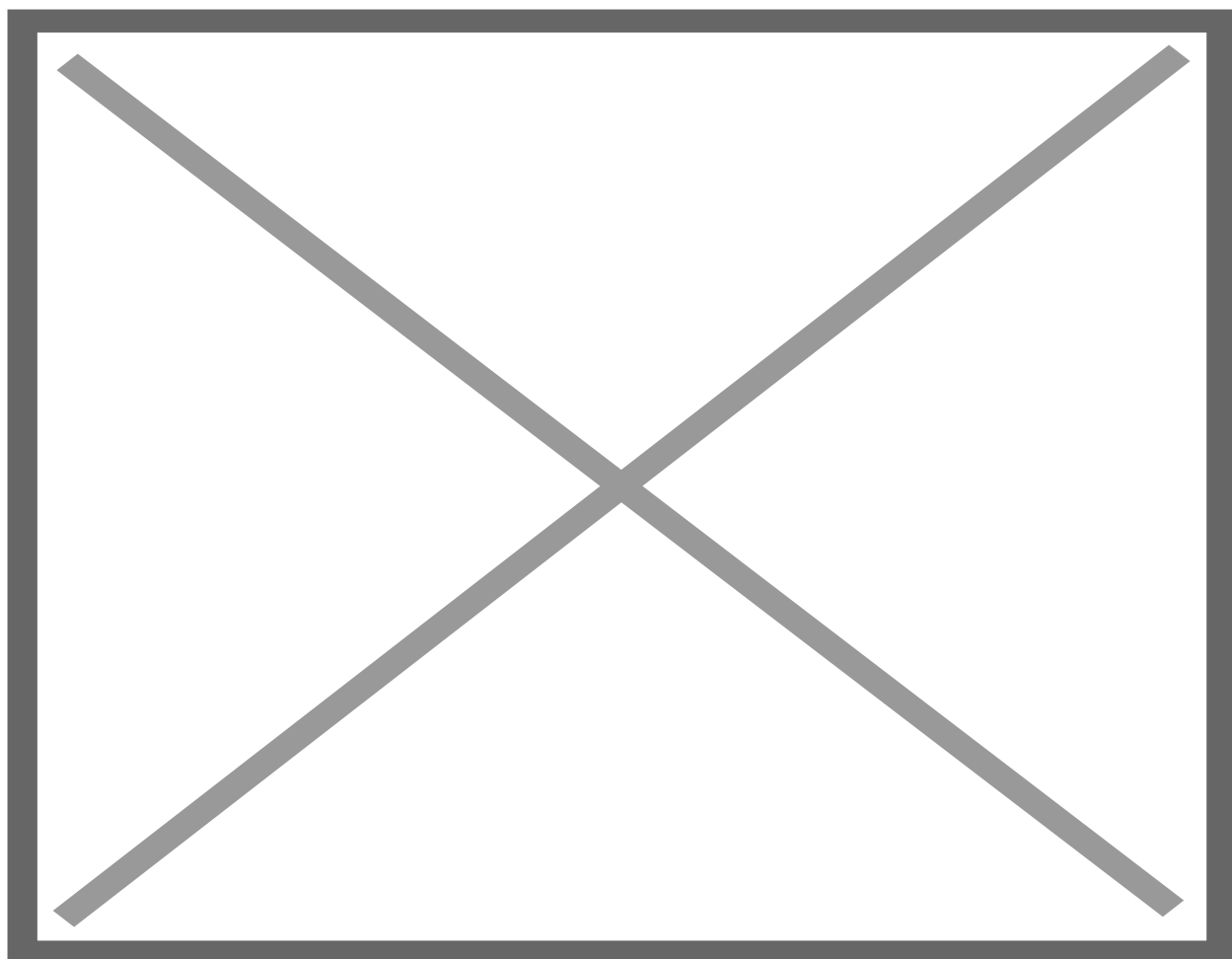


Học Phật để sống an lạc

ISSN: 2734-9195 19:19 15/10/2016

Tác giả: **Hoàng Phước Đại** - **Đồng An Tạp chí Nghiên cứu Phật học số tháng 9/2016**



Lời dạy của đức Phật được ghi chép lại dưới dạng Kinh, Luật, Luận. 2600 năm đã trôi qua, bánh xe đạo Pháp chuyển động không ngừng, dạy con người cách sống an lạc.

