



Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

Lòng biết ơn

Nichiko Niwano

Chủ tịch Hội Rissho Kosei-kai



Chính vì khôn khổ đau thương
Hiếu điều đáng quý, người đường tốt hơn

Xin chúc mừng năm mới các bạn.

Tôi nghĩ rằng mỗi quý vị hội viên đều đã chào đón năm mới trong rất nhiều suy nghĩ khác nhau. Việc con người sống không phải là quá khứ lẫn tương lai mà là bây giờ, chỉ thời khắc này, Đức Thích Tôn đã dạy như thế. Đương nhiên là phải coi trọng việc trước mắt hơn hết thảy và tích cực thực hiện một cách cẩn thận, nghiêm túc.

Như các bạn đã biết, Nhật Bản là nước có nhiều thảm họa tự nhiên xảy ra. Cả năm ngoái cũng có động đất lớn tại Kumamoto, Tottori, v.v... và rất nhiều người đã chịu thiệt hại. Ngoài ra, thảm họa nước do bão cũng đã xảy ra liên tiếp.

Bản thân tôi đã ghé thăm Kumamoto vào tháng sáu và đã được tận mắt chứng kiến tình hình thiệt hại. Ngoài ra, vào tháng mười thì tôi ghé thăm Iwate – nơi đã trải qua năm năm rưỡi kể từ Đại thảm họa động đất Đông Nhật Bản, và quan sát, lắng nghe tình hình phục hồi, tái thiết, sinh hoạt hiện tại v.v...

Trong quá trình gặp gỡ với các bạn tín hữu tại nơi bị thảm họa và thăm hỏi câu chuyện, có một việc in sâu đậm trong lòng tôi. Đó là việc các quý vị đã có trải nghiệm khó khăn tới mức đó đã không ít lần thốt thành lời những từ như “biết ơn”, “cảm tạ”.

Tất nhiên, nỗi đau buồn mất đi người thân thuộc hay bạn bè thì ngay cả lúc này cũng chưa nguôi ngoai hết. Các vị đang có nỗi bất an lớn đối với tương lai cũng rất đồng điệu. Tuy nhiên, mọi người vẫn cảm tạ từ đáy lòng đối với việc bắt tay với các tăng già nương theo Phật pháp để tiến lên phía trước từng chút một.

Chính người đã mất rất nhiều mới hiểu ra được thứ gì là quan trọng nhất. Chính vì đã trải qua cảm giác khổ sở, đau đớn mà có thể hiểu được nỗi đau của người khác và thể hiện được sự đồng cảm — thông qua thái độ của các bạn tín hữu mà tôi đã cảm nhận mạnh mẽ một lần nữa việc đó.

Dựa trên cả những cuộc gặp gỡ như thế này, tôi đã đăng lên như sau “Phương châm của năm 2017”.



Bài thuyết giảng đầu năm của ngài chủ tịch

Trong năm nay, chúng ta cũng hãy tập trung sáng kiến sao cho luôn luôn tập trung vào những sự việc quan trọng mà không bị rơi vào sự phiền phức của hiện thực và tích cực tham gia việc truyền đạo bằng “chủ đề”.

Chúng ta hãy thể hiện và thực hành tấm lòng “biết ơn”, “cảm tạ” mà Đức Thích Tôn đã chỉ dạy trong cuộc sống thường nhật.

Chúng ta hãy cùng bước trên con đường bồ tát đạo (nhân đạo) bằng tấm lòng từ bi đồng cảm với người khác của Đức Phật và Đức Khai Tổ, Đức Phó Tổ, tấm lòng vốn có của con người (tươi sáng, tử tế, ấm áp).

Về việc bước đi con đường bồ tát đạo bằng việc sống có “chủ đề”, tấm lòng tươi sáng, tử tế, ấm áp thì chúng ta đang liên tục coi là “phương châm” những năm gần đây.

Các sự vật sự việc thì thực hành lặp đi lặp lại nhiều lần mới có thể học hỏi được. Bản thân lấy điều gì làm “chủ đề” và đã thể nguyện chuyên tâm tu luyện như thế nào — đương nhiên là muốn nhớ lại sự quyết tâm, lòng nhiệt huyết lúc ban đầu và luôn tích cực thực hiện với tâm trạng tươi mới.

