



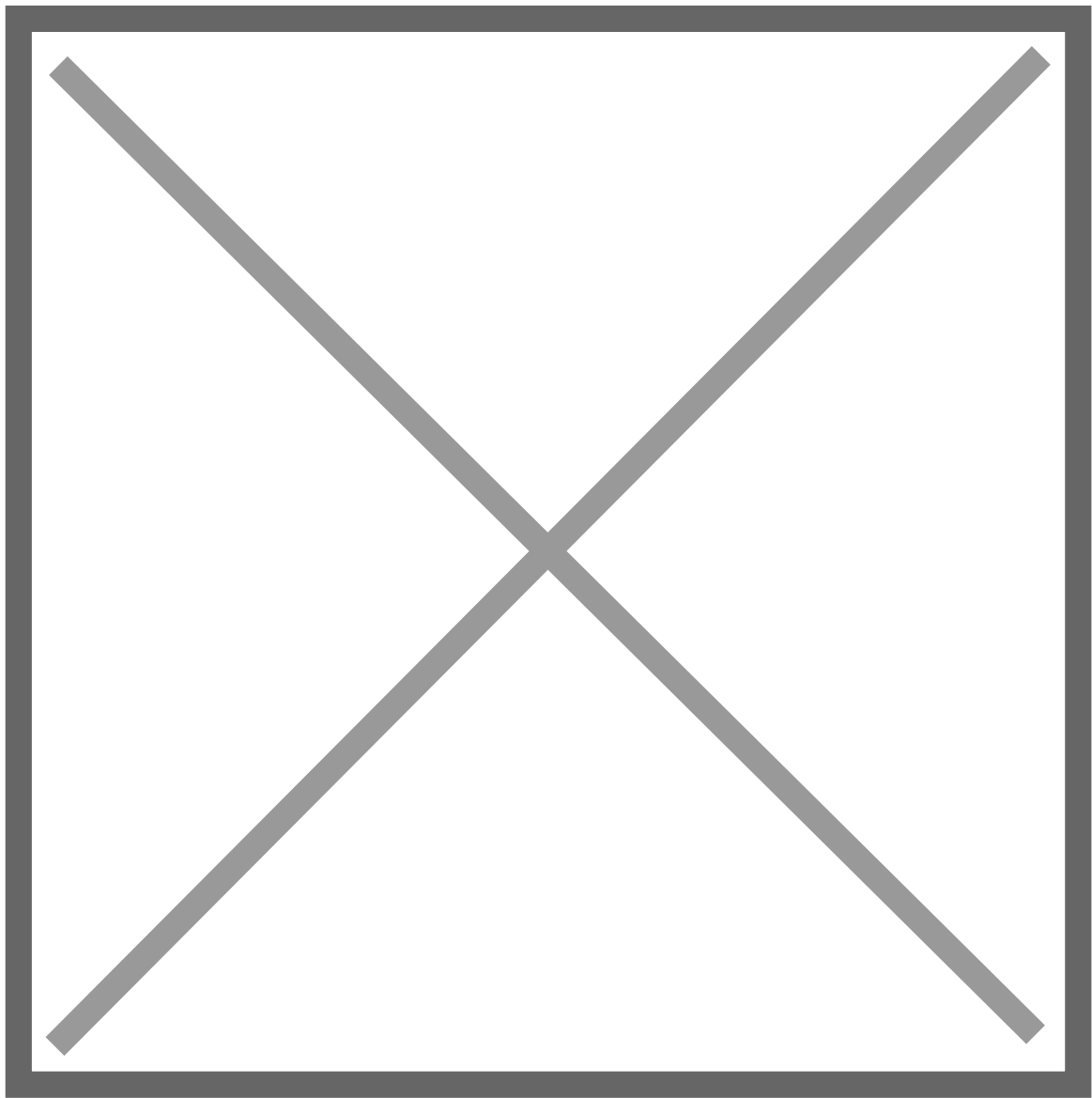
# Một cuộc sống Đầy đủ và Hạnh phúc hơn

ISSN: 2734-9195 22:52 08/11/2021

Tác giả: **Phan Tông Quang** Biên dịch: **Thích Vân Phong** (Nguồn: 潘宗光教授網)

Thói quen của chúng sinh thường tự cho mình là trung tâm, mãi mê những ham muốn vật chất không bao giờ có giới hạn của sự thỏa mãn. Đối với mọi thứ trên đời, bạn muốn sở hữu những thứ tốt, từ chối những cái xấu, tức là tham lam và chán ghét.

