TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Sống biết tha thứ và bao dung

ISSN: 2734-9195 21:06 30/07/2023

Cái quý giá nhất của đời sống con người chính là đời sống có được hạnh phúc bình an của tâm hồn. Bao dung tha thứ cho người cũng chính là bao dung tha thứ cho mình. Tha thứ bao dung cho người với trái tim chân thành mới có thể giúp người khác khắc phục được lỗi lầm, trao cho họ một cơ hội để sửa sai.

Tác giả: **Thích Pháp Minh** *Học viên Cao học Tôn giáo học k27, Học viện Chính trị quốc gia Hồ Chí Minh*

"Tha thứ và bao dung cho người đã từng gây ra những tổn thương cho mình là một việc rất khó. Vì rằng, việc bị người khác làm tổn thương là một cảm giác không dễ chịu, nhưng nếu không hoà giải và không tha thứ được thì trong lòng lại càng nặng nề hơn". [3]

Trong cuộc sống, mỗi người ở gia đình và ngoài xã hội, ít nhiều sẽ có những va chạm trái ý nghịch lòng với người khác thông qua lời nói, hành động không thiện lành, nguyên nhân do: nóng giận, ích kỷ, cái tôi cá nhân,... gây ra những tổn thương về tình cảm, các mối quan hệ, đưa đến sự mâu thuẫn, hiểu lầm nhau đem lại những hậu quả đáng tiếc. Nếu chúng ta cứ chất chứa và không tha thứ được những lỗi lầm của người khác thì cuộc sống sẽ không có hạnh phúc đúng nghĩa. Theo quan điểm của đức Phật có hai loại người ngu đó là: *"Người có phạm tội nhưng không thấy có phạm tội, và người không chấp nhận người khác như pháp phát lộ tội của mình"* (Phẩm người ngu - kinh Tăng Chi Bộ I, 88). Việc phạm lỗi mà không thấy được lỗi lầm của mình để sửa đổi thì thật là bất hạnh cho mình và người. Con người khi sống với tâm khó tha thứ và bao dung, không chấp nhận người khác xin lỗi và sửa sai những lỗi lầm của họ, mãi giày vò nhau thì sẽ không thể hàn gắn được mối quan hệ và nỗi khổ sẽ ngày càng nhiều hơn. Điều cần làm là chúng ta thực tập tâm tha thứ và bao dung được những vấp ngã của người khác. Nếu bản thân có lỗi thì phải nhìn nhận và khắc phục để không tái phạm.

[caption id="attachment_17142" align="aligncenter" width="800"]5083 0063

Bao dung tha thứ cho người cũng chính là bao dung tha thứ cho mình.[/caption]
Theo đức Phật có hai loại người trí tuệ đó là *"Người có phạm tội là thấy có phạm tội, và người chấp nhận người khác như pháp phát lộ tội của mỉnh"* (Phẩm người ngu - kinh Tăng Chi Bộ I, 88). Không ai có thể hiểu rõ bản thân mình bằng chính mình. Do vậy, mỗi ngày trôi qua chúng ta phải thành thật nhìn lại bản thân, nhìn lại những sai trái của mình để sửa đổi, đó cũng là cách sống có trách nhiệm. Cuộc sống mỗi người trong xã hội việc mắc phải ít nhiều những sai lầm là điều khó tránh khỏi và ai cũng có những nỗi khổ, niềm đau riêng, nếu người khác biết nhận sai khi phạm lỗi thì chúng ta hãy tha thứ cho họ, nên có tâm bao dung, tránh chỉ nhìn vào những lỗi lầm đó mà vội chỉ trích, đánh giá một con người. *"Dù ở hoàn cảnh nào, ta nên nghĩ đến những việc tốt mà họ đã làm, những cố gắng, nỗ lực mà họ đã bỏ ra. Trước những lỗi lầm của người khác thì tâm bao dung độ lượng có sức mạnh hơn nhiều so với sự trừng phạt. Nếu không thể mở lòng khoan dung tha thứ cho người thì chúng ta cũng không thể có được sự bình an trong cuộc sống"* [3]. Bao dung tha thứ cho người cũng chính là bao dung tha thứ cho mình. Tha thứ bao dung cho người với trái tim chân thành mới có thể giúp người khác khắc phục được lỗi lầm, trao cho họ một cơ hội để sửa sai.

Theo quan điểm của Phật giáo, mỗi cá nhân chính là chủ nhân trong chính cuộc sống của mình, là chủ nhân của "nghiệp" mà mình đã gây tạo. Cuộc sống hạnh phúc hay đau khổ đều do bản thân mình quyết định. *"Ta là chủ nhân của nghiệp, là thừa tự của nghiệp, nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa. Phàm nghiệp nào ta sẽ làm thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy"* (kinh 'Sự kiện cần phải quan sát' - Tăng Chi Bộ II, 340). Do vậy, việc tha thứ và bao dung cho người là một tâm niệm và việc làm thiện lành, nó là nguồn năng lượng tích cực để nuôi dưỡng một tâm hồn từ bi, mọi buồn vui, khen chê, được mất hơn thua trên cuộc đời này rồi sẽ trôi qua.

Nếu chúng ta không muốn bị hao tổn tinh thần, không muốn nguồn năng lượng tích cực của bản thân bị cạn kiệt thì đừng để tâm nhiều tới những tế toái, muộn phiền hàng ngày trong cuộc sống. Thực tập bỏ qua những ganh ghét, nhỏ nhen, sống chân thành, tha thứ và yêu thương, chúng ta sẽ cải thiện tất cả các mối quan hệ từ trong gia đình đến ngoài xã hội, điều đó sẽ làm thay đổi chất lượng cuộc sống của chính mình, tâm hồn ngày càng cởi mở, rộng lớn thêm lên.

Cái quý giá nhất của đời sống con người không phải là tiền tài vật chất danh vọng mà chính là đời sống có được hạnh phúc bình an của tâm hồn. Hãy sống biết tha thứ và bao dung để lỡ mai kia khi buông xuôi nhắm mắt, ta có thể thanh thản mỉm cười vì đã có một cuộc đời tốt đẹp.

Tác giả: **Thích Pháp Minh** *Học viên Cao học Tôn giáo học k27, Học viện Chính trị quốc gia Hồ Chí Minh*

***

Tài liệu tham khảo

1. Thích Minh Châu dịch (1997), Kinh Tăng Chi bộ, tập 1, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam. 2. Thích Minh Châu dịch (1997), Kinh Tăng Chi bộ, tập 2, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam. 3. Minh Uyên “Sống phải biết tha thứ và bao dung” , Ninh Thuận online, năm 2019 https://baoninhthuan.com.vn/news/108554p1c30/song-phai-biet-tha-thuva-bao-dung.htm