

CÁCH THỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP ỨNG XỬ TRONG PHẬT GIÁO



Trong **Phật giáo**, kết quả của mọi nỗ lực tu tập nhằm đem đến an lạc, hạnh phúc cho mình và cho người. Thuần thực trong tâm lý ứng xử là con đường tiệm cận dẫn đến lý tưởng vừa nêu. Đó cũng là điều để lý giải tại sao dù bất cứ ở đâu, phương thức ứng xử luôn được quan tâm và chú trọng.

Tác giả: **Thích Chúc Danh**

Tóm tắt: Phật giáo, với hệ thống giáo lý sâu sắc và toàn diện, không chỉ là một tôn giáo mà còn là một triết lý sống, trong đó nghệ thuật ứng xử là một khía cạnh quan trọng. Các nguyên lý như “*Trung đạo*”, “*nhẫn nhịn*”, “*từ bi*” và “*trí tuệ*” là những nền tảng cơ bản định hướng hành vi và tâm thức của người Phật tử. Những nguyên lý này không chỉ giúp các tín đồ tu dưỡng tâm hồn, mà còn mang lại những hướng dẫn cụ thể về cách ứng xử trong cuộc sống hàng ngày.

Trong bài viết này, chúng tôi sẽ khám phá những giá trị đạo đức cốt lõi trong Phật giáo và cách chúng được ứng dụng vào các mối quan hệ, hành vi và suy nghĩ của mỗi người hành giả. Từ đó, chúng ta sẽ hiểu rõ hơn về triết lý sống và cách thức ứng xử của Phật giáo - một nền tảng tinh thần vô cùng quý giá cho sự an lạc và hạnh phúc của con người.

Từ khóa: Ứng xử; Từ bi; Trí tuệ, Hoàng pháp

Nội dung

Phương thức ứng xử trên nền tảng từ bi

Phật giáo là một tôn giáo được xây dựng trên nền tảng từ bi và trí tuệ một cách bình đẳng. Phật giáo không phân biệt bất cứ một ai, người nào tìm đến đạo Phật thì Phật giáo chưa bao giờ từ chối, luôn mở rộng vòng tay không ngần ngại hướng dẫn, dìu dắt, ngay cả những người ngoại đạo cũng khiến họ quay về sống trong ánh sáng đạo Phật.

Qua cuộc đời đức Phật, chúng ta thấy được nhân cách đạo đức và tâm lý ứng xử của đức Phật đối với các chúng sinh như thế nào? Trên tinh thần từ bi, ngài luôn hòa nhã với cử chỉ, hành động khiêm cung, tự tại dù đó là ai. Đức Thích Ca Mâu Ni là một bậc Thầy mô phạm trong giao tiếp đầy từ bi, mô phạm trong ứng xử đầy bao dung: “*Ai tu tập từ tâm, vô lượng, thường ức niệm, các kiết sử yếu dần, thấy được sinh y diệt, với tâm không ác độc, từ mẫn mọi chúng sinh. Do vậy, vị ấy thành, Bậc thuần nhất chí thiện*”.



Đồng thời, Giáo sư S.Radhakrishnan cũng tán thán ca ngợi, “đức Phật có đức khoan dung vô hạn. Ngài xem cuộc đời là tối tăm hơn tội lỗi, khát khao hơn bạo loạn. Ngài đối diện nghịch cảnh với tâm tư tĩnh táo và đầy tin tưởng. Hạnh đức của Ngài là sự thể hiện hoàn hảo tác phong nhã nhặn và cảm giác thương người có đôi chút cứng rắn trong đó”.

Hay sử gia Will Durant cũng nêu nhận xét: “Đức Phật là người ‘dĩ đức báo oán’. Ai không hiểu Ngài mà nhục mạ thì Ngài chỉ làm thinh. Nếu một người nổi điên lên mà làm hại Ngài thì Ngài dùng tình thương che chở cho người đó; người ấy càng làm điều ác cho Ngài thì Ngài càng làm điều thiện cho người ấy”.

