trưởng số lượng tín đồ với các giáo điều sai lầm của họ.

Mặt khác, một số nhà tôn giáo đã nhận ra sự cần thiết để thích nghi với các lý thuyết khoa học phổ biến bằng cách đưa ra sự giải thích về niềm tin tôn giáo của họ. Như trường hợp học thuyết tiến hóa của Darwin, nhiều nhà tôn giáo cho rằng con người do Thượng đế tạo ra trực tiếp. Mặt khác, Darwin cho rằng con người tiến hóa từ loài vượn, lý thuyết này đã đánh đổ các triết lý tạo hóa của Thượng đế và coi nhẹ con người. Từ khi tất cả các nhà tư tưởng có hiểu biết đã chấp nhận học thuyết Darwin, các nhà thần học ngày nay ít có sự chọn lựa nào khác ngoài việc đưa ra một giải thích mới cho các

giáo lý của họ để thích hợp với học thuyết này mà họ đã phản đối từ lâu nay.

Trong ánh sáng của những khám phá khoa học, thật dễ dàng để hiểu rằng nhiều quan điểm của tôn giáo về thế giới quan và nhân sinh quan chỉ là những tư tưởng ước lệ của những điều đã đang có. Thật sự mà nói thì tôn giáo đã có những đóng góp to lớn đối với sự phát triển và tiến hóa của con người. Họ thừa nhận các giá trị, tiêu chuẩn và những nguyên lý nền tảng để hướng dẫn đời sống con người. Nhưng đối với tất cả điều tốt đã làm, tôn giáo không thể tồn tại trong thời đại khoa học hiện đại nếu họ khẳng định bảo thủ chân lý trong khuôn khổ hình thức giáo điều, khuyến khích lễ nghi và các việc tu tập khác đã được rút tía từ ý nghĩa nguồn gốc của họ.

1.

PHẬT GIÁO VÀ KHOA HỌC

Mãi cho đến đầu thế kỷ vừa qua, Phật giáo bị giới hạn trong những nước mà khoa học hiện đại chưa phổ biến. Tuy nhiên, từ thuở ban sơ giáo lý Đức Phật luôn luôn mở rộng tư tưởng khoa học.

Một lý do tại sao lời dạy của Đức Phật dễ dàng được chấp nhận bởi tinh thần khoa học là vì Đức Phật không bao giờ khuyến khích niềm tin giáo điều cứng nhắc. Ngài không tuyên bố giáo lý của Ngài dựa trên niềm tin, tín thành nhưng cho phép sự uyển chuyển linh hoạt và

tự do tư tưởng.

Lý do thứ hai là tinh thần khoa học được tìm thấy trong thế giới quan của Phật giáo. Phương thức của Đức Phật đối với việc khám phá và chứng nghiệm chân lý thì rất giống với những sự khám phá của các nhà khoa học. Nhà khoa học quan sát thế giới bên ngoài một cách khách quan và chỉ đưa ra học thuyết khoa học sau khi đã kiểm chứng các thí nghiệm thực tiễn.

Cách đây hơn 25 thế kỷ, Đức Phật đã vận dụng phương thức tương tự khoa học quán sát thế giới nội tại bằng sự suy xét vô tư khách quan và khuyến khích các đệ tử của Ngài đừng chấp nhận bất cứ điều gì cho đến khi nào họ đã thực sự nghiên cứu và xác chứng tính thực tại của nó.

Giống như các nhà khoa học ngày nay không thể tuyên bố thực nghiệm của mình mà không thể thừa hưởng kinh nghiệm từ những người khác, Đức Phật không tuyên bố rằng sự chứng đắc giác ngộ là chỉ độc quyền dành riêng cho Ngài. Do đó, trong sự tiếp cận chân lý, Đức Phật đã có sự phân tích giống như các nhà khoa học ngày nay. Ngài đã thiết lập phương thức khoa học thực tiễn cho việc đạt đến chân lý tối hậu và thực nghiệm giác ngộ.

Phật giáo rất gần gũi với tinh thần khoa học, nhưng sẽ không đúng nếu cho rằng Phật giáo thì ngang hàng với khoa học. Sự thật rằng các ứng dụng thực tiễn của khoa học có khả năng làm cho đời sống con người tiện nghi hơn và hưởng thụ hơn những điều trước đây chưa

từng có. Khoa học đã làm cho con người bơi giỏi hơn cá, bay cao hơn chim và đi bộ trên mặt trăng. Tuy nhiên, phạm vi kiến thức chấp nhận trí tuệ khoa học ước lệ thì còn hạn chế trong các chứng minh thực tế. Và chân lý khoa học chịu sự biến đổi liên tục. Khoa học không thể giúp con người chế ngự tâm mình và cũng không đưa đến sự kiểm soát đạo đức và mục đích của cuộc sống. Mặc dù, khoa học có những sự kỳ diệu của nó, nhưng khoa học vẫn có nhiều mặt hạn chế mà ở đó Phật giáo đã vượt qua.

2.

CÁC MẶT HẠN CHẾ CỦA KHOA HỌC

Thường thì người ta nghe quá nhiều về khoa học và về những gì khoa học có thể làm được nhưng ít biết được những gì mà khoa học chưa hoặc không làm được. Kiến thức khoa học bị giới hạn bởi những thông tin nhận được ngang qua các giác quan. Nó không thể nhận thức chính xác những điều vượt quá giới hạn của giác quan. Chân lý khoa học được xây dựng trên các quan sát lo-gíc của các dữ kiện thuộc giác quan mà nó đang biến đổi liên tục. Do đó, chân lý khoa học là chân lý tương đối không có bền vững trước thách thức của thời gian và vì nhà khoa học đã nhận biết được sự thật này, nên luôn luôn sẵn lòng loại bỏ một học thuyết nếu như nó có thể được thay thế bởi một học thuyết khác tốt hơn.

Khoa học nỗ lực tìm hiểu thế giới bên ngoài và đã bới tìm bề mặt thế

giới nội tại con người. Ngay cả khoa học về tâm lý cũng không thật sự tìm hiểu hết nguyên nhân sâu xa của các trạng thái bất an của con người. Khi con người nản lòng, chán ghét cuộc sống và thế giới nội tâm bị tràn ngập bởi xáo trộn và bất an, thì khoa học ngày nay không có nhiều phương tiện để giúp đỡ con người. Đối với môi trường sống xung quanh của con người, khoa học xã hội có thể cung ứng một mức độ hạnh phúc nhất định nào đó. Nhưng không giống như loài vật, con người đòi hỏi nhiều hơn sự tiện nghi thân thể và các nhu cầu giúp đối phó với khổ đau và xáo trộn nảy sinh từ thực tế hằng ngày.

Ngày nay có quá nhiều người bị sợ hãi, bất an và cảm thấy không an ổn. Tuy nhiên, khoa học không thể giúp họ được, khoa học không thể giúp chúng ta chế ngự tâm mình khi mà bản năng đầy thú tính bất chợt nổi lên và đốt cháy trong tâm.

Khoa học có thể làm cho con người tốt hơn không? Nếu có, tại sao các hành động khủng bố và các hành vi phi đạo đức đầy dẫy trong các quốc gia mà các quốc gia đó có nền khoa học tiên tiến? Thật ra không công bằng để nói rằng mặc dù các tiến bộ khoa học đã đạt được và có các lợi thế ban cho con người, khoa học vẫn chưa có thể biến đổi nền tảng nội tâm con người mà khoa học chỉ làm tăng thêm cảm giác của con người về sự phụ thuộc và cảm thấy thiếu thốn? Thêm vào đó, khoa học thất bại trong việc đem sự an toàn đến cho mọi người. Khoa học cũng khiến cho mọi người cảm thấy rất bất bình bởi sự đe dọa thế giới có khả năng bị hủy diệt con người trên quy mô lớn. Khoa học không thể cung cấp đầy đủ ý nghĩa của cuộc đời, không thể cung cấp cho con người các lý do rõ ràng chính xác về cuộc sống. Thật tế khoa

học là thế tục hoàn toàn trong bản chất và không có liên quan tới mục đích tâm linh của con người. Chủ nghĩa vật chất vốn có tư tưởng khoa học đã chối bỏ các mục tiêu tâm lý cao hơn mục tiêu thỏa mãn vật chất. Bằng những lý thuyết có chọn lọc và các chân lý tương đối, khoa học coi thường các vấn đề cốt lõi nhất và để lại nhiều câu hỏi không thể trả lời được. Ví dụ, khi được hỏi về sự khác nhau giữa tâm hồn và thể xác tồn tại trong con người thì không một sự giải thích khoa học nào có thể đưa ra đối với vấn đề như vậy. Vì vấn đề đó vượt qua các giới hạn chật hẹp của khoa học.

3.

NHẬN BIẾT CÁI KHÔNG BIẾT

Tâm siêu việt được Đức Phật phát triển thì không bị giới hạn bởi các thông tin cảm giác và vượt qua ngưỡng cửa lô-gíc trong sự giới hạn của nhận thức tương đối. Trái lại, khả năng hiểu biết của con người hoạt động trên cơ sở của những thông tin mà nó thu thập và tích chứa dù trong lãnh vực tôn giáo, triết học, khoa học và nghệ thuật. Đối với vấn đề tâm lý, thông tin này được thu thập xuyên qua các giác quan mà giác quan bị giới hạn trong nhiều phương diện. Những thông tin giới hạn được nhận thức khiến cho sự hiểu biết của chúng ta về thế giới bị méo mó. Trong tác phẩm "Learned Ignorance," của nhà học giả người Pháp Nicholas , Cusa đã viết:

"Tất cả những kiến thức phô bày dựa trên các giác quan của chúng ta

thì thật sự là sự không hiểu biết; và sự hiểu biết chân thật chỉ đạt được bởi sự lột bỏ tất cả những điều này cho đến khi chúng ta suy nghĩ mà không dùng các ý tưởng của giác quan"

"Chân lý không phụ thuộc vào những vấn đề bên ngoài chúng ta mà chính ngay trong chúng ta. Chúng ta không thể hy vọng tìm thấy chân lý bằng kinh nghiệm, bằng nhận thức giác quan hoặc ngay cả bằng những lô-gích và lý lẽ. Có nhiều phương tiện để đạt được kiến thức nhưng đó chưa phải bằng nhận thức là chân lý. Chân lý phải thực sự đến từ sự nhận thức nội tại. Sách vở chỉ có thể khơi dậy tư tưởng và cho bạn kiến thức. Đối với chân lý, bạn phải quay mắt nhìn vào trong chính bạn. Vì vậy việc nghiên cứu kiến thức là một điều và nghiên cứu chân lý là một điều khác."

"Lời nói là sản phẩm của tâm hạn chế của chúng ta và tâm của chúng ta phụ thuộc tất cả kiến thức dựa trên kinh nghiệm của các giác quan của chúng ta. Đôi khi các giác quan này không đáng tin cậy. Một việc xảy ra được nhiều người thấy thì có thể được giải thích trong nhiều cách khác nhau."

Một số người tự hào về sự việc mà họ biết rất nhiều. Thật tế là chúng ta biết càng ít thì chúng ta càng có nhiều sự giải thích, chúng ta càng biết nhiều thì chúng ta càng nhận biết nhiều hạn chế của chúng ta. Một học giả thông thái, khi viết xong một tác phẩm được xem là kiệt tác. Vị đó cảm thấy rằng tác phẩm này đã chứa đựng tất cả tinh túy văn học và triết học. Bởi lòng tự hào về sự đạt được của mình, người đó đã phô trương kiệt tác của mình đến một đồng nghiệp – người có

trình độ kiến thức ngang hàng – với lời đề nghị rằng xin đánh giá chất lượng của tác phẩm này. Thay vì vậy, vị đồng nghiệp của vị này lại yêu cầu tác giả ghi trên một mẫu giấy tất cả những gì vị này đã biết và tất cả những gì đã không biết. Tác giả đắm chìm trong suy tư và sau một hồi lâu không thể viết ra được những điều nào mà mình đã biết cả. Rồi tới vấn đề thứ hai, vị ấy cũng không thể viết ra được tất cả những điều gì mà mình đã không biết. Cuối cùng trong bước cùng cực nhất, vị đó đã xuôi tay chịu thua và mới nhận thức ra rằng tất cả những gì anh ta đã biết đều thật sự là không biết.

Cùng với quan điểm này, Socrates, một triết gia nổi tiếng Athen của thế giới cổ đại, khi được hỏi những gì ông ta biết, ông ta chỉ trả lời rằng: "*Tôi biết chỉ có một điều - là tôi không biết.*"

4.

VƯỢT TRÊN KHOA HỌC

Phật giáo vượt trên khoa học hiện đại trong sự chấp nhận lãnh vực kiến thức rộng lớn hơn tinh thần khoa học. Phật giáo thừa nhận kiến thức xuất phát từ các giác quan cũng như những kinh nghiệm cá nhân đã được ngang qua sự tu dưỡng tâm. Bởi việc phát triển và tu tập tâm định tĩnh cao, thì thực nghiệm tôn giáo có thể được hiểu và được thực hiện. Sự chứng nghiệm không phải là một điều có thể hiểu được bởi hành động thí nghiệm hoặc thăm sát qua kính hiển vi.

Chân lý do khoa học khám phá chỉ tương đối và chịu sự biến đổi, trong khi chân lý do Đức Phật tìm thấy là tuyệt đối và rõ ràng: chân lý của các pháp không thay đổi theo thời gian và không gian. Hơn nữa, ngược lại với các lý thuyết khoa học, Đức Phật khuyến khích người có trí thì không nên bám víu vào các học thuyết, khoa học và những điều khác. Thay vì học thuyết, Đức Phật dạy con người cách để sống đời sống chân chính bằng sự thanh tịnh các căn và loại bỏ tham muốn, Đức Phật chỉ ra con đường qua đó chúng ta có thể nhận ra trong chính mình bản chất cuộc đời. Mục đích thật sự của cuộc đời có thể được tìm thấy.

Trong Phật giáo, việc tu tập là quan trọng. Một người học nhiều nhưng không thực tập giống như người nói phương pháp nấu nướng từ một cẩm nang dạy nấu nướng đồ sộ mà không cố gắng để chuẩn bị nấu một món ăn thì cuốn sách cẩm nang không thể làm giảm cơn đói bụng được. Cũng thế, thực hành là điều kiện tiên quyết quan trọng trong việc giác ngộ mà trong vài trường phái Phật giáo như Zen đã nâng cao việc tu tập thiền định thậm chí được đặt ở hàng đầu.

Phương pháp khoa học có khuynh hướng hướng ngoại và các nhà khoa học hiện đại đã khai thác bản chất và các yếu tố tiện nghi cho riêng họ, nhưng lại thường không xem xét nhu cầu để hòa hợp với môi trường và do đó thế giới xung quanh bị ô nhiễm. Trái lại, Phật giáo hướng nội và liên quan tới sự phát triển nội tại của con người. Ở phương diện thấp hơn, Phật giáo dạy con người cách để điều chỉnh và đối phó với các sự kiện và hoàn cảnh của đời sống hằng ngày. Ở mức độ cao hơn, Phật giáo trình bày sự tự nỗ lực của con người phát triển

vươn lên thông qua việc tu tập và trau dồi tâm.

Phật giáo có một hệ thống tu tập tâm hoàn hảo liên quan tới việc đạt trí tuệ trong bản chất các pháp để đưa đến sự giải thoát tối thượng – Niết-bàn. Hệ thống này vừa thực tiễn, vừa khoa học. Nó bao hàm sự quán sát khách quan về các trạng thái tâm lý và tình cảm. Hơn một nhà khoa học, người tu học Phật như là một vị thẩm phán, một thiền giả quán sát thể giới nội tâm chính mình với chánh niệm.

5.

KHOA HỌC KHÔNG CÓ TÔN GIÁO

Nếu không có lý tưởng đạo đức thì khoa học sẽ đem đến sự nguy hiểm cho toàn thể nhân loại. Khoa học chế tạo máy móc và máy móc lần lượt trở thành chúa tể. Bom đạn là quà tặng của khoa học cho một thiểu số người có uy quyền sẽ điều khiển vận mạng của thế giới.

Trong khi phần đông nhân loại lại chờ đợi trong nỗi khổ đau, sợ hãi, không biết khi nào vũ khí nguyên tử, chất độc hóa học, vũ khí giết người – kết quả của các nghiên cứu khoa học để giết người có hiệu quả hơn – sẽ được sử dụng đến. Khoa học hoàn toàn không những không thể hướng dẫn đạo đức cho nhân loại mà còn nuôi dưỡng nhiên liệu để thổi bùng ngọn lửa khát vọng của con người.

Sự trống rỗng đạo đức của khoa học báo hiệu duy nhất một điều là sự hủy hoại: nó trở thành con quái vật tàn bạo mà con người đã tạo ra.

Bất hạnh thay! Chính con quái vật trở nên mạnh mẽ hơn con người đã tạo nên nó. Trừ phi con người biết chế ngự và cai quản quái vật này ngang qua việc thực tập đạo đức tôn giáo thì con quái vật sẽ sớm khuất phục con người. Nếu không có sự hướng dẫn của tôn giáo thì khoa học đe dọa thế giới với sự hủy diệt. Trái lại, nếu khoa học song hành với tôn giáo như Phật giáo thì có thể biến đổi thế giới này thành thiên đường, hòa bình, an ổn và hạnh phúc.

Chưa bao giờ sự đồng hành giữa khoa học và tôn giáo lại rất cần cho phúc lợi nhất của con người và cần phục vụ cho con người như lúc này. Chúng như cần phải đi song song với nhau. Tôn giáo mà không có khoa học là mù, khoa học mà không có tôn giáo thì như bị què.

6.

CÔNG HIẾN CHO PHẬT GIÁO

Trí tuệ Phật giáo thiết lập trên từ bi có vai trò quan trọng đến sự điều chỉnh sự nguy hiểm mà khoa học đang hướng đến. Phật giáo có thể cung cấp khả năng lãnh đạo tinh thần để hướng dẫn sự nghiên cứu và phát minh khoa học trong việc khuyến khích sự trau dồi nền văn minh sáng chói trong tương lai. Phật giáo có thể cung ứng các mục tiêu xứng đáng cho sự tiến bộ khoa học mà nó đương đầu với bế tắc vô vọng của việc bị nô lệ bởi chính sự phát minh của nó.

Nhà đại bác học Albert Einstein đã ngỏ lời khen ngợi sự đóng góp của Phật

giáo khi ông nói: "*Nếu có bất kỳ tôn giáo nào mà tôn giáo đó đáp ứng với nhu cầu khoa học hiện đại thì tôn giáo đó sẽ là Phật giáo.*" Phật giáo không có từ bỏ quan điểm của mình để theo khoa học bởi vì Phật giáo đã hàm chứa khoa học đồng thời vượt lên khoa học. Phật giáo là cầu nối giữa tư tưởng tôn giáo và khoa học bởi việc khuyến khích con người khám phá những tiềm năng tiềm tàng trong chính mình và môi trường chung quanh. Phật giáo là mãi mãi!

[Dịch từ nguyên tác tiếng Anh "*Religion in a scientific age*" của Đại lão HT. K. Sri Dhammananda, trong tác phẩm "*Các Viên Ngọc Trí Tuệ của Phật Giáo*" (*Gems of Buddhist Wisdom*), CBBEF, Taiwan, 1997, trang 473-483].

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

LỜI GIỚI THIỆU

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

Nếu quý vị vượt qua sự sợ hãi thì có thể vượt qua tất cả. Nếu quý vị không sợ chết thì sẽ đối diện với cái chết một cách bình tĩnh. Cuốn sách, “Chết có thật đáng sợ không?” của Hoà thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda do Thầy Thích Tâm Quang chuyển ngữ với lời văn trong sáng, nhẹ nhàng, giản dị, dễ hiểu và thu hút người đọc từ trang đầu đến trang cuối, sẽ đem lại cho quý đọc giả những điều cần biết khi từ giả cõi đời này.

Quyển sách nhỏ này sẽ dẫn dắt người đọc đi một hành trình thật xa từ sự sống để chuẩn bị cho sự chết, nhẹ nhàng, bình tĩnh, không than van, không khóc lóc. Chúng ta đến cuộc đời này một cách hồn nhiên thì phải đối diện với sự thật của cuộc đời, rồi cũng sẽ lần lượt tới phiên mình. Biết về sự chết không phải để bi quan, nhưng để chúng ta làm điều thiện, tránh điều ác bởi vì sau khi chết chúng ta chỉ mang theo hành vi thiện ác mà chúng ta đã làm.

Chết không phải là hết mà chỉ là sự thay đổi; vậy thì tại sao chúng ta lại sợ chết? Chắc chắn quyển sách này sẽ đem lại cho quý đọc giả một chút suy tư. Thần chết không từ chối một ai, không phân biệt tuổi tác, nam hay nữ, vậy

thì tại sao chúng ta không chuẩn bị cuộc hành trình ra đi vĩnh viễn ngay từ bây giờ ?

Đọc “Chết có thật đáng sợ không?” và chuyển quyển sách này đến những người thân của chúng ta để cùng đọc, để cùng có thái độ bình thản lúc ra đi không sợ hãi, không lo âu, và người ở lại không đau đớn vì chết là sự hiển nhiên không ai tránh khỏi.

Chúng tôi chân thành cầu nguyện Chư Phật mười phương gia hộ cho Thầy Thích Tâm Quang mọi điều tốt đẹp, sức khỏe đầy đủ để tiếp tục sứ mạng hoằng pháp lợi sanh và hy vọng cuốn sách nhỏ này sẽ được hưởng ứng nồng nhiệt của các Phật tử khắp nơi trên thế giới.

Mùa Xuân Đinh Sửu 1997

Kiều Mỹ Duyên

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

LỜI NGƯỜI DỊCH

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

Cái chết có thật đáng sợ không ? Thông thường con người chúng ta, ai cũng sợ chết. Nhưng thực ra cái chết không đáng sợ như chúng ta tưởng. Cuốn sách nhỏ này do Hoà thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda viết ra, và là một quyển sách có giá trị, đáp ứng được những câu hỏi như chết đi về đâu và chết rồi đã hết khổ chưa, muốn tránh khỏi sợ hãi cái chết, chúng ta phải làm gì, vân...vân...

Ngoài phần nói về cái chết, phần hai của cuốn sách, Hoà thượng Dhammananda hướng dẫn người Phật tử chúng ta phải làm gì trong những trường hợp vui như sanh con, cưới hỏi, và những trường hợp buồn như đau yếu và tang lễ. Vì người Phật tử chúng ta còn cố chấp, còn giữ nhiều tập tục truyền thống trái với giáo lý của đức Phật và làm cho các tôn giáo khác hiểu lầm, cho nên những nhận xét cùng với những phương pháp rất thực tiễn, và cần thiết được nêu lên ở đây giúp chúng ta củng cố nền móng của Phật giáo và tránh được sự ngộ nhận.

Nhận thấy cuốn sách mang nhiều lợi ích thiết thực, tuy tự biết khả năng yếu kém, nhưng với tấm lòng nhiệt thành, chúng tôi cố gắng dịch ra Việt ngữ, hy vọng đóng góp một phần nhỏ nhoi trong kho tàng Văn Hoá Phật Giáo Việt

Nam.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ Chư tôn đức đã khích lệ, góp nhiều ý kiến bổ ích. Đặc biệt các đạo hữu Viên Minh Phạm Đình Khoát, Minh Giác Nguyễn Học Tài, Thiện Bửu, Trần Quốc Cường, Quảng Lâm Châu Ngọc Tòng, Thanh Hoàng Huỳnh, Thu Trang, Quách Danh-Nguyễn thị Tuý Sương, Quách thị Thuý Lin, Quách Nhứt Trí, Lý thị Đài, Nguyễn thị Thuý Phụng, Nguyễn Bảo Châu, Nguyễn Bảo Quốc, Diệu Chơn Lương thị Mai, Nguyễn thị Mai Hương, Nguyễn thị Mai Trang, Nguyễn Hữu Tuấn, Nguyễn thị Mai Trinh, Nguyễn thị Thuý, Nguyễn Mạnh Cương, Nguyễn Cung thị Hỷ, Nguyễn Hữu Nhung, hoạ sĩ Vũ Hối và Nữ sĩ Kiều Mỹ Duyên đã góp phần công đức trong việc ấn hành dịch phẩm này.

Chúng tôi hồi hướng công đức hoằng pháp này lên ngôi Tam Bảo và cầu nguyện Hồng Ân Tam Bảo thủy từ gia hộ quý vị cùng bửu quyền thân tâm thường an lạc và hạnh phúc.

Sau cùng chúng tôi kính mong Chư tôn Thiên đức, các bậc thức giả cao minh, các bậc thiện trí thức, các bạn đạo ân nhân hoan hỷ bỏ chính những sai lầm, thiếu sót để cuốn sách được hoàn chỉnh hơn trong kỳ tái bản.

Ngày 9, tháng 3, năm 1997.

Tỳ Kheo Thích Tâm Quang

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

**TIỂU SỬ ĐẠI LÃO HOÀ THƯỢNG TIỀN SĨ K. SRI
DHAMMANANDA –**

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

Đại lão Hoà thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda, Trưởng lão Tăng già Mã Lai Á phục vụ Phật giáo Mã Lai trên 42 năm trong các chức vụ như một vị lãnh đạo tinh thần, một học giả, một cố vấn, và một thiện hữu. Ngài sanh ngày 18, tháng 3, năm 1919 tại làng Kirinde, tỉnh Matara, phía nam Tích lan (Sri Lanka).

Ngài khởi đầu việc học hành theo nền giáo dục thế tục. Khi ngài được 7 tuổi và tuy còn nhỏ, ngài đã phát triển mối quan tâm đặc biệt đến Phật giáo.

Được sự giúp đỡ của một người cậu, là Sư trưởng tại ngôi chùa địa phương và người mẹ tận tâm của ngài. Ngài thọ Sa-di giới vào năm 12 tuổi. Ngài được đặt pháp danh là “Dhammananda” có nghĩa là “Người chứng nghiệm hạnh phúc qua Phật pháp.”

Sau mười năm tu học chuyên về giáo lý Phật giáo, năm 26 tuổi, ngài tốt nghiệp văn bằng Ngôn Ngữ Học, Triết Lý, và Quy Tắc Pali Viện Đại Học Vidyalankara Pirivena. Ngài tốt nghiệp Cao Học Triết Lý Ấn độ năm 1949 tại Viện Đại Học Benares. Sau khi phục vụ 3 năm tại Sri Lanka, ngài được tuyển chọn đi hoằng pháp tại Mã Lai.

Vào các thập niên 50 và 60, Phật giáo bị giới trí thức Trung hoa tại Mã Lai coi rẻ và nghĩ rằng đạo Phật chỉ là mê tín dị đoan. Qua Hội Truyền Bá Giáo

Lý Phật Đà, ngài đã phát hành các tài liệu, các loại sách về mọi phương diện của Phật giáo và kết quả là một số đông đã nhận thức được giáo lý chân chính của đức Phật. Ngài đã phát hành các cuốn sách rất phổ thông như “Người Phật tử tin gì?”, “Làm thế nào để sống khỏi sợ hãi và lo lắng?”, “Hạnh phúc lứa đôi”, “Nhân loại tiến về đâu?”, và “Thiền định – Con đường duy nhất.”

Tuy không phải là một nhà truyền giáo hùng biện, nhưng ngài đã thành công về việc cảm hoá tư tưởng của cả giới thanh niên lẫn trí thức, với một lối trình bày giáo pháp của đức Phật một cách rõ ràng, đơn giản và khoa học. Ngài nhận được Văn bằng Tiến sĩ Danh dự của nhiều đại học trên thế giới và cũng được ân thưởng tước vị Johan Setia Mahkota bởi Hoàng đế Mã Lai. Ngài cũng có, như đức Phật mô tả, bảy đức hạnh cao quý của một đại nhân trong Kinh Sakha Sutta (A.N. 4:31) : Ngài là người đáng yêu, đáng kính trọng, học thức, là một cố vấn, một người nhẫn nại chịu nghe, thâm trầm trong đàm luận, và không bao giờ cổ xuý một cách vô căn cứ.

Benny Liow Woon Khin

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

PHẦN I

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

CÁI CHẾT CÓ THẬT ĐÁNG SỢ KHÔNG?

Mạng sống mong manh – Cái chết là điều chắc chắn

Đó là câu châm ngôn nổi tiếng trong đạo Phật. Biết rõ cái chết là điều chắc chắn và là một hiện tượng tự nhiên mà mọi người phải đương đầu, chúng ta không nên sợ chết. Theo bản năng, tất cả chúng ta đều sợ chết vì chúng ta không biết làm sao để tránh khỏi nó. Chúng ta thích bám víu vào đời sống, vào thân xác của chúng ta, vì vậy trở nên đầy tham dục và luyến ái.

Một đứa nhỏ ra đời đem niềm vui và hạnh phúc cho những người thân yêu. Dù người mẹ đau đớn cùng cực lúc sanh nhưng vẫn vui mừng và thích thú ngắm nhìn đứa con mới sanh. Người mẹ cảm thấy được đền bù xứng đáng sau nhiều khó khăn đau đớn. Tuy nhiên, đứa trẻ lọt lòng ra đã khóc hình như nó muốn nói là nó cũng phải chịu đau khổ của kiếp người. Đứa trẻ trở thành một thiếu niên rồi trưởng thành, tạo các loại hành vi tốt và xấu. Rồi nó trở nên già nua, và cuối cùng từ già cõi đời này, bỏ lại bạn bè, và thân quyến đau buồn : Đó là bản chất cuộc sống của một con người. Con người cố gắng tránh khỏi nanh vuốt của tử thần, nhưng không một ai có thể thoát khỏi. Đến lúc gần chết, đầu óc liên tưởng đến cái tích lũy, và lo sợ quá đáng về những đứa con thân yêu của mình. Cuối cùng, nhưng không kém phần quan trọng,

con người lo lắng quá sức về thân xác quý báu của mình; mặc dù với sự chăm sóc chu đáo và cẩn trọng nhưng nay đã suy nhược, kiệt quệ và tan rã. Thật đau đớn khi phải xa lìa thân xác. Không thể chịu đựng được thế, nhưng không tránh nổi. Đó là tâm trạng của mọi người khi từ giã cõi đời này, với than van rên rỉ. Sự đau đớn về cái chết thật là khủng khiếp, đó là thái độ của kẻ do ngu muội mà ra.

SỢ CHẾT

Con người lo âu không phải vì ngoại cảnh mà vì hy vọng và tưởng tượng về đời sống tương lai của mình. Cái chết, chẳng hạn, tự nó không khủng khiếp và khiếp sợ hay kinh hãi, chỉ do tâm trí của chúng ta tưởng tượng mà ra. Chúng ta thường không đủ can đảm để đối đầu với ý tưởng về cái chết. Với những kẻ không dám đối đầu với thực tế, khổ đau thật sự khủng khiếp và không thể chấp nhận được. Nhưng nếu chúng ta biết đương đầu với sự thật, nó sẽ làm dịu bớt hay loại trừ cái khủng khiếp của sự sợ hãi. Đời sống ví như một viên đạn lao tới mục tiêu, tức cái chết. Hiểu như vậy, chúng ta phải can đảm trực diện với hiện tượng tự nhiên này. Muốn được tự do trong đời sống, chúng ta phải không sợ chết. Sợ hãi chỉ đến với những kẻ không hiểu quy luật thiên nhiên. “Dù ở đâu đi nữa, nếu sợ hãi có phát xuất, thì nó chỉ phát xuất nơi người mất trí, điên khùng và không bao giờ phát xuất nơi người khôn ngoan.” Đó là lời đức Phật dạy trong Kinh Anguttara Nikaya. Sợ hãi chỉ là trạng thái của tâm thần. Khoa học cho ta thấy quá trình của một cái chết ra sao? Cái chết chỉ là sự hao mòn sinh lý của cơ thể con người. Chúng ta đừng sợ hãi và tưởng tượng hay tiên đoán về những sự khủng khiếp không bao giờ đến để tìm cách chống lại. Một thầy thuốc nổi tiếng, Sir William Osler nói như sau : “Theo kinh nghiệm hành nghề của tôi, tôi thấy hầu hết những người chết không đau đớn và sợ hãi.”

Một nữ y tá lão thành nói : “Hình như thảm kịch lớn nhất đối với tôi là mọi

người suốt đời bị nỗi sợ chết ám ảnh. Khi cái chết đến, ta thấy rằng nó cũng tự nhiên như bản chất cuộc sống. Theo kinh nghiệm của tôi, tôi chỉ thấy có một người có vẻ sợ hãi - một phụ nữ đã làm một điều dữ cho người chị nay đã quá trễ để hối cải.”

“Một điều lạ lùng và đẹp đẽ sẽ đến, dù là đàn ông hay đàn bà khi họ đã đi hết con đường. Tất cả sợ hãi, khiếp đảm đều biến mất. Tôi thường ngắm thấy tia sáng bình minh hạnh phúc trong ánh mắt của họ khi họ nhận thức điều đó đúng. Đó là tất cả ân huệ của Tạo hoá.”

Vì tham sống nên sự sợ chết được hình thành một cách thiếu tự nhiên. Nó tạo sự lo âu trong đời sống. Vì vậy, con người sẽ không bao giờ dám mạo hiểm làm điều gì cho dù đó là lẽ phải. Họ sống trong sợ hãi, lo lắng về bệnh tật, và các tai nạn có thể xảy ra cướp mất mạng sống quý giá của mình. Nhận thức chết là điều không thể tránh khỏi, kẻ yêu đời sống trần thế sẽ đắm mình trong nhiệt thành để cầu nguyện với niềm hy vọng linh hồn sẽ được lên thiên đàng. Không một ai có hạnh phúc giữa cơn lốc của sợ hãi và hy vọng như vậy. Đúng là khó có thể coi thường hoặc không lưu ý đến những bộc phát tự nhiên của bản năng để tự bảo vệ. Tuy nhiên có một phương pháp để vượt qua sự sợ hãi. Hãy quên đi quan niệm về cái “tôi”, hãy đem tình thương vị kỷ hướng ra ngoài, có nghĩa là làm lợi ích cho nhân loại và tỏ tình thương với người khác. Bất cứ ai ghi nhớ rằng một ngày nào đó mình sẽ chết và cái chết là điều không tránh khỏi, người đó sẽ hăng hái chu toàn nhiệm vụ với đồng loại trước khi chết; làm được như vậy thì mọi người chắc chắn sẽ chiêm ngưỡng, kính phục. Say mê phục vụ người khác, chẳng bao lâu chính bạn sẽ thoát khỏi cái tự kỷ luyện ái nặng nề, mơ ước, kiêu căng, tự phụ, và tự tôn.

BỆNH VÀ CHẾT

Bệnh và chết là việc xảy ra tự nhiên trong đời sống của chúng ta, và chúng ta

phải chấp nhận điều đó với sự hiểu biết. Theo thuyết tâm lý hiện đại, nguyên nhân căng thẳng tinh thần là do việc không dám đương đầu và chấp nhận sự thật ở đời. Nếu không vượt qua hay khắc phục được, sự căng thẳng đó sẽ gây nên bệnh tật. Trong khi bệnh hoạn mà quá lo lắng hay thất vọng chỉ làm cho bệnh tăng lên. Đối với những người có tâm hồn và hành động trong sạch, chết chẳng có gì đáng sợ. Mạng sống của chúng ta gồm có tâm trí và thể xác hợp thành, và vì vậy tâm trí và thể xác không chết riêng. Nghiệp báo do những hành động xấu của chúng ta đã gây nên trong đời trước theo chúng ta vào lúc tái sanh, khiến chúng ta phải chịu những khổ đau trong đời này. Những khổ đau đó có thể tránh khỏi nếu chúng ta cố gắng tạo công đức, sống một cuộc đời đạo hạnh, và có những hành động tốt bất cứ ở đâu hay bất cứ lúc nào. Làm như vậy, chúng ta có thể đương đầu với cái chết một cách can đảm và thực tế. Theo lời Phật dạy, chúng ta không nên tin tưởng vào một vị “cứu tinh” nào có thể lãnh gánh nặng, và cứu vớt chúng ta khỏi hậu quả do những hành động sai lầm của chúng ta. Chúng ta luôn luôn nhớ tới lời khuyên của đức Phật : “Hãy tin vào mình để tự cứu, hãy gắng sức và chuyên cần.” Người Phật tử không sầu thảm và bi thương trước cái chết của thân nhân và bạn bè. Không có cái gì có thể ngăn cản được bánh xe nhân quả. Khi một người chết, nghiệp do họ tạo nên sẽ theo họ đến cuộc đời mới. Kẻ quen, người thân, bạn bè và thân quyến chỉ có thể tiễn đưa người chết đến huyệt mà thôi, trong khi người chết mang theo những hành động tốt hay xấu của chính mình. Những người còn sống nên chịu đựng sự mất mát trong bình tĩnh và hiểu biết. Chết là một tiến trình không thể tránh khỏi ở thế gian này. Đó là một điều chắc chắn trong vũ trụ này. Cánh rừng có thể trở thành đô thị và đô thị có thể thành bãi cát. Núi có thể biến thành hồ. Sự biến dạng có thể xảy ra ở khắp nơi, duy chỉ có cái chết là điều không đổi. Tất cả mọi thứ chỉ là tạm bợ. Chúng ta có cha ông, và cha ông của chúng ta cũng có cha

ông, nhưng bây giờ họ ở đâu ? Tất cả đều đã quá vắng.

Đừng nghe kẻ nguy biện cho rằng chúng tôi đang trình bày một quan niệm yếm thế bi quan. Đó là quan điểm thực tế nhất của chủ nghĩa hiện thực. Tại sao chúng ta lại không thực tế mà mù quáng trước những sự kiện thực tế đó? Có phải cái chết tiêu diệt mọi thứ ? Đúng vậy! Nhưng đừng quên điều này : Cái chết khiến mọi người hiểu rõ số phận của mình dù là cao sang đến đâu, hay kỹ thuật và y khoa có tiến bộ đến đâu đi chăng nữa, cái chết vẫn như nhau; hoặc ở trong quan tài hay trở thành một nắm tro tàn. Sống và chết là một quá trình liên tục cho đến khi chúng ta trở nên toàn hảo.

DANH THƠM CÒN MÃI

Đức Phật dạy : “Thân xác của con người tuy thành tro bụi, nhưng danh tiếng của họ vẫn còn.” Ảnh hưởng của kiếp trước đôi khi rất sâu và mạnh hơn ảnh hưởng của thân xác đang sống với một số khả năng hạn hẹp. Đôi khi chúng ta cảm nghĩ và hành động theo tư tưởng của những người mà xác thân đã thành tro bụi. Tư tưởng đó rất quan trọng trong mỗi hành động của chúng ta. Mỗi người sống là một phần thân xác của tổ tiên đã khuất. Trong ý nghĩ này, chúng ta có thể cho rằng những bậc anh hùng thời đại, những triết gia vĩ đại, các hiền triết, những thi nhân và nhạc sĩ của mỗi dân tộc đang sống với chúng ta. Vì chúng ta liên hệ đến những liệt sĩ và những nhà tư tưởng trong quá khứ, chúng ta có thể chia sẻ những tư tưởng khôn ngoan, những lý tưởng cao quý, và cả đến âm nhạc bất diệt qua nhiều thời đại. Dù rằng thân xác đã chết, nhưng ảnh hưởng của họ vẫn còn. Xác thân chẳng là gì cả, nó chỉ là sự tổng hợp trừu tượng, một hỗn hợp luôn luôn thay đổi của các thành phần hoá học. Con người phải hiểu rằng đời sống của mình như một giọt nước trong một con sông đang chảy, và nên vui vẻ đóng góp một phần của mình cho dòng sông cuộc sống.

Không hiểu rõ bản chất của đời sống, con người sẽ bị chìm đắm trong vũng

bùn ngu muội của thế gian và rên rỉ khóc than. Nhưng khi hiểu được thực chất của mình, con người sẽ từ bỏ tất cả những cái tạm bợ và tìm trạng thái vĩnh cửu. Trước khi đến trạng thái vĩnh cửu, con người phải đương đầu với cái chết này đến cái chết khác. Vì cái chết không nghĩa lý gì, con người không nên ngăn chặn sự tiếp diễn không ngừng của vòng sanh tử.

Theo đạo Phật, không có kiếp sống đầu và kiếp sống cuối cùng của chúng ta trên thế gian này. Nếu bạn làm điều thiện với lòng tin tưởng, bạn sẽ có một kiếp sau tốt đẹp hơn. Mặt khác, nếu bạn cảm thấy bạn không muốn tái sanh mãi mãi, và muốn đi đến cứu cánh cuối cùng, bạn phải cố gắng phát triển tâm trí, loại bỏ mọi tham dục và tinh thần ô trược.

TRIẾT LÝ ĐẠO PHẬT

Một vị thánh cao thượng đã đạt đến mức hoàn hảo không khóc than khi những người thân và những người gần gũi qua đời, vì ngài đã hoàn toàn quét sạch hết mọi cảm xúc. Ngài Anuruddha, một vị A-la-hán (Arahat), không khóc than khi đức Phật qua đời. Tuy nhiên, ngài Ananda, lúc đó chỉ là một vị Tu-đà-hoàn (Sotapanna) mới đạt quả vị thứ nhất trong các bậc thánh, đã không kìm giữ được khóc than. Các tỷ kheo than khóc phải nhớ quan điểm của đức Phật về những hoàn cảnh có bản chất như vậy:

“Ông Ananda! Có phải đức Phật đã dạy chúng ta rằng những gì sanh ra, những gì tồn tại và những gì duyên hợp đều đi đến tan rã (thành, trụ, hoại, diệt) ? Đó là tính chất của duyên hợp. Khi duyên hợp xuất hiện rồi thì lại mất đi – có thành thì phải có hoại – và khi những duyên hợp đó hết. Tịch tịnh hiện tiền. ”

Những lời dạy trên đây mô tả nền móng cấu trúc của triết lý Phật giáo.

NGUYÊN NHÂN CỦA KHỔ ĐAU

Nguyên nhân của các buồn phiền và khổ đau là do Luyến Ái dưới mọi dạng thức. Nếu chúng ta muốn tránh khổ đau, chúng ta phải bỏ luyến ái – không

phải chỉ luyện ái người, mà luyện ái của cái nữa. Đó là sự thực căn bản, là bài học mà cái chết dạy ta. Luyện ái cung cấp cho chúng ta nhiều thứ để thỏa mãn cảm xúc của chúng ta, và dẫn ta vào con đường trần tục. Nhưng cuối cùng luyện ái trở thành nguyên nhân của đau khổ. Nếu không học điều này, cái chết có thể tấn công và khủng bố chúng ta. Sự kiện này đã được đức Phật soi sáng rõ ràng. Ngài dạy : “Cái chết sẽ mang con người đi khỏi, dù người đó cố bám lấy con cái và của cải, giống như một trận lụt lớn cuốn sạch cả ngôi làng đang ngủ.”

Lời dạy này ngụ ý là nếu ngôi làng đó tỉnh thức và cảnh giác thì có thể tránh khỏi sự tàn phá của lũ lụt.

AI CŨNG PHẢI CHẾT

Chúng ta hãy nghiên cứu đức Phật giải quyết vấn đề cho hai người, vì luyện ái mà cái chết làm cho đau khổ. Một người là bà Kisagatomi. Đứa con trai duy nhất của bà ta bị rắn độc cắn chết. Bà ta bỗng đưa con trai chết đến cầu cứu đức Phật. Đức Phật bảo bà hãy đem đến cho đức Phật một vài hạt giống cải (mustard seed) của một gia đình không có ai chết, đức Phật sẽ chữa cho. Nhưng bà ta không thể tìm thấy một gia đình nào mà không có người chết. Tất cả các gia đình mà bà đã đến thì không nhà nào là không khóc than hay đã khóc than về cái chết của người thân, vào một lúc nào đó. Bà đã hiểu sự thật đáng cay : cái chết rất phổ biến. Cái chết giáng xuống tất cả mọi người và không chừa ai cả. Buồn đau là di sản đối với mọi người.

Một người khác là Patacara. Trường hợp của bà này buồn thảm hơn. Chỉ trong vòng một thời gian ngắn, bà mất hai đứa con, chồng, anh em, cha mẹ và tất cả của cải. Buồn đau đến mất trí, bà đã loã lổ chạy như điên như dại trên đường phố cho đến khi gặp đức Phật. Đức Phật đã giúp bà trở lại bình thường bằng cách giảng giải cho bà nghe là cái chết là một hiện tượng tự nhiên của tất cả mọi người.

“Con đã đau khổ nhiều lần như thế này, chứ không phải lần này thôi, Patacara; con đã đau khổ nhiều lần trong những tiền kiếp của con. Đã lâu, con đau khổ vì cái chết của cha mẹ, con cái và những người thân. Khi con đau khổ như vậy, nước mắt của con thật nhiều hơn nước ở biển cả.”

Cuối cùng, Patacara nhận thức được cái vô thường của cuộc đời. Patacara và Kisagotami hiểu rõ cái khổ và cả hai đều cảm nhận được sự đau khổ của cái chết. Bằng cách hiểu sâu xa Đế Thứ Nhất của Tứ Diệu Đế (The Four Noble Truths) về “khổ”, thì Ba Đế còn lại cũng hiểu được. Đức Phật nói, “Này các thầy, đây là khổ, nguyên nhân của khổ, đây là diệt khổ, và con đường dẫn đến chấm dứt khổ.”

NĂM UẨN

Chết là sự tan rã của Uẩn (Five aggregates). Những Uẩn này là thọ (sensation), tưởng (mental formations), hành (consciousness), thức (perception), và sắc hay vật chất (matter). Bốn nhóm đầu thuộc về tinh thần hay nama; hợp thành đơn vị của thức. Nhóm thứ năm, rupa là vật chất hay vật lý uẩn. Sự phối hợp của tâm vật lý đó theo quy ước được đặt cho một cá nhân, một con người hay cái Tôi. Cho nên những cá thể hiện hữu như thế không phải là những cá nhân nào mà là hai thành phần cấu tạo cơ bản của tinh thần và vật chất, thành phần này là những hiện tượng hiếm. Chúng ta không coi năm uẩn là những hiện tượng mà là một thực thể vì cái tâm si mê của chúng ta, vì sự ham muốn bám sinh của chúng ta, đã coi những thứ nói trên là của ta để thoả mãn cái ngã (tôi) quan trọng của mỗi chúng ta.

Chúng ta sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật nếu chúng ta chịu nhẫn nại và có ý chí. Nếu chúng ta quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm và nhận xét một cách khách quan, không hề liên tưởng đến bản ngã trong một thời gian như đức Phật dạy trong Kinh Sati Patthana, chúng ta sẽ thấy năm uẩn, không phải là một thực thể, mà là một loạt các tiến trình vật

chất và tinh thần. Rồi chúng ta sẽ nhìn thấy năm uẩn này phát sanh và biến đi liên tục nhanh chóng. Chúng luôn luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ Tĩnh mà Động, không bao giờ là Thực Thể mà luôn luôn Biến Hiện.

TÁI SANH

Bốn thức và ba nhóm của yếu tố tinh thần (thọ, tưởng, hành), tạo thành Nama hay đơn vị của thức, biến chuyển không ngừng, nổi lên rồi biến đi không cùng một khuôn mẫu vì những khuôn mẫu đó cũng biến hoá luôn . Chúng phải lập lại ngay một nền tảng tự nhiên mới (sắc) - một lớp vật chất tươi tốt như trước - để hoạt động điều hoà. Nghiệp quả hành động như một định luật, và định luật này điều khiển việc sắp xếp năm uẩn sau khi chết. Kết quả là “tái sanh”.

YẾU TỐ VÀ NĂNG LƯỢNG

Tóm lại, sự phối hợp của năm uẩn gọi là sanh và sự hiện hữu của những uẩn đó được gọi là đời sống. Sự tan rã của chúng gọi là chết (tử), và sự tái phối hợp của những uẩn ấy gọi là tái sanh. Tuy nhiên, một người bình thường không dễ dàng gì hiểu được tại sao những cái gọi là uẩn đó lại có thể tái phối hợp. Chúng ta cần hiểu rõ bản chất của các yếu tố (năm uẩn), năng lượng tinh thần (hay sức mạnh tinh thần), định luật về nghiệp quả, và sự song hành của năng lượng vũ trụ (khí) rất quan trọng. Một số người cho rằng cái chết là sự tan rã của năm uẩn, và sau đó chẳng còn gì tồn tại nữa. Có người lại cho rằng chết có nghĩa là sự chuyển tiếp linh hồn từ một thân xác này đến một thân xác khác. Và với một số khác, họ cho rằng chết là sự kèm giữ vĩnh viễn một linh hồn chờ đợi Ngày Xét Xử ... Tuy nhiên với người Phật tử, chết chẳng là gì cả mà chỉ là tạm chấm dứt một hiện tượng tạm thời. Chết chưa phải là một sự huỷ diệt hoàn toàn của cái được gọi là chúng sanh.

NGUYÊN NHÂN CÁI CHẾT

Theo đạo Phật, Chết xảy ra do một trong bốn nguyên nhân sau đây :

1. Mạng căn (hay thọ mạng) của chúng sanh, tùy vào mỗi loại, đã hết .
Cái chết này là mạng triệt (Ayukkhaya).
2. Sức hành của Nghiệp tạo nên đời sống đã kiệt. Cái chết này gọi là Nghiệp dĩ (Kammakkhaya).
3. Sự chấm dứt cùng một lúc của hai nguyên nhân trên – Ubbayakkhaya.
4. Cuối cùng có thể do hoàn cảnh bên ngoài, như tai nạn, biến cố bất ngờ, hiện tượng thiên nhiên hay Nghiệp quả từ kiếp trước không đề cập tại điều 2.
Cái chết này gọi là Upacchedake.

Có một sự tương đồng rất đúng để giải nghĩa bốn trường hợp chết trên đây :
Một ngọn đèn dầu có thể tắt do một trong bốn nguyên nhân :

1. Bấc trong ngọn đèn đã cháy hết. Điều này giống như thời gian cho một kiếp đã hết.
2. Dầu đã cạn giống như Nghiệp lực đã hết.
3. Dầu và bấc cháy hết cùng một lúc, giống như cái chết do cả hai nguyên nhân phối hợp đề cập tại 1 và 2.
4. Hiệu quả của các yếu tố bên ngoài như gió thổi làm đèn tắt - chết do các nguyên nhân ngoại cảnh.

Cho nên, Nghiệp quả không phải là nguyên nhân duy nhất của cái chết. Có những nguyên nhân bên ngoài gây ra cái chết. Giáo lý của đức Phật minh định rõ ràng Nghiệp quả không thể giải thích tất cả những việc xảy ra trong đời sống của chúng ta.

ĐƯƠNG ĐẦU VỚI BIẾN CỐ

Làm sao chúng ta có thể đương đầu với các điều không tránh được này một cách tốt nhất ? Nên tiên liệu và suy nghĩ là cái chết trước sau cũng phải đến. Điều này không có nghĩa là người Phật tử quan niệm cuộc đời là ảm đạm. Chết là một sự thật, và ta phải đương đầu- và Phật giáo là tôn giáo của lý trí,

huấn luyện các đệ tử phải trực diện với các sự kiện, dù các sự kiện này làm ta không hài lòng. Trưởng giáo Nanak, vị khai sáng ra đạo Sikh nói, “Thế gian sợ chết, với tôi, chết đem niềm vui”. Thật rõ ràng những vĩ nhân và những người cao thượng không sợ chết và sẵn sàng chấp nhận nó. Nhiều vĩ nhân đã hy sinh mạng sống của mình để người khác được hạnh phúc. Tên tuổi của các vị này đã được lưu truyền trên bảng vàng lịch sử thế giới cho hậu thế.

CÁI CHẾT KHÔNG TRÁNH ĐƯỢC

Thật là một nghịch lý khi chúng ta thấy cái chết đã cướp đi biết bao sinh mạng của nhân loại nhưng chúng ta ít khi nghĩ đến là chúng ta cũng thế, trước sau cũng trở thành nạn nhân của tử thần.

Vì quá lưu luyến với cuộc đời, chúng ta không muốn mang trong lòng tư tưởng yếu đuối, nhưng thực tế cái chết là một sự thật hiển nhiên. Chúng ta muốn chấm dứt ý nghĩ ghê gớm đó và tự lừa dối mình rằng chết là một điều xa vời, một điều không cần phải lo lắng. Chúng ta phải có đủ can đảm đương đầu với biến cố ấy. Chúng ta phải sẵn sàng trực diện với sự thật trần trụi này. Chết là điều có thật! Nếu chúng ta nhận thức được như vậy, và biết rằng cái chết không tránh khỏi; chúng ta hãy coi nó như một sự bình thường chứ không phải là một biến cố đáng sợ; để khi nó đến, chúng ta sẽ đương đầu với nó một cách bình tĩnh, can đảm và tự tin.

BỒN PHẬN VÀ TRÁCH NHIỆM

Biết rằng một ngày nào đó, cái chết sẽ cướp mạng sống của ta, chúng ta phải bình tĩnh, can đảm và tự tin để làm tròn bổn phận và trách nhiệm với gia đình. Chúng ta không nên chần chừ chu toàn trách nhiệm và bổn phận của chúng ta. Những việc gì có thể làm được hôm nay, đừng để đến ngày mai. Chúng ta không nên phí phạm thời gian và nên sống một cách hữu ích. Những bổn phận đối với vợ, chồng và con cái đứng hàng ưu tiên phải được

thi hành đúng lúc. Để tránh gây căng thẳng và khó khăn cho gia đình, chúng ta đừng chờ đợi đến phút cuối cùng mới viết di chúc. Cái chết có thể đến với chúng ta bất cứ lúc nào – nó không chờ ai cả và không chờ đợi. Chúng ta nên can đảm trực diện với biến cố tối hậu này với hy vọng và tin tưởng rằng chúng ta đang chuẩn bị cho đời sống kế tiếp.

ÁI DỤC VÀ VÔ MINH

Có thể chế ngự được cái chết không? Câu trả lời là, Có! Có chết vì có sanh. Sự tiếp diễn không ngừng của cái sanh được gọi là luân hồi. Nếu chu trình của sự sống ngưng lại, cái chết có thể chấm dứt ngay tại giai đoạn Vô minh (Avijja) và Ái dục (Tanha) – Đó là gốc rễ của cái vòng sanh tử, cần phải bị tiêu diệt. Cho nên, nếu cắt được Ái dục và Vô minh, sanh được chế ngự, chết cũng bị chinh phục, thoát khỏi luân hồi, và Niết bàn hiện tiền.