Và năm nay thì tôi xin đưa ra mới chủ đề ‘Chúng ta hãy thể hiện và thực hành tấm lòng “biết ơn”, “cảm tạ” mà Đức Thích Tôn đã chỉ dạy trong cuộc sống thường nhật’.

Khi tổng kết lại lời dạy của Đức Thích Tôn thì cuối cùng là Ngài dạy rằng sẽ đi được tới tấm lòng “biết ơn”, “cảm tạ”. Tinh thần quan trọng nhường ấy được đúc kết tại đó.

Tấm lòng cảm tạ, biết ơn Thực hành, thể hiện nhiều hơn mỗi ngày

Thông thường, chúng ta có lòng cảm tạ vào lúc được người khác làm cho thứ gì đó hay tình hình sự việc tiến triển theo hướng tốt.

Đó là hoạt động của tâm hồn một cách rất tự nhiên nhưng Đức Thích Tôn dạy rằng lòng cảm tạ thật sự mà Ngài chỉ dạy là việc nhìn nhận sự việc cực kỳ bình thường, không phải việc gì to tát thành sự biết ơn chân thành.

Có một câu nổi tiếng là “Người nhận sinh mệnh là hiếm có, chẳng bao lâu sẽ chết đi, đang có sinh mệnh hiện giờ là đáng biết ơn. Nghe lời Phật pháp đúng đắn là hiếm có, chư Phật hiện ra trên đời là đáng biết ơn” trong kinh pháp cú.

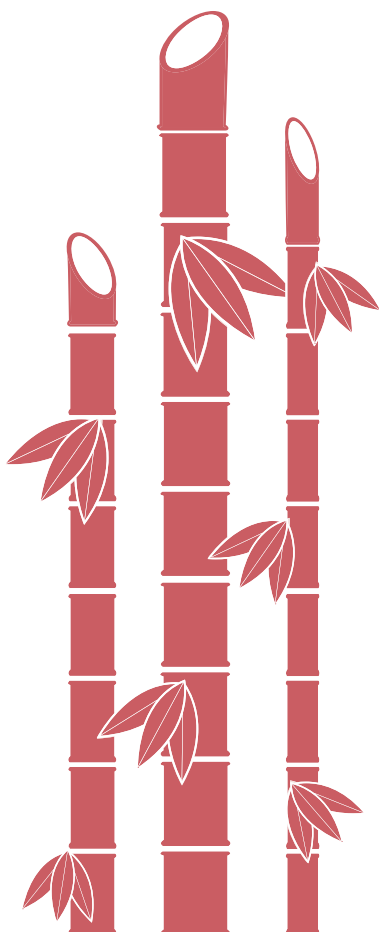
Việc con người nhận sinh mệnh là hiếm gặp và người mà nhất định sẽ chết đang hiện tại có sinh mệnh là việc đáng biết ơn. Cho dù đã nhận sinh mệnh thì trong khoảng thời gian đang sống đó, việc tiếp xúc với lời dạy đúng là hiếm có và đáng biết ơn, và việc được sinh ra trong thế giới này trên trái đất tràn đầy Phật cũng là việc rất khó — đó là ý nghĩa như thế này.

Thường ngày chúng ta nói “cảm ơn” để thể hiện lòng cảm tạ nhưng nguồn gốc từ ngữ của từ đó là từ chữ “biết ơn” này mà ra. Tức là nó nói rằng nguồn gốc đầu tiên là việc được sinh ra với tư cách con người là việc hiếm có đáng biết ơn.

Ngoài ra, chúng ta không phải là thứ đang tự sinh sống bằng sức mình mà đương nhiên là nhờ cha mẹ hay tổ tiên hơn nữa còn nhờ vào công sức của hết thầy toàn bộ vũ trụ như những người xung quanh, ánh sáng mặt trời, nước, không khí, động thực vật, v.v...

Có rất nhiều thứ đã được ban cho như tay chuyển động, có thể đi bộ, có thể ăn uống, có thể hô hấp, có thể nói chuyện, có thể ngủ được, v.v...

Thêm vào đó thì khác với động vật khác, chúng ta được hưởng sự sống



trong cuộc đời này với tư cách là “con người” – được ban cho trí tuệ bậc cực kỳ cao, có năng lực hiểu biết và diễn tả điều đó bằng lời nói hay chữ viết để vừa nghĩ cách giao tiếp đồng thời vừa tiếp tục trưởng thành.

