

# XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH

Tác giả: Thích Thắng Hoan



## MỤC LỤC

*LỜI GIỚI THIỆU CỦA NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC*

*· LỜI MỞ ĐẦU*

*I. VÀO ĐỀ*

*II. ĐỊNH NGHĨA*

*III. TINH THẦN DUYÊN SANH*

*1. GIÁ TRỊ GIA ĐÌNH:*

*a)- Lãnh Vực Gia Tộc:*

*b)- Lãnh Vực Cộng Đồng Và Xã Hội:*

*2. GIÁ TRỊ NƯƠNG TỰA:*

*a)- Giai Đoạn Ấu Thơ:*

*b)- Giai Đoạn Trưởng Thành:*

*c)- Giai Đoạn Tuổi Già:*

*3. GIÁ TRỊ CHỨC NĂNG:*

*a. Định Nghĩa*

*b. Ý Niệm*

#### IV.- XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH TRÊN TINH THẦN LỤC HÒA

##### 1.- THÂN HÒA CÙNG CHUNG Ở:

(Thân Hòa Đồng Trụ)

###### A)- Đối Với Gia Đình:

- 1)- Thánh Thiện Hóa Giá Trị Lập Gia Đình:
- 2)- Tôn Trọng Và Kính Nể Lẫn Nhau:
- 3)- Xây Dựng Đức Tin Cho Nhau:
- 4)- Quan Tâm Chăm Sóc Nhau:
- 5)- Hòa Hợp Trong Việc Xây Dựng Gia Đình:

###### B)- Đối Với Con Cái:

- 1)- Thường Xuyên Phải Cho Con Bú Sữa Mẹ:
- 2)-Đừng Hun Hít Ấu Yếm Khi Con Mình Đang Ngủ:
- 3)- Tạo Tình Cảm Nương tựa Giữa Cha Mẹ Và Con Cái:
- 4)- Hướng Dẫn Con Cái Về Đạo Đức Và Hiếu Hạnh:
- 5)- Đừng Chen Lấn Vào Đời Sống Gia Đình Của Con Cái:
- 6)- Không Nên Dem Tôn Giáo Vào Gia Đình:

###### C)- Đối Với Người Thân:

- 1)- Phải Tôn Kính Cha Mẹ Hai Bên:
- 2)- Thường Xuyên Vấn An Sức Khỏe Cha Mẹ Hai Bên:
- 3)- Khuyến Khích Và Giúp Đỡ Cha Mẹ Trong Việc Tu Tập Đạo Đức:

###### D)- Đối Với Xã Hội:

- 1)- Khiêm Cung Đối Với Mọi Người:
- 2)- Thể Hiện Đức Hạnh Của Bậc Trượng Phu Và Thục Nữ:
- 3)- Loại Bỏ Những Chuyện Thị Phi Ở Đời:

##### 2.- MIỆNG HÒA KHÔNG TRANH CÁI:

(Khẩu Hòa Vô Tránh)

- 1)- Nhẫn Nhục Để Vượt Qua Mọi Trở Lực:
- 2)- Ái Ngữ Trong Việc Đối Xử:
- 3)- Thắc Mắc Cần Phải Giải Tỏa:

##### 3.- Ý HÒA CÙNG HOAN HÝ:

*(Ý Hòa Đồng Duyệt)*

1)- *Bất Cứ Ai Có Ý Kiến Hay Nên Tán Đồng Và Chấp Nhận:*

2)- *Hãy Nuôi Ý Tốt Đẹp Đối Với Nhau, Hãy Trao Đổi Đức Hỷ Xả:*

#### 4.- *GIỚI HÒA CÙNG TU TẬP:*

*(Giới Hòa Đồng Tu)*

1)- *Phải Giữ Tròn Luật Lệ Gia Đình:*

2)- *Phải Giác Ngộ Lý Nhân Quả Để Tránh Những Thói Hu Tật Xấu Của Xã Hội:*

3)- *Trau Dối Trí Tuệ Sáng Suốt Để Giải Quyết Mọi Vấn Đề Gia Đình:*

4)- *Lấy Đạo Đức Từ Bi Cư Xử Với Nhau:*

5)- *Phải Tu Tập Giới Luật Đã Thọ Cho Được Thanh Tịnh Để Tiêu Biểu Đạo Đức Làm Người:*

#### 5.- *KIẾN HÒA CÙNG NHAU GIẢI BÀY:*

*(Kiến Hòa Đồng Giải)*

1)- *Trao Đổi Ý Kiến Với Nhau Cùng Hiểu:*

2)- *Chia Xẻ Với Nhau Khi Thất Bại:*

3)- *Phải Biết Cách Sống Để Được Hạnh Phúc Bền Lâu:*

4)- *Khuyến Khích Với Nhau Trong Việc Tu Học, Phước Thiện:*

#### 6.- *LỢI HÒA CÙNG CHIA XẼ:*

*(Lợi Hòa Đồng Quân)*

1)- *Không Được Riêng Tư Quyết Định:*

2)- *Phải Chi Tiêu Có Điều Độ Đúng Theo Nhu Cầu Cần Thiết:*

3)- *Phải Dự Trù Trong Việc Chi Tiêu:*

4)- *Phải Tri Túc Trong nếp Sống:*

V.- *KẾT LUẬN:*

VI.- *NGHI THỨC LỄ THÀNH HÔN*

VII.- *WEDDING CEREMONY*

VIII.- *MỤC LỤC*

IX.- *NHỮNG KINH LUẬN THAM KHẢO*

\*\*\*

## LỜI GIỚI THIỆU CỦA NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

Tác phẩm “Xây dựng hạnh phúc gia đình” của Hòa thượng Thích Thắng Hoan là cẩm nang hướng dẫn xây dựng hạnh phúc cho người Phật tử tại gia. Trên tinh thần ứng dụng hòa kính trong các mối tương giao xã hội, các giá trị của gia đình trong mối quan hệ vợ-chồng tâm đầu ý hợp, con thảo hiếu kính mẹ cha, anh chị em hòa thuận nhau và cộng đồng, thôn xóm tương thân tương trợ, là vô cùng cao quý cần được mọi người vun trồng, tưới tẩm và phát triển.

Những điều trình bày trong tác phẩm này được trích dẫn từ các Kinh điển Phật giáo. Tác giả đã căn cứ theo những điều mà đức Phật Thích đã giảng dạy trong các Kinh Luận về hạnh phúc gia đình, rồi viết thành tác phẩm này.

Bối cảnh lịch sử của thời đại ngày xưa khác với ngày nay, nhưng tinh thần của đức Phật chỉ dạy trong các Kinh Luận về hạnh phúc gia đình thì có giá trị tuyệt đối ở bất cứ thời đại nào. Mặc dù tác giả Thích Thắng Hoan là một tu sĩ Phật giáo, không có chút kinh nghiệm nào về hạnh phúc gia đình, nhưng những điều viết trong tác phẩm này chính là những nguyên tắc sống để có hạnh phúc, mà không cần đòi hỏi phải có kinh nghiệm mới viết được. Vì những điều kiện đó đều đặt trên nền tảng đời sống tâm thức để xây dựng. Người đời thường bình luận về hạnh phúc gia đình luôn đặt trên nền tảng vật chất để xây dựng, nào phải có tiền của nhiều, tài năng giỏi, học vấn cao, sắc đẹp tốt mới có hạnh phúc.

Đời sống tâm thức có được xây dựng, thì thành viên trong gia đình, mới có hiểu biết nhau, thông cảm nhau, chia sẻ khó khăn, và được như thế, đôi chồng vợ mới gặt hái được hạnh phúc thực sự.

Những điều kiện căn bản “Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình” mà tác giả viết ra, dựa trên quy chế Sáu Pháp Hòa Kính của đức Phật Thích Ca chỉ dạy để làm phương châm cho nếp sống tập thể của một gia đình. Sáu Pháp Hòa Kính đó là: Thân hòa, Miệng hòa, Ý hòa, Giới hòa, Kiến hòa, Lợi hòa.

Một gia đình cũng là một tập thể nhỏ, đã sống chung thì nhất định phải có tinh thần hòa hợp, tương kính, tương thuận.

Xây dựng hạnh phúc gia đình không phải là công việc của riêng ai mà là trách nhiệm của mọi người, bao gồm các thành viên trong gia đình, bà con họ hàng, xóm giềng và cộng đồng, mà đặc biệt là các nhà tôn giáo hướng dẫn đạo đức và tâm linh. Chăm lo hạnh phúc gia đình, chính là mối quan tâm của tất cả chúng ta.

## LỜI MỞ ĐẦU

Thật là bất hạnh, giới trẻ mới lớn lên khi bước chân vào đời qua cánh cửa gia đình đa số đều thất vọng chua cay, bao nhiêu lý tưởng cuộc đời đều sụp đổ trôi sông vì họ tự chuốc lấy nhiều khổ đau ngang trái hơn là gặt hái được những hạnh phúc chân thật mà họ hằng ước mơ.

Phần đông giới trẻ nhìn cuộc đời thấy toàn là hoa mộng, đầy trăng sao kết thành bức tranh đời linh hoạt, một bản nhạc sống tuyệt trần. Nhưng chúng không thấy rằng phía sau cuộc đời hoa mộng kia giăng mắc khắp nẻo đường trần đầy chông gai cay đắng.

Thật ra giới trẻ không phải ích kỷ chỉ biết sống theo bản năng dục vọng riêng tư và họ hết sức chăm sóc người họ thương yêu, nhưng vì khi lập gia đình bắt đầu sống tự lập không được giáo dục chín chắn về hôn nhân của những người lớn nhiều kinh nghiệm, không có phương thức xây dựng hạnh phúc gia đình của các thế hệ trước trao truyền, chỉ đi trong sự mờ mịt học lóm bên ngoài với tánh cách vá vúi hời hợt. Họ ăn ở bất chước theo đường lối truyền thông đại chúng miêu tả, nào sách vở, báo chí..v..v... diễn dịch có tánh cách lý luận triết học sinh lý mập mờ thiếu kiểm chứng, cho nên không thể áp dụng được. Cũng vì những lý do trên, tôi cho ra tác phẩm với nhan đề là “Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình” ngõ hầu giúp cho thế hệ trẻ một cảm nang sống đúng ý nghĩa của một con người trên lãnh vực hạnh phúc gia đình. Nhan đề “Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình” đúng ra gọi cho đủ là “Những Điều Kiện Căn Bản Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình Theo Tinh Thần Phật Giáo” mới đúng ý nghĩa của nội dung trong tác phẩm này muốn trình bày.

Thật là trớ trêu và buồn cười, tôi là một ông thầy tu, xuất gia vào chùa lúc lên 8 tuổi và hiện nay, năm 2007 đã đến 80 tuổi rồi, đã hoàn toàn không biết chút nào về chuyện đời mà lại bàn luận đến “Những Điều Kiện Căn Bản Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình Theo Tinh Thần Phật Giáo”. Những điều tôi trình bày trong tác phẩm này chưa chắc được mọi người tin tưởng mà tin tưởng sao được khi một người không biết đời là gì lại bàn đến những chuyện không có chút kinh nghiệm. Đúng ra tôi viết nên tác phẩm này là nhờ căn cứ theo tinh thần của các Kinh Luận, như các bộ Kinh Nikàya, phối hợp bốn bộ A Hàm, Kinh Đại Niết Bàn, các bộ Duy Thức Luận, ..v..v.... trong đó có Kinh Thi Ca La Việt (Singàlaka); ngoài ra tôi còn căn cứ theo tinh thần Tâm Lý Học, Sinh Lý Học, Xã Hội Học mà tôi đã học qua trong khi còn là một sinh viên, chẳng những thế tôi còn góp nhặt những sự kiện của một số gia đình Việt Nam đã xảy ra ở hải ngoại mà tôi làm cố vấn tinh thần. Căn cứ theo tinh thần trong các Kinh Luận, nghĩa là tôi đã căn cứ theo những điều mà đức Phật đã

chỉ dạy trong các Kinh Luận về hạnh phúc gia đình viết nên tác phẩm này mà không phải căn cứ theo những lời chỉ dạy trong bối cảnh của lịch sử thời đại ngày xưa. Bối cảnh lịch sử của thời đại ngày xưa không phải là bối cảnh lịch sử của thời đại ngày nay, nhưng tinh thần của đức Phật chỉ dạy trong các Kinh Luận về hạnh phúc gia đình thì có giá trị tuyệt đối ở bất cứ thời đại nào, chẳng những có giá trị từ ngàn xưa mà còn có giá trị mãi cho đến ngàn sau. Mặc dù tôi không có chút kinh nghiệm nào về hạnh phúc gia đình, nhưng những điều kiện căn bản mà tôi viết trong tác phẩm này chính là những nguyên tắc sống để có hạnh phúc mà không cần đòi hỏi phải có kinh nghiệm mới viết được, vì những điều kiện đó đều đặt trên nền tảng đời sống tâm thức để xây dựng. Người đời thường bình luận về hạnh phúc gia đình luôn luôn đặt trên nền tảng vật chất để xây dựng, nào phải có tiền của nhiều, tài năng giỏi, học vấn cao, sắc đẹp tốt..v..v.... mới có hạnh phúc. Nhưng thực ra những thứ đó càng lôi cuốn dục vọng càng phát triển, ham muốn càng nhiều, lòng tham càng đòi hỏi, nếu không đáp ứng thỏa mãn nhu cầu của dục vọng thì phiền não càng chồng chất và như thế đời sống làm sao có được hạnh phúc chân thật. Đời sống tâm thức có được xây dựng thì chồng vợ mới có hiểu biết nhau, có thông cảm nhau, mới có chia sẻ cay đắng ngọt bùi với nhau trên mọi nẻo đường đời chông gai quanh co khúc khuỷu và được như thế đôi chồng vợ mới gặt hái được hạnh phúc thực sự.

“Những Điều Kiện Căn Bản Xây Dựng Hạnh Phúc Gia Đình Theo Tinh Thần Phật Giáo” mà tôi sáng tác đều được thiết lập trên quy chế Sáu Pháp Hòa Kính của đức Phật chỉ dạy để làm phương châm cho nếp sống tập thể của một gia đình. Sáu Pháp Hòa Kính, gọi tắt là Lục Hòa là quy chế của đức Phật sáng lập dành cho tập thể người xuất gia sống trong tinh thần hòa hợp, tương kính, tương thuận để cùng nhau tu tập đạo giác ngộ và giải thoát. Theo tôi, một gia đình cũng là một tập thể nhỏ, đã sống chung thì nhất định phải có tinh thần hòa hợp, tương kính, tương thuận mới đồng lòng để tát cạn biển Đông. Tác phẩm này tuy không phải khuôn vàng thước ngọc nhưng dù sao đi nữa cũng là cẩm nang cần thiết cho những thế hệ trẻ lúc ban đầu khi bước chân vào đời khỏi bị vấp ngã đón đau. Cha mẹ nào muốn dựng vợ gả chồng cho con cái của mình nên bắt chúng học thuộc lòng cẩm nang này trước khi tiến tới hôn nhân.

Vấn đề hạnh phúc gia đình, tôi khi còn ở Học Đường Ân Quang, trong lớp Trung Đẳng có học qua, nhưng không chút quan tâm, chỉ chuyên tu học những tư tưởng triết học của Phật Giáo cho được thông suốt. Lúc đó tôi quan niệm rằng, vấn đề hạnh phúc gia đình là chuyện của thế gian thường tình, không phải là pháp môn vô lậu giải thoát, cho nên không thích hợp với những người xuất gia như tôi để tâm đi sâu vào nó. Đến khi ra nước ngoài, tôi đi hoằng pháp khắp nơi, nhất là ở nước Mỹ và nước Canada, gặp rất nhiều Đạo Hữu hỏi tôi trong Phật Giáo có Kinh nào

dạy cách xây dựng hạnh phúc gia đình, cũng như một số thanh niên Phật Tử cũng hỏi tôi về vấn đề trên. Đó cũng là những lý do thúc đẩy tôi phải nghiên cứu lại các kinh điển của Phật Giáo và viết thành tác phẩm này. Nội dung trong tác phẩm này chưa hẳn không có khuyết điểm, nguyên nhân là vì tác giả hoàn toàn chưa có kinh nghiệm trên lãnh vực tình yêu, nhưng dù sao cũng là khởi điểm lúc ban đầu cho những tư tưởng mới đáng giá và thiết thực xuất hiện qua những ngòi bút đầy kinh nghiệm hơn. Tôi hy vọng sẽ đón nhận rất nhiều sáng kiến đầy kinh nghiệm và thiết thực của quý đọc giả bốn phương để bổ xung tác phẩm này cho được hoàn hảo, mong làm sao cho các thế hệ trẻ bước chân vào đời có một cảm nang gối đầu quan yếu cho việc xây dựng hạnh phúc gia đình.

Cẩn bút

Phật Lịch 2551, năm Mậu Tý, ngày 4 tháng 3 năm 2008

TỊNH THẤT VIÊN HẠNH  
Sa Môn THÍCH THẮNG HOAN.  
XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH

I.- VÀO ĐỀ:

Vấn đề hạnh phúc gia đình là vấn đề trọng đại trong cuộc sống của con người. Từ xưa đến nay không có người nào không bôn ba khắp mọi nẻo đường đời để đi tìm hạnh phúc chân thật cho lẽ sống, nhưng họ hoàn toàn thất bại vì không biết bản chất của hạnh phúc là như thế nào và phải đi tìm ở đâu. Phần đông họ tưởng rằng hạnh phúc phát xuất từ bên ngoài và trên lạc thú vật chất. Cho nên họ thi đua đổ rất nhiều công sức xây dựng hạnh phúc gia đình trên ngũ dục lạc của thế gian, như xây dựng trên tiền tài, trên sắc đẹp, trên danh vọng, trên ăn uống, trên ngủ nghỉ, rồi đi vào thực tế những người đó không có chút nào hạnh phúc cả. Người giàu có cái khổ của người giàu, người nghèo có cái khổ của người nghèo, người quan quyền có cái khổ của người quan quyền, người thứ dân có cái khổ của người thứ dân..v.v...., nghĩa là gia đình nào cũng có thảm cảnh riêng của họ.

Họ không biết rằng hạnh phúc chân thật đều phát sanh từ nơi tâm linh của mỗi con người và phải được xây dựng trên tinh thần hòa hợp thân thương. Trong sự sống chung hằng ngày, bất hòa là một tai họa không gì bằng.

- Trong gia đình, vợ chồng không hòa thì gia nghiệp không thành, con cái khổ sở vì xa cha hoặc xa mẹ.
- Trong xã hội, xóm làng không hòa thì sanh ra rầy rà, kiện cáo, chém giết lẫn nhau,

- Quốc gia không hòa thì sanh ra giặc giã  
loạn lạc, dân chúng khổ sở,
- Nhân loại không hòa thì chiến tranh tiếp  
diễn, nhân sanh điêu đứng, suy tàn.

Vì sự bất hòa vô cùng nguy hiểm cho nếp sống tập thể, thế nên đức *Phật mới chế ra Pháp Hòa Kính, Pháp Hòa Kính gồm có sáu loại, gọi chung là Lục Hòa.*

## II.- ĐỊNH NGHĨA:

Lục là sáu, Hòa là hòa kính, nghĩa là hòa thuận và kính nể lẫn nhau. Lục Hòa là sáu pháp hòa kính, nghĩa là sáu phương pháp cư xử hòa thuận, tôn trọng và kính nể lẫn nhau trong sự sống chung. Hòa ở đây không phải nhu nhược mà nhằm mục đích làm lợi lạc cho tất cả, gây hạnh phúc cho tất cả, trong đó có ta và người.

Muốn xây dựng hạnh phúc gia đình trên tinh thần Lục Hòa cho được hữu hiệu, trước hết chúng ta cần phải ý niệm rõ tinh thần duyên sanh của Phật Giáo.

## III.- TINH THẦN DUYÊN SANH:

Duyên sanh gọi cho đủ là nhân duyên sanh. Tinh thần duyên sanh, nghĩa là tất cả pháp trong thế gian đều quan hệ lẫn nhau để sanh tồn, để phát triển, cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không, cái này sanh thì cái kia sanh, cái này diệt thì cái kia diệt, bác sĩ sống được là nhờ bệnh nhân hỗ trợ và bệnh nhân sống được là nhờ bác sĩ trị liệu, cho đến cỏ cây sống được là nhờ con người cung cấp thán khí và con người sống được là nhờ cỏ cây cung cấp dưỡng khí,..v.v.... Tất cả đều nói lên tinh thần duyên sanh cả, cho nên nhà thơ có câu:

*“ Cây thường cho ta dưỡng khí để ta sống góp mặt đời,  
Ta thường cho cây thán khí để cho cây lá khoe tươi”*  
(Thắng Hoan Thi Tập)

Trên tinh thần duyên sanh, con người muốn sống có ý nghĩa để được hạnh phúc chân thật trước hết cần phải ý niệm những điều cơ bản sau đây: Giá trị gia đình, giá trị nương tựa và giá trị chức năng.