Chúng ta phải hiểu là mọi vật trong vũ trụ này đều không có thật, và cuộc sống chỉ là ảo mộng. Nếu chúng ta dùng khoa học hay triết lý để phân tách, cuối cùng chúng ta khám phá thấy không có gì cả, mà chỉ là hư không.

Gandhi đã từng nói : “Sợ chết chẳng khác gì sợ bỏ một cái áo cũ đã rách.”

Vì luyến ái, chúng ta rất đau khổ khi mất người mình thương yêu. Việc này xảy ra cho bà Visakha, một đệ tử hết lòng trong thời đức Phật. Khi đứa cháu gái yêu dấu của bà chết, bà tìm đến đức Phật để yêu cầu đức Phật giải cứu cho bà khỏi phiền não.

“Này Visakha, bà có muốn có nhiều con nhiều cháu như số trẻ trong thành phố này không?”, đức Phật hỏi bà.

“Thưa vâng, bạch đức Thế Tôn, dĩ nhiên là con muốn.”

“Này Visakha, nếu vậy, bà sẽ khóc khi chúng chết phải không? Những ai có một trăm thứ yêu dấu, những người đó có một trăm điều phiền não. Kẻ không có thứ gì để yêu dấu, kẻ đó không có phiền não. Người như vậy mới thoát khỏi phiền não.”

Khi chúng ta mang lòng luyến ái, chúng ta phải chuẩn bị chịu đựng phiền não trong lúc chia ly. Tham sống đôi khi làm cho người ta sợ chết. Chúng ta không dám chấp nhận rủi ro, thậm chí vì một lý tưởng chính đáng. Chúng ta sợ hãi bệnh tật hay tai nạn sẽ chấm dứt cuộc đời hình như quý giá của chúng ta. Biết rằng chết là điều tất nhiên, chúng ta hy vọng và cầu nguyện cho linh hồn được lên Trời, để xác thân chúng ta được yên ổn và gìn giữ. Tin tưởng như vậy bắt nguồn từ những tham vọng mãnh liệt, muốn có một đời sống trường cửu.

Mỗi người, mỗi cá nhân phải biết rõ vai trò của cái chết, nó định đoạt số phận của mình. Dù là hoàng tộc hay bình dân, giàu hay nghèo, mạnh hay yếu, nơi an nghỉ cuối cùng của thân xác con người là ở trong quan tài, chôn sâu sáu tấc, hoặc trong bình đựng tro cốt, hoặc ở dưới nước.

Tất cả nhân loại phải đương đầu và chịu đựng một số phận. Vì si mê không hiểu thực chất của đời sống, chúng ta thường rên rỉ khóc than. Khi ta hiểu được thực chất của đời sống, chúng ta có thể nhìn thẳng cái vô thường của tất cả mọi duyên hợp, và tìm cách giải thoát. Nếu chúng ta không thoát khỏi những trói buộc của cuộc đời, chúng ta sẽ phải đối mặt với cái chết mãi mãi. Về phương diện này, vai trò của cái chết thật rõ ràng. Nếu người ta không chịu nổi cái chết, thì họ phải hết sức cố gắng để vượt qua cái vòng sanh tử, tử sanh.

SUY NGẪM VỀ CÁI CHẾT

Tại sao chúng ta phải nghĩ về cái chết? Tại sao ta phải suy ngẫm nó? Đức Phật không những chỉ khuyến khích chúng ta nói về cái chết, Ngài cũng khuyến chúng ta suy ngẫm nó và nghĩ đến nó thường xuyên. Đó là có sanh thì có chết. Tinh thần và thể xác được tạo nên trong lúc thai nghén, phát triển, lớn lên và trưởng thành. Nói một cách khác chúng theo tiến trình già nua. Đầu tiên, chúng ta gọi tiến trình đó là lớn lên, rồi già đi. Thật ra đó chỉ

là một tiến trình của sự lớn lên, phát triển, trưởng thành và cuối cùng là cái chết không sao tránh được.

Ngày nay, theo thống kê trên thế giới, mỗi ngày có hai trăm ngàn (200 000) người chết hay độ 70 triệu mỗi năm.

Chúng ta không quen suy ngẫm hay dấn động về cái chết. Điều chúng ta thường làm là tránh nghĩ về cái chết và sống như thế chẳng bao giờ phải chết cả. Chùng nào mà chúng ta còn sợ chết, chúng ta không bao giờ sống một cuộc đời đầy đủ và tốt đẹp nhất. Cho nên một trong những lý do chánh yếu để suy ngẫm cái chết là để chúng ta hoàn toàn tỉnh thức, để khỏi sợ hãi. Suy ngẫm về cái chết không làm cho chúng ta chán nản hay yếm thế, mà chỉ có mục đích giúp cho chúng ta thoát khỏi sợ hãi.

Lý do thứ hai suy ngẫm về cái chết sẽ thay đổi lối sống và thái độ của chúng ta với cuộc đời. Giá trị trong cuộc sống hoàn toàn thay đổi một khi chúng ta nghĩ rằng mình không sống mãi ở đời, chúng ta sẽ bắt đầu một lối sống khác hẳn.

Lý do thứ ba để có khả năng làm quen đương đầu với cái chết một cách xác đáng và yên lành. Suy ngẫm về cái chết có ba điều lợi ích :

- bớt sợ hãi
- đem lại phẩm chất mới cho đời sống để chúng ta sống cuộc đời có giá trị thích đáng và
- giúp chúng ta chết trong vinh dự.

Những lợi ích trên giúp chúng ta sống lương thiện và chết có phẩm giá.

Chúng ta còn cần gì nữa ?

Đạo Phật khuyến khích suy ngẫm về những nhân tố sau đây :

- tôi sống với tuổi của tôi, tôi không lo già
- bệnh tật là lẽ thường, tôi không quá nghĩ về nó
- tôi gánh chịu Nghiệp quả của tôi và tôi không thoát khỏi Nghiệp Lực.

- chết là lẽ thường tôi không quá lo nghĩ về cái chết và

- tất cả những gì dễ thương và thích thú của tôi sẽ thay đổi và sẽ bỏ tôi.

Khi chúng ta bình tâm suy ngẫm về những thực trạng ấy, và giữ trong tiềm thức, nó sẽ có tác dụng mạnh mẽ để khuất phục sợ hãi, tuổi già, bệnh tật, cái chết, và chia ly. Điều này không phải làm cho chúng ta kém lành mạnh, mà chính là giúp chúng ta thoát khỏi sợ hãi. Cho nên tại sao chúng ta nên suy ngẫm về cái chết? Không phải là chúng ta mong mỗi cái chết đến mà là chúng ta không muốn sống hay chết trong sự sợ hãi.

CHẾT LÀ MỘT PHẦN CỦA ĐỜI SỐNG

Cái chết đến với tất cả mọi người và là một phần của cái vòng sinh tử.

Người chết trẻ, kẻ chết già, chẳng ai không chết. Chẳng ai mời chúng ta đến thế giới này, và cũng chẳng ai bảo chúng ta từ già. Tôi không tránh được cái chết, và mọi người, mọi cỏ cây, mọi hình thức, mọi chúng sanh đều theo con đường đó. Thu về, lá rụng. Chúng ta không khóc vì cuối mùa lá rụng là điều tất nhiên. Cái chết của loài người cũng thế.

Những người có đạo hạnh, ít sợ chết hơn những người thế tục vì lẽ người thế tục chỉ muốn sống để thỏa mãn năm giác quan của họ.

Theo quan niệm của nhà Phật, chết chưa phải là chấm dứt, và sanh cũng không phải là bắt đầu. Thực ra, chết chính là sự bắt đầu (một kiếp sống mới), và sanh là sự chấm dứt (kiếp sống cũ). Cái chết chỉ là một phần trong tiến trình sanh tử, tử sanh. Nếu chúng ta hiểu được tiến trình đó, cái chết không làm khiếp sợ vì chết chưa phải là hết. Nó chỉ là đoạn cuối của cái vòng sanh tử, đi hết vòng này lại đến vòng khác, và tiếp diễn không ngừng tí như lá lìa cành chưa phải là hết. Chúng vào lòng đất và nuôi rễ cây, sang năm cây lại có lá mới. Đời sống của con người cũng như vậy. Cái chết làm nhân duyên cho sự tái sanh. Hiểu biết được nguyên tắc căn bản đó, chúng ta sẽ nhẹ bớt sợ hãi.

SỐNG CÓ Ý THỨC

Chúng ta sống một cách điên rồ, không nghĩ rằng mình đã tốn biết bao nhiêu thời giờ cho những việc vô bổ. Hôm nay, chúng ta phí thời giờ lo cho những chuyện năm tới, cho 20 năm tới, và lo lắng cho tương lai đến độ chúng ta chẳng sống trọn vẹn cho mỗi ngày ?

Và giá trị trong đời sống của chúng ta sẽ thay đổi. Đời sống có gì quan trọng? Những gì thúc đẩy chúng ta? Những gì lôi cuốn chúng ta? Nếu chúng ta thực sự suy ngẫm cái chết, chúng ta sẽ xét lại giá trị của chúng ta. Có nhiều tiền, chúng ta không thể đem theo được. Thân xác chúng ta phải bỏ lại để mai táng bằng cách này hay cách khác. Chỉ còn lại nắm xương tàn vô giá trị. Chúng ta không thể mang theo ngay cả cái xác thân quý giá của chúng ta khi chúng ta lìa bỏ cõi đời này.

Phẩm chất của cuộc đời quan trọng hơn sự thủ đắc vật chất. Phẩm chất của cuộc đời trước tiên là phẩm chất tâm trí của chúng ta. Chúng ta sống thế nào ngày hôm nay quan trọng hơn nhiều ngoại vật khác. Chết là điều kiện để tái sinh. Điều kiện cho sự tái sinh là cái chết và phẩm chất tâm trí, cái độc nhất mà chúng ta mang theo. Đó là cái gia tài để chúng ta thừa hưởng mà không để lại cho người khác.

Tôi tạo Nghiệp, tôi phải thọ Nghiệp.

Nghiệp sanh ra tôi, tôi phải tôn trọng và gánh chịu Nghiệp lành hay Nghiệp dữ do tôi đã tạo ra, tôi đều phải gánh chịu hết, do đó tôi là người thừa kế.

Những gì theo ta là những phẩm hạnh có ở trong ta : phẩm hạnh của tâm trí, của tinh thần, cùng những phẩm hạnh tốt, xấu. Đó là tất cả những thứ chúng ta được thừa hưởng. Đó là điều kiện tiên quyết định việc tái sinh và tương lai của chúng ta. Đến lượt những phẩm hạnh đó đem lại một giá trị cho đời sống của chúng ta. Chúng ta có thể vui về bạc triệu mà chúng ta đã kiếm được; nhưng điều quan trọng hơn là chúng ta cần sống yên ổn và trau dồi

đạo đức. Điều này có tác dụng tốt vào lối sống của chúng ta, và vào những giá trị mà chúng ta phát triển. Không phải là vấn đề thành công, mà là vấn đề làm sao để thành công.

CHẾT XỨNG ĐÁNG

Sau khi đã suy xét các điều trên, nếu chết không còn là một sự đe dọa mà là một kinh nghiệm thực tế, chúng ta có thể trực diện nó với lòng tin tưởng.

Chúng ta không chỉ theo những điều nói trên mà còn cần có nhiều hành động khác để chết một cách xứng đáng. Nếu chúng ta sống lương thiện, chúng ta chết dễ dàng hơn. Dù đã sống sung sướng hay đau khổ, chúng ta phải cố gắng chết một cách xứng đáng. Để đương đầu với cái chết phải đến, chúng ta hãy nỗ lực trong việc phát triển phẩm hạnh không sợ hãi.

Có một số người sợ chết hơn sợ đau đớn và sợ chia lìa người thân hơn là những thứ đáng sợ khác. Khi một người sắp chết, nên gọi lòng can đảm và trấn an họ. Nhưng trước tiên, mình phải trấn an mình đã. Dĩ nhiên, đau đớn sẽ hành hạ và không thể chịu đựng nổi. Nhưng ngày nay, nhờ những tiến bộ y khoa, những đau đớn của chúng ta được giảm thiểu trước khi chết. Đau đớn không còn là một điều sợ hãi không tránh được nữa.

Tôi thường trấn an người sắp chết, như trường hợp một người không còn sống nổi vì ung thư : người ta không để bạn phải đau đớn vì việc điều trị nhanh chóng sẽ giảm bớt đau đớn. Kết quả quan trọng là người bệnh được thoải mái và chết nhẹ nhàng. Một số người khác lo âu vì sợ mất của cải.

Nhưng nếu họ biết suy ngẫm về cái chết thì không có gì phải lo. Chúng ta hiểu có hợp thì có tan. Nếu một người sắp từ trần không suy gẫm được điều này, chúng ta cần ân cần khuyến khích và trấn an họ là con cái và những người thân quyến còn lại sẽ được chăm sóc. Cần giúp họ an lòng là mọi việc sẽ đều tốt đẹp, có bạn hữu lo lắng cho họ, họ cần có sự động viên can đảm để được thoải mái, an tâm, và tất cả mọi việc sẽ được chăm lo chu đáo.

Trọng tâm của việc này là gọi lòng can đảm của người sắp chết để họ được an lòng. Làm thế nào để chết xứng đáng? Theo Phật giáo là tạo một bầu không khí bình an trong phòng người sắp ra đi. Không ích lợi gì nếu có người gào thét, kêu la và khóc lóc. Có gì quan trọng hơn đối với một người sắp chết là việc phải chết? Khóc lóc, kêu gào làm cho người sắp chết không an tâm ra đi. Điều tốt hơn là bạn bè và thân quyến có mặt cần chứng tỏ bằng sự hiện diện của họ rằng họ quan tâm, yêu mến, và sẵn sàng giúp đỡ người sắp ra đi.

“Biểu tượng tôn giáo” rất hữu ích và tiện dụng trong lúc này. Nếu người sắp chết là một Phật tử, một tượng Phật nhỏ cùng sự có mặt của các nhà sư với những lời cầu nguyện êm dịu sẽ rất ích lợi và giúp người chết có niềm an lạc và phẩm hạnh cao quý nhất. Đó là điều tuyệt diệu giúp người ra đi, đi tìm cuộc sống mới trong đường lối tốt đẹp nhất.” (Ajahn Jagaro)

CHẾT NHẸ NHÀNG

Mọi người đều mong muốn chết êm ả sau khi đã làm tròn nhiệm vụ và bổn phận trong lúc sanh thời. Sự thật có bao nhiêu người đã sửa soạn cho cái chết này? Chẳng hạn, có bao nhiêu người đã chịu khó nhọc chu toàn nhiệm vụ với gia đình, thân nhân, bạn bè, xứ sở, đạo giáo và thân phận của chính mình? Họ sẽ không yên tâm ra đi khi họ không chu toàn được một trong những nhiệm vụ đó.

Chúng ta phải học cách vượt qua nỗi sợ chết, hiểu rằng các thần linh cũng phải chịu số phận như vậy. Những ai phung phí thời giờ vô ích, sẽ than van khi mình đến ngày tận số.

Khi con người nhìn thấy đời sống của mình chỉ là một giọt nước trong con sông dài, họ sẽ cố gắng để góp sức, dù là ít ỏi vào dòng đời vĩ đại đó. Người khôn ngoan đều hiểu rằng, muốn sống phải tìm cách giải thoát bằng cách tránh tội lỗi, làm điều thiện, và thanh tịnh tâm trí. Người hiểu đời sống theo

giáo lý của đức Phật không bao giờ lo lắng về cái chết. Cái chết không gây ra phiền não, nhưng thật sẽ đáng buồn nếu ta chết mà chưa kịp làm gì cho chính mình và cho người khác.

NGÀY HÔM NAY TÔI CHẾT

David Morris là một học giả Phật giáo Tây phương chết lúc 85 tuổi. Ít lâu sau khi ông chết, kẻ viết tập sách nhỏ nhận được lá thư của ông (hiển nhiên ông đã viết thư này trước đây và dặn gửi thư này đi khi ông chết). Thư như sau : “Ông sẽ vui khi biết tôi chết ngày hôm nay. Có hai lý do : Điều thứ nhất, ông sẽ yên lòng khi biết được sự đau đớn của tôi do bệnh tật cuối cùng đã hết. Điều thứ hai, từ khi tôi trở thành Phật tử, tôi đã giữ năm giới một cách trung thực. Kết quả, ông biết kiếp tới của tôi sẽ không đau khổ.” Đời sống như một giấc mộng. Cái chết là điều xảy ra thực tế và tái sinh là điều xuất hiện tự nhiên. Để trực diện với biến cố này, ta phải tiếp tục hay chấm dứt cái vòng sanh tử để thoát khỏi khổ đau, đó mới chính là điều mà con người tri thức cần quan tâm.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

PHẦN II

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

NGƯỜI PHẬT TỬ NÊN LÀM GÌ?

Những sự kiện vui vẻ như sanh con, hôn nhân và những trường hợp buồn như đau yếu, qua đời của kiếp người rất cần thiết đến việc áp dụng một số nghi thức được triển khai ở mọi xã hội từ thời thượng cổ. Những nghi thức này, đã có từ trước khi những tôn giáo lớn được thành lập trên thế giới, được truyền thừa từ cha ông chúng ta, và qua dòng thời gian, lần hồi trở thành hình thức theo truyền thống và tập quán cho đến ngày nay. Chúng ta vẫn tiếp tục áp dụng nhiều nghi thức này vì không hiểu biết và vì sợ hãi không dám thay đổi hay loại bỏ dù chúng ta đã được tiếp cận với một nền giáo dục hiện đại và một đời sống tiên tiến.

Đặc biệt, nghi thức trong trường hợp buồn như có người chết hay tang lễ vẫn còn bị bao phủ trong huyền bí dị đoan, và khiến tang quyến phải chịu một gánh nặng khi phải chi tiêu một món tiền lớn. Đó là lý do khiến một số đông Phật tử đã theo đạo khác và cũng là nguyên nhân tạo lợi khí cho những người theo đạo khác nhắm mũi dùi công kích vào những người theo đạo Phật. Vấn đề cấp thiết là tất cả các cộng đồng Phật giáo tại tất cả các quốc gia trên thế giới phải tỉnh thức về tình trạng này và cố gắng cải cách việc thực hành nghi thức và nghi lễ cho phù hợp với nguyên tắc tôn giáo của

đạo Phật.

Cuốn sách này trình bày một cách đơn giản và dễ hiểu một số nghi thức mà Phật tử có thể thực hành trong những dịp vui, buồn trong đời người. Hy vọng các Phật tử sẽ cố gắng hiểu biết các nghi thức này và áp dụng trong trường hợp cần đến. Làm được như vậy, người Phật tử không những được mãn nguyện và an lòng khi thấy mình thực thi đúng nghi thức Phật giáo mà còn làm nổi bật tôn giáo của mình trước mắt những người theo đạo khác.

Tan Teik Beng

Chủ tịch Hội Truyền Giáo Mã Lai

1, tháng giêng, 1989

BỒN PHẬN CHA MẸ TRONG VIỆC NUÔI NẮNG CON CÁI

Sanh con là một dịp vui mừng. Có con cái và nuôi dưỡng chúng giống như dần bước vào một cuộc phiêu lưu đầy hạnh phúc và tin tưởng, đồng thời cũng có nghĩa là sự khởi đầu của một thời gian dài đầy hy sinh và trách nhiệm của cha mẹ. Dù rằng con người đã tiến bộ rất xa trên bậc thang tiến hoá, nhưng trẻ nhỏ vẫn cần một thời gian dài mới trưởng thành và tự lập được. Cha mẹ với bổn phận nặng nề, chịu trách nhiệm săn sóc và nuôi dưỡng chúng cho đến khi chúng thành người hữu dụng. Tuy nhiên qua nhiều thế kỷ, xã hội đã thử nghiệm những phương pháp có kết quả rất tốt để hướng dẫn các bậc cha mẹ trong việc nuôi nấng con cái. Trong tương quan này, tôn giáo đóng vai trò chính cung cấp cho cha mẹ một phương pháp tổ chức để huấn luyện đưa trẻ về đạo đức, cách cư xử và luân lý. Trong đạo Phật, đức Phật đã ban cho các bậc cha mẹ lời khuyên dạy rất hữu ích về nhiệm vụ đối với con trẻ và ngược lại. Kinh Sigalovada Sutra có lẽ là lời khuyên tốt nhất trong những lời dạy của đức Phật. Trong một trường hợp, đức Phật thấy một thanh niên trẻ đang thực thi một nghi thức đơn giản là cúi lạy sáu hướng (bắc, nam, đông, tây, trên, dưới). Hỏi thanh niên này về ý nghĩa và mục đích

của hành động lễ lạy này, người thanh niên trả lời không biết, và anh chỉ làm theo lời khuyên bảo của người cha đã qua đời. Đức Phật đặc biệt không trách cứ thanh niên thi triển nghi thức trên, nhưng Ngài đã giảng dạy ý nghĩa hữu ích của việc thực hành lễ lạy này. Đức Phật nói hành động lễ lạy biểu lộ lòng tôn kính sáu hướng, có nghĩa là tôn kính việc chu toàn nhiệm vụ và bổn phận với cha mẹ, sư trưởng, hàng giáo phẩm, vợ, con cái và người làm. Như vậy, chúng ta thấy đức Phật nhấn mạnh sự tương quan giữa mọi người với nhau, nhưng đặc biệt giữa cha mẹ và con cái. Cha mẹ phải săn sóc con cái và cho chúng quyền độc lập đúng lúc, và cho con thừa hưởng gia tài vào thời điểm thích hợp. Mặt khác, về phần con cái cũng phải có bổn phận săn sóc, thể hiện hết lòng hiếu kính đối với cha mẹ. Điều này phải được thực thi từ sự tương kính và biết ơn cha mẹ, chứ không phải vì mong muốn được lợi lạc mà làm như vậy. Nơi đây cho thấy có một mối liên quan mật thiết giữa tôn giáo và sự liên hệ cha mẹ, con cái. Bậc cha mẹ đừng quên ý nghĩa của tôn giáo khi đưa trẻ ra đời. Một gia đình xây dựng được sự quan hệ với những quy cách của tôn giáo thì gia đình ấy chẳng thể nào đi đến lầm lạc.

Cha mẹ có bổn phận phát triển sự gắn bó ấy dựa vào gia tài văn hoá của tôn giáo. Trong khi tín đồ của các tôn giáo khác bắt buộc thi hành các lễ rửa tội, đặt tên thánh cho đứa trẻ, cha mẹ người Phật tử chỉ cần mang đứa trẻ đến chùa để xác nhận lại niềm tin vào Tam Bảo (Three Jewels), nương tựa vào Phật (Buddha), Pháp (Dhamma), và Tăng (Sangha). Khi nương tựa vào Tam Bảo, các bậc cha mẹ cảm thấy tin tưởng và an lòng trong việc nuôi dưỡng đứa trẻ, vì đứa trẻ được che chở không còn sợ hãi ma quỷ. Chúng ta không phủ nhận sự hiện hữu các thế lực ma quỷ hiểm ác có thể gây tai hại cho con người. Mang đứa trẻ đến chùa và một khoá cầu nguyện thiêng liêng theo truyền thống cầu phước cho em nhất định tạo phúc lợi cho em. Việc trên đây cũng được coi như là bước đầu trong việc liên hệ với ngôi chùa từ khi em

còn trứng nước. Sự kiện này trở thành phần thiết yếu trong đời sống của đứa trẻ. Thói quen trên nếu được tiếp tục gìn giữ cho đến lúc trưởng thành sẽ đem nhiều lợi ích để đối đầu với khó khăn.

KHÓA LỄ CẦU PHƯỚC CHO CÁC EM NHỎ

Tụng kinh đem hiệu quả tốt cho em nhỏ. Được biết trong lúc đức Phật còn tại thế, khi một em nhỏ trong trường hợp nguy kịch vì ảnh hưởng của ma quỷ bên ngoài, được đem đến trước mặt Phật, đức Phật bảo tất cả các thầy tụng kinh cầu nguyện cho em. Kết quả là đứa bé đã thoát chết và sống tới già. Do vậy, em được gọi là “Ayuwaddhana”, có nghĩa là “sống lâu”, và không còn sợ bị chết non nữa.

TẠI SAO CHÚNG TA TÌM NƯƠNG TỰA NƠI ĐỨC PHẬT

Khi những người tin tưởng vào một đấng thiêng liêng nào đó, lúc sợ hãi, buồn thảm hay gặp khó khăn, họ thường cầu nguyện để được giúp đỡ và che chở. Nhiều Phật tử hỏi là phải cầu xin ai khi gặp phải trường hợp bất an.

Trong trường hợp này, người Phật tử nên tưởng nhớ tới đức Phật trong tâm trí để tìm sự bằng an. Quan niệm về thượng đế của người Phật tử khác hẳn với các tôn giáo khác. Khi suy tưởng về các đức hạnh cao cả của đức Phật, những chiến thắng vĩ đại cùng những đặc tính bình thản và cao thượng của Ngài, đầu óc người Phật tử sẽ bình tĩnh lại và tự tin. Có nhiều tín đồ của các tôn giáo khác nói rằng Thượng đế không phải là người, mà là một sức mạnh được nhân cách hoá trong đầu óc. Khi đầu óc bình tĩnh, sung mãn, và tập trung vào sức mạnh ấy, họ có thể đối đầu với các xáo trộn, lượng định những khó khăn và tìm cách vượt qua được. Người Phật tử giải quyết các khó khăn bằng đường lối tương tự, nghĩa là gọi trong tâm trí hình ảnh của đức Phật.

Một số khó khăn của chúng ta đương nhiên là do tâm trí của chúng ta, nên tâm trí của chúng ta có thể giải quyết được chúng nhờ vào sự hiểu biết và tự tin. Vậy nên sự hiểu biết về Pháp (Dhamma) rất là quan trọng. Khi tâm trí

mạnh mẽ tưởng nhớ và thành kính với đức Phật, những cảm nghĩ bơ vơ, sợ hãi ma quỷ, cô đơn sẽ được khắc phục, và ta sẽ lấy lại được lòng tự tin. Điều này có nghĩa là tìm nương tựa nơi đức Phật.

Trong khi tìm nơi nương tựa cho con em tại chùa, ta có thể dâng cúng hoa, hương, nến hay trái cây tại chánh điện và cung thỉnh thầy trụ trì tụng kinh cầu phước cho đứa trẻ. Nếu muốn, có thể xin thầy trụ trì đặt cho em một pháp danh.

Khi đứa trẻ lớn lên, trách nhiệm của cha mẹ là thường xuyên đem em đến chùa để có thể gần gũi các thiện tri thức, nghe những bài giảng đơn giản và những bài thuyết pháp, và lợi lạc bắt nguồn từ đó. Trong thời gian này, đứa trẻ sẽ quen thuộc với việc hành trì và sẽ cảm thấy thoải mái giữa bầu không khí thanh tịnh của ngôi chùa. Lẽ dĩ nhiên đứa trẻ nên được đưa đến chùa vào những khoá lễ cầu phước, đặc biệt trong những dịp quan trọng như ngày tựu trường, ngày thi, sinh nhật, và những dịp vui khác. Khi đứa trẻ nghe kinh quen rồi, chúng tin tưởng được che chở nhờ ảnh hưởng của kinh điển. Cho nên chúng sẽ làm thật tốt những việc phải làm, và kết quả là chúng sẽ ít lo lắng mà cảm thấy vững tâm, và không còn sợ bị bỏ rơi không được giúp đỡ.

HỌC PHÁP VÀ THỰC THI NHỮNG TẬP TỤC VĂN HOÁ

Phương thức hữu hiệu để trình bày các bài giáo lý cho các em về luân lý và đạo đức là dùng các tranh ảnh, các biểu tượng tôn giáo và các bài nói về truyền thuyết và các mẫu chuyện về Phật giáo. Phương pháp này rất hấp dẫn nhiều người, đặc biệt các em nhỏ, nhận thức giá trị Phật giáo càng tốt hơn. Những màn trình diễn trên sân khấu hay các bức phác hoạ mô tả lịch sử, các truyền thuyết về đức Phật cũng tạo một ấn tượng tốt và lâu dài trong đầu óc các em.

Muốn dìu dắt các em vào con đường chính đáng, các bậc cha mẹ phải tự mình làm gương và phải sống một cuộc đời có lý tưởng : Không thể có được

các con cái mỹ mãn từ những bậc cha mẹ thiếu tư cách. Ngoài phần khuynh hướng không chỉ cho Nghiệp quả, các em cũng bị ảnh hưởng bởi những khuyết tật cũng như những phẩm hạnh của cha mẹ. Các bậc cha mẹ hữu trách nên cẩn thận không nên truyền lại cho con cái những tật xấu của mình. Lời khuyên của đức Phật về truyền thống và tập tục là không nên chấp nhận hay bác bỏ ngay bất cứ điều gì mà không cứu xét đến ý nghĩa và lợi ích của điều đó. Đối với người Phật tử đã hiểu pháp (Dhamma) và sống một cuộc đời có ý nghĩa, các phương pháp này không cần chú tâm lắm. Đức Phật dạy rằng, dù chúng ta áp dụng phương pháp nào đi nữa thì thái độ của chúng ta cũng phải như một người đã dùng cái bè để qua sông. Sau khi vượt qua sông, người đó không cần phải bám vào cái bè nữa mà nên bỏ lại bên bờ để rồi tiếp tục cuộc hành trình. Tương tự như vậy, những tập tục văn hoá chỉ là những phương tiện để tạo cảm hứng chứ không phải là cứu cánh.

Những tập tục văn hoá Phật giáo ở mỗi nước mỗi khác. Khi thực thi những truyền thống văn hoá này, chúng ta phải cẩn thận không nên cho rằng Phật giáo là thuộc về một trong những nước đó. Thí dụ như chúng ta không nên phân biệt Phật giáo Trung hoa, Phật giáo Tích lan, Phật giáo Nhật bản, Phật giáo Thái lan, Phật giáo Miến điện, hay Phật giáo Tây Tạng. Phân biệt tạo nên bất hoà, kỳ thị và hiểu lầm. Chúng ta cần biết có một số gọi là các nhà lãnh đạo Phật giáo đang hết sức phát huy uy lực của mình dưới nhãn hiệu Phật giáo, bằng cách áp dụng mọi hình thức như bùa chú, thần thông, thần bí và siêu nhiên để bịp bợm quần chúng. Những hành động vô lương tâm này hoàn toàn coi thường những lời đức Phật đã dạy khi nói về những tập quán . Một tập tục khác mà các Phật tử thường làm là tổ chức khoá lễ cầu phước khi dọn về nhà mới. Khi dọn vào nơi cư ngụ mới, hay dời chỗ ở, người Phật tử thường cung thỉnh các thầy đến làm lễ cầu phước để bảo đảm nơi mới đến được che chở khỏi ma quỷ, mọi người đều được hạnh phúc, yên ổn và đoàn

kết. Tương tự như vậy, các buổi lễ cầu phước cũng được tiến hành khi bắt đầu khai trương tiệm buôn hay khởi sự thương mại...

HÔN NHÂN

Theo đức Phật, khi đưa trẻ đến tuổi trưởng thành, bổn phận của cha mẹ là phải tìm kiếm cho con một người vợ xứng đáng để nối dòng. Dĩ nhiên, việc này không phải là một tập quán trong xã hội hiện đại, tuy nhiên cha mẹ vẫn là người giúp đỡ, tìm kiếm một ý trung nhân xứng đôi vừa lứa. Đây là dịp tốt nhất cho cha mẹ giúp con cái về vật chất mà còn âm thầm cho con cái những lời khuyên cáo, và hướng dẫn chúng trong việc chọn lựa người bạn đời tốt hầu tránh được những cạm bẫy ở đời. Nếu đưa trẻ thường xuyên đến chùa, chúng sẽ có nhiều cơ hội để kết giao với các bạn Phật tử đồng lứa tuổi, cùng nhau chia sẻ giá trị và lợi ích của tôn giáo và trở thành những người bạn đường tốt.

Người ta nhận thấy nhiều Phật tử ở xứ này (Mã lai) thường quên bổn phận thiêng liêng vào những dịp quan trọng và đẹp đẽ nhất trong đời sống : hôn nhân. Theo phong tục tại các nước Phật giáo, các thầy thường được mời đến nhà trong dịp lễ hỏi để làm lễ cầu phước. Lễ này có thể tổ chức trước hay sau ngày cưới. Lễ cưới thường được tổ chức tại nơi thị thực hôn thú hay tại nhà trai hoặc nhà gái. Mong rằng tất cả các cặp vợ chồng khi làm lễ cưới đều sẽ chu toàn bổn phận với nhau.

Lễ vật dâng cúng đơn giản như hoa, hương và nến được dùng trong lễ cầu phước gắn với sự có mặt của cả cha mẹ đôi bên trai, gái, thân quyến và bạn hữu. Lễ cầu phước được tổ chức vào một ngày thuận tiện, chắc chắn là một sự đóng góp tinh thần đáng kể cho việc thành công, an lành, hoà đồng, và hạnh phúc cho tân lang và tân giai nhân.

Mê đắm không phải là một yếu tố căn bản cần cho một hôn nhân tốt đẹp; cho nên giới trẻ cần được khuyên bảo về khía cạnh tâm linh trong cuộc tình

của họ trước khi phát nguyện. Khi một cặp trai gái tiến hành hôn nhân bằng cách tuân thủ giáo lý, cặp đó sẽ kính trọng thể chế hôn nhân hơn, và đương nhiên họ sẽ quay về với tôn giáo nhất là lúc tinh thần căng thẳng giao động để tìm nguồn an ủi.

Sau lễ cưới vui vẻ, cặp vợ chồng mới này phải cố gắng trở nên bậc cha mẹ gương mẫu có trách nhiệm về những đứa con tương lai của mình.

NGHI THỨC TÔN GIÁO

Mặc dù các nghi thức, lễ nghi và các cuộc lễ lạc không được các bậc trí thức tán đồng, nhưng việc hành đạo này lại quan trọng trong việc phát triển và duy trì lòng thành tâm, và tạo một ý niệm thiêng liêng về tâm linh trong quần chúng. Đối với đa số, phát triển lòng thành tâm là bước quan trọng nhất trong việc am hiểu một tôn giáo. Nếu không thành tâm và không có mối dây văn hoá gắn liền với Phật giáo, chúng ta sẽ bị lôi cuốn vào những đức tin và tập tục khác, mặc dù chúng ta đã biết hành đạo như vậy là đi đến dị đoan và đức tin mù quáng.

Rất quan trọng cho các tôn giáo là cần có một số nghi lễ vô hại và một số tập tục hợp lý cho con người để nói lên lòng thành và những cảm nghĩ tâm linh. Nhiều nghi lễ Phật giáo đã giúp các Phật tử trau dồi đức tính, và có những cảm nghĩ đứng đắn, khiến họ trở nên những người khoan dung, ân cần và có học thức hơn. Khi được thực hành với sự hiểu biết và nghiêm chỉnh, những nghi thức truyền thống đó tăng cường niềm tin của chúng ta. Nếu thiếu thành tâm, Phật giáo sẽ trở nên lạnh lẽo, rời rạc, có tính cách giáo điều, và lý thuyết suông.

NHỮNG ĐIỀU CẤM KỴ

Đa số mỗi sắc dân tộc đều có những điều cấm kỵ riêng của họ. Đối với những quốc gia ở Viễn đông Á châu, có lẽ chúng ta có nhiều điều cấm kỵ hơn vì những sắc dân này đều có những đức tin duy linh riêng của họ; và

mỗi sắc dân lại bị ảnh hưởng bởi những sắc dân khác. Vì ngu dốt, sợ hãi và dị đoan, mỗi sắc dân có khuynh hướng chấp nhận niềm tin của những sắc dân khác thay vì nghiên cứu để loại bỏ những điều không thích hợp với xã hội hiện đại. Chẳng hạn, có một số người tại nhiều cộng đồng Á châu tin là không nên cắt móng tay lúc trời tối hay gội đầu vào một số ngày nào đó trong tuần. Một số người nghĩ rằng xui xẻo khi sáng sớm gặp một nhà sư trọc đầu, trong khi một số khác lại kiêng cử quét nhà khi trời đã tối. Có người tin là không nên mang thịt đi lúc ban đêm vì sợ bị ma quỷ đánh hơi. Một vài bậc cha mẹ khuyên con cái nên mang theo một thanh sắt để tránh ma. Lại có những người tin là chó tru lên hay cú kêu ban đêm là những điềm không may mắn, và nháy mắt bên trái là điềm tốt. Một số người coi những việc trên là những vấn đề nghiêm trọng. Còn những ai không lưu ý gì đến những việc đó thì chẳng sợ hãi và chẳng lo âu.

Thái độ của người Phật tử về những niềm tin trên như thế nào? Những niềm tin này chỉ do sự kém hiểu biết của chúng ta mà ra. Đôi khi chúng ta cũng có lý về niềm tin đó. Chẳng hạn, nếu cắt móng tay trong đêm tối, điều giản dị là chúng ta có thể cắt phải ngón tay của mình. Về việc lo sợ ma quỷ, đức Phật nói chừng nào mà chúng ta còn đem tình thương yêu đến tất cả chúng sanh hữu hình hay vô hình, chừng nào mà chúng ta không làm hại ai cả, và chúng ta sống hoà hợp và tin tưởng vào sức mạnh của Pháp (dhamma) hay Chân lý được đức Phật dẫn giải, và chừng nào chúng ta hiểu biết chánh đáng nhờ vào sự nghiên cứu giáo lý của Ngài, thì không có gì có thể hại ta được. Điều này cũng có nghĩa là chúng ta phải biểu lộ thành tín bằng cách thường xuyên thăm viếng chùa viện, và tham dự vào những cuộc bàn thảo hữu ích với các thầy để tăng phần hiểu biết về Phật pháp. Chùa phải là nơi giúp chúng ta đạt được nhiều kiến thức và hiểu biết, để gạt bỏ dị đoan và gột sạch sự sợ hãi trong đầu óc của những người ngây thơ, chất phác.

BÙA CHÚ VÀ MA THUẬT

Các cộng đồng Á châu thường cho mình là nạn nhân của ma thuật và bùa chú khi gặp phải những điều bất hạnh trong đời. Hễ thấy có điều gì không hay xảy ra, họ thường đi tìm các nhà bói toán, chiêm tinh gia, đồng cốt và “bùa ngãi”. Tất nhiên bọn buôn bán ma thuật và bùa ngãi sống nhờ thân chủ bằng cách bịa đặt là có truyện gở, hoặc có người nào đó dùng ma thuật để làm hại họ. Rồi họ bảo là họ có thể chống lại các ma lực đó và đòi một số tiền lớn để chữa trị. Thông thường, không những túi tiền của những nạn nhân ngây thơ bị vơi đi mà kết quả chẳng đi đến đâu hết. Phật giáo đại chúng (popular Buddhism) cũng không tránh khỏi những quỷ kế của bọn lang băm và bịp bợm này, vì chúng dám lôi kéo các nhà sư để kiếm tiền của các nạn nhân nhẹ dạ. Cho nên đức Phật đã dạy rõ ràng rằng những bất hạnh của chúng ta là do chính tâm trí chúng ta không được trong sạch và thiếu rèn luyện gây nên; và đường lối duy nhất để gạt bỏ những bất hạnh đó là do sự quyết tâm và hiểu biết của chúng ta.

Phương pháp đối trị các loại bất hạnh của người Phật tử cũng giống như phương pháp của khoa học thần kinh trị liệu hiện đại. Cách này đã được tóm tắt trong phần hai : Nguyên nhân của khổ đau - của Tứ Diệu Đế (The Four Noble Truths). Trước khi tìm cách chữa trị các bất hạnh (Không may, đau yếu, mất người, mất của và khó khăn gia đình), chúng ta phải biết gốc rễ sanh ra các điều này. Chúng ta phải cứu xét thật kỹ những gì đang thực sự xảy ra, và biết rằng chỉ có chúng ta mới khắc phục được những điều bất hạnh đó. Việc tập trung tư tưởng làm cho tâm trí mạnh mẽ để tìm nguyên nhân của những khó khăn ngõ hầu đạt đến một giải pháp. Khi đau yếu, tâm trạng bình thản sẽ giúp chúng ta chống lành bệnh. Trông vào quyền lực siêu nhiên để tránh các bất hạnh không phải là một giải pháp thích ứng để chấm dứt khổ đau. Chúng ta phải suy xét rằng bất hạnh đến với tất cả mọi người

trên thế gian này, cho nên chúng ta phải xem xét kỹ lưỡng để tìm một giải pháp hợp lý. Đây không phải là thuyết định mệnh – nó chỉ định là mỗi cá nhân nên sử dụng nỗ lực đúng cách (chánh tinh tấn – Right effort) để tránh khỏi bất hạnh.

HÌNH ẢNH, NƯỚC THÁNH, XÂU CHUỖI, NGÃI VÀ BÙA CHÚ

Con người trong xã hội ngày nay được giáo dục tốt hơn trước. Tuy nhiên, mặc dù có những tiến bộ khoa học rất lớn, nhiều người vẫn đau khổ vì sợ hãi, nghi ngờ, và bất an. Nguồn gốc của những tâm trạng đó là ngu si, giao động và tham dục. Vì mê muội không nhận thức được vô thường, và chúng ta tin vào cái Ngã (Self) thường hằng của chúng ta nên sanh lòng tham dục. Chúng ta ham muốn vô độ, và sợ mất đi những cái đang có. Chúng ta sợ hãi người khác làm hại mình, và e ngại những “rủi ro”. Vậy chúng ta phải làm gì ? Theo bản năng chúng ta quay về với thuyết duy linh quá khứ và trông mong vào ngãi hay bùa chú để che chở cho chúng ta. Đức Phật dạy rõ rằng những vật bên ngoài không đủ mạnh để che chở những ai tâm trí yếu đuối và bối rối. Chúng ta được an toàn là nhờ ở sự hiểu biết, và am tường thực chất cái Ngã của chúng ta, cũng như hiểu rõ về những hiện tượng khác. Một khi chúng ta hiểu được rằng cái Ngã không có thực chất, và việc bản ngã có thể bị hại là điều không thật, chúng ta sẽ trở nên vững chãi và tự tin. Không có gì có thể hại ta, nếu ta không sợ hãi, không vị kỷ hoặc không sa ngã.

Tuy nhiên, nói vậy không có nghĩa là Phật giáo không cho sử dụng một số đồ vật có tính cách tượng trưng cho tôn giáo như dây chuyền có hình ảnh đức Phật để cho chúng ta an lòng. Nhiều bậc vĩ nhân tìm thấy niềm an ủi và khuây khoả khi ngắm hình ảnh đức Phật đầy vẻ thanh thoát và bình thản.

Ông Nehru, Thủ Tướng Ấn độ cho biết khi ông bị người Anh cầm tù, nguồn an ủi duy nhất của ông là bức ảnh nhỏ bé của đức Phật mà ông mang theo.

Tất nhiên, hình ảnh này không có phép thần thông nhưng nó tượng trưng

phẩm hạnh vĩ đại của đức Phật vì chính Ngài luôn luôn bình tĩnh và không nao núng trước những đe dọa của kẻ địch. Biểu tượng này đã giúp ông Nehru có sức mạnh và bình tĩnh để đối đầu với nghịch cảnh. Cũng vậy, chúng ta có thể mang theo hình ảnh của đức Phật hay những lời ghi trong kinh khiến cho chúng ta thêm lòng tin tưởng. Nhiều kinh ghi phần kết thúc với lời cầu nguyện : “Nhờ sức mạnh của chân lý này, phần thắng sẽ về tôi” hay “hạnh phúc sẽ đến với tôi”. Điều này cho thấy là Phật tử chúng ta không tin vào sức mạnh của biểu tượng hình ảnh hay bùa chú, mà chỉ nên coi đó (dây chuyền có tượng Phật và những đoạn kinh) là những phương tiện để hỗ trợ chúng ta đạt được lòng tự tin.

Tương tự như vậy, một số Phật tử tới chùa để xin nước thánh hoặc vài đoạn dây đã được chí thành trí niệm. Việc này đem lại sức mạnh tinh thần và lòng tin tưởng cho người sử dụng bởi vì nó nhắc nhở đến chân lý được trình bày trong kinh và khiến họ nhớ lại những lời Phật dạy.

ỒM ĐAU

Gần đây, có nhiều người chỉ trích các vị lãnh đạo Phật giáo không quan tâm đến những người đau yếu, trong khi các tín đồ của các tôn giáo khác đi từ bệnh viện này đến bệnh viện khác để uỷ lạo các bệnh nhân. Sự quan tâm đến người đau yếu như vậy rất đáng khen ngợi. Trong những nước Phật giáo, những người thành tâm thường mời các nhà sư đến thăm viếng các bệnh nhân, và các thầy cũng rất hoan hỷ được giúp đỡ họ. Nói cho đúng, các vị sư thông thạo y khoa cổ truyền thường được mời đến để tham khảo ý kiến, và họ cũng sẵn sàng phục vụ cộng đồng.

Vì một số Phật tử không thông suốt đạo của mình để phản ứng lại chiến thuật của những người theo đạo khác; sự hờ hững này khiến tín đồ của những đạo khác lợi dụng để thuyết phục họ đổi đạo. Những người khác đạo còn đi xa hơn nữa là hứa hẹn cứu rỗi và đem địa ngục ra dọa nạt các nạn

nhân để quy nạp họ!

Các nhà sư Phật giáo không làm như vậy. Các vị này luôn sẵn sàng khi được thân quyến hay bạn bè người đau yếu cung thỉnh đến bệnh viện hay tư giả để thăm viếng, uỷ lạo bệnh nhân.

Ôm đau là một phần không tách rời đời sống thường nhật của chúng ta trên thế gian này, vì thế chúng ta cần thích ứng và rồi vượt qua nó dễ dàng. Dù sao, khi có một người bị đau, ngoài việc tìm cách chữa trị theo y khoa hiện đại, chúng ta nên mời các nhà sư đến để làm lễ cầu an. Việc cầu an này, khi được tiếp nhận với một đầu óc cởi mở, sẽ mang ảnh hưởng đáng kể đến với tinh thần và tâm lý của bệnh nhân, khiến họ chóng lành bệnh. Đặc biệt khi căn bệnh có liên quan đến tâm trạng người bệnh, lễ cầu an của vị thầy rất hữu ích. Chẳng hạn, khi nghĩ rằng căn bệnh là do ảnh hưởng xấu bên ngoài của ma quỷ, lễ cầu an tạo nên một tâm trạng rất tốt, và tâm trạng này phát ra những sóng vi ba tâm linh trong cơ thể khiến bệnh được mau lành. Tuy nhiên, là người Phật tử hiểu biết, chúng ta không nên mù quáng tin bậy là chính ma quỷ là nguyên nhân chánh của cơn bệnh.

Lời khuyên của đức Phật, “Khi thân bệnh, đừng để tâm bệnh”, quả thật rất đúng. Tuân theo lời Phật dạy, chúng ta phải có trí huệ và hiểu biết để dùng thuốc chữa bệnh thay vì ngã theo mê tín, dị đoan.

CHẾT

Con người không bất tử, và cái chết phải đến. Tuy nhiên rất ít người chấp nhận sự vĩnh biệt này và hay sợ hãi những gì sẽ xảy ra sau khi chết.

Một số Phật tử khờ khạo cho rằng cần phải đổi đạo để được mai táng “đầy đủ” và yên trí chóng được lên Thiên đàng. Gia đình chia rẽ vì những đứa con theo đạo khác đã đổi đạo cho cha mẹ khi cha mẹ sắp chết trên giường bệnh.

Con cái của một số Phật tử khác yếu đuối vì không được học hỏi để trở thành người Phật tử chân chánh. Điều rất quan trọng cho bậc cha mẹ là phải

để lại di chúc rõ ràng, và giáo dục con em phải làm bốn phận của người Phật tử sau khi mình chết. Nhiều người kém hiểu biết rất sợ hãi cái chết, và không dám dự đám tang trong những ngày nào đó vì cho rằng đi đám táng sẽ gặp rủi ro.

Trẻ em phải được biết ngay từ khi còn nhỏ, cái chết là một điều tự nhiên trong đời sống. Chúng phải được dạy không nên sợ hãi khi nhìn thấy quan tài hay tử thi. Các em phải biết cách cư xử cho phải đạo trong tang lễ. Nếu không các em sẽ không biết phải làm gì và sẽ bị người vô lương tâm thuộc tôn giáo khác lung lạc, khiến các em đổi đạo hay tiêu một số tiền lớn vào các việc mê tín dị đoan vô nghĩa.

Trước tiên chúng ta phải hiểu quan điểm của người Phật tử đối với cái chết. Nói theo khoa học, “Đời sống” là những loạt sanh-tử, tử-sanh. Tế bào trong cơ thể ta chết liên miên và thay thế bởi các tế bào mới. Cũng như vậy, sanh tử thay nhau từng phút. Chết chỉ là sự chấm dứt của quá trình liên tục này. Nhưng sự kết thúc đó không vĩnh viễn. Sau cái chết lại là sự tái sanh (rebirth). Cho nên, theo Phật giáo, chết không được coi là an giấc ngàn thu theo ý đồ của một đấng thần linh sáng tạo nào đó, mà chỉ là sự tiếp nối dưới những hình thức khác. Vì vậy, không nên sợ chết. Trong quan điểm này, đức Phật không dạy những nghi thức đặc biệt nào về việc chôn cất tử thi. Tử thi của người chết phải được tiễn biệt một cách trang trọng và kính cẩn để tưởng nhớ họ đã có công trong lúc sinh tiền. Hành động quá khứ của người chết (Nghiệp) sẽ quyết định đời sống tương lai của họ.

Chúng ta nhớ ơn những gì người đã làm cho chúng ta trong quá khứ. Chúng ta đau buồn vì thương mến người ra đi. Khi đứng chung quanh thi hài của thân nhân, cùng với bạn bè và quyến thuộc, chúng ta tìm nguồn an ủi nơi họ vì họ đến để chia sẻ niềm đau khổ và nâng đỡ tinh thần chúng ta trong giờ phút bất hạnh đó. Những tập tục tang lễ khác nhau rất hữu ích để giảm thiểu

niềm đau thương của chúng ta.

THÂN XÁC KHI QUÁ VẮNG

Ngày nay chết trong trường hợp đặc biệt cần phải có sự điều tra, và các bệnh viện thường giao nghiệm tử thi để tìm hiểu nguyên nhân. Đôi khi thân quyền phản đối việc này, và cho rằng cắt mổ tử thi là bất kính đối với linh hồn người chết. Với người Phật tử, không có lý do nào phản đối việc cắt mổ này. Thực ra nếu việc làm này giúp ngành y khoa tìm ra cách chữa trị mới, làm lợi ích cho người sống thì việc làm này phải được coi như là công đức của người Phật tử. Như đã nói ở trên, thân xác vật chất này chỉ là sự kết hợp của Tứ Đại (đất, nước, gió, lửa), nó sẽ tan rã sau khi ta chết. Cho nên không nên tin rằng người chết sẽ tức giận nếu xác thân họ được dùng vào mục đích khoa học. Chúng ta có thể an tâm rằng các bác sĩ và các người phụ tá đều có tinh thần trách nhiệm cao, có đạo đức nghề nghiệp, rất thận trọng trong việc giao nghiệm tử thi, nên các thân nhân không cần lo lắng nhiều về vấn đề này. Có một số người tình nguyện cho xác khi chết, để cho bệnh viện và các sinh viên y khoa giải phẫu và nghiên cứu tử thi của mình.

Về vấn đề này, khi công hiến một vài bộ phận trong cơ thể mình sau khi chết để giúp kẻ khác, người Phật tử đã làm một công đức vô cùng cao cả. Chính đức Phật nhiều lần trong tiền kiếp đã hiến thân mạng của Ngài để giúp ích người khác. Ngài đã cho mắt, máu, thịt và có một lần Ngài đã cho cả xác thân để cứu người khác. Phật giáo rất minh bạch về vấn đề này : Tặng các bộ phận của cơ thể để đem lợi ích cho người khác là một công đức vĩ đại, được nhiệt liệt khuyến khích.

TANG LỄ

Trong hầu hết các xã hội văn minh có văn hoá, tang lễ được coi là dịp buồn và trang nghiêm. Tang lễ của người Phật tử phải được cử hành trang nghiêm theo tinh thần ấy.

Mê tín dị đoan được lan rộng trong một số người khi họ cho rằng một người không biết chết ở đâu mà lại mang xác về nhà thì thật là “xui xẻo”. Chúng ta phải tỏ lòng quý mến, tưởng nhớ đến người chết, kính trọng tử thi và chôn cất họ chu đáo. Mang tử thi về nhà hay không là tùy theo gia đình tang quyến. Về vấn đề này, chúng ta cũng cần ghi nhớ là không sợ hãi hay kiêng cử gì về việc di chuyển tử thi. Một số người sợ hãi khi chạm vào tử thi vì e ngại bị “rủi ro”. Nếu quả như vậy, bác sĩ và y tá là những người rủi ro nhất trên trái đất! Nếu chúng ta thực tình tôn kính và tưởng nhớ người ra đi, chúng ta phải tắm rửa mà mặc quần áo cho người chết, và không để người lạ hay nhà đòn làm việc này (ngoại trừ những trường hợp đặc biệt). Phải nên nhớ rằng, dị đoan, khờ khạo, và sợ hãi vô lý mang nhiều “rủi ro” hơn là biết ơn, tình thương và cư xử đúng cách.

Trái với niềm tin thông thường của đại chúng, những tang lễ ồn ào, chuẩn bị tỉ mỉ và đôi khi phô trương hay những tang lễ tưng bừng tốn kém cả ngàn mỹ kim về những thứ không cần thiết mà xưa nay được coi như việc làm bình thường của người Phật tử. Thực ra, những tập tục này không có chút nào là Phật giáo cả. Đó là một quan niệm hoàn toàn sai lầm khi gán các việc trên đây vào Phật giáo. Tập tục này chỉ là một sự tiếp diễn không ngừng của những tập quán cổ xưa được những thế hệ trong quá khứ truyền lại, và được tôn trọng một cách mù quáng. Khi nhìn một đám tang với các nghi lễ trên đây, các người đạo khác thường tưởng rằng họ đang mục kích một cuộc vui diễn hành nào đó chứ không phải là một tang lễ trang nghiêm.

