



# Đạo Phật với tình yêu thương, an lạc, hạnh phúc

ISSN: 2734-9195

16:23 15/12/2023

Tình yêu thương từ góc nhìn đạo Phật, hoặc thậm chí của một người xuất gia tu hành, đôi khi có vẻ như đây không phải là tình yêu thương. Từ góc nhìn trần tục, mọi người có thể thấy một phật tử qua lời nói hay hành vi những điều trông thấy như ác cảm hoặc đang cơn giận dữ, nhưng những hành động đó có thể là tình yêu thương nếu được thực hiện vì mục đích có lợi.

Tác giả: **Adele Tomlin** Việt dịch: **Thích Vân Phong**

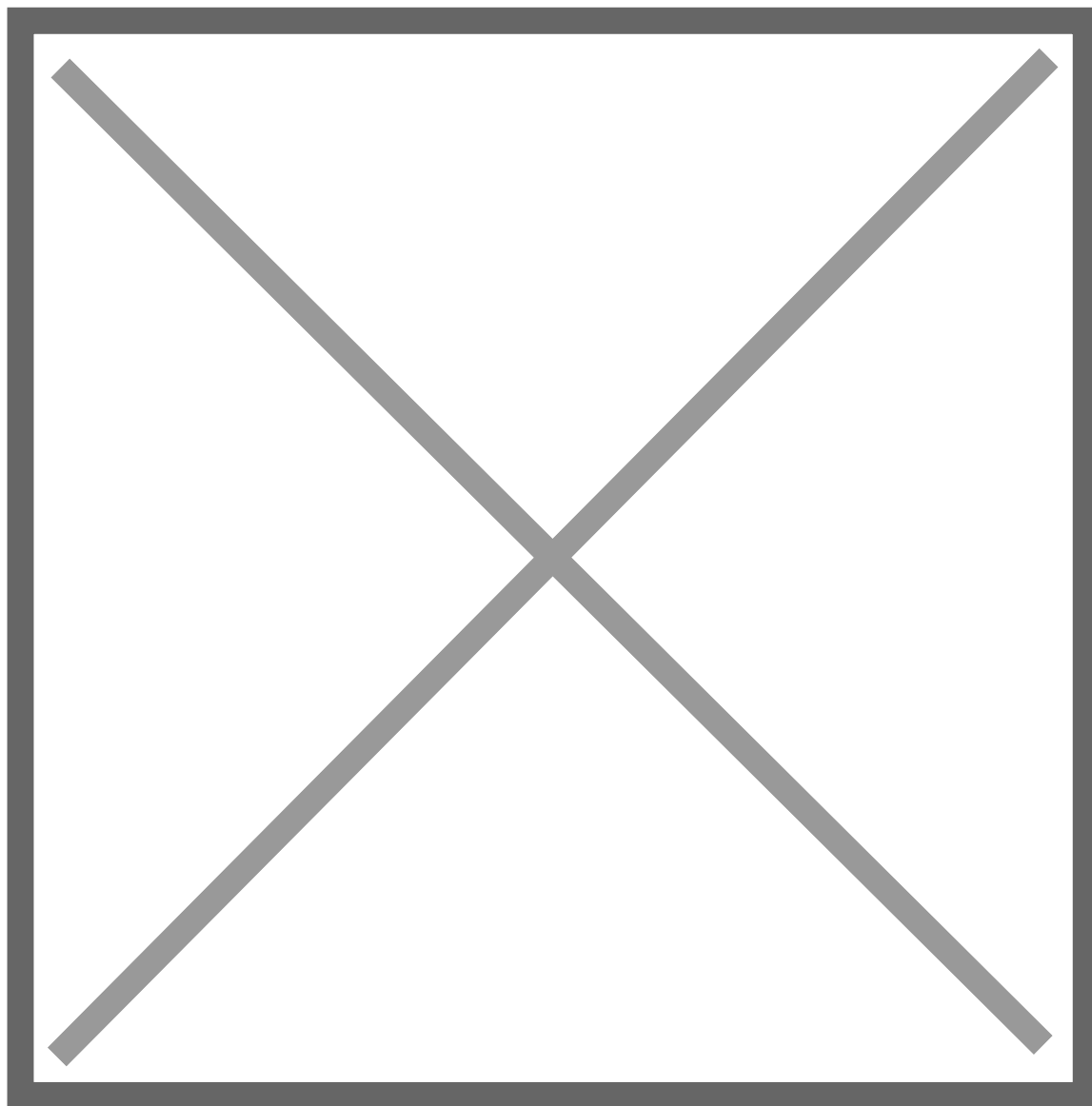
**Cư sĩ Adele Tomlin, tác giả, học giả, dịch giả, hành giả Kim Cương thừa,** đồng thời là người sáng lập Trung tâm Dịch thuật và Xuất bản Dakini (Dakini Translations and Publications;



