

CHỮ NHẪN

Diệu Thuần



I. Ý NGHĨA CỦA NHẪN

Nhẫn là sự chịu đựng, nhẫn nại. Đây chính là sự tu dưỡng đạo đức và phẩm hạnh của một con người.

Chiết tự chữ Hán, chữ Nhẫn được tạo bởi bộ đao (刀) ở phía trên, và bộ tâm (心) ở phía dưới. Tâm tức là trái tim, con dao ấy nằm ngay trên trái tim, nếu gặp phải mâu thuẫn gì đó mà không biết giữ tâm yên ổn, không biết nhẫn nại thì lưỡi dao ấy sẽ đâm xuống trái tim không tránh khỏi sự đau đớn. Ngược lại nếu biết nhẫn nại, chịu đựng thì vẫn được bình yên vô sự.

Chữ Nhẫn trong chữ **nhẫn nại** hay **kiên nhẫn** (khi gặp khó khăn trong cuộc sống, trong công việc, cố gắng vượt qua, quyết chí một lòng làm cho được), **nhẫn nại** hay **nhẫn nhục** (khi đối mặt với những hành động, lời nói khiêu khích, vẫn không tỏ thái độ giận dữ, khó chịu; khi bị thất bại, phải chịu đựng mọi thứ nhục nhã, chờ đợi thời cơ đến mà không nôn nóng, như Việt Vương Câu Tiễn), **ấn nhẫn** (sống quy ẩn, an tịnh, không tham danh lợi, không quan tâm đến thế sự trên đời)...

Khổng giáo dạy: “*Bá hạnh, Nhẫn chi vi thượng*” (Trăm hạnh, nhẫn là trên hết). Vậy Nhẫn chính là một trong những đức hạnh đứng đầu trong trăm hạnh mà con người phải rèn luyện trong

việc tu thân.

Theo Khổng giáo, trong phương pháp đối nhân xử thế, Nhẫn không phải là sự yếu hèn trong cuộc sống, cũng không có nghĩa là thuận theo người một cách vô đạo, vô nguyên tắc, mà Nhẫn ở đây chính là sự bao dung người khác, không hờn giận, oán ghét trước những lời phê bình chỉ trích của người khác, trái lại xem việc phê bình chỉ trích của người chính là một điều kiện giúp ta tiến bộ và chỉ có bậc đại đức mới làm được điều đó mà thôi. Danh thần Vương Sưởng thời Tam Quốc đã từng khuyên bảo con: “Người khác công kích chúng ta, chúng ta nên lùi một bước mà xét lại bản thân. Nếu chúng ta có điều không đúng, như vậy người khác nói là quá thỏa đáng rồi. Nếu chúng ta không sai sót giống như lời người ta nói, như vậy người đó đang nói lời xằng bậy. Đối phương phê bình đúng, tức thì đối với đối phương không có tổn hại gì, đối phương nói xằng bậy, tức thì đối với bản thân chúng ta cũng không có tổn hại gì, vậy cần gì phải trả thù đây? Cho nên yếu lĩnh của sự nhẫn nhục chính là tự xét lại bản thân mình.”¹

▪ Phật giáo xem Nhẫn là một pháp trong lục độ Ba La Mật. Khi một Sa môn hỏi Đức Phật điều gì rất mạnh và rất sáng trong cuộc đời, Đức Phật đã dạy: *“Nhẫn nhục là rất mạnh, vì không ôm lòng ác, lại thêm an kiện. Kẻ nhẫn nhục không làm ác tất được người tôn quý. Tâm cấu diệt hết, sạch không còn vết nhơ, ấy là rất sáng.”*² Nhẫn theo Phật giáo chính là cái tâm chịu đựng, nhận lãnh mọi sự khinh khi, nhục mạ, ám hại của người khác với một tâm thế

1. “Nhẫn” là pháp bảo để xử thế và làm thành đại sự, <http://trithucvn.org>.

2. Kinh Tứ Thập Nhị Chương, phần Lục Độ Ba-la-mật, chương Nhẫn Nhục Độ.

bình thản, an nhiên, không giận tức, trái lại còn khoan dung, tha thứ. Người tu hành nhẫn nhục phải thực hành trên cả ba phương diện: nhẫn thân, nhẫn khẩu và nhẫn ý, và phải đạt cho được “oán hại nhẫn”, “ân thọ khổ nhẫn” và “đế sát pháp nhẫn”.

Oán hại nhẫn: Không oán hận, thù ghét những người gây hại, làm khổ đau cho mình về thân xác như đánh đập, hành hạ, sỉ nhục, mắng nhiếc...

Ân thọ khổ nhẫn: Chịu đựng mọi sự khó khăn, khổ đau, hành hạ của người khác đối với mình mà tâm không chút oán hận, buồn phiền.

Đế sát pháp nhẫn: Thấy rõ bản chất của các sự vật.

Tóm lại, Nhẫn trong đạo Phật chính là không tức giận, thù ghét những người làm hại mình mà trái lại một lòng yêu thương những người gây hại cho mình và chấp nhận các pháp vô thường.

▪ Theo Lão giáo: Đức Lão Tử dạy: *“Thiên chi đạo bất tranh nhi thiện thắng, bất ngôn nhi thiện ứng, bất triệu nhi tự lai, thản nhiên nhi thiện mưu”*³ (Đạo Trời không tranh mà thành, không nói mà người hưởng ứng, không mời mà người tự tới, nhẹ nhàng mà công việc vẫn xong xuôi). Thế thì con người phải noi theo đạo Trời một cách tự nhiên, không tranh giành với ai, vì càng tranh giành càng khổ, càng tạo nghiệp. Và khi con người đã hiểu được Đạo, thì sẽ sống một cách đơn giản, thuận theo tự nhiên, không so đo hay tranh giành bất cứ điều gì với ai, thì đó là đã thực hành đức Nhẫn rồi vậy: *“Thiên chi đạo, lợi nhi bất hại, Thánh nhân chi đạo, vi nhi bất tranh”* (Đạo Trời lợi mà không hại, đạo Thánh nhân làm mà không tranh).