### 1. GIÁ TRỊ GIA ĐÌNH:



Gia đình là căn bản của gia tộc, của cộng đồng, của xã hội. Sự giá trị này có hai lãnh vực:

a-Lãnh Vực Gia Tộc:

Lãnh vực gia tộc là căn cứ trên dòng họ định mức giá trị quan hệ. Gia tộc là bao gồm nhiều đơn vị gia đình cùng chung một dòng họ. Gia tộc có giá trị là khi nào mỗi gia đình sống có ý nghĩa, có đạo đức, có hạnh phúc chân thật. Sự quan hệ giữa gia đình và gia tộc trên hai phương diện: quan hệ vật chất và quan hệ tâm linh.

1)- Sự Quan Hệ Vật Chất:

Con người gồm có hai phần: phần vật chất và phần tâm linh. Hai phần này hòa hợp chặt chẽ tạo thành con người, trong đó phần tâm linh đứng vai chủ tể trong mọi lãnh vực sinh hoạt đời sống. Riêng về phần vật chất, con người quan hệ như thế nào với gia đình với gia tộc.

Thân thể người con chính là máu huyết của cha mẹ trao truyền. Thân thể cha mẹ chính là máu huyết của ông nội bà nội của ông ngoại bà ngoại hai họ hòa hợp trao truyền. Thân thể ông nội bà nội cũng do máu huyết của ông cố bà cố hai họ trao truyền, cứ như thế lần lên đến cao tăng tổ khảo..v..v.....

Cũng từ ý nghĩa quan hệ đó, chúng ta ý niệm được rằng, thân thể chúng ta toàn diện chính là máu huyết của cha mẹ nảy nở và phát triển, cũng giống cây đậu xanh toàn diện là do hạt đậu xanh nảy nở và phát triển. Không những sự có mặt máu huyết của cha mẹ khắp trong thân thể chúng ta cả đến sự có mặt máu huyết của dòng họ tông môn nhiều đời trong thân thể chúng ta. Trong tinh thần duyên sanh của các pháp, chúng ta là những kẻ có kiến thức đôi chút không thể phủ nhận ý nghĩa quan hệ này trên lãnh vực vật chất.

2)- Sự Quan Hệ Tâm Linh:

Con người ngoài sự quan hệ về vật chất còn có quan hệ về tâm linh. Tâm linh của con người là chúa tể của mọi sự sống, tâm linh hiện hữu thì con người tồn tại, tâm linh giả biệt thì con người biến hoại, tâm linh thánh thiện thì cuộc sống của con người thăng hoa, tâm linh sa đọa thì lôi cuốn con người đi vào vực thẳm đen tối của cuộc đời. Ý niệm được hạnh phúc an lạc cho lẽ sống cũng do tâm linh và chuốc lấy những thất vọng chán chường khổ đau của cuộc đời cũng từ nơi tâm linh.

Sự quan hệ của tâm linh con người đối với gia tộc như thế nào? Theo tinh thần duyên sanh, tâm linh của con cháu đối với tâm linh của dòng họ gia tộc quan hệ đến bảy đời, thường gọi là quan hệ thất tổ. Tâm linh của tổ tiên gia tộc chính là nguồn tâm linh cung ứng trực tiếp cho con cháu qua hệ thống tâm linh của cha mẹ. Nguồn tâm linh của tổ tiên dòng họ quan hệ với dòng tâm linh của con cháu trong mỗi gia đình cũng tương tự như nguồn điện lực của nhà máy phát điện quan hệ với dòng điện các bóng đèn trong mỗi nhà. Nguồn tâm linh của tổ tiên dòng họ cũng tương tự như nguồn điện lực của nhà máy phát điện, dòng điện lực của bình biến thế nơi mỗi khu vực cũng tương tự như dòng tâm linh của cha mẹ, dòng điện của mỗi con cháu trong gia đình cũng tương tự như dòng điện của mỗi bóng đèn trong nhà. Sự quan hệ của tâm linh con người đối với gia tộc đúng như câu Tục Ngữ nhân gian thường nói: “*Cây có cội, nước có nguồn*”, nghĩa là cây cối thì phải có gốc rễ mới nảy mầm sanh hoa trái, nước phải có cội nguồn thì mới tỏa khắp rạch sông, làm con người thì ai cũng phải có cha mẹ tổ tiên.

Chúng ta cắt đứt mọi sự quan hệ tâm linh với cha mẹ dòng họ tổ tiên, chỉ biết sống riêng tư với khả năng của mình thì không khác nào bóng đèn cắt đứt mọi sự quan hệ với nguồn điện lực của nhà đèn, chỉ quan hệ với bình điện nhỏ nhỏ (Battery) của riêng nó. Với hiện tượng này, dòng tâm linh cá nhân của mỗi con người tự nó không đủ sức đương đầu với cuộc đời quá nhiều chạm bẩy khổ đau đen tối dồn dập đưa đến, cũng như dòng điện của bóng đèn với bình điện nhỏ nhỏ (Battery) không đủ soi sáng một ngôi nhà quá cao rộng.

Sự quan hệ về mặt tâm linh vừa trình bày trên cho chúng ta một ý niệm cụ thể rằng giữa chúng ta và cha mẹ tổ tiên ông bà có mối tương quan tình cảm một cách chặt chẽ không thể phân ly. Để tránh những sự bất hạnh sau này sẽ xảy ra cho đời sống của mình, chúng ta không nên cắt đứt mọi sự quan hệ về mặt tâm linh với cha mẹ tổ tiên ông bà bằng những cung cách bất kính, những cử chỉ thiếu lễ độ mà còn phải nuôi dưỡng mối tương quan tình cảm nói trên qua sự kính trọng, thương yêu, quý mến và thường xuyên quan tâm đến đời sống, đến tình cảm của họ mà họ đã đặt hết niềm tin vào mình. Chúng ta nếu như cắt đứt mọi sự quan hệ tình cảm với cha mẹ tổ tiên ông bà thì vô tình khiến tâm linh của chúng ta bị tổn thương bị đau khổ vì đưa con bất hiếu. Chúng ta giả như có thái độ bất hiếu với đấng sanh thành là nguyên nhân, rồi sau này con cháu của chúng ta sẽ có thái độ bất hiếu với chúng ta và sẽ làm cho chúng ta đau khổ cũng như chúng ta đã từng làm cho họ đau khổ. Chúng ta có thể trốn khỏi luật pháp thế gian, nhưng không thể trốn khỏi luật pháp nhân quả nghiệp báo.

b- Lãnh Vực Cộng Đồng và Xã Hội:

Sự quan hệ giữa con người, giữa gia đình với cộng đồng với xã hội như thế nào? Trước hết chúng ta nhận xét tổng quát sự quan hệ giữa con người và cộng đồng:

### 1)- Sự Quan Hệ Với Cộng Đồng:

Cộng đồng nghĩa là những người sinh hoạt chung một nghề nghiệp, chung một tư tưởng, chung một quan niệm. Cộng đồng bao gồm có các tôn giáo, các đoàn thể, các nghiệp đoàn,..v.v..... Sự quan hệ giữa con người với các tôn giáo, các đoàn thể, các xí nghiệp được nhận định như sau:

+ Một tôn giáo được xã hội tôn kính và quy ngưỡng là do mỗi cá nhân của những tín đồ nơi tôn giáo đó thể hiện được đạo đức qua lời nói, qua hành động, qua tư tưởng và họ biết hòa hợp lẫn nhau trong cùng một nếp sống đạo đức mà chính họ đã chọn tôn giáo đó làm lý tưởng. Ngược lại tôn giáo đó mất giá trị với xã hội, mất niềm tin với mọi người là do những tín đồ của tôn giáo đó không biểu tượng được tư cách đạo đức để làm gương mẫu cho chúng sanh quy ngưỡng. Tư cách không tốt của một số tín đồ gây ảnh hưởng không nhỏ đến với tôn giáo của họ nương tựa đúng như câu tục ngữ nhân gian thường nói: “*Con sâu làm sâu nồi canh*”.

+ Một đoàn thể được mọi người kính yêu và nương tựa là do mỗi thành viên của đoàn thể đó biết sống chân thật, biết liên kết chặt chẽ với nhau, biết thể hiện được tinh thần đạo đức tập thể.

+ Một nghiệp đoàn được phát triển lớn mạnh điều quan trọng không nhỏ là do giữa người lãnh đạo và các đoàn viên biết hòa hợp chặt chẽ, biết thiện chí trong nghĩa vụ, biết chia sẻ và thông cảm trong trách nhiệm.

### 2)- Sự Quan Hệ Với Xã Hội:

Một xã hội có rất nhiều cộng đồng hiện hữu, trong đó bao gồm tất cả đơn vị gia đình, gia tộc, đoàn thể, nghiệp đoàn, tôn giáo,..v.v....cùng nhau góp mặt. Một xã hội muốn được hòa bình an lạc thật sự, muốn đời sống văn minh tiên bộ cả hai mặt vật chất và tinh thần, tất cả thành phần đơn vị trong những cộng đồng, bao gồm có cá nhân của mỗi người biết hòa hợp thân thương, biết đoàn kết chặt chẽ, biết dân thân hợp tác đóng góp hết mình trong mọi lãnh vực văn hóa, đạo đức, kinh tế, an ninh,..v.v..... Trái lại, trong một xã hội, có vài đơn vị mâu thuẫn, có vài cá nhân

bất chánh sẽ tạo nên tình trạng bất an và viển ảnh đưa xã hội vào con đường bi đát, tràn ngập khổ đau cho đời sống của mọi người.

Những dữ kiện đã trình bày tổng quát ở trên cũng đủ nói lên được sự quan hệ như thế nào giữa con người với gia đình, với gia tộc, với cộng đồng và với xã hội. Tất cả sự quan hệ này là tất yếu của con người sinh tồn và không ngoài nguyên lý duyên sanh của Phật Giáo. Những người sống trong một gia đình hay trong một xã hội không thể thoát ly khỏi mọi sự quan hệ nói trên, nhất là sự quan hệ về mặt tâm linh, nguyên vì con người sở dĩ ý niệm được hạnh phúc chính là nhờ ở nơi tâm linh. Giờ đây chúng ta đã khái niệm được giá trị trọng đại của lẽ sống qua sự quan hệ như thế nào giữa con người với gia đình, với gia tộc, với cộng đồng, với xã hội thì cần phải tiến thêm một bước nữa là phải ý niệm được sự nương tựa.

## *2. GIÁ TRỊ NUƠNG TỰA:*

Theo tinh thần duyên sanh, vấn đề nương tựa là vấn đề quan yếu không chỉ riêng của con người mà còn chung của tất cả chúng sanh trong vũ trụ. Tất cả chúng sanh trong vũ trụ nếu như không có chỗ nương tựa thì không thể nảy nở và phát triển; Chỗ nương tựa của cây cối là đất đai, nếu đất đai có phì nhiêu thì cây cối mới nảy nở tốt tươi..... và ngược lại đất đai thiếu dinh dưỡng thì cây cối trở nên cằn cỗi yếu ớt. Chỗ nương tựa của con người là cha mẹ và dòng họ, cha mẹ và dòng họ có phước đức thì con cháu được hiển vinh, cha mẹ và dòng họ thiếu phước đức thì con cháu sống bất hạnh và khổ đau. Con người muốn sống có ý nghĩa, muốn được an lạc, muốn được hạnh phúc thì phải ý niệm được giá trị của sự nương tựa. Đời sống con người có 3 giai đoạn nương tựa: Giai đoạn ấu thơ, giai đoạn trưởng thành và giai đoạn tuổi già.

### *a)- Giai Đoạn Ấu Thơ:*

Giai đoạn ấu thơ theo quan niệm phổ thông, nhất là ở Việt Nam ước lượng vào khoảng con người mới sanh ra cho đến 20 tuổi, có chỗ cho rằng khoảng 30 tuổi (gọi là tam thập nhi lập: nghĩa là con người lớn lên đến 30 tuổi thì mới đứng vững với đời). Trong giai đoạn này, con người có hai nơi nương tựa cho lẽ sống, để lớn lên, để mở mang kiến thức: nương tựa nơi cha mẹ và nương tựa nơi thầy tổ.

#### *1)- Nương Tựa Nơi Cha Mẹ:*

Cha mẹ nếu không ước mơ thì không cho chúng ta ra đời, cha mẹ nếu không mến thương thì không cho chúng ta no cơm ấm áo, cha mẹ nếu không hy sinh hạnh

phúc riêng tư thì không cho chúng ta ăn học để thành danh với đời. Sự có mặt của chúng ta trong cõi đời này chính là sự hy sinh của cha mẹ quá nhiều cả thể xác và tâm hồn cho con cái của mình. Thế nên đối với ân nghĩa sanh thành của cha mẹ, phận làm con phải ghi sâu đậm nét vào tâm khảm để luôn luôn tưởng niệm tri ân và báo ân, nhất là về mặt tâm linh chúng ta đừng có thái độ phũ phàng đối với đấng sanh thành vô tình làm tổn thương nơi lương tâm của cha mẹ đã chịu nhiều cay đắng và đau khổ suốt cả cuộc đời.

## 2)- Nương Tựa Nơi Thầy Tổ:

Cha mẹ chỉ sanh ra thân xác cho chúng ta, nhưng không thể sanh ra trí thông minh cho chúng ta. Chúng ta muốn có trí thông minh để sống với đời thì phải nhờ thầy tổ chỉ dạy. Thầy tổ là những ân nhân không thua cha mẹ, người đã tạo dựng trí khôn cho chúng ta có kinh nghiệm sống để bước chân vào đời khỏi bị vấp ngã. Chúng ta ngày nay được hạnh diện là một đơn vị quan trọng đáng quý trong một xã hội văn minh tiến bộ với trình độ kiến thức sâu rộng chính là nhờ thầy tổ trao truyền sự kinh nghiệm lâu đời của họ. Giá trị tinh thần này chúng ta cũng phải ghi sâu vào tâm khảm để luôn luôn tưởng niệm ân nghĩa giáo dưỡng của thầy tổ cũng giống như tưởng niệm ân nghĩa sanh thành của cha mẹ. Ý niệm giá trị sự quan hệ này cũng là vấn đề trọng yếu trong sự bồi dưỡng tâm linh.

### b)- Giai Đoạn Trưởng Thành:

Giai đoạn trưởng thành ước lượng vào khoảng 20 tuổi đến 60 tuổi. Ở giai đoạn này, con người đứng ra đủ tư cách dân thân vào đời và đủ trí khôn bước chân vào xã hội. Khi bước chân vào xã hội để vươn mình lên, con người cũng cần phải có chỗ nương tựa. Chỗ nương tựa của con người là gia đình và tôn giáo.

Gia đình là chỗ nương tựa cho đời sống con người và tôn giáo là chỗ nương tựa cho tâm linh của con người. Gia đình là đơn vị truyền thừa của gia tộc là nơi phát huy sự hiển vinh cho dòng họ muôn đời với tổ tiên. Gia đình là một xã hội nhỏ trong cộng đồng, bao gồm có chồng vợ con cái. Chồng vợ phải ý niệm được rằng là bạn đời cần thiết không thể thiếu để chia sẻ với nhau những cay đắng ngọt bùi trong mọi nẻo đường thăng trầm vinh nhục và cùng nhau xây dựng hạnh phúc an lạc thật sự cho đời sống. Tôn giáo là miếng ruộng phước để cho tâm hồn con người phát triển đạo đức làm người. Con người khi thân bệnh thì phải nhờ bác sĩ trị liệu và con người khi tâm bệnh thì phải nhờ tôn giáo trị liệu, Bác sĩ trị liệu thân bệnh bằng y dược và tôn giáo trị liệu tâm bệnh bằng pháp dược. Cho nên con người muốn được lành mạnh thì phải cần đến bác sĩ và muốn được đạo đức nảy nở hạnh

phúc thì phải cần đến tôn giáo. Chúng ta là người muốn sống có giá trị thì phải ý niệm rõ điều đó.

Có người quan niệm rằng họ không cần phải lập gia đình cho thêm khổ, chỉ nương tựa bạn bè là đủ sống an lạc rồi. Họ không hiểu rằng bạn bè chỉ giúp nhau trong giai đoạn ngắn, nhưng không hy sinh cho nhau đến đâu bạc răng long. Hơn nữa bạn bè chỉ giúp nhau có tánh cách tạm bợ trong phạm vi giới hạn về đời sống vật chất nhưng không chia sẻ với nhau trên lãnh vực tâm linh, đúng với câu tục ngữ như sau: “*Giúp lời giúp đũa, không ai giúp của giúp cơm*”; chỉ có chồng vợ mới giúp của giúp cơm và giúp suốt cả cuộc đời.

Tóm lại, chúng ta phải lập gia đình làm chỗ nương tựa vững chắc cho đời sống cũng như cho tâm linh để có hạnh phúc an lạc thật sự. Chúng ta nếu như không lập gia đình sẽ buông thả theo dòng đời trụy lạc xa hoa không định hướng, sẽ làm đau khổ cho mình khi tuổi về chiều, sẽ ô nhiễm tâm linh đen tối khi mình bước chân vào thế giới bên kia mờ mịt. Chúng ta nếu như không lập gia đình mà muốn cuộc sống thăng tiến thì phải xuất gia tu hành. Người xuất gia tu hành cũng phải nương tựa nơi Tăng Đoàn để tiến lên trên con đường giác ngộ và giải thoát khổ đau sanh tử. Nói cho cùng, con người muốn nếp sống có ý nghĩa phải tạo dựng cho mình một chỗ nương tựa vững chắc.

#### c)- Giai Đoạn Tuổi Già:

Giai đoạn tuổi già là giai đoạn kể từ 60 tuổi cho đến chấm dứt hơi thở cuối cùng của một sanh mạng. Đa số những người già cả, tâm trạng của họ không nhiều thì ít thường mang bệnh hay lo xa. Sự lo xa của họ tương đối gồm có:

- \*)- Tứ đại nơi thân thể của họ thường hay bất hòa, gây tạo cho họ nay đau mai yếu.
- \*)- Những ước mơ của họ chưa hoàn tất mà sức khỏe của họ không cho phép tiếp tục gánh vác trách nhiệm.
- \*)- Họ băn khoăn không biết sau khi họ chết, con cháu của họ có thương yêu chia sẻ và đùm bọc với nhau hay không.
- \*)- Họ không biết sau khi họ chết con cháu

của họ có đủ sức đương đầu với cuộc đời hay không.

- \*)- Họ tự cảm thấy buồn tủi khi họ không còn là cây đại thụ che mát cho con cháu trong cuộc đời.
- \*)- Tuổi họ càng già thêm thì tình cảm của họ càng lớn mạnh theo tỷ lệ nghịch, cho nên họ cảm thấy sẽ bị cô đơn rồi đây phải xa lìa con cháu khi họ bước qua bên kia cửa tử.
- \*)- Họ càng lo lắng khi họ chết, không biết con cháu có làm tròn bổn phận giúp đỡ họ những hành trang cần thiết đi vào thế giới bên kia hay không.
- \*)- Nhất là họ càng băn khoăn cho nẻo trước của họ quá mờ mịt, nghĩa là họ hoàn toàn không biết sau khi chết họ sẽ đi về đâu.

Đây là tâm trạng băn khoăn lo lắng tổng quát của người già. Tâm trạng băn khoăn lo lắng của họ có khi quá cực độ khiến cho họ trở nên quẫn trí, thường hay bộc lộ thái độ buồn phiền, gắt gỏng, bức dọc và cũng có người trở nên tình trạng tâm hồn băng lạnh. Những người con biết quý trọng đáng ân nghĩa sanh thành thì cần phải thể hiện chỗ nương tựa xứng đáng cho tâm hồn của cha mẹ trong khoảng đời còn lại, nghĩa là phải luôn luôn quan tâm đến tình trạng khủng hoảng của họ, thường xuyên chia sẻ, an ủi và tìm mọi cách giúp họ được an tâm cho đến khi trút hơi thở cuối cùng. Người nào làm tròn nghĩa vụ nói trên chính là kẻ ý niệm được giá trị của sự quan hệ sanh tồn nơi cuộc đời.

### *3. GIÁ TRỊ CHỨC NĂNG:*

#### a). Định Nghĩa:

Chức năng là bổn phận, ý niệm chức năng nghĩa là ý niệm bổn phận. Chức năng của con người là sống phải có tình nghĩa. Tình nghĩa chính là tình cảm và ân nghĩa.

1)- *Tình Cảm*: nghĩa là tình thương yêu, biết chia sẻ buồn vui cho nhau. Tình cảm không phải là tình ái. Tình ái chính là tình yêu xác thịt, chỉ làm thỏa mãn cho thể xác đòi hỏi mà không có chút tình cảm ở trong. Tình yêu xác thịt thì dễ bị chán chê, bị quên lãng, nguyên vì theo Tâm Lý Học ăn mãi một món ăn thì dễ bị ngán ngẩm và thích muốn thay đổi món ăn mới cho ngon miệng hơn. Tình cảm đặt trên nền tảng nội tâm chỉ đạo thì tạo cho nhau sự cảm thông và đưa đến tình yêu lý tưởng. Đôi chồng vợ biết sống trên tình yêu lý tưởng là đôi chồng vợ đạt được hạnh phúc trọn vẹn đến đầu bạc răng long.