Đọc, học những lời Phật dạy, mình đừng cứng nhắc từng câu chữ, bởi “Y Kinh giải nghĩa tam thế Phật oan”, nhưng cũng phải biết “Ly Kinh nhất tự tức đồng ma thuyết”. Đó là khôn khéo của người học Phật. Phải nương vào Kinh, học Kinh với tất cả sự thông minh và khéo léo mới không bị kẹt vào những câu chữ trong kinh điển. Hiểu đúng lời dạy của Phật, từ đó học đúng, hành trì đúng lời dạy của

Phật, thì cây Phật pháp sẽ ngày càng nở hoa, đơm trái, tạo những cành lá sum xuê, vững chãi. Như vậy mình mới xứng đáng là con cháu của Phật, hoàn thành được chí nguyện của người Phật tử đó là:

Phật nhật tăng huy Pháp Luân thường chuyển.

Vô thường

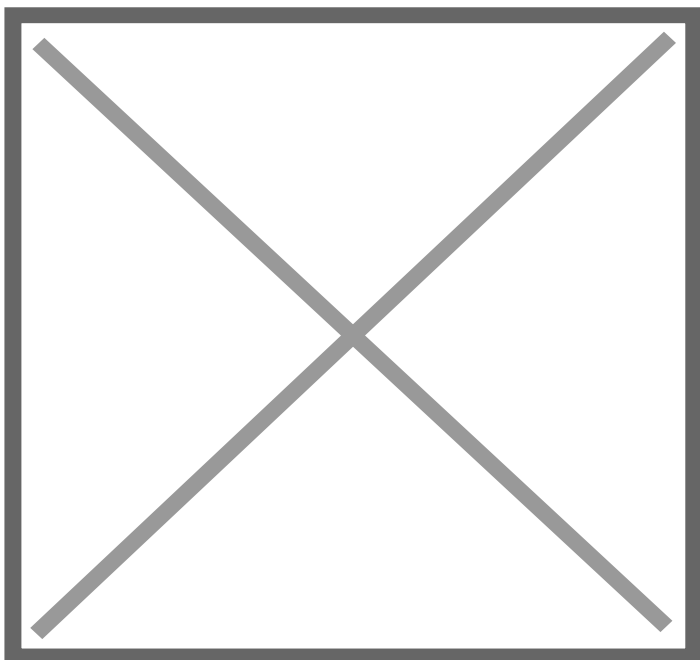
Lời dạy đầu tiên của Phật cho năm vị đồng tu khổ hạnh là thế gian vô thường. Sông núi là vô thường. Thể chế chính trị là vô thường. Con người là vô thường. Không có điều gì thường hằng. Bông hoa héo đi, nhưng không vì vô thường mà mình thôi, không gieo trồng, không chăm sóc và không ngắm sắc màu tươi thắm khi hoa nở. Hiểu vô thường làm mình quý hoa hơn. Bởi vô thường, khi hoa tàn mình không tiếc nuối. Hoa tàn hoa sẽ về với đất để ngày nào đó bông hoa mới sẽ nở. Vô thường không chỉ là khái niệm, nó còn là một phép tu tập giúp mình tiếp xúc với thực tại.

Học vô thường, mình phải tự hỏi vô thường có liên hệ gì đến cuộc sống hàng ngày của mình. Công việc, sức khỏe, được mất trong cuộc sống thường nhật. Những điều đó mình phải hiểu bằng vô thường.

Hiểu vô thường giúp mình sống an lạc. Mình phải hiểu nếu không có vô thường thì cuộc đời không có nghĩa. Không có vô thường thì em bé không thể thành người lớn. Không có vô thường hoa sẽ không nở. Mình nghĩ vô thường làm mình đau khổ, nhưng không phải. Điều làm mình đau chính là ảo vọng về thường hằng trong cuộc sống. Bài hát “Mong ước kỉ niệm xưa” là một bài hát được giới học sinh, sinh viên yêu thích. Bởi bài hát thể hiện được nỗi tiếc nuối của giới học sinh, sinh viên. Đó là ước muốn bất biến về thời gian.

Nếu có ước muốn cho cuộc đời này Hãy nhớ ước muốn cho thời gian trở lại.

Ước mơ thời gian trở lại để thực hiện những điều mà quá khứ họ chưa nỗ lực để làm. Chưa hết mình với tình bạn. Chưa hết mình phấn đấu học tập. Những khát vọng, những đam mê dang dở. Sở dĩ họ tiếc nuối bởi họ chưa trân quý phút giây hiện tại. Họ chưa biết về vô thường. Nếu các bạn trẻ đang ngồi trong ghế nhà trường biết được vô thường, phấn đấu hết sức với hoài bão ước mơ của mình thì họ không tiếc nuối. Bởi những gì làm được mình cố gắng hết sức để làm.