Từ đó, ta có thể thấy ngài là tấm gương sáng ngàn đời, là bậc mô phạm đầy lòng bao dung và đức hạnh xứng đáng là bậc Thầy tâm linh cho hàng đệ tử trải qua nhiều thế hệ. Cho đến ngày nay, những người con Phật trên thế giới đều tôn kính ngưỡng mộ ngài.

Thông thường, có nhiều vị giáo chủ của các tôn giáo khác giữ một khoảng cách rất xa đối với các đệ tử của mình, nhưng đức Phật thì ngược lại, với tấm lòng từ bi, bác ái đức Phật luôn biết cách xoa dịu, gần gũi ứng xử ân cần và chia sẻ cùng những đệ tử của mình: *“Này Kassapa, ông nay đã già rồi, y phấn tảo, vải thô của ông đã cũ nát, đáng được quăng bỏ. Vậy này Kassapa, hãy mang những áo do các gia chủ cúng, thọ dụng các món ăn được mời và hãy ở gần bên ta”*.

Với một lời nói xuất phát từ tấm lòng thương yêu với hàng đệ tử như vậy cũng đủ chứng minh, đức Phật luôn thể hiện sự tôn trọng đối với tất cả những học trò của mình, không những thế mà tất cả những ai đến gặp Ngài đều cảm thấy hoan hỷ và an lạc. Ngay cả những vị vua hay Bà-la-môn, các du sĩ ngoại đạo đến gặp Phật để cật vấn, trách vấn và muốn chống đối Ngài, nhưng qua cuộc đàm thoại, ứng xử từ đức Phật, các vị ấy phải thốt:

“Thật là vi diệu thay, bạch Thế Tôn! Thật là vi diệu thay, bạch Thế Tôn! Bạch Thế Tôn, như người dựng đứng lại những gì bị quăng ngã xuống, phơi bày ra những gì bị che kín, chỉ đường cho kẻ lạc hướng, đem đèn sáng vào trong bóng tối để những ai có mắt có thể thấy sắc. Cũng vậy, chính pháp đã được Thế Tôn dùng nhiều phương tiện trình bày giải thích. Và nay con xin Quy y Thế Tôn, Quy y Pháp, Quy y Tỷ-kheo Tăng.”

Qua hai ví dụ chúng ta thấy rõ được tinh thần từ bi và cách ứng xử khéo léo của đức Phật, để lại một bài học quý giá đầy ân tình đầy lòng bao dung cho hàng đệ tử. Bởi lẽ, đức Phật ra đời vì mục đích xóa tan màn vô minh tăm tối, phơi bày những giá trị chân thật, mang niềm vui hỷ lạc với tất cả chúng sinh. Với tâm nguyện đó, Ngài luôn dẫn thân và đồng cảm sâu sắc nỗi thống khổ của hầu hết chúng sinh, cũng như tìm ra con đường phù hợp nhất mọi căn cơ mỗi người giúp họ vượt thoát những nỗi khổ đau kiếp người.

Qua đó, đức Phật biểu lộ tâm lý ứng xử thông qua sự thể hiện tâm từ bi vô lượng khi Ngài đến với thế giới này. Cuộc đời Ngài đã thoát lên bản chất năng lượng từ bi, là tấm gương sáng cho đời. Hầu như nhiều văn bản được lưu lại đến nay đều minh chứng ở độ tuổi niên thiếu, Ngài đã biểu hiện tấm lòng đầy trắc ẩn và nhân ái đối với khổ đau hiện diện trong cuộc đời. Tính thương người, thương vật cùng tính ôn hòa trầm tư- đã ghi dấu cho một sự xuất hiện, một vị Phật tương lai - sớm bộc lộ trong vị hoàng tử trẻ Siddhattha.



Phương thức ứng xử trên nền tảng trí tuệ

Ngoài việc ứng dụng tinh thần từ bi trong giao tiếp thì không thể thiếu vắng đi trí tuệ. Trí tuệ ở đây, cần ứng xử sao cho phù hợp với kế cơ - kế lý - kế thời.

