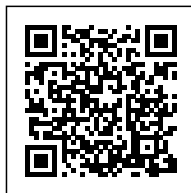


NGÀY XUÂN HỌC CHỮ "NHẪN"



“Tỳ Kheo các ông! Nếu buông thả tâm nóng giận là tự mình làm hại đạo, mất hết lợi ích công đức. Nhẫn nhục là đức tính mà trì giới với khổ hạnh cũng chẳng bì kịp, người có thể nhẫn nhục mới đáng gọi là bậc đại nhân có sức mạnh. Như người chẳng thể vui lòng nhận lời mắng chửi độc ác như uống nước cam lồ thì chẳng thể gọi là bậc trí huệ đã nhập đạo. Tại sao vậy? Cái hại của sự nóng giận là phá hoại các pháp lành, làm mất danh tiếng tốt khiến cho đời này và đời sau chẳng ai muốn gặp gỡ mình. Nên biết rằng tâm nóng giận còn hơn cả lửa dữ, phải thường phòng hộ không để cho nhập vào...” (Kinh Di giáo - Đoàn Trung Côn - Nguyễn Minh Tiến dịch và chú giải).



Người Việt Nam xưa nay thường có câu: **“Một điều nhịn là chín điều lành”**, mọi sự thành tựu đều do nhẫn nhịn mà nên. Trong đạo Phật, chữ Nhẫn cũng vậy, Nhẫn nghĩa là chịu đựng khinh khi, dè bủ, mắng chửi của người khác mà không hề nóng giận; chịu đựng phần thiệt thòi về mình mà không đòi hỏi ganh đua thiệt hơn; nhẫn nhịn sự tham muốn sân si, ngã mạn của chính mình trước cám dỗ vật chất, thời đại kim tiền mà tịnh tiến đi lên phía trước. Nhẫn để chịu khó, chịu khổ rèn luyện thành tài, thành tựu. Khác với sự Nhẫn nhục của thế nhân mang tính chất **“Quân tử trả thù, mười năm chưa muộn”**, dè nén lửa giận của mình nơi thâm sâu để tìm cơ hội gột rửa nỗi hận, báo oán của mình cho việc này hay với một người nào khác. Nhẫn đó là sự nguy hiểm tàn nhẫn, tạo ác nghiệp trầm luân.

Phật giáo đề xướng Nhẫn là sự khởi tâm từ bi, cảm hóa cơn nóng giận, sân si của mình, của người khác thay thế cho hành động bạo lực, gây thù chuốc oán nhằm kiến tạo sự việc trở lên tốt đẹp, hoàn mỹ, đưa con người sống với nhau trong an lạc, tiêu dao chứ không uơ hèn nhu nhược hay bàng quan vô cảm trước nỗi khổ đau của người khác. Người có sức mạnh vô song, đáng kính trên đời chính là người hành được tâm Nhẫn nhục như câu: **“Người có thể Nhẫn nhục mới đáng là bậc đại nhân có sức mạnh”** trong Kinh Di Giáo giải nghĩa.

Nhẫn nhục giống như một liều thuốc đắng nhưng mang lại lợi ích cốt lõi, hiệu quả. Chịu được sự nhẫn nhục dù rơi vào hoàn cảnh nào, dù thân có ở nơi đâu cũng thấy thân tâm thanh thản, trời cao biển rộng, người không chịu được nhẫn nhục thì ngược lại luôn thấy bị tù túng, xung

