

NÉT ĐẸP PHẬT GIÁO TRONG ĐỜI SỐNG SINH HOẠT NGƯỜI VIỆT



Từ khi đến Việt Nam, Phật giáo đã nhanh chóng biến đổi để phù hợp với hoàn cảnh cụ thể của người Việt, để lại nhiều dấu ấn đẹp để trong đời sống của con người nơi đây và lưu giữ mãi qua nhiều thế hệ.

DẪN NHẬP

Việt Nam là một đất nước có bề dày lịch sử lâu đời. Trong quá trình dựng nước và giữ nước đầy gian truân, thử thách, Phật giáo Việt Nam luôn đồng hành, sát cánh cùng dân tộc trải qua bao cuộc thăng trầm, vinh nhục. Khi đất nước gặp cảnh chiến tranh, Phật giáo sẵn sàng đồng hành đứng lên chống lại giặc ngoại xâm, còn khi đất nước an vui trong cảnh thái bình, Phật giáo tích cực thực hiện sứ mạng hoằng truyền giáo pháp, giúp cho chúng sinh được an lạc hạnh phúc.

Phật giáo đã du nhập vào Việt Nam từ rất sớm, khoảng thế kỉ đầu của kỷ nguyên Tây lịch, trong suốt thời gian đó nhiều vị vua quan, anh tài của đất nước là phật tử đã vận dụng linh hoạt những triết lý, tư tưởng Phật giáo để góp phần bảo vệ, xây dựng Tổ quốc hùng cường.

Có thể nói Phật giáo Việt Nam từ lâu đã gắn liền với vận mệnh của dân tộc, từ những buổi đầu ban sơ, Phật giáo đã sớm hòa mình vào tín ngưỡng truyền thống của dân tộc, len lỏi đến mọi tầng lớp nhân dân, làm chỗ dựa tâm linh cho người dân Việt.

Với tinh thần “*tuỳ duyên bất biến, bất biến tuỳ duyên*” của mình, Phật giáo đã được người Việt bản địa hoá và xem như là một tôn giáo của dân tộc.

Trải qua bao thăng trầm biến đổi của thời gian, tư tưởng Phật giáo đã trực tiếp hoặc gián tiếp góp phần hình thành một quan niệm sống và sinh hoạt cho người dân, tồn tại và phát triển trong lòng dân tộc Việt.

1. Sơ lược về sự du nhập Phật giáo vào Việt Nam

Việt Nam là một đất nước có vị trí địa lý nằm ở “*ngã tư quốc tế*”, nơi gặp gỡ và giao thoa của nhiều trào lưu tư tưởng, văn hóa và văn minh khác nhau. Khi các luồng tư tưởng khác nhau đó được truyền vào Việt Nam, nước ta luôn có sự chắt lọc để tiếp thu và vận dụng cho phù hợp hơn.

Những vết tích đầu tiên của Phật giáo trên đất Việt được ghi nhận với truyện cổ tích Chữ Đồng Tử học đạo của một nhà sư Ấn Độ. Đầu công nguyên, Luy Lâu (Bắc Ninh) là thủ phủ của quận Giao Chỉ, sớm trở thành trung tâm Phật giáo quan trọng. Các dấu tích của Phật giáo tại Việt Nam được ghi nhận qua các truyền thuyết như Thạch Quang Phật và Man Nương Phật Mẫu xuất hiện cùng với sự giảng đạo của Khâu Đà La (Ksudra) trong khoảng các năm 168-189, sau đó Phật giáo dần hình thành nên hệ thống tín ngưỡng thờ Tứ Pháp.