Thường thường một loại nhạc rộn ràng được áp dụng thay loại trang nghiêm trong lúc tiễn đưa linh cữu. Cho nên người ta có cảm tưởng đây là một cuộc lễ có tính cách trình diễn phô trương giàu có hơn là để bày tỏ sự buồn đau chân thật kính trọng người quá cố. Phật giáo không phản đối việc duy trì các tập tục văn hoá nếu những việc này không mâu thuẫn với giáo lý của đức

Phật. Nếu những tập tục này có tính chất phí phạm, không cần thiết, và chẳng lợi ích gì cho cả người sống lẫn người chết thì chẳng nên làm, mà cần phải loại bỏ.

Chẳng hạn tập tục đốt vàng mã, giấy tiền, nhà táng, với mục đích để cho người chết sử dụng bên kia thế giới hoàn toàn không Phật giáo chút nào.

Tuy nhiên, trên phương diện tâm lý, có thể làm điều gì đó để tự an ủi rằng mình đang làm lợi ích cho người đã khuất, và nếu việc đó vô hại thì không sao; dù sao thì cũng không nên quá cực đoan hoặc tin rằng điều đó cũng giúp ích cho người đã khuất.

Phật giáo không phản đối các cộng đồng cử hành tang lễ khác nhau để thích hợp với từng địa phương và từng thời điểm. Nhưng điều quan trọng nhất là các tang lễ đó phải được chấp nhận về mặt văn hoá, và thực tiễn.

Nghi lễ áp dụng trong một tang lễ Phật giáo phải đơn giản, trang nghiêm, có phẩm cách và ý nghĩa. Tại nhiều quốc gia các nhà sư Phật giáo được mời đến nhà tang quyến để thực thi một số nghi thức trước khi đưa đám. Cúng hoa và đốt một vài ngọn nến hay vài nén nhang thường được chấp thuận như là tập tục tôn giáo.

Theo tục lệ, để tỏ lòng tôn kính người ra đi, bạn bè và thân quyến gửi những vòng hoa chia buồn tang quyến. Nên đặt mua và gửi các vòng hoa buổi chiều trước ngày tang lễ để hoa khỏi héo. Khi tang quyến thông báo “không nhận hoa” thì điều này phải được triệt để tôn trọng. Vì thân quyến thường có những ý kiến khác nhau cho nên có nhiều tranh luận trong việc tiến hành tang lễ. Người ta thường đặt ra những câu hỏi sau đây :

1. Nên chôn hay hoả táng ?
2. Nếu hoả táng, nên làm gì với phần tro cốt?
3. Nên dùng loại quan tài nào?
4. Phải mặc đồ tang trắng hay tang đen?

5. Dùng nền đỏ hay nền trắng?
6. Trước khi chôn hay hỏa táng, xác để ở nhà mấy ngày ?
7. Chi phí tối đa cho một tang lễ là bao nhiêu ?

Những câu hỏi trên đây được trả lời một cách đơn giản như sau :

Tang lễ phải cử hành đơn giản, giảm thiểu sự phô trương, nhưng phải trang nghiêm. Điều quan trọng phải làm là bạn bè và thân nhân gần với người chết cần thảo luận phương cách tổ chức một tang lễ phù hợp với những tập tục thịnh hành, đầy đủ trang nghiêm, và loại bỏ những món chi tiêu vô ích. Nếu không thể cùng nhau hội họp và bàn thảo, tốt hơn là nhờ một nhà đôn có tiếng được tín nhiệm để làm những việc trên để đỡ gánh nặng và trách nhiệm cho mình. Cũng nên thỉnh một vị sư khả kính để chỉ bảo tang quyền phương cách tốt nhất để cử hành theo đúng đường lối của Phật giáo. Nên nhớ rằng nghi lễ Phật giáo không có luật lệ gì khó khăn và bức thiết cần phải triệt để thi hành. Trong tất cả mọi vấn đề, chúng ta luôn luôn theo lời dạy của đức Phật để duy trì sự đúng mức và tôn kính trong bất cứ điều gì chúng ta làm để không gây thiệt hại cho người khác. Nếu chúng ta trong dịp này tưởng niệm và biết ơn những gì người quá cố đã làm, những điều thiện trong lúc sinh thời thì nhớ rằng một ngày nào đó, chính chúng ta cũng sẽ phải ra đi, vì vậy chớ nên bỏ lỡ cơ hội làm việc thiện. Chừng nào ta còn sống thì sự đóng góp này còn có ý nghĩa và đáng được tôn quý.

Ăn mặc đúng cách trong một tang lễ như thế nào? Trong Phật giáo, chúng ta luôn luôn được khuyến bảo nên ăn mặc đàng hoàng và khiêm tốn. Không có luật lệ cứng rắn hay chặt chẽ nào về tang phục. Tuy nhiên, về phương diện thẩm mỹ, chúng ta nên mặc màu tối và tránh đeo trang sức để kính trọng sự đau khổ của tang gia, và tưởng nhớ đến người quá cố. Phụ nữ trong tang phục vẫn có thể đeo nhẫn cưới hay nhẫn đính hôn. Tốt nhất là mặc đồ đen, trắng, xám hay các màu tương tự, nhưng vấn đề hoàn toàn do cá nhân quyết

định, mặc dù đồ đen thường được coi là tượng trưng của tang phục.

Nên giữ xác chết bao lâu trước khi chôn hay hỏa thiêu ? Sống trong khí hậu nóng và ẩm thấp, chúng ta hiểu rằng xác chết mục rữa rất nhanh nên giữ xác lâu thì sẽ mất vệ sinh. Ngoài ra, việc giữ xác lâu khiến cho tinh thần thân nhân căng thẳng vì phải kề cận xác chết trong một thời gian dài, thật ra không cần thiết. Cũng có một số thân nhân vì quá đau thương đã hôn hay sờ mó xác chết quá đáng. Đáng rằng chúng ta thông cảm sự đau khổ cao độ của thân nhân người chết, nhưng họ không nên nghĩ cuồng hoặc được khuyến khích làm như vậy. Khi không biết phải giữ xác bao lâu, chúng ta không nên kéo dài các lễ nghi. Thông thường, thời gian việc giữ xác chết chỉ vào khoảng một hai ngày đủ để sửa soạn việc tang lễ cũng như để thông báo cho bạn bè thân quyến.

Vào ngày chôn cất, các nhà sư Phật giáo được mời đến để thi hành các nghi thức tôn giáo cần thiết tại nhà và ở nghĩa trang. Có một số người đem heo hay gà quay tượng trưng những phẩm vật cúng cho người quá cố. Phật giáo không tán thành việc này vì nó đưa đến việc giết hại những con vật vô tội. Giết súc vật để dâng cúng cho người chết là phản lại giáo lý Từ Bi của đức Phật cho nên cần phải loại bỏ. Vài tràng hoa đơn giản cùng với vài nén nhang đèn đủ để tượng trưng cho các phẩm vật dâng cúng.

CHÔN VÀ HOẢ TÁNG

Nhiều Phật tử hỏi là nên đem chôn hay hỏa táng người chết. Phật giáo là một tôn giáo tự do nên linh động trong vấn đề này. Không có luật lệ cứng rắn hay bắt buộc trong vấn đề này. Tuy nhiên, tại một vài xứ Phật giáo, việc hỏa thiêu được thi hành. Việc lựa chọn cách này hay cách khác tùy thuộc nguyện vọng vuồi cùng của người quá cố hoặc ý muốn của thân nhân.

Theo quan niệm hiện đại, hỏa táng là một hình thức rất vệ sinh, nên cần được khuyến khích. Cùng với những cải thiện tiên bộ trong tiêu chuẩn y tế,

vệ sinh và cái gọi là nạn nhân mãn, đất đai ngày càng hiếm có, cho nên việc hoả táng thích hợp hơn. Nên để đất cho người sống hơn là xây đầy những mộ chí.

Dù chôn cất hay hoả táng, một số người nặng tình cảm, ưa bỏ những vật dụng quý giá vào quan tài người chết với hy vọng rằng người chết sẽ dùng đến. Việc chôn hay hoả thiêu những vật quý giá như vậy không có nghĩa lý gì hết. Thay vì bỏ những vật dụng đó vào quan tài hay lò thiêu, tốt hơn là đem quần áo, giày dép và những thứ khác cho những người nghèo khổ, khốn cùng, hoặc tặng cho các hội từ thiện. Bất cứ sự giúp đỡ nào cho người nghèo và người túng quẫn cũng là một hành động đáng khen vì có lợi cho cả người sống lẫn người chết. Việc sợ hãi không dám cho kẻ khác vật dụng của người chết thật là vô nghĩa và sai lầm.

LUU GIỮ TRO CỐT

Câu hỏi thường được đặt ra là có nên chôn tro cốt, gìn giữ để thờ cúng hay đem rắc xuống biển. Đức Phật không để lại một chỉ dẫn rõ ràng về vấn đề này, vì Ngài muốn chúng ta hiểu xác thân chỉ là sự hỗn hợp của vật chất và sau khi chết những thứ này lại trở thành những nguyên tố. Đức Phật dạy xác thân là do các nguyên tố : đất, nước, gió, lửa, lập thành. Sau khi chết, chỉ còn lại hai chất là đất và nước, sau khi hoả thiêu chúng trở thành tro bụi, không còn một ý nghĩa tâm linh gì cả. Vì di thể của người chết là những người ta thương yêu, nên chúng ta phải kính trọng; nhưng chúng ta phải hiểu là không nên quá xoắn xít quanh những di thể này, hoặc nghĩ rằng dầu sao chúng cũng còn liên hệ gì đó với người đã chết. Kinh Phật dạy rằng sau khi ta chết, sinh lực (life force) rời bỏ liền thân xác và ở một nơi nào đó, một sự sống mới đang hình thành.

Việc lưu giữ xác chết có từ thời xa xưa. Vào thời đó, người ta tin rằng linh hồn bất tử. Trường hợp những người Ai cập ướp xác vì họ hy vọng người

chết vẫn còn có thể liên lạc được với người sống. Những lăng mộ vĩ đại và những lâu đài được xây dựng để gìn giữ xác chết. Nhưng những việc thực thi này chỉ dành cho các nhân vật quan trọng như vua chúa và các vị lãnh đạo tôn giáo. Còn lại, xác chết của dân chúng chỉ được chôn cất sao cho thuận tiện.

Trái lại, một tập tục khác gọi là thờ cúng Tổ Tiên. Theo đó, người sống liên lạc với người chết qua những tập tục lễ nghi chung quanh bàn thờ người chết. Điều này đưa đến việc lưu giữ tro cốt trong bình hoặc đồ thờ. Việc làm này còn được lưu hành cho đến ngày nay.

Một số người thích thờ cúng tro cốt trong nhà, một số người khác lại đem chôn, hoặc đem tro cốt rắc xuống biển hay xuống sông. Đây là tập tục căn bản của Ấn độ giáo vì họ tin rằng tro cốt cuối cùng sẽ hợp nhất với lực đã khai sinh ra nó.

Áp dụng một trong những phương pháp trên không có gì hại cả. Nhưng chúng ta đừng quên vì là người Phật tử, chúng ta phải áp dụng phương pháp nào cho thích đáng. Việc lưu giữ tro cốt chẳng có gì hơn ngoài việc biểu lộ sự kính trọng với người đã khuất. Trong Phật giáo việc giữ tro cốt hoàn toàn do tang quyến định đoạt tùy theo sở thích và lễ nghi.

THỜI GIAN ĐỂ TANG

Khi một người chết, thân nhân thường dành một thời gian để tang. Thời gian này tùy theo sự quan hệ của người quá cố với những thân quyến trong gia đình có tang. Trong thời gian này, thân nhân phục sức theo một lối nào đó, tránh các hội hè, đình đám và những thú tiêu khiển. Một số người mặc đồ trắng, một số khác mặc đồ đen, một số không tham dự các lễ cưới hay những tiệc tùng trong thời gian một năm, v...v... Việc trên không phải là đặc lệ của người Phật tử, và không cần phải áp dụng vì kinh Phật không hề nói đến việc này. Tuy nhiên, từ mỗi quốc gia đã đặt ra một số nghi thức riêng biệt

căn cứ theo tập tục văn hoá của mình, và được chấp nhận là của “Phật tử”. Hậu ý của họ là để tưởng niệm người quá vãng, nhắc nhở việc tử vong của chính mình, và phát triển nguồn tỉnh giác tâm linh. Nếu áp dụng một cách sáng suốt, và nếu các việc thực thi không làm trở ngại gì đến cuộc sống... Là Phật tử, chúng ta không có lý do gì để phản đối. Con đường của người Phật tử là Con Đường Trung Đạo, Con đường Điều độ trong tất cả mọi việc.

NGHI THỨC SAU TANG LỄ VÀ CÁC BUỔI LỄ TƯỞNG NIỆM

Rồi có những câu hỏi về nghi thức sau tang lễ. Một số người cầu nguyện cho người chết vào ngày thứ bảy, ngày thứ 49, vào ngày thứ 100. Trong khi một số người khác, ngoài việc làm lễ cầu nguyện vào ngày thứ bảy, còn làm lễ sau ba tháng và một năm. Một số người tin tưởng là thần thức (spirit) người chết có thể trở về vào những thời gian đặc biệt đó. Tin hay không tin, việc đó không quan trọng với chúng ta. Một buổi lễ để tưởng niệm người quá cố rất là cao quý, được bạn bè và thân nhân tham dự cùng nhau chia sẻ về vấn đề tâm linh, hỗ trợ tinh thần và làm vơi nỗi đau buồn của tang quyến. Các buổi lễ như vậy không cần thiết là phải được tổ chức vào một ngày đặc biệt nào đó. Bất cứ ngày nào thuận tiện cho tất cả mọi người là đủ cho việc tổ chức buổi lễ này.

Ngày Cô Hồn – không phải là danh từ hay tập tục của Phật giáo. Tuy nhiên đó là một việc làm tốt khi cả cộng đồng dành một ngày riêng biệt để tưởng niệm những người quá vãng, cùng nhau làm sạch sẽ các nghĩa trang và dâng hoa để tỏ lòng tôn kính. Việc này cho thấy con cháu người quá cố tỏ lòng hiếu thảo và làm tròn nhiệm vụ đối với Tổ Tiên. Phật giáo không hề phản đối việc bày tỏ lòng biết ơn và tưởng nhớ cao đẹp này khi những hành động đó giúp các giới trẻ tỏ bày lòng tôn kính những người già cả, và tích cực thực thi truyền thống vinh danh hương hồn Tổ Tiên. Tuy vậy, việc một số người gây ấn tượng sợ hãi là nếu không thi hành những tập tục nói trên,

người chết sẽ hiện về hành hạ và nhiễu loạn thân quyến là điều hoàn toàn vô căn cứ.

BỒ THÍ CÚNG DƯỜNG

Trong hầu hết các quốc gia, các buổi lễ tôn giáo thường được cử hành vào một vài dịp, trong một thời gian theo sau tang lễ. Việc làm này của người Phật tử là góp phần cúng dường và hồi hướng công đức cho người quá cố. Thân nhân tang quyến và một số bạn bè thường mời các nhà sư và dâng cúng vật dụng cần thiết như thực phẩm và thuốc men. Việc dâng cúng này góp phần vào đời sống vật chất của các vị thánh thiện được coi như là một hành động công đức. Những người Phật tử hiểu biết còn tặng phẩm vật cho các tổ chức từ thiện, các người túng bán, và các kế hoạch xây dựng cơ sở tôn giáo cũng như tặng không kinh sách tôn giáo cho dân chúng để tưởng nhớ mãi mãi đến người đã khuất. Những người thành tâm dâng cúng với một tấm lòng khẩn thiết, tâm địa họ sẽ trở nên phóng khoáng. Họ có những hành động tốt như vậy là để tưởng nhớ và tạo sợi dây liên lạc tâm linh với người quá cố. Nếu người quá vãng ở trong một vị thế thuận lợi để tiếp nhận các nguồn sống tâm linh (hồi hướng công đức – transference of merit), họ sẽ được nhiều điều lợi lạc. Mặt khác nếu họ không ở trong một môi trường thuận lợi, những việc thiện đó cũng không phí phạm vì nó giúp ích cho người sống. Một khi đã có tư tưởng tốt, thì sẽ có một tâm hồn cao đẹp. Các nhà sư Phật giáo tại bất cứ chùa viện nào, luôn sẵn sàng chỉ dẫn tang quyến phải làm những điều cần thiết nào trong việc cúng dường.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Chết có thật đáng sợ không?

KẾT LUẬN

(Life is uncertain, Death is certain)

Dịch giả: Thích Tâm Quang

Chúng tôi tha thiết hy vọng các bậc lãnh đạo Phật tử địa phương cần nhận thức được một số tập tục nói trên, dù đang thịnh hành nhưng có tính cách tiêu cực và thành kiến, thì cần cải tạo để cho bất cứ những tập tục nào mà chúng ta thi hành đều đầy đủ và ý nghĩa hơn. Các bậc lãnh đạo của chúng ta nên đánh giá lại những tập tục hiện hành và nhận thức những điều khẩn thiết để cải tổ việc giáo dục quần chúng và phổ biến rộng rãi mục tiêu này.

Hết

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

Lời người dịch

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Trong mối tương quan liên hệ giữa con người, sự tương quan giữa vợ chồng là quan trọng nhất. Cho nên hôn nhân là một biến cố hết sức quan trọng cho đời sống của một con người. Chúng ta hãy thử nghĩ về đời sống của một con người. Thời gian ở hoàn toàn với cha mẹ lúc thơ ấu chỉ là sáu năm đầu. Tiếp theo đưa trẻ đi học và chia sẻ đời sống với các thầy giáo, giáo sư trong khoảng 12 năm. Thời gian chia sẻ với bạn bè khoảng một vài năm. Chỉ có vợ chồng là chung sống liên hệ với nhau suốt đời. Vợ chồng ăn cùng mâm, nằm cùng chiếu, vui buồn có nhau, chia sẻ và cùng mang trách nhiệm nuôi dưỡng con cái. Vợ chồng tuy hai thân mà như một.

Thời đại ngày nay, giới trẻ quá nhiều tự do, đi tới hôn nhân một cách bừa bãi vội vàng, hậu quả có quá nhiều ly dị, nhất là tại các nước Âu Mỹ. Những đứa trẻ thiếu tình thương của cha mẹ vì ly dị, lớn lên dễ bị thương tổn về tinh thần và tâm lý...

Cuốn sách “Hạnh phúc lứa đôi” (A Happy Married Life) của Hoà thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda, một học giả uyên bác, trình bày phương cách

thực tiễn và khoa học cho những ai, nhất là giới trẻ muốn đạt hạnh phúc lứa đôi.

Tự biết khả năng thấp kém, nhưng với tấm lòng nhiệt thành, chúng tôi cố gắng dịch ra Việt ngữ, hy vọng mang lại lợi ích cho các bạn trẻ và cho những ai muốn bảo vệ hạnh phúc gia đình và đóng góp một phần nhỏ vào Kho Tàng Văn Hoá Phật Giáo Việt Nam.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ chư tôn đức đã khích lệ và góp nhiều ý kiến bổ ích. Đặc biệt chúng tôi xin cảm tạ các đạo hữu Quách Nhất Danh, Nguyễn thị Thuý Sương, Quách thị Thuý Linh, Quách Nhứt Trí, Lý thị Đài Trang, Quách Nhất Thống, Nguyễn Thành Tài, Nguyễn thị Thuý Phương, Nguyễn Bảo Châu, Nguyễn Bảo Quốc, Thanh Hoàng, Huỳnh thu Trang, Quảng Hải, Ngô Thanh Hùng, Nguyễn Nam Hải, Bạch Yén, Thiện Lực, Nguyễn Hữu Nhung, Viên Minh Phạm đình Khoát, Thiện Bửu, Quảng Lâm, Châu Ngọc Tòng, Minh Hỷ Phan Duyệt, Nguyễn Đình Dũng, Lê Văn Phụng, Đặng Kim Sa, và Minh Giác Nguyễn Học Tài đã góp phần công đức trong việc ấn hành dịch phẩm này.

Chúng tôi xin hồi hướng công đức hoằng pháp này lên ngôi Tam Bảo và cầu nguyện hồng ân Tam bảo thủy từ gia hộ Quý vị cùng Bửu quyến thân tâm thường an lạc và hạnh phúc.

Sau cùng chúng tôi kính mong Chư tôn Thiên Đức, pháp hữu ân nhân, các bậc thức giả cao minh, vui lòng bỏ chính cho những sai lầm thiếu sót để cuốn sách được hoàn chỉnh hơn trong kỳ tái bản.

Phật lịch 2539, Xuân Bính Tý, Ngày 19-02-1996

Tỳ Kheo Thích Tâm Quang

Hạnh phúc lứa đôi

LỜI NÓI ĐẦU

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Từ ngàn xưa, con người đã bận tâm lo lắng trong việc tìm hạnh phúc của đời sống, từ lúc nằm nôi cho đến lúc xuống mồ. Họ làm việc và tranh đấu tích cực để đạt hạnh phúc, nhưng thường không biết rõ hạnh phúc là gì vì không hiểu bản chất của đời sống. Mặc dù các tôn giáo đều chỉ dạy, khuyên răn và chỉ đường cho môn đồ thực hành hầu đạt được hạnh phúc trong đời sống; nhưng thường các lời khuyên bảo và chỉ dẫn này không được lưu ý tới vì tham dục, ganh ghét và ảo tưởng. Một số đông đã thất vọng và đau khổ, hy vọng cầu nguyện để tìm hạnh phúc trong hiện tại và tương lai. Trong khi một số khác, dù vui hưởng hạnh phúc tràn trề trên thế gian, vẫn chưa thỏa mãn và ham muốn được hạnh phúc trường cửu trên thiên đàng sau khi từ giả cõi đời. Với một người bình thường hay một thiếu niên, rất là khó phân biệt được giữa hạnh phúc và lạc thú. Với họ, cái gì có lạc thú tức có hạnh phúc, và đạt hạnh phúc tức đạt được lạc thú.

Thông thường, chúng ta coi những ngày thơ ấu là thời gian hạnh phúc. Thực ra, khi còn nhỏ, chúng ta không hiểu hạnh phúc là gì. Được sự che chở của cha mẹ, chúng ta trải qua những ngày sung sướng liên tục, và đầy lạc thú.

Khi đến tuổi trưởng thành, đầu óc và thân thể chúng ta thay đổi khiến chúng ta nhận thấy sự hiện hữu của người khác phái và chúng ta bắt đầu thấy họ hấp dẫn và có những cảm xúc xáo trộn. Rồi vì tò mò, chúng ta đọc sách và thảo luận để tìm hiểu sự thật của cuộc đời. Chẳng bao lâu chúng ta trưởng thành - thời kỳ chủ yếu của cuộc đời – chúng ta tìm người bạn đường vừa ý, và những sự tiếp xúc này đã trải nghiệm đức tính chúng ta đã có từ lúc thiếu thời. Tình yêu, nhục dục, và hôn nhân trở thành những vấn đề quan trọng, quyết định phẩm chất cuộc sống lứa đôi mà chúng ta tiến tới.

Giới trẻ ngày nay bị ảnh hưởng văn minh “Tây phương” qua đường lối truyền thông đại chúng như sách vở, tạp chí, truyền hình, băng nhạc, và phim ảnh, nên đã hiểu sai lạc về tình yêu, nhục dục và hôn nhân. Đức hạnh và giá trị của thời cổ “Đông phương” lần lần suy thoái trước các ảnh hưởng này. Trong thế hệ trẻ ngày nay, không còn thấy những đức tính và giá trị nói trên của thế hệ già thực hành và áp dụng. Ảnh hưởng Tây phương chịu trách nhiệm về tình trạng này không, hay nên trách móc cha mẹ vì đã không theo dõi, kiểm soát con cái để chúng làm bậy. Sách này nói đến các chương trình truyền hình và phim ảnh không thể hiện đúng đường lối suy nghĩ và cách cư xử của người Tây phương đúng đắn, và có một số các cặp vợ chồng đoan chính, đạo hạnh, và “bảo thủ” như bất cứ cặp vợ chồng “Đông phương” nào khác đã im lặng trước vấn đề tình yêu, nhục dục và hôn nhân. Nếu giới trẻ muốn chạy theo Tây phương, thì hãy bắt chước khỏi “đa số thâm lặng”, họ chẳng khác gì với những người lảng giềng tử tế sống ngay bên cạnh chúng ta.

Đời sống hiện đại đầy dẫy những lo lắng và căng thẳng, và những lo lắng, căng thẳng đó đã gây khó khăn trong nhiều cuộc hôn nhân. Nếu phân tích kỹ lưỡng để tìm nguồn gốc về các khó khăn xã hội, như tiền dâm hậu thú, vị thành niên mang thai, hôn nhân không hạnh phúc, ly dị, ngược đãi con cái,

đánh đập vợ, chúng ta thấy rằng nguyên nhân của nó là ích kỷ, thiếu kiên nhẫn, thiếu độ lượng, và thiếu thông cảm. Trong kinh Thi Ca La Việt, đức Phật khuyên làm sao giữ được an lạc và hoà thuận giữa vợ và chồng trong gia đình để sống có hạnh phúc. Trách nhiệm của bậc cha mẹ với con cái và bổn phận của con cái với cha mẹ được đề cập đến rõ ràng trong kinh ấy như những lời chỉ đạo rất hữu ích để đạt hạnh phúc gia đình.

Trong sách này, Hoà thượng, tác giả, nhấn mạnh đến một điểm quan trọng : Hôn nhân là một sự hợp tác của hai cá nhân và sự hợp tác này trở nên giàu có và tiến bộ khi nhân phẩm người hôn nhân gia tăng. Trong viễn cảnh của người Phật tử, hôn nhân có nghĩa là hiểu nhau, và kính trọng niềm tin và sự riêng tư của nhau. Bây giờ là lúc thích hợp nhất để xuất bản sách này cho các Phật tử, đặc biệt là cho giới trẻ để biết rõ những vấn đề quan trọng của cuộc đời như tình yêu, nhục dục, và hôn nhân. Sự hiểu biết này không những giúp họ sống cuộc đời vợ chồng vui vẻ mà còn được bình an và toại nguyện. Thay mặt Hội Truyền Bá Giáo Lý Phật Đà (Buddha), tôi bày tỏ lời biết ơn chân thành và cảm kích của tôi với tất cả các hội viên đã nhiệt tình giúp đỡ trong việc phát hành cuốn sách này.

Tan Teik Beng

JSM, SMS, KMN, PKT

Phó Chủ Tịch, Hội Truyền Giáo Phật Đà Mã Lai Á

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

1. Dẫn nhập

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Theo quan điểm của người Phật tử, hôn nhân cũng chẳng phải thánh thiện hay phạm tục. Phật giáo không coi hôn nhân là một bổn phận của đạo lý hay một điều thiêng liêng được ban hành từ thiên đường. Kẻ châm biếm nói rằng nếu có người tin là hôn nhân được hoạch định từ thiên đường, thì cũng có kẻ khác lại cho rằng hôn nhân được đăng ký tại địa ngục! Trên căn bản, hôn nhân là bổn phận không bắt buộc của cá nhân và xã hội. Phái nam và phái nữ hoàn toàn tự do lập gia đình hay sống độc thân. Điều này không có nghĩa là Phật giáo chống hôn nhân. Chẳng ai trên đời này nói hôn nhân là xấu, và cũng chẳng có tôn giáo nào chống lại hôn nhân cả.

Trên thực tế, tất cả mọi chúng sanh hiện hữu là do kết quả của dục tình. Vì con người, thể chế hôn nhân được đặt ra để xã hội bảo đảm sự trường cửu của loài người và đoan chắc việc săn sóc các trẻ em. Điều này do một luận cứ cho rằng trẻ con ra đời là do lạc thú của dục tình, nên đôi bên phải có trách nhiệm với chúng cho đến khi chúng khôn lớn và hôn nhân được đặt ra để bảo đảm việc tôn trọng và thi hành trách nhiệm này.

Xã hội phát triển là do những tương quan hỗ tương mật thiết và phụ thuộc giữa mỗi người. Mỗi quan hệ là một lời cam kết nhiệt thành để yểm trợ và che chở cho những người khác sống trong cộng đồng. Hôn nhân đóng một

phần quan trọng trong cái mạng lưới yểm trợ và che chở đó. Một cuộc hôn nhân tốt đẹp phải từ từ lớn mạnh do hiểu biết, chứ không phải do thử thách, do lòng chung thủy thật sự chứ không phải do nhu nhược. Thể chế hôn nhân cũng tạo căn bản tốt đẹp cho việc phát triển văn hoá và sự liên kết vui vẻ giữa hai cá nhân cùng chung sống để hết cô đơn và sợ hãi. Trong hôn nhân, vợ chồng đem lại sức mạnh tinh thần và can đảm cho nhau, và mỗi người nên hiểu biết và công nhận giá trị của nhau trong việc săn sóc gia đình. Chồng hay vợ không ai làm chủ ai, người này giúp đỡ người kia bởi vì hôn nhân là một sự hợp tác bình đẳng, rộng lượng, bình an và thành khẩn. Trong Phật giáo ta có thể tìm thấy những lời khuyên cần thiết giúp chúng ta có một đời sống lứa đôi hạnh phúc. Ta không nên lơ là lời dạy của Đức Phật nếu chúng ta thực tình muốn có một đời sống vợ chồng hạnh phúc. Trong những bài thuyết giảng, đức Phật dạy những điều khuyên bảo cho các cặp vợ chồng và cho những ai muốn tìm hiểu hôn nhân. Ngài nói : “Nếu một người con trai tìm được một người vợ thích hợp và hiểu biết, và một người con gái tìm được một người chồng thích hợp và hiểu biết, quả thật cả hai người đều may mắn.”

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

2. Bản chất tình yêu & lạc thú tình yêu

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Có nhiều loại tình yêu, như tình yêu của người mẹ, của anh em, tình dục,

tình cảm, xác thịt, ích kỷ, vị tha, và đại đồng.

Nếu người ta chỉ phát triển tình yêu xác thịt hay vị kỷ của mình đối với nhau, loại tình yêu ấy không thể bền vững. Trong một tình yêu chân thật, ta không nên đòi mà chỉ nên cho.

Khi sắc đẹp, hình hài, và tuổi thanh xuân đã tàn phai, một người chồng chỉ chú trọng đến sắc đẹp vật chất bên ngoài sẽ muốn có một người trẻ đẹp khác. Tình yêu này là tình yêu của loài thú, của dâm dục. Nếu một người quả thật biểu lộ tình yêu đúng nghĩa của một con người với con người, người đó không chú ý vào sắc đẹp bên ngoài và sự hấp dẫn lôi cuốn bề ngoài của người hôn phối và tình yêu đó phải biểu lộ từ trong tâm trí chứ không phải ở bên ngoài mà thôi. Cũng như vậy, một người vợ nghe lời dạy của đức Phật không bao giờ chênh mảng đối với người chồng dù người chồng trở nên già yếu, nghèo khổ hay bệnh hoạn.

“Tôi cảm thấy sợ hãi thấy các cô gái tân thời thích yêu như Juliet nhưng lại có đến cả tá Romeo. Họ thích mạo hiểm....Gái tân thời ăn mặc không phải là để che thân, để chống nắng mưa gió, mà là để lôi cuốn sự chú ý của người khác. Họ thay đổi bản chất bằng cách tô điểm lạ lùng” (Gandhi).

Nhục dục

Nhục dục chính nó không phải là tội lỗi, nhưng lòng ham muốn nhục dục nhất định làm xáo trộn đầu óc, cản trở sự phát triển tinh thần.

Trong hoàn cảnh lý tưởng, nhục dục là đỉnh cao vật chất trong một sự giao tiếp để thoả mãn tình cảm sâu xa của cả hai người hôn phối khi cho và hưởng đồng đều.

Cách thức miêu tả tình yêu bởi nhóm thương mại qua truyền thông đại chúng trong cái mà chúng ta gọi là văn hoá “Tây phương” không phải là tình yêu “chân chính”. Khi một con vật muốn xác thịt, nó làm tình, nhưng sau đó,

nó quên đi. Với loài thú, xác thịt chỉ là một hành động của bản năng để sinh tồn. Nhưng con người lại còn có nhiều điều khác nữa trong quan niệm ái ân. Bồn phận và trách nhiệm là những chất liệu quan trọng để duy trì đoàn kết, thuận hoà, và hiểu biết trong mỗi giao tiếp giữa con người.

Nhục dục không phải là chất liệu quan trọng nhất của hạnh phúc vợ chồng. Những kẻ làm nô lệ cho xác thịt làm tan vỡ tình yêu và nhân đạo trong hôn nhân. Ngoài ra, một phụ nữ không nên coi mình là đối tượng khiêu dâm của phái nam. Người đó không cần phải tô điểm để vừa lòng người đàn ông, dù cho người đó là chồng. Nếu muốn là người bình đẳng với chồng, người phụ nữ phải ăn mặc làm sao để nâng cao phẩm giá, và không là một biểu tượng của nhục dục. Hôn nhân chỉ để thoả mãn cho sự thèm khát xác thịt không phải là một hôn nhân. Đó chỉ là thú vui trần tục. (Gandhi)

Tình yêu đương nhiên là một sản phẩm của tình dục, nhưng ngược lại nhục dục là để bày tỏ tình yêu. Trong đời sống hạnh phúc lý tưởng của đôi vợ chồng, tình yêu và nhục dục không rời nhau.

Lời đức Phật giải thích

Chúng ta nghiên cứu lời dạy của đức Phật về những cảm nghĩ của người nam và người nữ đối với nhau. Ngài nói Ngài chưa hề nhìn thấy một điều gì trên thế gian này lôi cuốn người đàn ông bằng khuôn mặt của người đàn bà. Cũng vậy, cái mà hấp dẫn nhất với phụ nữ là khuôn mặt người đàn ông. Trên đây là bản tính tự nhiên của nam nữ cho nhau lạc thú trần gian. Họ không thể tìm được hạnh phúc như vậy ở một đối tượng nào khác. Khi suy nghĩ kỹ càng, chúng ta thấy trong tất cả mọi thứ đem lại lạc thú, không có một thứ nào có thể thoả mãn năm giác quan cùng một lúc ngoài hình ảnh của người đàn ông và người đàn bà.

Người Hy Lạp biết điều đó khi họ nói rằng người đàn ông và đàn bà nguyên thủy chỉ có một. Họ bị chia ra thành hai phần, và vì sự phân chia này nên

người nam và người nữ không ngừng tìm cách để hợp lại với nhau.

Lạc thú

Bản tính tự nhiên của thanh niên say mê các thú vui trần tục, và những thú vui này có cái tốt, có cái xấu. Những cái tốt như thú vui về âm nhạc, thi văn, khiêu vũ, thức ăn ngon, phục sức, và những ham muốn tương tự không hại gì đến cơ thể. Những thú vui này chỉ làm chúng ta xao lãng không nhìn ra cái phù du của thiên nhiên và cái bấp bênh của cuộc sống khiến chúng ta không nhận được thực chất của bản ngã.

Năng khiếu và giác quan của thanh niên rất nhạy bén, rất lanh lợi trong việc thoả mãn năm giác quan. Hầu hết mỗi ngày, các chàng trai này tìm đủ mọi cách để đạt được nhiều lạc thú. Do cái bản chất tự nhiên của cuộc sống, con người không bao giờ thoả mãn với các thú vui mà mình đã có và kết quả là sự tham dục đó chỉ tạo thêm nhiều khao khát và lo âu.

Nghĩ kỹ về điều này chúng ta thấy rằng cuộc sống chỉ là một giấc mộng. Cuối cùng, chúng ta đạt được gì khi lưu luyến cõi đời ? Chỉ nhiều thêm lo âu, chán nản và thất vọng. Chúng ta cũng có những phút vui ngắn ngủi, nhưng cuối cùng, chúng ta phải tìm ra mục đích thực sự của cuộc đời.

Khi chúng ta không còn khao khát tình dục và không cần đến sự thoải mái sinh lý với người khác, hôn nhân sẽ trở nên không cần thiết. Đau khổ và khoái lạc đều bắt nguồn từ tham dục, luyến ái và xúc cảm. Nếu chúng ta tìm cách chế ngự tình cảm một cách không thực tế, chúng ta sẽ làm xáo trộn thể xác và tâm hồn của chúng ta. Cho nên chúng ta phải biết cách điều khiển và chế ngự tình dục của con người. Nhờ hiểu biết, không lạm dụng, và đặt tình dục đúng chỗ, chúng ta sẽ chế ngự được những ham muốn của chúng ta.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

3. Sự thực của đời sống vợ chồng

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

John J. Robinson trong quyển sách “Of Suchness” có những lời khuyên về tình yêu, nhục dục, và đời sống lứa đôi như sau, “Hãy thận trọng và khôn ngoan dè dặt; kết hôn dễ dàng hơn sống độc thân. Nếu bạn có ý trung nhân tốt, thiên đàng đây, nhưng nếu là người xấu, bạn sẽ phải sống 24 giờ một ngày trong địa ngục. Thật là một điều cay đắng nhất trên đời. Đời sống thật lạ lùng. Tuy nhiên khi bạn có một cuộc sống chính đáng, tự trong lòng bạn đã biết điều đó. Đời sống không phải chỉ là sự ngông cuồng trong chốc lát. Những mãnh lực của nhục dục thúc đẩy người trai trẻ đắm đầu vào các hành động mù quáng và không còn biết phải trái. Đúng vậy, khi chúng ta uống rượu và bốc đồng, một con lọ lem trong quán rượu mờ tối cũng đẹp như thần Vệ Nữ khiến ta không cưỡng lại được. Tình yêu trên nhục dục là căn bản sinh vật học giữa nam nữ; tình yêu và nhục dục quấn bện và trộn lẫn lộn vào với nhau.”

Những khó khăn

Hầu như mỗi ngày chúng ta nghe thấy người ta phàn nàn về hôn nhân. Ít khi chúng ta được nghe những chuyện hôn nhân có hạnh phúc. Giới trẻ đọc tiểu thuyết trữ tình và xem những phim ảnh lãng mạn cho rằng hôn nhân đẹp như

một luống hoa hồng. Điều đáng buồn là hôn nhân không dịu ngọt như người ta nghĩ. Hôn nhân và những khó khăn liên quan với nhau; và ta phải nhớ khi chúng ta lập gia đình, chúng ta phải đương đầu với khó khăn và trách nhiệm mà từ trước tới nay ta không bao giờ nghĩ tới.

Người ta thường nghĩ rằng bốn phận chúng ta là lập gia đình và hôn nhân là một biến chuyển trọng đại trong đời sống. Tuy nhiên, để cuộc hôn nhân được tốt đẹp, đôi lứa phải giảm bớt xung khắc để sống hoà thuận với nhau. Những khó khăn trong hôn nhân đã khiến một nhà châm biếm nói rằng : “cuộc sống lứa đôi êm ái là một cuộc hôn nhân giữa một người vợ mù và anh chồng điếc; người vợ mù không thấy lỗi của chồng, và người chồng điếc không nghe tiếng mè nheo của người vợ”.

Chia sẻ và tin cậy

Một trong những nguyên nhân chính về các khó khăn trong hôn nhân là sự nghi ngờ và thiếu tin tưởng. Hôn nhân là hạnh phúc nhưng nhiều người đã biến nó thành tai hoạ chỉ vì thiếu hiểu biết.

Hai vợ chồng phải hết lòng tin cậy nhau và không nên dấu những bí mật riêng tư. Những bí mật riêng tư tạo nghi ngờ, nghi ngờ dẫn đến ghen, ghen phát sanh nóng giận, nóng giận tạo thù địch, thù địch đưa đến kết quả ly thân, tự tử và chém giết lẫn nhau.

Nếu một cặp vợ chồng cùng nhau chia sẻ nỗi buồn vui trong đời sống hằng ngày, họ sẽ an ủi lẫn nhau để giảm bớt các buồn đau. Vì vậy, vợ chồng không chỉ mong có niềm vui mà thôi. Có rất nhiều buồn phiền và đau khổ mà vợ chồng phải đương đầu. Họ phải có ý chí mạnh mẽ để làm nhẹ gánh nặng và bớt những hiểu lầm. Cùng nhau thảo luận những vấn đề khó khăn sẽ đem lại lòng tin tưởng để sống với nhau trong tinh thần hiểu biết hơn.

Vợ chồng cần đến sự an ủi lẫn nhau khi gặp khó khăn trở ngại. Cảm nghĩ bất an và không thoải mái sẽ biến đi, và đời sống sẽ có ý nghĩa hơn, hạnh phúc

và thú vị hơn nếu một trong hai người muốn chia sẻ gánh nặng cho nhau.

Mù quáng vì cảm xúc

Khi hai người yêu nhau, họ thường phô trương những cái tốt đẹp nhất về bản chất và cá tính của họ, để cốt gây một ấn tượng đẹp đẽ. Người ta nói tình yêu là mù quáng, và khi người ta yêu thì quên hẳn cái bản chất đen tối của mỗi người.

Thông thường, vì quá yêu nhau, mỗi người đều đề cao những tính tốt của mình, và họ chấp nhận nhau trên giá trị bề ngoài. Một người tình không dám tiết lộ cái mặt trái đen tối của mình vì sợ mất nhau. Họ che dấu mọi khuyết điểm để khỏi mất cơ hội chiếm đoạt nhau. Bất cứ nhược điểm nào cũng được che đậy dưới thảm, để không làm trở ngại đến việc chiếm đoạt nhau. Kẻ đang yêu nhau bất cần đến những lỗi lầm người yêu, nghĩ rằng những lỗi này sẽ được sửa chữa sau khi cưới, hoặc họ vẫn có thể chung sống với những lỗi ấy, vì “tình yêu sẽ chiến thắng tất cả”.

Tuy nhiên, sau khi cưới, tâm trạng lãng mạn lúc đầu qua đi, tính nết của mỗi người lộ chân tướng. Rồi hai bên đều chán chường, và cái màn che đậy những cảm nghĩ nội tâm được vén lên phơi bày bản chất thực sự của hai người. Tiếp theo là mộng vỡ.

Nhu cầu vật chất

Tình yêu không thể tồn tại chỉ bằng không khí mát mẻ và ánh sáng mặt trời. Thế giới ngày nay là một thế giới vật chất; và để đáp ứng các nhu cầu vật chất, cần phải có kế hoạch tài chánh và ngân quỹ đúng mức. Nếu không, chẳng gia đình nào sống được thoải mái. Tình trạng này xác nhận câu ngụ ngôn “khi cái nghèo đến gõ cửa, tình yêu bay qua cửa sổ”. Điều này không có nghĩa là cứ phải có tiền mới tạo được hôn nhân. Tuy nhiên, nếu một người có những nhu cầu cần thiết cho đời sống nhờ một nghề nghiệp vững chãi và có kế hoạch thận trọng trong hôn nhân, những điều lo lắng không

cần thiết sẽ bị loại bỏ.

Có thể ngăn ngừa những khổ cực của nghèo túng nếu đôi bên hoàn toàn hiểu nhau. Đôi bên phải hiểu rõ giá trị của sự vui lòng. Cả hai đều phải giải quyết những khó khăn như những khó khăn chung, và cùng nhau chia sẻ tất cả những “thăng trầm” với một tinh thần thành khẩn trong một cuộc sống thuận hoà lâu dài.

Lời khuyên trước khi cưới

Kinh Anguttara Nikaya ghi chú một số các lời khuyên của đức Phật dạy cho các thiếu nữ trước khi thành hôn. Hiểu được những khó khăn khi về làm dâu nhà chồng, người con dâu phải kính trọng cha mẹ chồng, và hầu hạ cha mẹ chồng cũng như cha mẹ mình. Người con dâu cũng phải quý mến và kính trọng họ hàng và bạn bè bên chồng để tạo một bầu không khí thích hợp và vui vẻ trong ngôi nhà mới.

Người con gái trước khi về nhà chồng được khuyên bảo phải tìm hiểu bản chất, một số hoạt động, cá tính và tính tình của người chồng để có thể hợp tác giúp đỡ chồng ở ngôi nhà mới. Họ phải lễ độ, tử tế, theo dõi lợi tức của chồng để chi tiêu đúng mức. Lời khuyên của đức Phật tuy đã trên 25 thế kỷ nhưng vẫn còn giá trị cho đến ngày nay.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

4. Quan niệm hôn nhân của người Phật tử

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Trong quan điểm về “sinh là khổ”, một số người đã phê bình là Phật giáo chống đối đời sống vợ chồng. Họ đã lầm. Đức Phật chưa bao giờ chống đối đời sống vợ chồng. Tuy nhiên, Ngài nói rõ ràng người ta khi lấy nhau phải đương đầu với những khó khăn trở ngại, lo âu, và trách nhiệm. Chỉ cho người ta biết các khó khăn khi thành hôn không có nghĩa là Phật giáo kết tội hôn nhân.

Hôn nhân ngụ ý rằng một con người còn bám víu vào thế gian vật chất, khả năng tâm linh của họ bị tham dục, luyến ái, và cảm xúc ảnh hưởng; đương nhiên mọi khó khăn sẽ đến. Việc này xảy ra khi chúng ta phải xem xét nhu cầu của người khác, để phải cung cấp cho họ những gì họ cần đến.

Vai trò của tôn giáo

Phân tách sâu xa bản chất của “cái ta” rất quan trọng, để giúp chúng ta hiểu được nguồn gốc những khó khăn, lo âu, khổ sở của chúng ta để chúng ta thắng lướt được. Nơi đây, lời khuyên của tôn giáo rất quan trọng để duy trì một cuộc sống an lành. Tuy nhiên, con người không nên trở thành nô lệ cho bất cứ tôn giáo nào.

Con người không phải vì tôn giáo, mà là tôn giáo vì con người. Điều này có nghĩa là con người phải nhờ vào tôn giáo để tự cải thiện và tạo hạnh phúc bằng đường lối chính đáng. Nghĩ rằng chúng ta phải tôn trọng một số lời nguyện, giới luật và điều răn với đức tin mù quáng và bó buộc, chúng ta không hiểu tôn giáo một cách xác đáng.

Một khía cạnh quan trọng của Phật giáo là đức Phật không đặt đề luật lệ hay điều răn bắt buộc phải theo. Đức Phật là một Đạo Sư duy nhất trình bày một số giới luật phối hợp với cuộc sống để chúng ta tuân theo. Giữ các giới luật hoàn toàn do sự tình nguyện, chứ không có tính cách luật lệ của tôn giáo.

Chúng ta tùy tiện theo các lời khuyên dạy nhờ sự hiểu biết và kinh nghiệm

những điều chúng ta thấy tốt cho mình và cho kẻ khác. Qua thử thách và lầm lẫn, chúng ta noi theo những lời khuyên của Ngài để được bình yên và hạnh phúc.

Ta nên ráng hiểu biết bản chất của đời sống thế gian. Biết rằng chúng ta phải trực diện với các khó khăn, chúng ta phải củng cố tinh thần và chuẩn bị đối đầu với các khó khăn ấy khi chúng ta lập gia đình. Tôn giáo giúp chúng ta vượt qua khỏi các khó khăn. Những gì chúng ta đã học hỏi về các nguyên lý đạo giáo khi còn trẻ có thể đem áp dụng để tránh các hiểu lầm, chán nản và thất vọng. Đồng thời, một số đức tính như kiên nhẫn và hiểu biết được học hỏi trong tôn giáo là những tài sản quan trọng giúp chúng ta sống một đời sống vợ chồng bình an.

Thường là vì thiếu hiểu biết lẫn nhau nên nhiều cặp vợ chồng sống một cuộc đời đau khổ. Kết quả là những đứa con vô tội phải chịu đau đớn. Tốt hơn là phải biết cách đối phó với các khó khăn để sống một cuộc sống lứa đôi hạnh phúc. Tôn giáo giúp các bạn làm được việc đó.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

5. Khó xử của tôn giáo

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Nhân quyền

Một trong những nguyên nhân bận tâm nhất giữa những người không thuộc

về các tôn giáo “Do Thái và Ả Rập” là vấn đề chuyển đạo trước khi cưới. Trong khi người Phật tử và Ấn độ giáo không bao giờ đòi hỏi là một cặp vợ chồng phải cùng theo một tôn giáo trước khi làm lễ cưới, có một số người lợi dụng sự khoan dung này.

Hôn nhân, trái với những gì mô tả trong các tiểu thuyết lãng mạn, không phải là sự hợp nhất tuyệt đối của hai cá nhân, đến mức mà người nam hay người nữ mất hẳn cá tính của mình. Khi một tôn giáo đòi hỏi hai người phải cùng một đạo, nhân quyền căn bản của con người đã không được tôn trọng, vì người nam hay người nữ không được theo đạo mà họ muốn. Lịch sử xã hội đã chứng tỏ rằng “hợp nhất những bất đồng” không những là việc có thể được mà còn là điều mong muốn. Không còn bất đồng, chúng ta sẽ tôn trọng và hiểu biết lẫn nhau. Điều này cũng nên áp dụng cho hôn nhân. Rất nhiều kinh nghiệm sống khắp nơi trên thế giới cho thấy rằng người chồng và người vợ, giữ riêng tôn giáo của mình, vẫn sống một cuộc đời hạnh phúc và không hề chống đối lẫn nhau.

Người Phật tử không chống lại các tôn giáo khác cả ngay trong phạm vi gia đình. Thật đáng tiếc, thái độ bao dung này đã bị một số tín đồ vô lương tâm lợi dụng khi họ tìm đủ mọi phương tiện để đạt đến việc quy nạp tín đồ cho đạo mình.

Người Phật tử thông minh phải tỉnh thức trước các mưu mô này. Một người thông minh, tự trọng, và biết nhận thức niềm tin của mình, không bao giờ từ bỏ niềm tin của mình để thoả mãn yêu cầu sắp đặt của một tôn giáo khác.

Người Phật tử không đòi hỏi người hôn phối phải theo đạo Phật, và cả hai bên đều không bỏ đạo của mình.

Nỗi buồn sau đám cưới

Khi hai người trẻ tuổi yêu nhau, họ sẵn sàng hy sinh mọi thứ để được lấy nhau. Nhưng vài năm sau, khi bắt đầu xây dựng một cuộc hôn nhân tốt đẹp

thì thất vọng xảy đến sau khi hy sinh tôn giáo của mình cho “tình yêu” : người hôn phối bắt đầu hối hận việc đã làm, rồi sự bất hoà vô lý tăng thêm. Điều này gây thêm căng thẳng khi đôi bên bắt đầu chán chường nhau, rồi cãi nhau. Một trong những lý do của việc cãi nhau là các con phải theo tôn giáo nào.

Vì vậy, điều quan trọng chúng ta cần biết là nếu chuyển đạo, việc này phải được căn cứ trên sự hiểu biết thật sự của mình chứ không phải chỉ cho tiện việc hay bị bó buộc. Phật giáo kính trọng sự tự do chọn lựa của một cá nhân. Nguyên tắc này phải được mọi người tuân theo.

Hôn lễ

Phật giáo không đặt để những nghi thức hay thủ tục đặc biệt nào trong việc cử hành hôn lễ. Phật giáo công nhận truyền thống và văn hoá của người dân trong mọi quốc gia. Vì vậy nghi lễ Phật giáo khác nhau từ nước này sang đến nước khác.

Theo nghi thức thực hành thông thường, một khoá lễ cầu phước để truyền đạt các lời khuyên cho tân lang và tân giai nhân được tổ chức tại chùa hoặc tại nhà để cuộc hôn nhân có nhiều ý nghĩa. Ngày nay, tại nhiều quốc gia, ngoài khoá lễ cầu phước; các tổ chức tôn giáo cũng được phép tổ chức các nghi thức và làm thủ tục cần thiết để cấp giấy hôn thú.

Nói rộng ra, điều quan trọng nhất là cặp vợ chồng mới phải thành thật hợp tác với nhau, và hiểu biết lẫn nhau chẳng những trong thời gian hạnh phúc mà trong bất cứ lúc nào gặp các khó khăn.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

6. An toàn, kính trọng và trách nhiệm

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Cảm giác bất an

Trong quá khứ không có việc làm thủ tục đăng ký hôn thú. Người đàn ông và người đàn bà quyết định thoả thuận cùng nhau kết nghĩa vợ chồng rồi cùng nhau chung sống. Hôn lễ được cử hành trước cộng đồng. Việc ly thân rất hiếm. Việc quan trọng nhất là họ cùng nhau thực sự thương yêu, kính trọng lẫn nhau và cùng nhau gánh vác trách nhiệm.

Ngày nay việc đăng ký hôn nhân hợp pháp rất cần thiết để gìn giữ của cải và bảo đảm an toàn cho con cái. Để được an tâm, đôi vợ chồng làm thủ tục hôn nhân hợp pháp để bảo đảm sự liên đới trách nhiệm, không lơ là bỏn phận và không ngược đãi lẫn nhau. Ngày nay, một số cặp vợ chồng ký giao kèo để định đoạt tài sản trong trường hợp họ ly dị nhau!

Chồng và vợ

Theo giáo lý của đạo Phật, trong hôn nhân, người chồng mong người vợ có những đức tính như sau :

- tình yêu
- thái độ ân cần
- bỏn phận trong gia đình
- trung thành

- săn sóc con cái
- tiết kiệm
- chu đáo các bữa ăn
- giúp chồng nguôi giận khi nóng nảy
- luôn luôn dịu hiền

Ngược lại người vợ mong ước những đức tính sau đây nơi người chồng :

- dịu dàng
- lịch sự
- thân mật
- đáng tin cậy
- công bằng
- chung thủy
- thật thà
- bạn đường tốt
- ủng hộ tinh thần

Ngoài phần tình cảm và ái ân, vợ chồng phải lo công việc hàng ngày, giữ ngân sách gia đình và làm bổn phận công dân. Như vậy, việc vợ chồng cùng nhau thảo luận ý kiến trong tất cả vấn đề gia đình, sẽ tạo nên bầu không khí tin cậy và hiểu biết để sẵn sàng giải quyết mọi việc xảy đến.