Đó được xem là nền tảng căn bản trên con đường hoằng pháp lợi sinh của đức Phật. Đôi khi đọc lại các tư liệu, chúng ta thấy mỗi sáng đức Phật thường quán chiếu xem chúng sanh nào hôm nay cần được giáo hóa, Ngài liền đến đó hóa độ. Có những sanh nghiệp chướng sai biệt, Ngài quán chiếu tùy theo căn cơ, trình độ, hoàn cảnh của mỗi người mà giảng giải, đặt vấn đề và trao truyền những bài pháp tuần tự khác nhau sao cho phù hợp.

Kế lý nghĩa là những chân lý từ kim khẩu đức Phật nói ra đều phù hợp với từng chúng sinh, phù hợp với đạo lý mang đến giá trị tuyệt đối vượt ngoài thời gian như giáo lý Tứ Thánh Đế, Duyên Khởi, Nhân quả, Nghiệp báo, v.v...

Kế cơ nghĩa là tùy theo tâm lý, trình độ, căn cơ của mỗi người mà đức Phật giảng dạy, giáo hóa cho phù hợp. Minh chứng như phương pháp hành thiền Tứ Niệm xứ (Satipaṭṭhāna Sutta), đối với các Tỳ-kheo, đức Phật sẽ giảng dạy cách thực hành gồm qua phương pháp thiền quán sao cho phù hợp khả năng của mỗi người mà lựa chọn đề mục thích hợp nhất;

Đối với người thợ rèn thì Ngài chỉ dạy phương pháp căn bản sao cho phù hợp với công việc

đang làm, vừa có thể thực hành một cách hiệu quả, qua phương pháp đếm hơi thở; đối với người làm công giữ mộ nơi nghĩa địa, Ngài hướng dẫn tu quán các pháp bất tịnh.

Điều đó minh chứng, với trí tuệ của đức Phật, ngài đã mở ra đường lối giáo dục đương thời tùy theo căn cơ mỗi đối tượng, mà áp dụng giáo lý để lan truyền rộng rãi trong cộng đồng Phật giáo một cách linh hoạt.

Khế thời nghĩa là đức Phật tùy theo địa điểm, thời gian, không gian, tuổi tác từng người để giáo hóa qua những bài pháp khác nhau, khiến cho tác dụng của giáo Pháp được tăng thêm hiệu quả.

Ngoài ra, đức Phật còn sử dụng rất nhiều phương tiện thiện xảo trên nguyên tắc diễn đạt ngôn ngữ, diễn đạt hình thể và thuật lại những mẫu chuyện tiền thân từ ngài để thính chúng dễ hiểu sau khi nghe pháp. Đức Phật dùng những ví dụ, hình ảnh, ngôn ngữ như nói chuyện với bác nông dân;

Hay với tầng lớp Bà-la-môn, Sát-đế-lợi, ngài thể hiện sự trang nghiêm, cung cách ứng xử phù hợp với họ; hay với chuyện nhân quả đức Phật diễn tả lại mẫu chuyện tiền thân lúc làm Trưởng giả, Thái tử hoặc vua của các con vật...với mục đích giúp người cứu vật, xả bỏ thân mạng thực hành hạnh Bồ- tát. Chỉ có người đầy đủ trí tuệ và phạm hạnh mới đầy đủ nghị lực thực hành Bồ- tát hạnh, điều đó được thuật lại: Này Tôn giả Gotama, trí tuệ được giới hạnh làm cho thanh tịnh, giới hạnh được trí tuệ làm cho thanh tịnh.

Chỗ nào có giới hạnh, chỗ ấy có trí tuệ; chỗ nào có trí tuệ, chỗ ấy có giới hạnh; người có giới hạnh nhất định có trí tuệ; người có trí tuệ nhất định có giới hạnh. Giới hạnh và trí tuệ được xem là tối thắng ở trên đời... Cũng như lấy bàn tay rửa bàn tay, lấy bàn chân để rửa bàn chân; cũng vậy, Tôn giả Gotama, trí tuệ được giới hạnh làm cho thanh tịnh, giới hạnh được trí tuệ làm cho thanh tịnh.