Khi được truyền vào Việt Nam, Phật giáo đã nhanh chóng hỗn dung với các tín ngưỡng khác như tín ngưỡng sùng bái tự nhiên, tín ngưỡng thờ Mẫu, tín ngưỡng thờ trời đất, thờ thần làng, thờ cúng tổ tiên, tín ngưỡng hỗn dung Đạo giáo và Nho giáo... sự pha trộn, hòa nhập uyển chuyển giữa phương pháp hành trì của các pháp môn nổi bậc như Thiền, Tịnh Độ và Mật chú với văn hóa bản địa...do nhiều nguyên nhân khác nhau, trong đó có một số nguyên nhân cơ bản người viết xin trình bày, như sau:

Đầu tiên phải nói đến sự song song tồn tại hai dòng chảy trong giáo lý Phật giáo là cao siêu thâm thúy và thiết thực hiện tại, cùng với tinh thần “*tuỳ duyên bất biến, bất biến tuỳ duyên*”, Phật giáo luôn có tâm thế khoan dung, khai phóng và hòa đồng để phù hợp với sự tiếp biến văn hoá và bối cảnh lịch sử ở các vùng đất mới du nhập.

Phật giáo sẵn sàng kết hợp với các luồng tư tưởng mới để làm chỗ dựa tinh thần cho con người Việt Nam.

Bên cạnh việc chứa đựng những triết lý thâm sâu vi diệu như “*Tứ Diệu Đế*”, “*Thập Nhị Nhân Duyên*”, “*Ngũ Uẩn*”, “*Tánh Không*”... Phật giáo còn mang trong mình tinh thần từ bi, bác ái, bình đẳng và các giáo lý “*Nhân quả*”, “*Nghiệp báo*” rất gần gũi với con người. Các vị Thiền sư trên nền tảng các giáo lý Phật giáo tích cực hoằng dương Đạo Pháp với một tinh thần nhập thế tích cực, tham gia xây dựng và bảo vệ đất nước, cùng đất nước bước qua bao vinh nhục cuộc đời. Chính điều đó đã làm cho Phật giáo dễ dàng hoà nhập với truyền thống yêu nước của nhân dân ta và nhanh chóng được người dân đón nhận, tiếp nhận.

Bên cạnh đó, bản tính con người Việt Nam ta từ xưa đến nay là những người khai mở nên họ luôn đề cao tinh thần phóng khoáng, tự do, ham học hỏi, thuần phác và khoan dung để dễ tiếp thu cái mới, đặc biệt là tư duy “*lưỡng phân lưỡng cực*” của người Việt khiến họ thu nạp cái mới rất nhanh nhạy.

Phật giáo đã nhanh chóng vận dụng sức mạnh “*quyền tuệ*”, sẵn sàng thâm nạp tín ngưỡng bản địa và tín ngưỡng đã có từ lâu đời của dân tộc để tạo nên nét riêng, có ảnh hưởng rất nhiều đến đời sống văn hoá của người Việt.



Chùa Dâu, Thuận Thành, Bắc Ninh. Ảnh: St

2. Nét đẹp Phật giáo trong đời sống sinh hoạt người Việt

Trong sinh hoạt hằng ngày

Từ xa xưa, nhiều người Việt Nam những ngày 30, mùng 1, 14, 15 mọi người sẽ sắp xếp công việc, dành chút thời gian để đi chùa lễ Phật. Dù đã quy y Tam Bảo hay chưa, nhiều người Việt ta vẫn có thói quen này. Mọi người đến chùa để gặp Phật, để gặp nhau và cũng là để thưởng

thức sự yên bình cùng không khí tươi mát nơi chốn Thiền môn mà họ không thể tìm thấy được nơi đường đời xô bồ lắm oan trái.

Nhiều nơi trên đất nước ta, nhất là ở làng quê Việt, chùa không chỉ là nơi sinh hoạt tâm linh mà còn là nơi tổ chức các sinh hoạt hằng ngày cho người dân. Lúc trước nhiều ngôi chùa còn là trường học, các nhà Sư là thầy giáo, lịch sử đã cho chúng ta thấy rõ điều đó khi các ngôi chùa đã sớm là nơi đào tạo nhân tài cho đất nước, đặc biệt là từ thời nhà Lý. Lúc bấy giờ chùa chiếm là trung tâm lưu trữ, giảng dạy về kinh sách nhà Phật cũng như các kiến thức Nho học, giúp cho nhiều người đến đó học tập mà thành tài.

