

LỜI PHẬT DẠY

Lời Phật dạy sâu sắc về việc nhẫn nhịn trong cuộc sống

Đức Phật dạy rằng: “Nhứt thiết hữu vi pháp, như mộng huyễn bào ảnh, như lộ diệc như diễn, ưng tác như thị quán”. Có nghĩa rằng trong đời sống, chúng ta phải học chữ nhẫn, ấy là một phương pháp tu tập để tạo nên nghiệp lành, văn sanh cực lạc và không oán trách trời cao.

i

Theo cách nghĩ của thế gian, nhẫn nhịn, hay nhẫn nhục, có nghĩa là nhẫn nại, chịu đựng, nhịn nhục, cam chịu...đối với những nghịch cảnh hay những điều bất như ý, nhằm khiến bản thân được yên ổn. Hoặc nhẫn nhịn còn có ý nghĩa là nhẫn nhịn chịu đựng luôn cúi, chấp nhận thấp hèn hơn để có thể danh vọng địa vị, hoặc trong cuộc sống bị chèn ép quá nên phải nhẫn nhịn mà sống, nếu không sẽ bị dồn đến bước đường cùng.

Thế nhưng, nhẫn nhịn như vậy chỉ khiến bản thân được yên ổn nhưng trong lòng luôn phiền não, tâm ấp ủ oán hận.

Nhẫn theo quan niệm của đạo Phật chính là nhận lãnh sự khinh khi, nhục mạ, não hại với một tâm thể bình thản, không giận tức. Nhẫn nhịn là dứt sự tranh cãi vô lý, là dùng chánh niệm để thắng tà niệm, là dùng tình thương để cảm hóa sự sân hận, là dùng trí huệ để mọi việc ôn hòa. Ảnh minh họa

Nhẫn theo quan niệm của đạo Phật chính là nhận lãnh sự khinh khi, nhục mạ, não hại với một tâm thể bình thản, không giận tức. Nhẫn nhịn là dứt sự tranh cãi vô lý, là dùng chánh niệm để thắng tà niệm, là dùng tình thương để cảm hóa sự sân hận, là dùng trí huệ để mọi việc ôn hòa. Ảnh minh họa

Lời Phật dạy nhẫn nhịn nằm ở một khía cạnh khác hẳn. Nhẫn theo quan niệm của đạo Phật chính là nhận lãnh sự khinh khi, nhục mạ, não hại với một tâm thể bình thản, không giận tức. Nhẫn nhịn là dứt sự tranh cãi vô lý, là dùng chánh niệm để thắng tà niệm, là dùng tình thương để cảm hóa sự sân hận, là dùng trí huệ để mọi việc ôn hòa.

Trong kinh thư Phật giáo ghi lại câu nói của Phật Thích Ca Mâu Ni: “Ta hiểu rõ cái tinh túy của ‘không tranh giành’, có thể nói là thiên hạ đệ nhất.”

“Trong sáu phép độ và hàng vạn phương pháp tu hành, ‘Nhẫn’ là đệ nhất”

Trong kinh Phật viết: “Thái độ đối nhân xử thế đoan chính, nét mặt kiên tịnh tinh khiết, phong thái dung mạo tốt đẹp, đây đều là từ trong ‘Nhẫn’ mà đạt được.” Trong kinh thư cũng ghi lại: “Trong quá khứ có người ca ngợi Phật là người có đại phúc đại đức. Một người nghe được rất tức giận, nói: ‘Sinh ra bảy ngày đã mất mẹ, làm sao có thể nói là đại phúc đại đức chứ?’ Người ca ngợi Phật nói: ‘Cả tuổi tác và tư tưởng đều đến thời kỳ cực đỉnh mà vẫn không chết. Ai đánh cũng không tức giận, ai mắng cũng không mắng lại. Như vậy chẳng phải là đại phúc đại đức sao?’ Người tức giận sau đó tâm phục.”

Lời Phật dạy về nhẫn nhịn có thể được đúc kết như sau:

Nhịn được cái tức một lúc

Tránh được mối lo trăm ngày

Muốn hòa thuận trên dưới

Nhẫn nhịn đứng hàng đầu

Cái gốc trăm nết

Nết nhẫn nhịn là cao

Cha con nhẫn nhịn nhau

Vẹn toàn đạo lý

Vợ chồng nhẫn nhịn nhau

Con cái khỏi bơ vơ

Anh em nhẫn nhịn nhau

Trong nhà thường yên ấm

Bạn bè nhẫn nhịn nhau

Tình nghĩa chẳng phai mờ

Tự mình nhẫn nhịn được

Ai ai cũng mến yêu

Người mà chưa biết nhẫn

Chưa phải là người hay

Trong kinh Phật viết: “Thái độ đối nhân xử thế đoan chính, nét mặt kiên tịnh tinh khiết, phong thái dung mạo tốt đẹp, đây đều là từ trong ‘Nhẫn’ mà đạt được.” Ảnh minh họa

