



Phật giáo là một phương pháp sống hạnh phúc là tôn giáo. Giáo lý của đức Phật không chỉ nhằm để nâng đỡ người thoát cho con người khỏi khổ đau mà còn nghĩ đến sự thăng hoa (nâng cao) cuộc sống của họ trong hiện tại cũng như tương lai. Có nhiều kinh điển Phật dạy cho hàng cư sĩ tại gia để họ sống được an vui hạnh phúc. Chẳng hạn như kinh Maha Mangala, Sigalovada và Vasala v.v... là những bộ kinh mà những ai muốn tìm kiếm nên trong hiện tại mà tìm được sự an lành, thanh tịnh và phước hạnh hành theo.

Hạnh phúc là một trạng thái của tâm thức. Những người tìm kiếm hạnh phúc của họ chỉ cần vượt ngoài giới hạn của sự giàu sang, địa vị, vợ con, những điều này không chắc chắn, thế gian còn. Mỗi khi một người trong những thế giới trên mặt đất thì hạnh phúc của họ cũng tiêu tan, và họ không tránh khỏi đi xuống phiền muộn. Thế giới này chỉ toàn đau khổ, vì mọi việc không bao giờ hiện bày theo ý chúng ta mong muốn. Do đó, chúng ta cần phải rèn luyện tu sửa để bình tĩnh để sống được với mọi hoàn cảnh. Đức Phật chia loại người làm bốn hạng:

Hạng không tham vọng nghĩ đến mình cũng như những kẻ khác. Hạng chỉ biết lo nghĩ đến mình chỉ không nghĩ đến kẻ khác,

Hạng chỉ tham vọng nghĩ đến kẻ khác chỉ không nghĩ đến mình,

Hạng vừa lo nghĩ đến mình vừa nghĩ đến kẻ khác.

Và đức Phật đã tán thán hạng người sau cùng này.

Mục đích của cuộc sống con người gồm hai phần: phần đời và phần thân và phần phước đời và phần khác. Trong hai phần phần này, phần đời và phần chính mình là phần trọng tâm nhất. Trọng tâm nhất người ta phải xây dựng chân chính phần thân mình rồi sau mới nghĩ đến việc xây dựng cho người khác. Và đây là phương pháp mà Phật đã dạy.

Chúng ta hãy luôn luôn nhớ rằng mọi điều dạy dỗ của đức Phật xây dựng trên những giáo lý siêu việt là những vật thể hữu cao quý nhất của con người để mang lại cho nó hạnh phúc chân thật.

Chúng ta không thể có được hạnh phúc dài lâu trong một thế giới luôn thay đổi. Có nhìn quanh thế giới bên ngoài, người ta sẽ nhận thấy ngay là thế giới này. Có gia đình nào, mà không phải gặp phải đau than tiếc cho sự mất mát của một người bà con hay một người bạn thân mến? Có ai thoát ly được cảnh già, đau và chết? Mọi sự vất vả mà chúng ta nỗ lực vào đó để chúng ta có được hạnh phúc, sự ấm, chắc cũng sẽ bắt tay để các ác của con người vô thường của chúng ta phá hoại tất cả những người hạnh phúc mà thế giới chúng ta đã bám chặt vào chúng.

Đức Phật đã truyền lời cho chúng ta một bài học thông điệp đầy ý nghĩa và cao quý. Ngài nhận ra nỗi đau căn bản mà con người cần ghi nhớ là *‘sự quan trọng của việc đạt được hạnh phúc’*. Trình độ sống được tiên quyết của sự phát triển được này bao gồm trong sự trì hoãn của hạnh phúc. Sự thúc hành này rất cần thiết. Những nỗ lực để đạt được hạnh phúc sẽ chỉ trở nên khi chúng ta xây dựng những thói quen tốt. Tánh xấu cũng đi kèm theo những thói quen xấu khi chúng ta có thói quen xấu. Sự cải thiện năm táng xấu này sẽ hướng dẫn con người trở thành nhân vật được và do đó, họ sẽ trở nên một công dân toàn hảo trong xã hội.

Người đã hành trì những giáo lý của Phật dạy, sẽ không bao giờ tỏ ra đau khổ cho bất cứ kẻ nào. Họ là người an lạc của xã hội. Những khổ đau năm táng xấu và hành động theo ngũ giới, con người có thể thoát khỏi những khổ đau (Metta), nghĩa là làm lợi tha cho tất cả. Chúng ta hiện đang chung sống với những khổ khác, nếu chúng ta có tâm niệm ghét hận, thì người khác cũng sẽ hận ghét chúng ta. Người nào đã gây hận cho kẻ khác, không bao giờ trở thành một nhân vật được. Tình thân họ sẽ luôn bất an và không khi nào họ có được hạnh phúc, cho nên lòng từ bi là phương tiện giúp con người đạt được an lành và hạnh phúc. Nó mang lợi ích cho con người và thanh tịnh tâm trí và an lạc. Phương pháp duy nhất khi nhìn kẻ khác chớ đừng hành động xấu mà gây hận chúng ta là chúng ta phải hành động tốt với họ. Những ánh sáng quét sạch bóng tối, sự cảm nhận của thiện tâm sẽ tiến đi để được năng lực của ác tâm. Đây là một sự thật tâm lý.

Mọi cá nhân sống trong xã hội gồm có hai trách nhiệm: **nhận trách nhiệm và lợi tha nhân** và **hành động lợi ích cho họ**

. Không người nào có thể thoát khỏi nỗi đau khổ thế giới hiện tại vì không ai có thể nhúng tay vào một bài học để đạt được ngay cảnh giới Niết Bàn. Mọi nỗ lực tu hành của chúng ta phải tiến tới. Việc căn bản là phải hiểu và thực hành giáo lý của Phật cùng tinh tấn tu sửa để cải thiện cho cuộc sống hiện tại ngày càng tốt đẹp hơn, ngày càng hạnh phúc hơn.

Trích dịch từ tạp chí “Voice Of Buddhism” (Tiếng nói Phật giáo),
Số tháng 7-1964 phát hành tại Kuala Lumpur (Mã Lai Á).
Nguyên tác: Đức i Đức M. SUMANA (Tân gia Ba)
Chuyển ngữ : H. T. Thích Trí Chơn