3. Đạo Đức Kinh, chương 73.

▪ Trong Cao Đài giáo: Ông Trên dạy người tu phải tập rèn đức Nhẫn như là bốn phận và là một trong những đức tính phải có trên đường độ tha, giáo dân vi thiện: Kiên nhẫn, trì thủ, đại tín, hy sinh.

Đức Hiến Thế Đạo Nhơn dạy:

“Trong cửa đạo, luôn luôn phải nêu cao sự nhẫn nhục, khoan dung, phục thiện. Nên dẹp tự ái để nhìn nhận lẽ phải. Nên khiêm tốn để chinh phục đồng đạo đến gần với mình. Những lời chát chua, thiếu ngay thật tuyệt đối nên chừa. Phẩm hạnh tác phong đạo đức luôn luôn trau giồi để trở nên người chí thiện, chí mỹ. Người đạo hữu biết ăn chay, tụng kinh niệm danh hiệu Chí Tôn, Phật Tiên, Thánh Thần là để đoạn trừ nghiệp khẩu, thanh lọc nghiệp ý. Cố tránh những lời thất đức độc ác làm khổ tâm đồng đạo. Đó là những điều sơ đẳng của người mới vào trong cửa đạo. Có như vậy mới khác hơn người ở ngoài cửa đạo. Nếu không được vậy, sẽ làm hoen ố chẳng những cho cá nhân mình, cho bốn đạo địa phương mình, cho tập thể tín hữu Cao Đài, mà cho cả đến danh nghĩa của Đại Đạo Tam Kỳ Phổ Độ.”⁴

Con người còn mang tánh phàm nên lúc nào cũng dễ sanh tự ái một khi bị ai đó xúc phạm, xem việc nhẫn nhịn người khác là một điều sỉ nhục và rất khó thực hiện. Nhưng nào có ai nghĩ rằng chúng ta đang sống giữa chợ đời, những chuyện mâu thuẫn trái ý phật lòng là điều không thể tránh khỏi. Thế nên, nếu chúng ta giữ được sự quân bình của nội tâm, hằng cảnh giác dẹp bỏ tự ái, tự cao tự đại, giữ trọn niềm hòa khí với nhau, sống an nhiên tự tại, thực hành hạnh nhẫn nhục thì đó mới chính là người tu.

4. Thánh tịnh Ngọc Minh Đài, 10-5 Canh Tuất (13-6-1970).

Đức Quan Thế Âm Bồ Tát dạy:

“Nhẫn nhục không phải là một điều hèn yếu thua sút đâu chư đệ muội! Chính những lúc chế ngự được giặc lòng, những lúc đè nén sự giận dữ phiền muộn là những lúc sức mạnh vạn năng của tâm hồn được khơi dậy lấy lừng, có nhiều lần chiến thắng nội tâm lừng lẫy mà không hay biết, như vậy mới tạo cho mình một hào quang đạo hạnh xán lạn vô cùng, bởi người tu theo đạo khác với người đời tự do phóng túng để thị dục cuốn lôi. Chớ người đời kẻ đạo ai cũng như ai, ngoài thân phạm xác thịt có chi là khác. Khác với người, cao cả hơn người là ở chỗ làm cho lòng mình được yên ổn, được mãn huệ, được rộng rãi như đại dương, như không gian vô tận vô cùng, mà người thế thường không ai làm nổi.”⁵

Quả thật vậy, người đời thường ăn miếng trả miếng, và sự nhẫn nhịn là một điều rất khó; đặc biệt là đối với người đã từng làm tổn thương mình, mưu hại mình. Thế nên Đức Chí Tôn dạy người tu phải nhẫn nhịn đối với người từng phạm lỗi và sẵn lòng thương tha thứ cho họ. Đó mới chính là hạnh nhẫn nhục. Đức Chí Tôn dạy: *“Nhẫn: một khi người phạm lỗi, con hãy sẵn lòng tha thứ và nhịn không biết nhục là sẵn lòng thương. Như thế mới gọi là nhẫn, nhẫn mà không biết nhục mới gọi là nhẫn.”⁶*

II. ÍCH LỢI CỦA VIỆC THỰC HÀNH ĐỨC NHẪN

1. Người có đức Nhẫn sẽ được mạnh khỏe, sống lâu
Ca dao Việt Nam có câu:

“Chữ nhẫn là chữ tượng vàng

5. Nam Thành Thánh thất, 14-10 Canh Tuất (12-11-1970).

6. *Thánh Huấn Hiệp Tuyển*, Quyển 1, bài “Nhẫn nhịn thương yêu”.

Ai mà nhẫn được thì càng sống lâu.”

Nguyên nhân của đau khổ, bệnh tật chính là lòng sân hận. Sân hận làm cho cơ thể con người sản sinh nhiều độc tố, gây hại cho sức khỏe, khiến con người cảm thấy bất an, ăn không ngon, ngủ không yên. Do đó, nếu con người biết dần cơn nóng giận, giữ được sự nhẫn nhịn thì tinh thần vui vẻ, thoải mái, không phiền não, nhờ đó thân thể được khỏe mạnh, ít bệnh, thọ mạng lâu dài.

Các nhà tâm lý học gần đây cũng đã nghiên cứu và nhận thấy rằng người biết nhẫn nhịn sẽ có được một tinh thần lạc quan, thân thể khỏe mạnh, có năng lực tự khống chế trước mọi hoàn cảnh, giảm khả năng mắc bệnh tim mạch, giảm đau khổ, lo âu trong cuộc sống.

