

Phật giáo có đường lối riêng - Phần 6

ISSN: 2734-9195 16:38 09/01/2024

Phật giáo có đường lối riêng

Trước tiên, một người muốn tu theo Phật giáo còn trong chiếc áo người cư sĩ thì hàng ngày phải tu tập đức hạnh nhân bản - nhân quả sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sinh. Muốn sống đạo đức như vậy thì nên lấy năm đức của Phật giáo mà làm nền tảng cho sự sống:

1- Đức Hiếu Sinh; 2- Đức Ly Tham; 3- Đức Chung Thủy; 4- Đức Thành Thật; 5- Đức Minh Mẫn.

Hạnh NHẪN NHỤC

Khi muốn sống đúng được năm đức hạnh này thì phải học tập để biết cách sống với mọi người bằng sự thể hiện đức hạnh NHẪN NHỤC. Bởi vì trong cuộc sống thường chung đụng với mọi người nên có nhiều ác pháp xảy ra. Ác pháp xảy ra thường mang đến sự khổ đau cho loài người.

Muốn ngăn chặn những sự đau khổ này thì phải diệt trừ ác pháp. Ác pháp đầu tiên thì chỉ có đức hạnh NHẪN NHỤC mới dẹp trừ được mà thôi. Khi ác pháp được dẹp trừ thì trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta mới có sự bình an, yên vui. Trong cuộc sống dù gặp muôn vàn ác pháp như thế nào thì đức hạnh NHẪN NHỤC sẽ giúp cho quý vị thoát ra mọi nỗi khổ đau.

Vì vậy hạnh nhẫn là hàng đầu trong sự tu tập theo Phật giáo, nó là phong cách sống cao thượng hơn mọi người, quý vị cần nên nhớ điều đó.

Người sống với đức nhẫn nhục là sống không làm khổ mình, khổ người. Quý vị có thấy điều này không?

Ai sống được với đức nhẫn nhục là nâng cao sự sống của mình ngang hàng với những Thánh nhân. Bởi vậy, muốn làm Thánh mà không sống được với đức nhẫn nhục thì không thể làm Thánh được. Những bậc Thánh hơn người là những người biết sống với đức nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng.

Trong cuộc sống này, nếu ai biết sống nhẫn nhục là người biết sống đem lại sự an vui cho mình và mọi người. Vì đức hạnh nhẫn nhục luôn luôn không làm khổ mình, khổ người.

Sống hạnh nhẫn nhục như thế nào?

- 1- Người ta chửi mình, mình không nên chửi lại, đó là hạnh nhẫn nhục.
- 2- Người ta đánh mình, mình không nên đánh lại, đó là hạnh nhẫn nhục.
- 3- Người ta nói dối không thật, nhưng mình không nên chỉnh sửa sai những điều đó. Vì chỉnh sửa sai những điều đó người ta sẽ xấu hổ sinh thù oán.
- 4- Người ta nói nặng lời với mình những lời nói thô lỗ, mình không nên nặng lời và dùng những lời nói thô lỗ với họ. Vì dùng những lời nói qua lại như vậy chẳng khác nào như chửi mắng nhau, đó không phải là đức hạnh nhẫn nhục.
- 5- Người ta nói xấu mình nhưng mình không nói xấu lại, đó là đức hạnh nhẫn nhục.
- 6- Người ta hay tranh luận hơn thua với mình thì mình nên tránh, không nên tranh luận hơn thua với họ. Vì tranh luận hơn thua như vậy là thiếu đức nhẫn nhục.
- 7- Người nói đúng, nói sai, mình chỉ biết làm thinh, không nói đúng, nói sai, nói phải, nói trái. Mặc dù chúng ta biết rất rõ đúng sai, phải trái, nhưng không phê phán ai cả, đó là hạnh nhẫn nhục.
- 8- Người ta cho mình ăn cái gì thì mình ăn cái nấy, không chê dở hay khen ngon, đó là hạnh nhẫn nhục.

Phật giáo có đường lối riêng

ĐỨC TÙY THUẬN

Bản thân sống ở đời ai cũng biết tùy thuận lẫn nhau thì làm sao có sự bức mình, tức giận, buồn phiền, khổ đau, v.v.. Gia đình vợ chồng không biết tùy thuận lẫn nhau thì không tránh cơm không lành, canh không ngọt, lúc nào cũng sống trong cảnh bất an.

Xã hội mọi người biết tùy thuận nhau thì không tranh đua hơn thiệt, cao thấp, không so đo giàu nghèo, sang hèn thì không bao giờ có xung đột và chiến tranh thì xã hội sẽ có trật tự, an ninh.