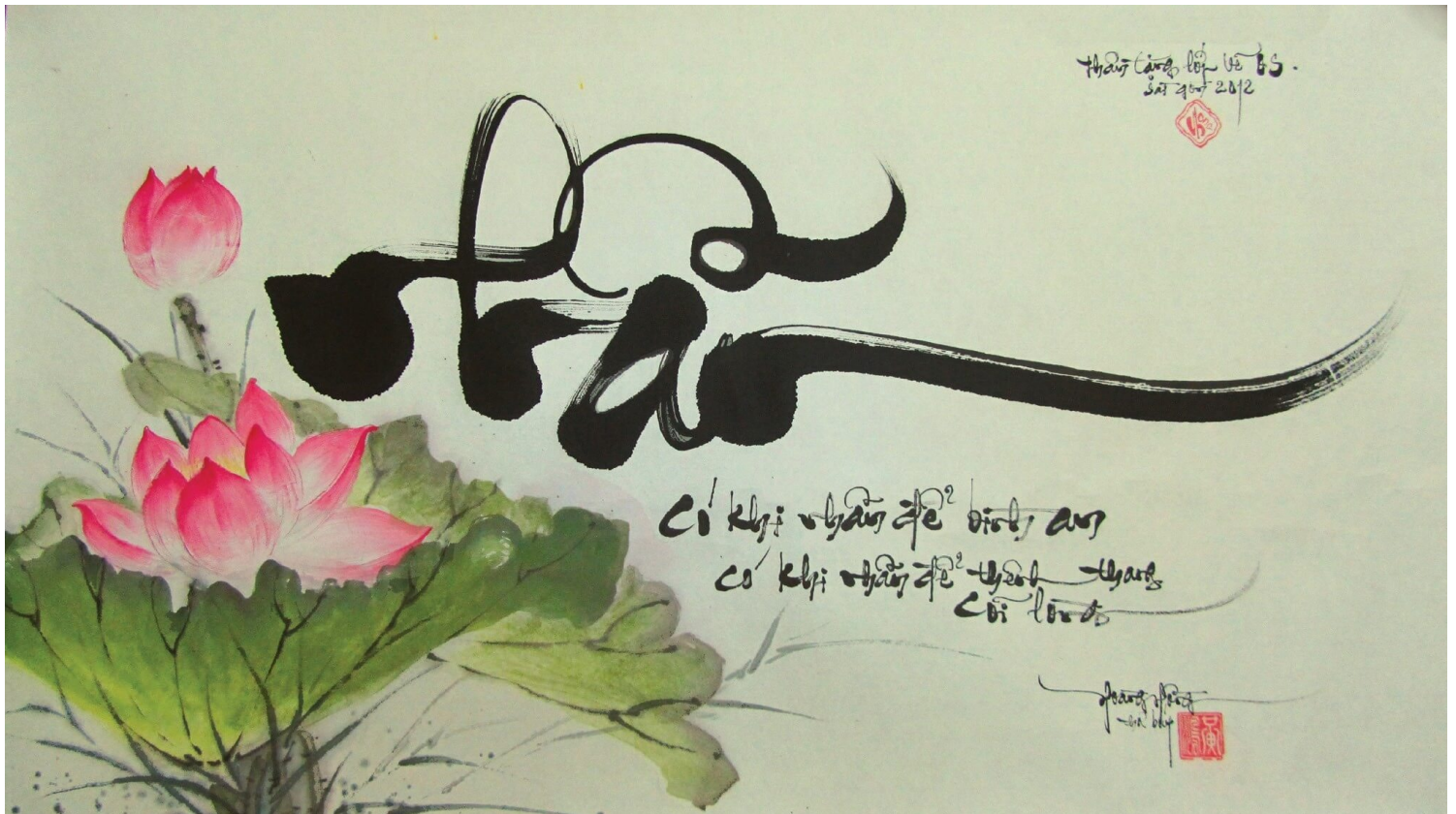
quanh đây mâu thuẫn, xung đột với nhau. Ngoài đời, cũng vì không kìm được ngọn lửa nóng giận, không chế ngự được tâm nhẩn nhục mà sinh ra sân si, mâu thuẫn, chém giết, gia đình nổi da xáo thịt, cha con không nhìn mặt nhau, anh em giành giật, vợ chồng bất hòa đánh đập, chỉ vì một cái nhìn không thuận mắt, không dần được sự kiêu mạn của bản thân mà hành xử côn đồ, gây thù chuốc oán... rốt cuộc thì chính bản thân mình là người gánh chịu những tổn thương và hậu quả. Nếu đem tâm nhẩn nhục, đặt đúng vị trí, cách nghĩ của mình và người, hành xử khiêm nhường thì gia đình thuận hòa trên dưới, anh em đồng lòng, quan hệ xã hội hòa hợp, tương thân tương ái, xã hội an lạc.