2. Trong cuộc sống

2.1. Có được một môi trường sống an lành nhờ giữ được mối quan hệ tốt đẹp với mọi người chung quanh ta. Những người biết nhẫn nhịn, chịu đựng sẽ có nhiều bạn bè vì họ luôn giữ sự hòa khí với mọi người chung quanh, không tùy tiện vạch trần khuyết điểm của bất kỳ ai, không ganh ghét và trở mặt với bất kỳ ai, vì thế cuộc sống của họ luôn được bình an và hạnh phúc.

Có câu chuyện kể về một chàng thư sinh nghèo sống bằng nghề viết thư pháp. Có lần gần sang năm mới, kiếm được một ít tiền nhờ viết câu đối cho khách, anh liền mua một con gà trống và dẫn giao đến tận nhà cho vợ. Người vợ trong lúc đun nước sôi làm lông gà thì có người đầy tớ nhà hàng xóm chạy đến quát rằng: “Cái con vợ nhà này nhanh thật, chậm tí nữa thì mày đã làm sạch lông nó rồi”. Nói xong, người kia nhanh tay nhắc con gà lên mang đi. Người vợ lúc này cũng không nói một câu nào. Đến tối, chồng về hỏi vợ: “Sao không làm thịt con gà?” Người vợ

trả lời: “Tại thiếp quá ngu ngốc, gà chưa giết được lại để nó bay mất, thiếp thành thật xin lỗi chàng.” Người chồng nói: “Cũng tại ta không có tài năng, nếu có tiền mua một chút thịt heo thì đã không có chuyện này rồi.”

Sáng sớm mừng một tết, người hàng xóm sang chúc Tết năm mới chàng thư sinh nghèo. Ông nói với chàng thư sinh: “Người đại nhân đại nghĩa giống như cậu, sau này tất có tiền đồ tốt đẹp. Năm nay là năm kinh thành có cuộc thi tuyển lớn, cậu hãy sớm đi ứng thí”. Vị tú tài nghe xong đáp lại rằng: “Tôi đến cơm ăn còn khó khăn, nói gì tới việc đi kinh thành xa xôi”. Người hàng xóm nói: “Ta biết tình huống đó, nhưng là ta nguyện ý cho cậu mượn. Thứ nhất, không cần định kỳ trả lại. Thứ hai, không lấy lời lãi. Ta chỉ cảm thấy cậu ngày sau tất sẽ có khả năng phát tài phúc lộc”. Ông ta nói xong liền chào ra về.

Sau khi người hàng xóm ra về, vị tú tài còn bối rối chưa hiểu chuyện này là sao thì người vợ cười nói: “Xem ra con gà bị mất của nhà hàng xóm nhất định đã tìm thấy rồi”. Vị tú tài nghe xong càng mơ hồ. Lúc này người vợ mới nói tiếp: “Hôm qua gia đình nhà hàng xóm lấy gà nhà chúng ta rồi mang đi, thiếp sợ chàng trở về nổi giận khiến nhà người ta ăn Tết mất vui, mất cái Tết, mà chúng ta cũng ăn Tết mất vui, cho nên thiếp đã nói gà bay mất rồi.” Vị tú tài nghe xong đã minh bạch sáng tỏ, từ trong nội tâm bội phục người vợ biết nhẫn nhịn, nhân từ, đại lượng. Trong lúc hai vợ chồng còn đang nói chuyện thì người đầy tớ của nhà hàng xóm đưa sang 200 lượng bạc, nói rằng của người chủ dặn mang sang đưa cho vị tú tài làm lộ phí vào kinh thành. Người đầy tớ hướng về Tú tài nhận lỗi nói: “Thật sự xin lỗi, hôm qua đã nhận sai gà gia đình nhà thư sinh. Tối hôm qua ông chủ tôi đi vệ sinh

cá nhân đã phát hiện ra con gà trống [đi lạc] của tư gia. Vậy mà vợ chồng thư sinh đến một chút động tĩnh nào cũng không thấy”. Chủ tôi nói: “Được như thế là người biết nhẫn nhịn, đại lượng, ngày sau ắt sẽ có tiền đồ, do đó từ trong tâm mà nhìn đã rất bội phục thư sinh”. Tú tài bấy giờ mới hoàn toàn thấu hiểu, nguyên nhân do sự nhẫn nhịn và nhân nghĩa của vợ mình. Và anh nhận 200 lượng bạc, nhanh chóng vào kinh thành dự thi, quả nhiên đậu Trạng nguyên.”⁷

Chính nhờ sự nhẫn nhịn và tâm đại lượng của người vợ mà đã nhận được sự thương mến, giúp đỡ của người hàng xóm cho chồng lên kinh ứng thí và đạt được công danh rạng rỡ. Vì thế, trong cuộc sống, nếu mọi giao tiếp trong xã hội đều đặt trên nền tảng của sự nhẫn nhịn, biết tin tưởng, tôn trọng người, biết thương yêu, giúp đỡ, nhường nhịn người, hóa giải những oán hận, hiềm khích để luôn giữ được niềm hòa khí với mọi người chung quanh thì sẽ tạo được mối quan hệ tốt đẹp, mật thiết và sẽ luôn được mọi người yêu mến. Đức Đạo Đức Kim Tiên dạy:

*“Nhẫn là phương tiện đạt an hòa,
Vi giữ quân bình tâm nội ta,
Thì chẳng nghiêng chính hay đổ vỡ,
Tổn tình đồng đạo, thế nhân hòa.”⁸*

2.2. Diệt trừ được tâm sân, có được tâm từ, tâm đại bi, tránh được những điều càn dỡ, thiếu suy xét. Sân chính là kẻ thù nguy hiểm nhất của con người, nhất là đối với người tu. Sự tức giận có thể làm nguy hại đến tính mạng của con người, thiêu hủy