2)- *Ân Nghĩa*: là bốn phận tri ân và báo ân. Con người có ân nghĩa là con người biết sống chung và có trách nhiệm với nhau trong mọi hoàn cảnh, biết gánh vác nghĩa vụ của mình trong gia đình, biết cùng nhau chia sẻ mọi sự thăng trầm vinh nhục của cuộc đời và biết ân đền nghĩa trả xứng đáng với những người đồng lao cộng khổ đang góp phần không nhỏ tạo dựng cho mình có một địa vị xứng đáng của một con người trong xã hội tiến bộ.

b). Ý Niệm:

*Tình Nghĩa* chỉ cho chức năng của con người đối với con người trong đó bao gồm cả tình cảm và ân nghĩa. Tình nghĩa của một con người chia làm ba lãnh vực: lãnh vực cha mẹ con cháu, lãnh vực chồng vợ, lãnh vực thầy trò.

1)- Lãnh Vực Cha Mẹ Con Cháu:

Tình nghĩa cha mẹ con cháu, nghĩa là giữa cha mẹ và con cháu phải sống có tình có nghĩa với nhau. Con người phải ý niệm được rằng: cây phải có cội nước phải có nguồn, làm con người ai cũng phải có cha mẹ. Chúng ta đã có cha mẹ thì phải ý niệm được giá trị sự quan hệ tình nghĩa giữa cha mẹ và con cháu, đồng thời nên dạy dỗ con cháu của mình cũng phải ghi tâm khắc cốt giá trị tinh thần tình nghĩa đối với cha mẹ nói trên.

2)- Lãnh Vực Chồng Vợ:

Chồng và vợ mỗi người là một đơn vị trọng yếu không thể thiếu trong một gia đình và nếu như mất đi một người thì gia đình đó mất đi ý nghĩa trong cuộc sống lứa đôi trên con đường xây dựng hạnh phúc bền lâu. Sự quan hệ gắn bó chặt chẽ trong cuộc sống lứa đôi nơi một gia đình, giữa chồng và vợ, mỗi người phải xem mình như một phần thân thể về đời sống của người kia và mắt họ mình cảm thấy dường như mất đi định hướng trên hành trình xây dựng hạnh phúc chung, cũng như mất đi trách nhiệm nối dõi tông đường trên con đường tiến bộ mà đôi chồng vợ



đã tuyên thệ trước bàn thờ tổ tiên khi mới lập gia đình. Sự tương quan sanh tồn của một gia đình sẽ được trình bày ở sau. Trong tinh thần duyên sanh, con người ý niệm được giá trị tương quan sanh tồn giữa chồng và vợ của một gia đình thì mới có thể xây dựng được hạnh phúc chân thật.

### 3)- Lãnh Vực Thầy Trò:

Chúng ta đã ý niệm được giá trị sự quan hệ giữa thầy trò như đã trình bày ở trước với nhan đề “Nương Tựa Thầy Tổ” thì phải sống có tình nghĩa với nhau. Chúng ta làm tròn nghĩa vụ này đối với thầy tổ chứng tỏ rằng về phương diện tâm linh đã bồi dưỡng được một phần nào đạo đức của con người để làm hành trang cho sự xây dựng nếp sống an lạc.

Những dữ kiện đã trình bày tổng quát ở trên cũng đủ nói lên được tánh chất, giá trị và ý nghĩa sự quan hệ tinh thần duyên sanh của một con người. Một con người sống trong trời đất nhất định không thể thoát ly khỏi sự ràng buộc của quan hệ này. Một con người sống chẳng những quan hệ với gia đình, mà còn quan hệ với gia tộc, với cộng đồng, với xã hội, chẳng những quan hệ với chồng vợ, mà còn quan hệ với cha mẹ con cháu, quan hệ với thầy trò. Chúng ta đã ý niệm được sự quan hệ giữa con người với gia đình, với gia tộc, với cộng đồng, với xã hội là trọng đại thì mỗi người trong gia đình muốn đem lại lợi ích cho nhau cần phải có chức năng, nghĩa là phải biết sống có tình nghĩa với nhau.

## IV.- XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH TRÊN TINH THẦN LỤC HÒA:

Sự quan hệ của tinh thần duyên sanh đối với sự sống còn của một con người đã được giới thiệu qua, giờ đây chúng ta bước sang lãnh vực xây dựng hạnh phúc gia đình trên tinh thần Lục Hòa của Phật Giáo. Lục Hòa là sáu pháp hòa kính, nghĩa là sáu nguyên tắc sống của một tập thể để được thanh tịnh và an lạc. Theo Phật Giáo, chữ Hòa nghĩa là hòa hợp như keo sơn và hòa không có ranh giới giống như sữa hòa trong nước. Đây là chỉ cho sự hòa hợp của tâm linh con người. Con người với con người sống chung phải hòa hợp tâm linh thì mới có thể hạnh phúc an lạc. Đất, nước, gió, lửa là bốn loại mâu thuẫn chống trái với nhau như mặt trời mặt trăng mà còn biết hòa hợp để cùng nhau xây dựng nên thân thể con người thì tại sao tâm linh của hai người không biết hòa hợp để cùng xây dựng hạnh phúc chung cho nhau. Gia đình là một tập thể nhỏ, mỗi người trong gia đình sống chung muốn nắm lấy được hạnh phúc thật sự thì cần phải nương theo tinh thần Lục Hòa để cùng nhau xây dựng. Lục Hòa nghĩa là sáu phương pháp hòa kính và sáu phương pháp này gồm có: thân hòa cùng chung ở, miệng hòa không tranh cãi, ý hòa cùng hoan hỉ,

giới hòa cùng tu tập, kiến hòa cùng giải bày, lợi hòa cùng chia sẻ. Ý nghĩa sáu phương pháp hòa kính được giải thích như sau:

## 1. THÂN HÒA CÙNG CHUNG Ở (Thân Hòa Đồng Trụ)

Thân hòa cùng chung ở nghĩa là cùng nhau sống chung trong một gia đình thì phải hòa hợp, phải chung lưng đầu cật, đùm bọc lẫn nhau, không nên dùng bạo lực lẫn áp nhau. Muốn được như thế, trong một gia đình, chồng vợ, con cái, cha mẹ, anh em sống chung phải có những luật lệ như sau:

### A)- Đối Với Gia Đình:

#### 1)- Thánh Thiện Hóa Giá Trị Lập Gia Đình:

Thánh thiện hóa giá trị lập gia đình, nghĩa là lập gia đình nhằm xây dựng tình yêu lý tưởng. Tình yêu lý tưởng không phải là tình yêu thể xác chỉ biết thỏa mãn dục vọng. Tình yêu lý tưởng ở đây là tình yêu có ý nghĩa cao cả. Xây dựng tình yêu lý tưởng có hai mục đích: truyền thừa sự nghiệp gia bảo của tổ tiên dòng họ và thể hiện đạo đức của gia tộc.

a)- Truyền thừa sự nghiệp gia bảo của tổ tiên dòng họ, nghĩa là phải có con cái để nối dõi tông đường, đừng để dòng họ phải bị tuyệt tự và làm thế nào dòng họ của mình càng ngày càng chặt chẽ lớn mạnh qua gia đình mình và con cháu của mình. Muốn có con cái nối dõi tông đường, đôi chồng vợ phải áp dụng những nguyên tắc sau đây:

1- Chồng vợ phải biết tiết dục, nghĩa là tiết chế ái dục. Tiết chế ái dục là hạn chế ái dục, nghĩa là tình yêu nam nữ phải có chừng mực, đừng xài phí bừa bãi theo dục vọng của mình. Đức Phật chỉ dạy: người xuất gia sống phải diệt dục và người Phật tử tại gia sống phải tiết dục. Chồng vợ tiết dục nhằm mục đích giúp cho máu huyết của hai người đầy đủ chất lượng tốt để sanh ra đứa con được lành mạnh toàn diện. Hạt giống lúa nuôi dưỡng không đủ chất lượng và gặp phải phân đất không được tốt,..v..v.... thì cây lúa sanh ra không được lành mạnh. Súc vật còn biết ái dục có mùa thì con người cần phải biết tiết chế ái dục đúng lúc để sanh con. Đôi chồng vợ nên luôn luôn tâm niệm với nhau rằng: chúng mình lập gia đình nhằm mục đích sanh con để nối dõi tông đường mà không phải để thỏa mãn sinh lý.

2- Người vợ khi có thai trong bụng, theo tinh thần Kinh Đại Niết Bàn phải giữ gìn bào thai trong tư thế an lạc thanh tịnh cho đến khi sanh ra đứa con. Muốn giữ gìn bào thai trong tư thế an lạc thanh tịnh, người vợ phải áp dụng triệt để những điều kiện sau đây:

\*)- Không được gần gũi với người chồng trong lúc mang thai. Đôi chồng vợ gần gũi nhau trong lúc mang thai vô tình hai ông bà trút vào tâm của đứa bé trong bào thai trần ngập nghiệp ái dục và khiến cho nó sau này lớn lên không thể kềm chế nổi bệnh ái dục kích thích.

\*)- Không được ghen tương phiền não..v.v.... khiến cho đứa con trong bào thai bị ô nhiễm bởi chất độc ngu si đần độn từ nơi cha mẹ và còn làm cho nó trong bào thai bị đau đớn bởi các cơ năng của người mẹ cọ sát vào khi ghen tương phiền não.

\*)- Không được đi đứng hấp tấp, không được tâm trạng bồn chồn lo lắng khiến cho bào thai bị kinh động bất an làm trở ngại không tốt cho Tâm Thức A Lại Da đang xây dựng hệ thống thần kinh của đứa bé trong bào thai.

\*)- Ăn uống những món ăn khinh nhẹ, không có những chất độc hại để xây dựng thân thể đứa con lành mạnh tráng kiện. Thí dụ khi có thai, người mẹ ăn uống toàn những chất phong, như ăn tôm cua..v.v... tạo cho thân thể đứa con mang bệnh dị ứng,..v.v....

3- Người vợ khi có thai muốn con mình sanh ra được tướng hảo tốt đẹp, theo tinh thần Duy Thức Học, nên đi thỉnh tượng Phật thật đẹp đem về thờ trong nhà của mình, mỗi tối thành tâm cầu nguyện quán tưởng hình tượng đức Phật đó thì sẽ được toại nguyện. Nguyên vì tâm của chúng ta như cái máy chụp ảnh, chúng ta thấy người nào thì hình ảnh (form) người đó đã vào tâm của chúng ta, chúng ta yêu mến người nào thì hình ảnh (form) người đó từ trong tâm của chúng ta xuất hiện ra. Khi người mẹ có thai, Tâm Thức A Lại Da trong bụng người mẹ liền chọn sẵn hình ảnh đã có trong tâm người mẹ để làm kiểu mẫu cho việc xây dựng đứa con ra đời, trong lúc đó người mẹ nếu như nhớ hình ảnh của người nào khác nữa thì Tâm Thức A Lại Da lại tiếp tục lấy hình ảnh vừa mới nhớ của người mẹ đem ráp vào với hình ảnh kiểu mẫu đã chọn liền sửa đổi canh tân (Modified) lại cho thích hợp để xây dựng thành hình đứa con trong bụng theo ý người mẹ muốn trong lúc đó. Cũng từ giá trị này, người mẹ muốn đứa con mình sanh ra cho đẹp, liền mua những hình ảnh đẹp đem về nhà cầu nguyện.

4- Mỗi gia đình phải có gia phả để biết người nào là bà con gần xa của mình và phải tạo niềm thân thương gắn bó với nhau trong bà con dòng họ bằng cách giải thích cho con cháu được biết những thành tích tốt đẹp của bà con dòng họ để chúng nó học hỏi.

b)- Gia đình sống phải hiển vinh dòng họ muôn đời với tổ tiên, nghĩa là mỗi người trong gia đình sống phải thể hiện được đạo đức của gia tộc. Đạo đức là giá trị tinh thần của con người đúng như câu tục ngữ thường nói: “ Hoa thơm nhờ nhụy, người có giá trị nhờ đạo đức”. Đạo đức không phải có từ nơi tài năng, tiền của, danh vọng, mà nó có từ nơi tâm linh qua nếp sống, qua phong cách, qua ngôn ngữ, qua thái độ tư tưởng của mỗi người. Gia đình chúng ta sống bằng cách nào để cho mọi người nhìn đến đều quý mến và cũng làm bằng cách nào để cho mọi người khi thấy cha mẹ mình, dòng họ mình đều kính trọng. Chúng ta thể hiện tối thiểu được một trong hai điều kiện nói trên cũng là biết sống tình yêu lý tưởng, nghĩa là biết thánh thiện hóa giá trị lập gia đình.

c)- Nguyên tắc thiết lập một gia đình lý tưởng của đôi trai gái mà ông bà chúng ta đã chỉ dạy qua hai câu ca dao như sau:

*“Trai khôn tìm vợ chợ đông, Gái khôn tìm chồng giữa đám ba quân”.*

+ Chợ Đông: có nhiều nghĩa, nhưng nghĩa ở đây là chỉ cho chỗ hội chợ đông người. Các cô gái thường tập trung nơi chỗ đông người như hội chợ,.. v.v..... thì những đặc tính của mỗi cô biểu lộ rõ nét hoặc tốt hoặc xấu khi trao đổi qua lại với nhau.

+ Ba Quân: nghĩa đen là chỉ cho ba đội quân lính: Đội quân trung ương, gọi là Trung Quân, Đội quân bên tả gọi là Tả Quân và Đội quân bên hữu gọi là Hữu Quân, mỗi đội quân gồm có 12.000 quân lính. Ba quân nói chung là toàn thể quân đội, nhưng ở đây là ám chỉ cho chỗ tập trung tất cả thanh niên trai tráng. Các thanh niên có dịp tập trung vào chỗ đám đông thì tánh tình của mỗi chàng trai đều bộc lộ rõ nét hoặc tốt hoặc xấu khi trao đổi qua lại với nhau.

+ Các thanh niên nam nữ muốn chọn ý trung nhân thì nên đến chỗ đông người đó để quan sát tìm hiểu. Nguyên tắc để chọn ý trung nhân làm bạn đời thì đừng đòi hỏi đối phương hoàn toàn tốt trăm phần trăm điều đó khó thành công, chỉ cần nơi họ có những đặc tính tương đồng với mình ước lượng khoảng sáu chục phần trăm là đủ tiêu chuẩn và phần còn lại khi nào sống chung với nhau mới huấn luyện sau, giống như câu ca dao đã chỉ cách huấn luyện:

*“Dạy con dạy thuở còn thơ, Dạy vợ (chồng)  
dạy thuở ban sơ mới về”.*

Những điều trình bày trên là những nguyên tắc căn bản tương đối để chọn những người yêu và xây dựng tình yêu lý tưởng. Những ai thực hiện đúng những điều căn bản này chính là người đó biết cách thánh thiện hóa giá trị lập gia đình.

## 2)- Tôn Trọng Và Kính Nể Lẫn Nhau:

Con người đối xử với nhau có kính nể mới có tôn trọng và con người muốn được kính nể thì người đó phải thể hiện trọn vẹn phong cách đạo đức tốt của một con người, như lịch sự, khiêm cung, lễ độ, linh hoạt,..v.v..... bao nhiêu đó cũng đủ tư cách biểu tượng cho họ kính nể và từ kính nể đó đi đến tôn trọng. Nhưng trên thực tế, theo Phật Giáo, con người là kết tinh của tất cả nghiệp báo của kiếp trước và hiện đang bị tất cả phiền não, như tham, sân si,..v.v..... đang lên ngôi chỉ đạo cho lẽ sống, nghĩa là ai cũng có những tật xấu đang tiềm ẩn trong tâm thức của họ. Khi chưa sống chung, những tật xấu của mỗi người thường tìm ẩn bên trong nội tâm để chờ cơ hội lên ngôi và khi hai người sống chung với nhau thì những tật xấu của mỗi người hội đủ điều kiện lên ngôi để tạo sự mâu thuẫn trong cuộc sống tập thể. Những bạn trai bạn gái khi chưa lập gia đình thường hay lý tưởng người yêu của mình có những cá tính thuần lương, nhưng khi sống chung với nhau những lý tưởng đó đều sụp đổ và cả hai bên đều hoàn toàn thất vọng. Vì hoàn toàn thất vọng, họ tỏ ra bất kính với nhau và cũng từ đó họ có những thái độ không tôn trọng danh dự cho nhau.

Nên biết rằng trong một gia đình, chồng và vợ ai cũng có tự ái cá nhân, đã sống chung với nhau đừng chà đạp danh dự của nhau trước con cháu, trước bạn bè, trước quần chúng đồng người, nghĩa là đừng cho con cháu hoặc bạn bè biết những tật xấu của chồng mình hay của vợ mình, đừng đánh đập cấu xé lẫn nhau, đừng nói những lời thô tục, chửi mắng nguyên rủa, bêu xấu cho nhau, cho đến đừng hôn láo đem cả dòng họ cấp trên ra lăng mạ cho thỏa mãn nư giận cá nhân.

Đã sống chung với nhau, chồng và vợ phải biết kính nể và tôn trọng danh dự cho nhau bằng cách thông cảm và che chở cho nhau, đừng có thái độ đưa người yêu mình vào đường cùng, theo tâm lý có một ngày họ sẽ phản ứng lại rất mạnh làm nguy hại đến hạnh phúc lứa đôi, đúng như câu tục ngữ thường nói: *“Nhân cùng tắc biến, vật cùng tắc phản”*, nghĩa là đưa người vào đường cùng thì họ trở mặt biến đổi, đưa con vật vào đường cùng thì con vật đó trở lại phản mình. Đây là nguyên tắc thứ hai mà mỗi người sống chung trong một gia đình cần phải giác ngộ để cùng tạo dựng nền tảng hạnh phúc gia đình.

### 3)- Xây Dựng Đức Tin Cho Nhau:

Đôi chồng vợ mới cưới, hai người chỉ có niềm tin với nhau mà họ chưa có đức tin chân thật khi đôi bên thực sự sống chung. Đôi bên chỉ có niềm tin với nhau trên lời nói và hành động, nhưng trên tư tưởng chưa được dung thông thực sự. Giữa hai người, niềm tin của họ còn chút nghi kỵ ở trong tâm, nghĩa là hai người luôn luôn theo dõi những hành động của nhau, điển hình như một người nào đó khi có việc phải đi ra ngoài một mình thì thường bị người ở nhà gọi điện thoại theo dõi, điều đó chứng tỏ họ còn chút nghi kỵ, thiếu sự tin tưởng lẫn nhau. Hai chồng vợ sở dĩ thiếu sự tin tưởng lẫn nhau là do lúc sơ giao hai bên đều dấu kín những tật xấu của mình không cho đôi phương biết được và chỉ đem những tánh tốt để trau dồi tâm tình. Khi sống chung với nhau, những tật xấu của hai người bắt đầu xuất hiện tạo nên sự mâu thuẫn bất ổn trong gia đình, từ đó hai bên trở nên nghi kỵ lẫn nhau trong sự sống chung.

Muốn xóa bỏ những tâm trạng nghi kỵ của hai người, đôi chồng vợ trước hết phải áp dụng những nguyên tắc căn bản sau đây để xây dựng đức tin chân chánh:

#### *a)- Nguyên tắc thứ nhất:*

- \*)- Người chồng muốn tiếp bạn gái phải hẹn khi có mặt người vợ ở nhà.
- \*)- Khi tiếp bạn gái, người vợ phải đóng vai chánh trong việc tiếp khách và người chồng chỉ đóng vai phụ tá.
- \*)- Người vợ muốn tiếp bạn trai phải hẹn khi có mặt người chồng ở nhà.
- \*)- Khi tiếp bạn trai, người chồng phải đóng vai chánh trong việc tiếp khách và người vợ chỉ đóng vai phụ tá.

Nên biết rằng, theo Phật Giáo tình yêu bao giờ cũng có mặt trái của nó, nghĩa là yêu không được thì thù hận và thương không được thì ganh ghét. Mình đã được một người nào để yêu thì người đó cũng đã được nhiều người khác đã chọn, nhưng mình lại được người yêu đó đồng tình mà những người khác lại bị thất vọng thì họ nhất định sẽ tìm mọi cách phá hoại hạnh phúc của mình, cho nên mình phải đề

phòng những hiện tượng trên sẽ xảy đến gia đình của mình, nếu như hiện tượng đó không có xuất hiện thì mình được phước báo đầy. Để ngăn ngừa những hiện tượng trên mang đến bất an trong gia đình, mình nên áp dụng nguyên tắc thứ nhất đã trình bày trên.

*b)- Nguyên tắc thứ hai:*

Những tật xấu nói trên của đôi chồng vợ là thuộc về tâm bệnh mà không phải thân bệnh. Thân bệnh thì phải nhờ y dược trị liệu, nhưng tâm bệnh thì phải nhờ đến pháp dược trị liệu; thân bệnh thì phải nhờ đến Bác Sĩ cứu chữa, còn tâm bệnh thì phải nhờ đến Phật Giáo hóa giải. Để bồi dưỡng tâm linh, đôi vợ chồng cần phải chuyên cần tu tập pháp Phật để thanh lọc những phiền não trong tâm tư của mình cho được thanh tịnh. Đây là những điều kiện xây dựng đức tin cho nhau.