Trong các ngôi trường Phật giáo, nhà Sư chính là những vị có học vấn uyên bác, đạo hạnh cao thâm để truyền trao kiến thức và đạo đức, giúp ích cho xã hội.

Cho đến ngày nay vẫn thế, hầu như mọi ngôi chùa đều có các lớp học về Phật Pháp không chỉ dành riêng cho tu sĩ mà còn dành cho các vị phật tử tại gia, các lớp học này do các tu sĩ hoặc cư sĩ có học vấn, trình độ đảm trách dưới sự chứng minh của Giáo hội và được sinh hoạt theo định kỳ.

Bên cạnh các kiến thức về Phật học, các cách thực hành tu tập theo Phật giáo như tụng Kinh, tọa Thiền... đã quá đỗi quen thuộc với nhiều người, các phật tử còn được sinh hoạt cùng nhau và học tập các kỹ năng mềm khác. Nói đến hoạt động Thiền học, chúng ta có thể xem như một thói quen của người Việt đã có từ lâu đời, như trong Văn minh vật chất của người Việt, tác giả Phan Cẩm Thượng, có viết: *“ngồi khoanh chân xếp bằng như tọa thiền là tính cách riêng của người phương Đông. Đầu gối người phương Tây do quá trình sống riêng rất khó gặp được như vậy”*. cũng chính nhờ các đặc điểm đó, người Việt ta đã hình thành nên thói quen ngồi xếp bàn khi ăn cơm, uống trà... rất lịch sự và thiền vị.

Ấm thực chay và việc ăn chay trong mỗi gia đình cũng đem đến nét đẹp trong lối sống sinh hoạt của người Việt. Ở trong chùa, ăn chay là việc cần thiết để thể hiện lòng từ bi và yêu quý sự sống, chán ghét sự khổ đau và sát hại, thường thì các vị tu sĩ theo Bắc truyền và nhiều người phát tâm ăn chay trường, các phật tử tại gia có thể ăn chay những ngày Rằm, mồng Một mỗi tháng Âm lịch và thọ giữ *“tam quy ngũ giới”*, thọ giới *“bát quan trai”* rất phổ biến.

Các món ăn chay ngày càng được mọi người biến tấu, chế tác và sáng tạo trở nên đẹp mắt và ngon miệng hơn đã tạo nên những sản phẩm hết sức độc đáo trong mỗi bữa cơm chay gia đình.

Các ngày lễ lớn của Phật giáo dần dần trở thành những ngày lễ hội cho nhiều người dân Việt Nam hướng tâm đến, vừa thể hiện lòng tôn kính vừa là dịp để những người con phật tử nói riêng và những người mến mộ Phật Pháp nói chung cùng tụ họp, sinh hoạt, chăm lo cùng nhau. Những ngày lễ này có thể kéo dài trong một ngày, vài ngày cho đến vài tháng như lễ Phật đản, lễ Vu Lan, lễ vào hạ... vào những ngày nay nhiều người đến chùa để cùng nhau dọn dẹp, trang trí, làm ấm thực chay. Các hoạt động trong chùa vào các ngày lễ lớn bên cạnh việc thực hiện các nghi thức Phật giáo còn đan xen vào đó các hoạt động văn nghệ... rất cần sự đóng góp nhiệt tình của mọi người, mà cũng nhờ vậy không khí trong chốn Già lam trở nên ấm

cúng, gần gũi hơn. Đạo không xa rời khỏi đời và chúng sinh cũng một phần nhờ vào các hoạt động này.

Ngoài những công việc và hoạt động mà người Việt thường thực hiện ở chùa thì những sinh hoạt ngay trong gia đình mang màu sắc Phật giáo cũng được nhiều người thực hiện. Nhiều gia đình có thể phát tâm thờ cúng Phật ngay tại nhà, tụng niệm tại gia thay vì đến chùa, họ vẫn duy trì thói quen thắp nhang, lạy Phật, tụng niệm mỗi ngày trong sinh hoạt. Vào những ngày kỵ giỗ, cưới hỏi, tang ma... các Phật tử thường thỉnh mời các vị tu sĩ về tại nhà mình để làm lễ, tụng Kinh, cầu nguyện, dần trở thành thói quen và nét đẹp tại nhiều địa phương.