7. Tác giả: Cổ Quang. Dịch giả: Tâm Ngụy.

8. Cao Đài Đại Đạo Chiếu Minh Tam Thanh Vô Vi, 02-6 Đinh Hợi (15-7-2007).

cả rừng công đức của người tu. Khi giận dữ, con người sẽ mất đi sự khôn ngoan, sáng suốt, và đúng như lời Vương An Thạch, một nhà kinh tế, chính trị lỗi lạc của Trung Quốc thời Bắc Tống: “thường khi giây phút không nhẫn mà sinh ra tai vạ rất to”.⁹

Ích lợi của sự nhẫn nại thể hiện rất rõ trong câu chuyện “Đừng hành động gì khi đang giận dữ” như sau:

Năm qua tháng lại, mùa vụ lại tới, nhà vua cử người xuống các địa phương thu thuế. Một làng chài nợ có ông lão đánh cá đứng khúm núm trước vị kiếm sĩ Samurai, người nhận nhiệm vụ thu tiền hộ. Ông lão nói:

– Thật xin lỗi, năm nay mùa vụ lại thất bát, mưa bão liên miên, tôi không giữ được đồng nào để trả cho ngài.

Lão đánh cá đã khổ nợ mấy năm liền. Cứ như thế này, khó mà hoàn thành nhiệm vụ thu thuế, vị Samurai nổi nóng, tuốt kiếm định giết người đánh cá để làm gương cho dân chúng trong làng. Ông lão trông lo âu nhưng lấy một chút bình tĩnh, chậm rãi nói:

– Lão thời trai tráng cũng từng được học võ, sư phụ có dạy đừng hành động gì khi đang giận dữ.

Nghe thấy cũng có lý, người Samurai nhìn ông lão một hồi như dò xét, từ từ thu kiếm vào vỏ, rồi nói:

– Sư phụ của người chắc hẳn là người tốt. Thầy của ta cũng nói mấy lời này, ta đây làm mãi vẫn chưa làm được, đôi lúc giận dữ lên là khó kiềm chế được tay kiếm. Hôm nay xem như người còn chút may mắn, ta kỳ hạn một năm trả nợ mới lần cũ, thiếu một xu thôi người cũng khó mà yên thân.

Vị Samurai sau đó rời đi, thu tiền các gia đình còn lại, lúc về

9. Vương An Thạch.

nhà thì trời đã khuya. Không muốn đánh thức vợ đang yên giấc, ông nhẹ lén vào nhà nơi cửa sau, qua ánh đèn hắt ra ông giật mình thoáng thấy một người lạ mặc giáp trụ Samurai đang nằm kế bên vợ. Con ghen tức bùng phát, lòng tự tôn bị xúc phạm dữ dội, trong cơn nóng giận ông tuốt kiếm định xông vào giết cả hai rồi cũng sẽ tự kết liễu mình.

Đột nhiên lời lão đánh cá ban chiều vọng bên tai: “Đừng hành động gì khi đang giận dữ.” Câu nói giúp ông có thêm hòa hoãn, bèn vung kiếm nghe rít “xoạt” một tiếng trút giận vào không khí. Có tiếng động lạ, hai người đang ngủ choàng dậy ra xem, hóa ra trên giường là vợ và mẹ vợ. Lại một phen thất kinh, người Samurai gào lên:

– Trời ơi, chuyện gì nữa đây. Suýt nữa ta đã giết cả hai người rồi!

Người vợ bối rối giải thích:

– Chàng xa nhà, đêm khuya một mình thiếp sợ kẻ gian, nên đã nhờ mẹ đến ở cùng, lại giả đàn ông mặc giáp trụ, nằm ngủ chung cho thêm phần yên tâm.

Bằng đi một thời gian, mùa hoa đào lại nở, vị kiếm sĩ Samurai lại có dịp ghé qua ngôi làng chài để thu thuế của dân. Chưa kịp tiến vào sân, ông lão đánh cá ngày nào đã chạy ra chào đón và hớn hỏ mời kiếm sĩ vào để trả tiền. Vị Samurai lại nhìn ông lão như suy nghĩ một lúc rồi nói:

– Thôi người hãy giữ tiền đó lại đi, món nợ mấy năm nay coi như đã được trả rồi.¹⁰

Qua câu chuyện trên ta thấy, nhờ nhẫn nhịn được cơn tức

10. do ZANGTHALPA kể.

mà vị Samurai đã không bị sân hận điều khiển gây ra hậu quả bi thương là giết hại vợ và mẹ vợ của mình.

Trong cuộc sống, những việc được mất, hơn thua là điều không thể tránh khỏi. Nhưng nếu ta biết nhẫn nhịn, luôn giữ một thái độ bình thản trước những bi ai, mất mát của cuộc đời, không sân hận thì ta sẽ không còn cảm thấy đau khổ, mà rất an nhiên, thanh thản và tự tại.

2.3. Có được một trí tuệ sáng suốt

Người biết nhẫn nhịn là người có trí tuệ sáng suốt vì họ đã nhìn thấy được căn nguyên của sự việc và có đầy đủ nghị lực, sức mạnh để chế ngự cái sân, chiến thắng được bản thân mình. Nếu nhìn mọi sự việc với tâm bình thản thì sẽ tìm ra được hướng giải quyết mọi vấn đề một cách tốt đẹp, biến nguy thành an, chuyển bại thành thắng, biến thù thành bạn. Người nhẫn nại chẳng khác nào một vị tướng tài ba điều khiển ba quân tướng sĩ một cách khéo léo, biết được lúc nào nên tiến, lúc nào nên thoái, từ đó tránh được thế đối đầu với kẻ địch nên không cần đánh mà vẫn thắng. Vậy, Nhẫn là phương thức dẫn con người đi đến thành công.