4)- Quan Tâm Chăm Sóc Nhau:

Đôi chồng vợ trong một gia đình, thân thể thì sống chung với nhau, nhưng tâm hồn thì sống riêng rẽ biệt lập nhau, chồng sống theo kiểu của chồng và vợ sống theo kiểu của vợ mỗi người sống một ốc đảo riêng không bao giờ quan tâm chia sẻ với nhau hướng chỉ là chăm sóc. Thí dụ người chồng đang làm công việc gì đó tại nhà thì người vợ nên quan tâm đến hỏi: anh làm có mệt không, có cần em giúp gì không? Cũng thế người vợ đang làm công việc nhà thì người chồng cũng đến hỏi: em làm chi đó có cần anh giúp không? Chỉ có những câu hỏi như thế cũng đủ tạo nên sự đậm đà tình cảm với nhau. Mỗi người sống theo chủ nghĩa cá nhân trên hết, nhìn nhau như bạn đời qua đường không cho nhau chút tình cảm, khi cần thì dùng đến và hết cần thì quên đi, chỉ biết có lợi cho mình là đủ rồi, lạnh nhạt với kẻ khác không chút cảm thông. Mỗi người sống như vậy làm sao có hạnh phúc được. Những nguyên tắc quan tâm chăm sóc nhau đại khái như sau:

a)- Người vợ phải biết tâm trạng của người chồng muốn gì và những điều ước muốn đó không xâm phạm đến sự sống chung, không tổn thương đến hạnh phúc gia đình thì đừng khắc khe trói buộc để cho chồng làm tròn nghĩa vụ của kẻ nam nhi; người chồng cũng phải biết tâm trạng của người vợ muốn gì và những điều ước muốn đó không xâm phạm đến sự sống chung, không tổn thương đến hạnh phúc gia đình thì phải cởi mở để cho người vợ của mình khơi dậy niềm vui an lạc trong tâm hồn. Thí dụ người vợ muốn đi chùa lễ Phật, người chồng đừng có ích kỷ nên để cho người vợ có niềm vui lý tưởng liền sẵn sàng đưa vợ đến chùa lễ Phật, nên biết rằng điều ước muốn đó của vợ mình không tổn hại đến hạnh phúc gia đình mặc dù đối với đạo Phật mình không có niềm tin.

b)- Hai chồng vợ mỗi người làm việc mỗi sở khác nhau. Chiều đến, sau khi tan sở, người chồng về đến nhà trước và người vợ về đến nhà sau. Khi người vợ về đến nhà, người chồng phải chạy ra cửa chào đón thăm hỏi và tiếp tay với người vợ mang đồ vào nhà. Còn người vợ về đến nhà trước và người chồng về đến nhà sau. Khi người chồng về đến nhà, người vợ cũng phải chạy ra cửa chào đón thăm hỏi và tiếp tay với người chồng mang đồ vào nhà. Đó là một trong những cử chỉ quan tâm chăm sóc lẫn nhau. Đôi chồng vợ đã sống chung không nên đưa mắt nhìn lơ khi người chồng hay người vợ bước vào nhà mà không cần quan tâm thăm hỏi, hoặc có thăm hỏi nhưng chỉ hỏi cho qua loa không có chút tâm tình, hoặc có ra giúp đỡ nhưng chỉ hành động như một cái máy không có chút tình cảm. Tục ngữ có dạy: “*Tiếng chào cao hơn cổ*”, nghĩa là lời chào hỏi quý trọng hơn mâm cao cỗ đầy. Đôi chồng vợ muốn gia đình được hạnh phúc cần phải chú ý ở điểm này.

c)- Người chồng hoặc người vợ, nếu ai về nhà trước người đó phải vào bếp chuẩn bị cho bữa cơm tối. Người nào không biết nấu nướng, nhưng phải chuẩn bị những phần cần bản trước chờ chồng hay vợ về đến sẽ bỏ túc sau cho bữa cơm đầy đủ để cùng nhau ăn uống, hoặc hai người về đến nhà cùng một lúc thì cả hai cùng nhau vào bếp để giải quyết cho xong bữa cơm tối, rồi sau đó mới làm những công việc khác trong gia đình, không nên người này làm còn người kia làm biếng ngồi chơi xem báo. Trường hợp hai người làm việc khác giờ khắc, công việc ban ngày hoặc công việc ban đêm, người làm việc ban ngày cũng phải chuẩn bị bữa cơm cho người làm việc ban đêm. Nên biết rằng cả hai người đều mệt nhọc ở nơi sở làm cả, phải thông cảm và chia xẻ mệt nhọc với nhau. Đã sống chung với nhau, tất cả mọi việc trong gia đình đều phải bình đẳng chia nhau cùng làm.

d)- Khi ra khỏi sở, người chồng hay người vợ phải đi thẳng về nhà rồi sau đó muốn đi đâu sẽ đi. Hai chồng vợ nên biết rằng, chồng hay vợ mình ở nhà đang trông chờ mình về để cùng nhau ăn uống tâm sự trao đổi những công việc ưu khuyết thành bại trong ngày cho nhau kinh nghiệm, vì thế khi ra khỏi sở làm, mình không được chạy vòng quanh tìm bạn bè ăn chơi giải trí khiến cho những người ở nhà trông đợi, băn khoăn lo lắng buồn phiền, không lợi cho việc xây dựng hạnh phúc gia đình.

e)- Nếu công việc làm cùng ngày và nghỉ cùng giờ, người nào về nhà trước phải chờ đợi người về nhà sau để cùng nhau ăn bữa cơm chung, không nên mỗi người tự cầm tô cơm ăn riêng mỗi nơi mỗi góc nhà hoặc vừa ăn vừa xem truyền hình và cũng không nên mình tự ăn trước không chờ đợi người sau cùng ăn. Trường hợp suốt tuần lễ, chồng vợ không có ngày nào được ăn chung thân mật thì ít nhất cuối tuần chồng vợ cũng phải dành một ngày tổ chức ăn chung tình nghĩa bao gồm chồng vợ con cháu, nếu như có con cháu. Bữa ăn chung tình nghĩa là bữa



ăn tâm tình thân mật cảm thông, nghĩa là bữa ăn từ trường tâm linh của mỗi người quán quít hòa quyện gắn bó lấy nhau. Còn như mỗi người ăn cơm riêng rẽ khiến cho từ trường tâm linh rẽ sang lối khác và cùng lúc từ trường tâm linh nghịch biến tự động xô đẩy sức hút của từ trường tâm linh đối phương, tình trạng đó kéo dài lâu ngày tình cảm gia đình trở nên hao mòn lạnh nhạt. Những dữ kiện vừa trình bày trên chính là những nguyên tắc quan tâm chăm sóc nhau.

#### 5)- Hòa Hợp Trong Việc Xây Dựng Gia Đình (đồng lòng tác biển đồng mới cạn)

a)- Người chồng hay người vợ muốn làm việc gì phải có sự đồng ý của nhau, nghĩa là phải đem việc đó thảo luận với nhau trước khi hành động, không nên tự ý quyết định mà không có sự tham khảo trước. Việc làm đó mặc dù mình nhận thấy hợp lý nhưng chồng hay vợ chưa thông cảm thì phải để qua một bên, chờ khi nào hai người tán thành thì mới đem ra áp dụng, nghĩa là mình phải thuyết phục đến khi nào người chồng hay người vợ của mình tán thành thì mới đem ra thực hiện. Thí dụ mình muốn mở một xí nghiệp gì đó làm ăn trước hết phải thuyết phục người chồng hay người vợ của mình tán thành thì mới thực hiện, không nên tự động thực hiện riêng mà không có sự đồng ý của người chồng hay của người vợ.

b)- Khi thực hiện một công việc làm ăn gì đó cả hai người phải cùng nhau xây dựng, không nên giao hết cho người chồng hay người vợ chịu trách nhiệm lấy và người kia không cần biết đến, không chịu tiếp tay chia xẻ, hoặc giả trong lúc đó người kia lại tự động mở một công việc làm ăn khác qua mặt người chồng hay người vợ. Hai chồng vợ hợp tác với nhau trong một công việc, trong một nhiệm vụ, trên mặt tình cảm chính là hai người đã chia xẻ với nhau trong một nhiệm vụ, cảm thông nhau trong một hoàn cảnh và gắn bó đậm đà với nhau trong một nếp sống hạnh phúc. Sự quan tâm của người chồng hay của người vợ trong một công việc hay trong một nhiệm vụ là điều khích lệ lớn nhất cho nhau, là niềm an ủi trên hành trình xây dựng hạnh phúc gia đình.

c)- Trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình, cả hai người cùng nhau phải chịu trách nhiệm chung trong việc gánh lấy thành công hay thất bại trong cuộc đời mà không nên phó thác hay đổ lỗi cho ai cả. Sự nghiệp nếu được thành công thì cả hai cùng hưởng, nhưng nếu như thất bại thì cả hai cùng chịu đựng và cùng nhau đứng cảm đứng lên tìm mọi cách gỡ rối cuộc đời, không nên buông trôi theo dòng nước rồi chỉ biết than trời trách đất. Ở đời không có việc gì tuyệt đối cả, có ngày thì có đêm, có tối thì có sáng, có nước ròng thì có nước lớn, có rủi ro thì có may mắn, có thất bại thì nhất định sẽ có thành công, chúng ta nên đặt trọn niềm tin vào đó để

tiến lên trên đường đời. Chúng ta nên biết rằng theo tinh thần Phật Giáo chính mình tự khai thông sanh lộ cho mình mà không có ai trải thảm cho mình đi cả.

### *B)- Đối Với Con Cái:*

Đôi chồng vợ phải luôn luôn tâm niệm rằng, mình sanh con có hai mục đích: thứ nhất là nối dõi tông đường và thứ hai là nhờ chúng nó quan tâm chăm sóc mình khi tuổi xế chiều. Muốn được hai điều trên, phận làm cha mẹ phải thực hiện những căn bản sau đây:

#### 1)- Thường Xuyên Phải Cho Con Bú Sữa Mẹ:

Theo Duy Thức Học, tâm lý thì quan hệ với sinh lý cho nên mỗi khi tâm lý tác dụng thì khiến cho sinh lý bị kích thích, thí dụ tâm lý ái dục tác dụng thì khiến cho sinh lý phát động đòi hỏi hưởng thụ, các tâm lý khác cũng giống như thế, từ đó đi đến kết luận: Tâm lý thương yêu của người mẹ quan hệ đến sữa của mẹ và cho con bú sữa của mẹ thì tạo nên tình cảm giữa mẹ con gắn bó với nhau. Giá trị của sữa mẹ, quyển sách “Khởi đầu Khỏe mạnh, Phát triển Thông Minh (Bé Sơ sinh của Bạn) do Bộ Nông Nghiệp Mỹ, Bộ Giáo dục Mỹ, Bộ Y Tế và Dịch vụ Nhân sinh Mỹ thực hiện”, mục “Sữa Mẹ Là Tốt Nhất Cho Trẻ Sơ Sinh Của Bạn”, trang 9 nói rằng:

*“Sữa mẹ là tốt nhất cho trẻ sơ sinh của bạn. Trẻ sơ sinh được bú sữa mẹ thường không hay ốm và thường không bị nhiều dị ứng. Thậm chí chúng nó có thể còn thông minh hơn! Đồng thời, cho bú sữa mẹ dường như còn bảo vệ mẹ khỏi một vài vấn đề về sức khỏe”.*

Muốn tìm hiểu thêm về nuôi con bằng sữa mẹ, người mẹ nên liên lạc đến Liên Đoàn La Leche theo số 1-800-LALECHE hoặc xem trang Web tại địa chỉ [www.lalecheleague.org/](http://www.lalecheleague.org/).

Cho nên người mẹ muốn tình cảm của con mình sau này đừng lạc lõng với mình thì thường xuyên cần phải cho con bú sữa của mình.

#### 2)- Đừng Hun Hít Âu Yếm Khi Con Mình Đang Ngủ:

Các tâm lý đều có năng lực riêng của mỗi loại, như tâm lý tham thì có năng lực điều khiển con người hành động theo tâm lý tham điều khiển, tâm lý sân thì có năng lực điều khiển con người sân hận theo nó chỉ đạo, tâm lý si mê thì có năng lực khiến con người hành động ngu si theo sự chỉ đạo của nó, tâm lý ái dục thì

cũng có năng lực khiến con người chạy theo ái dục điều khiển kèm chế không được,..v.v.... Hành động hun hít âu yếm là trạng thái tâm lý ái dục sinh hoạt, trạng thái tâm lý này mang tánh chất si mê, có lúc si mê đứng ra chỉ đạo thì khiến cho con người hành động trở nên đam mê, thiếu lý trí xét đoán, nhìn “*kẻ sát môi vẫn thấy đẹp, lợi dụng vẫn thấy trung thành*”. Do đó cha mẹ chỉ nên hun hít âu yếm con mình trong lúc nó thức, không nên hun hít âu yếm khi con mình đang ngủ mê.

\*)- Con mình đang lúc thức, sáu tâm thức của nó hiện có mặt và đang sinh hoạt trong thân thể thì nó mới có cảm giác. Như lúc nó đang thức cha mẹ hun hít âu yếm nó thì Ý Thức của nó tiếp nhận có phân biệt, có chọn lựa và có giới hạn và khi nó tiếp nhận đầy đủ tình cảm của cha mẹ ban cho liền có những cử chỉ như tránh mặt qua chỗ khác hoặc đưa hai tay đẩy cha mẹ qua một bên.

\*)- Còn đưa con khi ngủ mê, sáu Tâm Thức của nó không còn hiện hữu, chỉ còn lại hai Tâm Thức Mạt Na và A Lại Da trong thân thể của nó cho nên nó lúc đó không có cảm giác nhận thức; cha mẹ hun hít âu yếm trong lúc đưa con đang ngủ mê, nghĩa là cha mẹ trút hết vào tâm của nó sự đam mê luyến ái qua tâm Thức Mạt Na tiếp nhận không có phân biệt chọn lựa và không giới hạn, khiến tâm của nó bị ô nhiễm ngu si đần độn, sẽ làm trở ngại sự học hỏi của nó sau này kém thông minh khi nó lớn lên. Muốn con mình lớn lên trở nên người thông minh sáng suốt, một trong những điều kiện là không nên hun hít âu yếm chúng nó trong lúc ngủ mê.

### 3)- Tạo Tình Cảm Nương Tựa Giữa Cha Mẹ Và Con Cái:

Như trước đã trình bày theo tinh thần duyên sanh, con người sống cần phải có chỗ nương tựa để tồn tại, để nảy nở và phát triển tâm hồn, nhưng đã sống chung với nhau mà không có tình cảm gắn bó với nhau thì không có hạnh phúc an lạc. Con người sống chung với nhau mà không có tình cảm gắn bó thì đối xử với nhau có tánh cách máy móc, tính toán thiệt hơn, thái độ lợi dụng lẫn nhau hơn là thể hiện sự chân tình trao đổi chia sẻ. Trong một gia đình, con người muốn có hạnh phúc an lạc thật sự thì mỗi người cần phải xây dựng tình cảm nương tựa. Nhất là con cái, chúng nó cũng cần phải có chỗ nương tựa để đặt tình cảm. Chúng nó đặt tình cảm nương tựa nơi cha mẹ thì thương yêu và sẵn sàng hy sinh cho cha mẹ, chúng nó đặt tình cảm nơi súc vật như con gấu vãi, con búp bê, con mèo, con chó thì thương yêu và sẵn sàng hy sinh cho những súc vật nói trên. Tại sao đứa trẻ lớn lên chỉ biết thương yêu và quý mến những con gấu, con búp bê bằng vải, hoặc thương yêu và quý mến con mèo, con chó hơn thương yêu và quý mến cha mẹ của nó? Nguyên do cha mẹ không cho nó đặt tình cảm nương tựa nơi mình, cho nên nó phải đặt tình cảm nương tựa vào những chỗ khác, như nương tựa con gấu, con búp bê bằng vải..v.v.... để cho tình cảm của nó nảy nở và phát triển. Cha mẹ muốn cho

con mình luôn luôn mến thương tưởng nhớ đến mình thì phải để cho chúng nó nương tựa tình cảm từ khi sanh ra cho đến khi thành danh. Cha mẹ muốn con mình dâng trọn tình cảm nương tựa nơi mình thì phải theo những điều kiện sau đây:

*a)- Phải ngủ chung với con cái:*

Con cái từ hai tuổi cho đến khoảng 12 tuổi, cha mẹ phải tìm cách thường xuyên ngủ chung với chúng, cha thì phải ngủ chung với con trai và mẹ thì phải ngủ chung với con gái, phải thường xuyên kể những gương tốt của mình, của gia tộc cho chúng nghe, đừng để cho chúng ngủ riêng một mình trong một căn phòng suốt năm này qua năm nọ khiến cho tâm hồn của chúng lớn lên trong sự cô đơn lạc lõng. Chúng nó tuổi còn bé thơ nếu như ngủ riêng một mình trong một căn phòng trống vắng suốt năm này qua năm nọ thì tâm hồn của chúng trở nên ốc đảo và tình cảm của chúng trở nên lạnh lùng với cha mẹ. Giữa đêm khuya thanh vắng, tâm hồn chúng nó cảm thấy cô đơn đáng sợ, trong lúc đó không làm sao hơn đành phải gởi gắm tình cảm vào gối ôm, vào con gấu, vào búp bê hoặc vào con mèo, con chó..v..v.... để được ấm lòng cho yên giấc ngủ và cũng từ đó những vật này trở thành bạn lành gắn bó đậm đà không thể phân ly với chúng nó. Tình cảm của chúng nó đã đặt trọn vẹn vào gối ôm, vào con gấu, con búp bê..v..v....thì đối với cha mẹ lẽ tất nhiên trở nên lạc lõng xa vời và cách biệt. Mình là người lớn, nếu ở một mình trong một gian nhà hay ngủ riêng một mình trong một căn phòng còn cảm thấy cô đơn, buồn tẻ, huống chi là đứa bé còn trẻ thơ. Cho nên cha mẹ muốn con mình đặt trọn tình cảm gắn bó với mình phương pháp đầu tiên và tốt nhất là phải tìm cách ngủ chung với chúng nó để làm chỗ nương tựa cho chúng nó an tâm.

*b)- Làm gương tốt cho con cái:*

Tâm lý của những đứa con, nhất là con gái thường tự hào hạnh diện và khoe khoang với bạn bè những điều tốt của gia đình của cha mẹ và chúng nó cũng đau lòng cũng tủi hổ với bạn bè khi bạn bè cho biết những điều không tốt của gia đình của cha mẹ chúng nó. Cha mẹ phải luôn luôn thể hiện những đức tánh tốt cho chúng nó lý tưởng. Bậc làm cha mẹ đừng làm cho chúng nó mất niềm tin với những tật xấu của mình qua hành động, lời nói hay tư tưởng. Châm ngôn thường nói: “Không có những đứa con xứng đáng khi cha mẹ không xứng đáng” trong quyển Hạnh Phúc Lửa Đồi, trang 99, của Ven. Dr. K. Shi Dhammananda, Thích Tâm Quang dịch. Cha mẹ ly dị là điều bất hạnh lớn nhất của con cái, làm tổn thương lớn nhất về mặt tâm lý của con cái, trước hết là thiếu chỗ nương tựa cho tâm linh, làm mất lý tưởng thần tượng của con cái về mặt thiêng liêng trong đó có sự bất kính đối với cha mẹ len lỏi vào tâm hồn của chúng nó, vì chúng nó cảm thấy rằng tương lai đen tối sẽ đến với chúng nó khi bị cha mẹ bỏ rơi. Chồng vợ nếu có

sự bất hòa vấn đề gì, nếu như việc nhỏ nhặt thì hai người âm thầm giải quyết lấy đừng cho con cái biết, đừng để tổn thương đến tâm hồn trong trắng của chúng; còn như những việc bất hòa trở nên lớn chuyện có thể đi đến ly dị nếu như con cái đã lớn thì nên đem ra thảo luận với chúng, vì chúng nó cũng có nhiều ý kiến quan hệ tinh thần với cha mẹ trong cộng đồng sống chung gia đình, nếu cha mẹ còn nghĩ tình nghĩa với con cái. Thật là một điều bất hạnh và khổ đau nhất cho con cái khi bị cha mẹ bỏ rơi để họ sống cho hạnh phúc riêng tư. Nói tóm lại, bậc làm cha mẹ luôn luôn phải biểu tượng tấm gương tốt trong mọi góc độ qua hành động, qua lời nói và qua ý tưởng để cho con cái noi theo.