Lời khuyên đôi lứa của đức Phật

I Người vợ

Khi khuyên phụ nữ về vai trò của họ, đức Phật cho rằng yên ổn và hoà thuận trong gia đình phần lớn do nơi người đàn bà. Lời khuyên của Ngài rất thực tế và dễ thi hành khi Ngài giảng về một số hạnh kiểm hàng ngày mà người phụ nữ nên hay không nên trau dồi. Trong nhiều dịp, Ngài khuyên người vợ nên :

a) không nuôi dưỡng các tư tưởng tội lỗi đối với chồng

- b) không độc ác, thô bạo hay trịch thượng
- c) không hoang phí, phải tần tiện và sống tùy khả năng
- d) giữ gìn tài sản và tiết kiệm tiền bạc do người chồng nhọc nhằn kiếm được
- e) luôn luôn có ý tứ và đoan trang
- f) chung thủy và không có tư tưởng ngoại tình
- g) thận trọng trong lời nói và lễ độ trong hành động
- h) tử tế, cần cù và siêng năng
- i) ân cần và thương chồng như bà mẹ thương con, săn sóc che chở cho đứa con duy nhất của mình
- j) phải nhũn nhặn và tỏ vẻ tôn kính
- k) điềm tĩnh, dịu dàng và hiểu biết – không những chịu chồng như là một người vợ mà là một người bạn, một người cố vấn lúc cần thiết.

Trong thời đức Phật, những đạo sư của tôn giáo khác cũng nói đến nhiệm vụ và bổn phận của vợ đối với chồng, đặc biệt đề cao nhiệm vụ của người vợ sanh con cho chồng, chung thủy phục vụ chồng và mang lại hạnh phúc gia đình cho chồng.

Một vài cộng đồng đặc biệt muốn có một đứa con trai trong gia đình. Họ nghĩ rằng cần có con trai để cử hành tang lễ, để đời sau của họ được tốt đẹp. Không có được con trai với người vợ thứ nhất, người chồng được tự do lấy vợ khác để sanh con trai. Phật giáo không tán thành niềm tin trên đây.

Theo lời đức Phật dạy về quy luật của nghiệp, mỗi người đều phải chịu trách nhiệm về hành động của chính mình và hậu quả của nó. Trai hay gái sanh ra không do sự quyết định của cha hay mẹ mà do nghiệp quyết định. Và đời của ông, của cha, sướng hay khổ không tùy thuộc vào hành động của con hay cháu. Mỗi người đều phải chịu trách nhiệm về hành động của chính mình. Cho nên, hoàn toàn sai khi người chồng đổ lỗi cho vợ, hay người vợ trách chồng bất lực nên không sanh được con trai. Giáo lý Giác Ngộ trên

giúp chúng ta sửa chữa những quan niệm sai lầm của nhiều người và đương nhiên giảm bớt nỗi lo âu của người phụ nữ không thể có con trai để “nối dõi tông đường”.

Mặc dù bổn phận của người vợ đối với chồng đã được ghi nhận trong kinh thư của đức Khổng Tử nhưng lại không nói đến nhiệm vụ và bổn phận của chồng đối với vợ. Nhưng trong kinh Thi Ca La Việt, đức Phật đề cập rõ ràng nhiệm vụ của chồng với vợ và ngược lại.

II Người chồng

Để trả lời một bà nội trợ về việc người chồng phải chăm sóc vợ như thế nào, đức Phật tuyên bố là người chồng bao giờ cũng phải quý mến và kính trọng người vợ, phải chung thủy, cho vợ đủ quyền để lo việc nhà và cũng sắm cho vợ đồ nữ trang ưa thích. Lời dạy của đức Phật đã trên 25 thế kỷ vẫn đứng vững và có giá trị cho đến ngày nay.

Biết tâm lý người đàn ông lúc nào cũng cho mình là cao hơn phụ nữ, đức Phật đã thay đổi một cách đặc biệt và đã nâng cao địa vị phụ nữ bằng một đề nghị đơn giản là người chồng phải quý mến và kính trọng người vợ. Người chồng phải chung thủy với người vợ, có nghĩa là người chồng phải làm tròn bổn phận đối với vợ để gìn giữ tín nhiệm cho đúng với tình nghĩa vợ chồng. Người chồng, là người kiếm tiền nuôi gia đình, phải thường xa nhà, cho nên người chồng nên giao việc nội trợ cho vợ làm nhiệm vụ quản gia, điều hành tài sản và quản trị kinh tế. Việc cung cấp nữ trang cho người vợ biểu hiện tình yêu, săn sóc và quan tâm của người chồng đối với vợ. Việc thực hành này được lưu truyền từ thời xa xưa trong các cộng đồng Phật giáo. Bất hạnh thay, điều đẹp đẽ này đang tàn lụi vì ảnh hưởng của văn minh hiện đại.

Quá khứ

Trong quá khứ, cấu trúc xã hội khác hẳn với cái mà ngày nay ta thấy, chồng và vợ phụ thuộc lẫn nhau. Có một sự thông cảm giữa hai vợ chồng nên sự

quan hệ được vững vàng vì người hôn phối hiểu rõ vai trò hợp tác của mình. Tình yêu vợ chồng biểu lộ bằng cách âu yếm trước công chúng không phải là tình yêu chân thật và hiểu biết. Trong quá khứ, tuy các cặp vợ chồng không bày tỏ tình yêu hay cảm nghĩ nội tâm trước công chúng, nhưng họ vẫn giữ tiếng lòng thầm lặng và kính trọng lẫn nhau.

Cổ tục của một số quốc gia buộc người vợ phải hy sinh sau khi chồng chết và cấm góa phụ tái giá rất xa lạ với Phật giáo. Phật giáo không cho là người vợ thấp kém hơn người chồng.

Xã hội hiện đại

Một số phụ nữ cho rằng chỉ lo nuôi nấng con cái trong gia đình là mất sĩ diện và bảo thủ. Điều này đúng vì thời xưa phụ nữ bị bạc đãi. Những điều đó là do sự ngu si của phái nam chứ không phải do thành kiến cố hữu cho rằng đàn bà chỉ để sanh con đẻ cái.

Phụ nữ đã tranh đấu từ nhiều thời đại đòi bình đẳng với phái nam trong các lãnh vực như giáo dục, nghề nghiệp, chính trị và các lãnh vực khác. Phụ nữ ngày nay bình đẳng khá nhiều với nam giới trong mọi phạm vi. Bản tính phái nam năng động và phái nữ thì nhiều tình cảm hơn. Trong khung cảnh gia đình, nhất là tại Đông phương, phái nam lấn át làm chủ gia đình trong khi người vợ thụ động. Xin nhớ là “thụ động” không có nghĩa là “yếu kém”, nhưng là một đức hạnh “mềm mỏng” và “nhu mì”. Nếu phái nam và phái nữ giữ được đức tính thừa hưởng của thiên nhiên và nhận thức được khả năng của nhau thì thái độ đó đem lại sự hiểu biết về tình nghĩa vợ chồng giữa hai bên.

Ngài Gandhi nhận xét :

“Tôi tin vào nền giáo dục thích ứng cho phụ nữ. Nhưng tôi cũng tin rằng bất chước và thi đua với nam giới, phụ nữ chẳng đóng góp được gì cho thế giới này. Phụ nữ có thể tranh đua, nhưng không thể tiến đến tột đỉnh để có khả

năng bắt chước phái nam. Họ phải được phái nam bổ túc”.

Trách nhiệm của cha mẹ

Nền móng của xã hội loài người là sự tương quan phức tạp giữa cha mẹ và con cái. Bồn phận của người mẹ là thương yêu, săn sóc và bảo bọc con cái với bất cứ giá nào. Đó là tình mẫu tử mà đức Phật đã dạy. Tình thương yêu này thực tiễn, bảo dưỡng, bao dung và không vị kỷ. Người Phật tử được dạy rằng bậc cha mẹ phải săn sóc con cái giống như đất bảo dưỡng cây cối và sinh vật.

Cha mẹ chịu trách nhiệm về hạnh phúc và về việc nuôi dưỡng con cái. Nếu đứa trẻ lớn lên tráng kiện, mạnh khoẻ và thành người công dân tốt, đó là kết quả các cố gắng của bậc cha mẹ. Nếu đứa trẻ lớn lên thành kẻ phạm pháp, bậc cha mẹ phải chịu trách nhiệm. Ta không nên đổ lỗi cho ai hay cho xã hội, nếu đứa trẻ đi lầm đường. Bồn phận của bậc cha mẹ là hướng dẫn con cái theo đúng đường.

Một đứa trẻ vào lứa tuổi dễ bị ảnh hưởng, cần có sự triu mến, chăm sóc và lưu ý của cha mẹ. Không có tình thương và sự hướng dẫn của cha mẹ, đứa trẻ sẽ tổn thương tình cảm và sẽ thấy rằng thế giới là một nơi khó sống. Tuy nhiên, biểu lộ tình thương, chăm sóc và ân cần với con cái không có nghĩa là thoả mãn tất cả những đòi hỏi của nó dù hợp lý hay không hợp lý. Quá nuông chiều thực sự làm hư đứa trẻ. Người mẹ dành cho con tình thương và chăm sóc cũng phải nghiêm khắc và cứng rắn nhưng không cay nghiệt trong lúc xử sự trước cái hư đốn của đứa trẻ. Nghiêm khắc và cứng rắn không có nghĩa là cay nghiệt với con cái. Tổ tình thương, nhưng nghiêm khắc - rồi ra đứa trẻ sẽ hiểu được.

Thật là bất hạnh, tình thương của cha mẹ thời nay đối với con cái vô cùng thiếu xót. Việc đổ xô điên cuồng vào những tiên bộ vật chất, và các phong trào tự do, bình đẳng, đưa đến kết quả là nhiều bà vợ theo chồng, làm việc

tại các văn phòng hay xưởng thợ, hơn là ở nhà để trông nom con cái. Con cái để cho thân nhân hay thuê người để săn sóc ở nhà; con cái trở nên ngờ ngác vì thiếu tình mẫu tử thương yêu và chăm sóc. Người mẹ cảm thấy có lỗi vì thiếu chăm sóc, cố gắng xoa dịu đứa trẻ bằng cách thoả mãn cho nó tất cả những gì nó đòi hỏi. Hành động này chỉ làm hư đứa trẻ mà thôi. Về mặt tâm lý trẻ con, mua cho chúng những đồ chơi hiện đại như xe tăng, súng máy, súng lục, kiếm và những thứ tương tự, không tốt đẹp gì.

Những đồ chơi nói trên không thay thế được tình thương yêu và sự triu mến của người mẹ. Thiếu tình thương và sự hướng dẫn của cha mẹ, người ta sẽ chẳng ngạc nhiên gì khi thấy đứa trẻ trở thành kẻ phạm pháp. Vậy thì, ai là người đáng bị trách cứ, làm đứa trẻ trở nên ương ngạnh? Dĩ nhiên là cha mẹ! Người mẹ đi làm, nhất là sau một ngày làm việc mệt nhọc tại sở, lại phải làm những việc lặt vặt tại nhà, không có thời gian dành cho con cái trong lúc chúng khao khát sự chăm lo và ân cần của người mẹ. Cha mẹ không săn sóc con cái thì chẳng nên phàn nàn chúng không săn sóc mình lúc về già. “Vì quá bận”, cha mẹ đã tiêu một số tiền lớn cho con cái, và cũng chẳng nên than vãn gì khi đến lượt những đứa con khôn lớn cũng vì “quá bận” nên đã để cha mẹ trong các viện dưỡng lão đắt tiền!

Đa số các phụ nữ ngày nay làm việc để gia đình hưởng nhiều tiện nghi vật chất. Các bà nên nghiêm túc nhận thức lời dạy của Gandhi, khuyên người ta nên bỏ lòng tham lam hơn là bị nhu cầu ràng buộc. Đương nhiên ngày nay, vì tình trạng kinh tế, chúng ta không thể khước từ việc một số bà mẹ bắt buộc phải đi làm. Trường hợp này, cha mẹ phải hy sinh một số thời giờ để đền bù vào thời gian mà họ phải xa con cái. Nếu cha mẹ ở nhà với con cái ngoài giờ làm việc, cha mẹ và con cái sẽ hiểu nhau nhiều hơn.

Trong những bài thuyết giảng, đức Phật có nêu một số trách nhiệm căn bản như những cương lĩnh thiết yếu cho bậc làm cha mẹ. Những điều đó là giữ

giới luật, thực hành, tác động khéo léo, khuyến dụ con cái xa lánh những điều tội lỗi, và hướng dẫn chúng làm những điều tốt cho gia đình, xã hội và xứ sở. Trong mối quan hệ này, bậc cha mẹ phải hết sức thận trọng trong việc đối xử với con cái. Cha mẹ dạy bảo con cái bằng hành động, con cái sẽ lãnh hội những lời giáo huấn và sự yêu thương của cha mẹ. Đứa trẻ vào đời được hun đúc theo cá tính của cha mẹ. Hậu quả là sâu nào rau ấy. Cha mẹ dành nhiều thì giờ cho con cái sẽ truyền lại những đặc tính của mình cho chúng.

Bổn phận của cha mẹ

Bổn phận của cha mẹ là lưu ý đến hạnh phúc của con cái. Thật vậy, cha mẹ đầy đủ bổn phận và thương yêu con cái, gánh trách nhiệm với niềm vui.

Muốn hướng dẫn con cái theo chánh đạo, cha mẹ trước hết phải làm gương và sống một cuộc đời lý tưởng. Không có những đứa con xứng đáng khi cha mẹ không xứng đáng. Ngoài phần thụ lãnh những ảnh hưởng do Nghiệp (Karma) tạo ra từ những kiếp trước, con cái cũng thừa hưởng những tật xấu và tính tốt của cha mẹ. Các bậc cha mẹ hữu trách nên hết sức cẩn thận để không truyền lại những khuynh hướng xấu xa cho con cái.

Theo kinh Thi Ca La Việt, có năm nhiệm vụ mà bậc cha mẹ phải thi hành, đó là :

Nhiệm vụ thứ nhất : ngăn cản con cái gây tội lỗi

Nhà là trường học đầu tiên, và cha mẹ là các thầy giáo đầu tiên. Trẻ con thường học những bài học vỡ lòng tốt xấu nơi cha mẹ. Các bậc cha mẹ thiếu thận trọng gián tiếp hay trực tiếp tiêm nhiễm vào đầu óc con cái những điều nói dối, gian lận, bất lương, vu oan, báo thù, không biết xấu hổ, không sợ hãi tội lỗi, và những hành động vô luân của mình trong thời thơ ấu của chúng. Cha mẹ phải làm gương và không nên tiêm nhiễm những tật xấu vào đầu óc ngây thơ của chúng.

Nhiệm vụ thứ hai : thuyết phục trẻ làm điều lành

Cha mẹ là các thầy giáo ở nhà và thầy giáo là cha mẹ ở trường. Cả cha mẹ lẫn thầy giáo đều chịu trách nhiệm về tương lai của đứa trẻ. Chúng sẽ trở nên người tốt hay xấu là do cha mẹ và thầy giáo hun đúc. Khi lớn lên, nó hay hoặc dở cũng tại người lớn. Trong lúc tuổi thơ, chúng thường bị người lớn lôi cuốn. Vậy, bổn phận của cha mẹ là tạo bầu không khí tương tác ở nhà và ở trường học.

Giản dị, vâng lời, hợp tác, đoàn kết, can đảm, hy sinh, chân thật, thẳng thắn, phục vụ, tự tin, hiền hoà, tiết kiệm, hài lòng, cử chỉ tốt, nhiệt thành mộ đạo, và các đức hạnh khác phải được in sâu lần lần vào đầu óc lúc thiếu thời của đứa trẻ. Những hạt giống như vậy được đem trồng sẽ lớn lên thành cây nhiều trái.

Nhiệm vụ thứ ba : cho con cái một nền học vấn tốt

Một nền giáo dục đứng đắn là một di sản tốt nhất mà bậc cha mẹ để lại cho con cái. Một kho tàng quý giá cũng khôn bằng. Giáo dục là phước báu tốt nhất mà cha mẹ để lại cho con cái.

Giáo dục phải được truyền dạy cho đứa trẻ ngay từ tuổi ấu thơ trong bầu không khí đạo giáo. Việc đó sẽ ảnh hưởng sau này đến đời sống của chúng.

Nhiệm vụ thứ tư : lo cho con cái thành lập gia đình với những người xứng đáng

Hôn nhân là một hành động nghiêm trọng của cuộc đời; hôn phối không thể huỷ bỏ dễ dàng. Cho nên, hôn nhân phải được xét kỹ từ mỗi khía cạnh và tất cả mọi chiều hướng để hai họ vui lòng trước khi cưới.

Theo văn hoá Phật giáo, nhiệm vụ thay thế nhân quyền. Cả hai bên không nên cứng rắn, nhưng phải khôn ngoan, khéo léo để đi đến giải pháp thân hữu. Nếu không đôi bên sẽ nguyên rửa lẫn nhau và các hậu quả khác sẽ xảy đến. Tất nhiên, việc bất hoà này sẽ ảnh hưởng đến đời con cháu.

Nhiệm vụ cuối cùng : nên giao lại gia tài cho con cái đúng lúc

Lúc còn sống, cha mẹ không chỉ thương yêu và trù mến con cái , mà còn phải lo liệu cho tương lai và hạnh

Phúc cho chúng. Cha mẹ đã phải nhọc nhằn tạo nên của cái, nhưng không nuôi tiếc khi cho con cái gia tài.

Đạo từ bi

Phật giáo là một tôn giáo từ bi, và cha mẹ không bao giờ quên trình bày cho con cái biết đạo từ bi của mình. Đức Phật dạy Pháp (Dharma) cho thế gian do lòng từ bi mà ra. Cha mẹ phải thực hành “Bốn định cao thượng của tinh thần” được đức Phật dạy trong việc nuôi nấng con cái :

Metta - tình thương hay thiện chí

Karuna - từ bi

Mudita - khinh an

Upekkha- tự tại hay bình thản

Thực hành nghiêm chỉnh bốn định trên đây, cha mẹ sẽ giữ được bình tĩnh lúc khó khăn trong việc nuôi dưỡng con cái.

Đó là con đường chính đáng hay lý tưởng để xử sự với mọi người. Bốn đức tính trên đây làm khuôn mẫu cho việc giao tế xã hội trong mọi trạng huống. Những đức tính này giúp chúng ta thoát khỏi tình trạng căng thẳng, dàn hoà mọi xung đột, hàn gắn các vết thương gây ra trong cuộc tranh đấu để sống còn, san bằng giai cấp xã hội, xây dựng những cộng đồng hoà thuận, đánh thức lòng cao thượng đã bị lãng quên, làm sống lại niềm vui và hy vọng đã bỏ quên từ lâu, và đẩy mạnh tình huynh đệ của loài người chống lại sức mạnh của vị kỷ.

Nhiệm vụ lớn nhất của cặp vợ chồng là phải lo nuôi dưỡng con cái cho đúng cách. Đó là một khía cạnh khác phân biệt chúng ta với loài vật. Trong khi một con vật hết lòng săn sóc con cái, con người mang một trách nhiệm vĩ

đại, đó là việc nuôi dưỡng tinh thần. Đức Phật dạy rằng việc thử thách vĩ đại nhất của một người là việc chế ngự tinh thần. Từ lúc mới sanh, lúc còn thơ ấu cho đến lúc trưởng thành, trách nhiệm chính yếu của bậc cha mẹ là mở mang tinh thần cho con cái. Một người trở nên một công dân tốt hay không là do tinh thần có phát triển hay không. Theo Phật giáo, người cha mẹ tốt phải thực hành bốn hạnh cao cả nêu trên để đủ sức vượt qua chán nản là điều liên hệ mật thiết trong việc nuôi dạy con cái.

Khi đứa nhỏ còn đang chập chững, chưa biết diễn tả nhu cầu của nó, nó thường giận dữ và khóc lóc. Khi người cha hoặc mẹ thực hành hạnh thứ nhất là thương yêu con cái, vẫn giữ được an lạc nội tâm, và tiếp tục thương yêu con mình dù ở trong tình trạng khó khăn. Đứa trẻ vui hưởng tình yêu thấm thiết của cha mẹ đối với nó, và đến phiên đứa trẻ sẽ học cách để biểu lộ tình cảm này liên.

Khi đứa trẻ lớn lên già dặn hơn thành một thanh niên, cha mẹ nên thực hành hạnh từ bi với nó. Tuổi thanh niên là tuổi khó khăn cho mọi đứa trẻ. Đến lúc chúng trở thành người lớn, tuổi dậy thì, chúng hay bướng bỉnh, giận dữ và bực bội với cha mẹ. Thực hành hạnh từ bi, cha mẹ hiểu việc chống đối này chỉ là phản ứng tự nhiên lúc lớn lên và đứa trẻ không phải có ý xấu muốn hại cha mẹ.

Đứa trẻ vui hưởng tình thương yêu ân cần và lòng từ bi của cha mẹ sẽ trở nên người tốt. Nếu không bị ghét bỏ, nó sẽ trải tình thương và lòng từ bi đến người khác.

Trước khi trưởng thành, đứa trẻ có thể đạt được vài thành công trong việc thi cử hay các hoạt động khác ngoài gia đình. Lúc này là lúc cha mẹ nên thực hành hạnh khinh an. Quá nhiều bậc cha mẹ trong xã hội hiện đại đem con mình để tranh đua với các người khác. Họ muốn con họ thành công vì ích kỷ; tất cả chỉ vì họ muốn người khác khen con họ. Thực hành hạnh khinh an,

cha mẹ sẽ hoan hỷ sự thành công và hạnh phúc của con mình mà không có ý đồ thầm kín nào cả. Người cha vui vì đứa con vui! Một đứa trẻ chịu ảnh hưởng niềm khinh an của cha mẹ sẽ trở thành một người không đổ kỵ với ai và cũng không hơn thua với ai. Người như vậy trong tâm không còn có vị kỷ, tham lam và sân hận.

Khi đứa trẻ trưởng thành, có nghề nghiệp và lập gia đình. Cha mẹ nên thực hành hạnh quan trọng cuối cùng là tự tại. Đây là một hạnh khó khăn nhất cho các bậc cha mẹ ở Á đông thực hành. Quả thực là khó khăn cho họ khi cho phép các con được độc lập, và đầy đủ quyền hành. Khi các bậc cha mẹ thực hành hạnh tự tại, thì không xen vào những chuyện riêng tư của con cái và cũng không còn ích kỷ đòi hỏi con cái dành nhiều thời giờ để chăm sóc mình. Giới trẻ trong xã hội hiện đại có rất nhiều vấn đề. Cha mẹ hiểu biết không đặt thêm gánh nặng vào cặp vợ chồng trẻ bằng những đòi hỏi không cần thiết. Điều quan trọng nhất, các cha mẹ già đừng nên làm cho con cái đã có gia đình cảm thấy tội lỗi là đã lơ là bỏn phận làm con. Cha mẹ thực hành hạnh tự tại, sẽ giữ được thanh thản trong lúc tuổi già, và do đó tạo được sự kính trọng của thế hệ trẻ.

Khi các bậc cha mẹ thực hành bốn hạnh nói trên với con cái, con cái sẽ đáp ứng thuận lợi, và bầu không khí trong gia đình tràn ngập vui tươi. Một gia đình có tình thương yêu, từ tâm, khinh an và tự tại là một gia đình hạnh phúc. Con cái lớn lên trong môi trường như vậy, sẽ trở thành những công dân biết điều, có từ tâm, có thiện ý, và thành những ông chủ chu đáo. Đó là gia tài vĩ đại mà bất cứ bậc cha mẹ nào cũng có thể dành cho con cái được. Cha mẹ trong xã hội hiện đại

Một trong những điều đáng buồn nhất trong xã hội hiện đại là con cái trong các quốc gia kỹ nghệ cực thịnh rất đau khổ vì thiếu tình thương của cha mẹ. Khi mới lấy nhau, đôi vợ chồng thường mong mỏi có con. Khi đứa trẻ ra

đời, cha mẹ có bổn phận phải trông nom con với hết khả năng của mình. Cha mẹ có trách nhiệm thấy đứa con không được thoả mãn đầy đủ vật chất; và cả về mặt tinh thần, tâm lý cũng rất là quan trọng.

Những tiện nghi vật chất cha mẹ cho con đứng hàng thứ yếu so với tình yêu và sự chăm sóc của cha mẹ. Chúng ta được biết nhiều bậc cha mẹ trong những gia đình không mấy khá giả, đã nuôi nấng con cái nên người với tình thương chan chứa. Trái lại, nhiều gia đình giàu có đã cho con cái tất cả tiện nghi vật chất nhưng lại thiếu tình thương với con cái. Những đứa trẻ như vậy lớn lên sẽ thiếu phần phát triển về tâm lý và đạo đức.

Các bà mẹ nên suy nghĩ cho kỹ, nên tiếp tục đi làm hay nên ở nhà làm bà nội trợ, đem hết tình thương yêu và chăm sóc, cho con cái được hạnh phúc.

(Thật là lạ lùng, một số các bà mẹ hiện đại đã được huấn luyện để sử dụng các loại súng và vũ khí giết người, trong lúc lẽ ra các bà phải nâng niu con cái và huấn luyện chúng trở nên người tốt, trở nên người công dân biết tôn trọng luật pháp).

Khuynh hướng và thái độ hiện đại của các bà mẹ đi làm đối với con cái làm hao mòn tình hiếu thảo, đã được quý trọng từ lâu đời, mà con cái phải đem cho cha mẹ. Sự thay thế sữa mẹ bằng sữa chai cũng là một yếu tố khác làm giảm bớt tình yêu giữa mẹ và đứa con. Khi bà mẹ nâng niu con trong tay và cho con bú bằng sữa của mình, tình thương giữa mẹ con ngày càng đậm đà và ảnh hưởng của người mẹ với hạnh phúc của đứa con càng ngày càng rõ rệt. Trong những hoàn cảnh như vậy, tình hiếu thảo, gia đình gắn bó, và hoà thuận luôn luôn thể hiện. Những truyền thống như vậy làm cho con cái được sung sướng. Cha mẹ, nhất là các bà mẹ, nên tùy tiện đem đến cho con những tình cảm nói trên. Người mẹ chịu trách nhiệm về đứa con ngoan hay ương ngạnh. Các bà mẹ có thể làm giảm bớt nạn phạm pháp!

Sự kiểm soát của cha mẹ

Nhiều bậc cha mẹ tìm cách kiểm soát con cái đã có gia đình. Họ không cho con cái được tự do và ưa can thiệp vào đời tư của cặp vợ chồng trẻ mới cưới. Khi cha mẹ cố gắng kiểm soát con trai hay con gái đã có gia đình và muốn chúng phải theo đúng lối sống của mình, sẽ gây nên một số hiểu lầm giữa hai thế hệ và cũng làm mất hạnh phúc giữa đôi trẻ. Có lẽ các cha mẹ tưởng làm như vậy là thương yêu và luyến ái con cái; nhưng vì làm như thế đã tạo nhiều khó khăn cho chính mình và cho con cái.

Cha mẹ phải để con cái gánh trách nhiệm về đời sống và gia đình riêng tư của chúng. Thí dụ như nếu gieo một vài hạt giống dưới một gốc cây ít lâu sau một số cây sẽ mọc lên. Nếu bạn muốn các cây lớn mạnh mẽ và độc lập, bạn phải đem trồng lại các cây đó cách xa nhau tại một nơi đất trống, ra khỏi ảnh hưởng trở ngại của bóng cây gốc.

Cha mẹ không nên sao lãng trí tuệ ngàn xưa căn cứ trên lời khuyên của các vị đạo sư, các nhà hiền triết và các người già cả đã mở mang kiến thức kinh nghiệm qua những thử thách và nhàm lẫn của chính họ.

Ly dị

Ly dị là một vấn đề được tranh cãi giữa các tín đồ của nhiều tôn giáo khác nhau. Một số người tin là hôn nhân đã được ghi sổ thiên đường nên chấp nhận ly dị là sai. Nhưng, nếu vợ chồng không thể cùng nhau chung sống, thay vì sống một cuộc đời khổ sở, đầy những ghen ghét, sân hận, và căm thù, thì họ nên xa nhau để được sống yên ổn.

Trách nhiệm đối với con cái

Tuy nhiên, việc chia ly của đôi vợ chồng phải được thi hành trong bầu không khí hiểu biết bằng cách áp dụng những giải pháp hợp lý mà không tạo thêm căm thù. Nếu vợ chồng có con cái thì nên cố gắng sao cho việc ly dị bớt thương tổn cho con cái, và giúp chúng thích ứng với hoàn cảnh mới.

Điều quan trọng nhất là tương lai và hạnh phúc của con cái phải được bảo

đảm. Thật là vô nhân đạo khi một cặp vợ chồng bỏ rơi con cái và để chúng sống một cuộc đời đau khổ.

Quan điểm của người Phật tử

Trong Phật giáo, không có điều luật nào nói chồng và vợ không được xa nhau nếu họ không thể cùng nhau chung sống trong hoà thuận. Nhưng, nếu chúng ta theo lời khuyên của đức Phật để chu toàn nhiệm vụ với nhau, thì việc bất hạnh như ly dị hay ly thân không bao giờ xảy ra ngay từ lúc đầu.

Trong quá khứ, khi giá trị tôn giáo được triệt để tôn trọng, nhiều cặp vợ chồng Đông cũng như Tây, đều cố gắng đi đến một sự hiểu biết thân hữu để phát triển mối tương quan hạnh phúc căn cứ trên sự kính trọng, tình yêu và quý mến. Các cặp vợ chồng phát triển và tạo hôn nhân thành một nét đặc biệt quan trọng mà họ ôm ấp trong tim. Trường hợp ly dị rất hiếm và bị coi như một ô nhục vì nó chứng tỏ lòng ích kỷ của đôi bên.

Cho đến nay, việc ly dị hiếm có trong những quốc gia Phật giáo là sự thật. Đó là vì các cặp vợ chồng giữ nhiệm vụ và bổn phận với nhau; và trên nguyên tắc, ly dị không được cộng đồng chấp thuận. Trong nhiều trường hợp, khi gia đình rắc rối, nhóm người già thường họp nhau lại và đóng một vai trò quan trọng để cải tiến tình hình. Bất hạnh thay, trong các xã hội tiên tiến ngày nay, ly dị đã trở nên một việc thông thường. Tại một vài quốc gia, việc này còn trở nên đúng một, hợp thời trang. Thay vì coi ly dị là xấu hổ hay thất bại trong cuộc sống, vài cặp vợ chồng trẻ lại lấy đó làm điều hãnh diện. Nguyên nhân chánh sự thất bại trong hôn nhân trong xã hội ngày nay là sự lạm dụng tự do, quá nhiều độc lập và chủ nghĩa cá nhân của người hôn phối. Phải có một giới hạn cho cuộc sống độc lập, nếu không cả vợ lẫn chồng sẽ dễ dàng lạc lối.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

7. Đa thê hay một vợ một chồng

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Về câu hỏi người Phật tử có thể có nhiều vợ hay không thì câu trả lời trực tiếp là việc này không có trong giáo lý của đức Phật. Vì như đã nói trước đây, đức Phật không đặt để một luật lệ đạo lý nào về đời sống vợ chồng, mặc dù là Ngài đã dạy các lời khuyên quý giá để làm sao có được một cuộc sống lứa đôi khả kính.

Truyền thống, văn hoá và lối sống được đa số của một quốc gia chấp thuận, phải được cứu xét khi chúng ta thực hành những điều liên quan đến đời sống của chúng ta. Một vài tôn giáo nói là một người chỉ có được một vợ, trong khi các tôn giáo khác nói một người có thể có được nhiều vợ.

Mặc dù đức Phật không nói rõ một người có thể lấy được bao nhiêu vợ, nhưng trong các bài thuyết giảng của Ngài, Ngài dứt khoát cho rằng một người đàn ông đi với một người phụ nữ khác không phải là vợ mình, có thể là nguyên nhân của sự xuống dốc của chính mình và chắc chắn phải đương đầu với nhiều khó khăn và rắc rối. Đường lối giáo lý của đức Phật dạy chỉ để giải nghĩa tình trạng và các hậu quả. Chúng ta có thể tự nghĩ vì sao một số điều tốt và một điều không tốt. Đức Phật không đặt ra luật lệ cho một người có hay không có nhiều vợ, và Ngài cũng không bắt buộc mọi người phải

tuân theo. Tuy nhiên, luật lệ của một quốc gia quy định một vợ một chồng trong một hôn nhân, thì luật lệ ấy chúng ta phải tuân theo vì đức Phật thẳng thắn nói với các tín đồ rằng phải nên tuân theo luật lệ của quốc gia nếu luật lệ ấy đem lại lợi ích cho tất cả.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

8. Kỹ thuật mới

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Kế hoạch gia đình

Một vài tôn giáo không đồng ý về kế hoạch gia đình. Họ nói như vậy là trái với ý muốn của Thượng đế. Phật giáo không can thiệp vào việc lựa chọn riêng tư. Con người hoàn toàn tự do dùng bất cứ phương pháp nào để ngừa thai. Theo Phật giáo, việc thụ thai cần có một số điều kiện tinh thần và thể chất; nếu thiếu một trong hai điều kiện đó (ví dụ áp dụng kế hoạch gia đình) không có việc thụ thai và đứa trẻ không ra đời. Nhưng sau khi có thai, đạo Phật cấm phá thai vì phá thai là cướp một mạng sống đã thành hình dưới dạng một bào thai.

Thụ tinh nhân tạo

Một số người quan tâm đến luân lý hay khía cạnh đạo lý về việc các trẻ được sanh bằng cách thụ tinh nhân tạo. Nếu một phụ nữ không thể mang thai bằng lối thông thường, và nếu người đàn bà này lo âu, muốn có con bằng cách áp dụng phương pháp y khoa tiên tiến này, trong Phật giáo không có chỗ nào

nói việc này là vô luân hay vô đạo. Tôn giáo phải tán thán trí thông minh của con người và tiện dụng các khám phá y khoa mới nếu những khám phá này vô hại và đem lại lợi ích cho nhân loại. Như đã nói ở trên, nếu có những điều kiện chính đáng, có thể thụ thai bằng lối thiên tạo hay nhân tạo.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

9. Luân Lý

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Tiền dâm hậu thú

Tiền dâm hậu thú là một vấn đề được bàn cãi rất nhiều trong xã hội hiện đại. Nhiều thanh niên muốn hiểu quan điểm về vấn đề tế nhị này. Một số các nhà tôn giáo coi việc này như phạm tội gian dâm, trong khi một số người khác nói là vô luân và không thể bào chữa được.

Trong quá khứ, thanh niên và thiếu nữ chỉ được cha mẹ cho phép tự do muốn đi đâu thì đi khi đã lập gia đình.

Hôn nhân của họ được cha mẹ sắp xếp và tổ chức. Đương nhiên, việc làm này tạo bất hạnh trong một vài trường hợp khi cha mẹ chọn người hôn phối, căn cứ trên tiền bạc, địa vị xã hội, bổn phận gia đình và các vấn đề khác.

Nhưng thông thường, đa số các bậc cha mẹ đã hết sức chọn cho con cái người hôn phối xứng đáng.

Ngày nay, giới trẻ được tự do tìm kiếm ý trung nhân. Chúng có nhiều tự do và độc lập trong đời sống. Việc này tự nó không phải là một điều xấu, nhưng

số người này quá trẻ và chưa chính chắn để biết được sự khác biệt giữa sự hấp dẫn bởi nhục dục và sự tương hợp chân chính. Vì vậy vấn đề tiền dâm hậu thú được nêu lên.

Quá nhiều sao lãng trong những vấn đề về tình dục cũng gây những khó khăn cho xã hội hiện đại. Phần đáng buồn là một số xã hội không bày tỏ thái độ rộng rãi đối với những bà mẹ không chồng, những đứa con hoang, và những người ly dị trong khi họ hoàn toàn tự do về tình dục. Kết quả là giới trẻ bị xã hội trừng phạt vì chính xã hội đã khuyến khích tự do luyện ái. Giới trẻ bị xã hội ruồng bỏ, đau khổ, xấu hổ và bẽ mặt. Nhiều thiếu nữ trở thành những nạn nhân vì tự do của chính mình, làm hỏng tương lai vì vi phạm truyền thống cổ xưa, có giá trị ở phương Đông cũng như ở phương Tây.

Tiền dâm hậu thú là một phát triển hiện đại, một kết quả của xã hội quá tự do, khá phổ biến trong giới trẻ ngày nay. Trong khi Phật giáo không có quan điểm đồng ý hay chống đối kịch liệt hành động này. Thiết nghĩ rằng các Phật tử, nhất là cả hai phái trong lúc yêu nhau, đang dự tính hôn nhân, nên tôn trọng quan niệm truyền thống cổ xưa để giữ được trinh trắng cho đến ngày hợp cần.

Tâm trí của con người không kiên định, luôn luôn thay đổi do kết quả của bất cứ hành động trái phép nào hay sự thiếu khôn ngoan gây nên các thiệt hại lớn lao cho cả đôi bên, nếu hôn nhân chính thức không được thực hiện như đã dự tính, phải nhớ rằng bất cứ một dạng thức dễ dãi nào của nhục dục trước khi lễ cưới chính thức được cử hành sẽ bị các cụ già khinh miệt vì các cụ là những người giám hộ giới trẻ.

Hạnh kiểm đòi bại về nhục dục

Người cư sĩ theo lời dạy của đức Phật phải tránh hạnh kiểm đòi bại về nhục dục (gian dâm). Điều đó có nghĩa là nếu ta muốn nhục dục, không nên tạo một hành động vũ phu hay dùng bất cứ một sức mạnh nào, để dọa nạt hay

gây sợ hãi. Có một đời sống đoan trang và biết kính trọng người tình không trái với đạo Phật vì đạo Phật cho đó điều cần thiết khi họ chưa sẵn sàng từ bỏ cõi đời tục lụy này.

Theo Phật giáo, kể như là phạm tội hạnh kiểm đời bại, những ai gian dâm với một người đã có gia đình, hoặc một người đã hứa hôn, hay một người còn phải dưới quyền che chở của cha mẹ hay người giám hộ, bởi vì nó làm mất trật tự xã hội, và làm người thứ ba đau khổ, cũng chỉ vì tính ích kỷ của một trong hai người.

Nhục dục vô trách nhiệm

Đức Phật cũng đã nêu lên những hậu quả mà một người già phải gánh chịu nếu lấy vợ mà không lưu ý đến sự tương xứng về tuổi tác của người hôn phối. Theo đức Phật, nhục dục vô trách nhiệm có thể trở nên nguyên nhân suy sụp của một con người trong nhiều phương diện của đời sống.

Tất cả các quốc gia trên thế giới đều ban hành những luật lệ rõ ràng về việc lạm dụng tình dục. Lại nữa, đạo Phật chủ trương một người phải kính trọng và tuân theo luật lệ của một quốc gia nếu những luật lệ này có ích lợi chung.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

10. Đông và Tây

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Sau đây là phần trích dẫn cuốn sách của một tác giả nổi tiếng - Tiến sĩ Nikkyo Niwano. Trong quyển sách của ông “ Một đời sống giàu có”, Tiến sĩ

Niwano đề cập đến vấn đề tình yêu và hôn nhân trên quan điểm của Đông phương và Tây phương.

“ Ở Tây phương, hôn nhân đặt trên căn bản của một mối tình lãng mạn, thường được coi là tự nhiên và đôi khi lý tưởng. Ở Á đông, trong những năm gần đây, việc một số bạn trẻ đã bỏ truyền thống sắp đặt hôn nhân, và tùy ý lựa chọn người yêu từ những mối tình lãng mạn, đã gia tăng. Trong một vài trường hợp, hôn nhân lãng mạn đã đưa đến chia ly và bất hạnh sau một thời gian ngắn, trong khi các hôn nhân được cha mẹ sắp đặt thường có những đôi vợ chồng sống cùng nhau, làm việc cùng nhau rất mãn nguyện và hạnh phúc. Mặc dù tiếng gọi của con tim, tất cả các hôn nhân lãng mạn không thể được gọi là không thành công về mọi mặt. Tình yêu lãng mạn ví như ngọn lửa của một khúc gỗ cháy bùng và sáng rực lên nhưng chỉ trong một thời gian ngắn. Tình yêu giữa vợ chồng âm ỉ cháy giống như ngọn lửa cháy trong lò than. Lẽ đương nhiên tình yêu bùng bột như lửa có thể lý tưởng đấy, nhưng sẽ mau nguội, ngọn lửa âm ỉ cháy lâu là ngọn lửa của một tình yêu chính chắn. Đa số tình yêu lãng mạn bùng bột như lửa, tắt rất mau, chẳng để lại gì ngoài đồng tro tàn; quả là một nền móng yếu ớt của một đời sống vợ chồng thành công !

Giới trẻ khi đang yêu không nghĩ ngợi gì, ngoại trừ tình cảm. Lúc nào họ cũng muốn sống trong cảm xúc. Mọi điều họ nghĩ và làm đều lãng mạn và không có chút gì thực tế của cuộc đời mà họ phải chịu đựng sau hôn nhân. Nếu đôi tình nhân may mắn tâm đầu ý hợp, hiểu biết chính chắn về cuộc đời, cùng nhau chia sẻ vui buồn, gia đình đôi bên hoà thuận, và tiền bạc đầy đủ, thì dù sự đam mê lúc đầu đã lắng xuống, họ vẫn cần có một căn bản cho cuộc sống chung tốt đẹp. Nếu họ không có phước, hôn nhân của họ sẽ thất bại.

Khi những cuộc hẹn hò, những hình ảnh kỷ niệm, những cuộc khiêu vũ, và

các buổi tiệc tùng đã qua, đôi vợ chồng trẻ khi sống với nhau bắt đầu khám phá ra những tính tốt và thói xấu của nhau. Mỗi ngày họ phải sống với nhau, trong quá nửa đời người; cuộc sống như vậy có nhiều đòi hỏi khác hẳn với những nhu cầu ít ỏi trong lúc hẹn hò ban đầu, và trong mỗi tình thứ nhất. Sợi dây liên lạc gia đình rất cần thiết cho đời sống vợ chồng. Hãy nghĩ đến cá tính của người mẹ và người cha của một cuộc hôn nhân trong tương lai. Giới trẻ đôi khi nghĩ rằng sức mạnh của tình yêu sẽ giúp họ có thể chịu đựng những sự cãi cọ trầm trọng, và những khó khăn về bên nội cũng như bên ngoại; nhưng điều này không phải bao giờ cũng đúng. Tóm lại, lãng mạn chỉ là vấn đề thời gian giới hạn, không mọc rễ ăn sâu trong thực tế, và phải cần điều chỉnh cho thích hợp với nhu cầu, và môi trường để đôi lứa gắn bó với nhau và sống tận tụy lâu dài. Có hai loại tình yêu khác hẳn nhau, và chọn lầm một loại sẽ gặp tai hại ghê gớm.

Nếu suy nghĩ vô tư và đứng đắn về bản chất của con người, ta thấy rằng hôn nhân làm giảm bớt thất bại. Để mỗi tình lãng mạn khỏi tiêu tan sau khi cưới, sự thông cảm giữa hai người rất cần thiết. Tỷ lệ hôn nhân của giới trẻ chọn lựa người hôn phối có sự đồng ý của cha mẹ cao hơn. Muốn sống bình yên, nên hiểu rõ sự khác biệt nhau giữa tình yêu lãng mạn và tình vợ chồng”.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

11. Độc thân

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Độc thân là gì ?

Độc thân là kim hãm lạc thú của tình dục. Một số phê bình Phật giáo chống lại thiên nhiên và họ cho rằng đời sống tình dục là điều tự nhiên, và cần thiết.

Phật giáo không chống lại tình dục, nó là một khoái lạc tự nhiên và là một phần của đời sống thế tục. Người ta có thể hỏi, tại sao đức Phật chủ trương độc thân như là một giới luật ? Phải chăng như vậy là bất công và chống lại thiên nhiên ? Giữ độc thân để trí tuệ thăng hoa không phải là một giới luật thời đức Phật. Tất cả những tôn giáo hiện hữu tại Ấn độ thời đó, cũng áp dụng điều này. Cả đến thời nay, một số tôn giáo khác như Ấn độ giáo, và Cơ đốc giáo cũng giữ giới này như một lời nguyện.

Người Phật tử giữ giới này và tự ý bỏ cuộc đời trần tục vì họ nhận thức rằng nếu sống như một người có gia đình, họ phải gánh nhiều trách nhiệm và chịu nhiều ràng buộc. Đời sống vợ chồng có thể phương hại hay giảm bớt trí tuệ thăng hoa; khi thêm khát tình dục, đầu óc đầy những ràng buộc và cảm dỗ làm lu mờ sự thanh tịnh của tâm hồn.

Ý nghĩa về độc thân

Người ta ưa hỏi : “Nếu đức Phật không thuyết giảng chống lại đời sống vợ chồng, tại sao Ngài lại chủ trương sống độc thân như một giới luật quan trọng phải tuân theo, và tại sao Ngài lại khuyên ta tránh nhục dục và từ bỏ đời sống trần tục ?”

Ta phải nhớ là từ bỏ thế tục không bắt buộc trong Phật giáo. Không bắt buộc phải hoàn toàn từ bỏ thế tục để thực hành đạo Phật. Bạn có thể điều hợp đời sống của bạn theo sự hiểu biết của mình bằng cách thực hành một số nguyên tắc về đức tính và đạo lý. Bạn có thể phát triển nguyên tắc đạo lý của bạn theo nhu cầu đời sống thế tục. Tuy nhiên, khi bạn đã tiến bộ và đạt được trí

tuệ cao cả hơn và hiểu rằng đời sống của một cư sĩ không đưa đến sự phát triển tối hậu của ĐỨC HẠNH VÀ THANH TỊNH TÂM TRÍ, bạn sẽ chọn việc từ bỏ đời sống trần tục để tập trung sinh lực hơn nữa vào việc phát triển tâm trí.

Đức Phật khuyên độc thân vì tình dục và hôn nhân không đưa đến bình an và thanh tịnh tối hậu của tâm trí, và việc từ bỏ trần tục rất cần thiết cho những ai muốn đạt được sự phát triển tâm trí toàn bích, và ở mức độ cao nhất.

Nhưng việc từ bỏ này phải hoàn toàn tự nhiên và không bao giờ có cưỡng ép. Việc từ bỏ là do sự quán triệt được ảo ảnh của bản ngã, và bản chất bất toại nguyện của tất cả các lạc thú.

Độc thân đối kháng trách nhiệm

Kinh nghiệm của đức Phật

Đức Phật sống một đời sống thế tục như một hoàng tử. Ngài là một người chồng và người cha trước khi từ bỏ gia đình, và Ngài hiểu rất rõ đời sống vợ chồng ra sao. Người ta có thể chất vấn rằng Ngài ích kỷ, độc ác, và không công bằng vì trốn tránh vợ con. Thực ra, đức Phật không trốn tránh gia đình, và cũng không phải là không có tinh thần trách nhiệm.

Ngài chưa bao giờ có sự hiểu lầm với vợ Ngài. Ngài cũng đã có tình thương yêu và duyên ái với vợ con như bất cứ một người bình thường nào, mà có lẽ còn mạnh hơn nữa. Điều khác biệt là tình yêu của Ngài không phải chỉ là một tình yêu vật chất và ích kỷ, Ngài có can đảm và trí huệ để từ bỏ thứ tình yêu uỷ mị và ích kỷ này vì đại nghĩa. Việc hy sinh của Ngài được coi như cao thượng nhất vì lẽ Ngài đã từ bỏ nhu cầu và lạc thú cá nhân để lúc nào cũng phục vụ nhân loại.

Ngài bỏ thế tục có mục đích cứu độ nhân loại, chứ không phải vì hạnh phúc, bình yên, và giải thoát riêng tư của Ngài. Nếu Ngài tiếp tục sống trong cung điện, việc cứu độ của Ngài chỉ hạn hẹp trong gia đình và vương quốc của

Ngài. Đó là lý do Ngài từ bỏ mọi thứ để giữ được bình an, thanh tịnh của tâm hồn, đạt giác ngộ, rồi giác ngộ những ai đang đau khổ trong vô minh. Một trong những nhiệm vụ đầu tiên của đức Phật là sau khi giác ngộ, Ngài trở về hoàng cung và đem ánh sáng giác ngộ đến cho thân quyến gia đình. Tóm lại, khi La Hầu La (Rahula), con trai của Ngài hỏi Ngài về gia tài. Đức Phật trả lời là Rahula sẽ thừa hưởng một gia tài giàu có nhất, đó là kho tàng Phật Pháp. Ngài đã cứu độ gia đình theo đường hướng như vậy, mở đường cho vợ con đến chỗ giải thoát, bình an và hạnh phúc. Vậy nên, không một ai có thể nói Ngài là một người cha độc ác hay ích kỷ. Ngài quả là nhiều từ bi và vị tha hơn bất cứ ai khác. Với mức độ của một trí tuệ thăng hoa, đức Phật hiểu rõ hôn nhân chỉ là một giai đoạn tạm thời trong khi Giác Ngộ là trường cửu và đem lợi ích cho tất cả nhân loại.

Một sự kiện quan trọng khác là đức Phật biết chắc vợ và con Ngài không chết đói trong lúc vắng Ngài. Trong thời đức Phật, việc một thanh niên không lo việc quản gia không những là điều thông thường mà còn là một vinh hạnh nữa. Những thân quyến khác trong gia đình sẽ săn sóc vợ con ngài. Khi Ngài đạt giác ngộ, Ngài đã cho vợ con cái điều, mà không một người cha nào có thể cho được – đó là sự giải thoát khỏi vòng nô lệ của luyến ái.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Hạnh phúc lứa đôi

12. Tóm lược

(A Happy Married Life)

Ven. Thích Tâm Quang dịch

Hôn nhân là một sự hợp tác giữa hai cá nhân, và sự hợp tác này thịnh vượng và phát triển khi nhân phẩm hai bên gia tăng. Nhiều hôn nhân thất bại vì người này muốn “nuốt sống” người kia hay muốn đòi hoàn toàn tự do. Theo Phật giáo, hôn nhân có nghĩa là thông cảm và kính trọng niềm tin và những riêng tư của nhau. Một cuộc hôn nhân thành công bao giờ cũng là hai con đường : “khấp khểnh và gập ghềnh”; quả thật khó nhưng bao giờ cũng là con đường chung của cả hai bên.

Giới trẻ tại quốc gia này và nơi khác đôi khi nghĩ rằng những “ý kiến cổ hủ” nói trên không thích hợp với xã hội hiện đại. Họ nên nhớ rằng có những sự thật không bao giờ lỗi thời. Những cái gì đúng trong thời đức Phật vẫn còn đúng trong thời nay.

Cái gọi là ý kiến tiến bộ mà ta nhận được từ các chương trình truyền hình hết sức quyến rũ không nói lên được đường lối cảm nghĩ và cách cư xử của đa số người Tây phương chân chính. Về hôn nhân có một số lớn cặp vợ chồng “thầm lặng”, chân chính cũng rất đạo hạnh và “bảo thủ” như những cặp vợ chồng ở phương Đông. Họ không ăn ở theo đường lối mà truyền thông đại chúng đã miêu tả : Không phải hầu hết những người phương Tây bỏ cuộc để được ly dị hay phá thai ngay sau lần đầu tiên vợ chồng cãi nhau

hay tranh chấp.

Những người chân chính trên thế giới đều giống nhau : họ không ích kỷ và hết sức chăm sóc người họ thương yêu. Họ hy sinh lớn lao và làm nẩy nở tình yêu và sự hiểu biết để bảo đảm hôn nhân của họ được vững vàng và hạnh phúc. Vậy nên, nếu bạn muốn bắt chước người phương Tây, hãy bắt chước “khối đa số thầm lặng” ấy. Họ chẳng khác biệt với người hàng xóm chân chính đang sống sát cạnh nhà bạn.

Giới trẻ phải nghe người lớn tuổi vì sự hiểu biết về hôn nhân của mình chưa chính chắn. Giới trẻ không nên vội vàng quyết định về hôn nhân và ly dị. Họ phải có nhiều kiên nhẫn, khoan dung và thông cảm. Nếu không, đời sống của họ sẽ đau khổ và khó khăn. Trong hôn nhân, mọi người cần phải tuân theo và thực hành những nguyên tắc quan trọng sau đây : kiên nhẫn, khoan dung và hiểu biết.

Cảm giác an toàn và thoải mái bắt nguồn từ sự hiểu biết lẫn nhau, chính là bí quyết của hạnh phúc lứa đôi.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Khó khăn cuộc đời và Trách nhiệm của con người

Dịch giả : Thích Tâm Quang

Phần 1

Nguyên tác: "Problems and Responsibilities"

Bạn có lo lắng không? Bạn có đau khổ không? Nếu có, xin mời bạn đọc cuốn sách nhỏ này để mở rộng tầm hiểu biết hơn về những vấn đề bạn phải đối phó. Cuốn sách này để cống hiến cho bạn và cho những ai lo lắng.

SỢ HÃI VÀ LO LẮNG

Sợ hãi và lo lắng phát sinh từ ý niệm ảnh hưởng bởi những điều kiện trần thế, bắt nguồn từ tham dục và luyến ái. Thật ra, đời sống giống hệt như một cuốn phim đang quay mà trong đó tất cả mọi thứ (hình ảnh) đều chuyển động, thay đổi không ngừng. Không một thứ gì trên thế gian này trường cửu và thường còn. Những người trẻ, khỏe mạnh sợ hãi bị chết non. Những người già yếu bệnh hoạn, lo lắng phải kéo dài cuộc sống. Đứng ở giữa là những kẻ tham đắm dục lạc quanh năm.

Niềm vui được hoan lạc hình như quá ngắn ngủi. Niềm sợ hãi vì không được hoan lạc tạo lo âu hình như không bao giờ chấm dứt. Những cảm nghĩ này thật ra rất bình thường. Cuộc đời lên bổng xuống chìm diễn tiến với bản ngã

hay cái "tôi" không thực tế chẳng khác nào trò múa rối trên giây. Nhưng trí óc con người tự chính nó mới là tối thượng.

Huấn luyện trí óc, nói một cách khác mở mang trí tuệ là bước đầu tiên để chế ngự tâm hồn hoang mang.

Đức Phật dạy:

*"Từ tham dục nảy mầm đau khổ
Từ tham dục nảy mầm sợ hãi
Với Ngài thoát vòng tham dục
Không còn đau khổ, không còn sợ hãi."*

Tất cả luyến ái đều đi đến cuối cùng là phiền muộn. Cả nước mắt lẫn những lời chào từ biệt dài dòng cũng không chấm dứt được cái vô thường của đời sống. Tất cả mọi việc kết hợp đó đều không vĩnh viễn.