Câu chuyện về Lý Hàng thời Tống Chân Tông cho thấy người biết nhẫn nhục là người khôn ngoan trong việc xử thế. Lý Văn Tĩnh Công, tên là Lý Hàng, làm tể tướng thời Tống Chân Tông. Một ngày nọ, có vị thư sinh ngỗ ngược ngăn ngựa của ông lại, trình lên một phong thư can gián, nội dung trong thư đều nói đến những sai lầm của Lý Văn Tĩnh Công.

Sau khi Lý Văn Tĩnh Công xem xong, khiêm tốn nhìn thư sinh nói rằng: “Hiện tại ta không có thời gian, chờ sau khi ta trở về, lại xem kỹ hơn vậy!”

Không ngờ thư sinh kia lại giận dữ, lập tức quở trách Lý Văn Tĩnh Công rằng: “Ngài ngồi ở chức vị quan lớn, lại không thể giúp quốc gia giàu mạnh, không thể giúp dân chúng an khang, lại không chịu nhường chức cho người hiền tài, gây trở ngại cho con đường làm quan của người có tài, chẳng lẽ ngài không cảm thấy hổ thẹn sao?”

Lý Văn Tĩnh Công hổ thẹn cung kính trả lời: “Ta đã nhiều lần xin ẩn lui, nhưng Hoàng Thượng một mực không bằng lòng, cho nên ta vẫn chưa thoái lui được!”

Từ đầu đến cuối, Lý Văn Tĩnh Công đều không sinh tâm oán hận. Ông đã từng nói: “Nhục là một chữ khó chịu đựng nhất. Từ xưa đến nay, rất nhiều hào kiệt đều thất bại ở chỗ này!”

2.4. Giúp cho gia đình được hạnh phúc, thành đạt

Người xưa có nói: “Nhất cần thể thượng vô nan sự, bách nhẫn đường trung hữu thái hòa” (Chỉ một chữ “cần”, trên thế gian không việc gì khó; trăm điều nhẫn, trong nhà an vui hòa thuận). Quả thật vậy, từ ngàn xưa đến nay, trong gia đình nếu vợ chồng biết nhẫn nhịn nhau thì sẽ tránh được lời qua tiếng lại, cãi vã nhau, giúp cho tình nghĩa vợ chồng không phai nhạt, con cái không phải sống trong đau khổ, bơ vơ khi cha mẹ ly hôn. Có một câu nói khuyết danh về sự nhẫn nhục là một loại tình yêu rất cao quý như sau: “Bạch đầu giai lão thực ra chẳng liên quan gì đến tình yêu, chỉ đơn giản là nhẫn nại. Thế nhưng, nhẫn nại cũng chính là một loại tình yêu. Vì thế, người thực sự yêu bạn, thực chất chính là người luôn tỏ ra nhẫn nại với bạn.”¹¹

Trong mối quan hệ bè bạn, nếu biết nhẫn nhịn nhau thì tình

11. Khuyết danh

bạn được lâu bền. Đức Di Đà Phật Tổ trong Thánh Đức Chuyển Mê có dạy:

*“Nước không Nhẫn dân tình rối loạn,
Sanh chiến tranh họa hoạn chẳng không!
Nhẫn vua ngôi quý mới mong,
Vững vàng an trí thuần phong thái bình.
Quan lại Nhẫn còn vinh hườn tước,
Mà tâm điền cũng được an vui,
Cha con không Nhẫn khó xuôi,
Luân thường chẳng kể, phong đời tục suy.”¹²*

2.5. Thực hiện được sứ mạng giáo dân vi thiện, cảm hóa người đời

Người có hạnh nhẫn nhục là người có tấm lòng bác ái cao độ đối với tất cả mọi người, tâm lúc nào cũng như đại dương, dung nạp bao chứa khắp muôn người một cách vô tư, không tính toán, không oán hận, thù ghét một ai cho dù người đó đã từng chửi mắng, hãm hại mình, vì thế họ sẽ dễ dàng ứng phó với mọi hoàn cảnh đưa đến, có thể chuyển bại thành thắng, giúp cho người đời tỉnh ngộ, thấy được cái sai của mình để từ đó thức tỉnh và sửa mình cho ngày càng tốt đẹp hơn.

Giáo lý của Đức Phật Thích Ca thể hiện sự bình đẳng giai cấp, do đó đã ảnh hưởng ít nhiều đến quyền lợi của giai cấp Bà La Môn thời bấy giờ. Một bữa nọ, khi Đức Thế Tôn đang thuyết pháp thì chợt có một người đến gần rồi nhổ nước bọt vào mặt Ngài. Đức Phật thản nhiên lau đi rồi hỏi:

– Còn gì nữa không? Ông còn muốn hỏi điều gì nữa không?

12. Đức Di Đà Phật Tổ, *Thánh Đức Chuyển Mê*, Quyển 1.

Người đó thật sự ngạc nhiên bởi từ trước tới nay chưa có ai bị nhỏ vào mặt mà vẫn thản nhiên được như vậy. Thông thường, người bị sỉ nhục, hoặc là nổi điên lên đáp trả dữ dội, còn nếu là kẻ hèn nhát thì kinh sợ, năn nỉ xin tha cho mình. Thế nhưng Đức Phật không hề sợ hãi, cũng không cảm thấy bị sỉ nhục và cũng không tức giận, lại còn hỏi lại khiến cho người gây sự không biết phải phản ứng ra sao. Riêng các đệ tử của Đức Phật thì không thản nhiên như vậy được, Ananda nói:

– Chúng con đối với sự việc như vậy không thể nhẫn nhục được. Chúng con sẽ cho hấn ta một bài học để sau này hấn không bao giờ dám làm như thế nữa.