), thảo luận về đạo Phật với Tình yêu thương và An lạc Hạnh phúc “Tình yêu và Hạnh phúc trong Phật giáo; Buddhist love and bliss”, trích đoạn ngắn này từ “livia Clementine’s podcast Love & Liberation”, nơi tổ chức các cuộc. Nghe toàn bộ phim “Adele Tomlin: The Inner Level of Tantric Union, Celibacy, Bliss & Love”.

**Nữ cư sĩ Olivia Clementine:** Tôi muốn đề cập đến chủ đề tình yêu thương. Thế nào là tình yêu thương từ góc nhìn Phật giáo Mật tông Kim Cương Thừa?

Cư sĩ Adele Tomlin: Tình yêu thương là Thiết thực cho mỗi Cá nhân phải không? Theo một cách nào đó, từ góc nhìn của đạo Phật, không có một sinh vật nào mà không cần sự yêu thương. Có lẽ từ hạnh phúc là phù hợp hơn, nhưng tất cả chúng ta đều muốn sự hài lòng nào đó. Phần lớn sự hài lòng đó, đặc biệt là trong các mối quan hệ giữa con người với nhau, cũng như với động vật, đều xuất phát từ cảm giác được yêu thương, hoặc từ sự trù mến yêu thương.



Thông thường sự khác biệt giữa tình yêu thương và thế nào tình yêu thương từ góc nhìn Phật giáo Mật tông Kim Cương Thừa?

Trước hết, thế nào là tình yêu thương? Đây là câu thắc mắc mà các nhạc sĩ, nghệ sĩ đã trăn trở từ lâu. Theo góc nhìn của đạo Phật, điều này thật đơn giản. Đó là điều mong muốn người khác được thực sự hạnh phúc. Thông thường khi chúng ta đề cập đến từ “Hạnh phúc”, chúng ta cảm giác như nó đang làm những điều hoàn hảo và cảm giác dễ chịu. Nó được kết nối với điều này, nhưng hạnh phúc trong bối cảnh Phật giáo không phải là một loại dục lạc hay cảm giác êm dịu thoải mái của trần tục. Được mát-xa mang lại cảm giác thư giãn nhanh chóng, dễ chịu nhưng về lâu dài nó không phải là điều khiến chúng hạnh phúc. Cảm giác thật tuyệt vời, nhưng cảm giác đó liền mất đi sau đó, phải không? Điều đó cũng tương tự với các mối quan hệ và mọi thứ chúng mà chúng ta làm để có được những cảm giác hạnh phúc đó. Chúng ta đều biết nó không thể tồn mãi.

Trong bối cảnh Phật giáo, tình yêu thương là mong muốn người khác được hạnh phúc, mong muốn học có được tình yêu thương như thế. Nhưng cũng phải hiểu rằng những gì chúng ta thường nghĩ là hạnh phúc không phải là điều mà hầu hết mọi người liên tưởng đến hạnh phúc.