Già trẻ đều đau khổ trong cuộc sống hiện tại. Không ai có thể tránh khỏi. Nhiều thiếu niên lớn lên trong đau khổ. Chẳng phải như con ếch (ngồi đáy giếng) hay con nòng nọc (dưới nước), cũng vẫn rất dễ hiểu là thiếu niên thiếu kinh nghiệm trong việc thiết lập được mối tương quan tốt đẹp với người khác phái. Các chàng trai này khoe sắc đẹp để gây ấn tượng cho người khác phái hãnh diện cho rằng mình là đối tượng của dục tình. Cả hai đều thiếu thái độ thực tế nhưng họ nghĩ là họ đã trưởng thành. Họ sợ hãi có thái độ bình thường chân thật vì họ sợ bị chế nhạo. Thái độ cư xử như vậy có tiềm lực đi đến lợi dụng. Sợ hãi bị gạt bỏ cũng như lo lắng giá trị bản ngã bị suy giảm. Tình yêu không được đáp ứng làm tan vỡ trái tim của thanh thiếu

niên vì lẽ họ cảm thấy chính họ đã tự đánh lừa họ. Đôi khi một vài thiếu niên đã tự vận. Những vết thương tình cảm trên có thể tránh được nếu đời sống được nhận thức đúng với thực tế. Người trẻ phải được dạy dỗ theo hướng đi của Phật Giáo để họ có thể trưởng thành chín chắn, đúng đường hướng.

"Dù ở đâu đi nữa, sợ hãi phát xuất, thì cũng chỉ phát xuất nơi người mất trí điên khùng và không bao giờ phát xuất nơi người khôn ngoan." Đó là lời Đức Phật dạy. Sợ hãi không ngoài là một trạng thái của tâm thần. Trạng thái tâm thần cần phải được chế ngự và hướng dẫn. Tạo hóa phú cho con người có thể kiểm chế tuyệt đối một điều, đó là tư tưởng Tất cả mọi thứ mà con người tạo ra phát xuất từ một dạng thức của tư tưởng. Đó là cái chìa khóa giúp cho ta hiểu được nguyên lý để trấn áp được sợ hãi.

Một nhà cơ thể học Anh nổi tiếng có lần được hỏi bởi một sinh viên về phương cách hữu hiệu nhất để chữa trị bệnh sợ hãi, đã trả lời: "Hãy cố gắng làm một điều thiện gì cho một người nào đó". Người sinh viên hết sức ngạc nhiên về câu trả lời này nên yêu cầu giảng thêm cho sáng tỏ vấn đề. đã được vị thầy học này giải thích: "Bạn không thể nào có thể có hai tư tưởng chống đối nhau cùng một lúc trong đầu óc. Tư tưởng này đến thì tư tưởng kia đi. Nếu chẳng hạn tâm trí bạn đang hoàn toàn bận bịu với niềm mong ước không vị kỷ để giúp đỡ một người nào đó, bạn không thể cùng một lúc chứa chấp niềm sợ hãi trong đầu óc bạn".

"Lo âu làm cạn khô máu nhanh hơn là tuổi già". Sợ hãi và lo lắng vừa phải là bản năng bảo vệ tự nhiên. Nhưng sợ hãi triền miên không hợp lý, kéo dài là kẻ thù tàn nhẫn của cơ thể con người. Chúng làm trở ngại cho sự hoạt động bình thường của cơ thể.

GIỮ VỮNG TÌNH THẦN

Tâm trí của con người ảnh hưởng sâu đậm đến cơ thể. Tâm trí có nhiều tiềm năng là một vị thuốc để chữa trị mà cũng có thể là một loại độc dược cho cơ thể. Khi tâm trí xấu xa, có thể giết một chúng sanh, nhưng khi tâm trí điềm tĩnh, chuyên cần đem lợi ích cho con người. Khi tâm trí được tập trung vào những tư tưởng lành mạnh, hỗ trợ bởi sự cố gắng và hiểu biết chính đáng, tác dụng phát xuất rất rộng lớn. Tâm trí thanh tịnh, tư tưởng lành mạnh đưa đến một cuộc sống khỏe mạnh, thoải mái.

Đức Phật dạy: "Không có kẻ thù nào làm hại chúng ta bằng tư tưởng của chính chúng ta về tham dục, đồ kỵ, ganh ghét vân vân...".

Một người không làm sao điều hợp tâm trí mình cho thích đáng đối với hoàn cảnh thì chẳng khác nào như đã chết. Hãy quay tâm trí vào nội tâm và cố gắng tìm thấy lạc thú trong lòng.

Chỉ khi tâm trí được kiềm chế và hướng dẫn đúng cách, nó sẽ trở nên rất hữu ích cho chính sở hữu chủ và cho xã hội. Một tâm trí phóng túng không kiềm chế được sẽ nguy cơ cho chính sở hữu chủ và người chung quanh. Tất cả sự tàn phá reo rắc trên thế giới là do sự tạo thành loại người mà tâm trí không được huấn luyện, kiềm chế, cân nhắc, thăng bằng.

Bình tĩnh không phải là suy nhược. Một thái độ bình tĩnh luôn luôn thấy nơi con người có văn hóa. Chẳng khó khăn gì cho một người giữ được bình tĩnh trước những sự thuận lợi, nhưng giữ được thái độ bình tĩnh khi gặp việc bất

ồn thì thực sự là khó. Chính vì đức tính khó khăn ấy mới đáng đạt cho được vì thực hiện sự bình tĩnh và làm chủ lấy mình, con người đó tạo được một nghị lực sung mãn.

TIẾNG NÓI CỦA THIÊN NHIÊN

Con người hiện đại không nghe tiếng nói của thiên nhiên vì bận bịu với lòng ham muốn vật chất và lạc thú. Hoạt động tâm thần của người đó quá mải mê với những thú vui trần tục nên đã chệnh mảng không lưu ý tới sự cần thiết của chính tâm trí mình. Thái độ bất thường của con người hiện đại dẫn ngay đến kết quả trong một nhận định sai lầm về đời sống trên thế gian và về mục đích tối hậu của cuộc đời. Đó là nguyên nhân của tất cả các mối thất vọng, lo âu, sợ hãi, bấp bênh trong hiện tại.

Nếu một người tàn bạo và độc ác, sống trái với định luật thiên nhiên và vũ trụ, hành động, lời nói và tư tưởng của người này sẽ làm ô nhiễm bầu khí quyển. Thiên nhiên bị lạm dụng sẽ không thỏa mãn nhu cầu cho con người mà còn dành cho con người tàn phá, mâu thuẫn, truyền nhiễm và thiên tai thảm họa.

Nếu con người sống hòa hợp với định luật thiên nhiên, có một cuộc sống chính đáng, thanh tịnh bầu khí quyển qua những giá trị của đức hạnh, đem lòng từ bi tình thương đến cho chúng sanh, con người đó mang hạnh phúc đến cho nhân loại. Một người thật sự yêu chuộng hòa bình sẽ không vi phạm tự do của kẻ khác. Thật là sai trái khi nhiều loạn hay lừa gạt người khác.

Bạn có thể là người rất đa đoan công việc nhưng bạn hãy dành một vài phút

trong một ngày để thiền định hay đọc sách có giá trị. Thói quen này sẽ giúp cho bạn khỏi phiền não và mở mang tâm trí. Tôn giáo đem lợi lạc cho bạn, cho nên bổn phận của bạn là phải nghĩ đến tôn giáo. Hãy dành thì giờ để tham gia các cuộc hội họp trong bầu không khí tôn giáo. Dù chỉ ít phút sống với các vị hướng dẫn tinh thần tạo được các kết quả tốt.

BỆNH TÂM THẦN VÀ KHUYNH HƯỚNG TỘI ÁC

Việc gia tăng các loại bệnh tâm thần và nhiễu loạn là bệnh được báo nguy nhất trong tất cả các thứ bệnh của thời đại tiền tiến. Càng ngày càng có nhiều người bị bệnh tâm thần trên thế giới, đặc biệt tại các quốc gia giàu có.

Trong nhiều trường hợp, yếu tố gây tội ác trong xã hội của chúng ta được ghi nhận là do các bệnh tâm thần. Kết quả khẳng định tiên đoán bắt nguồn trực tiếp từ công trình khảo cứu của Freud, là việc xác nhận những kẻ gây tội ác và phạm tội là những người bị bệnh thần kinh; những người này cần được chữa trị hơn là bị trừng phạt. Nhìn vào vấn đề với quan điểm rộng rãi đó là căn bản của tất cả mọi cải cách trong xã hội "cấp tiến" phải thay thế hình phạt bằng sự giáo dục cải tạo.

BIẾT NGƯỜI LÁNG GIỀNG CỦA BẠN

Khi chúng ta không nhìn thấy cuộc sống của người khác ra sao thì chúng ta không thể học hỏi được cách sống. Du lịch là một hình thức tốt nhất của giáo dục. Tiếp xúc với những người lạ lòng chúng ta cảm thấy có thiện cảm nhiều hơn. Sự thiếu khoan dung thường phát xuất từ không thấu triệt được nhu cầu cũng như cách suy nghĩ của một con người khác.

NGƯỜI KHÔNG HẠNH PHÚC

Đức Phật dạy con người không hạnh phúc là do lòng ham muốn vị kỷ: dùng tiền bạc để mua nhiều lạc thú, nhiều quyền thế hơn người khác, và quan trọng hơn tất cả là sống mãi mãi, cả đến khi sau cái chết! Ham muốn những dục vọng trên làm con người ích kỷ. Những người này chỉ nghĩ đến mình, không lưu ý đến những gì xảy ra cho người khác. Khi những ước vọng không đạt được, họ trở nên bồn chồn và bất mãn. Con đường duy nhất để tránh sự ray rứt bất an ấy là quét sạch lòng ham muốn, nguyên nhân tạo ra. Việc đó thật khó khăn; nhưng khi con người đạt được, sẽ trân trọng nó.

THỜI GIAN SẼ CHỮA LÀNH CÁC VẾT THƯƠNG

Phiền muộn trôi qua. Cái đã làm cho bạn phải rơi lệ, rồi cũng quên đi. Bạn có thể nhớ lại bạn đã khóc, nhưng tại sao bạn phải khóc như vậy chứ! Chúng ta lớn lên qua dòng đời, chúng ta thường ngạc nhiên tại sao đang đêm chúng ta thức tỉnh, nghĩ đến những việc làm cho chúng ta lo ngại ban ngày và làm sao chúng ta còn nuôi dưỡng lòng oán hận một người nào đó và tại sao những ý tưởng như vậy còn vương vấn trong đầu óc chúng ta. Chúng ta có thể nổi cơn thịnh nộ lúc bị kích thích vì một điều gì đó, và sau này khi tự hỏi cái gì đã khiến cho ta nóng giận như vậy và ngạc nhiên khi hiểu rõ được chúng ta đã phí thì giờ và năng lực vào đấy. Lẽ ra chúng ta ngưng hành động như trên thì trạng thái không hạnh phúc sẽ qua đi và bắt đầu nghĩ đến điều gì khác lành mạnh hơn.

Phiền muộn của bạn đến thế nào đi nữa, dù bạn có thể cảm thấy đau buồn

đến thế nào đi nữa, thời gian cũng hàn gắn được các vết thương này. Nhưng chắc chắn phải có một điều gì đó mà chúng ta có thể làm được để chúng ta khỏi phải buồn đau ngay từ lúc đầu. Tại sao chúng ta phải để việc này việc kia hay phiền muộn tiêu hao năng lực của chúng ta và làm chúng ta không hạnh phúc? Câu trả lời là không phải các phiền muộn đó đâu. Chính là tự chúng ta làm cho chúng ta không hạnh phúc mà thôi.

Có thể là bạn gặp một vài điều khó khăn nơi bạn làm việc, tuy nhiên bạn không nên mang bầu không khí xấu tại đó về ô nhiễm căn nhà bạn. Bạn phải hiểu rằng những khó khăn ấy phải chấm dứt. Giải đáp có thể tìm thấy khi đạt được giải thoát khỏi những ham muốn vị kỷ của bạn bằng cách loại trừ tất cả sự hồ đồ và ngu muội.

Bất cứ lúc nào khi chúng ta thất bại trong việc tìm kiếm một giải pháp cho vấn đề, chúng ta có khuynh hướng tìm một bung sung để trút lên những hoảng hốt của chúng ta. Chúng ta không chuẩn bị để chấp nhận các nhược điểm của mình. Thật là dễ dàng đổ lỗi cho kẻ khác. Thật ra, có một số người thích thú làm như vậy. Đó là một thái độ áp dụng hoàn toàn sai quấy. Chúng ta không nên đem sự bức bối của chúng ta đến cho người khác. Chúng ta nên hết sức mình chấp nhận khổ đau và bình tĩnh giải quyết các khó khăn của chúng ta. Chúng ta phải chuẩn bị để đối đầu với bất cứ những khó khăn nào đến với chúng ta.

BẦU KHÔNG KHÍ LÀNH MẠNH

Những lời đùa cợt và phê bình chẳng ngọt ngào gì nhằm thẳng vào bạn, phải được bạn làm cho chệch hướng trong niềm hoan hỷ. Đó là cách duy nhất để

tránh thù hận với bất cứ ai. Không giữ được bình tĩnh trong lúc thi đấu có thể làm cho tinh thần bạn căng thẳng. Bạn sẽ thua cuộc lẽ ra phần thắng về bạn. Bạn cũng làm những ai đang xem cuộc đấu mất vui.

Không có một cách nào bạn có thể thay đổi một ai trên thế gian này theo đường lối của bạn suy nghĩ. Không thể nào được cả đến khi đường lối đó là điều mong ước. Nếu tất cả mọi người đều đồng ý với bạn thì thế giới này rồi chẳng mấy chốc chẳng còn ý kiến nữa.

Có nhiều cách để sửa một người khi người này sai. Nếu bạn phê bình, trách cứ và sỉ vả người ấy trước công chúng, bạn sẽ bị làm nhục và không sửa được người đó. Phê bình chắc chắn sẽ tạo thêm nhiều kẻ thù. Nếu bạn có thể tỏ ra lo lắng cho tương lai của người đó bằng những lời lẽ dịu dàng, người đó, một ngày nào đó, sẽ cảm ơn bạn.

Không bao giờ nên dùng những lời lẽ thô lỗ hay những lời lẽ thiếu nhã nhặn trong bất cứ lúc nào bạn muốn giải thích quan niệm của bạn để giải quyết vấn đề. Ngoại giao, khéo léo, lịch sự và lễ độ không làm buồn ai cả, thật ra mang lại nhiều lối thoát.

Không nên cảm thấy ở vị thế chống đỡ khi những yếu điểm của bạn được nêu lên. Lầm lỗi của bạn là những biển chỉ đường tiến tới sự học hỏi để hoàn bị hơn. Khi một người không kìm hãm được nóng giận, kẻ đó sẽ thốt ra rất nhiều điều không nên nói. Không bao giờ phanh phui bí mật riêng tư của người bạn cũ dù bạn tức giận người bạn này đến thế nào bây giờ đi nữa. Bạn sẽ bị giảm giá trị của mình trong tiến trình và những người kia chẳng bao giờ còn nhìn nhận bạn là một người bạn tốt từ đó trở đi. Họ sẽ nghĩ rằng bạn

có thể lại làm giống như vậy như bạn đã làm hại người bạn cũ: Chẳng còn ai tin bạn cả.

HÃY CAN ĐẢM ĐỐI ĐẦU VỚI NHỮNG LỜI PHÊ BÌNH

Mật ngọt sanh bệnh, đắng cay giã tật. Tán dương thì đường mật, nhưng tán dương thái quá tạo thành bệnh; phê bình giống như viên thuốc đắng chữa khỏi bệnh. Chúng ta cần phải có can đảm, hoan hỉ nhận lời phê bình và không sợ hãi gì lời chỉ trích cả.

*"Tật xấu ta nhìn thấy nơi người khác
Là phản ảnh bản tính của chính ta".*

Cuộc sống của con người, hoàn cảnh và thế gian phản ảnh tư tưởng và niềm tin của chính mình. Tất cả mọi người là tấm gương cho chính họ, cho đau đớn, cho bệnh hoạn và cho tất cả.

HẠNH PHÚC VÀ CHỦ NGHĨA VẬT CHẤT

Nhiều người tin rằng họ chỉ cần tiền bạc là giải quyết được tất cả mọi vấn đề. Họ cũng không hiểu rằng tiền bạc tự nó cũng có những vấn đề khó khăn kèm theo. Tiền bạc không thể giải quyết tất cả mọi vấn đề.

Hầu hết con người chẳng bao giờ suy nghĩ cho chính xác. Mặc dù cuộc sống của họ tựa như cuộc rượt theo của con chó săn đuổi bắt con thỏ mồi. Khi cuộc rượt bắt chấm dứt, tất cả mọi hứng thú sôi nổi đều tiêu tan. Nó thật giống như bản chất hạnh phúc nhục dục trong thế giới của chủ nghĩa duy

vật. Ngay khi mục tiêu ham muốn đạt được, hạnh phúc chấm dứt và những ham muốn mới lại trỗi lên. Đạt được mục tiêu hình như chưa đủ để thỏa mãn giống như cuộc rượt bắt vậy.

Hoặc khi chúng ta mất mát gì, hãy nhớ tới lời khuyên sau:

*"Đừng nên nói cái đó là của bạn và cái đó là của tôi
Chỉ nên nói cái đó đến với bạn và cái đó đến với tôi
Cho nên đối với tất cả những gì là huy hoàng không còn tồn tại nữa,
Chúng ta chẳng nên hối tiếc cái bóng mờ đó".*

Của cải chẳng phải là thứ gì mà bạn phải tích lũy vì tham dục. Của cải chỉ nhằm cho an sinh của bạn cũng như cho những người khác. Hãy cố gắng làm cho thế giới chung quanh bạn có một đời sống tốt đẹp hơn. Hãy sử dụng của cải của bạn một cách khôn ngoan để giảm thiểu các niềm đau của người nghèo khổ, người bệnh tật, người già cả. Hãy chu toàn nhiệm vụ của bạn với dân tộc, xứ sở và tôn giáo. Khi thời điểm đến cho bạn phải ra đi, hãy tưởng tượng đến nguồn an lạc và hạnh phúc mang đến cho bạn khi bạn nhớ lại những hành động thiện và vị tha mà bạn đã làm.

Tìm cách làm giàu qua cờ bạc chẳng khác nào trông chờ vào một đám mây lang thang che khuất mặt trời để tránh nắng. Mặt khác, tạo dựng tài sản bằng chuyên cần bảo đảm cho bạn một tòa nhà an toàn trường cửu để tránh nắng mưa.

"Tài sản của bạn sẽ còn đó khi bạn chết. Bạn bè và thân quyến bạn tiễn đưa bạn ra tới huyệt. Nhưng chỉ chỉ có hành động tốt hay xấu do bạn làm trong

cuộc sống (Nghệp) là theo bạn xuống tận dưới mồ."

Mơ tưởng làm giàu hấp dẫn như ma lực nhưng sợ hãi và lo lắng lúc nào ám ảnh trong lúc chờ đợi cái ma lực ấy mòn con mắt. Một lối sống giàu sang mang xáo trộn tâm thần. Giàu sang phú quý nhưng dùng không đúng thì những điều đơn giản như tình bạn, kỳ vọng và tín nhiệm cũng chẳng đạt được. Khi lối sống bắt đầu tạo bất an, việc cần thiết đến trí tuệ để đưa chúng ta lại vào con đường chính đáng. Người giàu sang có những sự trao đổi, sợ hãi và lo lắng bị mất mát nên hạnh phúc tư hữu bị giảm thiểu.

Vì hạnh phúc cá nhân, chúng ta nên tạo dựng của cải một cách chính đáng. Đức Phật nói: "Hạnh phúc thay cho những ai kiếm sống mà không làm hại đến người khác". Hạnh phúc không sẽ trường cửu và có ý nghĩa nếu của cải đem lại phiền não và đau khổ liền sau đó. Của cải do lừa lọc dẫn đến đổ vỡ, nhưng của cải tạo dựng do lương thiện được kính nể.

Của cải của bạn chỉ có thể kiến trúc cái nhà của bạn nhưng không xây dựng bạn được. Chỉ có đức hạnh của bạn mới xây dựng bạn. Bộ đồ chỉ tô điểm xác thân của bạn nhưng không làm đẹp bạn được. Chỉ có phẩm hạnh của bạn mới có thể làm đẹp bạn.

Sau hết, thật là sung sướng hiểu được "hạnh phúc chỉ là hương thơm bạn không thể rót vào người khác mà không vương vài giọt trên chính người bạn". Thế gian không như ý bạn muốn, nhưng bạn có thể hướng con tim bạn tìm hạnh phúc trong đó. Chỉ khi nào bạn chịu đau khổ vì làm việc thiện thì bạn mới vượt lên trên các người khác trong hiểu biết và hạnh phúc cá nhân mình.

"Nếu chúng ta muốn tìm hạnh phúc, chúng ta hãy chấm dứt suy việc nghĩ về biết ơn và bội ơn và hãy cho niềm vui nội tâm của bố thí. Bội ơn rất thường tình - như cỏ dại. Biết ơn như đóa hoa hồng. Đóa hoa này phải được chăm sóc, tưới nước, nuôi dưỡng, yêu dấu và che chở. (Dale Carnegie)

HÀNH ĐỘNG KHÔN NGOAN

Con người phải biết sử dụng tuổi thanh xuân, của cải, kiến thức đúng lúc, đúng chỗ và đúng cách vì lợi ích cho chính mình cũng như cho tha nhân. Nếu người đó sử dụng sai trái quyền lợi của mình, sẽ đưa đến sự suy sụp.

"Con người phải đủ kiên cường để biết khi mình yếu, đủ can đảm để đối phó với sợ hãi, tự hào và không quy lụy trong thất bại chính đáng, khiêm nhường và nhã nhặn khi chiến thắng".

Nhiều người may mắn bỗng nhiên được hưởng của cải do tình cờ hay do thừa hưởng gia tài. Nhưng không mấy ai được phú cho có trí tuệ để bảo vệ, gìn giữ và sử dụng nó một cách hữu ích. Bất kỳ những gì không do mồ hôi nước mắt tạo nên, thường bị lạm dụng và phung phí.

CHÚNG TA HÃY TỰ ĐIỀU CHỈNH

Phong tục và tập quán là những mối quan hệ quan trọng cho việc học hỏi và chia sẻ kinh nghiệm con người trong bất cứ cộng đồng nào. Tình trạng khó xử mà ta phải đối phó trong thế gian chẳng bao giờ thay đổi này phải hay không phải sống với quá khứ hay sống từ bỏ quá khứ. Bao giờ cũng có một

(khoảng cách) "thế hệ trống" giữa già và trẻ vì những nhận định khác nhau về hoàn cảnh thay đổi và về giá trị. Người già sợ người trẻ có thể mất gia tài truyền thống và người trẻ lo âu quá khứ cổ xưa có thể là một chướng ngại cho đời sống văn minh. Sự thay đổi bao giờ cũng phải được xem xét rất cẩn thận.

Văn hóa bình dân tạo những thần tượng nhất thời và những anh hùng dân gian tượng trưng với các hình ảnh tương phản với lối sống (hiện đại). Quần chúng chiết trung (đứng giữa) giúp đỡ làm vững mạnh thêm những hình ảnh đó và những đầu óc non dại phải ngả về chấp nhận mọi thứ mà họ bênh vực. Cũng có những thông điệp chính trị và xã hội như những phong trào Hippie hay Yupie nhưng là điều sống còn cho những người trẻ phải có trí tuệ của người già để giúp họ phân biệt phải trái. Thời gian thử nghiệm chứng minh những giá trị tốt cổ xưa không thay đổi. Những giá trị như tiết kiệm, thành thật, phóng khoáng, và siêng năng của cuộc sống có phẩm cách lúc nào cũng vẫn tươi tốt trong bất cứ cộng đồng nào.

Tại Á Châu, các phong tục và tập quán trong các hôn lễ và các tang lễ rất quan trọng. Câu hỏi là phải hay không phải chúng ta có nên tiêu quá nhiều tiền và dành quá nhiều thì giờ vào những phong tục, tập quán đó không trong thế giới hiện đại. Có thật là cần thiết không? Không có một lời khuyên nào tốt hơn bằng lời dạy của Đức Phật trong kinh Kalama:

"Khi bạn tự biết: "Những điều đó đó không lợi lạc gì, có thể bị chê bai, lên án bởi các nhà hiền triết, đem áp dụng sẽ đưa hậu quả đến tai hại và đau khổ, bạn nên bỏ các điều này.... Khi bạn tự biết: "Các điều đó lành mạnh, không có lỗi, ca ngợi bởi các nhà hiền triết, đem áp dụng, hậu quả đưa đến an sinh

và hạnh phúc, bạn nên mang áp dụng và tuân theo."

Mỗi con người là một sáng tạo của vũ trụ. Chừng nào mà con người còn quan tâm đến xã hội con người và việc tái lập trật tự thế gian cho tốt đẹp hơn, thời gian bao giờ cũng sẽ là nhịp cầu nối giữa người trẻ và người già. Lo âu và sợ hãi trên chiều hướng thay đổi sẽ không còn thất chặt nữa. Những người già chỉ cần nhớ lại, trước đây khi các cụ thân sanh đã phản đối một số lối sống hiện đại đang thịnh hành khi họ còn trẻ như thế nào. Chấp nhận những dị biệt cho vấn đề là một đức hạnh. Một thái độ cởi mở mới là một thái độ hạnh phúc.

HÃY LO ĐẾN VIỆC CỦA MÌNH

Thật là sung sướng được tham gia vào việc riêng của bạn mà không có nghi ngờ trong đầu óc về người khác. Đây là lời khuyên của Đức Phật:

"Ta không nên tìm lỗi của kẻ khác, những điều đã làm, những điều chưa làm xong của họ, mà phải tìm trong hành động của mình về nhiệm vụ và sơ sót chênh mảng của mình."

"Người mà lúc nào cũng dòm ngó lỗi lầm của người khác, cái kính, tính xấu như bản của chính mình càng tăng trưởng. Người đó khó có thể đoạn diệt được tính như bản."

"Thấy lỗi người thì dễ, nhưng lỗi của chính mình thì quả thật khó thấy. Lỗi của người thì ta sàng sảy để quan sát tỷ mỉ, nhưng của ta thì dấu kín như người đi bầy chim nguy trang để núp trốn".

Không ai tránh khỏi chỉ trích và phê bình. Đức Phật dạy:

"Lặng thinh cũng bị trách. Nói ít, nói nhiều cũng bị trách Cho nên không có một ai trên thế giới này mà không bị trách cứ. Ngài nói tiếp: "Ngay cả bây giờ, và sẽ chẳng bao giờ có một ai hoàn toàn bị trách cứ hay hoàn toàn được tán dương".

Không phải tất cả những người phê bình bạn là những kẻ thù của bạn. Trong dịp này bạn có thể dùng những lời phê phán của họ để tìm những yếu điểm của bạn mà bạn không thấy.

Bạn không nên bỏ việc tốt đang làm chỉ vì phê bình. Nếu bạn có thể chấp nhận các yếu điểm của chính bạn, đương nhiên bạn có sức mạnh tinh thần để thành công.

"Những người cao quý không đi lệch hướng con đường chính đáng, mặc cho cái gì xảy ra, không còn tham dự theo các thú vui trần tục. Người không ngoan lúc nào cũng bình tĩnh và kiên trì trong đau óc, lúc vui cũng như lúc buồn."

KHÔNG THÀNH KIẾN

Bạn không nên đi ngay đến bất cứ một quyết định vội vàng nào đối với tất cả vấn đề gì khi bạn đang trong một tâm trạng bất an hay bị khiêu khích. Bất cứ một quyết định nào hay một kết luận nào trong thời gian ấy có thể làm cho bạn hối tiếc một ngày nào đó. Hãy để cho đầu óc của bạn trước nhất

thanh thản đã rồi suy nghĩ. Cách phán đoán như vậy của bạn sẽ không có thành kiến.

Trau dồi độ lượng, độ lượng giúp bạn có cảm tình với những ai gặp khó khăn. Tránh những phê bình không cần thiết. Phải nên hiểu rằng cả đến người giỏi nhất cũng không thể không sai lầm được. Những yếu điểm bạn nhìn thấy nơi người láng giềng có thể tìm thấy ngay nơi bạn đó. Có câu nói rằng bạn không nên ném đá vào người khác trong khi bạn ở trong lồng kính.

KHIÊM TỐN

Khiêm nhường là biện pháp của người khôn ngoan để hiểu biết sự khác biệt giữa điều đó là gì hoặc điều đó chưa là gì cả. " Chính Đức Phật bắt đầu sứ mạng hoằng pháp của Ngài bằng cách loại bỏ tất cả cái kiêu hãnh của một vị hoàng tử bằng một hành động tự khiêm cung. Ngài đã đạt được thánh quả ngay trong đời sống của Ngài nhưng chẳng bao giờ Ngài mất cái hồn nhiên của Ngài, và chẳng bao giờ mang cái vẻ giỏi hơn người. Những bình luận và ngụ ngôn của Ngài chẳng bao giờ hoa mỹ phô trương. Ngài lúc nào cũng tỏ là một người hết sức khiêm nhường. Ngài chẳng bao giờ để mất đi tính hài hước của Ngài.

ĐỪNG PHÍ PHẠM THÌ GIỜ

Phí phạm cuộc sống của một con người trong lo lắng về tương lai, tiếc nuối về quá khứ, biếng nhác hay không lưu ý đến gì cả, chứng tỏ người đó thiếu khả năng để giữ địa vị là một sanh vật thượng thặng sáng tạo cao quý trên trái

đất. Người đó sẽ tạo nghiệp xấu cho mình và sẽ bị loại bỏ xuống nơi không xứng đáng thích hợp cho mình. Nhớ điều đó trong đầu và làm các điều thiện trong cuộc sống. Phí phạm thì giờ, bạn không những làm tổn thương cho chính bạn mà còn làm hại đến người khác, vì thì giờ của bạn cũng như của người khác hoặc thì giờ của người khác chính là thì giờ của bạn.

NHẪN NẠI VÀ KHOAN DUNG

Hãy kiên nhẫn với tất cả mọi chuyện. Nóng giận sẽ đưa đến con đường mù quáng. Trong khi bực bội, làm phiền người khác và làm chính mình đau khổ. Nóng giận làm suy yếu cơ thể và làm xáo trộn đầu óc. Một lời cộc cằn giống như một mũi tên từ cây cung bắn ra không bao giờ có thể lấy lại được dù cho bạn có cải chính đến cả ngàn lần.

Một số sinh vật không thể nhìn thấy ban ngày trong lúc một số sinh vật khác không nhìn thấy ban đêm. Nhưng người nóng giận đến cực độ thì không nhìn thấy gì hết cả ban ngày lẫn ban đêm.

Với ai và với cái gì bạn tranh đấu khi bạn nóng giận? Bạn tranh đấu với chính bạn, chính bạn là kẻ thù tệ hại nhất của bạn. Trí óc bạn là người bạn tốt nhất của bạn nhưng nó cũng rất dễ dàng trở nên kẻ địch nguy hại nhất của bạn đấy. Một vài loại như bệnh tim, phong thấp, và bệnh ngoài da được truy cứu là do sự oán giận, căm hờn và ghen ghét kinh niên. Những cảm nghĩ phá hoại như vậy đầu độc tim bạn. Những cảm nghĩ này nuôi dưỡng việc phát triển các bệnh tiềm ẩn làm suy giảm sự kháng cự tự nhiên của cơ thể chống lại các vi trùng của bệnh tật.

TỪ ÁC ĐỔI THÀNH THIỆN

Nếu bạn không muốn có kẻ thù, trước tiên là bạn phải giết kẻ thù lớn nhất chính nơi bạn - đó là sự nóng giận của bạn. Nếu bạn bị xáo trộn bởi kẻ thù của bạn có nghĩa là bạn đã làm đúng những ước vọng của kẻ thù bạn, bạn đã vô tình xa vào bẫy của kẻ thù.

Bạn không nên nghĩ rằng bạn chỉ học hỏi được từ những người tán dương bạn, giúp bạn, và thân cận gần gũi với bạn. Bạn có thể học rất nhiều điều từ kẻ thù của bạn. Bạn không nên nghĩ rằng những điều đó hoàn toàn sai chỉ vì lẽ các điều đó xảy ra ở nơi kẻ thù của bạn. Những kẻ thù bạn cũng có một số các đức tính tốt.

Bạn không thể loại bỏ kẻ thù bằng lấy ác diệt ác. Lấy ác thì chỉ tạo thêm thù mà thôi. Phương pháp tốt nhất để chống lại kẻ thù là mang lòng từ tâm thương yêu đến họ. Bạn có thể nghĩ rằng điều đó không thể làm được hay không cần thiết. Nhưng đường lối đó đã được chứng minh ở một người có văn hóa. Khi bạn đến để tìm hiểu một người nào đó rất giận giữ với bạn, trước nhất bạn hãy gắng tìm nguyên nhân. Nếu là do làm lỗi của bạn, bạn nên thừa nhận và không ngần ngại gì xin lỗi người đó. Nếu do vì những sự hiểu lầm nào đó xảy ra giữa hai người, thì bạn nên làm sáng tỏ bằng cách giải bày tâm sự.

Nếu do vì ghen ghét, cố gắng đem tâm từ lòng thương yêu đến người đó. Bạn có thể ảnh hưởng, cảm hóa người đó bằng trí huệ. Bạn có thể không hiểu tại sao nó lại có kết quả, nhưng kinh nghiệm của nhiều người đã chứng

minh đó là một phương pháp mạnh nhất, khôn ngoan và dễ dàng để chiến thắng. Phương pháp đó được đặc biệt đề cao đem áp dụng trong Phật Giáo. Lẽ đương nhiên, muốn làm vậy, bạn phải tự tin, kiên nhẫn chính nơi bạn. Làm như thế, bạn có thể làm cho kẻ thù hiểu được chính họ sai. Ngoài ra, bạn cũng được lợi lạc trong nhiều chiều hướng vì không còn kẻ thù trong tâm bạn nữa.

LÒNG TỪ TÂM THƯƠNG YÊU

Chừng nào còn có một đồng loại đơn côi được an ủi bởi những lời dịu dàng của bạn, được bạn làm cho phấn khởi và hứng thú, được bạn có thể giúp đỡ với của cải trần thế của bạn thì dù việc bác ái này nhỏ nhoi đến thế nào nữa bạn vẫn là một tài sản quý báu của nhân loại. Bạn không nên bao giờ ngã lòng và phiền muộn.

Có thể có đôi khi khi những người mà bạn thương mến hình như không lưu ý đến bạn, làm tâm bạn có khuynh hướng nặng trĩu buồn phiền. Nhưng không phải lý do chính đáng làm bạn thất vọng. Còn vấn đề gì nữa khi mà bạn hiểu với tất cả tâm lòng từ tâm đối với người đồng loại ? Đừng bao giờ ý lại vào người khác vì hạnh phúc riêng tư của mình. Kẻ muốn bảo đảm sự thỏa mãn của mình trong đời sống bằng cách trông chờ từ người khác thì còn tệ hại hơn là người ăn xin quỳ gối kêu khóc xin miếng ăn hàng ngày.

MỐI ĐE DỌA CỦA MA TÚY VÀ RƯỢU CHÈ.

Rượu được mô tả là nguyên nhân chính của sự sa đọa thể chất và tinh thần của con người. Hiện nay, một hình thức xấu xa và tội lỗi hơn nữa là các loại

ma túy độc hại và nguy hiểm, nhất là chất heroin, đã gây nhiều khó khăn cho nhân loại và xã hội. Vấn đề khó khăn này lan rộng khắp thế giới. Hậu quả của việc ghiền ma túy nghiêm trọng hơn và sinh tử hơn ghiền rượu nữa. Trộm cắp, cướp bóc, tội ác về bạo dâm, lừa đảo các món tiền lớn đã xảy ra do ảnh hưởng đợc hại vì ghiền ma túy.

Các bạo chúa ma túy, chưa thỏa mãn là sự chết chóc của các con buôn mà còn gắng sức để kiểm soát các chính phủ yếu bằng tham nhũng, hối lộ, đảo chính và bom đạn. Về đường lối chính trị, các chính phủ phải bảo vệ người dân chống lại việc dùng ma túy. Đúng, bạo chúa ma túy trong những mưu đồ quỷ quyệt, đã đe dọa đến tận nền móng của xã hội - nhân phẩm của con người . Những nhà phát ngôn có lương tri và gia đình của họ sống trong đe dọa của tử thần vì họ đã dám bước qua con đường phi luật pháp của bạo chúa ma túy.

Nếu không có sự phối hợp quốc tế để dập tắt tội lỗi này, tiềm năng và tương lai của các dân tộc đương nhiên bị lu mờ không bảo đảm. Trên khắp thế giới, hàng triệu triệu Mỹ kim kiếm được từ lao động nhọc nhằn đã phải dùng đến để chi tiêu trong việc bài trừ ma túy nhưng ma túy vẫn còn. Bốn phận của chúng ta là phải giúp đỡ với bất cứ phương tiện nào mà chúng ta có thể để nhỏ tận rễ tệ nạn khủng khiếp này và để ngăn ngừa con cái chúng ta khỏi bén bắng tới.

Đời sống của một người ghiền ma túy hay một người ghiền rượu là một đời sống bị hành hạ khổ sở, địa ngục tại trần gian, sớm đưa đến nhà mồ.

NGƯỜI SAY

*Người say chối bỏ lẽ phải
Chìm đắm trí nhớ
Biến thể khối óc
Suy yếu sức lực
Làm viêm mạch máu
Gây thành các vết nội và ngoại thương bất trị
Là mụn phù thủy của cơ thể*

*Là con quỷ của trí óc
Là kẻ trộm của túi tiền
Là kẻ ăn xin ghê tởm
Là tai ương của người vợ
Là đau buồn của con cái
Là hình ảnh một người hung bạo
Là kẻ tự giết mình
Uống sức khỏe của người khác
Và cướp đoạt chính mình.*

Là con người, chúng ta phải có sự bình tĩnh để phân biệt giữa cái gì là điều thiện cái gì là tội lỗi. Hãy tránh xa ma túy và rượu và giúp đỡ người khác tránh xa. Đó là cách phục vụ vĩ đại nhất cho nhân loại.

BẠN TẠO THIÊN ĐƯỜNG VÀ ĐỊA NGỤC NƠI ĐÂY

"Nếu bạn muốn sống hòa bình và hạnh phúc trên thế giới này, bạn cũng phải để những người khác sống hòa bình và hạnh phúc, cho nên bạn làm một cái

gì cho thế giới này có ý nghĩa cho đời sống". Cho đến lúc nào mà bạn chưa tự điều chỉnh để sống hoà hợp theo những nguyên lý cao thượng ấy thì bạn không thể có hạnh phúc và hòa bình. Đơn giản bằng cầu nguyện không thôi, bạn không thể hy vọng hạnh phúc và hòa bình từ thiên đường.

Nếu bạn hành động theo đúng nguyên tắc luân lý bằng cách gìn giữ phẩm hạnh của con người, bạn tạo thiên đường của bạn ngay tại đây, thế giới này. Bạn cũng có thể tạo hỏa ngục trên trái đất này nếu bạn lạm dụng giá trị của đời sống con người. Không biết sống thế nào hòa hợp theo đúng định luật thiên nhiên vũ trụ thì chúng ta thường sai lầm vấp vấp. Nếu mỗi người cố gắng tạo một cuộc sống không hại ai và đáng kính trọng, thì ta có thể thực sự hưởng hạnh phúc tốt hơn là loại hạnh phúc mà một số người hy vọng đạt được sau khi chết.

Không cần thiết phải tạo dựng một thiên đường nơi nào đó để tưởng thưởng cho đức hạnh hay tạo một địa ngục để trừng phạt tội lỗi thì cho dù bất kể ở niềm tin tôn giáo nào đức hạnh và tội lỗi có những hệ lụy không thể tránh được trên thế giới này. Từ bi với tất cả các sinh vật là con đường duy nhất tạo thiên đường. Có thể chúng ta có lý tưởng chói sáng hấp dẫn vì lợi ích của xã hội và xứ sở bằng khoan dung và cảm tình sinh động cho tiến bộ và hạnh phúc của con người. Là con người chúng ta đã đạt được điều này là nhờ những cá nhân xuất chúng đã chỉ ra con đường. Khi giúp đỡ tinh thần người khác, bạn đã tự giúp mình và khi bạn tự giúp mình tinh thần, bạn giúp đỡ người khác.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Khó khăn cuộc đời và Trách nhiệm của con người

Dịch giả Thích Tâm Quang

Phần 2

Nguyên tác: "Problems and Responsibilities"

HẠNH PHÚC LỬA ĐÔI TRONG CUỘC SỐNG

Đối với một hôn nhân đứng đắn, người đàn ông và người phụ nữ thường nghĩ đến người hôn phối hơn là nghĩ đến chính mình. Hôn nhân ví như một chiếc xe đạp dùng cho hai người. Cảm nghĩ an toàn và thoải mái đến từ sự cố gắng hỗ trợ. Thiếu kiên nhẫn và hiểu lầm là lý do của hầu hết các vấn đề khó khăn trong gia đình. Người vợ không phải là một người đầy tớ của chồng. Người vợ đáng được kính trọng đồng đều. Tuy người chồng có bổn phận kiếm tiền nuôi gia đình, nhưng vẫn giúp đỡ gia đình trong các công việc nội trợ vặt, không phải là hạ nam tính của đáng trọng phụ. Đồng thời một người vợ luôn luôn than phiền và gắt gỏng không thể đền bù những thiếu thốn trong gia đình. Cũng không luôn nếu có sự nghi ngờ của người vợ về sự giúp đỡ của người chồng để tạo hạnh phúc hôn nhân. Nếu người chồng có những nhược điểm, chỉ có lòng khoan dung và những lời ngọt ngào là có thể làm cho người chồng nhìn thấy ánh sáng. Hiểu biết chánh đáng (Chánh Tư Duy) và tư cách đạo đức là phần thực hành của trí tuệ.

Hôn nhân là hạnh phúc nhưng nhiều người đã biến cuộc sống lứa đôi thành khổ sở bất hạnh. Sự nghèo nàn không phải là nguyên nhân chính của sự mất

hạnh phúc. Cả chồng lẫn vợ phải trau dồi chia sẻ vui buồn mọi việc trong đời sống hàng ngày. Thông cảm lẫn nhau là bí quyết của hạnh phúc gia đình.

KHÔNG LO LẮNG

Bí quyết của đời sống hạnh phúc thành công là phải làm những gì cần làm ngay bây giờ, và đừng lo lắng về quá khứ cũng như tương lai. Chúng ta không thể tái tạo quá khứ và cũng không thể tiên liệu mọi thứ cho tương lai. Nhưng có một lúc nào đó lúc thời gian qua mà chúng ta ý thức được việc tự chủ, đó là hiện tại.

Nhiều người lo lắng về tương lai. Những người này cần phải học hỏi để thích nghi với mọi hoàn cảnh. Dù cái lâu đài nào nữa xây trong không khí, dù giấc mơ đến ra sao, lúc nào họ cũng phải nhớ là họ đang sống trong cái thế gian và chạm không ngừng và thay đổi này.

"Không có ngôi sao nào ta có thể tin tưởng được,

Không có ánh sáng nào hướng dẫn ta,

Nhưng chúng ta biết rằng chúng ta phải

LƯƠNG THIÊN, CÔNG BẰNG, THẮNG THẦN"

CỘT TRỤ CỦA THÀNH CÔNG

Thất bại nhưng là cột trụ của thành công. Học hỏi từ thất bại của chúng ta đưa đến thành công. Không bao giờ có bại thì cũng không bao giờ có thắng. Nếu chúng ta không gặp thất bại và cay đắng, chúng ta chẳng bao giờ ý thức hương thơm ngọt ngào của chiến thắng; nó chỉ trở thành khúc ngoặt của những biến cố nhỏ nhoi không đáng kể. Thất bại không những giúp chúng ta đi đến thành công, còn làm cho ta thêm nghị lực, phấn khởi và giàu kinh nghiệm.

"Chúng ta sống, làm việc và mơ mộng

Mỗi người đều có kế hoạch nhỏ

Đôi khi chúng ta cười,

*Đôi khi chúng ta khóc,
Và cứ vậy, ngày qua".*

VỀ ĐẸP CHÂN CHÍNH

Nét xấu bề ngoài không phương hại gì đến nhân phẩm duyên dáng. Nếu một người xấu xí trau dồi đức hạnh của tình thương, tình thương này sẽ chứng tỏ trong nhiều đường thắng lợi - thanh thản, rạng rỡ, phong thái dịu dàng và lịch sự. Những nét đẹp hấp dẫn ấy dễ dàng bù trừ lại bất cứ yếu điểm nào của bề ngoài.

Một người đẹp trai mà điệu bộ màu mè, kiêu căng thì nhìn không hấp dẫn, xa cách. Cái đẹp bên trong mới là vẻ đẹp chân chính. Vẻ đẹp bên trong có một phẩm cách đặc biệt, thu hút.

TẠI SAO KHÓ KHĂN KHI TỪ GIÃ THẾ GIỚI NÀY?

Với đa số, cái chết là một biến cố không được hoan nghênh. Với quá nhiều tham dục phải được thỏa mãn, nhiệm vụ của cuộc sống, mặc dù nhiều đau khổ lớn lao, chẳng bao giờ đủ để chấm dứt. Người ta cảm thấy thoải mái với ảo vọng hạnh phúc hơn là với thực tế của cái chết. Nếu tất cả phải nghĩ về việc này thì đó là giờ phút cuối cùng.

Luyến ái vào đời sống thế gian tạo một niềm sợ hãi bệnh về cái chết. Nhưng sự thật thì tất cả đời sống không là gì cả mà duy nhất là đau khổ. Cái chết là điều tự nhiên không thể tránh được. Không phải là nửa hoảng sợ như tư tưởng tự nó đang chết. Trí óc tự nó có khả năng tạo thành và phóng đại hình ảnh ma của cái chết. Lý do là tại đầu óc không được huấn luyện để nhìn thấy cuộc đời với tất cả cái vô thường và bất toại nguyện của nó. giống như bám vào các ảo ảnh y như một người đang chết đuối cố bám vào cọng rơm.

Cái chết cũng tạo nên sự khó chịu cho những ai nhiệt thành cầu nguyện đáng

siêu nhiên tuồng tượng nào đó tha tội và cho một chỗ trên thiên đường khi cuộc sống hình như vô vọng. Đương nhiên sợ hãi cái chết là một hiện tượng tự nhiên của bản năng tự bảo toàn. Nhưng có một con đường để vượt qua sự sợ hãi đó. Hãy làm một việc vị tha cho an-sinh người khác để đạt hy vọng và tự tin ở kiếp sau. Lòng vị tha thanh lọc tất cả luyện ái vị kỷ.

Đầu óc thanh tịnh, không luyện ái các điều trần tục, bảo đảm hạnh phúc khi đi khỏi thế giới này. Đó là sự suy gẫm kiên trì về cái chết để hiểu được cái vô thường của cuộc đời và trí tuệ để sửa chữa lối sống sai lầm, và để khỏi sợ hãi cái chết. Cũng cố tinh thần để đối phó với những sự việc và thực tế của cuộc đời. Hãy tránh các tham vọng không thực tế và không thể thực hiện được. Hãy phát triển lòng tự tin. Rồi bạn sẽ được thoải mái hơn để vượt qua các khó khăn của đời sống.

TRÁCH NHIỆM

Chúng ta đều có khuynh hướng đổ lỗi cho người khác về những yếu điểm và bất hạnh của mình. Có bao giờ bạn nghĩ rằng chính bạn chịu trách nhiệm về tất cả những khó khăn của bạn không? Sự đau buồn của bạn không dính dáng gì đến tai ương của gia đình hay các tội nguyên thủy của cha ông. Cũng chẳng phải là việc làm ra của thần thánh hay ma quỷ. Đau buồn của bạn do chính bạn tạo ra. Cho nên chính bạn là người cai tù cho chính bạn và cũng là người giải thoát cho chính bạn. Đồng thời, bạn tạo địa ngục hay thiên đường cho chính bạn. Bạn có tiềm lực trở thành người tội lỗi hay trở thành thánh. Không ai có thể tạo cho bạn thành người tội lỗi hay thành thánh.

Bạn phải học hỏi trau dồi để gánh lấy trách nhiệm đời sống của bạn. Bạn phải học hỏi để chấp nhận những yếu điểm của bạn để không đổ lỗi hay phiền hà ai. Hãy nhớ câu của người xưa:

"Người vô học thức lúc nào cũng đổ lỗi cho người khác; người bán học thức thì tự trách mình, và người có học thức thì sẽ không trách ai cả".

Bất luận một khó khăn nào phát xuất lúc nào hay tại đâu, là người hiểu biết, chúng ta nên tự tìm hiểu xem lỗi lầm do đâu mà ra không đổ lỗi cho ai cả. Nếu mỗi người tự sửa chữa lấy mình, sẽ không có một khó khăn nào hay một sự xung đột nào xảy ra trên thế giới này. Nhưng tiếc thay con người lại không bao giờ cố gắng để gia tăng tầm hiểu biết bằng hành động không thiên vị. Họ thích tìm kiếm những bung xung để chịu báng thay thế cho họ. Họ chỉ nhìn bên ngoài họ để tìm nguyên nhân những khó khăn gây ra vì lẽ họ không thích chấp nhận những yếu điểm của chính họ.

Trí óc của con người có quá nhiều dối trá cho nên con người cố tìm cách bào chữa để chứng minh hành động của mình hầu tạo ảo tưởng là mình không lỗi lầm. Đức Phật nói:

"Thấy lỗi của người khác thì dễ, nhưng lỗi của chính mình thì quả thật khó thấy". (Kinh Pháp Cú)

Để che dấu nhược điểm hầu bao che lầm lỗi của mình, nhiều người có một thái độ hung hăng với người khác vì nghĩ rằng làm như vậy họ sẽ tránh được tình trạng xấu hổ hoặc tránh né những lời oán trách. Họ không hiểu rằng một thái độ như vậy không chỉ tạo thêm nhiều khó khăn cho chính mình và ngoài ra còn tạo thêm bầu không khí nguy hiểm chung quanh hơn.

Khi làm sai bạn phải thừa nhận là bạn sai. Đừng theo con đường của những kẻ vô học thức lúc nào cũng đổ lỗi cho người khác. Đức Phật nói:

"Người điên mà không cho mình là điên, quả là một người điên thực sự. Và người điên biết mình điên, vì lẽ ấy, là một người trí". (Kinh Pháp Cú)

Bạn chịu trách nhiệm về mọi nỗi buồn đau đến với bạn. Khi để, dù là một việc bất ngờ nhỏ xảy ra, làm phiền hay đảo lộn đầu óc bạn, thì chính cái bất ngờ nhỏ nhoi ấy đưa đến buồn đau cho bạn. Bạn phải hiểu rằng điều đó không sai nhưng chúng ta mới sai.

TRÁCH NHIỆM CỦA BẠN VÀ SỰ HIỂU BIẾT LẪN NHAU

Hãy luôn nhớ bất cứ cái điều gì xảy ra, bạn sẽ không cảm thấy đau đớn nếu bạn biết giữ quân bình đầu óc của bạn. Bạn chỉ bị đau đớn bởi thái độ tinh thần mà bạn áp dụng cho chính bạn và cho các người khác. Nếu bạn tỏ một thái độ yêu thương tới người khác, bạn cũng sẽ nhận lại được giống như vậy một thái độ yêu thương. Nếu bạn tỏ ra oán ghét, bạn sẽ nhận được, không nghi ngờ gì, oán ghét trở lại. Một người giận dữ thở ra chất độc, chính người đó bị nhiễm độc và đau đớn nhiều hơn là làm người khác đau.

Một người giận dữ la mắng người khác không thể nhìn thấy sự việc một cách đúng đắn tỷ như khói bốc làm mờ mắt. Kẻ nào khôn ngoan không giận dữ sẽ không bao giờ bị đau khổ. Lúc nào cũng nhớ rằng không ai có thể làm bạn đau đớn được trừ phi chính bạn dọn đường cho người khác làm bạn đau khổ. Nếu bạn theo đúng Pháp (Chánh Mạng) Pháp đó sẽ che chở cho bạn.

Đức Phật dạy:

"Kẻ nào xâm phạm người ôn hòa, trong sạch và vô tội, quả dữ sẽ dội trở lại kẻ cuồng dại ấy, như tung cát bụi ngược chiều gió (cát bụi sẽ bay trở vào mắt)". (Kinh Pháp Cú)

Nếu bạn làm người khác nổi giận, bạn phải chịu trách nhiệm về những hậu quả gây nên. Tỏ thái độ hung hăng, bạn sẽ chỉ làm đúng điều kẻ thù mong muốn.

KHÔNG TRÁCH CỬ NGƯỜI KHÁC

Nếu bạn biết giữ vững đúng tinh thần bạn, những việc xảy ra bên ngoài sẽ không ảnh hưởng gì bạn. Bạn không nên đổ lỗi cho hoàn cảnh khi sự việc sai lầm. Bạn không nên nghĩ rằng bạn không may mắn, là nạn nhân của số mệnh, hay người nào đó nguyên rủa bạn hay "bùa trù" bạn. Dù với lý do nào mà bạn cho là phải đi nữa, bạn cũng không thoát khỏi trách nhiệm về hành động của chính bạn. Cố gắng giải quyết vấn đề, không hờn dỗi. Cố gắng làm việc vui vẻ cả đến trong những hoàn cảnh hết sức thử thách.

Hãy can đảm để đối đầu với bất cứ thay đổi nào nếu sự thay đổi này đương nhiên và cần thiết, cho nên bạn phải đủ can đảm chấp nhận cái mà bạn không tránh được. Bạn nên đủ khôn ngoan để hiểu biết cái bấp bênh trần thế ảnh hưởng đến tất cả mọi người. Cho nên bạn phải phát triển can đảm để đối đầu với thất vọng và khó khăn không cảm thấy hoảng sợ. Khó khăn về đời sống của chúng ta, chúng ta phải can đảm đương đầu. Nếu bạn biết làm sao để vượt khỏi các khó khăn ấy không tạo thêm nhiều khó khăn nữa, thì bạn khôn ngoan đấy.