Đức Phật hỏi lại:

– Sao vậy? Hấn ta có nhục mạ ta đâu mà cần phải trừng trị? Người này từ xa tới, chắc chắn đã nghe những lời đồn đại xấu xa về ta, cho ta là kẻ tội bại vô thần, đầu độc chúng sinh rất nguy hiểm nên mới tức giận mà nhỏ nước bọt vào mặt ta. Hấn không phải nhỏ vào mặt ta mà trong tâm muốn nhỏ vào cái ý tưởng ta là kẻ xấu xa ấy.

Thấy các đệ tử lắng nghe, Đức Phật giảng giải tiếp:

– Nếu các con suy nghĩ cho kỹ thì chính hấn đã nhỏ vào tâm trí của hấn, ta hoàn toàn không dự phần trong việc này. Ta còn cảm thấy con người đáng thương ấy còn nhiều thắc mắc trong lòng nên mới hỏi còn điều gì nữa không. Nhỏ vào mặt ta là một cách để nói điều gì đó, nhưng ta cảm thấy cách nói đó không thích hợp nên mới hỏi lại hấn.

Trong nhiều trường hợp, nhất là khi hận thù thì ngôn từ hoàn toàn bất lực, chỉ có hành động mới biểu lộ hết tâm tư của mình. Vì quá tức giận không thể nói được nên người này mới

nhổ nước bọt vào mặt ta. Ta hiểu hẳn rất rõ nên mới hỏi lại còn điều gì muốn nói nữa không.

Trong khi người đó đang ngờ ngác lắng nghe lời Phật dạy thì Ngài nói tiếp:

– Các con đã tu tập với ta nhiều năm, đã biết quá rõ về hạnh nhẫn nhục mà vẫn nổi giận với hẳn thì chưa phải là người tu hành.

Nghe những lời này, người lạ hổ thẹn bỏ đi nhưng đến tối không sao ngủ được, trong tâm dằn vặt về những chuyện đã xảy ra lúc sáng. Hẳn ta chưa bao giờ gặp một người nào lạ lùng như Đức Phật nên càng suy nghĩ càng bị khủng hoảng hoàn toàn, bao nhiêu tri thức từ trước tới nay đều bị đảo lộn. Không sao chịu nổi, sáng hôm sau, người đó vội vã trở lại nơi Đức Phật truyền đạo, quỳ sụp xuống dưới chân ngài. Đức Phật liền hỏi:

– Ông còn gì để nói nữa phải không, vì vậy mới đến đây sớm như thế? Hôm qua ông đã dùng cách nói mà ngôn ngữ không thể diễn đạt được, hôm nay cũng quỳ xuống mà không nói được, tức là cũng dùng hành động để biểu lộ tâm tư mà không thể diễn đạt được. Như vậy rõ ràng là ngôn ngữ nghèo nàn đến độ ông không thể nói những điều mà mình đang suy nghĩ và muốn nói ra phải không?

Người này nghe vậy liền ngước mặt lên, thốt thức nói với Đức Phật:

– Xin Ngài hãy tha thứ cho tất cả những tội lỗi mà con đã gây ra ngày hôm qua.

Đức Phật mỉm cười đáp:

– Ông muốn xin lỗi người mà hôm qua ông đã nhổ vào mặt ư? Ta không phải là người đó. Bao nhiêu nước sông Hằng đã chảy mãi từ ngàn năm nay, nước sông Hằng hôm nay không phải là

nước sông Hằng của ngày hôm qua. Mỗi người cũng như một dòng sông, người mà ông đã nhổ nước bọt vào mặt không còn hiện diện ở đây nữa. Ta có hình thức giống như người mà ông đã nhổ nước bọt vào mặt, nhưng không phải là người ấy.

Ta không thể tha thứ cho ông, bởi vì hiện tại ta không có điều gì oán hờn ông hết. Ngay chính ông cũng là người mới đến chứ không phải là người hôm qua, người hôm nay hiền lành còn người hôm qua hết sức dữ tợn. Người hôm qua nhổ nước bọt vào mặt ta, còn người hôm nay quỳ dưới chân ta, sao ông lại là người ấy được? Ông đã không phải là người ấy, ta cũng không phải là người hôm qua, vậy thì hãy quên chuyện hôm qua đi. Cả hai người, nhổ vào mặt người khác và bị nhổ đều đã không còn nữa, bây giờ hãy cùng nhau nói về chuyện khác vậy.¹³

Như thế, bản chất của sự nhẫn nhục là một điều rất tốt đẹp, và là một hạnh rất cao quý, cần thiết đối với người tu trong việc đối nhân xử thế, hoàn thành sứ mạng được ban trao. Đức Giáo Tông Vô Vi Đại Đạo dạy: *“Bảo chư hiền cần nội tâm tu tiến để ngoại thế thuần thành cho nên người đạo đức hầu bảo trì nhiệm vụ trong tập thể, kính trên nhường dưới, nhẫn nại khoan dung, để tránh bị tà ma xúi giục, biến tâm chơn chánh thành tâm nghiêng ngã, chia nhóm chia phe, phạm giới cấm, bỏ qui điều, để khinh quyền pháp Đạo, mới tròn sứ mạng được ban trao, mới xứng đáng là con tin Thượng Đế”*¹⁴