Khi tâm trí con người bị chi phối bởi hai thế lực này, họ không thể nhìn nhận sự việc một cách khách quan, nên cách đối nhân xử thế hay nói cách khác là sự đối trị dễ bị trục trặc.



Trong cuộc sống, có nhiều người nổi tiếng, nhưng họ có thực sự hạnh phúc? Một số người không ngần ngại sử dụng các phương tiện không chính đáng để đạt được danh và lợi, chẳng hạn như làm hại người khác vì lợi ích riêng cho bản thân, hoặc ức hiếp, đánh đập, vu khống những người mà họ không thích, không ưa.

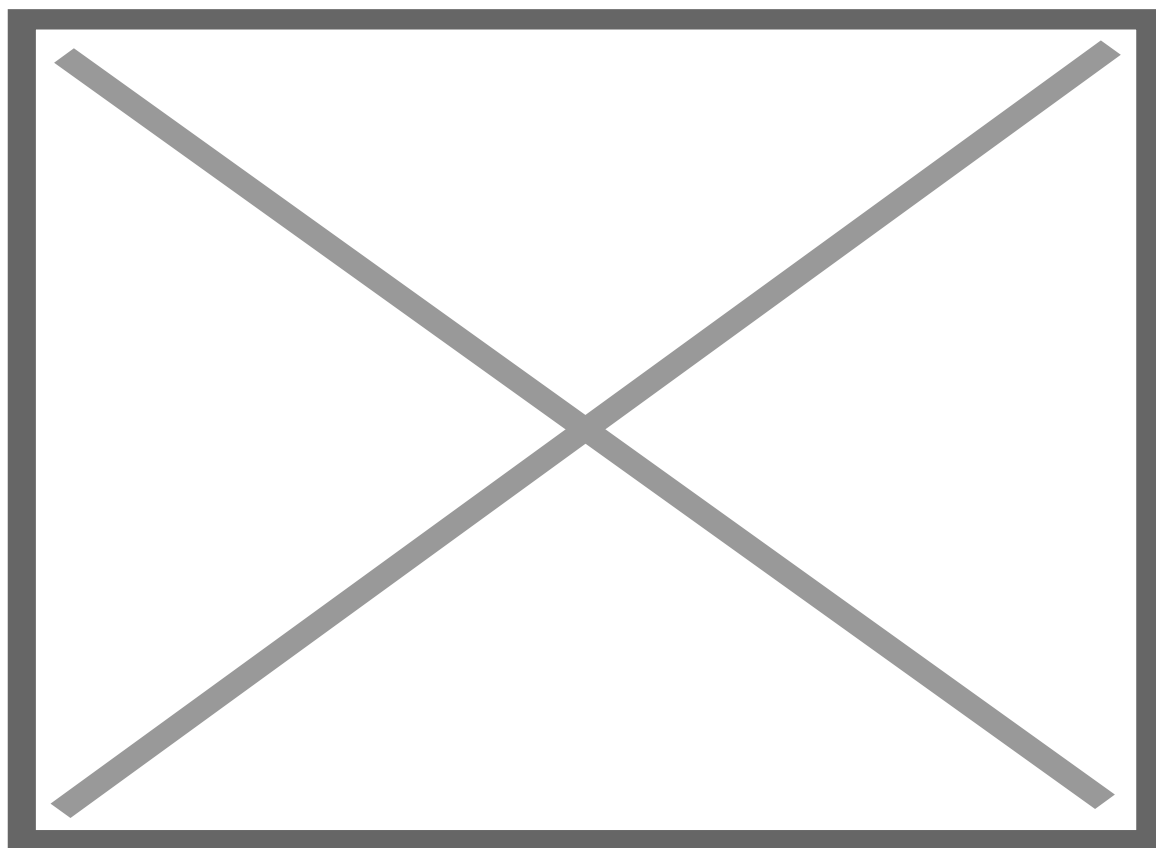
Mọi người không ngừng suy nghĩ về sự khác biệt, và họ có thể cảm thấy tội lỗi khi tỉnh giấc lúc nửa đêm dài trong mộng. Nếu tâm không thể thanh thản thì khó có thể gọi là một cuộc sống hạnh phúc.