Những ai cố gắng phục vụ cho người khác thì cũng phải gặp các khó khăn. Họ còn gặp nhiều trách cứ hơn những người không giúp đỡ gì cho ai cả. Bạn không nên ngã lòng, thay vào bạn phải có sự hiểu biết để thực thi việc vị tha đó kết quả đem hạnh phúc như một phần thưởng. Giúp đỡ người khác, phải có kiến thức và hiểu biết. Bertrand Russell, một triết gia Anh nói:

"Thương yêu không kiến thức và kiến thức không thương yêu thì không thể tạo một đời sống tốt đẹp".

BẠN CHỊU TRÁCH NHIỆM AN LẠC NỘI TÂM CỦA BẠN

Bạn phải học hỏi làm sao bảo vệ an lạc nội tâm và bình tĩnh tạo trong tâm khảm của bạn. Để gìn giữ an lạc nội tâm, bạn phải biết lúc nào nên giảm thiểu cái phức tạp mặc cảm tự tôn của bạn; bạn cũng phải biết lúc nào bạn phải quên lòng tự hào của bạn, khi bạn khuất phục được cái ngã giả tạm của bạn, khi bạn loại được cái cứng rắn của bạn và khi bạn thực thi kiên nhẫn. Bạn không nên để người khác lấy mất an lạc nội tâm của bạn. Bạn phải gìn giữ an lạc nội tâm của bạn nếu bạn biết hành động khôn ngoan.

Trí tuệ đến do hiểu biết. "Con người không phải là một thiên thần từ trên trời rơi xuống, mà là một động vật được nuôi nấng". Hãy tận dụng các cố gắng với quan niệm kiên quyết và khéo léo giữ vững đúng nguyên tắc. Đồng thời hãy khiêm nhường vì lợi ích của hòa bình và độ lượng để tránh xung đột và

bạo động. Làm như vậy, bạn sẽ không bao giờ mất gì cả. Thay vào đó, cuối cùng, bạn lại đạt được .

LÀM SAO ĐỂ ĐỐI ĐẦU VỚI CÁC LỜI PHÊ BÌNH

Bạn phải học hỏi làm sao để tự bảo vệ chống lại các lời phê bình không chính đáng và làm sao sử dụng có ý thức các lời phê bình xây dựng. Bạn phải luôn luôn nhìn lời phê bình với tính cách khách quan. Nếu những lời phê bình bạn không chính đáng, vô căn cứ, có ác ý, thì phẩm giá của bạn không làm bạn hèn nhát khuất phục. Nếu bạn biết không có lỗi lầm trong lương tâm của bạn, thái độ của bạn đứng đắn, sẽ được tán thưởng bởi những người hiểu biết, bạn không cần phải lo lắng về những lời phê bình vô căn cứ. Sự hiểu biết về cả hai loại phê bình xây dựng và phá hoại rất cần thiết cho bạn để điều hợp lối sống của bạn trong bất cứ xã hội nào. Đức Phật dạy:

"Không có một người nào không bị trách cứ (làm lỗi) trong thế giới này".

(Kinh Pháp Cú)

KHÔNG MONG ƯỚC GÌ VÀ KHÔNG CÓ GÌ LÀM BẠN THẤT VỌNG

Bạn có thể tránh thất vọng bằng cách không ước vọng gì về việc làm của bạn. Nếu bạn không ước mong gì, thì không có gì làm cho bạn thất vọng. Hãy làm việc gì đem lợi ích cho người khác để giảm bớt khổ đau. Nếu bạn có thể làm như vậy mà không ước vọng một phần thưởng nào cho bạn cả, không có nguyên nhân nào làm cho bạn thất vọng. Bạn là một người mãn nguyện! Hạnh phúc hiện ra trong đầu óc bạn vì điều thiện bạn đã làm, chính đó là phần thưởng to lớn. Hạnh phúc này tạo lòng thỏa mãn mãn mênh mông trong cuộc sống của bạn. Nếu vì ước vọng được tưởng thưởng, bạn không những sẽ mất hạnh phúc, mà còn nhận được thất vọng cay đắng.

Có lẽ bạn có thể là một người bản tính tốt nên bạn không hại ai. Thế mà bạn

vẫn bị trách cứ mặc dù bạn làm điều thiện. Rồi bạn có thể hỏi: "Nếu làm tốt được tốt, làm xấu được xấu, tại sao tôi phải đau khổ khi tôi hoàn toàn vô tội? Tại sao tôi lại phải gặp nhiều khó khăn như vậy? Tại sao tôi nhiều phiền muộn với quá nhiều xáo trộn? Tại sao tôi bị trách cứ bởi người ta mặc dầu việc của tôi tốt? Câu trả lời đơn giản là khi bạn làm một số hành động thiện bạn có thể vô tình chống lại những lực lượng của ma vương hoạt động trong vũ trụ. Những lực lượng ma vương này đương nhiên chống lại các hành động thiện. Nếu không, có thể là bạn đã chịu ảnh hưởng của ma vương trong quá khứ (nghiệp) đến bây giờ mới chín mùi để chống lại bạn. Cứ tiếp tục làm các việc thiện với sự hiểu biết vững vàng, cuối cùng bạn sẽ thoát khỏi các phiền não ấy. Vì bạn là người đầu tiên tạo thất vọng, thì chính chỉ có bạn mới có thể vượt qua các thất vọng ấy - bằng cách hiểu được tình hình thật sự đời sống trần thế của chúng ta.

"Bảo vệ người khác là bạn bảo vệ chính bạn. Bạn bảo vệ bạn là bạn bảo vệ người khác"

Nhiều các điều kiện trần thế ngoài tầm kiểm soát của chúng ta. Những sự thay đổi bất ngờ, các ảnh hưởng và các bấp bênh xảy ra làm ta bất toại nguyện. Cho nên tại sao đôi khi khó khăn để làm việc thiện trong những hoàn cảnh thay đổi như vậy. Nếu người ta chú ý đến lời khuyên của Đức Phật, mọi người đều có thể đóng góp chút gì cho việc bảo vệ lẫn nhau.

BIẾT ON LÀ MỘT ĐỨC HẠNH HIẾM CÓ

Đức Phật coi biết ơn là một đức hạnh vĩ đại. Phải, thật là đúng đức hạnh này rất hiếm trong bất cứ xã hội nào. Bạn không thể ước vọng luôn luôn người ta biết ơn bạn về những gì bạn đã làm.

Người ta có khuynh hướng quên ơn đặc biệt đến lúc phải nhớ lại các ơn cũ. Nếu người ta không bày tỏ lòng biết ơn, bạn phải chấp nhận như vậy - chỉ có thể bạn mới tránh được thất vọng. Bạn có thể hạnh phúc chẳng cần để ý đến

người ta có biết ơn về sự tử tế và các sự giúp đỡ của bạn hay không; bạn chỉ cần nghĩ và cảm thấy thỏa mãn bạn đã làm bổn phận cao thượng là một con người đối với đồng loại.

ĐỪNG SO SÁNH VỚI NGƯỜI KHÁC

Bạn có thể tự bạn đoạn trừ lo âu không cần thiết và phiền não đơn giản là không so sánh bạn với người khác. Chừng nào mà bạn còn nhìn người khác so sánh là "bằng với bạn", "cao hơn" hay "kém hơn" bạn sẽ cố chấp và áy náy bồn chồn. Nếu bạn không áp dụng thái độ ấy, không có gì làm cho bạn phải lo lắng. Nếu bạn nghĩ rằng bạn cao hơn người khác, bạn trở nên hãnh diện. Nếu bạn nghĩ là bạn đứng thứ hai hay không là gì cả, người khác sẽ hạ bạn. Nếu bạn nghĩ là bạn thấp kém, bạn sẽ mất lòng tự tin.

Với đa số, rất khó nén được niềm kiêu hãnh của họ. Nên khôn ngoan học hỏi làm sao để giảm bớt lòng kiêu hãnh của chính mình. Nếu bạn có thể hy sinh niềm kiêu hãnh của mình, bạn có thể tìm thấy an lạc nội tâm. Bạn có thể hòa hợp với người khác để chứng nghiệm an lạc và hạnh phúc. Cái gì quan trọng hơn - giữ niềm kiêu hãnh hay an lạc trong tâm hồn?

Cố gắng mà hiểu rằng, bằng nhau, hơn hay kém, tất cả đều trong trạng thái thay đổi: Bạn có thể nghèo bây giờ nhưng một thời điểm nào đó, bạn có thể giàu có. Ngày nay bạn có thể ngu si, nhưng mai này bạn trở nên khôn ngoan. Ngày nay bạn có thể bị đau yếu và không hạnh phúc, nhưng thời gian sau bạn sẽ vẫn có thể lại mạnh khỏe. Tuy nhiên, có nhiều đức tính không thể thấu hiểu được của con người được coi như là gia tài của nhân loại - nhân quyền, phẩm giá của con người, địa vị của con người vân vân ... Không ai có quyền tước đoạt những thứ đó của bạn.

"Nếu bạn tốt với chính bạn, bạn sẽ tốt với người khác. Nếu bạn tốt với người khác, bạn tốt với chính bạn".

LÀM THẾ NÀO ĐỂ ĐỐI XỬ VỚI NHỮNG KẺ LÀM RỐI LOẠN?

Bạn phải hiểu rằng bạn phải đóng góp chút gì, dụng ý hay không dụng ý, vì những phiền não và khó khăn xảy đến cho bạn bây giờ. Cũng rất quan trọng cho bạn hiểu là bạn phải vượt qua những khó khăn đến với bạn từ nhiều nguyên nhân. Nếu sự hiểu biết của bạn đủ sâu rộng để thăng hoa trách nhiệm của bạn vì đã gây ra các khó khăn hiện tại, chắc chắn bạn sẽ có ý kiến làm thế nào tốt nhất để đoạn trừ.

Rồi bạn sẽ hiểu làm thế nào để đối xử với kẻ làm rối loạn và những người chống đối. Những kẻ chống lại bạn cũng có một trái tim con người. Cho nên không khó khăn gì lắm để hòa giải họ; phát triển mối thân hữu với họ thay vì cô lập họ. Nếu bạn đủ sức mạnh để chống lại thái độ sai lầm của họ, không có lý do gì bạn tránh không tiếp xúc với họ. Qua sự liên kết với những người như vậy, bạn có thể ảnh hưởng họ để họ tự cải tiến. Hãy nhớ rằng sự hiểu biết riêng của chính bạn bảo vệ bạn khỏi kẻ thù và giúp bạn hướng dẫn họ trở nên lương thiện.

Nếu một người làm một việc gì sai quấy cho bạn vì ngu si và thiếu hiểu biết, đó là dịp tốt nhất để bạn trình bày cho người đó biết trí tuệ, học vấn và sự thấu triệt tôn giáo của bạn. Cái gì là để sử dụng tất cả học vấn của bạn và kiến thức về tôn giáo của bạn nếu bạn không biết cư xử như một người quân tử thực sự nhất là trong lúc thử thách? Nếu những người khác làm sai cho bạn phải coi những hành động này là dịp để bạn phát triển kiên nhẫn và cảm tình của bạn.

Kiên nhẫn là một trong những đức tính đầu tiên mà mỗi người phải trau dồi. Bạn càng thực hành đức tính này càng nhiều, bạn càng có thể giữ vững được phẩm cách của bạn. Bạn phải biết làm sao sử dụng hữu hiệu kiến thức của bạn và nguyên tắc để giao tế với người chống đối bạn. Sớm muộn họ sẽ hiểu hành động đại dốt của họ và thay đổi thái độ kinh chống. Đôi khi, có người cố gắng lợi dụng lòng khoan dung và nhẫn nại của bạn

như những dấu hiệu của yếu kém. Đó là lúc cho bạn hành động khôn ngoan để không trở thành nạn nhân của các con người xảo quyệt như vậy.

"Đức hạnh phải được thực hành một cách khôn ngoan".

Tử tế, thành thực và kiên nhẫn là những mảnh đất phì nhiêu cho hạng người xảo quyệt dùng làm phương tiện với những nạn nhân đã được họ dụng ý vì những người này có những đức tính rộng lượng trên.

THA THỨ VÀ QUÊN ĐI

Trả thù những kẻ gây náo loạn chỉ tạo thêm nhiều khó khăn và xáo trộn. Bạn phải hiểu rằng những cảm nghĩ tiêu cực và hành động chống đối chỉ mang lại tai hại và đau khổ cho cả bạn và kẻ gây náo loạn. Muốn hành động trả đũa, bạn phải nuôi dưỡng hận thù mãnh liệt trong tâm bạn. Hận thù đó giống như chất độc. Khi thuốc độc khởi sự nơi bạn, chắc chắn nó sẽ hại bạn trước khi hại một người nào khác. Trước khi bạn ném một thanh sắt nóng bỏng vào người khác, bạn đã bị phỏng trước. Hành động của bạn chỉ là để cho thấy căn bản không có gì khác biệt giữa bạn và đối thủ.

Ghét người khác bạn chỉ cho họ thêm sức mạnh hơn bạn mà thôi. Bạn không giải quyết được vấn đề. Nếu bạn trở nên nóng giận một người nào đó, người này đơn giản chỉ mỉm cười lại bạn, bạn cảm thấy bị bại và đau khổ. Khi người đó không phối hợp với bạn để chu toàn ước nguyện của bạn, chính là người đó là người thắng lợi. Đức Phật dạy chúng ta sống vui vẻ khi chúng ta phải đương đầu với các xáo trộn. *"Hạnh phúc thay cho chúng ta sống không thù hận giữa những người hận thù. Giữa những người hận thù chúng ta sống không thù hận". (Kinh Pháp Cú)*

Chúng ta có thể sống hạnh phúc không thôi lửa hận thù. Có lẽ bạn không đủ sức mạnh để trải tình thương đến kẻ địch nhưng vì lợi ích của sức khỏe và hạnh phúc của chính bạn và của mọi người khác, ít nhất bạn phải học hỏi làm thế nào để tha thứ và quên đi.

Không hận thù và không tiêu diệt kẻ gây náo loạn, bạn hành động như người quân tử. Muốn hành động như vậy bạn phải hiểu kẻ kia bị hướng dẫn làm đường bởi nóng giận, ghen ghét và ngu si. Cho nên kẻ đó không khác gì tất cả các con người đã có lần này hay lần khác làm đường vì cùng trạng thái tiêu cực trong đầu óc.

Đức Phật nói:

"Kẻ gây tội lỗi bản tính không phải ác độc. Chúng gây tội lỗi vì ngu si". Cho nên chúng cần được hướng dẫn.

Chúng ta không nên làm cho họ đau đớn. Chúng ta không nên biện minh nói là chúng đáng bị kết án đau khổ triền miên vì chưa quá trễ để sửa chữa chúng. Chúng ta nên cố gắng giải thích cho chúng trong đường lối làm cho chúng khuất phục để chúng hiểu được chúng sai. Với sự hiểu biết như vậy, bạn sử dụng với kẻ gây tội lỗi như con bệnh đang đau khổ vì bệnh tật cần phải chữa trị. Khi bệnh tình được chữa khỏi, kẻ mắc bệnh cũng như mọi người khác đều mạnh và vui vẻ. Kẻ ngu si phải được hướng dẫn bởi người khôn.

"Đời sống có tốt đẹp là do tình thương và là được hướng dẫn bởi kiến thức".

Nếu một người nào đó làm một việc gì sai trái với bạn vì ngu si và thiếu hiểu biết, đó là lúc bạn phải mang tình thương đến kẻ gây tội lỗi này. Một ngày nào đó, kẻ đó sẽ hiểu cái đại đột đáng thương về thói xấu tội lỗi của mình.

Cho nên tốt hơn là cho y có dịp để trở nên tốt. Hối cải về những hành động làm lỡ quá khứ, sẽ thay đổi y thành một người tốt và cuối cùng y sẽ nhận thức được tư tưởng tử tế của bạn. Lời khuyên vị tha nhất của Đức Phật là:

"Sân hận không thể dập tắt được sân hận. Duy có tình thương mới dập tắt được sân hận. Đó là định luật trường cửu".

Nếu bạn có thể trải tâm từ, không có sự tai hại nào đến với bạn. Tình thương yêu đó sẽ giúp bạn đạt được sức khỏe cả thể chất lẫn tinh thần. Đời sống có nhịp điệu riêng của nó. Lên bổng xuống trầm rồi đâu cũng vẫn vào đây.

Những người không hiểu rõ nguyên tắc này, thường rơi vào phiền não và đối đầu với khó khăn trong đời sống.

Nếu một người làm điều gì sai trái với bạn hết lần này đến lần khác, bạn phải hành động khôn ngoan để sửa y mỗi khi y phạm lỗi. Dù không dễ dàng gì làm được tuy nhiên bạn vẫn phải cố gắng hết mình theo gương Đức Phật. Rồi bạn sẽ hiểu là sau cùng không phải là không thể được. Thái độ của Đức Phật trong trường hợp này có thể tóm tắt trong câu:

"Càng nhiều tai ương đến với tôi, tôi càng thực hiện nhiều thiện chí".

Một số người nghĩ rằng không thể thực hiện được việc đổi tốt từ xấu. Hãy thử đi rồi các bạn sẽ tự thấy. Nếu bạn thấy việc không thể đổi tốt từ xấu thế mà bạn vẫn có thể làm việc vĩ đại cho chính bạn và cho những người khác bằng cách đừng trở lại xấu từ xấu.

"Đối với những người thiếu hiểu biết phạm lầm lỗi thì cần phải suy xét và thiện cảm".

TẤT CẢ CHÚNG TA ĐỀU LÀ CON NGƯỜI

Tất cả những con người đều có yếu điểm cho nên có khuynh hướng tạo lầm lỗi. Tất cả những con người đều có ham muốn, nóng giận và ngu si. Tất cả những nhược điểm này chiếm ưu thế trong chúng ta với nhiều mức độ khác nhau. Ngoại trừ bạn đã hoàn toàn hay là bậc A La Hán, còn không ai tránh khỏi. Bản tính đầu óc của con người tự nó biểu hiện trong câu này:

"Con người không thoả mãn với đời sống của mình và không bao giờ tìm thấy mục đích của đời sống, cả đến khi đã gồm thâu được cả thế giới".

Chúng ta hãy nhìn kỹ con người bị bao trùm trong ngu si. Trí óc bị mờ mịt bởi xáo trộn, bối rối và tối tăm. Do ngu si, con người tạo bất hạnh và chia sẻ bất hạnh này với đồng loại. Đa số lo âu và đau khổ đến cho con người do sự thay đổi của thế gian và sự tham đắm của con người vào những thú vui trần tục mà đầu óc vị kỷ cứ tiếp tục không ngừng. Thất vọng và những ham

muốn không toại nguyện do những sự thay đổi bất thường tạo niềm lo âu. Cho nên bạn chịu trách nhiệm niềm lo âu của bạn.

Không ai hoàn toàn trên thế giới này; mỗi con người đều liên quan lúc nào đó, phạm một số lỗi lầm nào đó hay những hành động tội lỗi. Nên làm sao bạn có thể nghĩ rằng bạn thoát khỏi lầm lẫn hay tội lỗi? Ngu si là nguyên nhân chính vì nuôi dưỡng sự thúc đẩy của tham dục phát xuất lo âu.

"Sự sợ hãi và lo lắng sẽ không còn khi ngu si bị xua tan bởi kiến thức".

Nếu bạn có thể hiểu được nhược điểm hiện tại trong đầu óc của con người trên đây, thì không có lý do gì bạn cầu nhàu về các khó khăn của bạn. Bạn sẽ có can đảm để đối phó với những khó khăn ấy. Trí óc của con người chịu trách nhiệm về cả hạnh phúc lẫn bất hạnh phúc.

"Không có gì xảy ra cho con người mà không nằm trong con người" - C.

Jung, một nhà tâm lý học nổi tiếng.

TRÁCH NHIỆM CỦA CHA MẸ

Bạn chịu trách nhiệm về hạnh phúc của con cái và việc nuôi nấng chúng. Nếu đứa trẻ lớn tráng kiện, khỏe mạnh và là người công dân hữu dụng, đó là kết quả của các cố gắng của bạn. Nếu đứa trẻ lớn lên thành kẻ phạm pháp, bạn phải chịu trách nhiệm. Không nên đổ lỗi cho người khác. Là bậc cha mẹ, nhiệm vụ bắt buộc của bạn là hướng dẫn con cái trên con đường chính đáng. Mặc dù có ít trường hợp các thiếu niên phạm pháp không thể sửa chữa được, tuy nhiên là bậc cha mẹ, bạn vẫn phải chịu trách nhiệm về tư cách của đứa trẻ.

Đứa trẻ lúc tuổi dễ bị ảnh hưởng, cần có tình thương, chăm sóc, trìu mến và lưu ý của cha mẹ. Không có tình thương và hướng dẫn của cha mẹ, đứa trẻ cảm thấy bị bất lợi thiệt thòi, sẽ đi tìm trên thế giới một nơi hoang mang bối rối để sống. Biểu hiện tình thương của cha mẹ không có nghĩa là thỏa mãn tất cả những đòi hỏi của đứa trẻ mà phải hợp lý hay cách nào thích hợp. Quá

nuông chiều thực sự làm hư đứa trẻ. Người mẹ dành cho con tình thương và chăm sóc cũng phải nghiêm khắc và cứng rắn nhưng không cay nghiệt trong lúc sử dụng trước cái hư đốn của đứa trẻ. Tổ tình thương nhưng kỷ luật - đứa trẻ rồi ra sẽ hiểu được.

Thật là bất hạnh, tình thương của cha mẹ trong xã hội ngày nay đáng buồn thường thiếu thốn. Sự đổ xô vào các vật chất tiến bộ, khát vọng dâng lên đòi hỏi quyền nam nữ bình đẳng, đưa đến kết quả là nhiều bà mẹ theo chồng trong cuộc thi đua. Các bà mẹ tranh đấu để gìn giữ hình ảnh gia đình hay các biểu tượng tình trạng bằng cách làm việc tại các bàn giấy hay các xưởng thợ hơn là ở nhà để trông nom con cái.

Con cái, để cho các thân nhân hay cho các người làm được trả tiền để săn sóc, giống như các "chìa khóa rập theo khuôn" bằng máy móc, thường thiếu tình thương và săn sóc của người mẹ. Người mẹ cảm thấy có tội vì thiếu chăm sóc, cố gắng xoa dịu đứa trẻ bằng cách thỏa mãn cho nó tất cả những gì nó đòi hỏi. Hành động như vậy chỉ làm hư đứa trẻ mà thôi.

Cung cấp cho đứa trẻ những đồ chơi tinh vi hiện đại, như xe tăng, súng máy, súng lục, kiếm là làm hại sự hình thành cá tính của trẻ nhỏ và tương tự về tâm lý thì chẳng lành mạnh gì. Đứa trẻ vô tình được dạy tha thứ việc phá hoại thay vì được dạy dỗ là phải tử tế, từ bi, và hảo tâm. Những đứa trẻ như vậy sẽ phát triển khuynh hướng tàn bạo khi chúng lớn. Cho những đứa trẻ những đồ chơi này không thể thay thế tình thương và triu mến của người mẹ. Cha mẹ thường bị đặt vào tình trạng khó xử. Vội vã về nhà sau một ngày làm việc cực nhọc, cha mẹ có những việc lặt vặt đang chờ đợi phải làm tại nhà. Sau khi làm xong công việc là giờ ăn tối theo sau là truyền hình, đâu còn bao nhiêu thì giờ đủ để dành cho bốn phận thương yêu và triu mến dành cho đứa trẻ.

Với lời kêu gọi giải phóng phụ nữ, nhiều bà nghĩ rằng giải pháp là để tranh

đưa với phái nam ngoài gia đình. Những các bà này phải coi cẩn thận mình có nên mang thai hay không. Đó là trách nhiệm của bà mẹ đem đời sống đến thế gian và sau này lại "bỏ" đời sống này. Bạn phải chịu trách nhiệm cho cái gì bạn đã tạo ra.

Đứa trẻ có quyền được thỏa mãn về vật chất, nhưng quan trọng hơn nữa là tinh thần và tâm lý. Cung cấp đầy đủ về vật chất đứng sau việc cung cấp tình thương và săn sóc của cha mẹ. Chúng ta biết có rất nhiều gia đình nghèo, lợi tức rất đậm bạc nhưng đã nuôi nấng dạy dỗ con cái thành công bằng chan chứa tình thương. Ngược lại, có những gia đình rất giàu có, cung cấp cho con cái vật chất đầy đủ tiện nghi, nhưng thiếu tình thương nơi cha mẹ, những đứa trẻ đó lớn lên thiệt thòi về tâm lý và tinh thần.

Một số các phụ nữ có thể cảm thấy lời khuyên phụ nữ tập trung vào việc nuôi dưỡng gia đình là điều hèn hạ giảm giá trị phản ánh lối suy nghĩ cổ và bảo thủ. Đúng, thời xưa phụ nữ đã bị đối xử rất tồi tệ, đó là do ngu si phần người nam hơn là nhược điểm cố hữu của người đàn bà. Tiếng Phạn chỉ người nội trợ "Gruhini" theo đúng nghĩa đen là "lãnh đạo trong nhà" (nội tướng). Chắc chắn tiếng này không ngụ ý là đàn bà bị thấp kém hơn. Đúng hơn nó có nghĩa sự phân chia trách nhiệm cho phái nam và phái nữ.

Trong một vài xứ, đa số người chồng đưa tiền lương kiếm được cho người vợ để lo việc nội trợ. Làm như vậy, người chồng được rảnh rang tập trung vào việc nào khác mà người chồng có thể làm tốt đẹp hơn. Khi người hôn phối hiểu rõ trách nhiệm của mình, không xảy ra xung đột giữa hai vợ chồng. Không khí gia đình hạnh phúc và an lạc, và các con cái lớn lên thành công.

Lẽ đương nhiên, người chồng phải nhìn thấy người bạn đường của mình lo lắng chu đáo, tham khảo mọi quyết định của gia đình, tự do để mở mang nhân cách và cũng có thì giờ rảnh rỗi để theo đuổi việc riêng tư của mình.

Trong ý thức ấy, chồng và vợ chịu trách nhiệm đồng đều về hạnh phúc của gia đình. Chồng và vợ không thi đua với nhau.

Một bà mẹ nên xem xét cẩn thận nên hay không nên tiếp tục đi làm với tất cả nhiều chông gai cạm bẫy hay ở nhà làm người nội trợ đem tình thương và chăm sóc nuôi dưỡng con cái đang lớn lên. Rất lạ, những bà mẹ hiện đại, đặc biệt tại một vài nước với chế độ quân phiệt, thiếu nhân lực, đã được huấn luyện để cầm súng và các vũ khí giết người khác lẽ ra các bà phải nâng niu trong tay con cái và huấn luyện chúng trở nên tốt hay người công dân biết tôn trọng luật pháp.

Thái độ hiện đại của các bà mẹ đi làm việc đối với con cái khuynh hướng làm hao mòn thời gian hiếu thảo mà những đứa con ước vọng gìn giữ. Thay thế sữa mẹ bằng sữa chai cũng là một nguyên nhân khác. Cho đến nay, khi các bà mẹ cho con bú bằng sữa của mình, nâng niu đứa con trong tay, tình thương yêu đậm đà giữa người mẹ và đứa con trở nên càng nảy nở mạnh mẽ .

Cho con bú bằng sữa của mình, qua tình mẫu tử thiên nhiên, kinh nghiệm cho thấy một thỏa mãn to lớn nơi người mẹ thấy mình cung cấp cho con như tạo hóa đã dành, cái gì chính của mình không ai ngoài có thể cho được. Ảnh hưởng của người mẹ với đứa trẻ ngày càng lớn và càng ngày càng trở nên rõ rệt. Trong những trường hợp như vậy, tình hiếu thảo, gia đình keo sơn và thuận thảo luôn luôn hiện hữu.

Những nét truyền thống trên là điều tốt và hạnh phúc cho con cái. Tùy nơi cha mẹ, đặc biệt người mẹ cung cấp tình thương, chăm sóc và triu mến là quyền được hưởng chính đáng của con cái. Người mẹ trách nhiệm về đứa con ngoan hay ương ngạnh. Người mẹ có thể, do vậy, làm giảm thiểu niên phạm pháp! Nghĩ sâu xa nữa, các bạn có thể nhìn thấy sự việc như thế nào không phải như các bạn nghĩ. Rồi các bạn hiểu bạn chịu trách nhiệm mọi

thứ.

"Những kẻ có một cuộc sống chống lại thiên nhiên, phải đối đầu với hậu quả cả về vật chất lẫn tinh thần".

LÀM SAO ĐỂ GIẢM BỚT SỰ ĐAU ĐỚN TINH THẦN CỦA BẠN?

Bất cứ lúc nào một số khó khăn và các vấn đề đến với bạn, hãy quyết định LÀM giảm thiểu sự đau đớn tinh thần của bạn. Trước tiên, bạn hãy cố gắng hiểu biết bản chất thế gian mà bạn đang sống. Bạn không thể kỳ vọng thế gian này bao giờ cũng toàn hảo và trôi chảy. Tình trạng của thế gian này có thể không bao giờ thuận lợi cho bạn. Không có một thế giới nào hay một đời sống nào mà không có khó khăn. Sức mạnh thiên nhiên giống như ánh sáng mặt trời, mưa, gió, ánh trăng, thuận lợi và hữu ích cho nhiều người, nhưng cũng có khi có thể làm hại nhiều người khác. Nói tóm lại không có gì hoàn toàn xấu hay hoàn toàn tốt trên thế gian này vì lẽ rất nhiều sự việc được hoan nghênh bởi nhóm này thì lại bị ghét bỏ bởi nhóm kia. Cho nên chúng ta định nghĩa tốt hay xấu theo nhu cầu của chúng ta. Các sự việc ch?ng tốt và cũng chẳng xấu theo bản chất. Theo Phật Giáo, thế giới hiện hữu trên mâu thuẫn mà trong đó bạn là một thành phần.

Nếu lòng tham dục vị kỷ của bạn lớn mạnh cho hiện sinh và giác quan, bạn sẽ phải trả một giá đắt - cái đau đớn tinh thần để sống với quan điểm nhiễu loạn của thế gian. Ước vọng, khao khát được bất diệt và bám vào cảm nghĩ như cái "Ngã" hay "Tôi" khó nắm được, lúc nào cũng bao trùm đầu óc và giác quan. Những ham muốn không toại nguyện tạo ra hàng loạt cãi nhau, xích mích, thất bại trong truyền đạt, sợ hãi, lo lắng, cô quạnh, và băn khoăn. Điều nào cũng phải trả giá.

Nếu bạn thích đoạn trừ cái đau đớn tinh thần, bạn phải làm dịu bớt lòng tham dục vị kỷ. Dòng đời có chỗ tiếp giáp nhau. Hoặc bạn theo con đường chính đáng để mở mang tinh thần, để làm cho đời sống trần thế không căng

thẳng, hay bạn tiếp tục miệt mài trong những thú vui nhục dục với những đương đầu kèm theo.

Một cách làm giảm bớt cái đau đớn tinh thần bất thường phát xuất là hiểu được mức độ đau đớn và khó khăn của bạn so sánh với kinh nghiệm của những người khác. Khi bạn không hạnh phúc, bạn thường cảm thấy thế gian chống lại bạn. Bạn nghĩ rằng mọi thứ chung quanh bạn sắp sửa đi đến tàn lụi. Bạn cảm thấy cuối đường gần kề. Tuy nhiên, nếu bạn có một sự lưu ý tinh thần về những điều chung quanh bạn và nhắm đến những phước lành của bạn, rất ngạc nhiên bạn thấy bạn thực ra thắng lợi nhiều hơn những người khác.

Chắc bạn cũng đã có nghe câu nói sau: "*Tôi phàn nàn tôi không có giấy cho đến khi tôi gặp người không có chân*". Tóm lại bạn đã phóng đại quá đáng các khó khăn và các vấn đề của bạn. Thực ra những người khác còn gặp điều xấu hơn xong họ không lo lắng quá đáng. Những vấn đề còn đây. Bạn phải cố gắng giải quyết thay vì lo lắng tạo đau khổ tinh thần nơi bạn. Người Trung Hoa có câu nói sau để giải quyết các khó khăn:

"Nếu bạn gặp một khó khăn lớn, cố gắng làm nó thành nhỏ đi. Nếu bạn gặp một khó khăn nhỏ, cố gắng làm nó thành không có khó khăn".

Một cách khác để giảm bớt những khó khăn của bạn là tổng kết tất cả gì bạn đã làm từ trước đến nay trong những hoàn cảnh tương tự hay hoàn cảnh xấu hơn, và làm thế nào bằng nhẫn nại của chính bạn, bằng sáng kiến và cố gắng, có thể giúp bạn vượt qua những khó khăn ấy mà những khó khăn này hình như không thể vượt qua được. Làm như vậy, bạn không để các khó khăn hiện tại "dìm chết bạn". Trái lại, nhìn đời trong một viễn cảnh mới, bạn có thể giải quyết bất cứ khó khăn nào mà bây giờ bạn phải đối đầu.

Bạn nên nhớ rằng bạn đã từng trải nhiều trường hợp tệ hơn nữa trước đây, và bạn sửa soạn để kiên quyết đối đầu dù các khó khăn đến thế nào đi nữa. Với

trạng thái tinh thần như vậy, bạn sẽ không lâu lấy lại lòng tự tin, và ở trong một vị thế tốt hơn để giải quyết bất cứ khó khăn nào còn nơi bạn.

Nếu bạn phải đương đầu với vấn đề, chắc chắn phải có phương thuốc để vượt qua. Nên tại sao phải lo lắng chứ? mặt khác, dù là không có giải pháp nào cho vấn đề của bạn, tại sao lo lắng nữa chứ vì lo âu của bạn không đóng góp được gì cho việc giải quyết.

TẤT CẢ KHÔNG TỐT ĐỒNG ĐỀU

Đôi khi, có những lời phàn nàn của những người không bao giờ gây hay làm khó khăn gì cho người khác nhưng họ trở thành những nạn nhân vô tội của những quỷ kế và âm mưu của kẻ khác. Họ cảm thấy hoảng sợ mặc dù họ đã sống cuộc đời lương thiện. Họ cảm thấy họ bị làm hại mà lỗi không phải nơi họ. Trong những trường hợp này, các nạn nhân vô tội phải hiểu rằng thế gian này gồm có nhiều hạng người - người tốt, người không tốt lắm, người xấu, người không xấu lắm, với tất cả tính nét bất thường mà làm thành thế giới của chúng ta. Nạn nhân vô tội có thể tự an ủi mình là thuộc thành phần hạng tốt còn kẻ nhiều loạn hòa bình thuộc hạng xấu và vào một số dịp nào đó, người đó vẫn hãy còn phải nhẫn nại chịu đựng những việc làm có hại của kẻ thuộc thành phần xấu.

Chúng ta hãy lấy thí dụ trường hợp của một người "lái xe giỏi và cẩn thận" và một người "lái xe dở và ẩu". Người lái xe giỏi và cẩn thận rất thận trọng khi lái thế mà lại bị tai nạn do không phải lỗi của mình - lỗi là do người lái dở và ẩu.

Cho nên chúng ta có thể thấy người tốt chịu đau khổ mặc dù lòng tốt của họ, vì có những người xấu và không thận trọng chung quanh chúng ta. Thế gian chẳng tốt mà cũng chẳng xấu. Thế gian sản xuất các tội phạm mà cũng sản xuất các bậc thánh, người ngu xuẩn và những người giác ngộ. Cũng từ một loại đất sét mà ra, cái thì đẹp cái thì xấu, cái hữu dụng cái vô dụng được làm

ra. Phẩm chất của loại đồ gốm tốt do người thợ làm đồ gốm, mà không phải do đất sét. Tóm lại người thợ đồ gốm chính là bạn đó. Rèn đức hạnh phúc hay bất hạnh của bạn do chính bàn tay bạn.

BẠN SẼ ĐƯỢC NHỮNG GÌ BẠN TÌM KIẾM

Nếu bạn cố gắng vượt qua những khó khăn bằng cách áp dụng những lời khuyên trong tập sách này, chắc chắn bạn sẽ tìm được bình an, hạnh phúc và hòa hợp, vốn là những gì bạn đang mong tìm. Hãy tuân theo các nguyên tắc - vốn đã được thử nghiệm và minh chứng - như đã trình bày trong tập sách tạo thành một sự che chở cho bạn.

Hết

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Nhẹ gánh lo âu

Dịch giả : Phạm Kim Khánh

Bạn có lo âu không? Bạn có cảm thấy khốn khổ không? Nếu có, hãy chăm chú đọc quyển sách nhỏ này. Những dòng chữ sau đây đã được viết ra cho bạn và cho những ai còn mãi lo âu về những điều không đáng lo - lo suốt đời, lo đến chết!

Lo âu và khốn khổ là cặp tệ hại luôn luôn đi song với nhau như hai con bài trùng. Cả hai tệ hại này cùng sống và cùng chết với nhau, trên thế gian này. Nếu bạn lo âu, ắt bạn cảm thấy khốn khổ. Nếu bạn cảm thấy khốn khổ, ắt bạn lo âu. Chúng ta phải đối phó với những sự kiện của đời sống, phải đương đầu với những diễn tiến khác nhau của kiếp nơn sinh. Mặc dầu không thể lẫn tránh chúng, ta không nên để cho cặp tệ hại lo âu và khốn khổ tràn ngập và khắc phục ta. Trái lại, phải khắc phục chúng, và ta có đủ khả năng để làm việc này. Điều cần thiết là phải hướng dẫn thích đáng mọi cố gắng, mọi quyết tâm và kiên nhẫn của chúng ta. Nếu hiểu biết sự vật một cách chơn chánh, và thận trọng áp dụng trí não thông minh mẫn và sáng suốt của chúng ta vào mọi việc làm ắt chúng ta có thể chế ngự được những cảm xúc và thoát ra khỏi mọi lo âu và khốn khổ.

Những mối lo âu của ta là con đẻ của chính ta. Chính tự ta tạo nó trong tâm,

vì không đủ khả năng, hay vì thất bại, không hiểu được và không ước lượng được trọn vẹn những cảm xúc ít nhiều vị kỷ của ta và vì ta lượng định quá đáng hay sai lạc phẩm giá của sự vật. Nếu chúng ta có thể nhìn sự vật đúng trong bối cảnh của sự vật, và thấy rằng không có gì là trường tồn vĩnh cửu, không có gì tồn tại vững bền trong thế gian này và tự ngã của chúng ta chỉ là trí tưởng tượng hoang đại, chạy loạn trong cái tâm không kèm chế, như một tuần mã bất kham, ta sẽ còn đi một đoạn đường dài, dài dằng, để tìm ra phương thức khả dĩ tận diệt chứng bệnh lo âu và khốn khổ. Chúng ta phải tự trau dồi tâm trí, tự quên mình, để dẫn thân vào những công tác phục vụ nhơn loại và để trở nên người hữu ích cho nhơn quần xã hội. Đó là một trong những đường lối mà, noi theo đó chúng ta có thể tìm đến an tịnh và hạnh phúc thật sự.

Nhiều người có những ham muốn và những khát vọng, những lo âu và sợ sệt mà chính họ cũng cảm thấy hổ thẹn, không dám nhận, dầu là âm thầm tự nhận trong lòng. Họ không biết làm thế nào để cho những cảm xúc ấy trở nên cao thượng hơn. Tuy nhiên, những xúc động ấy có một năng lực. Dầu họ làm cách nào để đè nén, dồn ép và che đậy, nó cũng tìm lối thoát và khi thoát ra, làm xáo trộn guồng máy cơ thể vật chất này và gây nên những chứng bệnh kinh niên. Ta có thể sửa đổi những điều ấy bằng các phương pháp tham thiền thích ứng, tức chế ngự cái tâm, bởi vì một tâm hồn buông lung là nguyên nhân chánh tạo nên những lo âu tương trợ.

Bất luận lúc nào mà bạn lo âu trong lòng, chớ nên phô trương gương mặt phiền muộn của bạn trước tất cả mọi người. Chỉ nên tâm sự với những ai thật sự có thể giúp bạn. Trong lúc khó khăn mà bạn phải trải qua trên đường đời, nếu bạn có thể luôn luôn giữ được nụ cười trầm tĩnh thì quả thật là tốt đẹp. Điều này không phải là quá khó nếu ta thật sự cố gắng. Nhiều thanh niên quá dỗi lo âu phiền muộn khi mất tình thương của người bạn gái. Trong

những hoàn cảnh bất mãn và thất vọng tương tự vài người nghĩ đến quyền sinh tánh mạng, có người phải loạn trí, phần lớn tự thấy khốn khổ vô cùng. Tất cả những bất hạnh ấy đều do nơi sự kém hiểu biết về bản chất thật sự của đời sống. Dầu sao đi nữa, chúng ta không thể tránh những cảnh chia ly xa biệt. Ta có thể phân lìa nhau từ buổi đầu, có thể ở đoạn giữa, hoặc nữa, vào lúc cuối cùng của cuộc đời, nhưng chắc chắn không thể tránh. Khi những sự kiện như vậy xảy ra, ta phải cố gắng tìm hiểu nguyên nhân tại sao. Nếu cảnh biệt ly ấy vượt ra ngoài khả năng kiểm soát của ta, hãy có đủ can đảm chịu đựng và hãy nhận định rằng đó là bản chất của đời sống.

"Bất luận nơi nào mà sợ hãi phát sanh, nó chỉ phát sanh ở hạng điên cuồng, không phát sanh đến người trí", Đức Phật dạy như vậy.

Sợ hãi chỉ là một trạng thái tâm. Trạng thái tâm của ta phải được kiểm soát và hướng dẫn. Dùng nó một cách tiêu cực ắt có sợ sệt. Được dùng một cách tích cực, nó sẽ đem lại hi vọng và cho ta những lý tưởng trong đời sống. Và dùng nó như thế nào là hoàn toàn do ta quyết định. Mỗi người đều có khả năng kiểm soát tâm. Chỉ có một việc mà con người có thể kiểm soát được một cách tuyệt đối, đó là tư tưởng của mình. Sự kiện này - cùng với sự kiện xác thực khác là tất cả những gì mà con người tạo nên đều phải bắt đầu trong tư tưởng - đưa ta xích lại gần nguyên tắc theo đó ta có thể khắc phục tính sợ sệt.

Khi được một sinh viên hỏi về phương pháp hữu hiệu nhưc để chế ngự cái tâm, một nhà cơ thể học trứ danh người Anh trả lời: "Hãy cố gắng làm điều gì cho một người nào".

Chàng sinh viên lấy làm ngạc nhiên với câu giải đáp có vẻ bí ẩn ấy và xin giáo sư rọi sáng thêm vấn đề.

"Bạn không thể có hai loại tư tưởng trái ngược nhau cùng một lúc", vị giáo

sự giải thích, "những tư tưởng này sẽ xua đuổi các tư tưởng kia. Thí dụ như nếu tâm của bạn hoàn toàn chăm chú vào việc giúp đỡ người khác mà không mảy may vụ lợi thì cùng lúc ấy bạn không thể sợ sệt".

"Sự lo âu làm cạn giòng máu trong cơ thể, sớm hơn là tuổi già". Càng ít sợ hãi, ít lo âu và phiền muộn, sức khỏe và tuổi thọ càng được bảo tồn tốt đẹp. Mỗi mỗi sợ sệt và không ngừng lo âu là kẻ thù tệ hại nhất cho cơ thể con người. Nó làm xáo trộn hoạt động bình thường của cơ thể.

Nếu bạn biết làm vui lòng người khác, bạn sẽ có một gương mặt luôn luôn tươi tỉnh. Đó là vì bạn không để cho những lo âu phát sanh trong lòng.

Tiếng gọi của thiên nhiên

Để thành đạt các lợi ích vật chất, con người hiện đại không lắng tai nghe tiếng gọi của thiên nhiên. Hoạt động tinh thần của con người hiện đại chỉ chú mớ tưởng hạnh phúc tương lai mà lãng quên nhu cầu thiết yếu của cơ thể vật chất, và hoàn toàn không nghĩ đến giá trị thực tiễn của khoảnh khắc hiện tại. Tác phong phản thiên nhiên của nhân loại ngày nay là hậu quả tức khắc của những quan niệm sai lạc về trật tự thế gian, về kiếp nhân sinh, và về mục tiêu tối hậu của đời sống. Đó là nguyên nhân của tất cả mọi bất mãn, mọi lo âu, sợ sệt, và mọi hoàn cảnh bất ổn của thời hiện đại. Người thật sự mong muốn hoà bình phải giữ mình, không để làm xáo trộn tự do của kẻ khác. Tìm hạnh phúc cho mình bằng cách làm xáo trộn người khác quả thật là phương pháp sai lạc!

"Bạn có thể làm cho vài người mỗi mỗi thất vọng, và làm cho tất cả mọi người thất vọng vài hôm, nhưng bạn không thể làm cho tất cả mọi người mỗi mỗi thất vọng". (Abraham Lincoln)

Nếu con người hung bạo và tội lỗi mỗi mỗi sống ngược lại với định luật thiên nhiên, định luật vũ trụ, con người sẽ làm ô nhiễm toàn thể bầu không khí bằng những hành động, lời nói và tư tưởng của mình. Hậu quả dĩ nhiên

của hành động và tư tưởng sai lạc tương tự là thiên nhiên không thể tạo nên những gì mà con người cần phải có để sống, trong lúc ấy con người có thể phải đương đầu với những truyền nhiễm và những loại thiên tai vô cùng nguy hại.

Ngược lại, nếu con người có một nếp sống thích ứng với định luật thiên nhiên và trật tự vũ trụ, nếu con người có một lối sống chơn chánh, thanh lọc bầu không khí bằng những công đức, bằng phẩm hạnh thanh cao và rải tâm từ của mình bủa rộng, bao trùm tất cả chúng sanh, ắt con người sẽ thay đổi bầu khí quyển để đem lại hậu quả tốt đẹp cho hạnh phúc hơn loại.

Bạn có thể là một người tân tiến rất bận rộn. Nhưng chớ quên bỏ ra vài phút trong ngày để đọc những trang sách có giá trị. Thói quen này sẽ giải khuây, giúp bạn quên đi những mối lo âu, và cùng lúc, giúp bạn trau dồi tâm trí.

Trong khi ấy, cũng nên nhớ rằng bạn có một tôn giáo. Tôn giáo phục vụ bạn, đem lợi ích đến bạn. Như vậy, chính bổn phận của bạn là suy tư về tôn giáo của mình và dành vài phút trong ngày để thực hành những công việc có tánh cách tôn giáo, hợp theo lẽ đạo.

Sức khoẻ tâm linh và những khuynh hướng tội lỗi

Về phương diện sức khoẻ, không phải lao phổi hay ung thư là những chứng bệnh tai hại nhất của thời đại chúng ta. Hiện nay, bệnh lao phổi hình như đã được kiểm soát và cũng có nhiều hi vọng rằng trong một tương lai không xa người ta sẽ tìm ra phương thức trị liệu cho bệnh ung thư. Trong thực tế, mối nguy cơ quan trọng nhất ngày nay là sự tăng trưởng mau chóng của những chứng bệnh thuộc về thần kinh và trí não. Ngoài ra còn nhiều người, tuy thường không được xem là bệnh nhưng rất cần, và hơn ai hết, phải được chữa trị.

Người ta có thể hỏi tại sao những phần tử tội lỗi trong xã hội lại được nêu lên đây cùng một lúc với các bệnh thần kinh. Một trong những hậu quả tích

cực và sâu xa nhất, dồn ép trực tiếp trong công trình khảo cứu của Freud là sự nhìn nhận rằng những người gây tội ác và phạm pháp là những người bệnh về tinh thần, cần phải được chữa trị hơn là hành phạt. Chính cái nhìn phóng khoáng vào vấn đề như thế ấy phải đặt nền tảng cho tất cả mọi cải cách xã hội "cấp tiến", và mở đường dẫn lối đến phương pháp cải thiện, làm cho xấu trở nên tốt, hơn là trả thù.

Hãy biết người láng giềng của bạn

Chúng ta không bao giờ thấy những người khác sống như thế nào. Chúng ta cũng có thể không biết gì về đời sống của những người không cùng một giai cấp xã hội với chúng ta, hoặc kém hơn, hoặc giàu có sang trọng hơn ta. Nếu ta khoẻ mạnh, ta không thể biết được bệnh hoạn là như thế nào, và nếu là người ương yếu tật nguyên, ta sẽ không hiểu được năng lực của người dồi dào sức khoẻ ra sao.

Vì thiếu kinh nghiệm nên ta quá khắt khe, kém khoan hồng. Đức quảng đại khoan dung chỉ phát sanh do sự hiểu biết. Và nếu không có kinh nghiệm, ắt chúng ta không thể hiểu biết. Do đó, nên có nhiều kinh nghiệm, kinh nghiệm về mọi phương diện của đời sống, nhất là nên đi lại đó đây để mở rộng tầm mắt, nhưng không nên luôn luôn dùng những phương tiện dồi dào tiện nghi nhất.

Hạnh phúc con người

Đức Phật dạy rằng tất cả bất hạnh của con người đều phát sanh từ sự ham muốn làm lạc, muốn những thú vui mà tiền của mua được, muốn nhiều quyền thế hơn kẻ khác, và quan trọng hơn tất cả, muốn tiếp tục mãi mãi sống sau khi chết. Chính vì ham muốn những điều này mà con người trở nên vị kỷ, bởi nó làm cho con người chỉ nghĩ đến riêng mình, chỉ muốn cho riêng mình, và không để ý lo nghĩ đến những gì có thể xảy đến người khác. Và, bởi vì không thể thành đạt tất cả những gì mình mong muốn, con người luôn

luôn lo âu và bất toại nguyện. Phương pháp duy nhất để tránh tình trạng bất ổn này là phải thoát ra khỏi nguyên nhân sanh ra nó, tức vượt qua khỏi mọi ham muốn. Điều này rất khó làm. Nhưng, ai đã thành tựu viên mãn sẽ đạt đến trạng thái toàn hảo và an tịnh.

Không phải chúng ta thỏa thích thọ hưởng những thú vui mà chính thú vui chế ngự, khắc phục chúng ta, bắt chúng ta làm nô lệ cho nó. Để mưu tìm thú vui, chúng ta không ngừng lo âu và luôn luôn tiêu hao năng lực. Trong thế gian luôn luôn biến đổi này chúng ta thống khổ nhiều hơn là thỏa thích thọ hưởng khi chạy theo, rượt bắt các thú vui.

Thời gian sẽ hàn gắn các vết thương

Phiền não trôi qua. Điều gì làm cho bạn đau xót rơi lụy hôm nay sẽ sớm lùi vào dĩ vãng và biến tan trong quên lãng. Bạn có thể sẽ còn nhớ rằng bạn đã có khóc, nhưng chắc bạn sẽ không còn nhớ mãi điều gì đã làm bạn khóc.

Chúng ta đang trưởng thành, và chúng ta đang trải qua một kiếp sống. Nếu tại sao thao thức suốt đêm trường để than khóc một biến cố bất hạnh xảy đến ngày hôm trước, hay tại sao ôm ấp một mối hận thù đối với người nào và tại sao tiếp tục để cho những tư tưởng tương tự tự do gây xáo trộn trong tâm.

Chúng ta có thể bị cơn giận dữ lôi cuốn đi xa và về sau lấy làm kinh ngạc thấy rằng chính ta là người nổi giận. Đã ngạc nhiên, ắt chúng ta có thể nhận thức rằng chúng ta đã phung phí biết bao thì giờ và năng lực, rằng chúng ta đã tự tạo cho mình bao nhiêu bất hạnh, trong lúc mà ta có thể chặn đứng nó và bắt đầu nghĩ đến việc khác.

Dầu phiền não như thế nào, dầu lo âu sầu muộn ra sao, thời gian sẽ gắn liền những vết thương. Nhưng, trong hiện tại, chắc chắn phải có một điều nào mà ta có thể làm được cấp thời để khỏi bị tổn thương. Tại sao chúng ta lại để cho người khác và phiền não làm giảm suy năng lực và làm cho ta bất hạnh? Câu giải đáp là, lẽ dĩ nhiên, không phải người khác và phiền não mà chính ta

đã làm cho ta bất hạnh.

Bạn có thể gặp một vài bức dọc trong sở hay ở một nơi nào khác mà bạn làm việc, không nên mang theo, hay kéo dài những bức dọc ấy về đến nhà và như vậy tạo không khí nặng nề trong gia đình.

Bạn phải nhận thức rằng có một phương thuốc trị liệu hay một phương cách để chấm dứt những vấn đề phiền phức ấy. Đó là phải thoát ra khỏi những ham muốn ích kỷ và vô trật tự của chúng ta và tận diệt mọi hình thức hỗn loạn và vô minh.

Mỗi khi ta không tìm ra giải pháp cho một vấn đề, thường ta có khuynh hướng tìm nơi để đổ lỗi, một người nào mà ta có thể trút hết gánh nặng tội lỗi. Chúng ta không sẵn sàng chấp nhận những thiếu kém của mình. Chúng ta cảm thấy rằng đổ lỗi cho người khác và nuôi dưỡng mối căm thù là dễ dàng hơn. Trong thực tế vài người trong chúng ta đã làm như vậy. Đó là thái độ hoàn toàn sai lạc. Không nên phiền hà hay giận dữ ai khác. Chúng ta phải hết sức cố gắng, tận dụng khả năng, và trầm tĩnh giải quyết những vấn đề của chúng ta, phải sẵn sàng đối phó với bất luận khó khăn nào mà ta gặp phải trên đường đời.

Hạnh phúc và chủ thuyết vật chất

Nhiều người lầm tưởng rằng họ có thể giải quyết tất cả mọi vấn đề nếu có tiền, nhưng họ không nhận thức rằng chính tiền của và sự nghiệp cũng mang theo những vấn đề của nó. Riêng "tiền của" không thể giải quyết tất cả mọi khó khăn.

Nhiều người không bao giờ biết như vậy, và xuyên qua suốt kiếp sống họ tận dụng mọi năng lực để cố gắng tích tụ "điều này" và "vật nọ". Đến khi đã đạt được rồi họ cảm thấy rằng bao nhiêu đó cũng chưa làm họ thỏa mãn, mà còn phải tích tụ thêm nữa những "điều này" và những "vật nọ" khác. Trong thực tế, càng được nhiều họ càng muốn có thêm và như thế không bao giờ

họ an vui hay biết là đủ.

Khi ta đánh mất một vật gì, lời khuyên sau đây sẽ đem đến ta một niềm an ủi lạ thường:

"Đừng nói rằng cái này là của anh, và cái kia của tôi,

Chỉ nói cái này đến với anh, cái kia với tôi.