III. PHƯƠNG PHÁP THỰC HÀNH ĐỨC NHẪN

1. Phải diệt trừ tự ái, tự cao, lòng sân hận, thực hiện sự hòa ái

13. Trích Truyện kể của Zangthalpa, tu sỹ kiếm tiền và đi du lịch

14. Cơ Quan Phổ Thông Giáo Lý Đại Đạo, 15-02 Nhâm Tuất (10-3-1982).

Thường thì cái ta của con người rất lớn, ta nào cũng muốn trên thiên hạ nên mỗi khi có ai đụng chạm đến thì tự ái sẽ nổi lên, khiến cho chúng ta mất đi sự tự chủ, không kiểm soát và kèm chế được bản thân, từ đó dễ nảy sinh ra sự mất hòa khí, mất tình cảm với nhau. Người xưa có nói: “Lùi một bước trời cao biển rộng”, tự nhiên sẽ không có bất kỳ chuyện gì đáng cho ta phẫn nộ, buồn phiền. Do đó, để thực hành hạnh nhẫn nhục, ta phải có đầy đủ dũng khí, dùng gương huệ diệt trừ tự ái, tự cao, tự đại, gạt bỏ cái Ta, không nên oán hận, thù ghét, ganh tỵ, tham lam, ích kỷ, mà phải để cho cõi lòng an tịnh, bình thản trước mọi sự việc. Trong “Bách Nhẫn ca” đời Đường có viết: “Người nhân đức thì có thể nhẫn chịu được những điều mà người ta khó nhẫn chịu. Người trí tuệ thì có thể nhẫn chịu được những điều người ta không nhẫn chịu được. Suy trước nghĩ sau chính là phương pháp luyện Nhẫn. Giả câm giả điếc chính là phép tắc luyện nhẫn. Một chữ Nhẫn có thể đi khắp thiên hạ. Một chữ nhẫn có thể kết thân hàng xóm láng giềng. Nhẫn được đạu bạc có thể dưỡng thần. Nhẫn được đói rét có thể tạo lập được phẩm đức. Nhẫn được cần khổ thì có thể tích lũy dư giả. Nhẫn được phóng túng tửu sắc thì vô bệnh vô tật.”¹⁵

Đức Đạo Đức Kim Tiên dạy:

“Nhẫn dụng huệ gương đoạn tự cao,

Là dẫn tự ái phải chặng nào?

Nhẫn dùng thấp để vươn cao đó,

Cao chỗ hùng hào, chỗ lược thao.”¹⁶

15. *Bách Nhẫn Ca*, đời Đường.

16. Cao Đài Đại Đạo Chiếu Minh Tam Thanh Vô Vi, 02–6–Đình Hới, 15–7–2007.

Việc dẹp bỏ sân si để thực hành nhẫn nhục không phải là điều dễ dàng, vì thế đòi hỏi chúng ta phải có quyết tâm cao độ.

Lâm Tắc Từ, khâm sai đại thần triều nhà Thanh, treo trên vách hai chữ “Chế nộ” để tự nhắc nhở phải luôn chế ngự cơn giận. Ông làm quan đến chức Tổng đốc Lương Quảng. Một lần nọ, khi xử lý công việc, vì tức giận ông đã ném chén trà xuống đất vỡ tan tành. Khi Lâm Tắc Từ ngẩng đầu lên, nhìn thấy hai chữ “Chế nộ”, ý thức rằng bệnh cũ đang tái phát, ông lập tức từ chối người hầu dọn dẹp giúp, đích thân ông dọn dẹp chén trà vỡ để biểu thị sự hối lỗi.

2. Diệt trừ phá chấp

Mọi việc xảy ra trong thế giới nhị nguyên này đều có hai mặt. Vì thế những suy nghĩ, những nhận xét trong mọi vấn đề không ai giống ai cả, thế nên, nếu ta biết đứng vào vị trí của người khác để suy xét mọi việc thì ta sẽ không còn thấy sự khác biệt đối chọi giữa ta và người trong cuộc sống. Thế thì còn gì phải hơn thua nhau vì lời ăn tiếng nói, vì những suy nghĩ trái chiều nhau để xảy ra những bất hòa lẽ ra không đáng có. Mỗi khi chúng ta chấp vào lời nói, vào hành động của người thì chúng ta càng khổ, vì trên đời này không ai là người hoàn hảo, ngay cả bản thân ta có lúc cũng sai lầm, thế thì tại sao ta cứ chấp vào lỗi lầm của người khác để rồi phải phiền muộn, giận dữ. Ta phải tập sao cho khi đối diện với những gì trái ý, tâm mình vẫn thản nhiên, nhìn mọi việc với tâm tích cực, nhìn thấy điểm tốt của người để không chấp nhất, buồn phiền vì những việc không như ý. Đức Liên Hoa Thánh Mẫu dạy: *“Các em và nhơn sanh vào đạo là để tránh những điều ngoa xảo trá thủ đoạn mãnh lợi của thế tình, vào đạo để tìm cái chơn, cái thiện, cái mỹ. Các em vào đạo lâu năm cần phải thế*

hiện điều chơn thiện mỹ ấy cho đời noi theo. Đó là các em làm sáng danh Đạo danh Thầy, và đó cũng là phương tiện phổ độ như sanh vào đường chánh giáo. Thế nên, dầu gặp cảnh ngộ nào trái tai gai mắt nghịch ý, đừng vội vàng bực bội để tánh nóng nổi lên rồi phát ngôn thiếu cẩn thận, hành động thiếu cẩn thận, để hóa ra thua kẻ tầm thường ngoài thế gian chưa biết đạo đức là gì.

*Tác phong đạo hạnh của người tu không cho phép hành động hoặc phát ngôn thất đức, bất nhưn, hoặc trái lẽ phải. Dầu cảnh ngộ nào cũng có phương cách xử sự theo hạnh của người tu.*¹⁷

3. Phải biết nhu hòa, nhẫn nhục. Tất cả con người đều chìm đắm trong biển khổ sanh tử, những ý kiến bất đồng là do tâm ta quá thiên kiến, chấp nhất. Một khi ta giận hờn thì người đau khổ đầu tiên chính là bản thân chúng ta, nó sẽ làm cho tâm ta phiền não, buồn chán. Chính ngọn lửa phiền não sẽ làm thiêu đốt tâm ta, làm cho tâm ta bị mê muội, mất đi sự sáng suốt. Thế nên người tu phải lìa bỏ mọi thù hận trên đời, thực hiện sự nhẫn hòa, tôn trọng người khác, biết cảm thông người để cùng nhau giữ hòa khí trong tình đồng đạo, tình người để hành tròn sứ mạng vi nhân nơi cõi thế.