Vì vậy nếu tôi cố gắng trở thành một hành giả Phật giáo và phát triển tình yêu thương, điều tôi muốn làm là nghĩ rằng: “Thực sự tôi mong muốn tất cả mọi người, hoặc những chúng sinh ấy sẽ mãi đạt được hạnh phúc thực sự”. Điều mà các bạn mong muốn họ, từ góc nhìn đạo Phật, là sự giải thoát sinh tử luân hồi, hoá giải hết những nỗi khổ niềm đau, đạt đến tự do tự tại trong cuộc sống.

Tuy nhiên, tình yêu thương từ góc nhìn đạo Phật, hoặc thậm chí của một người xuất gia tu hành, đôi khi có vẻ như đây không phải là tình yêu thương. Từ góc nhìn trần tục, mọi người có thể thấy một Phật tử qua lời nói hay hành vi những điều trông thấy như ác cảm hoặc đang cơn giận dữ, nhưng những hành động đó có thể là tình yêu thương nếu được thực hiện vì mục đích có lợi. Đôi khi, những chúng sinh chưa trưởng thành, giống như trẻ con, không lắng nghe. Họ đặt mình vào tình huống đủ loại hiểm nguy và rủi ro. Vào những thời điểm ấy, vì tình yêu thương mà phương pháp giảng dạy phải nghiêm khắc hơn một chút. Đối với những đôi mắt vô cảm, có thể họ nhìn vào đó và nghĩ rằng “chao ôi, cảm thấy thái độ không được yêu thương cho lắm!”.

Quan niệm trần tục của chúng ta về tình yêu thương thường lấy bản thân làm trung tâm. Từ góc độ những gì chúng ta nhìn vào tình yêu thương một người. Họ khiến tôi cảm thấy thế nào? Họ có làm cho tôi cảm giác hạnh phúc hay không? Tất cả chúng ta đều có thói quen làm điều này, ngay cả tôi cũng thế. Đây là lý do tại sao chúng ta đau khổ vì các mối quan hệ. Khi chúng ta chỉ ích kỷ muốn ai đó làm cho mình cảm thấy dễ chịu, rồi đột nhiên họ không làm thế, chúng ta liền cảm thấy như không còn yêu thương họ nữa, phải không? Đó chính là những khó khăn. Theo góc nhìn của đạo Phật, đó là lý do tại sao các mối quan hệ và mối quan hệ lãng mạn có thể tồn tại trong nhiều dạng khác nhau của chúng ta thường không bền lâu.

Khi mối quan hệ của chúng ta với gia đình, con cái hoặc bất kỳ ai chẳng may gặp phải khó khăn, thường là bởi vì - mọi người không muốn nghe điều này - thực sự chúng ta không yêu thương. Như chúng ta nghĩ là không yêu thương người nhiều. Điều ấy có thể đau đớn khi thừa nhận, bởi vì chúng ta thường tin, đặc biệt là với gia đình và bạn bè thân thiết, rằng thực sự chúng ta yêu thương họ. Trong một cách chúng ta làm. Thực sự chúng ta muốn họ được hạnh phúc và vui mừng khi những điều tốt đẹp diễn ra với họ. Tuy nhiên, những trạng thái tinh thần ấy cũng có thể rất mong manh.

Tất cả chúng ta đều nghĩ rằng, trước đây mình đã từng yêu thương ai đó, những mối quan hệ lãng mạn là ví dụ điển hình. Rồi đột nhiên có chuyện gì đó xảy ra, hoặc một người bạn nói hoặc hành động điều gì đó xúc phạm chúng ta, và bỗng nhiên, tình yêu thương của chúng ta dành cho họ hoàn toàn biến mất. Tình huống đó cho thấy rằng thực sự chúng ta không yêu thương họ nữa.