Không phải là khi có điều gì đó đặc biệt thì sẽ cảm tạ mà việc cảm tạ với hình dáng chân thực (hình dáng vốn có) của sinh mệnh như thế mới là lòng cảm tạ mà Đức Thích Tôn chỉ dạy cho chúng ta.

Vậy thì, thể hiện và thực hành tấm lòng “biết ơn”, “cảm tạ” trong cuộc sống thường nhật là để chỉ những việc như thế nào đây?

Thứ nhất là việc nghiền ngẫm việc đã nhận được sinh mệnh đáng quý, lạ kỳ và có niềm vui sống để tiếp tục sinh sống cố gắng hết mình từng ngày một với tư cách là con người.

Đồng thời, là việc chính vì là bản thân đã được sinh ra trong vạn vật của vũ trụ mà tôn trọng bản thân lẫn tất cả mọi sự tồn tại khác và sinh sống một cách hài hòa.

Và, điều trở thành căn bản của lòng cảm tạ đối với việc đã được kế thừa sinh mệnh không gì thay thế được có thể nói là lòng hiếu thảo, cúng dường tổ tiên. Nếu nhìn nhận một cách sâu sắc việc đã có thể gặp được Phật pháp thì sẽ hiểu ra được việc dẫn dắt, chỉ lối để làm cho nhiều người hơn dù chỉ một người nhận biết giá trị của tôn giáo đích thực quan trọng biết nhường nào.

Ví dụ, nếu là người đang kinh doanh cửa hàng thì có lẽ là cũng có sự thực hành cảm ơn đối với khách hàng. Những việc như đón chào bằng nụ cười ấm áp, tiếp xúc với thái độ thân thiện, dọn dẹp sạch sẽ để cảm thấy thoải mái, v.v... cũng là sự thực hành lớn lao.

Có thể nghĩ tới nhiều cách thực hành khác nhau tại những nơi mà bản thân có mặt như gia đình, trường học, nơi làm việc, khu vực, v.v... Mỗi người đương nhiên sẽ muốn suy nghĩ và hành động một cách tự chủ.

Thành người cảm tạ thế này Hạnh phúc, cứu rỗi từ rày ghé thăm

Ngoài ra, điều đặc biệt không được phép quên trong cuộc sống thường nhật là việc nghiêm túc thể hiện tấm lòng “biết ơn”, “cảm tạ” thành lời. Cũng có người nghĩ rằng “Tôi đang cảm ơn ở trong lòng”, “Dù không nói ra thì chắc chắn sẽ hiểu” nhưng quả thật là chỉ khi thể hiện bằng lời nói thì suy nghĩ mới được truyền đi.

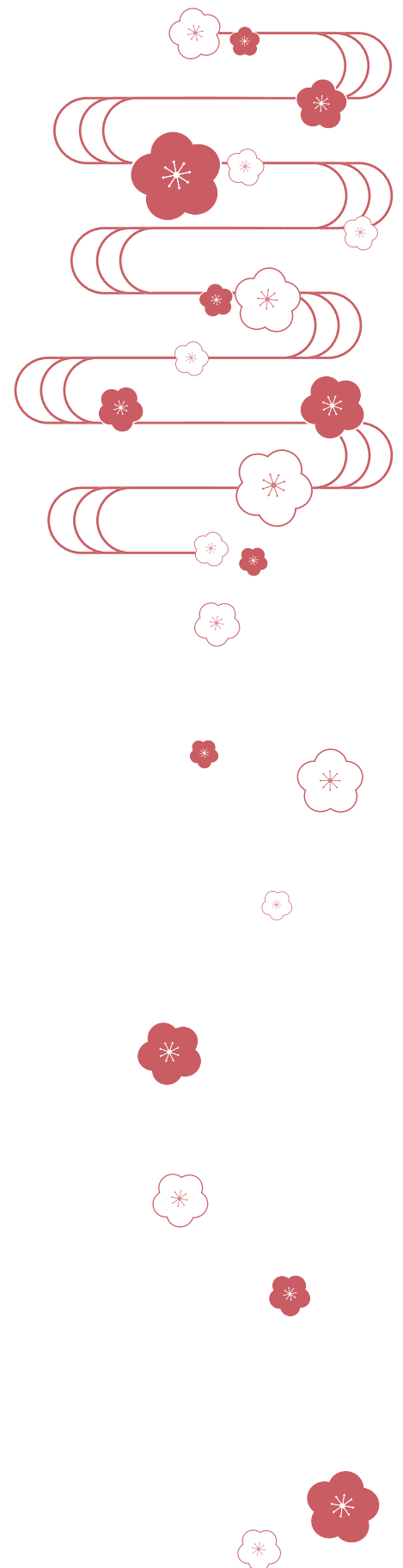
Trước đây, khi ghé thăm một giáo hội nọ, trong báo cáo của các bạn tín hữu có một thanh niên nói là ghét cha và không thể tha thứ được. Tôi hướng về người đó mà nói rằng “Cho dù không thể cảm ơn được thì cũng hãy thử nói ‘Cảm ơn’ xem dù chỉ là bề ngoài. Nếu không có cha thì bạn không được sinh ra trong thế giới này nên hãy thử nói ra bằng lời sự cảm ơn đối với việc đó. Tôi nghĩ từ đó con đường sẽ mở ra”.

