

## Đôi điều tư duy khi học Phật Pháp

**Các bạn thân mến,**

Các bạn có đồng ý với tôi không? Trong tâm khảm mỗi người chúng ta đều có một ông Thiện và một ông Ác. Ông thiện đại biểu cho sự ôn hòa, lương thiện, lòng biết ơn, niềm tin yêu hy vọng, nụ cười và lòng thương yêu. Còn ông ác thì có tính kiêu căng, ganh ghét, căm phẫn, sân hận, sợ hãi. Chúng ta sinh hoạt, sống sót hằng ngày đều không nhiều thì ít dưới sự lèo lái của hai ông này. Qua cái tên đã được gọi, chắc chắn là ai ai cũng muốn ông Thiện lúc nào cũng có mặt với chúng ta trong mọi tình huống của cuộc sống. Muốn được như vậy thì ta phải nuôi nấng ông Thiện nhiều hơn nữa, chăm sóc ông kỹ hơn nữa, tâm ta nên hướng về ông ấy, gần gũi ông ấy để dần dần ta xa lánh được ông Ác, không cho ông Ác có cơ hội điều khiển, góp ý trong cách hành xử của ta với mọi người. Đây phải chăng là một cách tu tập cho chính bản thân mình một cách hiệu quả phải không các bạn?

Trong cuộc sống, tôi đã từng gặp những người khi ăn chỉ chuyên chọn những thứ mình yêu thích, họ chọn chỗ ở cũng theo sự ưu tiên yêu thích của mình và theo thói thường ai ai cũng chỉ muốn kết giao, chấp nhận nhận những người mình ưa thích.... Tôi tự hỏi: vậy một khi gặp tình huống hay điều gì mà mình không ưng, không ưa thích...thì sẽ không có cách nào tiếp nhận hay sao? Suy nghĩ cho cùng, ngoại cảnh không bao giờ vĩnh viễn cho ta sự sung sướng, hài lòng, hạnh phúc cả, vì tất cả đều nằm trong quy luật vô thường, chỉ có khi nào ta học được cách thích ứng để có thể chấp nhận sống chung hòa bình với tất cả điều mình không yêu thích... thì lúc đó ta sẽ thấy cuộc sống nhẹ nhàng và hài hòa hơn.

**Các bạn thân mến,**

Chúng ta hay bị đập vào mắt và bị lôi cuốn bởi sự hào nhoáng, phù hoa...mà ít khi không nhìn thấy „một mạch nước ngầm trong trẻo“ đang khởi động. Nhìn sâu, bạn sẽ thấy chung quanh có một ít người bên ngoài nở nụ cười như họ đang hạnh phúc, nhưng trong lòng lại đang có âm thanh của những giọt nước mắt; rồi cũng có biết bao người hay khoa trương nhưng kỳ thực trong tâm linh lại có nhiều hư không....Thành ra bình luận của người này đối với người nọ thực sự không quá chính xác và quan trọng đối với bạn đâu. Hạnh phúc và vui vẻ của bản thân một ai đó không phải ở trong com mắt của người khác mà là ở chính ngay trong tâm của người đó mà thôi.

Nghe những bài giảng của quý Thầy Cô, chúng ta luôn được sách tấn tu tập để có trí tuệ, có từ bi hỷ xả, khiêm cung.....và nhiều đức tính tốt nữa. Thật sự, trong sinh hoạt hằng ngày, nếu chịu khó nhìn sâu, bạn sẽ thấy đâu đâu cũng là cơ hội cho bạn thực tập để nuôi dưỡng những đức tính đẹp đẽ đó. Thí dụ như khi bạn không có thái độ tranh giành với ai đó là bạn đã thể hiện lòng từ bi rồi; người có trí tuệ ít khi vướng vào chuyện tranh cãi vô bổ; tránh không nghe những chuyện không đâu ra

đâu là tự mình tìm cho mình sự thanh tịnh trong lòng. Không nhìn, không so sánh khi bạn có sự tự tại chính mình; không tham lam cũng chính là bổ thí; không rấp tâm hạ ai là bạn đang làm việc lành, thấy sai mà sửa đổi để không tái phạm là cung cách sám hối; Lễ Phật, chào hỏi bạn bè là tập cho mình hạnh khiêm cung: thấy có đủ để buông bỏ và làm lợi cho người cũng là làm lợi cho mình....và còn rất nhiều việc lắm....

Tôi được Thầy Cô dạy: việc bái lạy không phải chỉ là cử động thể thao, khom lưng cúi người xuống mà là thực tập để buông bỏ cái ngạo mạn của chính mình, để bái phục công hạnh của người đi trước, học cho mình cái hạnh khiêm cung. Việc Niệm Phật cũng không phải chỉ thể hiện số lượng thanh âm mà là có được sự thanh tịnh của tâm hồn, gần gũi Thánh Tăng. Khi chấp tay cũng không phải chỉ khép hai tay lại mà thôi mà còn thể hiện sự cung kính của mình đối với người trước mặt, hai tay chấp lại nhẹ nhàng thanh khiết như búp sen dâng lên. Có cơ hội ngồi yên là để tâm không bị dao động bởi bên ngoài. Ớ thì phải được hiểu rằng không phải chỉ là sự quyên tặng, cho đi vật chất mà là chia sẻ tấm lòng thương yêu đến mọi người, khi tâm địa không còn mưu cầu cái lợi riêng tư thì lúc đó tâm ta thật sự được thanh tịnh. Tin vào Phật pháp không phải chỉ học tập đầy tri thức mà là thực hiện vô ngã.....

### **Các bạn thân mến,**

Tôi cho rằng, đến với giáo lý đạo Phật, bạn và tôi không có gì để ký thác khi từ giả cuộc đời, mà là **để đối đãi đúng đắn hài hòa với cuộc đời mình đang có hiện tại**, ngay bây giờ. Nhìn thấu sự „vô thường“ của nhà Phật, bạn sẽ nhận ra công năng của nguyên lý tuyệt vời này là sự gợi ý tốt nhất cho chúng ta: nó khiến cho bạn và tôi tuy ở trong hoàn cảnh biến đổi thất thường của cuộc đời mà có thể thăng hoa trí tuệ.

Thành ra, học và hành Giáo lý nhà Phật **để điều phục tự tâm**, có nghĩa là điều hòa, thu phục tâm, chứ không chỉ vì một lòng muốn cầu sống lâu, cầu không bệnh tật, cầu sanh con trai, cầu tiền tài danh vọng....đây đều là việc đi ngược với Phật Pháp.

**Hiên trúc – 03.2018**

## **TÂM HẢI ĐỨC**



**Chuyến Đến: Tiểu Mai**  
**Ngày 01/06/2018**

[www.vietnamvanhien.org](http://www.vietnamvanhien.org)