Trong sinh hoạt văn hoá nghệ thuật

Như các phân tích trên chúng ta có thể thấy Phật giáo đã thâm nhập vào mọi lĩnh vực đời sống của người Việt Nam. Trong khi giao tiếp với nhau, mọi người thường sử dụng các danh từ, thành ngữ, kể các câu chuyện liên quan đến Phật giáo như *“đi với Phật mặc áo cà sa, đi với ma mặc áo giấy”* - có thể hiểu là khi chúng ta đi cùng ai thì chúng ta cũng sẽ giống họ, nên đối với những người tốt thì chúng ta phải luôn trân quý họ như cách họ đã đối xử với ta và Phật chính là vị đại biểu cho sự tử tế đối với bản thân mỗi người vậy; *“tam bành lục tặc”* - câu này đã lấy hình ảnh của ba độc tham, sân, si và sáu căn là mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý xuất hiện trong giáo lý Phật đà để phê phán một người mất đi sự bình tĩnh trong cuộc sống; *“tội nghiệp”* là hai từ quen thuộc mà người Việt thường sử dụng để biểu thị sự thương cảm đối với một ai đó, đây cũng là từ ngữ có trong giáo lý căn bản của nhà Phật.



Lễ Phật tại chùa Quán Sứ, Hà Nội - Ảnh: An Nhiên

Bên cạnh đó người Việt xưa luôn nghĩ rằng “ai ơi, hãy ở cho lành, kiếp này chẳng được để dành kiếp sau” và “ông bà kiếp trước khéo tu, kiếp này con cháu vớng dù nghiêng ngang” nên họ đã dùng hình tượng Bụt - tức Phật là một nhân vật thiện lành, cao thượng, quyền năng, luôn cứu khổ ban vui để đưa vào các câu truyện cổ tích, dân gian nhằm giáo dục con cháu đời sau phải luôn luôn ăn ở thiện lương, phúc đức sẽ đến và sẽ có được sự che chở của những người tốt. Đó chính là một nét đẹp trong văn hoá người Việt ta đã có từ lâu đời.

Thông qua ngôn ngữ người Việt đã xây dựng nên những âm hưởng du dương thường xuất hiện trong các nghi lễ Phật giáo, mang một màu sắc riêng biệt so với các tôn giáo và tín ngưỡng khác. Chúng ta có thể cảm nhận được sự nhịp nhàng, du dương theo tiếng chuông, tiếng mõ ở chốn Thiền môn, trong các buổi sinh hoạt của gia đình phật tử... Không chỉ vậy, các nhạc sĩ còn sáng tác ra nhiều bài ca Phật giáo được phát trong những ngày lễ lớn, nhiều bài ca đã đi vào lòng các thế hệ Phật tử Việt như bài “*Từ Đàm quê hương tôi*” của Nguyễn Thông, “*Trầm hương đốt*”, “*Liên hoa*” lời Việt của Lý Ngọc Cương...

Nghệ thuật cắm hoa và thưởng trà cũng là những nét đẹp trong sinh hoạt của người Việt phần nào mang âm hưởng và màu sắc Phật giáo. Trong chốn thiền môn, để thể hiện lòng tôn kính và cúng dường, cắm hoa là một công việc không thể thiếu. Để trang hoàng trong các ngày lễ lớn của Phật giáo, các thầy và sư cô trong chùa sẽ cắm rất nhiều hoa theo nhiều phong cách khác nhau bên cạnh đó là các cuộc thi cắm hoa được tổ chức cho các phật tử nhằm đem đến không khí gần gũi, mở ra tâm thế yêu đời, sáng tạo hơn cho mọi người. Nhờ đó mọi người khi đến chùa sẽ được giao lưu, học hỏi lẫn nhau, tăng tinh thần đoàn kết trong cộng đồng.