*“Lấy nhẫn nại để dần lòng cơn nóng nảy
Hãy xây dựng để tỉnh lòng người phá hoại
Lấy vô tư hầu hoá cái kẻ tư tâm
Đạo một Thầy như huynh đệ mối tình thâm
Phải tế nhị kéo hiểu làm rồi tách tế
Lấy đoàn kết để thay vào lòng chia rẽ
Để xử đời nơi hậu thế họ ghi công.”*

17. Nam Thành Thánh thất, 08-8 Kỷ Dậu (19-9-1969).

Và:

“Tu tâm học Nhẫn, tập Hòa,

Tập cho đến chốn mới là thanh cao.”¹⁸

IV. KẾT LUẬN

Tóm lại, nhẫn nhịn là một đức tánh cao quý của con người. Thế nên người tu hơn ai hết phải hằng ngày tu tập, rèn luyện cho mình đức tánh kham chịu, nhẫn nhục như đất chấp nhận mọi bợn nhơ, xấu tốt, để có được tấm lòng từ bi, hoan hỷ hầu giúp chuyển hóa tâm trí và hành động của tha nhân sang điều tốt đẹp, giúp cho mọi người cùng hưởng thiện. Nhẫn chính là phương cách tốt nhất giúp ta ngăn chặn tội ác ngay từ điểm khởi xuất, làm cho ác nghiệp tiêu tan trước khi nó trở thành hành động, lời nói để không tiêu hủy công phu tu luyện của ta từ bấy lâu.

Khi thực hành đức Nhẫn, chúng ta sẽ có được khuôn mặt từ ái, dễ thương, dễ mến, và có được môi trường sống an lành, hạnh phúc, tránh được bệnh tật, tinh thần hoan hỉ.

Để thực hành được đức Nhẫn ta phải mạnh dạn dùng gươm trí huệ để diệt trừ tham sân, tự ái, tự cao, ngã mạn, phá chấp, hầu giữ được hòa khí trong tập thể.

Xin mượn lời dạy sau của Đức Bạch Liên Chơn Tiên Phan Thanh thay cho lời kết:

“Lòng kiên nhẫn dung hòa tri kiến,

Nhẫn vượt qua tai biến phàm gian,

Nhẫn là vào cõi thiên đàng,

18. Đức Đạo Đức Kim Tiên, Cao Đài Chiếu Minh Tam Thanh Vô Vi, Ngọc thời, Ngày 02-6 Đinh Hợi (15-7-2007).

*Nhẫn là tránh đặng muôn ngàn đau thương.
Nhẫn tiến đến con đường an lạc,
Nhẫn diệu phương để đạt đạo mầu,
Nhẫn kiên học đạo làm đầu,
Nhẫn là linh dược ngũ hầu cứu thân.
Nhẫn trị đặng tinh thần điều đứng,
Nhẫn đó là triệu chứng thành công,
Nhẫn kia bá nhẫn ghi lòng,
Nhẫn toan học lấy trần hồng quý thay!"⁹*

TƯ LIỆU THAM KHẢO

1. Thánh Giáo Sư Tập CQPTGL Đại Đạo từ 1965 đến 1974.
2. Từ điển Cao Đài qua lời dạy của các Đấng Thiêng Liêng, tập 2, Tái bản lần 3, có bổ sung, Cao Trắc Bá (Thiện Tín), lưu hành nội bộ.
3. Ý nghĩa chữ Nhẫn trong cuộc sống bạn nên biết, tranhgotrucduy.com
4. Từ điển Hán Việt – Nhẫn, Mạng Internet.
5. Ý nghĩa chữ Nhẫn trong cuộc sống của con người, www.mynghehaminh.com
6. Bàn thêm về chữ Nhẫn, Nhẫn nhịn thì được gì?, thư pháp Thanh Phong.
7. Hạnh nhẫn nhục, Thích Nhuận Thạnh.
8. Mười câu chuyện về hạnh nhẫn nhục, Hoa vô ưu.
9. Nhẫn và tại sao?, Báo giác ngộ, giacngo.com/nhan_va_tai_sao_past_50808.html.

19. Nam Thành Thánh thất, 01-8 Canh Tuất (01-9-1970).

Làm người vì sao phải nhẫn nhịn? Có thể nhẫn mới có hậu,
<https://phathocdoisong.com>

10. Đạo Đức Kinh, Nhân tử Nguyễn Văn Thọ.

11. Chữ Nhẫn trong tiếng Trung Quốc, <http://tiengtrunganhduong.com>.

12. 50 câu nói hay của Lão Tử về Nhân sinh trong Đạo Đức Kinh, vh.com.vn/song_dep/.

13. Nhẫn là pháp bảo để xử thế và làm thành đại sự, Trí thức VN, trithuc.vn.org.

14. Status chữ Nhẫn – Những câu danh ngôn và chân lý về chữ Nhẫn, <https://ocuasoc.com>stt-danhngon>

15. Hoa nhẫn nhục – Lợi ích của nhẫn nhục, Rộng mở tâm hồn.

16. Lợi ích của sự nhẫn nhục, Chùa Hoàng Pháp.

17. Người có trăm điều nhẫn tự khắc hết phiền nhiễu, Hoàng Mai 19/9/2020.

18. Nhẫn nhục – Phật học cơ bản, thư viện hoa sen.