Trong kinh Phật viết: “Thái độ đối nhân xử thế đoan chính, nét mặt kiên tịnh tinh khiết, phong thái dung mạo tốt đẹp, đây đều là từ trong ‘Nhẫn’ mà đạt được.” Ảnh minh họa

Làm người ở đời, được mất hơn thua là điều khó tránh khỏi. Cuộc sống của mỗi người là muôn màu muôn vị, mọi cung bậc đắng cay hay ngọt ngào đều đáng quý như nhau. Trải qua hết những hi nộ ái ố của đời, ấy mới là sống có ý nghĩa. Phàm mà cuộc sống bình lặng quá, thì tự khắc sẽ sinh phiền muộn. Nhưng đứng trước những bi ai, nếu không biết nhẫn, thì tâm thế chỉ như một ngọn lửa chực chờ mà bùng phát, sẽ gây họa khôn lường.

Rất nhiều đôi vợ chồng cãi nhau, vì không kiềm chế được sự nóng giận đã dẫn đến những sự sát thương, hoặc những lời nói làm tổn thương nhau, rồi dần dần cũng chính bởi những lời nói ấy làm tình cảm vợ chồng sút mẻ, dẫn đến chia lìa, con cái chính là người chịu thiệt thòi nhất.

Bạn bè của nhau, không kiềm chế được sự giận giữ đã dả thương người, rồi khi lâm cảnh tù tội mới hối tiếc phút giây đã không giữ được sự bình tĩnh đáng có, nhẹ hơn thì dẫn đến bất hòa, mỗi tương tri lâu nay đổ vỡ, khi tỉnh thức rồi mới thấy mất đi tri kỉ bao năm. Sân hận tất yếu sẽ dẫn đến mất lý trí, thiệt hại đến bản thân, đến người khác, oán kết chất chồng, oan trái nhiều đời sau không giải được, nghiệp báo luân hồi mãi đến kiếp sau.

Nhẫn nhịn được rồi, trong nghịch cảnh cũng sẽ thấy không bị lụy, không oán mình trách người, trí huệ sáng suốt để có thể tìm được cứu cánh cho cuộc đời mình. Không nhẫn nhịn, đa phần chỉ rước họa vào thân. Cảm thông, bao

dung và tha thứ lỗi lầm của người khác, ấy là đã đạt được cảnh giới đắc đạo thành tiên.

Là một Phật tử khi đã nhận thức được điều này rồi, vậy chúng ta hãy phát khởi tín tâm nghe theo lời Phật dạy quán sát thế giới, tu tập thân tâm, có như vậy đời sống hiện tại mới an lạc tự tại. Ảnh minh họa

Là một Phật tử khi đã nhận thức được điều này rồi, vậy chúng ta hãy phát khởi tín tâm nghe theo lời Phật dạy quán sát thế giới, tu tập thân tâm, có như vậy đời sống hiện tại mới an lạc tự tại. Ảnh minh họa

Theo lời Phật dạy nhẫn nhịn, học cách nhẫn không phải là hạ thấp mình, mà chính là nâng mình lên, dùng sự tỉnh thức của bản thân để thức tỉnh người khác. Sở dĩ chúng ta tồn tại ở đời là do thiện duyên hoặc ác duyên đã tạo nên từ kiếp trước. Kiếp này dùng thân tâm mà tu tập, tạo duyên lành cho mai sau, vừa trả nghiệp vừa làm sạch nghiệp, ấy mới chính là một đời an vui an lạc.

Là một Phật tử khi đã nhận thức được điều này rồi, vậy chúng ta hãy phát khởi tín tâm nghe theo lời Phật dạy quán sát thế giới, tu tập thân tâm, có như vậy đời sống hiện tại mới an lạc tự tại, tương lai hy vọng sẽ sanh về cảnh giới tốt đẹp hơn, hoặc cuộc sống sẽ có những điều kiện hơn duyên thù thắng hơn.

Một khi đã nhận thức được thế giới rồi chúng ta sẽ không than oán trời đất, khi đã nhận diện được thân tâm chúng ta không tạo tác ác nghiệp nữa, lúc ấy chúng ta cũng như tất cả chúng sanh sẽ sống trong cảnh thanh bình, kiến lập cõi Tịnh Độ ngay tại nhân gian. Vậy ngay từ bây giờ trong cuộc sống hiện tại chúng ta hãy phát tâm tu tập một trong những phương pháp thù thắng mà Đức Phật đã dạy đó là hạnh Nhẫn Nhục.

Linh Tâm (TH)