Như vậy chúng ta có thể không luyến tiếc cái ánh sáng đang phai mờ.

Của tất cả những vật rực rỡ vinh quang mà nay không còn nữa".

Tài sản không phải là cái gì để ta giấu cất một nơi rồi khát khao tìm thêm nữa. Nó phải là cái gì để ta sử dụng hầu đem lại an lành, cho ta và cho kẻ khác. Nếu bạn trải qua suốt thời gian của mình để bám bấu vào tài sản sự nghiệp mà không nghĩ đến bổn phận đối với quốc gia, với đồng bào và tôn giáo của bạn, có thể một ngày kia, khi đến lúc, bạn sẽ phải ra đi với tâm hồn đầy lo âu sợ sệt và bỏ lại tất cả trên thế gian này. Bạn sẽ không thể thọ hưởng tài sản mà bạn đã khó nhọc dành dụm.

Hi vọng có được tiền của và lợi lộc bằng cách cờ bạc cũng giống như đứng ngoài trời và mong có những đám mây che nắng. Trong khi ấy, mưu tìm tiến bộ và thịnh vượng bằng cách chuyên cần làm việc thì giống như xây cất nhà cửa kiên cố để đỡ nắng che mưa.

"Tài sản sự nghiệp sẽ ở lại sau khi bạn ra đi. Thân bằng và quyến thuộc sẽ đưa bạn đến phần mộ. Nhưng, chỉ có những hành động tốt và xấu của bạn trong kiếp sống sẽ theo bạn qua bên kia nấm mồ".

Nhiều việc mà ta ước vọng bao nhiêu sẽ đem lại hạnh phúc, đã làm cho ta thất vọng khi đạt được nó, như ba điều ước trong truyện cổ Ấn Độ. "Có nhiều tiền của!", nghe chừng như là một cái gì tuyệt diệu! Còn gì tốt đẹp hơn?

Nhưng khi đã đạt được rồi, có thể ta cảm thấy rằng chính nó đem lại cho ta những lo âu mới, như việc phải sử dụng nó bằng cách nào, làm sao để gìn giữ nó, hoặc nữa, có thể nó dẫn dắt ta đến những hành động điên rồ. Người

giàu tiền của bắt đầu thắc mắc tìm hiểu, xem bạn bè của mình có đánh giá mình bằng chính giá trị riêng của mình hay chỉ bằng tiền của mình đang có. Đây cũng là một hình thức phiền muộn thuộc về tinh thần. Và luôn luôn có tình trạng nom nớp sợ mất cái gì đã có. Cái "có" này có thể là tiền của hay một người thân. Như vậy, khi ta thành thật nhìn rõ vào bên trong cái mà ta gọi là "hạnh phúc" chúng ta thấy rằng đó chỉ là một ảo ảnh lũng lờ phát hiện trong tâm mà không bao giờ chúng ta nắm lấy được, không bao giờ trọn vẹn, không bao giờ đầy đủ, hoạt ít lắm nó cũng mang theo tánh chất sợ sệt, sợ mất đi.

Tiền của chỉ trang trí cho cái nhà của bạn, không thể trang trí cho chính bạn. Chỉ có những phẩm hạnh cao thượng của bạn mới có thể làm cho bạn trở nên đẹp. Y phục chỉ làm đẹp xác thân của bạn chứ không làm đẹp bạn. Chỉ có tác phong trong sạch và thanh cao của bạn trang trí bạn.

Phương pháp áp dụng để tạo hạnh phúc phải là một phương pháp vô hại, không đụng chạm đến quyền lợi của bất cứ ai. Thọ hưởng hạnh phúc bằng cách gây đau thương cho một người hay một chúng sanh khác thì không có nghĩa lý gì. Đức Phật dạy:

"Hạnh phúc thay! Những ai nuôi mạng sống của mình mà không gây tổn hại đến ai".

"Hạnh phúc là một loại nước hoa mà ta không thể rót lên trên mình người khác, và cùng lúc, khỏi đánh rơi một vài giọt trên mình ta".

Có lẽ bạn không thể thay đổi thể gian để cho nó thích ứng với ý muốn của bạn, nhưng bạn có thể biến cải tâm trí của chính bạn để mưu tìm hạnh phúc. Chỉ khi nào phải chịu thống khổ khi làm điều thiện, bạn mới có thể thành tựu hạnh phúc cao thượng hơn người.

"Nếu ta muốn mưu tìm hạnh phúc, chớ nghĩ đến lòng biết ơn hay bạc bẽo, và

chỉ cho ra vì niềm vui được cho ra, thầm kín bên trong. Sự biết ơn như cánh hoa hồng. Hoa hồng thì phải được vun bón, tưới nước, săn sóc, tung tiu và gìn giữ". -- (Dale Carnegie)

Hãy kiểm soát tâm

Cái tâm của con người ảnh hưởng sâu xa đến cơ thể. Nếu để tâm diễn tiến theo chiều hướng xấu xa và kết nạp những tư tưởng ô nhiễm nó có thể gây nhiều tai hại, có thể giết chết một chúng sanh. Ngược lại, tâm cũng có thể chữa khỏi một chứng bệnh của xác thân. Khi tâm chăm chú vào những tư tưởng chơn chánh, với sự cố gắng chơn chánh và hiểu biết sáng suốt, hậu quả của nó thật vô cùng lớn lao. Một cái tâm linh khiết và những tư tưởng trong sạch thật sự dẫn đến một kiếp sống khoẻ mạnh và an lành. Đức Phật dạy:

"Không có kẻ thù nào có thể gây tai hại cho ai nhiều bằng những tư tưởng tham ái, những tư tưởng sân hận, những tư tưởng ganh tị, v.v... của chính ta".

Con người mà không biết điều chỉnh cái tâm của mình để thích ứng với hoàn cảnh thì không khác nào một xác chết nằm trong quan tài.

Hãy hướng tâm của bạn trở vào bên trong và cố gắng tìm thích thú bên trong chính bạn. Bạn sẽ tìm thấy nơi đây một nguồn thích thú vô tận luôn luôn sẵn sàng để bạn thọ hưởng.

Chỉ khi nào được kiểm soát chặt chẽ và được hướng dẫn chơn chánh theo chiều tiến bộ và trật tự, tâm mới trở thành hữu dụng cho người làm chủ nó và cho xã hội. Một cái tâm vô trật tự đem lại cho người làm chủ nó, và cho nhiều người khác, tất cả những tai hại trong thế gian. Những tai hại ấy gây nên bởi những người không biết kiểm soát tâm và không biết làm cho tâm mình được thân nhiên, quân bình, trầm tĩnh.

Trầm lặng không phải là yếu ớt. Một thái độ trầm lặng luôn luôn tiêu biểu

cho con người thuần thực. Giữ được thái độ trầm lặng khi mọi việc đều thuận lợi thì không khó lắm, nhưng vẫn bình tĩnh khi sự vật xáo trộn quanh mình thì quả thật là khó. Chính đức tính khó có thể có này là điều đáng cho ta cố gắng thành tựu, bởi vì nhờ thành tựu và kiểm soát như vậy ta tạo nên một cá tính ổn định, vững chắc. Nghĩ rằng chỉ có những người ồn ào, khoác loác và lảng xảng tới ngày là mạnh mẽ và hùng dũng thì quả thật là sai lầm.

Hãy hành động khôn ngoan

Con người phải biết sử dụng tuổi trẻ, tiền của, quyền thế, năng lực, và kiến thức của mình vào đúng lúc, đúng nơi, đúng phương cách và sáng suốt, để gặt hái lợi ích cho chính mình và cho người khác. Nếu sử dụng sai lầm những ưu thế tương tự, nó chỉ đem ta đi xuống. Con người phải đủ mạnh để hay biết khi mình yếu, phải đủ can đảm để đương đầu với sợ sệt, phải hùng dũng và bất khuất khi thất bại, phải khiêm tốn và dịu dàng lúc đắc thắng. Vài người được may mắn bỗng chốc trở nên giàu có. Nhưng trong những người này chỉ có một số ít biết bảo tồn tài sản vừa thọ được. Thế thường, khi được quá dễ, được mà không cần phải cố gắng và chuyên cần, người ta không lượng định đúng mức giá trị của vật đã thọ. Do đó người ta bắt đầu tiêu xài phung phí vào những việc không cần thiết, và không bao lâu, tiền của hao mòn. Ta phải biết làm thế nào để giữ gìn tài sản. Không nên phung phí mà phải sử dụng tiền của một cách hữu ích, cho ta và cho người khác. Muốn vậy, phải thận trọng.

Hãy tự sửa mình

Chúng ta đang sống trong một thế gian luôn luôn biến đổi. Tuy nhiên, rất ít người nhận thức điều này. Ta không nên mù quáng cố bám vào những phong tục, những tập quán, những thói quen, và những tin tưởng mà người xưa và ông bà tổ tiên chúng ta lưu truyền xuống đến chúng ta, và không nên nghĩ rằng ta phải mãi mãi làm theo như vậy. Những ý nghĩ hẹp hòi tương tự

không thể đem lại tiến bộ. Có những tập tục rất tốt đẹp mà ta kính cẩn thọ lãnh từ tay của ông bà cha mẹ, nhưng vài cổ tục khác chỉ có thể áp dụng thích nghi vào một thời nào. Ta phải thận trọng xem xét, coi nó còn hợp với xã hội hiện đại không. Đàng khác, cha mẹ và các bậc trưởng thượng ít khi tỏ ra khoan hồng đối với lối sống mới của thế hệ trẻ. Những vị này sẽ lấy làm vui mà thấy đoàn hậu tấn cùng có một nếp sống như mình. Tuy nhiên, đó không phải là thái độ thích nghi nhất. Hãy để cho đàn con trẻ di động theo nhịp của thời gian, nếu điều này không hại. Người làm cha mẹ vẫn nhớ lúc thiếu thời, chính cha mẹ của mình cũng đã khát khe thế nào đối với lối sống mới lúc bấy giờ. Cuộc xung đột giữa những người bảo thủ và lớp bạn trẻ luôn luôn có xảy ra. Lẽ dĩ nhiên, khi trẻ con bị đời sống tân tiến lôi cuốn làm lạc cha mẹ nhất định phải khuyến dụ và hướng dẫn chúng trở về con đường chơn chánh.

Đối với quan kiến và tập tục của người khác, bạn phải tỏ ra khoan hồng, mặc dầu không thích. Ở đây, khoan hồng không có nghĩa là phải làm theo những ý nghĩ và lý tưởng ấy.

Mỗi người là một phần tử của thế gian loài người, và như vậy, phải nhận lãnh phần trách nhiệm của mình về những sự việc diễn tiến trong thế gian ấy. Mỗi người phải quan tâm đến những biến đổi trong xã hội, phải làm cho xã hội càng trở nên tốt đẹp hơn và càng mang nhiều sắc thái nhơn đạo hơn. Mỗi người phải tự hỏi, mình đã làm gì để đem lại nền trật tự cho sự vật. Đây là một quan kiến có tánh cách đạo đức, bao trùm lên đời sống sắc thái trang nghiêm và đáng được sống. Sống như vậy là có một kiếp sống thật sự hạnh phúc. Chừng ấy chúng ta sẽ hân hoan bắt đầu làm một việc gì đáng được ca ngợi và có tánh cách xây dựng.

Dẫu người ta có phê bình và chế diễu hành động của bạn chưa cay thế nào, hãy có thái độ của người khôn ngoan sáng suốt và đáp trả lại bằng một nụ

cười hay một câu nói đùa. Không bao giờ nên gây gổ.

Khi chơi một trò chơi, bạn không nên tỏ ra nóng giận, vì như thế, chẳng những bạn làm cho người khác mất vui mà chính bạn cũng không thích thú, và sau cùng, bạn có thể thất bại hoàn toàn.

Bạn không thể sửa đổi từng người và tất cả mọi người trên thế gian này để tạo cảnh thanh bình lý tưởng, cũng như bạn không thể dọn dẹp tất cả đá sỏi gập ghềnh và gai góc trên đường đi. Người muốn an toàn trên con đường phải mang vào một đôi giày, và thận trọng từng bước. Cùng thế ấy, người muốn sống an tĩnh, muốn tâm hồn được thanh thản, phải biết thu thúc lục căn, tiết chế tham vọng.

Có nhiều lối khác nhau để sửa đổi một người làm đường lạc nẻo. Bằng cách chỉ trích, khiển trách và la rầy trước công chúng bạn không thể thành công sửa đổi ai hết. Không nên làm mất lòng. Nhiều người tạo thêm kẻ thù vì chỉ trích người khác. Người nọ hành động làm lạc. Nếu bạn có thể ôn tồn nhắc nhở họ với lòng thành thật muốn cải thiện, chắc chắn họ sẽ nghe theo, và một ngày nào họ sẽ cảm ơn lòng tốt và sự hướng dẫn sáng suốt của bạn.

Bất luận lúc nào mà bạn phát biểu ý kiến về riêng một vấn đề, hãy cố gắng tìm những danh từ không chạm đến tự ái của người khác. Có nhiều phương cách khác nhau để diễn đạt tư tưởng của mình một cách dịu dàng, hay lễ độ, hoặc nữa, có tánh cách "ngoại giao".

Không nên nổi giận khi người ta nêu lỗi mình ra. Có thể bạn nghĩ rằng để lộ cho người ta thấy mình nổi nóng, hay la lối rầy rà người khác là che lấp hay lướt qua những thiếu sót của mình. Thật ra, đó là một thái độ giả dối và sai lầm.

Không nên phát lộ những bí ẩn thâm kín của bạn bè, mặc dầu là của người mà ta không ưa. Nếu bạn nói ra những gì người ta tâm tình với mình, bạn sẽ bị khinh rẽ và không bao giờ được nhận là người thành thật.

Hãy vô tư

Không nên hấp tấp có ý kiến nhất định về một vấn đề trong khi đang bức bối, hay khi bị khiêu khích, hoặc nữa, khi hỉ hả vui mừng, bởi vì trong những lúc ấy tâm trạng của bạn bị nhiều cảm xúc, và một quyết định đạt đến trong hoàn cảnh tương tự có thể sẽ làm cho bạn hối tiếc một ngày nào. Hãy để cho tâm bình tĩnh trở lại, và hãy suy gẫm. Như vậy, quyết định của bạn sẽ được vô tư.

Hãy trau dồi đức khoan hồng. Đức khoan hồng tránh cho bạn những xét đoán vội vã, giúp bạn thông cảm những phiền não của người khác, giúp bạn tránh khỏi những lời chỉ trích có tánh cách "vạch lá tìm sâu", và giúp bạn nhận thức rằng con người đâu cao siêu đến đâu, hễ còn là phàm nhơn là còn phải lầm lạc. Sự yếu kém mà bạn thấy bên trong người láng giềng rất có thể cũng được tìm thấy bên trong chính bạn.

Khiêm tốn

Đức khiêm tốn là khuôn vàng thước ngọc của bậc thiện trí để đo lường sự khác biệt giữa cái gì thật sự là vậy và cái gì còn phải thế nào nữa mới được như vậy. Chính Đức Phật đã bắt đầu con đường hoằng Pháp của Ngài bằng cách dẹp bỏ tất cả bao nhiêu kiêu hãnh của một hoàng tử giàu sang trẻ đẹp. Ngài đã thành đạt đạo quả Phật trong kiếp sống, nhưng không bao giờ mất vẻ tự nhiên. Cách lập luận và các câu chuyện ngụ ngôn của Ngài không bao giờ cầu kỳ. Có những lúc Ngài đã tỏ ra khiêm tốn hơn tất cả những người khiêm tốn. Không bao giờ Ngài mất bản chất con người.

Không nên phung phí thì giờ

Phung phí thì giờ bằng cách âu sầu hối tiếc những việc đã qua và dễ dãi, không tạo cho mình bản chất thích hợp với địa vị làm người cao quý là để cho nghiệp xấu đẩy đưa vào một nơi thích hợp với bản chất ô nhiễm. Hãy thành tâm ghi tạc điều này và hãy hành thiện trong khi đang còn sống.

Phung phí thì giờ, chẳng những bạn làm hại cho chính bạn mà còn phung phí đến kẻ khác, bởi vì thì giờ không phải của riêng bạn mà còn là của người khác.

Kiên nhẫn và khoan hồng

Hãy kiên nhẫn với tất cả. Sân hận dẫn dắt chúng ta vào một khu rừng rậm không có lối đi. Trong khi chọc giận và gây phiền phức cho người khác nó cũng làm tổn thương chính ta, làm yếu kém cơ thể và xáo trộn tinh thần. Một lời nói đã thốt ra như nước đổ xuống đất, như mũi tên được buông ra từ cánh cung, không thể còn thu hồi lại được nữa. Dầu ta có sám hối hay xin lỗi ngàn lần, lời nói bất cẩn đã gieo ảnh hưởng của nó.

Có nhiều con vật không thấy ban ngày. Có những con khác không thấy trong đêm tối. Nhưng người đã bị lòng sân hận lôi cuốn đến cao độ thì đêm cũng như ngày, không còn thấy gì.

Khi nổi sân, chúng ta chiến đấu chống ai, và chống cái gì? Ta chiến đấu chống ta vì chính ta là kẻ thù tệ hại nhất của ta. Tâm là người bạn tốt nhất mà cũng là kẻ thù nguy hiểm nhất. Ta phải cố gắng diệt trừ những ô nhiễm tham ái, sân hận, và si mê trong tâm bằng giới, định, tuệ.

Vài hình thức đau tim, vài chứng bệnh tê thấp, và vài xáo trộn ngoài da còn mang dấu vết của tính bất mãn, sân hận, và ganh tỵ?inh niên. Những cảm xúc có đặc tính phá hoại như vậy là cho tim nhiễm độc. Nó làm phát triển những chứng bệnh còn ngủ ngầm và tạo môi trường thuận lợi cho những con vi trùng sanh bệnh.

Lấy tốt trả xấu.

Nếu bạn muốn thoát ra khỏi mọi phiền lụy mà kẻ thù có thể gây nên, trước tiên hãy giết chết mối sân hận trong lòng vì chính nó là kẻ thù chánh yếu, nguy hại hơn tất cả.

Đàng khác, nếu nghe một người thù mà bạn mất bình tĩnh thì điều này có

nghĩa là bạn đang thỏa mãn những ước vọng của họ bằng cách vô tình, chung vào cái bẫy của họ.

Không nên nghĩ rằng chỉ có những người ca ngợi, giúp đỡ bạn và hợp tác chặt chẽ với bạn mới dạy bạn học một điều gì. Có rất nhiều bài học mà bạn có thể học với người thù. Chớ nên nói rằng họ hoàn toàn sai lầm, chỉ vì tình cờ họ là kẻ thù của bạn. Họ cũng có những đức tánh.

Bạn không thể dẹp bỏ kẻ thù bằng cách lấy xấu đổi xấu, vì làm vậy chỉ tạo thêm thù. Phương pháp tốt đẹp và hữu hiệu nhất để khắc phục một người thù là rải tâm Từ của ta đến họ. Có lẽ bạn nghĩ rằng điều này không thể làm được, hay vô nghĩa. Nhưng phương pháp này đã được tất cả các bậc thiện trí tán dương. Khi bạn hay biết có người phiền giận, trước hết hãy cố gắng tìm ra nguyên nhân tại sao. Nếu nguyên nhân ấy là một lỗi lầm của bạn, bạn phải nhìn nhận và không nên chần chừ, hãy chịu lỗi ngay. Nếu là một sự hiểu lầm giữa hai đảng, bạn hãy tìm đến giải thích một cách cởi mở và cố gắng làm sáng tỏ vấn đề. Nếu vì ganh tỵ hay vì một cảm xúc ô nhiễm nào khác, bạn hãy rải tâm Từ đến họ và gieo ảnh hưởng bằng những rung động của tâm lực.

Bạn có thể không hiểu tại sao, nhưng xuyên qua kinh nghiệm của nhiều người, phương pháp này đã tỏ ra hữu hiệu, có nhiều năng lực, sáng suốt, dễ thực hành nhất, và đã được Phật Giáo nhiệt liệt khuyến khích.

Lẽ dĩ nhiên, khi làm điều này, bạn phải tự tin và kiên nhẫn, bạn sẽ cho kẻ thù thấy rằng chính họ làm lỗi. Ngoài ra bạn cũng còn hưởng được nhiều lợi ích khác nhau, bằng nhiều cách khác nhau, bởi vì chính bạn không nuôi dưỡng lòng bất thân thiện trong tâm.

Tâm Từ

Nếu chỉ còn vồn vẹn một người mà bạn có thể an ủi vỗ về với những lời êm dịu, chỉ còn một người mà bạn có thể khích lệ và làm phấn khởi tinh thần với sự hiện diện của bạn, chỉ còn một người mà bạn có thể cứu giúp với

những vật sở hữu trần tục của bạn, dầu hiểm hoi và ít ỏi đến đâu, chỉ còn một người mà lòng từ thiện của bạn có thể hướng đến, bạn đã là một phần tử quý báu của nhân loại, và như vậy, bạn không bao giờ nên ưu phiền và thất vọng.

Có những lúc, người mà bạn quý mến thương yêu bao nhiêu hình như không quan tâm đến bạn, và bạn cảm nghe nặng lòng. Nhưng không có lý do chánh đáng nào để chán nản. Nếu những người khác không biết tri ơn bạn hay không tỏ ý quan tâm đến bạn thì có sao, trong khi bạn hẳn biết rằng tâm của bạn vẫn chứa đầy những tư tưởng từ ái, đối với mọi người, tại sao bạn phải buồn? Không nên tùy thuộc nên kẻ khác để tạo hạnh phúc cho mình. Những ai còn trông chờ người ta ban bố cho mình những thỏa mãn trong đời sống, những người đó còn tồi tệ hơn kẻ ăn xin quì lay, kêu gào, van lơn từng miếng cơm bát cháo.

Say Sưa

Say sưa làm mất lý trí,
Làm quên hết mọi việc,
Làm hư hoại tâm não,
Làm giảm thiểu sức lực,
Làm cho máu bùng cháy,
Gây thương tích bên trong và bên ngoài, không thể cứu chữa.
Say sưa là một quyến rũ của cơ thể,
Là một ác quỷ của tâm hồn,
Là kẻ trộm của túi tiền,
Là sự nguyên rủa của người ăn xin,
Là điều bất hạnh của vợ,
Là mối ưu phiền của con,
Là viễn ảnh của loài thú,

Và của sự tự sát.

Người uống ly rượu để chúc thọ cho kẻ khác

Cũng cướp tuổi thọ của chính mình.

Hậu quả của một nếp sống say sưa không bao giờ có thể là cái gì khác hơn sự suy đồi, vật chất lẫn tinh thần.

Sống điều hòa

Lịch sử thế giới chứng tỏ rằng phân biệt chủng tộc, chia rẽ màu da, tín ngưỡng cuồng nhiệt và say sưa tham vọng quyền thế và tiền của đã tạo nên những hoàn cảnh bất hạnh, những thống khổ, những phiền não trên thế gian và đã cướp đi bao nhiêu sanh mạng bằng những phương cách vô cùng tàn bạo. Các điều ấy không bao giờ đóng góp vào bất luận điểm nào cho hòa bình và hạnh phúc. Người khát khao tiền của và quyền thế, người bị lòng ganh tỵ đầu độc, luôn luôn tạo phiền não và thường cố gắng biện minh hành động bạo tàn của mình bằng những lời vô nghĩa, xúc phạm đến người khác. Chúng ta đang sống trong thế gian hòa hợp về phương diện vật chất mà chia rẽ về mặt tinh thần.

"Nếu bạn muốn sống hòa bình và hạnh phúc, hãy để cho người khác sống hòa bình và hạnh phúc. Bằng cách ấy bạn có thể làm cho thế gian này là cái gì xứng đáng với đời sống".

Ngoại trừ, và cho đến khi nào bạn tự sửa mình để sống thích hợp với những nguyên tắc cao thượng, bạn không thể trông chờ hòa bình và hạnh phúc. Nếu hành động đúng theo những nguyên tắc đạo đức, bạn có thể tạo thiên đàng cho chính bạn, ngay tại đây, trên thế gian này. Trái lại, bạn cũng có thể thấy lửa địa ngục ngay trên quả địa cầu, tại nơi mà bạn đang sống. Vì không biết phải sống thế nào để hòa hợp với định luật thiên nhiên, của vũ trụ, chúng ta luôn luôn than phiền khi phải đương đầu với những khó khăn. Nếu mỗi người cố gắng tự sửa mình mà không than phiền và chỉ trích người khác,

chúng ta có thể thọ hưởng hạnh phúc thiên đàng thật sự, hơn là cái thiên đàng mà có người mơ ước, tưởng chừng như ở đâu, xa xôi trên trời. Không cần phải tạo một thiên đàng ở nơi nào khác để ban thưởng đức hạnh, hay một địa ngục để hành phạt tội lỗi.

Đức hạnh và tội lỗi tự nó đã có tác dụng gây phản ứng trong chính thế gian này, Và trên phương diện này, đức tin của bạn không quan trọng. Đây là đường lối cao thượng nhất theo đó bạn có thể giúp tạo an lành cho xã hội và quốc gia của bạn. Ngày nay, xã hội loài người đã phát triển đến mức độ ấy, nhờ sự hiểu biết và tính ôn hòa của vài người hảo tâm, giàu tình thương và khoan hồng đối với hạnh phúc và tiến bộ của người khác. Bây giờ bạn có thể nhận thức vì sao chúng ta phải thực hành giới đức. Đàng khác, bạn phải hiểu rằng khi giúp cho người khác có giới đức, bạn cũng tự giúp mình, và trong khi làm cho mình có giới đức, bạn cũng giúp người khác.

"Chúng ta sống, và làm việc, và ước mơ,
Mỗi người trong khuôn khổ nhỏ bé của mình.
Đôi khi chúng ta khóc,
Lắm lúc chúng ta cười,
Và như thế, ngày tháng trôi qua".

Hạnh phúc gia đình.

Trong cuộc hôn nhân chơn thành, người đàn ông và người đàn bà nghĩ đến tình đồng đội nhiều hơn là cho riêng mình. Đây là sự phối hợp quyền lợi rất phức tạp, chằng chịt lẫn nhau, và một sự đương đầu với các hy sinh vì lợi ích chung. Do sự cố gắng, cả hai tạo cho mình các cảm thọ an toàn và thỏa mãn. Phần lớn các phiền não và lo âu xảy ra giữa chồng và vợ, cha mẹ và con cái, giữa thân bằng quyến thuộc đều do hiểu biết sai lầm và thiếu kiên nhẫn. Chồng không nên đối xử với vợ như người làm trong nhà. Mặc dầu chính mình là người "tạo nồi cơm" cho gia đình, chồng phải giúp vợ tạo hòa khí

trong nhà. Đàng khác, người làm vợ không nên cầu nhàu hay than phiền chồng suốt ngày, mỗi khi có điều sơ sót, cũng không nên nghi kị chồng. Nếu chồng có một vài khuyết điểm vợ phải có thể sửa đổi bằng cách êm ái và dịu dàng nhắc nhở. Một người vợ phải biết khoan dung, chịu đựng nhiều việc mà không làm phiền đến chồng.

Hôn nhân là một phước lành, nhưng nhiều người đã làm cho đời sống gia đình trở thành một tội khổ vì thiếu hiểu biết, thiếu khoan hồng, và thiếu kiên nhẫn. Cảnh nghèo không phải là nguyên nhân chánh trong một gia đình bất hạnh. Vợ và chồng phải biết chia xẻ với nhau những ngọt bùi và cay đắng của đời sống hằng ngày. Hiểu biết nhau là bí quyết của một gia đình hạnh phúc.

Chấp nhận chỉ trích.

Dịu ngọt là bịnh, cay đắng là liều thuốc. Những lời ca ngợi tựa hồ như kẹo, ăn nhiều quá sanh ra bịnh. Lời chỉ trích giống như viên thuốc đắng, hay mũi thuốc chích làm đau, nhưng chữa hết bịnh. Chúng ta phải có can đảm tiếp nhận mọi chỉ trích và không nên sợ nó.

"Trạng thái xấu xa mà ta nhìn thấy nơi người khác
Chỉ phản ánh bản chất của chính ta".

Mỗi người nhìn vào thế gian loài người và sự vật cũng như nhìn vào mặt gương, thấy hình ảnh của chính mình trong đó.

Chú tâm vào công việc của mình

Nếu bạn có thể chăm lo công việc riêng của mình mà không xen vào việc người khác mỗi khi không cần thiết thì quả thật là tốt đẹp. Sau đây là lời khuyên của Đức Phật:

"Không nên nhìn vào lỗi lầm của người khác, vào những gì người khác đã làm và những gì người khác bỏ qua. Hãy nhìn vào những gì chính ta đã làm và những gì ta bỏ qua?"

Lại nữa, ở một nơi khác, Ngài dạy:

"Người luôn luôn nhìn vào lỗi lầm của kẻ khác và luôn luôn chao động, làm tăng trưởng ô nhiễm của chính mình. Người này còn lâu mới diệt hết ô nhiễm".

Vào một trường hợp khác, Ngài dạy:

"Thấy lỗi lầm của người khác thì de,ã nhưng rất khó thấy lỗi của mình. Người ta sàng sảy lỗi lầm của người khác giống như đánh bông để lấy hạt, nhưng đối với lỗi của mình thì người ta nơm nớp giấu kín như người đánh bầy chim tự nguy trang".

"Bậc cao thượng không tách mình ra khỏi con đường chơn chánh, mặc cho những gì có thể xảy ra, và không còn bám vào lạc thú của trần gian. Bậc Thiện Trí luôn luôn trầm lặng và thản nhiên, khi vui cũng như lúc buồn". Không ai có thể sống trên thế gian này mà khỏi bị chỉ trích và khiển trách.

Đức Phật dạy:

"Người ta khiển trách kẻ lặng thinh. Người ta khiển trách kẻ nói nhiều cũng như người nói ít. Như vậy, trên thế gian này không ai tránh khỏi bị khiển trách".

Và Đức Phật cũng có dạy:

"Đã không bao giờ có trong quá khứ, sẽ không bao giờ có trong tương lai, trong hiện tại cũng không có ai bị khiển trách hoàn toàn hay hoàn toàn được tán dương".

Không phải tất cả những ai chỉ trích bạn đều là kẻ thù của bạn. Bạn phải biết sử dụng cơ hội bị chỉ trích ấy để tìm ra những thiếu sót mà tự bạn không thể thấy.

Không nên bỏ dỡ một công trình tốt đẹp chỉ vì có sự chỉ trích. Nếu bạn có can đảm tiếp tục hoàn tất viên mãn, bất kể những lời chỉ trích, bạn quả thật là một vĩ nhân và bạn có thể thành công bất luận nơi nào.

Không nên lo âu

Bí quyết của một cuộc sống thành công và hạnh phúc là làm những gì cần phải làm trong hiện tại, không lo âu cho quá khứ và tương lai. Chúng ta không thể đi lùi trở vào quá khứ để uốn nắn nó theo ý muốn mà cũng không thể đi trước thời gian để sắp xếp những gì sẽ xảy ra trong tương lai. Chỉ có một khoảng thời gian mà chúng ta có thể kiểm soát được, đó là hiện tại.

Nhiều người lo âu chỉ vì mãi thắc mắc cho tương lai. Nếu họ biết tự sửa mình để thích ứng với hoàn cảnh sinh sống hằng ngày thì không có lý do gì để lo âu. Bất luận lâu đài nào mà họ có thể xây dựng trên không trung, bất luận giấc mơ nào mà họ có thể ôm ấp trong tâm, họ phải luôn luôn ghi nhớ rằng họ đang sống trong một thế gian luôn luôn thay đổi.

Hãy hành thiện

"Không có ngôi sao nào mà ta có thể tin nhiệm,
Không có ánh sáng nào dẫn dắt ta,
Và ch?g ta biết rằng chúng ta phải
Hành Thiện, Công Bình, Chánh Trực".

Nòng cốt của thành công

Thất bại là trụ cột của thành công. Học hỏi về những thất bại của ta tức là đi đến thành công. Không bao giờ thất bại tức không bao giờ thành công.

Ngoại trừ khi nào chúng ta có chịu thất bại và có chịu ảnh hưởng của những phiền toái dính liền theo thất bại, chúng ta sẽ không thể thưởng thức trọn vẹn sự đắc thắng. Thất bại chỉ là một ngã rẽ của những diễn tiến rất ít quan trọng, hay không quan trọng nào đối với ta. Thất bại chẳng những giúp ta thành công mà còn làm cho ta trở nên hiền lành, biết thương người, hiểu biết, và giàu kinh nghiệm hơn.

Vẻ đẹp thật sự

Một người sanh ra xấu xí. Dầu gương mặt của người này có thể xấu như thế

nào, nếu họ trau dồi tâm Từ bi, chính tâm Từ ấy đem lại cho họ sức quyến rũ lạ thường, từ bên trong lộ hẳn ra ngoài và bao trùm toàn thể con người với một vẻ đẹp dễ mến có tính cách thu hút người khác. Đó là vẻ đẹp thật sự, chứ không phải hình dáng hay màu sắc của gương mặt.

Người nọ có sắc đẹp tuyệt trần, nhưng nếu sắc đẹp ấy bị tánh kiêu căng hay ngạo mạn của chính họ bóp méo thì dầu xinh xắn đến đâu người ta cũng không thích lại gần. Một người khác xấu xí, nhưng lòng tràn đầy tâm Từ vô lượng vô biên, lời ăn tiếng nói ôn tồn, lễ độ, đối xử dịu hiền với tất cả mọi người, tức nhiên ai cũng thích lại gần người này.

Kết cục có hậu

Con người bị xáo trộn, không phải do sự vật, mà do những thành kiến về sự vật mà con người tự tạo. Như cái chết chẳng hạn, tự nó không phải là cái gì ghê gớm. Kinh hoàng chỉ ở trong tâm. Nói nhiều đến chơn lý về sự đau khổ có vẻ như gây bệnh trong tâm người không thể đối phó với những diễn tiến của đời sống, nhưng nó giúp ta thọc thủng cái "bong bóng ảo tưởng" của hạnh phúc.

Vì ham sống và cố bám vào kiếp sống trên thế gian nên người ta sợ chết, một cái sợ ươn yếu, không tự nhiên. Chính cái sợ này làm cho người ta có tánh nhát gan, không bao giờ dám mạo hiểm, dầu mạo hiểm để làm điều tốt điều lành. Con người sống trong kinh hoàng, luôn luôn lo sợ bệnh hoạn, lo sợ tai nạn hay một diễn biến bất hạnh nào khác bất ngờ dập tắt cuộc sống nhỏ bé không đáng kể này. Sự nhận thức rằng chết là điều không thể tránh và sự sợ hãi vô căn cứ một việc chắc chắn phải đến, thúc đẩy con người ham sống và cố bám vào kiếp sống trên thế gian đến ước vọng cuồng nhiệt rằng có một cái gì gọi là "linh hồn", mãi mãi sẽ được sống trên thiên đàng. Không ai có thể sống hạnh phúc trong cơn bão táp của kinh hoàng và cuồng vọng. Quả thật khó mà không biết gì đến bản năng tự bảo tồn của con người.

Tuy nhiên, có một phương pháp chắc chắn để khắc phục nó. Đó là tự quên cái bản ngã của mình để dẫn thân vào đường phục vụ vị tha, là thay vì hướng tình thương vào trong, ta quay nó trở ra bên ngoài. Hãy dành thì giờ và năng lực vào việc giúp đỡ kẻ khác, bạn sẽ quên đi những luyến ái hèn yếu và ích kỷ, những cuồng vọng và những kiêu hãnh ngạo mạn của chính bạn.

Mỗi người đều muốn được chết yên lành sau khi thành tựu viên mãn sự mạng của mình trong đời sống. Nhưng, có bao nhiêu người đã chuẩn bị sẵn sàng để bình tĩnh đối phó với diễn biến ấy? Bao nhiêu người đã chịu bỏ công để hoàn tất viên mãn trách vụ của mình đối với gia đình, đối với thân bằng quyến thuộc, quốc gia, và tôn giáo mình? Một người lâm chung mà chưa làm tròn những bổn phận trên chắc chắn sẽ khó mà có được một cái chết an lành.

Lắm người sợ xác chết. Nhưng thân sống còn nguy hiểm gấp mấy lần thân ma. Bao nhiêu người đã thất bại và kinh hoàng vì những thân sống, hơn là những thi hài vô tri vô giác.

Nếu bạn từ già cõi đời mà chưa làm tròn phận sự, kiếp tái sinh trở lại trên thế gian này sẽ không lợi ích gì cho chính bạn mà cũng chẳng lợi ích gì cho thế gian. Vậy, hãy thực hành đầy đủ nhiệm vụ của bạn và can đảm, bình tĩnh đối phó với cái chết một cách an lành. Một ngày tươi sáng kia bạn sẽ có thể đạt đến trạng thái vô sanh bất diệt và hạnh phúc trường cửu.

Nguyên tác: "How to overcome our difficulties"

Hòa thượng Sri Dhammananda

Phạm Kim Khánh dịch Việt, Sài Gòn, 1972

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Phật Giáo dưới mắt nhà trí thức

Phần I

Buddhism in the eyes of intellectuals

1. ĐỨC PHẬT

ĐỨC PHẬT VĨ ĐẠI.

Nếu nói đến trí tuệ và đức hạnh thì tôi không thể nào nghĩ rằng Chúa Christ ở một vị thế cao bằng một số nhân vật khác mà lịch sử đã ghi nhận. Tôi nghĩ rằng tôi phải đặt đức Phật trên Chúa về những phương diện đó.

- Bertrand Russell

"Tại sao tôi không theo Thiên Chúa Giáo"

HIỆN THÂN CỦA ĐỨC HẠNH

Đức Phật là hiện thân của tất cả các đức hạnh mà Ngài thuyết giảng. Trong thành quả của suốt 45 năm dài hoằng pháp, Ngài đã chuyển tất cả những lời nói của Ngài thành hành động; không nơi nào Ngài buông thả cái yếu đuối của con người hay dục vọng thấp hèn. Luân lý, đạo đức căn bản của đức Phật là toàn hảo nhất mà thế giới chưa bao giờ biết đến.

- Giáo sư Max Miller, Học giả người Đức.

CÂY NHÂN LOẠI THĂNG HOA.

Đây hoa nở trên cây nhân loại

Đã bừng nở qua nhiều vạn kỷ

Làm thế giới chan hòa hương thơm trí tuệ

Và mật ngọt tình thương.

- Sir Edwin Arnold , "Ánh Sáng Á Đông"

ĐỨC PHẬT GẦN GŨI CHÚNG TA HƠN.

Các bạn thấy rõ Ngài là một nhân vật đơn giản, chân thành, đơn độc, một mình tự lực phấn đấu cho ánh sáng, một nhân vật sống chứ không phải là thần kỳ, tôi cảm thấy có một Người, đó là Ngài. Ngài đã gửi bức thông điệp cho nhân loại hoàn vũ. Có nhiều tư tưởng tuyệt diệu hiện đại của chúng ta rất gần gũi tương đồng với thông điệp của Ngài, tất cả những đau khổ, bất mãn trong cuộc sống, theo Ngài dạy: là do lòng ích kỷ. Lòng ích kỷ có ba dạng: - Một là tham vọng thỏa mãn cảm giác; - Hai là tham vọng muốn bất tử; - Ba là tham vọng thành công và trền tục. Con người trước khi có thể trở nên thanh tịnh, người đó phải ngưng sống theo giác quan hoặc cho riêng chính mình.

Rồi con người đó mới trở thành một bậc đại nhân. Đức Phật, qua nhiều ngôn ngữ khác nhau, năm trăm năm trước Chúa Christ, đã dạy con người đức tính vị tha. Trong một số chiều hướng Ngài rất gần gũi với chúng ta hơn, và đáp ứng được nhu cầu của chúng ta. Đức Phật cũng tỏ ra sáng suốt hơn Chúa Christ trong sự quan tâm phục vụ con người và ít mơ hồ đối với vấn đề trường tồn bất tử của kiếp nhân sinh.

- H.G. Wells

NGƯỜI CAO QUÍ NHẤT CỦA NHÂN LOẠI

Nếu bạn muốn thấy người cao quý nhất của loài người, bạn hãy nhìn vị Hoàng đế trong y phục một người ăn xin; chính là Ngài đó, siêu phàm thánh tính của Ngài thật vĩ đại giữa con người.

- Abdul Atahiya, một thi nhân Hồi Giáo.

PHƯƠNG PHÁP CỦA ĐỨC PHẬT.

Nếu một vấn đề nào đó cần được đề ra, vấn đề đó phải được giải quyết trong hài hòa và dân chủ theo đường lối dạy bảo của đức Phật.

- Tổng thống Nehru

MỘT NGƯỜI MẤT TRÍ VÀ MỘT NGƯỜI BÌNH THƯỜNG

Sự khác biệt giữa đức Phật và một người bình thường giống như sự khác biệt giữa một người bình thường và một người mất trí.

- Một Văn Hào.

TÔN KÍNH ĐỨC PHẬT.

Không khó khăn gì khi chọn lựa đức Phật là một người được tôn sùng trong số những người vĩ đại của nhân loại.

- Giáo sư Saunders , Tổng Thư ký Văn hóa Y.M.C.A

India, Burma, Ceylon.

THÔNG điệp CỦA ĐỨC PHẬT.

Đức Phật vĩ đại hơn tất cả các lý thuyết và tín điều, thông điệp bất diệt của Ngài đã làm rung động nhân loại qua nhiều thời đại. Có lẽ không một thời điểm nào trong lịch sử quá khứ mà thông điệp hòa bình của Ngài lại cần thiết hơn cho nhân loại đang đau khổ và cuồng loạn như hiện nay.

- Tổng thống Nehru

CÂU TRẢ LỜI "KHÔNG" CỦA ĐỨC PHẬT.

Nếu chúng ta hỏi, chẳng hạn, có phải vị trí một hạt nhân điện tử lúc nào cũng giữ nguyên không thay đổi, chúng ta phải trả lời "không"; nếu chúng ta hỏi có phải vị trí của một hạt nhân điện tử thay đổi theo thời gian, chúng ta phải trả lời "không"; nếu chúng ta hỏi có phải hạt nhân đó đang di động, chúng ta phải trả lời "không". Đức Phật cũng đã giải đáp như vậy khi có người hỏi tình trạng bản ngã của con người sau khi chết; nhưng những câu trả lời như trên không phải là những câu trả lời quen thuộc theo truyền thống khoa học ở thế kỷ 17 và 18.

- J.Robert Oppenheimer

CHÚNG TA CẢM KÍCH BỞI TINH THẦN HỢP LÝ CỦA NGÀI.

Khi chúng ta đọc những bài thuyết giảng của đức Phật, chúng ta cảm kích bởi tinh thần hợp lý của Ngài. Con đường đạo đức của Ngài ngay trong quan điểm đầu tiên là một quan điểm thuần lý. Ngài cố gắng quét sạch tất cả những màng nhện giăng mắc làm ảnh hưởng đến cái nhìn và định mệnh của nhân loại.

- Tiến Sĩ S.Radhakrisnan

"Đức Phật Cồ Đàm"

TINH THẦN TRẦM TĨNH VÀ LÒNG TỪ TÂM.

Điều đáng chú ý nhất nơi đức Phật là sự kết hợp gần như độc nhất của một đầu óc khoa học trầm tĩnh và thiện cảm sâu xa của lòng từ tâm. Thế giới ngày nay ngày càng hướng về đức Phật, vì Ngài là người duy nhất tiêu biểu cho lương tâm của nhân loại.

- Moni Bagghee,

"Đức Phật Của Chúng Ta"

TRIẾT LÝ SIÊU PHẠM.

Đức Phật là nhà tiên phong thương yêu nhân loại, và là một triết gia siêu phàm trong nhân phẩm dũng cảm và sáng chói. Ngài có những điều mà chưa ai có thể quên được là Ngài thuyết pháp trong hăng say và nhiệt tình về nguồn kiến thức. Vĩ đại hơn, trí tuệ của Ngài chính là đài gương soi sáng.

- Moni Bagghee,

"Đức Phật Của Chúng Ta".

NGÀI KHÔNG NÓI VỀ TỘI LỖI.

Sự thanh tịnh của tâm linh và lòng thương yêu tất cả sinh vật đã được dạy dỗ bởi đức Phật. Ngài không nói đến tội lỗi mà chỉ nói đến vô minh và điên cuồng có thể chữa khỏi bởi giác ngộ và lòng thiện cảm.

- Tiến Sĩ Radhakrisnan

"Đức Phật Cồ Đàm"

ĐỨC PHẬT GIỐNG NHƯ MỘT THẦY THUỐC.

Đức Phật giống như một lương y. Một bác sĩ phải biết chẩn đoán các loại bệnh tật, nguyên nhân, thuốc giải độc và phương pháp chữa trị, phải biết áp dụng phương thức cho thích hợp, cho nên đức Phật đã dạy Tứ Diệu Đế (Bốn sự thật) chỉ rõ sự hiện hữu của đau khổ (Khổ đế), nguyên nhân của đau khổ (Tập đế), diệt trừ khổ não để được an lạc (Diệt đế) và con đường đưa đến diệt tận khổ đau (Đạo đế).

- Tiến Sĩ Edward Conze, "Phật giáo".

ĐỨC PHẬT CỦA TOÀN THỂ NHÂN LOẠI.

Đức Phật không phải là của riêng người Phật tử, Ngài là của toàn thể nhân loại. Giáo lý của Ngài thông dụng cho tất cả mọi người. Tất cả các tôn giáo khai sáng sau Ngài, đều đã mượn rất nhiều các tư tưởng hay của Ngài.

- Một học giả Hồi Giáo.

MỘT NGƯỜI CHA KHÔN NGOAN.

Đức Phật là người cha nhìn thấy đàn con đang vui chơi trong ngọn lửa thế tục nguy hiểm, Ngài dùng mọi phương tiện để cứu các con ra khỏi ngôi nhà lửa và hướng dẫn chúng đến nơi an lạc của Niết bàn.

- Giáo sư Lakshimi Narasu,

"Tinh Hoa Của Phật giáo"

ĐỨC PHẬT LÀ MỘT CON ĐƯỜNG.

Tôi càng ngày càng cảm thấy đức Thích Ca Mâu Ni gần gũi nhất trong tính cách và ảnh hưởng của Ngài, Ngài là Đường lối, là Chân lý và là Lẽ sống.

- Giám mục Milman.

MỘT VÀNG THÁI DƯƠNG RỰC RỠ.

Trong thế giới giông tố và xung đột, hận thù và bạo lực, thông điệp của đức

Phật sáng chói như vàng thái dương rực rỡ. Có lẽ không bao giờ thông điệp của Ngài lại thiết yếu hơn như trong thời đại của thế giới bom nguyên tử, khinh khí ngày nay. Hai ngàn năm trăm năm qua đã tăng thêm sanh khí và chân lý của thông điệp này. Chúng ta hãy nhớ lại bức thông điệp bất diệt này và hãy cố gắng thi triển tư tưởng và hành động của chúng ta trong ánh sáng giáo lý của Ngài. Có thể chúng ta phải bình thản đương đầu cả đến với những khủng khiếp của thời đại nguyên tử và góp phần nhỏ trong việc khuyến khích nghĩ đúng (Chánh tư duy) và hành động đúng (Chánh nghiệp).

- Tổng thống Nehru

CON NGƯỜI VĨ ĐẠI CHƯA TỪNG CÓ.

Đây là giáo lý mà chúng ta có thể tin theo. Không nơi nào trong thế giới tôn giáo, sùng bái và tín ngưỡng mà chúng ta có thể tìm một vị giáo chủ chói sáng như thế ! Trong hàng loạt các vì sao, Ngài là vì tinh tú khổng lồ, vĩ đại nhất.

Một số các khoa học gia, triết gia, các nhà văn hóa đã tuyên bố về Ngài "Con Người Vĩ Đại Nhất Chưa Từng Có". Ánh hào quang của vị Thầy vĩ đại này soi sáng cái thế giới đau khổ và tối tăm, giống như ngọn hải đăng hướng dẫn và soi sáng nhân loại.

- Một Văn Hào Âu Châu.

2. Phật Giáo

GIÁO LÝ CĂN BẢN CỦA ĐỨC PHẬT.

Lịch thiệp, thanh tịnh, từ bi, xuyên qua sự giải thoát khỏi lòng ích kỷ tham dục, đó là giáo lý căn bản của tôn giáo vĩ đại Á đông của đạo Phật.

- E. A. Burtt, "Đức Phật Từ Bi"

MỘT CÂY CẦU ĐƯỢC XÂY TOÀN HẢO.

Giáo pháp của đức Phật giống như một cây cầu được xây toàn hảo bằng thép linh động, gió và nước không làm hư được, tự nó thích ứng phù hợp trong

mọi trạng huống thay đổi, nhưng đồng thời cũng làm vững chắc thêm cầu và mở con đường an lạc vĩnh cửu, đến Niết bàn.

- Phra Khantipalo, "Độ lượng"

THỨC TỈNH TRÁI TIM NHÂN LOẠI.

Chắc chắn từ miền Đông Phương huyền bí, nơi đất mẹ mầu mỡ của tôn giáo, cho chúng ta sự khám phá trung thực nơi Phật giáo từ khi tôn giáo này cho chúng ta biết nền đạo đức huy hoàng và sự thanh khiết tiềm ẩn sâu xa trong bản tính tự nhiên của con người không cần đến một thần linh nào khác mà bản tính này vốn tiềm ẩn trong tâm của con người và thức tỉnh họ biến thành cuộc sống vinh quang.

- Charles T. Gorham.

KHÔNG CÓ GÌ VƯỢT QUA ĐƯỢC PHẬT GIÁO.

Là Phật tử hay không phải là Phật tử, tôi đã quan sát mọi hệ thống của các tôn giáo trên thế giới, tôi đã khám phá ra không một tôn giáo nào có thể vượt qua được về phương diện vẻ đẹp và sự quán triệt, Bát chánh đạo và Tứ diệu đế của đức Phật. Tôi rất mãn nguyện đem ứng dụng cuộc đời tôi theo con đường đó.

- Giáo sư Rhys Davids .

PHẬT GIÁO KHÔNG DẪN DẮT CHÚNG TA TỚI MỘT THIÊN ĐƯỜNG RỒ DẠI.

Phật giáo rất thực tế, vì Phật giáo lấy quan điểm thực tế đối với cuộc đời và thế giới. Phật giáo không sai lầm lôi kéo chúng ta đến sống trong một thiên đường rồ dại, Phật giáo cũng không đe dọa và hành hạ chúng ta bằng tất cả những loại sợ hãi giả tưởng và các mặc cảm tội lỗi. Phật giáo kêu gọi chúng ta nên chính xác và khách quan nhận những gì thế giới chung quanh chúng ta, và chỉ cho ta con đường đi tới tự do toàn hảo, hòa bình, an lành và hạnh phúc.

- Thượng Tọa Tiến Sĩ W.Rahula

SỨ MẠNG CỦA ĐỨC PHẬT.

Sứ mạng của đức Phật quả là độc đáo riêng biệt, vì thế cho nên sứ mạng này đứng biệt lập khác hẳn các tôn giáo khác trên thế giới. Sứ mạng của Ngài là mang lý tưởng của những con chim đang bay trong không trung về gần với trái đất, bởi lẽ thực phẩm để nuôi sống chúng thuộc về trái đất.

- Hazrat Inayat Khan,

" Thông Điệp Sufi "

MỘT TÔN GIÁO VŨ TRỤ.

Tôn giáo tương lai sẽ là một tôn giáo chung cho cả vũ trụ. Tôn giáo đó vượt ra ngoài ý tưởng một đảng Thiên Liêng nào đó, các tín điều và lý thuyết.

Tôn giáo đó bao trùm cả thiên nhiên và tinh thần, phải căn cứ vào ý niệm đạo giáo phát sanh từ những thực nghiệm của mọi vật, thiên nhiên và tinh thần như một sự thuần nhất đầy đủ ý nghĩa. Phật giáo đáp ứng được các điều đó.

- Albert Einstein

PHẬT GIÁO VẪN GIỮ NGUYÊN KHÔNG BỊ ẢNH HƯỞNG

Lý thuyết của Phật pháp vẫn đứng vững ngày nay không bị ảnh hưởng bởi tiến trình của thời gian và sự tăng trưởng kiến thức, vẫn giữ nguyên như lúc ban đầu bày tỏ. Dù cho kiến thức khoa học tăng tiến đến thế nào trên chân trời trí óc của con người, trong phạm vi Giáo pháp (Dhamma) cũng vẫn có chỗ để thừa nhận và đồng hóa các khám phá xa hơn nữa. Về phương diện thu hút của lý thuyết này không dựa vào các khái niệm giới hạn của các tư tưởng sơ khai, về phương diện khả năng cũng không bị lệ thuộc vào những phủ định của tư tưởng.

- Franci Story,

"Phật giáo, Một Tôn Giáo Thế Giới"

MỘT TÔN GIÁO HOAN HỖ

Phật giáo hoàn toàn chống hẳn lại sự u sầu, phiền muộn, dằn vặt, thái độ buồn bã, tất cả những điều này được coi như làm trở ngại việc hiểu rõ chân lý. Mặt khác, việc đáng lưu ý ở đây rằng, hoan hỷ là một trong "Bảy Yếu Tố Giác Ngộ", những đức tính cần thiết phải được trau dồi để tiến tới Niết bàn.

- Thượng tọa Tiến Sĩ W.Rahula

MỘT THÁCH THỨC VỚI CÁC TÔN GIÁO KHÁC.

Phật giáo như chúng ta đang thấy, những gì đã được ghi chép sưu tập lại rất là thực tế, không phải là một hệ thống giả thuyết của thời đại sơ khai, về phương diện này Phật giáo dám thách thức với các tôn giáo khác.

- Giám Mục Gore,

"Đức Phật và Chúa Christ"

KHÔNG CÓ SỰ GIẢ ĐỊNH TRONG PHẬT GIÁO

Điểm vinh quang trong Phật giáo là Phật giáo lấy trí tuệ làm yếu tố cốt lõi của sự cứu rỗi. Trong Phật giáo, đạo đức (Giới) và trí tuệ không thể tách rời nhau. Giới hình thành nền tảng của đời sống cao thượng, tri thức và trí tuệ là những yếu tố kiện toàn nó. Không quán triệt về luật nhơn quả và duyên sinh (Pratyasamutpada), thì không thể gọi là đạo đức chơn chánh, người gọi là đạo đức chơn chánh thì phải có được một nội quán và tri thức cần thiết này. Về lãnh vực này đạo Phật khác hẳn với các tôn giáo khác. Các tôn giáo thuộc nhất thần giáo khởi đầu với một số lý thuyết giả định và khi những giả định này mâu thuẫn với sự tiến bộ của tri thức loài người, thì gia tăng thêm phiền muộn. Đạo Phật được thiết lập trên một tảng đá vững chắc của các sự thật, chính vì thế không bao giờ xa rời ánh sáng của tri thức.