Đôi khi chúng ta đánh giá thấp những gì cần có để yêu thương, để trở thành một người thực sự yêu thương. Chúng ta nghĩ rằng đây là một từ nhẹ nhàng, phù hợp với mọi thứ. Tuy nhiên, đây là một hành trình để học cách hiện diện nơi đây vì lợi ích của người khác. Có thể mọi thứ đã khác đi? Các bạn có nghĩ mọi người thiếu hiểu tình yêu thương khác nhau vào những thời điểm khác? Đây là một câu thắc mắc hay. Tôi nghĩ có một sự hoài niệm nào đó về tình yêu lãng mạn và mọi thứ đã tươi đẹp hơn trong quá khứ. Chúng ta có thể nhìn vào cuộc đời của đức Phật Thích Ca Mâu Ni, ngắm nghĩ xem lý do tại sao Ngài lại rời bỏ cung vàng điện ngọc, hoàng gia, vợ đẹp con ngoan và tất cả những thứ trân quý như vàng bạc châu báu ấy?

Đó là hơn 25 thế kỷ trước. Điều chúng ta học được từ những câu chuyện của đức Phật là hỷ xả tất cả, mọi việc không nhất thiết phải cầu toàn trong thế giới tương đối. Những vấn đề liên quan đến sự vấn vương vướng mắc, những nỗi khổ niềm đau, tình yêu có điều kiện liên quan đến các mối quan hệ cũng đã hiện diện rất nhiều trong quá khứ. Chúng ta là loại cơ bản đối với tình trạng của con người. Điều mà đức Phật đã chỉ cho chúng ta thấy là, thật không may, tất cả chúng sinh, chứ không chỉ riêng nhân loại, điều thiếu sự hiểu biết hoặc áp dụng tình yêu chân chính.

Nhưng sao đó người ta đã đưa ra ví dụ về người mẹ. Tất nhiên, đây là khuôn mẫu nguyên sơ, và không phải ai cũng có một người mẹ yêu thương tuyệt vời, nhưng khuôn mẫu nguyên sơ là người mẹ yêu thương này. Tại sao? Bởi vì bà ấy như vị Thánh mẫu nguyên sơ đại diện, gần gũi nhất có thể trong thế giới loài người, tôi nghĩ, tình yêu thương vô điều kiện này. Một người muốn điều hoàn hảo nhất cho người khác. Ai đó không muốn họ đau khổ. Vì thế, để trả lời thắc mắc của các bạn, tôi không nghĩ nó nhất thiết phải cầu toàn trong quá khứ. Mặc dù có thể một số người nghĩ rằng nó đã hay đang như thế.

**Trở lại vấn đề an lạc hạnh phúc và tình yêu thương, tình yêu khác nhau như thế nào?** Tôi nghĩ chúng có mối liên hệ chặt chẽ. Đặc biệt là khi chúng ta thực sự ở trong tình yêu thương và vui mừng chân thành. Tình yêu và niềm vui cũng có mối liên hệ chặt chẽ. Khi yêu thương chúng sinh khác, các bạn hoan hỷ khi họ hạnh phúc, khi những điều tốt đẹp diễn ra với họ, khi họ tiến gần hơn đến sự an lạc giải thoát.v.v. . .

Loại hỷ lạc, niềm vui đó, trạng thái yêu thương ấy, bản thân nó là một cách kết nối với bản chất tối thượng, được gọi là phúc lạc hay hợp nhất với tính không. Hạnh phúc chứa đựng những phẩm chất của tình yêu thương, niềm vui và từ bi tâm - tất cả những phẩm chất tinh thần đẹp đẽ của phật tính - nhưng không có bất kỳ chủ nghĩa ích kỷ nhị nguyên nào. Theo một cách nào đó, có lẽ đây là điểm khác với tình yêu đơn phương; thay vì quan niệm nhị nguyên về tình yêu, nó chỉ đơn thuần là tình yêu thương mà thôi!

What is Love? The Buddhist view of love, attachment and equanimity in our relationships

<https://www.youtube.com/watch?v=y-7OMI8RzIU>

Tác giả: **Adele Tomlin** Việt dịch: **Thích Vân Phong** Nguồn: **Tricycle: The Buddhist Review**