Mình cần học trân quý giá trị của vô thường. Biết thân thể là vô thường mình sẽ bỏ thói quen có hại cho sức khỏe như ăn uống vô độ, thức đêm và chú ý tập luyện thân thể.

Vô thường dạy cho mình trân quý mỗi giây phút hiện tại. Vô thường sẽ làm mình trân quý, yêu thương người thân của mình nhiều hơn nữa. Quá khứ hãy bỏ đi, hãy sống chính niệm trong hiện tại. Bởi tương lai mình đâu biết như thế nào. Mình phải nuôi dưỡng tuệ nhãn vô thường mỗi ngày. Nếu làm được như vậy, mình sẽ ít đau khổ và cuộc đời nhẹ nhàng.

Vô ngã

Trong Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, Ngài Bồ Tát Quán Tự Tại khi hành trì thâm sâu đã thấy năm uẩn đều không “ngũ uẩn giai không” và mắt, tai, mũi, thân, ý đều là không, “vô nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý”; đoạn Kinh này Bồ Tát muốn nói rằng vạn vật không tồn tại một mình, chúng phải tương tức với nhau. Năm uẩn, là năm yếu tố của con người. Nó giống như năm con sông đang chảy trong mỗi người chúng ta. Con sông của hình tướng, con sông của cảm xúc, con sông của nhận thức, con sông tinh thần và con sông của ý thức. Nó luôn hoạt động không ngừng nghỉ. Trong cơ thể của một người bình thường không có một bộ phận nào tồn tại độc lập. Mỗi bộ phận có mối liên hệ tương tức với các bộ phận còn lại. Phổi và máu là hai bộ phận có chức năng riêng rẽ, nhưng không thể tồn tại độc lập. Phổi để hít thở, bơm oxy vào cho máu và đến lượt máu lại cung cấp dinh dưỡng cho phổi. Nếu không có máu, phổi không thể sống lành mạnh khỏe khoắn và ngược lại nếu không có phổi, máu sẽ không được làm sạch và lưu thông mọi nơi trong thân thể. Vì vậy, phổi và máu có quan hệ mật thiết với nhau.

Niết bàn

Hiếu được vô thường thì hiểu được vô ngã. Khi hiểu vô ngã thì hiểu được vô thường. Từ góc độ thời gian mình thấy vạn vật vô thường. Từ góc độ không gian mình thấy vạn vật vô ngã.

Những đám mây trôi trên bầu trời khi hội đủ điều kiện về nhiệt độ, về tốc độ gió, về áp suất, mây sẽ trở thành mưa. Mây không tự mất đi mà mây đã trở thành mưa. Mây biết trong những giọt mưa có mây.

Khi mình nhìn vạn vật bằng tuệ nhãn vô thường vô ngã, phá bỏ những khái niệm sinh - tử, có - không, đến - đi , một - nhiều thì mình sẽ giải thoát được lo âu và trở nên an lạc.

Niết bàn là dập tắt những khái niệm sinh diệt, có không đến đi, một nhiều.(???) Sinh là một khái niệm. Tử là một khái niệm. Có là một khái niệm. Không cũng là một khái niệm. Dập tắt hết các khái niệm thì không còn “điên đảo mộng tưởng” và đạt đến cứu cánh Niết bàn. Điên đảo mộng tưởng là những tri giác sai lầm của chúng ta về vô thường và vô ngã. Mỗi khi tâm không chú ý, không sợ hãi, xa lìa mộng tưởng, xa lìa điên đảo thì mình chắc chắn sẽ đến được bến bờ Niết bàn.

Tại chùa Bửu Minh, tỉnh Gia Lai, trong những buổi tụng Kinh, các Phật tử đều đọc Thần chú đoạn kinh Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh bằng tiếng Phạn “Gate Gate paragate parasamgate bodhi svaha”.

Gate Gate: có nghĩa là qua rồi. Paragate: qua bên kia rồi.

Parasamgate: tất cả vượt qua bên kia rồi. Bodhi: tỉnh thức.

Svaha: tiếng reo vui cổ vũ.

Mỗi khi đọc như vậy, mình có được năng lượng khuyến khích tu tập để vượt qua đau khổ mà đạt đến cảnh giới Niết bàn trong thực tại.

Học vô thường và vô ngã, hành trì giữ giới luật, người Phật tử sẽ có an lạc trong cuộc sống.

Bến Tre, ngày 28/06/Bính Thân Phật lịch 2650.

Tác giả: Hoàng Phước Đại - Đồng An Tọa chí Nghiên cứu Phật học số tháng 9/2016