Đức hạnh TÙY THUẬN là một đức hạnh giúp cho loài người sống bình an yên vui. Vì thế, nó có một giá trị rất lớn cho đời sống con người cùng sống chung nhau trên hành tinh này.

Dùng danh từ TÙY THUẬN thì người ta hiểu nghĩa một cách lơ mờ, không sâu sắc bằng chúng ta đưa ra những hành động cụ thể tùy thuận như:

1- Kinh sách Đại thừa dạy cúng bái cầu siêu, cầu an. Vậy mình cũng nên tùy thuận tụng niệm cầu siêu, cầu an để quý thầy Đại thừa khỏi nghi ngờ, nhưng mình sẽ dùng pháp ly dục ly bất thiện pháp tu tập thì có ai biết đâu.

2- Mình tùy thuận ngồi thiền như các thầy bên Thiền Đông Độ, nhưng mình cứ tu theo pháp môn của Phật dạy ly dục ly ác pháp thì có ai biết đâu.

3- Tùy thuận nhưng không bị lôi vào ác pháp. Có một người bạn mời chúng ta đến ăn giỗ, chúng ta sẵn sàng đến. Trong bữa ăn dọn lên toàn là thực phẩm thịt cá, mọi người đều cầm đũa ăn ngon lành, chúng ta cũng vậy, nhưng lại toàn ăn rau cải chứ không hề ăn một miếng thịt nào cả. Đó là trong khi chúng ta tùy thuận với bạn bè nhưng họ không giữ đức hiếu sinh, còn mình là người giữ gìn đức HIẾU SINH.

4- Người sống với đức hạnh tùy thuận là người biết sống hòa hợp với mọi người mà không làm khổ mình, khổ người.

5- Đức hạnh tùy thuận là một hành động sống đạo đức trong muôn ngàn hành động sống đạo đức khác không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sinh.

6- Ai sống biết tùy thuận là biết đem lại sự an vui cho mình, cho người trong cuộc sống.

7- Người biết sống trong gia đình cũng như ngoài xã hội đều phải lấy đức tùy thuận mà sống thì gia đình trong ấm ngoài êm, còn xã hội thì có trật tự an ninh.

8- Trong xã hội mọi người ai cũng biết sống tùy thuận thì xã hội ấy là Thiên Đàng.

9- Người biết sống tùy thuận là người luôn luôn có nụ cười trên môi, tâm hồn họ lúc nào cũng thanh thản, an lạc và thường hoan hỷ với mọi người.

10- Người biết sống tùy thuận là người ít bệnh tật tai nạn, cuộc sống thường được an vui hạnh phúc.

11- Bởi vậy đức tùy thuận là một đức hạnh cao thượng đối với mình, với người, không bao giờ làm khổ ai.

ĐỨC BẰNG LÒNG

Bằng lòng là một đức hạnh xả tâm cao nhất trong Phật giáo, vì có BẰNG LÒNG tâm mới có an vui. Bằng lòng tức là vui lòng, chứ không phải bằng mặt, nghĩa là vui lòng trước mặt mà sau lưng thì không vui.

Bằng lòng ở đây là vui lòng chấp nhận mọi ý kiến và việc làm của người khác không có chút gì còn chướng ngại trong lòng. Bằng lòng tức là chấp nhận và vui vẻ. Một người luôn luôn giữ gìn được tâm BẰNG LÒNG thì người ấy sống không còn chút gì đau khổ trong lòng.

Cho nên cuộc sống chung đụng với mọi người mà người biết sống với đức hạnh BẰNG LÒNG thì người ấy không còn bị những ác pháp làm đau khổ, không còn bị các chướng ngại pháp làm khổ đau.

Tóm lại, trong xã hội loài người mà mọi người ai ai cũng đều biết sống đối xử với nhau bằng những hành động thân, miệng, ý luôn luôn thể hiện đức hạnh: NHẪN NHỤC, TÙY THUẬN và BẰNG LÒNG thì thế gian này yên vui và hạnh phúc biết bao!!!

Thấy biết rõ ba đức hạnh NHẪN NHỤC, TÙY THUẬN và BẰNG LÒNG này sẽ đem lại sự lợi ích rất lớn cho loài người. Cho nên chúng tôi thường ước nguyện sao cho mọi người thấu hiểu sự sống của mọi người rất quý báu vô cùng, ước mong mọi người hãy vì sự sống chung nhau trên hành tinh này mà diệt trừ lòng ích kỷ nhỏ hẹp của mình để sống vì mọi người, sống vì mọi người không phải là lời nói suông mà bằng cả hành động.