*c)- Theo dõi sự học hành của con cái:*

Theo quyển Hạnh Phúc Lửa Đồi của Thích Tâm Quang dịch, trang 101 giải thích: “Nhà là trường học đầu tiên và cha mẹ là thầy giáo đầu tiên. Trẻ con thường học những bài học vỡ lòng tốt và xấu nơi cha mẹ”. Bổn phận của cha mẹ là phải luôn luôn quan tâm đến đời sống của con cái nhất là vấn đề học vấn, nền tảng căn bản của đời sống hạnh phúc của con cái trong tương lai. Thầy giáo đào luyện kiến thức văn minh cho con cái trong trường học, còn cha mẹ giáo dục kinh nghiệm đạo đức làm người cho con cái trong trường đời. Nhưng trường học thì khác hơn trường đời, trường học chỉ giáo dục con người qua sách vở, nhưng trường đời thì giáo dục con người qua kinh nghiệm sống. Để cho trường học và trường đời không mâu thuẫn với nhau trong phương hướng xây dựng hạnh phúc tương lai cho con cái, cha mẹ phải thường xuyên theo dõi sự học hành của con cái mình. Những điều kiện theo dõi sự học hành của con cái như sau:

1)- Điều Kiện thứ nhất:

- \*)- Cháu nào học giỏi cha mẹ khen thưởng,
- \*)- Cháu nào học kém cha mẹ an ủi khuyến khích, thí dụ như khuyến khích nó cố gắng học cuối tháng được điểm cao tặng quà cho nó,..v..v.....

\*)- Cháu nào nếu như cuối niên khóa kém, cha mẹ phải theo dõi cháu có năng khiếu gì thì cho nó học ngành nghề theo năng khiếu của nó, nhờ đó nó mới chăm học để năng khiếu được phát triển. Châm ngôn có câu: “*Nhất nghệ tinh, nhất thân vinh*”, nghĩa là bất cứ nghề nào, miễn nghề đó được điều luyện tinh xảo thì một đời được vinh hiển, đừng bắt ép con mình học theo ý muốn của mình mà những môn học đó không phải đúng năng khiếu và sở thích của chúng nó.

2)- Điều kiện thứ hai:

Cha mẹ theo dõi những điều học được trong nhà trường có lợi hay có hại về mặt tình cảm trong gia đình, có những môn học có lợi về mặt khoa học kỹ thuật nhưng không có lợi về mặt đạo đức tình cảm làm người. Thí dụ:

\*)- Nhà trường dạy cháu về giá trị giữa công nhân và chủ nhân, nghĩa là chủ nhân phải trả lương tương xứng công suất của công nhân và không được cướp công của công nhân. Khi về nhà, cha mẹ nhờ cháu làm một việc gì đó và cháu khi làm xong việc đó liền đòi hỏi cha mẹ phải trả công cho cháu, cha mẹ không trả công cho cháu thì cháu cứ trách móc cha mẹ cướp công của cháu. Ba má cháu hỏi: ai dạy con như thế, cháu trả lời nhà trường dạy con như thế. Từ đó cha mẹ và cháu sút mẻ tình cảm với nhau. Cho nên cha mẹ phải theo dõi để giải thích lại mặt trái của vấn đề để cháu so sánh chọn lựa.

\*)- Có một số nhà trường dạy triết lý sex cho học sinh và cho rằng hành động tình dục không có tội lỗi. Sau khi học xong, đa số học sinh thích thú muốn thí nghiệm cho biết, mà chúng nó không rõ vấn đề tình dục sẽ gây đau khổ cho cá nhân cho gia đình, cho cả xã hội và bị người đời khinh khi, còn cho tình dục là ỏmòn hàng quá tầm thường không còn quý trọng, mất lý tưởng, thường gọi là “*Tình yêu bán chợ trời*”.

Ngoài ra còn nhiều vấn đề khác có hại cho luân lý, cho đạo đức và cho tình cảm của con người mà bậc làm cha mẹ phải có bổn phận theo dõi để giải thích lại mặt trái của mọi vấn đề để cho con mình hiểu biết, có nghe được hai tiếng chuông thì mới biết tiếng chuông nào kêu hơn.

### 3)- Hướng Dẫn Con Cái Về Đạo Đức Và Hiếu Hạnh:

Đạo đức là nền tảng căn bản của con người và hiếu hạnh là điều kiện hàng đầu trong nếp sống làm người. Những đứa trẻ sanh ra theo luật nhân quả của Phật Giáo là kết quả sơ khởi với dạng vô ký ( không phải thiện mà cũng không phải ác) của những nghiệp nhân kiếp trước có quan hệ trực tiếp với cha mẹ, nghĩa là những nghiệp nhân thiện ác chứa đầy trong tâm của nó chờ gặp duyên xuất hiện để thọ nhận quả báo tốt hay xấu trong cuộc đời nó. Có thuyết cho rằng đứa bé sanh ra thuộc về bản tánh thiện và có thuyết cho rằng đứa bé sanh ra thuộc về bản tánh ác. Đứa bé sanh ra nếu là bản tánh thiện thì không thể trở thành người tội lỗi xấu ác được; còn đứa bé sanh ra nếu là bản tánh ác thì không thể trở thành người hiền lương đạo đức được. Theo Phật Giáo, đứa bé sanh ra thuộc về bản tánh vô ký là bản tánh không phải thiện và bản tánh không phải ác, nghĩa là nó sống gần những điều thiện thì trở thành người hiền lương đạo đức và nó sống gần những điều ác thì trở thành người xấu xa tội lỗi. Những đứa bé mới sanh ra thuộc dạng vô ký, nghĩa

là những nghiệp thiện ác của kiếp trước hiện đầy đầy trong tâm thức của chúng nhưng chưa có đủ duyên xuất hiện để tạo lấy quả báo an vui hay khổ đau cho cuộc đời của chúng đúng với châm ngôn: “*Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng*”. Cũng vì lý do đó, bậc làm cha mẹ cần phải hướng dẫn con cái xây dựng đạo đức làm người, tránh xa những điều xấu ác và làm những điều lành, giữ tâm cho thanh tịnh. Những nguyên tắc hướng dẫn con cái về đạo đức và hiếu hạnh như:

a)- Về Đạo đức:

\*)- Lúc nó còn trẻ thơ, cha mẹ phải tập cho con cái biết xưng hô dạ thưa, biết vâng lời, biết chào hỏi khi khách đến nhà, không được lấy mắt ngó rồi bỏ đi hoặc không được nói năng vô lễ.

\*)- Tập cho con cái biết làm việc thiện, biết bố thí, biết giúp đỡ người già yếu, bệnh tật..v..v....

\*)- Chỉ dạy cho chúng biết kính trên nhường dưới, biết thương yêu anh em bà con dòng họ,..v..v.....

\*)- Nếu cha mẹ đạo Phật, dẫn chúng đi chùa lễ Phật, hợp đoàn bạn đạo với lứa tuổi của chúng và còn các đức hạnh khác của đạo Phật như mình muốn cúng dường cho Tam Bảo nên đưa tiền bảo chúng nó bỏ vào thùng phước sương, mình đốt hương lễ Phật đưa chúng nó mỗi đứa một cây và giúp chúng nó cắm lên lư hương trên bàn Phật, mình lạy Phật và bảo chúng nó lạy theo,..v..v... đó là những hình ảnh, những cử chỉ, những hành động uốn nắn chúng nó trở thành thói quen, có thể giúp đạo đức được ăn sâu vào tâm não nơi chúng nó.

b)- Về hiếu hạnh:

Cha mẹ phải hướng dẫn con cái của mình tổ chức ngày lễ Hiếu Hạnh nho nhỏ tại gia đình cũng như ngày lễ Mother day và Father day của nước Mỹ, nhưng tổ chức nội dung phải có chất lượng mà không phải chỉ chú trọng hình thức thiếu giá trị tinh thần, nghĩa là không phải mua một gói quà nho nhỏ và một cái thiệp chúc cha chúc mẹ là đủ. Nếu gia đình đạo Phật, cha mẹ chọn ngày Hội Vu Lan rằm tháng bảy hướng dẫn con cái tổ chức ngày lễ Hiếu Hạnh tại gia đình. Phương thức tổ chức như sau:

· Tới Chủ Nhật, cha mẹ tập trung các con cái lại tại phòng khách trong nhà.

- Trong các cháu, cử một cháu lớn tuổi hơn đứng ra đọc bài văn ngắn chúc tụng công lao cha mẹ bằng tiếng Anh do cha mẹ viết cho cháu, vì tiếng Việt các cháu không hiểu hết nghĩa..
- Một cháu đại diện gắn bông hồng cho cha mẹ và cha mẹ gắn bông hồng lại cho các cháu.
- Sau đó cha mẹ tặng cho mỗi cháu một món quà Hiếu Hạnh nho nhỏ cho các cháu.
- Tiếp theo các cháu học ca bài hát Bông Hồng, cha mẹ phải dạy trước cho các cháu hát và giải nghĩa bài hát cho các cháu hiểu.
- Đồng thời cùng nhau uống trà và ăn bánh ngọt.
- Sau đó bế mạc, thế là xong buổi lễ Hiếu Hạnh tại nhà.

Các cháu khi lớn lên, ấn tượng Hiếu Hạnh ăn sâu trong tâm hồn của các cháu không bao giờ quên. Đó là một trong những phương pháp giáo dục hạnh hiếu đối với cha mẹ cho tuổi trẻ hữu hiệu không ít. Nhờ đó, các cháu sau này khi lập gia đình biết cách tổ chức lễ Hiếu Hạnh cho con của chúng nó học hỏi theo.

#### 4)- ĐỪNG CHEN LẤN VÀO ĐỜI SỐNG GIA ĐÌNH CỦA CON CÁI:

Một số không ít, cha mẹ thường hay chen lấn vào đời sống của con cái có gia đình, kiểm soát lối sinh hoạt riêng tư của chúng, bắt chúng phải sống theo lối sống của mình, vô tình làm tổn thương đến đời sống hạnh phúc của lứa đôi. Cha mẹ có những hành động như đã kể trên vô tình đào sâu hố thẳm ngăn cách tình cảm giữa cha mẹ và con cái, nhất là tạo nên thành kiến sâu dày giữa cha mẹ và dâu rể. Thực tế khi cha mẹ già yếu, con cái không quan tâm đến sự sống chết của cha mẹ mà lúc đó cha mẹ rất cần đến con cái làm chỗ nương tựa lúc tuổi xế chiều. Cha mẹ phải để cho con cái có tinh thần tự lập, có trách nhiệm gánh vác sự nghiệp gia đình riêng tư của chúng nó.

Trước khi lập gia đình, cha mẹ phải huấn luyện con cái cách sống của một gia đình hạnh phúc giữa chồng vợ con cái, biết cách xây dựng sự nghiệp, biết chia sẻ tình cảm, biết nuôi dưỡng con cái, biết giao dịch xã hội,..v..v.....

Khi con cái đã lập gia đình, cha mẹ không nên chen lấn vào đời sống hạnh phúc riêng tư của chúng. Sự thành bại của gia đình chúng nó để cho chúng nó tự chịu trách nhiệm giải quyết và cha mẹ chỉ đóng vai cố vấn là khi nào chúng nó đến nhờ chỉ dạy, nhưng cha mẹ chỉ trao đổi lợi hại với chúng nó bằng cách ái ngữ để chúng nó không bị mặc cảm khi tiếp nhận, không thành kiến khi bị trách móc.



Phận làm cha mẹ nên luôn luôn nhớ câu: “*Kỷ sở bất dục vật thi ư nhơn*”, nghĩa là những điều mình không thích thì đừng làm cho người khác; mình không muốn cha mẹ chen lấn kiểm soát vào đời sống hạnh phúc riêng tư của mình thì mình cũng đừng chen lấn kiểm soát vào đời sống hạnh phúc riêng tư của con cái.

#### 5)- Không Nên Dem Tôn Giáo Vào Gia Đình:

Theo quan niệm của tôi, phận làm cha mẹ không nên đem tôn giáo vào gia đình mà nên để cho gia đình tự động hướng về tôn giáo, nghĩa là cha mẹ đừng bắt ép con cái dâu rể muốn được cưới vợ lấy chồng trước hết phải vô tôn giáo rồi sau đó mới được tác hợp với nhau. Cha mẹ bắt ép như thế vô tình làm tổn thương tâm lý của đôi trai gái mới yêu nhau mà chúng nó chưa có khái niệm đức tin về vấn đề tín ngưỡng, nghĩa là chúng nó vì sợ không được yêu nhau nên vẫn làm theo lệnh của cha mẹ, nhưng tâm hồn của chúng nó vẫn âm thầm bất kính và khinh thường sự thánh thiện của tôn giáo đó.

Tôn giáo là một tổ chức thánh thiện và gia đình là một xã hội thế tục, cha mẹ nếu đem tôn giáo vào gia đình thì vô tình hạ thấp giá trị thánh thiện của tôn giáo đó khi chúng nó chưa có đức tin vững chắc. Gia đình hướng về tôn giáo để tu tâm dưỡng tánh thì tôn giáo đó mới có lý tưởng và gia đình đó mới được hạnh phúc.

Gia đình hướng về tôn giáo để tu tâm dưỡng tánh, nghĩa là gia đình đó, đôi trai gái sau khi xây dựng đức tin về tình yêu vững chắc cho nhau, rồi sau đó chúng nó mới tự động hướng về tôn giáo theo đức tin tín ngưỡng sẵn có của mình để cùng nhau bồi dưỡng tâm linh cho việc xây dựng hạnh phúc chân thật.

Gia đình nào, đôi trai gái cùng một tôn giáo thì rất dễ dàng cho việc đem tôn giáo vào gia đình trước khi cưới gả. Còn gia đình, đôi trai gái khác nhau tôn giáo thì đừng ép chúng nó theo đạo trước khi yêu nhau mà chúng nó không có chút đức tin tín ngưỡng nào và cũng không có quyền tự do chọn lựa đức tin tín ngưỡng cho mình.

Phận làm cha mẹ nếu như thật sự thương yêu con dâu hay con rể của mình thì để cho chúng tự do chọn lựa tôn giáo theo sự hiểu biết của chúng nó, đừng chen lấn vào gia đình riêng tư của chúng nó, đừng đem tôn giáo vào khống chế đời sống hạnh phúc lứa đôi của tuổi trẻ. Nếu được như vậy thì gia đình đó hạnh phúc biết bao.

#### C)- Đối Với Người Thân:

Người thân của chúng ta là cha mẹ ruột và cha mẹ bên chồng cũng như cha mẹ bên vợ. Cha mẹ ruột là những người thân nhất trực tiếp quan tâm, chia sẻ, bao dung không vị kỷ đến đời sống của chúng ta và cũng là cây đũa che mát cuộc đời của chúng ta trên cuộc hành trình xây dựng hạnh phúc gia đình; còn cha mẹ bên vợ và bên chồng là những người thân gián tiếp hỗ trợ tinh thần, khuyến khích và hướng dẫn những kinh nghiệm sống an vui cho chúng ta. Chúng ta phận làm con, làm rể, làm dâu đối với cha mẹ hai bên phải biết cảm thông kính trọng.

### 1)- Phải Tôn Kính Cha Mẹ Hai Bên:

Chúng ta thường có một tâm bệnh ích kỷ riêng tư chỉ biết tôn kính cha mẹ ruột của mình, còn cha mẹ bên vợ hay cha mẹ bên chồng thường tỏ thái độ thiếu lễ nghi cung kính. Người rể cũng như người dâu phải ý niệm rằng: Nếu không có cha mẹ vợ thì làm sao có vợ để mình yêu và nếu không có cha mẹ chồng thì làm sao có chồng để mình thương. Chúng ta kính trọng cha mẹ ruột của mình bao nhiêu thì cũng phải kính trọng cha mẹ bên chồng và cha mẹ bên vợ bấy nhiêu. Chúng ta nếu như thương yêu vợ của mình thì phải kính trọng cha mẹ bên vợ, chúng ta nếu như thương yêu chồng của mình thì phải kính trọng cha mẹ bên chồng giống như câu Ca Dao nhân gian thường nói: *“Thương chồng phải lụy mẹ gia, gấm tôi với mẹ có bà con chi”*. Một khi đã sống chung trong một gia đình, chúng ta đừng làm cho chồng của mình hay vợ của mình lương tâm bị tổn thương, bị giày vò bởi dòng họ nguyên rủa cho chồng mình hay vợ mình là đứa con bất hiếu đối với cha mẹ của họ do chính mình gây nên. Mình cứ mãi gây tạo những ấn tượng cho chồng của mình hay cho vợ của mình bị mang tiếng là đứa con bất hiếu nói trên nội kết lâu ngày vào tâm khảm sẽ đưa đến tình trạng hạnh phúc gia đình bị sút mẻ và cũng có thể đi đến tình trạng chồng vợ ly dị với nhau.

Ngoài ra, chúng ta nếu là người con rể hay con dâu cũng phải quý mến và kính trọng họ hàng cũng như bạn bè bên vợ và bên chồng để tạo một bầu không khí tương quan thích hợp, an vui cho cuộc sống ra riêng tự lập của chúng ta. Nhờ tư cách lễ độ khiêm cung của chúng ta đối với họ hàng và bè bạn hai bên tạo nên một ấn tượng đẹp để mến yêu thắm thiết của mọi người và nhờ đó không bị cô đơn về tâm linh trên bước đường lập nghiệp.

Giả sử, anh chị em bên chồng hay bên vợ có thái độ ganh ghét thì chúng ta vì chồng của mình hay vì vợ của mình luôn luôn nhịn nhục làm thinh, nếu nhận thấy những sự ganh ghét đó không hại đến đời sống riêng tư của gia đình mình. Còn như những sự ganh ghét đó có ảnh hưởng đến đời sống riêng tư của gia đình mình thì chúng ta vẫn có thái độ lịch sự với họ, đồng thời chồng hay vợ nên tâm sự với

nhau để cùng thông cảm và không cần phải đôi co với họ không có lợi ích chi cả, vì họ là những người bên ngoài không có sống chung với chúng ta.

Chúng ta cũng nên giác ngộ rằng mình thể hiện những cử chỉ lễ độ khiêm cung, tôn kính với cha mẹ hai bên, với họ hàng bè bạn cũng là một phương pháp bồi dưỡng tâm linh về đạo đức làm người đúng với câu tục ngữ nhân gian: “*Hoa thơm nhờ nhụy, người có giá trị nhờ đạo đức*”.

## 2)- Thường Xuyên Vấn An Sức Khỏe Cha Mẹ Hai Bên:

Thường xuyên vấn an sức khỏe cha mẹ hai bên chính là chức năng của con người hiếu hạnh và cũng là đạo nghĩa của nhân cách làm người. Con người biết tôn trọng giá trị nhân phẩm, biết sống đạo nghĩa tình người đối với cha mẹ hai bên thì không thể thiếu sót nghĩa vụ này. Thường xuyên vấn an sức khỏe cha mẹ hai bên có ba mục đích:

### a)- Mục đích thứ nhất:

Nền tảng căn bản của xã hội loài người là sự quan hệ phức tạp trên mặt đời sống cũng như trên mặt tình cảm giữa cha mẹ và con cái. Theo tâm lý thông thường, cha mẹ nào khi có con cái đều đặt hết tình thương yêu vào chúng nó và muốn chúng nó suốt đời không ra khỏi tầm tay chăm sóc của mình. Nhưng theo luân lý xã hội, con cái lớn lên phận làm cha mẹ phải dựng vợ gả chồng cho chúng nó và nếu như không cho chúng nó lập gia đình thì cha mẹ phạm tội lỗi rất nặng thiếu trách nhiệm rất lớn về hạnh phúc tương lai của chúng nó. Nhưng tình cảm của cha mẹ lại không muốn chúng ra riêng tự lập, tách khỏi sự quan tâm của mình. Vì lý do đó, thuở xưa cha mẹ mới đặt ra một luật lệ “Cưới Dâu” và “Bắt Rể” là để chúng nó được sống bên cạnh gia đình của mình và để tình cảm của mình khỏi bị tổn thương.

Ngày nay thời đại văn minh khoa học tân tiến, vấn đề “Cưới Dâu” và “Bắt Rể” không còn giá trị đối với tuổi trẻ. Khi lập gia đình, cặp chồng vợ son trẻ nào cũng muốn ra riêng tự lập theo sở thích của mình mà không muốn bị ràng buộc, bị khống chế bởi luân lý khô cứng của cha mẹ hai bên.

Con cái khi sống tự lập trên mặt tâm lý là một hiện tượng khiến cho tâm trạng của cha mẹ trở nên buồn tủi vì cha mẹ cảm thấy kể từ nay con cái của mình bỏ rơi mình, không còn cho mình trách nhiệm thương yêu, chăm sóc và bao dung nữa. Đó là lý do bồn phận làm con cái cần phải luôn luôn cảm thông sâu sắc tấm gương tình

cảm thương yêu vô bờ bến của những đấng sanh thành đã dành trọn cho mình và nên thường xuyên vấn an sức khỏe cha mẹ hai bên để cho cha mẹ vui bớt phần nào tâm trạng buồn tủi mà họ đã cam chịu quá nhiều khổ đau trong cuộc đời.

*b)- Mục đích thứ hai:*

Vì quá thương yêu con cái, tâm hồn cha mẹ luôn luôn bồn khoăn lo lắng, khiến cho tâm trạng không an, ăn ngủ không yên, sợ con cái của mình còn ngây thơ, thiếu kinh nghiệm, không đủ sức đương đầu trước cuộc đời quá nhiều chạm bậy giăng mắc khắp nẻo đường trần. Quan niệm của cha mẹ cho rằng:

\*)- Trường học khác hơn trường đời, trường học chỉ dạy trên lý thuyết nhưng không có dạy trên kinh nghiệm sống; trường đời mặc dù không dạy trên lý thuyết, nhưng trực tiếp dạy trên kinh nghiệm. Chỉ có kinh nghiệm mới giúp con người sống thực tế hơn.