Trong đạo Phật, hạnh Nhẫn là một đức hạnh vô cùng cao quý trong tất cả các hạnh, kinh Di Giáo viết: **“Nhẫn nhục là đức tính mà trì giới với khổ hạnh cũng chẳng bì kịp”**. Nhẫn tuy vô hình vô tướng nhưng nhờ thực hành Nhẫn, khiến chúng sinh kiềm chế được lửa nóng giận, tránh được sân si mà từ đó khởi sinh ra trí huệ, thiện mỹ, nhẫn chịu được mọi phiền não ác nghiệp do ngoại cảnh bên ngoài tác động. Bởi nếu khởi tâm sân si giống như ngọn lửa thiêu rụi cả khu vườn công đức, hủy đi chính phước huệ của bản thân, đồng thời còn gây nên nghiệp ác. Con người do không nhận thức rõ nhân duyên hòa hợp, thành trụ hoại không, không biết rằng đời vốn là bể khổ nên tâm chấp mê bất ngộ, tạo sân si, gây ác nghiệp khiến luân hồi không dứt, trầm luân trong lục đạo. Ai cũng muốn lấy mình làm trung tâm, gây hiềm khích mà gieo nhân sinh tử chịu nhiều khổ báo. Do đó, biết đến Phật pháp, biết đến hành Nhẫn là sự khởi đầu cho việc tu tập bản thân, giữ được ngọn lửa nóng giận, giữ tâm bất động trước mọi sân hận và an nhiên đối diện với những phiền trược, vô minh. Chịu được nhẫn nhục dẫn chúng sinh hành sự cẩn trọng, tránh được sân si không đáng có, dần dần trở thành thói quen khiến

họ có khí chất phóng khoáng, rộng rãi, dễ thành tựu trong sự nghiệp, quảng kết thiện duyên.

Tu tập, rèn luyện hạnh Nhẫn là sự khởi đầu khó khăn cho mỗi người, bởi khi đó giống như ta phải cuoir lên chính tính khí nóng nảy, thói quen sân si ngã mạn của bản thân chúng ta nên trong lòng sẽ có ngàn vạn lần khó chịu, đòi hỏi chúng ta bắt buộc bản thân nhẫn nại dần dần cho tới khi điều chỉnh được thói quen, tính khí của mình, từ đó cam lòng đối với những xoay vần của cuộc đời, khi sa cơ, khi thuận lợi. Tập hành Nhẫn là để thu nhỏ cái tôi, mở rộng tấm lòng để bao dung mọi điều, tôn trọng người khác, mở lòng với xung quanh để tạo môi trường an lạc. Nhẫn không chỉ nhẫn trong nghịch cảnh mà trong điều kiện thuận lợi cũng cần phải nhẫn, vì trong nghịch cảnh vốn dĩ sự việc bày ra trước mắt nên chịu nhẫn nhục ở đây hoặc giả có thể dễ dàng hơn. Ví như người khác buông lời khinh ghét, cái nhìn coi thường thì bản thân mình khởi tâm hành nhẫn, tâm nhẫn bất động cho qua mọi việc. Nhưng trong hoàn cảnh ngược lại, tâm nhẫn khó mà bất động khi nghe lời đường mật, phỉnh nịnh, ái sắc... Do đó, chế ngự, thực hành được nhẫn, tâm sẽ luôn thanh tịnh, cầu đắc giải thoát.



Cho nên ở đời, thường việc như ý thì ít mà bất như ý thì nhiều, khiến chúng sinh luôn xoay vần đảo điên, phiền phức. Có tiền cũng khổ, không tiền cũng khổ; nhàn cũng khổ, bận cũng khổ..., càng những người không kham được Nhẫn nhục càng thấy khổ. Vì thế, hiểu được chữ Nhẫn, chúng ta hành Nhẫn để điều phục, chế ngự bản thân, nhẫn mọi hành ác, niệm ác của sân si, phát triển giới hạnh và trí huệ. Nhẫn tuy không phải là cảnh giới tối cao giúp chúng ta đạt được hạnh phúc nhưng thực hành được hạnh Nhẫn giúp chúng ta kiện toàn một nhân cách thành tựu, quan hệ giao tiếp xã hội hài hòa, gia đình hạnh phúc, thành công trong sự nghiệp.

Tác giả: **Nguyễn Thắng**

Tạp chí Nghiên cứu Phật học - Số tháng 1/2018