Cho dù không phải thực tâm, cho dù chỉ là hình thức thì trước hết là thử nói ra. Đó là bắt đầu bước đi một bước, nửa bước đầu tiên. Bước vào trong một “khuôn mẫu” thật ra cũng là việc rất quan trọng. Bởi vì nhờ việc “khuôn mẫu” hoàn chỉnh dần mà từ từ tấm lòng cũng trở nên hài hòa.

Trong tư thế “Khi nào cảm nhận được sự cảm ơn thì sẽ nói ‘Cảm ơn’” thì dù bao lâu trôi qua cũng không thể thực hiện được. Chúng ta hãy cùng nhau thể hiện bằng lời nói bằng chỉ một chút dũng khí.

Tấm lòng cảm ơn sẽ đem đến cho người ta năng lượng lớn khi sắp bị đè bẹp tới nơi trong tình huống khó khăn.

Ngày trước, khi ghé thăm Iwate, tôi đã có cơ hội gặp với chồng của một bạn cán bộ — người đã mất trong Đại thảm họa động đất Đông Nhật Bản. Vị đó



Bản thuyết giảng đầu năm của ngài chủ tịch

đã mất cả người vợ lẫn gia đình nhưng bây giờ thì đã học Phật pháp mà người bạn đời để lại, cảm tạ với nhiều việc đã nhận thức được và đã nói lớn rằng “Tôi đã được sinh ra một lần nữa. Tôi xin cảm ơn”.

Để vượt qua buồn đau hay khổ sở thì có lẽ cần nhiều thời gian hơn nữa. Tuy nhiên, khi trở nên có thể nói ra “Tôi biết ơn”, “Cảm ơn”, con người có thể học hỏi được sức mạnh để tiếp tục sinh tồn cho dù ở trong hoàn cảnh thống khổ thế nào — tôi đã lại được một lần nữa được làm cho cảm nhận được việc này.

Việc có tấm lòng cảm ơn nói ra thì là cảnh địa mà con người hoàn thiện nên có thể nói rằng sự cứu rỗi, hạnh phúc của con người cũng được bao hàm trong đó. Việc có thể cảm ơn là niềm vui sống lớn nhất của chúng ta và chính là một cùng với sự cứu rỗi, hạnh phúc.

Ngoài ra, cốt yếu của những lời dạy căn bản của Đức Thích Tôn như chư hành vô thường, chữ ngã vô pháp cũng được chứa đựng trong việc “biết ơn”, “cảm tạ” và đây cũng chỉ là một việc mà thôi.

Trở thành con người có thể cảm ơn — rốt cuộc, đây chẳng phải có thể nói là mục tiêu tín ngưỡng của chúng ta hay sao.

Nếu cứ tiếp tục thốt ra những lời ca cảm hay kêu ca phàn nàn thì sẽ thành ra tự mình phá hỏng sức khỏe. Nếu luôn có thể tươi sáng, thực hiện cảm ơn với tất cả thì sẽ trở nên khỏe mạnh và bệnh tật cũng sẽ thuyên giảm.

Tôi mong rằng mỗi người sẽ có “chủ đề” để đương nhiên là bước đi trên con đường bồ tát đạo, hơn nữa còn tích lũy việc thể hiện, thực hành “Tôi biết ơn”, “Cảm ơn” với nhau.

Báo Kosei, ngày 1 tháng 1 năm 2017