\*)- Con cái của mình mặc dù thông minh trên trường học, nhưng thiếu kinh nghiệm trên trường đời. Cha mẹ mặc dù không thông minh bằng con cái trên trường học, nhưng rất kinh nghiệm trên trường đời.

\*)- Con cái mới lớn lên còn ngây thơ trên trường đời, chúng nó chỉ biết bề mặt của trường đời mà không biết bề trái của nó. Thí dụ chúng nó chỉ biết bề mặt của tình yêu nhưng không biết mặt trái của tình yêu.

Trên trường đời, tuổi trẻ ngây thơ tưởng rằng: đời toàn là hoa gấm, vàng son trải thảm trên cuộc hành trình may mắn và hạnh phúc, nhìn đời với đôi mắt ngang bằng số thẳng mà không biết uyển chuyển tùy duyên để vươn mình lên. Trong xã hội, con người cần có mục thước công bằng để xây dựng đời sống vật chất, nhưng về mặt tình cảm, con người nếu như sử dụng mục thước công bằng để xây dựng hạnh phúc thì sẽ thất bại, nguyên vì “Thẳng mực tàu, đau lòng gỗ”, mà ở đây con người phải xây dựng tình cảm trên nguyên tắc “Hạnh Tùy Duyên” để có hạnh phúc, giống như dòng nước uyển chuyển đều có mặt khắp nẻo ngọn ngành của sông hồ. Đối với cuộc đời Hạnh Tùy Duyên là hạnh biết sống đúng với châm ngôn của Phật Giáo là: “Khôn thì chết, Dại thì chết, chỉ Biết thì mới sống”, chữ Biết ở đây nghĩa là sống biết tùy duyên theo hoàn cảnh. Người biết sống tùy duyên phải là người có kinh nghiệm đời và cha mẹ của chúng ta chính là một trong những người sống có kinh nghiệm ở đời. Cho nên chúng ta là con cái mới lớn lên cần phải có cha mẹ hướng dẫn trên kinh nghiệm trường đời. Đó là lý do cha mẹ hai bên lo lắng cho chúng ta khi chúng ta ra riêng tự lập. Điều nên nhớ cha mẹ hai bên có dạy dỗ cho chúng ta những điều gì, chúng ta nếu thấy những điều đó có lợi ích thiết thực

cho mình thì chân thành tiếp nhận, còn chúng ta nhận thấy những điều dạy dỗ đó không thiết thực cho mình thì chỉ lắng nghe mặc niệm cho qua, không nên có thái độ phản ứng bất kính đối với bề trên.

*c)- Mục đích thứ ba:*

Như trước đã trình bày ở mục Giai Đoạn Tuổi Già, cha mẹ khi già yếu, tuổi gần đất xa trời, ngoài việc thân thể bất an, tứ chi mỏi mệt, tâm trạng của họ trở nên lo âu cho số phận hẩm hiu, cảm thấy đường trần lằn lằn thâu ngắn, hốt thẩn tử sanh mỗi ngày mỗi gần kề, không biết rồi đây sau khi từ giả cuộc đời mình sẽ đi về đâu. Đứng trước tình trạng khổ đau vì mịt mờ nẻo trước này của đấng sanh thành, phận làm con hiếu hạnh phải thường xuyên đến vấn an sức khỏe và tìm mọi cách an ủi cha mẹ cho vui bớt nỗi phiền ngổ hầu đem lại đôi chút niềm vui cuối đời của tuổi xế chiều. Đó là nghĩa vụ của mục đích thứ ba.

3)- Khuyến Khích Và Giúp Đỡ Cha Mẹ Trong Việc Tu Tập Đạo Đức:

Đạo đức là nền tảng căn bản cho cuộc sống của con người có ý nghĩa. Con người cần đến đạo đức cũng như hoa cần đến hương sắc đúng như câu tục ngữ thường nói: *“hoa thơm nhờ nhụy, người có giá trị nhờ đạo đức”*. Đạo đức tự nó có từ trường móc nối và kết hợp thân thương của tất cả mọi người quy tụ về mình, hỗ trợ cho mình đủ sức vượt qua mọi nẻo đường cay đắng của cuộc đời, đồng thời nó còn là một sợi giây vô hình thắt chặt sinh mệnh của mình trong đời này trải dài qua các đời sau trên cuộc hành trình chuyển hóa thăng tiến tâm linh. Có thể khẳng định đạo đức chính là liều thuốc dưỡng sinh để bồi dưỡng tâm linh tăng cường sức sống, tạo nguồn hạnh phúc an lạc thực sự cho mình.

Cha mẹ tuổi đã già cần phải tu tập để bồi dưỡng đạo đức làm hành trang cho kiếp sau trên con đường giác ngộ và giải thoát khổ đau của kiếp nhân sanh. Cũng vì lý do đó, khi cha mẹ tu tập đạo đức hay làm những việc phước thiện để bồi dưỡng đạo đức, phận làm con hiếu hạnh phải tìm mọi cách giúp đỡ cho cha mẹ đạt được như ý nguyện và cha mẹ nếu như chưa biết tu tập đạo đức thì hãy khuyến khích họ chuyên cần tiến tu đạo nghiệp cho đời sống nở hoa, đừng để họ lãng phí thì giờ của khoản đời xế chiều còn lại.

*D)- Đối Với Xã Hội:*

1)- Khiêm Cung Đối Với Mọi Người:

Khiêm là khiêm tốn, nghĩa là thể hiện cử chỉ hạ mình xuống ngang hàng với mọi người. Cung là cung kính, nghĩa là tỏ thái độ kính nể với mọi người. Khiêm Cung là hành động nhằm đả phá thái độ cống cao ngã mạn của con người. Người khiêm cung không phải làm mất thể diện của con người mà trái lại theo tỷ lệ nghịch còn đưa giá trị của con người nổi lên như ngôi sao sáng trong một bầu trời đen tối. Người khiêm cung cần phải nhận thức rõ những yếu tố quan hệ sau đây:

a)- Sự sống còn của chúng ta vô cùng quan hệ mật thiết với xã hội, xã hội thương yêu che chở là chúng ta sống, xã hội ghét bỏ phá hoại là chúng ta đau khổ. Thí dụ: chúng ta mở tiệm buôn bán để kiếm cơm qua ngày phải nhờ khách hàng tiêu thụ; có nhiều khách hàng thương yêu đến tiêu thụ là chúng ta sống và có nhiều khách hàng ghét bỏ không đến ủng hộ là chúng ta thất bại. Sự sống còn của chúng ta quan hệ mật thiết với xã hội đúng với câu Tục Ngữ: *“Bà con xa không bằng lối xóm gần”*.

b)- Trong xã hội, rất nhiều người có tánh hay ganh tỵ hiềm khích so đo,..v.v..... với những người hơn mình, họ không thích những người tài năng hơn họ, giàu sang hơn họ, thông minh hơn họ..v.v..... Họ đã không thích những người hơn họ mà còn tìm mọi cách phá hoại những người họ không thích bằng những phương tiện như chụp mũ, bôi bác, vu khống, chê bai,..v.v..... làm sao cho những người đó mãi bị thất bại trên đường đời. Đây là đặc tánh cố hữu của xã hội và theo Phật Giáo xã hội nếu như không có những đặc tánh nói trên thì không phải là xã hội trần gian.

Muốn cho cuộc sống của mình được thuận chiều mát mái theo chiều hướng đi lên trong việc xây dựng hạnh phúc an lạc, mỗi người trong gia đình cần phải thể hiện thái độ khiêm cung đối với mọi người. Thái độ khiêm cung là một trạng thái tâm lý móc nối tình cảm thân thương của tất cả mọi người quy tụ về mình nếu như không được trọn vẹn như ý muốn nhưng cũng giảm bớt đến mức trung bình những mâu thuẫn nghịch biến cản trở trên bước tiến lên xây dựng hạnh phúc và nhờ đó mình mới có cơ hội tạo dựng nền tảng an ổn cho cuộc sống lứa đôi.

## 2)- Thể Hiện Đức Hạnh Của Bậc Trượng Phu Và Thục Nữ:

Trượng Phu: Trượng là cây gậy, phu là người đàn ông; Trượng Phu nghĩa bóng ám chỉ cho người đàn ông là cột trụ của gia đình. Bậc trượng phu là người đứng đắn thể hiện được bốn đức hạnh của phái nam trong những phong cách đi đứng, nói năng, cư xử đối với mọi người, nghĩa là không vì giàu sang mà thay lòng, không vì thấp hèn mà đổi chí. Tứ Đức là hiếu, đễ, trung, tín.

\*- Hiếu nghĩa là hết lòng thờ kính cha mẹ;

- \*- Đễ nghĩa là tỏ lòng yêu mến anh chị em;
- \*- Trung nghĩa là trọn đời yêu nước thương dân;
- \*- Tín nghĩa là quý trọng lời hứa trên hết.

Thục Nữ: Thục là hiền lành có nét na, nữ là người đàn bà; Thục Nữ là chỉ cho người đàn bà có những đức tánh hiền hòa, nhã nhặn, thể hiện được bốn đức hạnh cao quý:

- **Công:** mọi việc đều phải khéo léo,
- **Ngôn:** ăn nói phải khôn ngoan lễ phép,
- **Dung:** mặt mày phải nghiêm chỉnh, ăn mặc phải vén khéo kín đáo,
- **Hạnh:** nét na phải đằm thắm, đoan trang, thuần hậu, hiền lương.

Riêng đôi chồng vợ ngoài sự bồi dưỡng bốn đức hạnh của bậc Trượng Phu và Thục Nữ vừa được giải thích tổng quát mà ở đây còn phải chú trọng đến cung cách phục sức khi tiếp xúc với xã hội bên ngoài để nói lên được giá trị cao quý của bốn đức hạnh trên. Theo luân lý và đạo đức, đôi chồng vợ muốn thể hiện bậc Trượng Phu và Thục Nữ khi tiếp xúc với xã hội bên ngoài cần phải quan tâm những điểm sau đây:

a)- Khi giao tiếp với mọi người bên ngoài, chúng ta không nên ăn mặc thường phục ở nhà, nghĩa là chúng ta phải mặc sắc phục ngoại giao như theo người Việt Nam, người đàn ông phải mặc quần tây dài, áo dài tay và gài nút cổ đảng hoàng,..v.v...; người đàn bà phải mặc áo dài,..v.v...., không nên mặc đồ ngắn hay đồ ngủ đi tiếp xúc với họ. Chúng ta ăn mặc những quần áo trong nhà, như quần ngắn, áo thun,..v.v.... ra ngoài tiếp xúc với mọi người có những lỗi lầm như sau:

\*)- Tạo cho mọi người không thiện cảm với mình, vì chính mình tỏ thái độ khinh họ thấp hèn khi tiếp xúc.

\*)- Tạo cho mọi người đánh giá mình thiếu học thức, thiếu văn hóa nên không biết cung cách giao tiếp.

b)- Khi giao tiếp với mọi người bên ngoài, đàn bà thì không nên ăn mặc hở hang và nói năng lả lơi có tánh cách khêu gợi tình dục với người khác phái. Ăn mặc hở hang và nói năng lả lơi để tiếp xúc với mọi người có những khuyết điểm như sau:

\*)- Tạo cho đối phương khinh thường mình, đánh giá thấp cho mình là hạng bất chánh.

\*)- Tạo cho chồng dễ mất niềm tin với nhau trong khi sống chung qua cách phục sức hờ hang hoặc nói năng thiếu tế nhị.

Đôi chồng vợ cần phải biết, người đàn ông thì có bạn trai và người đàn bà thì có bạn gái; người chồng khi ra ngoài xã hội ăn mặc không lịch sự làm cho vợ của mình mất mặt với bạn gái, vì bị những bạn gái bình phẩm tư cách, cũng như người vợ khi ra ngoài xã hội ăn mặc không đàng hoàng làm cho chồng của mình mất mặt với bạn trai, vì bị những bạn trai bình phẩm nét hạnh.

Đây là một trong những yếu tố cần phải quan tâm trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình. Món hàng có giá trị là khi món hàng đó khó kiếm và ít gặp và tình yêu có lý tưởng là tình yêu khó kiếm và ít được thấy. Như vậy đôi chồng vợ muốn được hạnh phúc bền lâu thì lối ăn mặc và nói năng cũng cần phải cẩn thận.

### 3)- Loại Bỏ Những Chuyện Thị Phi Ở Đời:

Vấn đề thị phi được thấy trong quyển Niệm Phật Thập Yếu của Đại sư Thiên Tâm, trang 153 – 154 có ghi lại bài kệ Vô Tướng nơi Kinh Pháp Bảo Đàn của ngài Huệ Năng như sau:

“.....  
“*Muốn phá tan phiền não  
Hãy trừ tâm thị phi  
Thương ghét chẳng để lòng  
Nằm thẳng đôi chân nghi!*”

Xây dựng hạnh phúc gia đình, vấn đề thị phi theo quan niệm Phật Giáo cũng là một vấn đề tai họa không kém. Người đời thường bị một thứ bệnh cũng khó trị là những chuyện xấu trong gia đình không biết đóng cửa để dạy nhau, lại đi bán rao với mọi người, hoặc những chuyện xấu của người đời bên ngoài không quan hệ chút nào với gia đình mình lại mang vào nhà làm xáo trộn nếp sống bất an trong gia đình. Thứ bệnh này của con người, đức Phật ghép vào một loại bệnh là bệnh Vọng Ngôn (một thứ trong bốn thứ Vọng Ngữ). Vọng Ngôn: nghĩa là chup mũ, du khổng, chuyện có cho là không có, chuyện không có cho là có, chuyện phải cho là quấy, chuyện quấy cho là phải, chuyện xấu trong nhà đem khoe ngoài đường, chuyện xấu ngoài đường mang về làm xáo trộn trong gia đình. Gia đình muốn được hạnh phúc bền lâu, chồng vợ cần phải tu tập những điều kiện sau đây:



\*)- Không nên đem những chuyện thị phi bên ngoài vào nhà bình phẩm. Những chuyện thị phi bên ngoài không quan hệ chút nào với gia đình nếu đem vào nhà bình phẩm làm nếp sống gia đình trở nên sóng gió vô cớ, vì mỗi người có quan điểm khác nhau về chuyện thị phi đó; có một số gia đình cũng vì chuyện thị phi vô cớ nói trên sắp đi đến tình trạng chồng vợ ly dị với nhau. Cho nên luật của Phật cấm người Phật tử chân chánh tuyệt đối không nên đem những chuyện thị phi bên ngoài vào gia đình vô tình làm xáo trộn tâm linh của họ trở nên bất an.

\*)- Không nên đem những chuyện xấu trong gia đình đi bán rao ra ngoài cho mọi người đều biết. Trong gia đình nếu có chuyện xấu gì, chồng vợ nên đóng cửa để sửa đổi cho nhau, không nên nhờ người ngoài can thiệp vào sẽ làm mất thể diện cả tông môn hai họ. Nếu như chồng vợ không giải quyết cho nhau được thì nên nhờ đến cha mẹ hai bên đứng ra hòa giải, hoặc chồng vợ có tín ngưỡng thì nhờ đến người lãnh đạo tinh thần đứng ra hòa giải. Còn người ở ngoài thì không thể nào hòa giải được và nếu như người hòa giải đó không được tốt thì tạo sự ly gián khiến cho hai bên càng đổ vỡ thêm và những điều xấu trong gia đình mình cũng vì họ không kín miệng cho nên mọi người ai cũng biết đến.

Tâm có hòa thuận thì chồng vợ mới có hạnh phúc và chuyện thị phi vừa trình bày là những điều kiện khiến cho tâm của chồng vợ trở nên bất hòa và từ đó lâu ngày nội kết sẽ đưa đến gia đình mất hạnh phúc. Đôi chồng vợ muốn sống có hạnh phúc thì phải tu tập tịnh khẩu để tránh những chuyện thị phi nói trên.

## 2.- MIỆNG HÒA KHÔNG TRANH CẢI: (Khẩu hòa vô tránh)

Miệng hòa không tranh cãi nghĩa là lời nói phải hòa hợp không chống đối lẫn nhau, nghĩa là lời nói phải giữ gìn cho được ôn hòa nhã nhặn. Bất kỳ trường hợp nào, nếu có điều gì thắc mắc cần phải thảo luận, nhưng phải trao đổi trong sự hòa nhã lễ độ để tránh sự cạnh tranh hơn thua, thù nghịch nhau. Muốn được như vậy, trong một gia đình, chồng vợ, con cái, anh em cần phải theo những luật lệ như sau:

### 1)-Nhân Nhục Đê Vượt Qua Mọi Trở Lực:

Theo Phật Giáo, cuộc đời luôn luôn có hai mặt: thiện và ác, tốt và xấu, thanh và suy, ngày và đêm, nước lớn và nước ròng. Dòng đời luôn luôn vô thường biến đổi như dòng nước chảy và nhờ vô thường biến đổi cho nên con người mới sống cũng như nhờ dòng nước chảy cho nên dòng nước không bị hư thối. Cũng vì dòng đời vô thường biến đổi cho nên cuộc đời luôn luôn xuất hiện có hai mặt vừa kể ở trên.

Chúng ta hiện đang sống trong dòng đời vô thường biến đổi và trong cuộc đời hai mặt thì làm sao tránh khỏi những trở lực đáng cay dồn dập đưa đến. Chúng ta cũng vì sống trong cuộc đời hai mặt và bị cuốn hút theo dòng đời vô thường biến đổi cho nên luôn luôn gặp rất nhiều ngang trái hơn là gặp nhiều may mắn.

Chúng ta là Phật tử đã biết cuộc đời là như thế thì phải nên sống theo Hạnh Tỳ Duyên. Hạnh Tỳ Duyên nghĩa là đời sống của mình khi gặp cơn nước lớn, gặp nhiều phước lành, nhiều may mắn thì đừng tự hào buông thả, đừng tiêu hao lãng phí cuộc đời mà phải nên chuẩn bị lúc gặp phải cơn nước ròng, gặp phải thời vận suy tàn đáng cay dồn dập; còn đời sống của mình khi gặp phải cơn nước ròng, gặp lúc thời vận suy tàn, gặp nhiều trở ngại đáng cay thì cũng đừng thối chí ngã lòng, phải nhẫn nhục để vượt qua cơn nguy khó thì nhất định sẽ gặp nước lớn trở lại, sẽ gặp nhiều phước lành, nhiều may mắn tái diễn. Chúng ta đã biết sống theo Hạnh Tỳ Duyên nói trên, nghĩa là chúng ta đã chuẩn bị trước tư thế thì khi gặp phải những hoàn cảnh bất hạnh như đã nói ở trên không bao giờ bị khổ đau tuyệt vọng. Ngược lại chúng ta nếu như không biết sống theo Hạnh Tỳ Duyên, nghĩa là không biết chuẩn bị trước tư thế thì sẽ rước lấy từ thất bại này đến thất bại khác trong cuộc đời.

Những sự kiện trên dạy cho chúng ta rằng mình là người biết sống Hạnh Tỳ Duyên khi gặp phải những hoàn cảnh bất hạnh, những trở ngại đáng cay dồn dập mang đến thì không nên mắng trời trách đất mà ở đây cần phải nhẫn nhục để vượt qua và biết rằng ngày mai trời sẽ sáng trở lại, không nên thối chí ngã lòng để rồi chính mình phải rước lấy những bất hạnh khổ đau.

## 2)- Ái Ngữ Trong Việc Đối Xử:

Ái ngữ nghĩa là lời nói thương yêu ngọt ngào. Đôi chồng vợ hàng ngày đối xử với nhau cần phải sử dụng đến ái ngữ. Châm ngôn thường nói: *“Lời nói không mất tiền mua, lựa lời mà nói cho vừa lòng nhau”*.

Làm người ai cũng có lúc lỗi lầm và ai cũng có tự ái cá nhân và không muốn người khác phê bình những khuyết điểm của mình. Chồng hay vợ nếu như có những khuyết điểm gì và muốn họ sửa đổi thì phải đối xử với nhau bằng những lời ái ngữ với những nguyên tắc sau đây:

\*)- Đừng phê bình, đừng sửa chữa chồng hay vợ trước mặt mọi người hoặc trước mặt con cái.

\*)- Phải dùng những lời ái ngữ để phê bình hay sửa chữa, nghĩa là phải ca ngợi chồng hay vợ 80 phần trăm những hạnh kiểm ưu điểm rồi sau đó nói một cách nhẹ nhàng những khuyết điểm để họ sửa chữa.