- Giáo sư Lakhami Narasu,

"Tinh Hoa Phật giáo".

ĐỨC PHẬT NHÌN XA HƠN CÁC NHÀ DUY TÂM HIỆN ĐẠI.

Đức Cồ Đàm bác bỏ hoàn toàn cả đến cái bóng của sự hiện hữu trường cửu bằng một sức mạnh siêu hình hữu ích lớn lao cho những sinh viên triết học và thấy rằng điều đó chỉ thỏa mãn một nửa trong lập luận về duy tâm nổi tiếng của Giám mục Berkeley. Thật là một dấu hiệu đáng kể về các lời đồn đại tể nhị của người Ấn về đức Cồ Đàm đã có cái nhìn sâu xa hơn nhà duy tâm hiện đại vĩ đại nhất. Khuynh hướng về một tư tưởng giác ngộ ngày nay trên khắp thế giới không nghiêng về thần học, nhưng nghiêng về triết học và tâm lý học. Học thuyết nhị nguyên luận đang trở nên nguy hiểm.

Nguyên tắc căn bản của sự tiến hóa và nhất nguyên luận đã được chấp nhận bởi các nhà tư tưởng.

- Giáo Sư Huxley ,

"Tiến Hóa Đạo Đức"

CÁCH MẠNG VỀ TÔN GIÁO.

Hai mươi lăm thế kỷ qua, Ấn Độ mục kích một cuộc cách mạng về tri thức và về tôn giáo lên đến cao độ đã lật đổ chủ nghĩa độc thần, các nhà tu ích kỷ và thiết lập một tôn giáo hòa hợp, một hệ thống ánh sáng và tư tưởng được gọi là Giáo pháp (Dhamma), một Triết học Tôn giáo.

- Anagarika Dharmapala,

"Cái Nợ Của Thế Giới Đối Với Đức Phật".

KẾ HOẠCH ĐỂ SỐNG.

Phật giáo là một phương thức làm sao để đạt được lợi lạc cao nhất từ cuộc sống. Phật giáo là một tôn giáo của trí tuệ mà ở đây kiến thức và thông minh chiếm ưu thế. Đức Phật không thuyết giảng để thu nạp tín đồ mà là để soi sáng người nghe.

- Một Văn Hào Tây Phương".

HÃY ĐẾN VÀ THẤY.

Phật giáo luôn luôn là vấn đề của biết và thấy chứ không phải là để tin

suông. Giáo lý của đức Phật được gọi là Ehi- Passiko, mời bạn đến để thấy không phải đến để tin theo.

- Hòa thượng Tọa Tiến sĩ W. Rahula ,

"Đức Phật Dạy Gì"

TÔN GIÁO CỦA CON NGƯỜI

Phật giáo sẽ trường tồn như mặt trời, mặt trăng và loài người hiện hữu trên mặt đất; do đó, Phật giáo là tôn giáo của con người, của nhân loại cũng như của tất cả.

- Bandaranaike, Cựu Thủ Tướng Sri Lanka.

NGƯỜI PHẬT TỬ KHÔNG LÀ NÔ LỆ CHO BẤT CỨ AI.

Người Phật tử không nô lệ cho sách vở hay bất cứ ai. Người đó cũng không hy sinh tự do tư tưởng của mình để trở thành một đệ tử của đức Phật. Người đó có thể luyện tập ý chí tự do của mình và mở mang kiến thức cho đến khi tự mình đạt được Phật quả, vì tất cả mọi người đều có khả năng thành Phật.

- Hòa thượng Narada Maha Thera,

"Phật giáo Là Gì"

SỐNG THEO NGUYÊN LÝ

Phật giáo dạy đời sống không bằng luật lệ mà bằng nguyên lý một đời sống cao đẹp; và chính vì thế Phật giáo là một tôn giáo khoan dung, một hệ thống nhân từ nhất dưới ánh mặt trời.

- Giáo Sĩ Joseph Wain

PHẬT GIÁO VẪN TỒN TẠI.

Phật giáo vẫn tồn tại như hồi nào, cả đến khi nếu phải chứng minh là đức Phật chưa bao giờ đã sống cả.

- Christmas Humphreys, "Phật giáo".

NHỮNG VẤN ĐỀ HIỆN ĐẠI

Đọc một chút về Phật giáo là đã biết rằng hai ngàn năm trăm trước đây,

người Phật giáo đã hiểu rõ xa hơn và đã được thừa nhận về những vấn đề tâm lý hiện đại của chúng ta. Họ đã nghiên cứu những vấn đề này từ lâu và đã tìm thấy câu trả lời.

- Tiến Sĩ Graham Howe

HUẤN LUYỆN TINH THẦN

Chúng ta nghe thấy rất nhiều ngày nay về sức mạnh tinh thần. Phật giáo là một hệ thống huấn luyện tinh thần toàn hảo và hữu hiệu đã được trình bày trước thế giới.

@TGIA PHAI = - Dudley Wright

THẾ HỆ MỚI

Đức Phật sáng tạo một thế hệ mới, một thế hệ anh hùng đạo đức, một thế hệ cứu độ lao động, một thế hệ Phật.

- Manmatha Nath Sastri

TRUYỀN GIÁO ĐẦU TIÊN.

Phật giáo là tôn giáo truyền giáo đầu tiên trong lịch sử nhân loại với một thông điệp quốc tế là cứu độ tất cả nhân loại. Đức Phật, sau khi giác ngộ, gửi 61 đệ tử đi mọi hướng với nhiệm vụ truyền đạt giáo pháp đem hạnh phúc và an lạc cho loài người.

- Tiến sĩ K.N. Jayatilleke,

"Phật giáo Và Hòa Bình"

KHÔNG BẮT BUỘC THEO ĐẠO

Phật giáo chưa bao giờ ép ai theo dù dưới hình thức nào - hoặc ép buộc ý tưởng và niềm tin đối với người không thích, hoặc bằng bất cứ một sự tâng bốc nào, bằng lừa gạt hay ve vãn, hầu đoạt được thắng lợi để gia nhập vào quan điểm riêng tư của mình. Những nhà truyền giáo của đạo Phật không bao giờ thi đua để dành người quy nạp vào Đạo như nơi chợ búa.

- Tiến sĩ G. P. Malasekara.

SỰ KIẾN TỐI HẬU CỦA HIỆN THỰC

Đây, việc cần thiết là lưu ý đến một đặc tính duy nhất của đạo Phật nghĩa là, Phật giáo là một tôn giáo duy nhất, bậc thầy của tôn giáo, mà kết quả là một triết lý thích hợp nói cho chúng ta biết về những sự kiện tối hậu của hiện hữu và hiện thật. Đạo Phật là con đường của sự sống xuất phát từ việc chấp nhận quan điểm của đời sống và xem sự sống là hiện thật. Triết lý của đức Phật không phải là không kể đến tính chất của kiến thức.

- Tiến Sĩ K.N.Jayatilleke,

"Phật giáo và Hòa Bình"

KHÔNG CUỒNG TÍN.

Chỉ nói về Phật giáo thôi, ta có thể xác nhận là tôn giáo này thoát khỏi tất cả cuồng tín. Phật giáo nhằm tạo trong mỗi cá nhân một sự chuyển hóa nội tâm bằng cách tự chiến thắng lấy mình. Nhờ đến sức mạnh và tiền bạc hay cả đến sự chinh phục để tác động mọi người vào đạo thì sao? Đức Phật chỉ rõ một con đường giải thoát duy nhất để cho cá nhân tự quyết định nếu muốn theo tôn giáo này.

- Giáo Sư Lakshmi Nasaru,

"Tinh Hoa của Phật giáo"

PHẬT GIÁO VÀ CÁC NIỀM TIN KHÁC

Phật giáo giống như lòng bàn tay, các tôn giáo khác như các ngón tay.

- The Great Khan Mongka

PHẬT GIÁO KHÔNG PHẢI LÀ TÔN GIÁO BUỒN TẺ.

Một số người cho rằng Phật giáo là một tôn giáo tối tăm buồn tẻ. Không đúng như vậy, tôn giáo này làm các tín đồ hăng hái và vui tươi. Khi chúng ta đọc những chuyện sanh ra đời của các Bồ tát, các đức Phật tương lai, chúng ta hiểu Ngài đã tu tập hạnh Nhẫn nhục Ba la mật. Đức hạnh này giúp chúng ta cảm thấy vui lòng cả đến lúc chúng ta đang gặp nhiều khó khăn trở ngại

hay hoan hỷ trong các niềm an lạc khác.

- Thượng Tọa Gnanatiloka,
một học giả Phật giáo người Đức.

PHẬT GIÁO VÀ AN SINH XÃ HỘI.

Những ai nghĩ rằng Phật giáo chỉ chú trọng đến lý tưởng cao thượng, đạo đức uyên thâm và tư tưởng triết lý, và không lưu ý đến xã hội kinh tế an lạc của con người, là nhầm lẫn. Đức Phật chú trọng đến hạnh phúc của con người. Với Ngài, hạnh phúc không thể có được nếu không có một đời sống trong sạch căn cứ vào những nguyên tắc đạo đức và tinh thần. Nhưng Ngài biết là thực hành một cuộc sống như vậy khó khăn trong những điều kiện vật chất và xã hội không tốt đẹp.

Phật giáo không coi an lạc vật chất là cứu cánh; đó chỉ là một phương tiện để đi đến cứu cánh, một cứu cánh cao cả và cao thượng hơn. Nhưng đó cũng là một phương tiện cần thiết, cần thiết trong việc hoàn tất mục tiêu cho hạnh phúc của con người. Cho nên Phật giáo công nhận sự cần thiết của một số điều kiện vật chất tối thiểu để đem lại thành công cho tinh thần - cả đến một vị tu sĩ tham thiền ở một nơi hẻo lánh.

- Hòa thượng Tiến sĩ W.Rahula ,

"Đức Phật Dạy gì"

TÁM GƯƠNG TỪ ASOKA (A DỤC VƯƠNG)

Quay về Phật giáo, bạn sẽ đọc thấy Asoka (A Dục Vương) không những thuyết giảng đạo đức cao thượng mà đã sử dụng quyền uy của một đế vương trong một phương pháp làm các bậc đế vương hiện đại của các niềm tin khác phải hổ thẹn.

- Geoffrey Mortiner,
một nhà văn Tây Phương.

NHỮNG NGUYÊN TẮC KHÔNG THAY ĐỔI.

Không thể cho rằng Phật giáo bị suy yếu, ngay hiện tại, vì Phật giáo bắt nguồn trên những nguyên tắc cố định chưa bao giờ bị sửa đổi.

- Gertrude Garatt

DHAMMA (GIÁO PHÁP) LÀ QUY LUẬT.

Tất cả lời dạy của đức Phật có thể được tóm tắt trong một chữ "Dhamma" (Pháp). Quy luật này là chơn thật, không những hiện hữu trong tâm con người mà còn tồn tại trong vũ trụ. Tất cả trong vũ trụ đều là sự hiển lộ của Dhamma. Quy luật của tự nhiên mà các nhà khoa học hiện đại đã khám phá ra đều là biểu hiện của Dhamma. Khi mặt trăng mọc và lặn, đó là vì pháp, cũng do qui luật (Dhamma), vì Dhamma là cái quy luật đang tồn tại trong vũ trụ và tác động mọi chuyện theo nhiều cách khác nhau mà đã được nghiên cứu qua các ngành vật lý, hóa học, động vật học, thực vật học và thiên văn học. Dhamma hiện hữu trong vũ trụ cũng như Dhamma hiện hữu trong tâm con người. Nếu con người sống đúng với pháp thì sẽ giải thoát khỏi khổ đau và đạt đến Niết bàn.

- Thượng Tọa A. Mahinda

SỰ NGƯỢC ĐÃI

Trong những tôn giáo vĩ đại của lịch sử, tôi thích Phật giáo, nhất là những dạng thức thuở ban đầu, vì tôn giáo này có ít yếu tố ngược đãi nhất.

- Bertrand Russell

TÁN THƯỜNG PHẬT GIÁO

Mặc dù người ta có thể được thu hút từ nguyên thủy bởi sự khoáng đạt của tôn giáo này nhưng người ta chỉ có thể tán dương giá trị thực sự của Phật giáo khi người ta phán xét kết quả tạo ra của tôn giáo này không qua đời sống của chính mình từ ngày này qua ngày khác.

- Tiến Sĩ Edward Conze,

Một học Giả Phật giáo Tây Phương.

KIẾN THỨC LÀ CHÌA KHÓA ĐỂ TIẾN TỚI CON ĐƯỜNG CAO ĐẸP HƠN.

Không có những thú vui nhục dục, cuộc sống có thể chịu đựng được không? Không tin tưởng vào bất tử, con người có thể có đạo đức không? Không sùng bái một thần linh con người có thể tiến tới điều chánh đáng không? Được, đức Phật trả lời, cứu cánh có thể đạt được bởi kiến thức; một mình kiến thức là chìa khóa để tiến tới con đường cao đẹp hơn, con đường mà trong đời sống đáng theo đuổi; kiến thức đem lại an tĩnh và hòa bình cho đời sống giúp cho con người không xao xuyến đối với những cơn bão tố của thế giới đầy biến động.

- Giáo Sư Karl Pearson

MAY MẮN THAY NGƯỜI PHẬT TỬ.

Những tín đồ khiêm tốn của đức Phật may mắn biết là nhường nào, họ đã không thừa hưởng lỗi nguy biện của sự không sai lầm ở bất cứ một cuốn sách nào ngay từ lúc bắt đầu.

- Thượng Tọa Giáo Sư Ananda Kaushalyayana

PHẬT GIÁO VÀ NGHI LỄ

Phật giáo là một tôn giáo tự giác, ít lễ nghi. Một hành động được thực thi với chính sự suy tư thì tự nó đã điều kiện hóa để không còn là một nghi lễ. Phật giáo nhìn bề ngoài có vẻ nhiều nghi lễ nhưng thực ra không phải như vậy.

- Tiến sĩ W.F.Jayasuriya,

"Tâm lý và Triết lý Phật giáo"

VỊ CỨU THẾ.

Nếu đức Phật được gọi là vị Cứu thế, đó chỉ có nghĩa là Ngài đã khám phá ra và chỉ cho nhân loại biết con đường Giải thoát: Niết bàn. Nhưng chúng ta phải tự mình bước trên con đường này.

- Hòa thượng Tiến sĩ W. Rahula ,

"Đức Phật Dạy gì"

KHÔNG CÓ ÁP LỰC

Tự mình bắt ép mình tin hay chấp nhận một việc mà không hiểu thấu thì đó là hình thái chính trị chứ không phải hình thái của tâm linh hay trí tuệ.

- Hòa thượng Tiến sĩ W. Rahula ,

"Đức Phật Dạy gì"

KÍNH TRỌNG CÁC TÔN GIÁO KHÁC.

Ta không nên chỉ tôn vinh tôn giáo riêng của mình và chỉ trích các tôn giáo của người khác. Ta nên kính trọng tôn giáo của những người khác vì lý do này hay lý do nọ. Làm như vậy, ta đã giúp đỡ tôn giáo chính mình phát triển và cũng là giúp ích tôn giáo khác. Hành động ngược lại là chính ta đã đào huyệt cho tôn giáo mình và cũng làm hại tôn giáo khác. Bất cứ ai vinh danh tôn giáo mình và chỉ trích tôn giáo khác, tưởng làm như vậy là sùng bái tôn giáo mình "tán dương tôn giáo mình". Nhưng ngược lại, chính là đã làm tổn thương nghiêm trọng tôn giáo mình. Nên hòa thuận thì tốt hơn: Hãy lắng nghe tất cả, sẵn sàng nghe với thiện chí những học thuyết của các tôn giáo khác.

- Hoàng đế Asoka (A Dục Vương)

NIỀM HÃNH DIỆN THẬT SỰ

Tôn giáo của sự sống được phán xét không phải chỉ thuần bằng những sự thật được tuyên cáo nhưng cũng chính bằng sự thay đổi mà tôn giáo này đã đem lại cho cuộc sống của tín đồ. Cho đến nay, theo kinh nghiệm, Phật giáo có một kỷ lục về thành tựu mà chúng ta có thể lấy đó là một niềm hãnh diện thật sự.

- D. Valisinha, Tổng Thư Ký, Hội Maha Bodhi,

"Con đường sống của người Phật tử"

VÔ THỨC

Cũng có thể nói rằng Ấn độ đã khám phá ra vô thức sớm hơn những nhà tâm lý học Tây phương. Theo họ, vô thức gồm có tất cả những cảm tưởng nằm trong cá nhân được di sản từ kiếp trước. Kỹ thuật thiền định Phật giáo chú trọng đến sức mạnh tiềm ẩn, là sự khai phóng đầu tiên của tâm lý phân tích học hiện đại, cũng như của sự huấn luyện tinh thần tự sinh v.v...

- Giáo sư Von Glasenapp,

Một học giả Đức.

PHÂN TÍCH HỢP LÝ

Phật giáo là một tôn giáo vĩ đại duy nhất của thế giới, một cách ý thức và chân thực tôn giáo này dựa trên căn bản một hệ thống phân tích hợp lý những khó khăn của đời sống và cách thức giải quyết khó khăn ấy.

- Moni Bagghee

"Đức Phật của Chúng ta"

KẺ THÙ CỦA TÔN GIÁO.

Có rất ít cái mà ta gọi là tín điều trong giáo lý của đức Phật, một quan điểm rộng rãi thật hiếm hoi và cũng không mấy phổ thông trong thời đại chúng ta, Ngài từ chối việc dấu giếm các lời bình phẩm. Đối với Ngài, thiếu độ lượng khoan dung là kẻ thù lớn nhất của tôn giáo.

- Tiến Sĩ S. Radhakrishnan ,

"Đức Phật Cồ Đàm"

ÓC MÔN PHÁI

Hầu hết các tân tín đồ của các giáo phái khác bị kiểm soát bởi các Trưởng giáo của họ và bị cấm không được đọc các thánh kinh, chủ nghĩa, tạp chí, các loại sách bỏ túi hay học thuyết của tôn giáo khác. Việc này rất hiếm thấy trong Phật giáo.

- Phra Khantipalo,

"Độ lượng"

NĂM GIỚI

Năm giới này cho thấy năm hướng chính mà người Phật tử tự mình kiểm soát để tri hành. Đó là: giới thứ nhất răn người phật tử kiềm chế nóng giận; giới thứ hai kiềm chế tham đắm vật chất; giới thứ ba, kiềm chế nhục dục; giới thứ tư, kiềm chế sự khiếp nhược và ác ý (nguyên nhân không chân thật) và giới thứ năm; kiềm chế lòng ham muốn các sự kích thích nhơ bẩn.

- Edmond Holmes,

"Tín điều của đức Phật"

NGƯỜI ĐẠT ĐƯỢC THẮNG LỢI VĨ ĐẠI

Một trong những nhà học giả đầu tiên khởi công dịch văn chương Pali sang Anh ngữ, là con một giáo sĩ nổi tiếng. Mục đích của ông ta khi làm công việc này muốn để chứng tỏ Cơ đốc giáo vượt trên Phật giáo. Ông ta đã thất bại trong nhiệm vụ này nhưng lại đạt được một thắng lợi vĩ đại hơn nhiệm vụ ông ta mong muốn: Ông ta trở thành một phật tử. Chúng ta không bao giờ quên được cái cơ duyên đã thúc đẩy ông ta thực hiện ý định đồng thời mang Giáo pháp quý giá (Dhamma) đến cho hàng ngàn độc giả Tây phương. Tên của học giả vĩ đại này là Tiến Sĩ Rhys Davids.

- Thượng tọa A.Mahinda,

"Blue Print of Happiness "

VẬN MỆNH NHÂN LOẠI

Trên những giải đất mênh mông của thế giới, vận mệnh nhân loại vẫn còn tồn tại. Rất có thể trong sự tiếp xúc với khoa học Tây phương và cảm hứng bởi tinh thần lịch sử, giáo lý căn bản của Đức Cồ Đàm được phục hưng và thuần khiết, có thể chiếm một vị trí phần lớn trong hướng đi của vận mệnh nhân loại.

- H.G.Well

HỆ THỐNG NGHỊ VIỆN VAY MƯỢN TỪ PHẬT GIÁO

Có thể chắc chắn là khuynh hướng về một chính phủ tự trị biểu lộ bởi những hình thức đa dạng của sự hợp tác nhận được từ sự thúc đẩy của Phật giáo về sự bác bỏ quyền hành của giới chức thầy tu và xa hơn nữa chủ thuyết bình đẳng của Phật giáo minh chứng bằng sự loại bỏ giai cấp đặc quyền. Quả nhiên về các sách Phật giáo, chúng ta phải thừa nhận đường lối trong những vụ điển hình lúc sơ khai về các cơ cấu đại diện tự quản trị được điều động. Có thể là một ngạc nhiên cho nhiều người biết rằng trong các cuộc hội nghị của Phật giáo từ trên 2500 năm qua người ta đã thấy những hoạt động giống như ngày nay chúng ta thực thi tại nghị trường.

Thẩm quyền trong hội nghị được bảo vệ bằng cách bổ nhiệm một giới chức đặc biệt. Viện trưởng đầu tiên trong Hạ nghị viện của chúng ta. Một giới chức thứ hai được bổ nhiệm để kiểm soát khi túc số cần thiết được bảo đảm, theo kiểu Nghị viện Chief Whip trong hệ thống của chúng ta. Một nhân viên phụ trách điều động dưới hình thức biểu quyết sau khi vấn đề được mang ra thảo luận. Trong một vài trường hợp vấn đề chỉ phải làm một lần, và đến ba lần trong các trường hợp khác, thủ tục tại Nghị viện đòi hỏi dự án phải được đọc lần thứ ba trước khi dự án này thành luật. Nếu cuộc thảo luận có những quyết định bằng đa số tuyệt đối trong một cuộc đầu phiếu kín.

- Hầu Tước của Zetland, nguyên phó vương Ấn Độ,

"Legacy of India"

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Phật Giáo dưới mắt nhà trí thức

Phần 2

3. LUÂN LÝ

DÂN CHỦ

Phật giáo hoạt động dân chủ, Phật giáo gìn giữ dân chủ trong tôn giáo, dân chủ trong xã hội và dân chủ trong chính trị.

- Tiến Sĩ Ambedkar

CON NGƯỜI ĐẠO ĐỨC KỲ TÀI

Trên quả địa cầu này, Ngài đem ý nghĩa những chân lý giá trị trường cửu và thúc đẩy đạo đức tiến bộ không chỉ cho riêng Ấn độ mà cho cả nhân loại.

Đức Phật là một nhà đạo đức vĩ đại kỳ tài chưa từng thấy có trên hoàn vũ.

- Albert Schweitzer,

một nhà lãnh đạo triết học Tây Phương

VĂN HÓA THẾ GIỚI.

Phật giáo đã mang lại sự tiến bộ cho thế giới văn minh và văn hóa chính đáng nhiều hơn bất cứ ảnh hưởng nào khác trong tiến trình nhân loại.

- H.G. Wells

4. ĐỘ LƯỢNG - HÒA BÌNH - TÌNH THƯƠNG

ĐỀ ĐẠT ĐƯỢC HÒA BÌNH

Câu hỏi tự nó nêu lên là thông điệp vĩ đại của đức Phật có thể áp dụng được

bao xa trên thế giới ngày nay? Có lẽ có thể áp dụng được, có lẽ cũng không thể áp dụng được; nhưng nếu chúng ta theo đúng những nguyên tắc do đức Phật đề ra, rồi chúng ta sẽ đạt được hòa bình và an lạc cho thế giới.

- Tổng thống Nehru

TRÍ TUỆ LÀ THANH GƯƠM CÒN VÔ MINH LÀ KẺ THÙ

Chưa có một trang lịch sử nào của Phật giáo bị xóa nhòa bởi ánh sáng của ngọn lửa của tòa án dị giáo hay bị bôi đen bởi làn khói dị giáo hay các nơi thị tứ vô tín ngưỡng bốc cháy, hay bị nhuộm đỏ với máu của các nạn nhân vô tội vì hận thù tôn giáo. Phật giáo chỉ dùng một thanh gươm, đó là gươm Trí tuệ và chỉ thừa nhận kẻ thù, đó là Vô minh. Đó là chứng tích của lịch sử không thể chối cãi được.

- Giáo sư Bapat

"2500 Năm của Phật giáo"

KHÔNG MỘT LỜI THÔ BẠO

Không một lời thô bạo nào được thấy thốt ra từ nơi đức Phật trong cơn tức giận, chưa từng có một lời thô bạo được thấy trên môi đức Phật kể cả trong lúc tình cờ.

- Tiến Sĩ S. Radhakrishnan

TẬP LUYỆN TRÍ TUỆ VÀ TỪ BI

Dường như người thanh niên bất diệt, hiền lành, ngồi khoanh chân trên hoa sen thanh tịnh với bàn tay phải dơ lên như khuyên nhủ như trả lời: "Nếu con muốn thoát khỏi sự đau khổ và sợ hãi, con hãy luyện tập trí tuệ và từ bi".

- Anatole France

KHÔNG CÓ NGƯỢC ĐÃI

Với tôi, không có một tài liệu nào trong tất cả lịch sử dài đằng đẵng của Phật giáo qua nhiều thế kỷ mà các tín đồ Phật giáo tuy trong thời gian dài tốt bụng như vậy mà có một sự ngược đãi nào của người phật tử đối với những người

có niềm tin khác.

- Giáo sư Rhys Davids

5. VỊ TRÍ CỦA CON NGƯỜI TRONG PHẬT GIÁO

CON NGƯỜI TẠO LUẬT CHO THIÊN NHIÊN

Luật trong khoa học là một sản phẩm cần thiết cho nhân loại và không có nghĩa xa con người còn có ý nghĩa nhiều hơn trong lập luận cho thiên nhiên hơn là ngược lại thiên nhiên tạo luật cho con người.

- Giáo Sư Karl Pearson

CON NGƯỜI KHÔNG PHẢI LÀ MỘT SẢN PHẨM LÀM SẴN

Con người ngày nay là kết quả của việc lập đi lập lại cả triệu triệu lần tư tưởng và hành động. Con người hình thành và vẫn tiếp tục hình thành như vậy. Cá tính của con người được tiền định bởi sự chọn lựa của chính mình, tư tưởng, hành động do mình chọn lựa bằng thói quen.

- Hòa thượng Piyadassi

CON NGƯỜI CÓ THỂ TỰ LẬP

Phật giáo giúp con người có thể tự lập và khích lệ lòng tự tin và nghị lực.

-Hòa thượng Narada Maha Thera,

"Phật giáo yếu lược"

CON NGƯỜI CÓ THỂ THOÁT KHỎI SỰ HỦY DIỆT.

Con người vĩ đại hơn sức mạnh mù quáng của thiên nhiên vì lẽ cả đến khi nghĩ rằng con người bị hủy diệt bởi những sức mạnh ấy, con người vẫn giữ được cao cả hơn bằng sự hiểu biết các sức mạnh ấy. Lại nữa, Phật giáo mang sự thật xa hơn nữa: Phật giáo cho thấy bằng phương thức hiểu biết, con người cũng có thể kiểm soát được mọi trạng huống của mình. Con người có thể ngưng, thoát khỏi bị nghiền nát bởi sức mạnh thiên nhiên và sử dụng những luật của sức mạnh thiên nhiên để tự mình đứng lên chống đỡ.

- Pascal

6. LINH HỒN

TIN TƯỞNG VÀO LINH HỒN LÀ NGUYÊN NHÂN CỦA TẤT CẢ MỌI PHIỀN NÃO.

Phật giáo đ?ng duy nhất trong lịch sử tư tưởng nhân loại bác bỏ sự hiện hữu của cái gọi là linh hồn, bản ngã, hay Atman. Theo giáo lý của đức Phật, quan niệm bản ngã là một tín ngưỡng ảo tưởng sai lầm không đi đôi với thực tế và tạo ra tư tưởng có hại, cho là "ta" hay "của ta" như tham đắm ích kỷ, dục vọng, luyến ái, thù hận, ác ý, tự kiêu, ngạo mạn, vị kỷ và các tật đố hoen ố khác, như bản và rắc rối. Đó là nguồn gốc của các phiền não trên thế giới từ những mâu thuẫn cá nhân đến chiến tranh giữa các nước. Tóm lại, vì quan điểm sai lầm này mà tất cả những tội lỗi trên thế giới đã xảy ra.

- Hòa thượng Tiến sĩ W. Rahula ,

"Đức Phật dạy gì"

ĐỜI SỐNG SAU CÁI CHẾT KHÔNG PHẢI LÀ HUYỀN BÍ.

Sự khác biệt của tử và sanh chỉ là giây phút cuối cùng của tư tưởng: lúc tư tưởng cuối cùng của đời sống này tạo thành điều kiện cho tư tưởng đầu tiên trong cái gọi là đời sống kế tiếp, mà nói cho đúng ra, chỉ là sự tiếp nối một loạt như vậy. Trong chính đời sống của nó, cũng vậy, giây phút tối hậu của tư tưởng tạo điều kiện cho tư tưởng kế tiếp. Cho nên từ quan điểm của người phật tử, câu hỏi về đời sống sau khi chết không phải là một huyền bí to lớn, và người phật tử không bao giờ lo lắng về vấn đề này.

- Hòa thượng Tiến Sĩ W. Rahula ,

"Đức Phật dạy gì"

7. PHẬT GIÁO VÀ KHOA HỌC

PHẬT GIÁO VÀ KHOA HỌC HIỆN ĐẠI.

"Tôi đã thường nói, và tôi sẽ nói mãi, nói nữa Phật giáo và khoa học hiện đại có quan hệ tinh thần khăng khít."

- Sir Edwin Arnold

PHẬT GIÁO ĐƯƠNG ĐẦU VỚI KHOA HỌC.

Nếu có một tôn giáo nào có thể đương đầu với nhu cầu khoa học hiện đại thì tôn giáo đó phải là Phật giáo.

- Albert Einstein

MỘT TINH THẦN KHOA HỌC.

Phật giáo, ngược lại, là một hệ thống tư tưởng, một tôn giáo, một tinh thần khoa học, một lối sống hữu lý, thực dụng và bao quát. Trong 2500 năm Phật giáo đã thỏa mãn nhu cầu tinh thần của gần một phần ba nhân loại. Tôn giáo này lôi cuốn Tây phương, nhấn mạnh về lòng tự tin đi đôi với độ lượng về một số quan điểm khác, bao gồm khoa học, tôn giáo, triết học, tâm lý học, đạo đức và mỹ thuật, nhắm vào riêng con người là kẻ sáng tạo ra chính đời nay của mình và cũng chính mình là người phác họa ra số mạng của mình.

- Christmas humpreys

KHOA HỌC CHẤM DỨT CHỖ PHẬT GIÁO BẮT ĐẦU

Khoa học không thể đưa ra sự đoan quyết. Nhưng Phật giáo có thể đương đầu với sự thách thức của nguyên tử nên kiến thức siêu phàm của Phật giáo bắt đầu là chỗ kết thúc của khoa học. Như vậy đủ rõ ràng cho bất cứ ai nghiên cứu Phật giáo. Vì vậy, qua Thiên định Phật giáo, những phần tử cấu tạo nguyên tử đã được nhìn và cảm thấy, sự phiền muộn, hay bất toại nguyện (hay Dukkha, Khổ) "Hiện ra hay mất đi" (tùy theo nguyên nhân) do chính chúng tạo ra với cái mà chúng ta gọi là "linh hồn" hay "atma" ảo tưởng của Sakkayaditthi nói đến trong giáo lý của đức Phật.

-Egerton C Baptist,

"Khoa học Tối thượng của đức Phật"

NHÂN QUẢ THAY VÌ THUỞNG PHẠT

Theo đức Phật, thế giới không phải được cấu tạo như người ta tưởng. Người

phật tử tin tưởng hợp lý vào nghiệp (Kamma), nghiệp tự tác động và nói lên nhân và quả thay vì thưởng phạt.

- Một Văn Hào.

8. NIẾT BÀN LÀ GÌ?

SỰ GIẢI THOÁT KHÔNG CẦN ĐẾN THƯỢNG ĐẾ

Lần đầu tiên trong lịch sử thế giới, đức Phật tuyên bố sự giải thoát, mỗi con người có thể đạt được do chính bản thân mình trong đời sống của mình trên thế giới mà không cần đến sự giúp đỡ của Thượng đế hay thánh thần nào.

Ngài nhấn mạnh về giáo lý như lòng tự tin, thanh tịnh, nhã nhặn, giác ngộ, an lạc và lòng thương yêu nhân loại. Ngài cũng nhấn mạnh đến sự cần thiết của kiến thức, vì không có trí tuệ thì siêu linh nội tâm không xâm nhập trong đời sống của Ngài được.

- Giáo Sư Eliot ,

"Phật giáo và Ấn Độ giáo"

ĐỨC PHẬT VÀ SỰ GIẢI THOÁT.

Đức Phật không giải thoát con người, nhưng Ngài dạy con người phải tự chính mình giải thoát lấy mình, như chính Ngài đã tự giải thoát lấy Ngài.

Con người chấp nhận giáo lý của Ngài là chân lý, không phải giáo lý này đến từ nơi Ngài, nhưng vì lòng xác tín cá nhân, thức tỉnh bởi những lời Ngài dạy, trỗi dậy bởi ánh sáng trí tuệ của chính mình.

- Tiến Sĩ Oldenburg,

Một học giả Đức.

9. ĐỨC TIN

ĐỨC PHẬT KHÔNG ĐÒI HỎI PHẢI TIN

Đức Phật không chỉ nhận thức được sự thực tối cao, Ngài cũng có biểu lộ kiến thức cao cả của Ngài, kiến thức cao hơn tất cả kiến thức của các "Thần linh và Người". Kiến thức của Ngài rất rõ ràng và độc lập không liên can gì

đến thần thoại và hoang đường. Tuy nhiên, nơi đây lại còn cho thấy một hình thức vững vàng, tự nó biểu lộ được một cách rõ ràng và hiển nhiên để cho con người có thể theo Ngài. Vì lý do đó, đức Phật không đòi hỏi phải tin nhưng hứa hẹn kiến thức.

- George Grimm,

"Giáo Lý của đức Phật"

10. PHẬT GIÁO VÀ CÁC TÔN GIÁO KHÁC

HẬU PHẬT GIÁO: ẨM ĐỘ GIÁO

Phật giáo gây ảnh hưởng, cải tiến, biến đổi và làm sung mãn lại ẨM độ giáo trong nhiều đường lối và kinh thánh của ẨM độ giáo. Các đường lối của ẨM độ giáo được coi là hậu Phật giáo. Tiền giả thuyết về triết lý ẨM độ trong giáo lý Karma (Nghiệp) và tái sinh vào cùng với hệ thống Tiền Phật giáo đã đạt đến mức phát triển tối đa từ văn hóa Phật giáo và đã được thiết lập trên căn bản triết lý.

- Tiến Sĩ S. N. Dasgupta

ĐẠO ĐỨC PHỔ QUÁT

Trước khi Phật giáo ra đời, không có một tôn giáo nào của ẨM độ được nói đến là đã có thể thiết lập một hệ thống đạo đức và tôn giáo được phổ biến rộng rãi có giá trị cho tất cả.

- Tiến Sĩ S.N. Dasgupta

PHẬT GIÁO LÀ PHẬT GIÁO

Phật giáo và Jainism chắc chắn không phải là ẨM độ giáo (Hindu) và cũng không phải là Vedic Dharma (Vệ đà). Đúng vậy, Phật giáo phát sinh tại ẨM độ và là một phần trong toàn bộ đời sống văn hóa và triết học của ẨM. Tín đồ đạo Phật hay Jaina là trăm phần trăm sản phẩm tư tưởng và văn hóa ẨM. ẨM độ giáo (Hindu) dù được tin tưởng cũng không được xem như là toàn bộ đời sống văn hóa và triết học của ẨM độ. Thật là hoàn toàn nhầm lẫn khi cho

rằng văn hóa Ấn là văn hóa Ấn độ giáo (Hindu).

- Tổng thống Nehru ,

"Khám phá Ấn độ"

MÓN NỢ ĐỜI ĐỜI ĐỐI VỚI ĐỨC PHẬT

Với ý kiến thận trọng của tôi, phần giáo lý chủ yếu của đức Phật hiện nay hình thành một phần của toàn bộ Ấn độ giáo (Hindu). Ngày nay người Ấn độ giáo (Hindu) tại Ấn không thể tìm được dấu vết của đạo mình; và đi sau sự cải tổ to lớn của đức Phật Cồ Đàm đã ảnh hưởng Ấn độ giáo. Bởi sự hy sinh vô biên, bởi sự từ bỏ phi thường (thế tục), bởi sự thanh tịnh không tỳ vết trong cuộc đời của Ngài, Ngài đã để lại một ấn tượng không thể nào quên được cho Ấn độ giáo và Ấn độ giáo nhớ ơn đời đời vị thầy vĩ đại này.

- Mohandas Gandhi ,

"Maha Bodhi"

TÔN GIÁO CÓ ƯU THẾ.

Một hệ thống không biết đến Thượng đế theo lối Tây phương; một hệ thống chối bỏ linh hồn của con người; một hệ thống coi đức tin bất tử là sai lầm; một hệ thống không nhận sự hữu hiệu nào của cầu nguyện và hy sinh, một hệ thống khuyên con người không trông cậy vào đâu cả mà trông vào những cố gắng của chính mình để giải thoát; một hệ thống mà thanh tịnh nguyên thủy của nó không biết gì về lời nguyện, phục tùng và chưa bao giờ tìm sự giúp đỡ của bàn tay thế tục, đã được truyền bá nhanh chóng đáng kể trên thế giới từ thời thượng cổ cho tới bây giờ; một hệ thống dù có pha tạp những dị đoan ép buộc, vẫn là một tín điều ưu việt của phần lớn nhân loại.

- T.H.Huxley

QUAN NIỆM PHẬT GIÁO VỀ TỘI LỖI

Quan niệm về tội lỗi của Phật giáo khác hẳn với người Cơ đốc giáo. Với tín đồ Phật giáo, tội lỗi chỉ là vô minh hay ngu si. Một người hung ác là một

người ngu si. Kẻ phạm tội không cần đến trừng phạt mà cần được giáo hóa nhiều. Người đó không phải bị coi là "Vi phạm mạng lệnh của Thượng đế" hay như một kẻ phải cầu xin lòng lân mẫn, tha thứ của Thượng đế. Tốt hơn và cần thiết hơn cho người bạn phạm tội kia biết lẽ phải của con người. Người phật tử không tin là người phạm tội có thể thoát được hậu quả bởi tội lỗi gây ra bằng cách van vái cầu nguyện với Thượng Đế.

-John Walters,

"Tinh thần không bị giao động"

THẦN LINH CẦN SỰ GIẢI THOÁT.

Lần đầu tiên trong lịch sử loài người, đức Phật khuyến dụ, khẩn cầu và kêu gọi con người không nên làm hại một sanh mạng, không nên dâng lời cầu nguyện, lời ca tụng, hay hy sinh (sanh mạng) cho các Thần linh. Với tất cả tài hùng biện trong lệnh truyền của Ngài, đấng Vô Thượng Sư có lần hùng hồn tuyên bố là Thần linh, nói cho đúng, cũng cần đến sự giải thoát cho mình họ.

- Giáo Sư Rhys Dadis

11. THẾ GIỚI VÀ VŨ TRỤ

THẾ GIỚI KHÔNG TOÀN BÍCH

Đức Phật không giận hờn với thế gian. Ngài nghĩ là thế gian không phải là độc ác, bất trị mà là vô thường và mê muội. Ngài phiền não đôi chút về những người không nghe theo Ngài nhưng Ngài cũng không biếu lộ tình thần khó chịu.

- Giáo sư Elliot ,

"Phật giáo và Ấn độ giáo"

MỘT TRẬN CHIẾN VĨ ĐẠI

Toàn thể vũ trụ là một chiến trường rộng lớn. Chiến trận khắp nơi. Thế giới không có gì ngoài cuộc đấu tranh vô vọng chống lại các vi trùng của các

bệnh khủng khiếp, giữa phân tử chống lại phân tử, giữa nguyên tử chống lại nguyên tử, giữa điện tử chống lại điện tử. Tư tưởng cũng là bãi chiến trường. Các hình thức (sắc), âm thanh, vị giác... là kết quả sự phản công và giao chiến. Chính sự hiện hữu của chiến tranh cho thấy có một trạng thái Hòa bình Toàn hảo. Đó gọi là Nibbana (Niết bàn).

-Hòa thượng Narada Maha Thera,

"Lý tưởng Bồ Tát"

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Phật Giáo dưới mắt nhà trí thức

Lời người dịch

Thời đại của chúng ta hiện nay là một thời đại khoa học, các tôn giáo đều được phê phán dưới lăng kính khoa học. Những nhà trí thức, các khoa học gia, các nhà bác học, các học giả, các nhà văn, các nhà chính trị gia lừng danh trên thế giới không ngớt ca tụng Phật giáo và bày tỏ lòng ngưỡng mộ Đức Phật. đức Phật Thích Ca được tôn kính như bậc Thầy vĩ đại, một Thiện hữu, một vị Gương mẫu Toàn giác. Pháp hay giáo lý của Ngài chứa đựng những nguyên tắc căn bản, bất biến của Công bằng và Chân lý. Giáo lý của Ngài từ trên 2500 năm đem ánh sáng giác ngộ cho nhân loại, giải thoát xiềng xích gông cùm nô lệ, mang an lạc và hạnh phúc cho con người.

Nhận thấy quyển sách này của Đại lão Hòa thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda, một bậc chân tu thực học, là một công trình sưu tầm công

phu và giá trị nên chúng tôi không quản tài hèn đức mọn cố gắng dịch ra Việt ngữ với hy vọng đóng góp một phần nhỏ vào kho tàng văn hóa Phật giáo Việt nam tại hải ngoại.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ chư Tôn đức đã khích lệ, góp nhiều ý kiến bổ ích. Đặc biệt các Đạo hữu, Bác sĩ Đặng Hữu Phước, Viên Minh Phạm Đình Khoát, Minh Hỷ Phan Duyệt, Quảng Lâm Châu Ngọc Tòng, Quảng Hải Ngô Thanh Hùng, Diệu Chơn Lương Thị Mai, Diệu Hỷ Nguyễn Cung Thị Hỷ và Lý Kim Vân đã góp phần công đức trong việc ấn hành dịch phẩm này.

Chúng tôi xin hồi hướng công đức hoằng pháp này lên ngôi Tam Bảo và nguyện cầu hồng ân chư Phật thù từ gia hộ quý vị cùng bửu quyến thân tâm thường an lạc và hạnh phúc.

Sau cùng chúng tôi kính mong chư Tôn, thiên đức, pháp hữu ân nhân, các bậc thức giả cao minh vui lòng bỏ chính cho những sai lầm thiếu sót, để cuốn sách được hoàn chỉnh hơn trong kỳ tái bản.

Hoa kỳ, Mùa Vu Lan 2538-1994

THÍCH TÂM QUANG.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Phật Giáo dưới mắt nhà trí thức

Tiểu sử Đại lão Hòa thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda

Đại Lão Hòa thượng Tiến sĩ K.Sri Dhammananda, năm nay tuy đã 75 tuổi, Trưởng lão Tăng già Mã Lai Á, vẫn tích cực hoạt động; Ngài phục vụ Phật giáo Mã Lai trên 42 năm trong các chức vụ như một vị lãnh đạo tinh thần, một học giả, một cố vấn và một thiện hữu.

Ngài sanh ngày 18 tháng 3 năm 1919 trong gia đình Ông K.A. Garmage, làng Kirinde, Matara phía nam Sri Lanka (Tích lan). Ngài được đặt tên là Martin và là người con lớn nhất trong gia đình gồm có ba anh em và ba chị em.

Ngài khởi đầu việc học hành theo nền giáo dục thế tục tại một trường của chánh phủ tại Kirinde khi Ngài được 7 tuổi. Tuy còn nhỏ mà Ngài đã phát triển mối quan tâm đặc biệt đến Phật giáo. Ngài đã gia nhập các hoạt động và tổ chức được thiết lập trên các nguyên tắc và đạo đức Phật giáo. Ngài cũng có một người cậu làm Sư trưởng tại ngôi chùa địa phương. Người cậu này đã cùng với bà mẹ tận tâm của Ngài hướng dẫn tinh thần Ngài trong lúc thiếu thời. Do đó ý nghĩ trở thành một tu sĩ đã nhen nhúm trong đầu óc Ngài. Khi Ngài 12 tuổi, Ngài thọ giới Sa di với Hòa thượng K. Dhammananda Maha Thera tại ngôi chùa Kirinde và được pháp danh là "Dhammananda" có nghĩa là "NGƯỜI CHỨNG NGHIỆM HẠNH PHÚC QUA PHẬT PHÁP" (Pháp Lạc). Sau đó Ngài tiếp tục chương trình tu học 10 năm trước khi thọ đại giới tỳ kheo vào năm 1940.

Sau 10 năm tu học chuyên về giáo lý của đức Phật tại các tu viện Sri Dhammarana Privena, Ratmalama, Vidyāardhana, tại Colombo, Vidyalankara Pirivena tại Peliyagoda, Kelaniya, một đại học Phật giáo rất có uy tín, năm 26 tuổi Ngài tốt nghiệp văn bằng ngôn ngữ học, Triết lý và Kinh điển Pàli.

Năm 1949, Ngài tốt nghiệp cao học triết lý Ấn Độ sau bốn năm học tập tại

đại học Ấn Ba La Nại (Bénares). Trong số các giáo sư nổi tiếng tại đại học này có cố Tiến sĩ S Radgakrisnan, vị Tổng thống đầu tiên của Cộng hòa Ấn là giáo sư của Ngài.

Được huấn luyện và giáo dục, thấu triệt giáo lý Phật đà, Ngài trở về Tích Lan đem thực dụng kiến thức uyên thâm của Ngài. Tại Kotawila, Ngài thiết lập viện "Sudharma" huấn luyện giáo dục, an ninh xã hội, và nhu cầu tôn giáo cho quần chúng. Ngài cũng phát hành tam cá nguyệt tạp chí bằng tiếng Tích lan (Singhalese).

Năm 1952, trong số 400 các Tu sĩ trẻ tại Viyalanka Pirivina, Ngài được tuyển chọn đi phục vụ Mã Lai Á vì nơi đây cần một nhà hoằng pháp Giáo lý Phật đà. Vào thập niên 50 và 60. Phật giáo bị coi rẻ bởi giới trí thức người Hoa có học vấn tại Mã Lai vì lẽ những phương pháp thực hành do những người được gọi là Phật tử chỉ đang áp dụng trên cơ bản đều dựa theo các nghi thức cổ truyền và các hình thức lễ lượt khác. Hình như không một ai chú ý đến ý nghĩa đích thực của việc thực hành mà một người phật tử cần phải áp dụng. Bởi vậy, với quảng đại quần chúng có giáo dục tại nơi đây coi Phật giáo không có gì hơn chỉ là một bao bì chứa đựng dị đoan.

Nhờ sự cố gắng hoằng pháp của Ngài, nhiều người Hoa trong nước nhận thức được giáo lý chân thật của đức Phật. Hội Truyền bá Giáo lý Phật đà được thiết lập và Ngài không ngừng ra sức viết các bài vở, xuất bản các loại sách đủ cỡ về mọi phương diện của Phật giáo đem lợi ích cho người phật tử Mã Lai.

Hội Truyền giáo, là bộ phận hướng đạo được thiết lập, chịu trách nhiệm việc phổ biến tất cả bài vở của Ngài. Kết quả, Ngài nhận được rất nhiều thư của người Hoa trẻ có học thức, rành Anh ngữ trên khắp cả Mã Lai tán dương Ngài vì đây là lần đầu tiên trong đời họ đã hiểu được nghiêm chỉnh giáo lý Phật đà. Rồi Ngài khai sáng tờ báo "Tiếng nói của Phật giáo" cho đến bây

giờ vẫn đều đặn xuất bản một năm hai kỳ bởi Hội Truyền Giáo. Ngài là tác giả của những cuốn sách rất phổ thông như "Người Phật tử tin gì?", "Làm thế nào để sống khỏi sợ hãi và lo lắng", "Hạnh phúc lứa đôi", "Nhân loại tiến về đâu" và "Thiền định con đường duy nhất". Tuy không là một nhà thuyết giáo hùng biện nhưng Ngài đã thành công cảm hóa tư tưởng của thanh niên và giáo dục họ với một lối trình bày Giáo pháp của đức Phật một cách rõ ràng, đơn giản và khoa học.

Vào năm 1970 và năm 1975, trong chuyến du hành thuyết giảng về đạo Phật và triết lý Phật giáo trên thế giới, Ngài thuyết giảng tại đại học Lancaster, đại học Hull, đại học Manchester, đại học Oxford tại Anh Quốc, đại học Dharma Realm và Đông phương tại Hoa kỳ.

Do những thành quả của các hoạt động hoằng pháp và giáo dục của Ngài, Ngài được suy tôn "Tăng thống" Giáo hội Siam Maha Nikaya, Maluratta, tại Mã lai năm 1965 và được tặng cấp bằng Tiến sĩ Danh dự của các đại học Dhama Realm, đại học Đông Phương (Hoa kỳ), đại học Nalanda, đại học Ba-lã-nại (Benares - Ấn Độ) và đại học Pali của Tích lan. Ngài cũng được ân thưởng tước vị Hoàng gia Johan Setia Mahkota bởi Hoàng đế Mã lai. Kết quả tốt đẹp của Hòa thượng trong việc phục vụ cho cộng đồng Phật giáo không những chỉ trong phạm vi của Mã lai mà cũng cho tất cả thế giới bởi những ai cảm nhận được sự nhiệt thành không chút vị kỷ của Ngài để hoằng dương Phật pháp.

Lý do đó khiến người ta đã ủng hộ và ngưỡng mộ Ngài không riêng từ một cộng đồng mà từ nhiều cộng đồng. Ngài có, như đức Phật mô tả, Bảy đức cao quý của một đại nhân trong kinh Sakha Sutta (A.N. 4:31): Ngài là người đáng yêu, được kính trọng, học thức, là một cố vấn, một người nhẫn nại chịu nghe, thâm trầm trong đàm luận và không bao giờ cổ xúy một cách vô căn cứ.

Benny Liow Woon Khin
Kuala Lumpur, Malaysia,
18 tháng 3 năm 1994.

Ven. Dr K. Sri Dhammananda

Phật Giáo dưới mắt nhà trí thức

VỀ VIỆC XUẤT BẢN CUỐN SÁCH

Đạo Phật là một tôn giáo vĩ đại đã giác ngộ nhân loại từ 25 thế kỷ qua, giải thoát con người khỏi tất cả những xiềng xích nô lệ, các thực hành theo mê tín dị đoan. Đạo Phật là một tôn giáo khoa học, ngày nay tất cả các nhà văn hóa trí thức trên thế giới dù có hay không liên hệ gì đến Phật giáo đều tôn kính đức Phật Cồ Đàm trong khi những nhà khai sáng các tôn giáo khác chỉ được các tín đồ của mình tôn kính mà thôi. Không phải chỉ những người thuộc một số tôn giáo mà ngay cả những người được gọi là tự do tư tưởng cũng rất kính trọng Đấng Giác Ngộ Tối Cao Độc Nhất trên hoàn vũ này. Nhìn từ quan điểm lịch sử, chưa từng có một vị Đạo sư nào mà phát triển tinh thần tự do tôn giáo đến cực điểm cũng như lòng tin thích đáng đối với nhân loại như đức Phật. Trước khi đức Phật giáng thế, tôn giáo chỉ do một số giáo phái trong xã hội độc quyền nắm giữ. Đức Phật là một vị Thầy trong lịch sử không phân biệt, mở cửa tôn giáo cho từng cá nhân cũng như cho tất cả mọi người trong xã hội.

Đức Phật khuyên các đệ tử Ngài trau dồi học hỏi và mở mang sức mạnh

tiềm ẩn nơi con người và tự chính nơi mình biểu dương được cách thức sử dụng hữu hiệu nhất sức mạnh ý chí và trí thông minh của mình không cần phải làm tôi mọi cho một chúng sanh nào đó để tìm hạnh phúc trường cửu mà Ngài tuyên bố cho thế giới biết qua kinh nghiệm bản thân Ngài chứ không phải qua các lý thuyết hay qua các tín ngưỡng hay phong tục tập quán. Giáo lý đức Phật là để cho con người ứng dụng thực tiễn mà không cần một nhãn hiệu nào.

Trong việc sưu tập cuốn sách này, tôi đã chọn lọc một số các lời phát biểu của các nhân vật nổi tiếng, triết gia, học giả, sử gia, văn hào, khoa học gia, các hàng giáo phẩm, các nhà cách mạng xã hội và các chính khách danh tiếng trong thế giới tiên tiến, tất cả đều là các nhà trí thức đứng hàng đầu. Trong số này đa số không phải là người Phật giáo mà là những nhà tự do tư tưởng. Theo họ, Phật giáo là một tôn giáo thực tế nhất, hợp lý nhất, triển khai rất khoa học, phục vụ hữu hiệu nhân loại nếu những người theo đạo Phật thực hành nghiêm chỉnh tôn giáo này.

Lý do trên đã cho tôi niềm vui lớn lao trong việc trình bày các đoạn văn trích dẫn từ các sách và báo chí. Dù có một số người cho rằng Đạo Phật đứng đầu trong lãnh vực tôn giáo nhưng việc sưu tập các đoạn văn này, không có ý muốn làm giảm niềm tin nơi các tôn giáo khác và việc xuất bản cuốn sách này cũng không phải để trình bày quan điểm Phật giáo đứng hàng đầu mà trái lại chỉ để phản ánh tầm nhìn vô tư của một số các nhà trí thức.

Tất cả những lời chú thích về các lời phát biểu trong sách này đều do nơi người sưu tập.

K. Sri Dhammananda

25.11.1992 - P.L. 2536.