Sống vì mọi người là sống vì sự sống của mình và của những người khác để cùng nhau xây dựng một xã hội bình an, yên ổn bằng tình thương cho nhau chân thật.

Ba đức hạnh này là ba đức hạnh của người tại gia, xin quý vị cố ghi khắc trong tim, vì những lời dạy này là để cho những người tại gia có một lối sống cao thượng, sống vì yêu thương mình và mọi người.

Đạo Phật là một tôn giáo dạy đạo đức cho con người, sống như thế nào để được bình an, yên vui và hạnh phúc, chứ không phải dạy thần thông biến hoá tàng hình, kêu mưa, gọi gió, v.v... mà cũng không phải dạy cầu cúng, tụng kinh, niệm chú hoặc niệm Phật cầu tha lực.

Cho nên mục đích của đạo Phật ra đời là dạy cho con người sống sao cho xứng đáng làm con người, nhất là những người còn sống tại gia đình, phải đối xử với ông bà, cha mẹ, cô bác, anh chị em, v.v... như thế nào để không làm khổ mình, khổ người và chúng sinh.

Tức là phải biết đem sự sống đạo đức hòa hợp cùng mọi người, phải biết nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng trong mọi nghịch cảnh. Còn riêng phần người xuất gia thì hãy xem phần tiếp nối sau đây chúng tôi sẽ giảng dạy từng pháp môn tu tập oai nghi chánh hạnh trong giai đoạn mới bắt đầu từ người tại gia ra khỏi nhà thế tục để rồi trở thành người xuất gia. Bởi vậy, bắt đầu vào chùa trước khi xin xuất gia thì phải tu học pháp nào trước, pháp nào sau.

Trong khi đó phải được một vị thầy tu chứng đạo hướng dẫn và phải cố gắng siêng năng lần lượt tu tập. Tu tập phải đạt kết quả ở pháp này xong thì mới tu tập ở pháp khác, nếu chưa có kết quả thì tu tập chừng nào có kết quả rồi mới tu tập pháp môn cao hơn.

Về giới luật cũng vậy, khi giới luật đức hạnh này giữ trọn vẹn thì mới giữ gìn giới luật đức hạnh khác, chứ không phải ôm đồm tất cả giới luật mà giới nào cũng vi phạm. Pháp tu tập cũng vậy, pháp nào phải tu cho xong pháp nấy chứ không phải pháp nào cũng tu tập. Pháp nào cũng tu tập là tu tập chung chung. Tu như vậy chẳng có kết quả gì, rất uổng công tu tập mà còn phí thời gian vô ích.

HẠNH ĂN UỐNG

Khi đã xuất gia thì người tu sĩ cần phải ghi nhớ và giữ gìn đức hạnh ĂN UỐNG. Người xuất gia không được ăn uống phi thời. Cho nên người xuất gia là người đã buông bỏ tất cả những gì của thế gian, chỉ còn ba y một bát để xin cơm sống hằng ngày chỉ có một bữa Ngọ trai mà thôi.

Cho nên ăn uống phi thời ngày hai ba bữa là không đúng hạnh người xuất gia. Hiện giờ quý thầy tu theo Phật giáo thì nhiều, nhưng ăn uống phi thời thì được xem như quý thầy không làm chủ cái ăn của mình. Ăn uống mà không làm chủ

thì còn làm chủ gì được thân tâm này. Bởi Phật giáo dạy ly dục ly ác pháp, mà không ly được DỤC ĂN thì làm sao ly được DỤC NGỦ.

Ăn mà không làm chủ được thì ngủ làm sao làm chủ được.

Ăn cũng là một oai nghi chánh hạnh của Phật giáo, thế mà quý thầy không làm chủ được cái ăn thì quý vị đi tu theo Phật giáo để làm gì? Quý vị hãy nghiên cứu lại kỹ những oai nghi chánh hạnh này của Phật giáo. Những oai nghi chánh hạnh này đều nằm trong các bộ giới luật của Phật giáo.

Những oai nghi đức hạnh về ăn uống mà trong kinh sách Phật thường nhắc đi nhắc lại rất nhiều lần. Quý vị nên đọc 100 giới chúng học, trong đó sẽ dạy những oai nghi chánh hạnh của một người tu sĩ, còn ở đây chúng tôi xin nhắc quý vị về ăn uống. Nếu quý vị không tu tập làm chủ được cái ăn uống thì quý vị đừng mong làm chủ sự sống chết.