\*)- Phải nghe tiếng lòng của họ đừng nghe tiếng nói của họ, nghĩa là khi mình phê bình sửa chữa chồng hay vợ, thâm tâm của họ đã biết họ có lỗi, nhưng họ vì tự ái cá nhân cho nên vẫn cứ cãi bướng không chịu nhận. Lúc đó chồng hay vợ phải lắng nghe khi nhận biết được tiếng lòng của họ đã ăn năn thì làm thỉnh bỏ đi chỗ khác để họ tự động âm thầm sửa chữa, đừng chấp trước những lời cãi bướng của họ mà phải đưa đến sự bất an trong gia đình. Chồng hay vợ nếu như chấp trước những lời cãi bướng của họ thì sẽ đưa đến tình trạng họ lại trở mặt lý lợm không chịu sửa đổi những khuyết điểm theo như ý mình muốn, điều đó đúng với câu tục ngữ : *“Nhân cùng tắc biến, vật cùng tắc phản”*, nghĩa là con người nếu như dồn họ vào đường cùng thì họ nghịch biến trở lại chống mình, con vật nếu như dồn nó vào đường cùng thì nó phản lại cắn mình.

Đây là nguyên tắc ái ngữ để đối xử với nhau cho đẹp lòng chồng vợ và để cho nhau hòa hợp sống chung. Đó cũng là những yếu tố trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình được bền lâu.

### 3)-Thắc Mắc Cần Phải Giải Tỏa.

Chồng hay vợ có những thắc mắc gì trong gia đình thì phải trực tiếp trình bày thẳng với nhau mong sớm giải tỏa, đừng để ứ đọng nội kết lâu ngày trong lòng trở thành ung thư tâm lý. Tâm lý khi bị ung thư về những thắc mắc ứ đọng nội kết thì khó khăn trong việc trị liệu tâm bệnh cũng như bệnh ung thư tham lam, sân hận, si mê,..v.v.... đã nội kết lâu đời trong tâm hồn con người thì không dễ gì xóa bỏ tận gốc rễ. Tâm lý ung thư nói trên cũng là nguyên nhân đưa đến tình trạng bất an trong gia đình khó bề hòa hợp mà gia đình nếu như không thể hòa hợp thì việc xây dựng hạnh phúc lâu dài không thể nào thành công tốt đẹp.

Những thắc mắc trong gia đình muốn giải tỏa thì chồng và vợ phải thực hiện những điều kiện sau đây:

\*)- Chồng vợ phải luôn luôn tâm niệm rằng, mình là người cột trụ trong gia đình, là cây đại thọ làm chỗ nương tựa vững chắc và che mát cho các con. Chồng vợ sống chung đừng tạo nên sự rạn nứt với những thắc mắc không đầu khiến đưa đến tình trạng bất hòa trong gia đình gây ảnh hưởng không tốt tâm lý cho con cái. Đôi chồng vợ sống chung hằng ngày cứ mãi chạm mặt cách lòng, nghĩa là hai người thường gặp mặt gặp nhau hằng ngày mà lòng của hai người cách xa nhau

ngàn dặm là hiện tượng tâm hồn của đôi bên không có chút hòa hợp, tình trạng như thế chẳng những gây ảnh hưởng không tốt cho đời sống của chính mình mà còn ô nhiễm đến tâm lý của con cái. Theo Tâm Lý Học, chồng vợ mặc dù sống chung với nhau, nhưng tâm hồn của hai người không còn tin tưởng với nhau để nương tựa thì nhất định mỗi người sẽ đi tìm người khác để gởi gắm tình cảm và con cái của mình cũng vậy một khi đã mất niềm tin nơi cha mẹ thì mặc dù sống chung với cha mẹ nhưng với thái độ chạm mặt cách lòng của cha mẹ, chúng nó cũng sẽ đi tìm người khác bên ngoài để nương tựa. Trong một gia đình sống chung, tâm hồn của mỗi người lại đi theo lối rẽ của mỗi ngã thì làm sao có được hạnh phúc. Nhằm ngăn ngừa những hiện tượng không tốt xảy đến trong gia đình, phận làm cha mẹ chồng vợ nếu có những thắc mắc gì thì phải nên lập tức cùng nhau giải tỏa ngay, đừng tạo tình trạng chạm mặt cách lòng xảy ra vô tình làm mất hạnh phúc cho nhau.

\*)- Muốn giải tỏa những thắc mắc nếu có, đôi chồng vợ vì hạnh phúc chung mỗi người phải có thiện chí giác ngộ thật sự để cùng nhau hóa giải trong sạch tận đáy lòng những nghi kỵ khiến không còn dấu vết trong tâm hồn. Nguyên tắc giải tỏa những thắc mắc, chồng và vợ hai người phải đối diện trực tiếp, phải đặt trên nền tảng xây dựng, phải trao đổi với nhau bằng những lời lẽ ái ngữ, nhằm cải tiến để sống chung mà không phải để hơn thua, trong lời nói.

\*)- Sau khi trao đổi giải tỏa xong, chồng vợ kể từ đây trở về sau xả bỏ tất cả những khuyết điểm đã qua xem như không có chuyện gì cả, tuyệt đối không được nhắc đi nhắc lại nhiều lần những lỗi lầm đã được giải tỏa. Đôi chồng vợ nếu như mỗi lần có chuyện gì xảy ra cứ mãi nhắc lại những lỗi lầm đã qua vô tình khơi dậy sóng gió trong gia đình như khơi lại đóm lửa đã tàn mà theo lẽ chúng nó đã tắt rụi từ lâu.

### 3.- Ý HÒA CÙNG HOAN HỖ: (Ý Hòa Đồng Duyệt)

Ý hòa cùng hoan hỷ nghĩa là tán đồng ý kiến hay, tùy hỷ học hạnh tốt, luôn luôn vui vẻ cùng nhau. Hãy nuôi ý đẹp đối với nhau, hãy trao dồi đức hỷ xả, đừng bao giờ thù hiềm, ganh tỵ nhau. Muốn được như thế, trong gia đình, chồng vợ, con cái, anh em cần phải theo những luật lệ như sau:

#### 1)- Bất Cứ Ai Có Ý Kiến Hay Nên Tán Đồng Và Chấp Nhận:

Trong việc sống chung, bất cứ chồng hay vợ muốn thực hiện những điều gì trước tiên phải đem ra cùng nhau thảo luận rồi sau đó mới thực hiện. Bất cứ việc gì

chồng hay vợ không nên tự động làm theo ý riêng của mình mà không có sự đồng ý chung. Trong gia đình nếu như các con lớn khôn và có chút hiểu biết mà chúng nó hiện đang sống chung với cha mẹ, cha mẹ cũng phải cho chúng nó tham gia trong việc sinh hoạt kinh tế gia đình, nguyên vì chúng nó cũng có những ý kiến hay đóng góp vào. Cha mẹ cho chúng nó tham gia sinh hoạt kinh tế gia đình nhằm mục đích giáo dục chúng nó ý thức trách nhiệm của mình đối với gia đình trong việc sống chung, nghĩa là chặn đứng sự ham muốn đua đòi quá độ của chúng nó mà kinh tế gia đình không đủ khả năng bảo trợ. Cha mẹ nếu như không cho chúng nó tham gia sinh hoạt gia đình, nghĩa là không cho chúng nó biết được mức độ kinh tế trong gia đình thì chúng nó cứ tưởng rằng cha mẹ mình giàu có tiền nhiều mà chúng nó cứ tha hồ đòi hỏi để chạy đua theo chúng bạn. Trong khi sinh hoạt gia đình để thảo luận một việc gì, chồng vợ kể cả con cái phải theo những nguyên tắc sau đây:

1)- Phải chấp nhận những ý kiến nào được đa số tán thành, mặc dù đó là ý kiến của con mình. Có được như vậy sự hợp tác sống chung mới được phát triển trong chiều hướng đi lên. Cùng một vấn đề, mỗi người có một ý kiến đóng góp thì mới thấy rõ được ý kiến nào hay và ý kiến nào dở, cũng như có nhiều tiếng chuông khác nhau mới biết được tiếng chuông nào kêu thanh hơn.

2)- Không nên cố chấp, không nên bảo thủ ý kiến sai lầm của mình.

\*)- Không nên cố chấp, nghĩa là không nên ý mình là cha mẹ là người lớn phủ nhận ý kiến của con cái hay của em út. Cha mẹ cần chúng nó có thiện chí hợp tác công việc chung mà không phải cần vai vế để rồi chính mình phải tự bao thầu gánh vác lấy tất cả mọi công việc, còn chúng nó buông thả đi chơi không trách nhiệm.

\*)- Không nên bảo thủ ý kiến sai lầm của mình. Ý kiến của mình không được đa số chấp nhận có nghĩa là ý kiến của mình mặc dù rất hay nhưng không hợp thời, không đặt đúng chỗ hoặc người trình bày không rõ ràng khúc chiết khiến mọi người không được thông suốt. Ý kiến nào mà đa số người sống chung đã không tán thành, mặc dù ý kiến đó của cha hay của mẹ cũng phải để qua một bên mà không nên bảo thủ chống đối hay độc quyền vô tình làm hư hại tinh thần hợp tác chung. Mình phải chờ đợi một cơ hội khác khi mọi người thông suốt ý kiến qua sự trình bày của mình thì lúc đó mọi người sẽ dễ dàng hưởng ứng. Vì quyền lợi chung, chúng ta phải chấp nhận ý kiến tập thể.

2)- Hãy Nuôi Ý Tốt Đẹp Đối Với Nhau, Hãy Trao Dồi Đức Hy Xả:

Theo Phật Giáo, con người là hiện thân của nghiệp báo. Tất cả nghiệp nào là tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến,..v.v.... hiện đang lên ngôi làm chủ điều khiển cuộc sống của con người. Như nghiệp tham, sân, si mà ai cũng biết chúng nó là những thứ tai họa nguy hiểm cho sự sống còn của con người và hiện nay chúng nó đang có mặt trong tâm hồn con người. Chúng nó khi tác dụng chỉ đạo thì mọi sự sanh hoạt của con người trở nên xấu xa tội lỗi. Nhưng con người muốn diệt chúng nó không phải là dễ, đòi hỏi rất nhiều công phu tu tập lâu đời mới có thể kềm chế được chúng. Cũng vì những thứ bệnh nghiệp nói trên con người thường phải vướng mắc những tật xấu như sau:

\*)- Con người, nhất là chồng vợ khi mới quen nhau và đối xử với nhau thì tỏ ra cung cách rất lịch sự, rất lễ phép hay nói cách khác là rất văn hóa. Khi sống chung với nhau, con người thường hay lờn mặt, không giữ kẽ với nhau cho phải cách, trao đổi qua lại nhau với thái độ khinh lờn, xung hô mảy tao mi tớ với lời lẽ khiếm nhã thô tục..v.v.... Những cử chỉ không tốt đẹp này khiến cho chồng hay vợ mất mặt với mọi người với bạn bè nhất là mất mặt với con cháu trong gia đình.

Chồng vợ muốn được hạnh phúc gia đình bền lâu, việc nhỏ nhặt thường tình này cũng cần phải chú ý, cần cố gắng cư xử với nhau luôn luôn qua những thái độ, những cử chỉ, những lời nói, những hành động tốt đẹp như lúc ban đầu hai bên mới gặp nhau, nhất là trước mặt con cháu hay trước mặt mọi người.

\*)- Chồng hay vợ trước khi gặp nhau hay sau khi gặp nhau, nay đã sống chung với nhau, nếu như họ có những lỗi lầm nào hay có những khuyết điểm nào mà họ đã ăn năn hay đã sám hối thì không nên cố chấp, phải bỏ ra ngoài tâm tư định kiến cho thật xa nghìn dặm và thân thiết với nhau bằng tâm hồn độ lượng hỷ xả tha thứ tất cả không còn chút ấn tượng nào vướng mắc bợn nhơ trong tâm tư, để cho hai bên khỏi bị mặc cảm lo âu khổ não suốt đời vì những chuyện đau thương ấy.

#### 4.- GIỚI HÒA CÙNG TU TẬP: ( Giới Hòa Đồng Tu)

Giới hòa cùng tu tập nghĩa là giới luật cùng nhau học tập và hành trì. Tôn Giáo thì có luật lệ của tôn giáo, Quốc gia thì có luật pháp của quốc gia, Gia đình thì cũng phải có luật lệ của gia đình. Luật lệ của gia đình là để quy định trật tự giữa chồng vợ và con cái. Gia đình muốn bảo vệ hạnh phúc bền lâu thì phải:

##### 1)- Giữ Tròn Luật Lệ Gia Đình:

Giữ tròn luật lệ của gia đình nghĩa là chồng vợ phải ra chồng vợ, con cái phải ra con cái trong trật tự của xã hội gia đình.

Gia đình, theo Phật Giáo là một tập thể nhỏ, một xã hội nhỏ cũng phải có luật lệ của gia đình cũng như Hội Đoàn đã có luật lệ của họ gọi là Quy Chế hay Điều Lệ để quy định trật tự của tổ chức. Luật lệ của gia đình là một luật pháp quy định giá trị và nghĩa vụ trong sự sanh hoạt sống chung của một tập thể, nghĩa là mỗi người trong gia đình phải học tập, phải giác ngộ tư cách của mình, bổn phận của mình thể hiện được giá trị làm một người chồng, một người vợ, một người con mẫu mực trong việc sống chung. Trong một gia đình, mỗi người sống buông thả theo sở thích riêng tư của mình mà không có luật lệ nào kèm thúc họ đi đúng theo nếp sống chung của tập thể, sống theo chủ nghĩa cá nhân thì sẽ bị rơi vào tình trạng sa đọa nan giải. Phần đông nhiều gia đình không có soạn thảo luật lệ cho việc sống chung thành thử, chồng, vợ, con cái, mỗi người cứ sống theo chủ nghĩa cá nhân, nghĩa là mạnh ai cứ sống theo sở thích riêng tư của mình một cách do dự vọng lồi cuốn không thể tự kèm chế được, cho nên một số gia đình gặp nhiều sóng gió nổi dậy gây đau khổ cho nhau triền miên. Nhờ luật lệ gia đình, mỗi người mới có thể kèm thúc được phần nào do dự vọng lồi của mình đi vào mục thước của lẽ lối sống chung. Có một số người nói rằng, chồng vợ cãi vã với nhau sống mới có ý nghĩa. Họ nói như thế có nghĩa là họ nói liều mạng mà không biết rằng những hành động nói năng của họ gây ô nhiễm cho tâm hồn các con cái, làm chúng mất lý tưởng nơi cha mẹ, có đưa bỏ nhà ra đi sống riêng, có đưa tỏ thái độ làm lì bất kính, đồng thời họ tự châm ngòi lửa sân hận đốt cháy cuộc sống hạnh phúc lứa đôi.

## 2)- Giác Ngộ Lý Nhân Quả Để Tránh Những Thói Hư Tật Xấu Của Xã Hội. (Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng).

Theo giáo lý Phật Giáo, lý nhân quả là một định luật tất nhiên và thiết yếu trong vũ trụ, chi phối tất cả sanh mệnh của vạn pháp, nghĩa là sự thành hình của vạn pháp trong vũ trụ đều do nhân quả quyết định cả. Trong vũ trụ, con người có thể trốn khỏi luật pháp xã hội, nhưng không thể trốn khỏi luật pháp nhân quả.

Trong xã hội, con người thích uống rượu là nguyên nhân rồi bị nghiện rượu say sưa là kết quả, con người thích cờ bạc là nguyên nhân rồi bị mê cờ bạc sạt nghiệp là kết quả, con người thích làm nghề ăn trộm là nguyên nhân rồi bị tù đầy là kết quả,..v..v..... Lý Nhân quả quan hệ chặt chẽ đến ba đời trong sự báo ứng của con người. Đức Phật đã dạy trong Kinh Nhân Quả: *“Dục tri tiền thế nhân kim sanh thọ giả thị, yếu tri hậu thế quả kim sanh tác giả thị”*, nghĩa là muốn biết nguyên nhân ở kiếp trước của mình như thế nào thì hãy xem chính mình ở kiếp này đang thọ quả

báo như thế nào, muốn biết quả báo ở kiếp sau của mình như thế nào thì hãy cần xem hiện nay chính mình đang gây tạo những nguyên nhân gì.

Từ những nguyên lý đó, xã hội ngày nay tràn ngập những điều xấu xa tội lỗi và cũng tràn ngập những điều phước đức thánh thiện, tất cả đều là thành quả của chúng sanh gây tạo những nguyên nhân thiện ác ở kiếp trước. Cũng vì lý nhân quả nói trên, chúng ta nên tránh xa những điều xấu xa tội lỗi trong xã hội để khỏi vướng mắc những nguyên nhân không tốt cho cuộc sống làm người. Chúng ta nên biết rằng, tâm của chúng ta như máy chụp ảnh, nếu như chụp lấy những hình xấu xa tội lỗi vào tâm làm nguyên nhân, rồi một ngày kia những nguyên nhân đó xuất hiện lôi chúng ta đi vào những con đường quả báo tội lỗi không thể nào tránh khỏi. Chúng ta thà rằng tránh xa những chỗ xấu xa tội lỗi vừa kể đừng để bị vướng mắc vào tâm thì nhất định cuộc sống của chúng ta sẽ được an nhiên tự tại, cũng như chúng ta không nên thức khuya thì nhất định không bị buồn ngủ.

3)- Trau Dồi Trí Tuệ Sáng Suốt Để Giải Quyết Mọi Vấn Đề Gia Đình (văn, tu, tu).

Trí tuệ (Intelligence) là một loại trí thông minh lanh lợi và loại trí tuệ này mới sáng suốt để giải quyết mọi hoàn cảnh thuận duyên hay nghịch duyên đưa đến trong gia đình. Trí tuệ này được phát sanh từ Phật Trí và được đào luyện qua Văn Huệ, Tư Huệ, Tu Huệ, ba môn học vô lậu giải thoát của Phật Giáo. Văn Huệ là trí tuệ được thể hiện từ nơi học kinh nghe pháp, lão thông Kinh Luận của Phật Giáo một cách thâm nhập. Tư Huệ là trí tuệ được thể hiện từ nơi sự tư duy thấu triệt yếu chỉ thâm sâu của đức Phật ẩn mật trong các Kinh Luận. Tu Huệ là trí tuệ được thể hiện từ nơi tu luyện đạt đạo các yếu chỉ trong các Kinh Luận.

Loại trí tuệ nói trên khác hơn loại trí tuệ thế gian. Loại trí tuệ thế gian là loại trí tuệ học rộng hiểu sâu các pháp trong thế gian để trở thành nhà thông thái bác học. Nói cách khác loại trí tuệ thế gian được phát sanh từ các dữ kiện tổng hợp duyên sanh trong thế gian mà nó không phải phát khởi từ nơi Phật Trí nên gọi là Thế Gian Trí. Cũng vì thế loại trí tuệ thế gian không có khả năng hóa giải tận nguồn gốc khổ đau của tất cả tâm bệnh chúng sanh; thí dụ như các nhà bác học thuộc về loại trí tuệ thế gian cho nên vẫn bị vướng mắc khổ đau về vấn đề hạnh phúc gia đình mà không có lối thoát. Trái lại trí tuệ phát sanh từ Phật Trí thì có khả năng chuyển hóa tận nguồn gốc khổ đau của chúng sanh kể cả những nguồn gốc gây khổ đau cho nếp sống hạnh phúc gia đình.



Chồng vợ muốn trau dồi trí tuệ thuộc Phật Trí để giải quyết mọi vấn đề hạnh phúc gia đình thì cả hai người phải chuyên cần học tập và hành trì Phật Pháp; giống như trong xã hội, con người muốn có trí tuệ thế gian thì cũng phải đổ vào đó rất nhiều công sức học tập trải qua nhiều thời gian mới gặt hái được thành quả danh phận. Điều đặc biệt trong Phật Giáo, mỗi người tu học đến đâu thì tự nhiên cảm thấy sự an lạc trong tâm hồn đến đó, nghĩa là người học tập cơ bản thì cảm nhận được những sự an lạc trong cơ bản, người học lên cấp cao thì cảm nhận được những sự an lạc trong cấp cao, học tập càng lên cao thì cảm nhận những sự an lạc càng cao hơn, cũng như người đang bệnh hoạn nếu như được uống thuốc vào thì cảm thấy khỏe dần và càng uống nhiều thuốc theo bác sĩ quy định thì cảm thấy khỏe khoắn vì bệnh tình của mình đã được dứt hẳn. Theo Phật Giáo, người trao dồi trí tuệ không cần đòi hỏi phải được lên cấp mà ở đây đòi hỏi người tu học phải có thiện chí, thiện chí càng cao thì sự an lạc tâm hồn càng sâu.

Nói tóm lại, chồng vợ muốn đạt được hạnh phúc thật sự đúng với ý nghĩa của nó thì mỗi người trong gia đình cần phải tiến tu đạo nghiệp, trao dồi trí tuệ sáng suốt để chọn lấy hướng đi đích thực và áp dụng phương châm thực tánh cho việc xây dựng nếp sống lý tưởng an lạc bền lâu.