Đạo Phật chỉ ra rằng, sự hạnh phúc của con người không dừng ở sự thỏa mãn những đam mê vật chất, mà là **sự bình an, thanh thản hồn nhiên nội tâm.**

Khi đã sinh ra thì không thể tránh khỏi tứ khổ sinh, già, bệnh, chết, dù có danh vọng tột đỉnh, quyền lực, cao sang đến mấy cũng không thể thay đổi quy luật cuộc sống vô thường này. Con người càng gần đến tứ khổ sinh, lão, bệnh, tử,

tâm người sẽ càng dao động, chẳng hạn như nghĩ đến cách đối phó với danh vọng và được tích lũy vàng bạc châu báu, tiền tài vật chất. Nói một cách tương đối, nếu một người sẵn sàng thanh thản hồn nhiên với cuộc sống đơn giản, cảm thấy thoải mái, đối mặt với cuộc sống tự do tự tại, thì đây chẳng phải là một cuộc sống hạnh phúc sao?

Tất nhiên, đạo Phật không phủ nhận mọi người trong xã hội đều theo đuổi danh lợi, nhưng nhấn mạnh rằng phương pháp sinh kế phải đúng đắn (chính mệnh)\*, ví dụ như việc thực thi pháp luật, không vì lợi ích cá nhân mà làm tổn hại người khác, và có lương tâm trong sáng, điều này không làm ảnh hưởng đến sự thanh thản hồn nhiên nội tâm, và chúng ta phải đi xa hơn và sử dụng tiền tài sở hữu của mình để làm lợi ích cho tất cả chúng sinh.



Đạo Phật chú trọng đến tri kiến như thật, tức thông quan tu tâm dưỡng tính để chuyển hóa tam độc (tham lam, giận dữ và si mê), tư duy khách quan và cởi mở hơn, hiểu vấn đề rõ ràng hơn, tự trau dồi cho suối nguồn Từ bi tươi mát hơn, và ánh dương Trí tuệ ấm áp hơn, vì vậy, sự thật quang minh chính đại hơn, và cuộc sống an lạc hạnh phúc trọn vẹn.

Phương pháp tu tâm dưỡng tính rất đa dạng và phong phú, tóm lại khái quát pháp tu đạo Phật là Tam vô lậu học:

**GIỚI:** Dứt các việc Ác và tích cực tu Thiệp nghiệp;

**ĐỊNH:** Luôn thu phục tâm khỉ vượn luôn tung tăng với trần lao phiền não;

**TUỆ:** Luôn sáng suốt trong nhận định chính xác mọi vấn đề.

Trên thực tế, để xác định mục tiêu tương lai tốt hay xấu đều phụ thuộc và chỗ tạo nghiệp từ tâm thức của các bạn. Đạo Phật xác chứng rằng: cá nhân thực sự chứng nghiệm, đủ để ảnh hưởng đến mọi thứ, và cơ học lượng tử của vật lý hiện đại cũng đã xác minh sự thật này từ các thí nghiệm; Vạn vật trong vũ trụ ảnh hưởng lẫn nhau, vạn vật đều là kết quả của sự kết hợp giữa Nhân và Duyên, không có tính nhất định. Vì vậy, mọi người phải chăm chỉ làm việc và hợp tác với tâm lý đúng đắn để cải biến môi trường xung quanh các bạn.

Đạo Phật dạy rằng, tri túc thường lạc, thường chiến thắng dục vọng, không thể để hạnh phúc nhất thời lừa dối các bạn.

Thân người hiếm có, Phật pháp khó gặp, nếu có duyên gặp Phật pháp thì nên tinh tấn tu tâm dưỡng tính, phát minh chân tâm, Phật tính nơi chính mình, nhận ra chân lý cuộc sống, làm cho cuộc sống cảm thấy thanh thản hồn nhiên, an lạc hạnh phúc và thoát khỏi luân hồi khổ.

**\*Chính mệnh:** Chính mệnh là sinh sống một cách chân chính bằng nghề nghiệp lương thiện, trong sạch của mình. Người thực hành đúng Chính mệnh sống một cuộc đời ngay thật, không gian tham, không làm giàu trên mồ hôi, nước mắt của người khác, không làm cho người và vật phải đau khổ vì nghề nghiệp của mình. Người thực hành Chính mệnh sống một cuộc đời có ý nghĩa lợi mình, lợi người, xứng với bát cơm mình ăn, manh áo mình mặc chứ không ăn không ngồi rồi, sống bám vào người khác.

Người thực hành Chính mệnh sống đúng Chính pháp, không mê tín dị đoan, vì biết thân tứ đại vốn vô thường, nên lấy tịnh giới làm thể, lấy trí tuệ làm mạng, bỏ niệm vọng cầu, an vui với chính pháp.

Tác giả: **Phan Tông Quang** Biên dịch: **Thích Vân Phong** (Nguồn: 潘宗光教授網)