Ngoài ra, phương thức ứng xử trong Phật giáo được thể hiện rõ trong Chính ngữ. Chính Ngữ là nhánh thứ ba trong tám nhánh thuộc Bát Chính đạo (八正道) đưa chúng sinh chuyển phàm thành Thánh. Phật dạy hành giả rèn luyện Chính Ngữ cần tránh bốn lời nói sau.

Thứ nhất: Không nói những lời nói thô bỉ (những lời nói gây tổn hại, ác khẩu, công kích...) điều đó mang lại niềm chua trác, mất hòa khí dẫn đến thiếu đoàn kết trong giao tiếp.

Thứ nhì: Không nói những lời nói gây bất hòa, gây chia rẽ (những lời nói gây mất đoàn kết). Nó dẫn đến mất niềm tin, nghi ngờ...đưa đến tình bạn rạn nứt.

Thứ ba: Không nói những lời lừa dối (những ngôn ngữ lừa gạt, mách khoe, âm mưu). Đó là những lời giả dối để thuận lợi cho mình dối trá người khác.

Thứ tư: Không nói những lời nói ý ngữ (những lời nói không mang đến lợi ích, không có giá trị, vu vơ, vô ích). Thay vì đó, ta lựa chọn những lời nói hay, chân thật, những lời nói xoa dịu vết thương gàn gấn lại tình đồng đạo.

Từ đó, Chính Ngữ trong Phật giáo, được thể hiện qua phương thức khôn khéo ứng xử giúp ta

thuận lợi trong giao tiếp, cũng như những mẫu chuyện trong Kinh Bốn Sinh, là những giá trị chân thật giúp ta rút ra bài học quý giá trong cuộc sống.



Tầm quan trọng của phương thức ứng xử trong Phật giáo

Quá trình làm cho mọi người cùng nhận ra chân lý là khúc khải tấu nhiệm mầu của cách thức giao tiếp ứng xử, được đức Phật và những đệ tử của Ngài thực hiện. Bởi lẽ, phương thức giao tiếp ứng xử là quá trình trao đổi thông tin giữa người với người, hoạt động các yếu tố trong bối cảnh, người nhận tin, người phát tin, các kênh truyền thông.

Ở đây, đối tượng phát tin có thể là đức Phật, các vị Thánh Tăng, các nhà truyền giáo, các nhà hoằng pháp, là những người đang mang trong mình sứ mệnh dẫn thân phụng sự lan truyền giáo pháp, đều được xem là người truyền tải thông tin theo sự phân chia của các tổ chức khoa học giao tiếp. Quá trình hoạt động hoằng pháp, đối tượng cần nhắm đến là thính chúng.

Hiển nhiên, buổi chia sẻ lời Phật dạy được diễn ra trong một bối cảnh cụ thể, thông qua phương thức truyền trao kiến thức giữa mặt đối mặt, hoặc thông qua những kênh truyền thông khác như thuyết giảng từ xa hoặc qua youtube, video... Tựu trung, thuyết giảng giáo lý nói riêng hay hoằng pháp nói chung, thực chất là một quá trình thể hiện oai nghi ứng xử và tâm lý giao tiếp theo nghĩa tích cực về đạo đức.

Sự xuất hiện của đức Phật đã cho chúng ta thấy một bức tranh chân thật đầy sống động “*Pháp*

của ta thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người trí tự mình giác hiểu". Sau khi thành đạo, đức Phật đã đem những chân lý mà ngài chứng được lưu truyền rộng rãi mọi nơi trên đất nước Ấn Độ, từ thành thị đến nông thôn, từ người già đến trẻ nhỏ, đủ mọi tầng lớp con người, đủ mọi giai cấp xã hội.