Trong giai đoạn đầu tiên quý vị mới bước vào tu tập, người hướng dẫn quý vị tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết sẽ lưu ý cách sống của quý vị. Nếu quý vị ăn uống phi thời, không giữ trọn ngày một bữa thì quý vị bị loại ra khỏi dòng tu tập. Người hướng dẫn sẽ không chấp nhận và không dạy quý vị tu tập dù bất cứ một pháp môn nào.

Ăn mà không làm chủ được cái ăn, cứ chạy theo ăn uống ngày hai ba bữa thì quý vị nên về đời sống thế gian.

Chứ tu tập phạm giới như vậy có ích lợi gì? Không làm chủ cái ăn mà muốn tu tập làm chủ sự sống chết thì có khác nào quý vị nằm mộng.

Cho nên trước tiên quý vị phải tập làm chủ cái ăn. Muốn làm chủ cái ăn thì quý vị phải có nghị lực và gan dạ, quyết tâm thà chết chứ không để vi phạm về giới không nên ăn phi thời. Có quyết tâm như vậy thì quý vị sẽ ăn ngày một bữa dễ dàng không có khó khăn. Khi nào ăn ngày một bữa xong thì quý vị tiến tới tu tập phá hôn trầm, thù miên, vô ký.

Đây là một giai đoạn khó khăn hơn giai đoạn ăn uống. Giai đoạn này không khó, nếu quý vị chịu khó siêng năng đi kinh hành hay đi kinh hành pháp THÂN HÀNH NIỆM thì sẽ đạt được kết quả mong muốn.

Ngủ nghỉ là một oai nghi chánh hạnh của Phật giáo, người nào muốn thông suốt thì phải nghiên cứu tập sách “GIỚI ĐỨC THÁNH TĂNG VÀ THÁNH NI”, do tu viện Chơn Như biên soạn thì sẽ hiểu rõ.

Nếu quý vị ngủ mà không làm chủ được thì nên trở về đời sống thế gian để ăn ngủ cho thoả thích. Trong sự tu hành làm chủ sự sống chết mà không làm chủ được ăn ngủ thì con đường tu theo Phật giáo không chấp nhận quý vị. Quý vị nên rút lui trước thì hay hơn.

HẠNH NGỦ NGHỈ

Đến với đạo Phật về đời sống hằng ngày chúng ta cần phải khắc phục cho được HẠNH NGỦ. Hạnh ngủ trong giới tu sĩ được xem là khó nhất, nếu chúng ta không đề cao cảnh giác thì chúng ta sẽ dễ rơi vào hôn trầm, thù miên, vô ký và ngoan không.

Những ai thường đi gác thiền thì sẽ gặp những tu sĩ ngồi gục xuống ngãng lên như con gà mổ thóc, nhất là buổi tối lúc 9 giờ đến 10 giờ và buổi khuya vào lúc 2 giờ, hoặc lúc gần xả thiền 4 giờ, 5 giờ gần sáng. Một người quyết chí tu tập thì thường đi kinh hành gần như suốt đêm ngày, còn những người lười biếng thì ít đi kinh hành, nên ngồi đầu gục đó.

Khi vào một thiền đường thấy các thiền sinh đi kinh hành là biết tu tập đúng pháp, còn thấy các thiền sinh tu hành mà ngồi nhiều thì biết đó là tu sai pháp.

Tại sao vậy?

Do đi kinh hành nhiều mà các thiền sinh phá được hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không, con người rất tỉnh táo, còn thiền sinh ngồi nhiều là những thiền sinh lười biếng. Cho nên tu hành không phải chỗ ngồi, mà cũng không phải chỗ hết vọng tưởng, mà chỗ tâm tỉnh thức biết rõ từng tâm niệm của mình để xả và ly tất cả các niệm chướng ngại pháp làm tâm bất an.

Do xả ly hết các niệm chướng ngại pháp nên tâm bất động, thanh thản, an lạc và vô sự. Mục đích tu hành là phải tâm luôn luôn lúc nào cũng phải tỉnh giác sáng suốt, không bị hôn trầm, thù miên tấn công ngồi đầu gục đó. Cho nên đi kinh hành là một phương pháp phá hôn trầm, thù miên đệ nhất.

Nếu ai tu hành mà lười biếng đi kinh hành thì thầy khuyên những người ấy nên về đời ăn ngủ cho thoả thích, còn ở trong đạo mà ăn ngủ như vậy thì không đúng hạnh của người tu sĩ Phật giáo.

Tác giả: **Trưởng lão Thích Thông Lạc** Trích sách: **Phật giáo có đường lối riêng - Nhà xuất bản Tôn giáo**