Còn nói về trà đạo, từ chốn thiền môn uống trà đã trở thành một nghệ thuật, và người uống trà sẽ là một nghệ sĩ. Trà là chất liệu đại diện cho cuộc đời có chút đắng, chút ngọt, đậm nhạt tùy theo người pha chế. Để pha được một ấm trà ngon bên cạnh kỹ năng còn đòi hỏi cả cái tâm của người pha chế. Uống trà cũng có nhiều cách, dù là độc ẩm, đối ẩm hay quần ẩm cũng sẽ có những tiêu chuẩn riêng. Khi uống trà hãy để tâm vào tách trà và mở lòng cảm nhận. Ngày nay, trà sen là loại nước rất được ưa chuộng đối với người Việt ta dần trở thành một món ăn tinh thần đặc trưng của văn hóa Việt Nam, mang trong đó nhiều triết lý, lịch sử và lòng kính trọng.

KẾT LUẬN

Từ lâu, Phật giáo Việt Nam đã trở thành một bộ phận thuộc văn hoá Việt Nam và góp phần thể hiện những nét đẹp, tinh hoa trong lối sống con người Việt.

Từ khi đến Việt Nam, Phật giáo đã nhanh chóng biến đổi để phù hợp với hoàn cảnh cụ thể của người Việt, để lại nhiều dấu ấn đẹp đẽ trong đời sống của con người nơi đây và lưu giữ mãi qua nhiều thế hệ.

Lối sống theo Thiền môn được người dân học tập, ứng dụng trong đời sống sẽ góp phần tích cực về mặt tinh thần đạo đức cho con người. Giúp con người sống một cách tỉnh giác, yêu thương bản thân, gia đình và xã hội. Đó là nếp sống chan hoà và tràn đầy tình cảm, góp phần làm cho đất nước và xã hội tốt đẹp hơn, vun đắp cho hòa bình và sự phát triển hài hòa của xã

hội.

Tác giả: **Thích nữ Thuận Trí**

Học viên Cao học Khoá II - Học viện PGVN tại Huế, ngành Lịch sử

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Thích Phước Đạt (2022), Văn hoá Phật giáo Việt Nam, NXB Phụ nữ Việt Nam, Tp Hồ Chí Minh.
 2. Thích Phước Đạt (2021), Đại cương tư tưởng Phật giáo Việt Nam, NXB Khoa học xã hội, Hà Nội.
 3. Nguyễn Lang (2000), Việt Nam Phật giáo sử luận, NXB Văn học, Hà Nội.
 4. Phan Cẩm Thượng (2019), Tập tục đời người, NXB Hội nhà văn, Hà Nội.
 5. Phan Cẩm Thượng (2020), Văn minh vật chất của người Việt, NXB Thế giới, Tp Hồ Chí Minh.
- Tài liệu internet
1. Trần Hoà (2022), “Trường học Việt Nam thời phong kiến có từ khi nào, phân bố ra sao?”, <https://giaoducthudo.giaoducthoidai.vn/truong-hoc-viet-nam-thoi-phong-kien-co-tu-khi-nao-ph-an-bo-ra-sao-13420.html>, truy cập ngày 27 tháng 3 năm 2023.
 2. Tunglam (2020), “Nghệ thuật uống trà độc đáo của Việt Nam”, <https://www.chiclandhotel.com/vn/blog/nghe-thuat-uong-tra-doc-dao-cua-viet-nam.html>, truy cập ngày 27 tháng 3 năm 2023.
 3. Bách khoa toàn thư mở, “Phật giáo Việt Nam”, https://vi.wikipedia.org/wiki/Ph%E1%BA%ADt_gi%C3%A1o_Vi%E1%BB%87t_Nam truy cập ngày 27 tháng 3 năm 2023.
- Nguyễn Lang (1994), Việt Nam Phật giáo sử luận, Nxb văn học - Hà Nội, Hà Nội, tr 19.
Phan Cẩm Thượng (2020), Văn minh vật chất của người Việt, NXB Thế giới, Tp Hồ Chí Minh, tr 526.