Với lòng từ bi và trí tuệ của bậc thánh, ngài giảng dạy tùy theo căn cơ của từng chúng sinh bằng cách giao tiếp ứng xử khôn khéo mang lại lợi ích cho những người có duyên gặp được ngài. *"Vớ từ tâm, vì lợi tha và do lòng từ, Thế Tôn thuyết pháp".*

Với ý niệm mang đến sự an lạc và giải thoát mọi khổ đau cho chúng sinh. Chúng sinh thì nghiệp chướng sai biệt đa dạng khác nhau, vì thế sự linh hoạt ứng xử của đức Phật cũng uyển chuyển, nhuần nhuyễn và tùy duyên. Từ đó, sự thành công trên bước đường hoàng pháp của ngài, đã mở ra bước ngoặt trong lịch sử loài người, đồng thời cho thấy Ngài là bậc thầy mô phạm vĩ đại trong tâm lý ứng xử giữa loài người,

Là những hành giả đã và đang đi theo con người của Như Lai thì phải học tâm nguyện, hạnh nguyện của Như Lai. Khao khát đem những giáo pháp mà mình học được, tu được với tâm nguyện độ sinh chia sẻ đạo tình thức đến với người hữu duyên. Với tấm gương sáng rực rỡ vị Tỳ kheo Abhibhu dũng mãnh phát nguyện khi đứng ở cõi trời Phạm Thiên:

"Hãy đứng dậy, lên đường

Hãy dẫn thân Phật giáo

Hãy đánh bại ma quân

Như voi phá chồi lá".

Muốn đạt được như thế, mỗi hành giả phải có đủ tâm nguyện và hạnh nguyện, mà điều kiện tiên quyết được đặt ra mỗi nhà hoàng pháp phải từ bây giờ nên nuôi dưỡng trong mình đầy đủ oai nghi đỉnh đạc và cách thức ứng xử, đôi khi không cần nói nhiều chỉ cần những cử chỉ đi, đứng, ngồi, nằm thoát lên vẻ đẹp có oai đức, lời nói tao nhã, cử chỉ điềm đạm, nhiệt tâm ứng xử họ sẽ tỏa ra một nguồn năng lượng tích cực làm dịu tâm trí người khác mang đến sự an lạc.

Đó gọi là thân giáo. Đồng thời, cần phải thấy rằng, nếu ứng xử với tâm kham nhẫn, nhu hòa, chịu đựng và với từ tâm là một đức tính đặc thù của nhà truyền giáo thì ở đây nhuần nhuyễn trong nghệ thuật ứng xử là một tố chất cần thiết, liên quan đến sự thành công của bất cứ một nhà hoàng pháp dù ở thời đại nào.

Trong lãnh vực sinh hoạt cộng đồng nói chung, ứng xử qua lại là một trong những phương thức truyền đạt thông tin và tạo nên các mối liên hệ giữa con người với con người. Không có lời nói, xã hội mất đi sự thấu hiểu, hay tiếng nói chung của đồng loại.

Từ lịch sử phát triển của nhân loại cho thấy, một cách ứng xử khôn khéo có thể hưng vong cả một quốc gia, một triều đại hoặc ảnh hưởng đến bại, thành của một quốc gia. Vì thế, cách thức ứng xử cũng là một trong ba nghiệp nền tảng theo dòng chảy sinh mạng của chúng sinh. Tam nghiệp này được Như Lai nhắc nhở nhiều lần trong kinh văn:

“Phàm con người đã sinh

Sinh với búa trong miệng

Kẻ ngu khi nói bậy

Tự chặt đứt lấy thân”.

Cho nên, mỗi hành giả phải có ý thức đường hướng tu tập sao cho nghiêm mật trong quá trình chuyển hóa nghiệp lực. Phải ý thức rằng, tu tập là một quá trình chuyển hóa nghiệp lực. quán sát và làm chủ được ý thức ngang qua tâm lý dẫn đến lời nói, dẫn đến cách cư xử, hành giả phải làm chủ được tâm thức trong chính niệm trong phút hiện tại thì đời sống có sự tiến bộ, thăng hoa trên con đường tu tập và giải thoát.

Trong Phật giáo, kết quả của mọi nỗ lực tu tập nhằm đem đến an lạc, hạnh phúc cho mình và cho người. Thuần thực trong tâm lý ứng xử là con đường tiệm cận dẫn đến lý tưởng vừa nêu. Đó cũng là điều để lý giải tại sao dù bất cứ ở đâu, phương thức ứng xử luôn được quan tâm và chú trọng.

Kết luận

Qua đó, tâm lý ứng xử là nhu cầu căn bản đạo đức của con người, nhằm duy trì hoạt động sống ở nghĩa rộng nhất, thể hiện qua sự trao đổi thông tin giữa người với người. Có nghệ thuật ứng xử khéo léo, con người sẽ từng bước kiện toàn những phẩm chất sống theo thú hướng nghiệp lực riêng mình. Có phẩm chất hoàn hảo không chỉ giúp ta giới hạn trong lời nói, ngôn ngữ, chữ viết, mà còn thể hiện dưới những dạng thức khác nhau như hiển lộ ra bằng ngôn ngữ, diện mạo, hành động, cử chỉ.

Quá trình ứng xử là nghệ thuật đỉnh cao khôn khéo trong giao tiếp, đó là sự truyền tải và lưu truyền trọn vẹn thông tin từ cách ứng xử cho đến người nhận, là sự tổng hòa và phối hợp nhuần nhuyễn giữa các thủ pháp ứng xử cùng các tính chất đặc thù của cử chỉ từ tốn có chính niệm trên nền tảng từ và trí tuệ.

Với người xuất gia, việc ứng xử khéo léo ở nghĩa rộng được hiểu là sứ mạng hoằng hóa độ sinh. Qua đó bất cứ ý nghĩa nào, mỗi hành giả có hai việc cần phải lưu tâm giữa cách nói và cách im lặng. Vì thế, đức Phật dạy: Nói pháp hay giữ im lặng của bậc Thánh

CHÚ THÍCH

Thích Minh Châu dịch, Kinh Tăng Chi Bộ 3, Phẩm Từ, Nxb: Tôn Giáo, Hà Nội, 2005, Tr 489.

S. Radhakrishnan, The Dhammapada, tr.12-13

Thích Minh Châu dịch, Tương Ưng II, chương 5, Nxb: VNCPHVN, 1993, Tr. 348.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Trường Bộ 1, 8. Kinh Kassapa, Nxb:VNCPHVN, TP. HCM, 1991, Tr 308

Thích Minh Châu dịch, Kinh Trung Bộ 1, 10. Kinh Niệm Xứ, Nxb: Tôn Giáo, Hà Nội, 2012, Tr 85.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Trường Bộ 1, 4. Kinh Sonadanda, Nxb: VNCPHVN, TP. HCM, 1991, Tr 222.

Bát Chánh đạo (āryāṣṭāṅgika-mārga) Là con đường chính tám ngành đưa đến Niết bàn giải thoát, còn gọi là Bát Thánh đạo, Bát chi chính đạo, Bát Thánh đạo phần, Bát đạo hành, Bát trực hành, Bát chánh, Bát đạo, Bát chi, Bát pháp, hay Bát lộ. Bát chánh đạo là hành pháp thứ bảy trong Ba mươi bảy phẩm trợ đạo.

Hành pháp Bát chánh đạo là pháp môn thật tiễn đại biểu đặc trưng tối quan trọng cho những lời dạy của đức Đạo sư trong Ba mươi bảy phẩm trợ đạo. Vì pháp môn này là một phương pháp chính xác để hành giả hướng đến Niết bàn giải thoát, là một con đường ngắn nhất đưa hành giả đến chỗ an vui tịch tĩnh.

Thích Minh Châu, Kinh Tăng Chi Bộ - Tập I, XX. Đại Phẩm, Nxb. Tôn Giáo, Hà Nội, 2015, Tr 549.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Trung Bộ 2, Kinh Như Thế Nào, Nxb: Tôn Giáo, Hà Nội, 2012, Tr 295.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Tương Ưng 1 Thiên Có Kệ, Nxb: VNCPHVN, TP. HCM, 1991, Tr 344.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Tiểu Bộ 1, Chương Ba: Đại Phẩm, Nxb: VNCPHVN, TP. HCM, 1999, Tr 659.

Thích Minh Châu dịch, Kinh Tiểu bộ, kinh Phật tự thuyết, Udana, chương 3, phẩm Nanda, Nxb: VNCPHVN, TP. HCM, 1999, Tr 170.