#### 4)- Lấy Đạo Đức Từ Bi Cư Xử Với Nhau:

Hai chữ Từ Bi của Phật Giáo có ý nghĩa khác hơn tình thương hay tình yêu của thế gian. Tình thương hay tình yêu của thế gian đều có mặt trái của chúng, nghĩa là thương không được thì ganh ghét và yêu không được thì hận thù. Từ bi của Phật Giáo không có vấn đề ganh ghét hay hận thù. Từ bi của Phật Giáo với trạng thái tâm lý chỉ biết hành động cho ra với lòng vị tha vô ngã không có sự mong cầu đền đáp. Từ bi theo tiếng Phạn, Từ là Maitrya nghĩa là hành động ban vui đến với chúng sanh hay nói một cách khác là tôn trọng sự sống, sự hạnh phúc của chúng sanh và Bi là Karuna, nghĩa là cứu khổ cho chúng sanh hay nói một cách khác là bảo vệ sự sống còn của chúng sanh. Hai chữ từ bi ghép chung lại ý nghĩa là hành động với tâm nguyện bảo vệ sự sống còn của chúng sanh và mang lại hạnh phúc an vui thật sự cho chúng sanh mà không phân biệt những chúng sanh đó thuộc về người thân thiết hay sơ giao, thuộc về người thù nghịch hay thân thương. Người thật hành đạo đức từ bi phải là người xả kỷ vị tha, chọn lấy sự sống của người khác làm sự sống của mình, nghĩa là mượn chúng sanh bên ngoài để diệt tâm chúng sanh của mình. Tâm chúng sanh của mình chính là tâm tham, sân, si, mạn, nghi, ác kiến,..v.v.... mà chúng đã ẩn núp trong tâm hồn của con người. Mượn chúng sanh để diệt chúng sanh tâm nghĩa là mượn hoàn cảnh bên ngoài để trải nghiệm sự tu tập trong sự diệt khổ của chúng ta, mượn những hoàn cảnh trái ngang của chúng sanh để trải nghiệm những phiền não trong tâm của mình còn hay đã mất. Người

thật hành đạo đức từ bi đối xử với mọi người, nhất là đối xử với gia đình phải giống như một người mẹ đối xử với những đứa con thân yêu của mình, cũng giống như một gà mẹ đối xử với bầy gà con của nó. Cha mẹ đối xử với con cái bằng tình thương thì có sự phân biệt, có đứa thương có đứa ghét, có đứa thương nhiều có đứa thương ít, do đó sẽ tạo ra sự bất an trong gia đình; còn cha mẹ đối xử với con cái bằng từ bi thì hành động hy sinh không có sự phân biệt cũng giống như gà mẹ trang trải tình nghĩa cho đàn gà con của nó và không cần đòi hỏi chúng nó biết ơn hay trả ơn. Sự khác biệt giữa tâm từ bi và tâm tình thương:

\*)- Tâm từ bi thể hiện qua hành động vị tha không vị kỷ với tâm ngôn là *“Đạo cần ta đến chúng sanh cần ta đi không nề gian lao không từ khó nhọc”*,

\*)- Tâm tình thương thể hiện qua hành động vị kỷ hơn vị tha, chuyên lánh nặng tìm nhẹ, chỗ nào dễ thì đến giúp, chỗ nào thấy khó thì tránh mặt. Thích chỉ huy mà không thích dẫn thân.

\*)- Tâm từ bi đặt trên nền tảng thi ân bất cầu báo, nghĩa là mình thi ân không cần họ biết ân và không cần họ đền đáp ân nghĩa.

\*)- Tâm tình thương đặt trên nền tảng thi ân cầu báo, nghĩa là mình thi ân nhưng đòi hỏi họ phải biết ân và họ phải đền đáp ân nghĩa.

\*)- Tâm từ bi không phân biệt kẻ thân người sơ, kẻ thương người thù, nghĩa là bất cứ ai đau khổ thì mình sẵn sàng hy sinh cứu giúp.

\*)- Tâm tình thương thì phân biệt kẻ thân người sơ, kẻ thương người thù, nghĩa là mình dành ưu tiên cho người thân nhiều hơn người không thân, kẻ thương thì mình sẵn sàng giúp đỡ, còn kẻ thù thì làm lơ.

\*)- Tâm từ bi không bao giờ cầu danh, nghĩa là mình hành động bằng cách vô danh, không cần ai biết đến.

\*)- Tâm tình thương thì cầu danh, nghĩa là quảng cáo để cho mọi người đều biết đến tình thương của mình.

Chúng ta nên biết, gia đình là một xã hội nhỏ sẽ có những hoàn cảnh bất an đưa đến tạo cho nhau những sự khổ đau ngăn cách. Chỉ có từ bi mới xóa hết mọi khổ đau và ngăn cách. Cho nên đôi chồng vợ phải lấy đạo đức từ bi cư xử với nhau mới có thể ngăn ngừa những bất hạnh đưa đến cho gia đình mất hạnh phúc. Muốn được như thế, chồng vợ mỗi người phải chuyên cần tu luyện đạo đức từ bi.

5)- Tu Tập Giới Luật Đã Thọ Cho Được Thanh Tịnh Để Tiêu Biểu Đạo Đức Làm Người.

Giới luật đạo đức làm người theo Phật Giáo chính là Ngũ Giới và theo Nho Giáo chính là Ngũ Thường. Ngũ Giới của Phật Giáo và Ngũ Thường của Nho Giáo mặc dù danh nghĩa khác nhau nhưng ý nghĩa và giá trị không khác nhau, cả hai đều là luật pháp dùng để xây dựng nhân cách làm người. Pháp số của Ngũ Giới gồm có: Không Sát Sanh, Không Trộm Cắp, Không Tà Dâm, Không Vọng Ngữ, Không Uống Rượu. Pháp Số của Ngũ Thường gồm có: Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí, Tín.

Sự quan hệ của Ngũ Giới và Ngũ Thường như sau:

- 1)- Nhân Bất Sát: nghĩa là có lòng nhân từ thì không được sát sanh.
- 2)- Nghĩa Bất Đạo: nghĩa là có đạo nghĩa thì không được trộm cắp.
- 3)- Lễ Bất Dâm: nghĩa là người có lễ độ thì không được tà dâm.
- 4)- Trí Bất Âm: nghĩa là người có trí thì không được uống rượu.
- 5)- Tín Bất Vọng: nghĩa là người có sự tin cậy thì không được nói láo.

Còn sự khác nhau giữa Ngũ Giới và Ngũ Thường như là:

- \*)- Ngũ Thường thì chỉ học tập để thật hành mà không có phát nguyện hành trì để tu tập.
- \*)- Ngũ Giới ngoài sự học tập để hiểu biết mà còn phải phát nguyện hành trì và tu tập.
- \*)- Ngũ Thường thì chỉ chú trọng nơi lời nói và hành động mà không chú trọng nơi tư tưởng.
- \*)- Ngũ Giới ngoài sự chú trọng nơi lời nói và hành động mà còn chú trọng nơi tư tưởng, nguyên vì tư tưởng chỉ huy lời nói và hành động.

Do đó, con người phải tu tập giới luật đã thọ cho có chất lượng tốt, nhờ có chất lượng tốt thì mới có giới đức tốt, nghĩa là có hương thơm giới đức thể hiện nơi con người, nhờ có giới đức tốt thì mới có giới thân (có giới tướng: tướng tu), có huệ

mạng (mạng sống có trí tuệ sáng suốt) tốt để chỉ đạo cuộc sống làm người. Cho nên đôi chồng vợ, nếu là Phật Tử muốn có hạnh phúc chân thật đích thực của nó thì phải chuyên cần tu tập giới luật đã thọ cho được thanh tịnh.

## 5.- KIẾN HÒA CÙNG NHAU GIẢI BÀY: ( Kiến Hòa Đồng Giải )

Kiến hòa cùng nhau giải bày, nghĩa là thấy biết những điều hay lẽ phải thì giải bày cho nhau cùng hiểu. Trong một gia đình, trình độ kiến thức của mọi người có ngang nhau thì mới cảm thông với nhau, cho nên chồng vợ mỗi người phải:

### 1)- Trao Đổi Ý Kiến Với Nhau Cùng Hiểu:

Bước chân vào đời, không ai tự hào rằng mình thông hiểu hết mọi mặt của lẽ sống và cũng không ai có kinh nghiệm lão luyện hết mọi nghề theo nhu cầu cho gia đình mà không cần đến sự học hỏi của kẻ khác, nhất là sự phức tạp của xã hội quan hệ đến cuộc sống của con người. Người giỏi về phương diện kỹ sư nông nghiệp nhưng không giỏi về ngành khoa học cơ giới, người giỏi về ngành bác sĩ trị liệu thân bệnh nhưng không giỏi về chuyên môn trị liệu tâm bệnh,..v..v.... Trong tinh thần duyên sanh, sự sống còn của chúng ta không thể thiếu những ngành chuyên môn cung ứng, kể cả chuyên môn về tinh thần cho mặt tâm linh. Do đó chúng ta cần phải thấu thập những ý hiển hay bên ngoài để bổ túc cho đời sống của chúng ta mỗi ngày được tốt đẹp hơn. Cho nên một gia đình muốn đạt được những thành quả tốt đẹp cho cuộc sống, người chồng hay người vợ, bất cứ ai đã thấu thập được bất cứ điều gì hay hoặc những kinh nghiệm nào tốt ở bên ngoài cần phải trao đổi cho nhau cùng hiểu cùng thông suốt để cùng nhau chia sẻ và cùng bổ túc cho nếp sống gia đình ngày thêm thăng tiến. Có hiểu biết có thông suốt như nhau thì mới có sự hòa hợp cùng một nhịp điệu trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình. Đã sống chung với nhau nếu kiến thức bất đồng, không cùng hiểu biết, không cùng thông suốt, kẻ thì thấy xa, người thì thấy gần, kẻ thì quan niệm sâu sắc, người thì quan niệm nông cạn, tình trạng như thế thì không thể nào thành công trong cùng một ý hướng xây dựng.

Nhưng chúng ta cần nên nhận thức rằng, không phải tất cả những điều tốt trong xã hội đều là nhu cầu thiết yếu của gia đình mà ở đây chúng ta cần phải biết sống hạnh tùy duyên theo hoàn cảnh, nghĩa là phải biết chọn lựa những điều tốt nào quan hệ không thể thiếu sự có mặt của nó trong việc xây dựng hạnh phúc gia đình làm cảm nang cho đời sống. Nói cách khác, chúng ta nên lấy gia đình làm nền tảng và chọn những điều tốt nào theo nhu cầu của gia đình mà không nên chạy theo sự

phần hoa của xã hội mà khả năng gia đình không đáp ứng nổi, đúng với châm ngôn: “*Liệu cơm gắp mắm*”.

Nói tóm lại, sống chung trong một gia đình, chúng ta cần phải trao đổi với nhau những ý kiến hay và những điều kinh nghiệm tốt mà chúng ta đã thu nhận được từ bên ngoài để cùng nhau hiểu biết cùng nhau chia sẻ và chỉ áp dụng những hiểu biết nào, những kinh nghiệm nào mà nhu cầu gia đình cần thiết phải có.

## 2)- Chia Xẻ Với Nhau Khi Bị Thất Bại:

Trên tinh thần đồng lao cộng khổ, vui cùng hưởng khổ cùng chịu, chồng vợ khi người nào gặp phải những hoàn cảnh trái ngang như bị thất nghiệp hay làm ăn bị thất bại..v.v.... thì người kia phải có tinh thần thông cảm, nên chia sẻ và an ủi, khuyến khích cho họ lên tinh thần để đủ sức đương đầu với những trở ngại dồn dập đưa đến. Trong những hoàn cảnh đó, người chồng hay người vợ khi gặp đôi chút khó khăn không nên có thái độ phũ phàng trách móc đối với bạn đời của mình đang trong tình trạng khổ đau lo lắng và cũng không nên tự mình rẽ sang lối khác chạy theo sự tham vọng riêng tư vô tình đưa tâm trạng kẻ bị thất bại vào con đường quản trị đồng thời cũng gây tạo cho gia đình đáng lý phải được êm ấm hạnh phúc trở nên xáo trộn bất an đốt cháy niềm tin của nhau.

Con người nên biết rằng cuộc đời không phải tuyệt đối, luôn luôn có hai mặt: có tốt có xấu, có thành có suy, có lúc sung sướng tràn đầy và cũng có khi đau khổ giãנג mắc bủa vây. Con người sống trong cuộc đời khi nắm bắt được những may mắn đến với mình không nên có thái độ tự hào và khi gặp lúc những bất hạnh bủa vây cũng không nên thối chí ngã lòng mà phải giữ vững niềm tin chờ cơ hội một ngày nào đó bình minh sẽ trở lại.

Giữ vững niềm tin có nghĩa là giữa chồng và vợ phải hợp tác chặt chẽ với nhau, chia sẻ niềm đau cho nhau trong mọi hoàn cảnh để đủ can đảm đương đầu trước những khó khăn mang đến và tin tưởng đời sống của mình sau cơn gió lốc đi qua nó sẽ tươi sáng trở lại.

Muốn giữ vững niềm tin để chia sẻ với nhau khi bị thất bại, chồng và vợ phải chọn lấy hạnh phúc gia đình làm nền tảng căn bản để vượt qua mà ở đây không phải chọn lấy chủ nghĩa cá nhân làm nhu yếu cho lẽ sống. Chồng hay vợ nếu như chọn lấy chủ nghĩa cá nhân làm nhu yếu cho lẽ sống thì vô tình đập đổ nền tảng hạnh phúc gia đình trong việc sống chung trở nên rã nát và cũng từ đó hạnh phúc cá nhân sẽ mất đi điểm tựa về mặt tâm linh rồi đưa đời sống con người tuột dần xuống vực thẳm của hố sâu đau khổ. Cho nên đôi chồng vợ phải ý niệm rõ tinh

thần đồng lao cộng khổ mặc dù gặp bất cứ hoàn cảnh nào trong cuộc đời thăng hay trầm, vinh hay nhục cùng nhau đồng tâm chia sẻ một cách chân thành thì không bao giờ cản trở được bước tiến của mình trên con đường xây dựng nếp sống an lạc hạnh phúc chân thật.

### 3)- Biết Cách Sống Để Được Hạnh Phúc Bền Lâu:

Cổ Đức có câu: “*Khôn cũng chết, dại cũng chết, biết mới sống*”. Khôn gọi cho đủ là khôn ngoan lanh lợi, nghĩa là người có trí khôn biết phân biệt lợi hại phải quấy, biết hoạt bát xoay trở, biết cách nói năng lanh lợi hấp dẫn. Dại là dại khờ đần độn, nghĩa là người ngu dại tối dạ, chậm chạp, ít hiểu biết, ít phân biệt phải quấy, thua kém đủ mọi mặt. Biết là nhận biết, nghĩa là người nhận chân được sự việc đã xảy ra và biết mình sống như thế nào cho hợp lý.

#### a)- *Khôn Cũng Chết*:

Chữ chết ở đây có nghĩa là bị chết vì đói khổ. Khôn cũng chết, nghĩa là người khôn ngoan lanh lợi rồi sẽ bị chết vì đói khổ do bởi thất bại mọi mặt trong trường đời. Trong trường đời, người nào tỏ ra mình khôn ngoan lanh lợi xuất sắc hơn hết thì sẽ bị mọi người ganh ghét và mỗi khi ganh ghét thì họ tìm đủ mọi cách bao vây, ruồng bỏ, cô lập, nhằm mục đích phá hoại bước tiến của họ không cho góc đầu lên trong xã hội và cố đẩy họ rơi vào hố thẳm của khổ đau trong cuộc đời cho thỏa dạ.

Theo lẽ sống của chúng ta quan hệ chặt chẽ vô cùng với xã hội trong mọi hoàn cảnh với tinh thần đùm bọc chở che đúng với câu tục ngữ: “*Bà con xa không bằng lối xóm gần*” mà ở đây chúng ta vì nổi bật sự khôn ngoan lanh lợi cho nên bị xã hội ganh ghét ruồng bỏ thì làm sao sống yên gió lặng được, vì thế châm ngôn mới có câu “*Khôn cũng chết*”.

#### b)- *Dại Cũng Chết*:

Dại cũng chết, nghĩa là người dại khờ đần độn thiếu hiểu biết, gặp đâu tin đó cho nên thường bị người đời lợi dụng đến tận cùng xương tủy, đến khi hết sới rồi việc liền bị đào thải, vắt chanh bỏ vỏ, sống lây lất bên đĩa hè của xã hội cho đến trút hơi thở cuối cùng, vì thế châm ngôn có câu “*Dại cũng chết*”.

#### c)- *Biết Mới Sống*:

Biết mới sống, nghĩa là người phải biết cách sống mới được hạnh phúc bền lâu. Người biết cách sống nghĩa là người không phải hạng đại khờ đần độn và cũng không phải thuộc về hạng khôn ngoan lạnh lợi như trình bày ở trước.

\*)- Hạng đại khờ đần độn là hạng không có trí tuệ sáng suốt và hạng này cần tu tập đào luyện để có trí tuệ sáng suốt; người có trí tuệ sáng suốt mới có thể chẳng những hiểu rõ mặt thật và mặt trái của tất cả pháp mà còn có thể hiểu rõ toàn diện và cả đến chiều sâu (phía bên trong) của tất cả pháp.

\*)- Còn hạng khôn ngoan lạnh lợi cũng không phải là hạng có trí tuệ sáng suốt. Hạng khôn ngoan lạnh lợi luôn luôn sống bằng xảo thuật để đạt đến mục tiêu của sự ham muốn mà không thấy được những tai họa ở phía sau, chỉ biết những lợi dưỡng trước mắt mà không đoán được những biến cố sẽ đưa đến ở tương lai. Đã vậy khi đắc thế họ còn thường hay tỏ thái độ cao ngạo tự đắc mục hạ vô nhân.

\*)- Riêng hạng biết cách sống để được hạnh phúc là hạng người có trí tuệ biết trước được những hậu quả của sự việc và biết dự trù để tránh khỏi những hậu quả đó xảy đến. Nghĩa là hạng người biết cách sống phải có trí tuệ nhận thấy rõ ràng cuộc đời luôn luôn nằm trong vòng tương đối hết ngày rồi đến đêm hết đêm rồi đến ngày, hết nước lớn rồi đến nước ròng hết nước ròng rồi lại đến nước lớn, hết thanh rồi đến suy hết suy rồi lại đến thanh, hết may mắn rồi đến rủi ro hết rủi ro rồi đến may mắn trở lại, không có gì tuyệt đối cả, cứ xoay tròn mãi cho đến bất tận, đó là định luật vô thường và luân hồi cố hữu của vũ trụ và tất cả pháp hữu vi trong đó có chúng ta đều không thoát khỏi hai định luật này chi phối.

Người biết cách sống, khi được may mắn, gặp chỗ làm ăn phát tài đừng tự hào, đừng buông thả, phải dự trù khi bị thất nghiệp và nếu có dự trù trước khi bị thất nghiệp khỏi phải lo âu mọi mặt, chờ thời gian hết cơn bỉ cực đến hồi thới lai, rồi sẽ có chỗ làm ăn khác phát triển trở lại, các việc khác cũng thế. Hơn nữa mình trong lúc được hưng thịnh, không ỷ lại tài năng, không tự phụ sự khôn ngoan lạnh lợi, tạo được sự thương yêu với mọi người, nhờ đó khi bị sa chân thất thế được mọi người chung quanh thương yêu che chở yên lòng trong thời gian chờ cơ may sẽ đến. Nguyễn Du thường nhắc nhở rằng: *“Có tài đừng cậy chi tài, chữ tài liền với chữ tai một vần”*, nghĩa là người biết sống theo tinh thần duyên sanh thì đừng cậy nơi tài năng khôn ngoan lạnh lợi của mình mà phải cần đến mọi người chung quanh tin tưởng thương yêu hỗ trợ, che chở khi gặp phải cơn mưa nắng trở trời. Những hạng thấy rõ thể sự cuộc đời luôn luôn đổi thay như thế và theo tình thế sống biết dự trù trước chính là những người biết cách sống để được hạnh phúc bền lâu.

#### 4)- Khuyến Khích Nhau Trong Việc Tu Học, Phước Thiện:

Như chúng ta đã biết, thân bệnh thì nhờ y dược của bác sĩ để trị liệu, còn tâm bệnh thì phải nhờ đến pháp dược của đức Phật trị liệu mới có thể an lành. Pháp dược của đức Phật chính đức Phật đã ra toa sẵn và theo đức Phật chính mình tự trị liệu cho mình mà không ai có thể thay thế trị liệu cho mình, nghĩa là chính mình phải tự uống lấy mà không ai có thể kể cả đức Phật uống thế cho mình. Nói cách khác đức Phật muốn cho mình trở thành một vị lương y để chính mình tự trị lấy cho mình. Muốn trở thành vị lương y để trị tâm bệnh, theo Phật dạy chúng ta phải chuyên cần tu học Phật Pháp là những toa thuốc Dược Vương Dược Thượng tự uống vào mới ngỏ hầu giải thoát căn bệnh khổ đau trầm kha trong tâm linh của chúng ta và nhờ đó những hạnh phúc thực sự chân thật mới gặt hái được cho mình. Đức Phật chỉ là người gia hộ yểm trợ phương tiện mà không phải là người cứu rỗi hay chuộc tội cho mình. Thế nên đôi chồng vợ muốn đạt được hạnh phúc chân thật bền lâu cần phải khuyến khích nhau tu học Phật Pháp để trở thành vị lương y thâm diệu trong việc trị liệu tâm bệnh cho nhau.

Ngoài ra, chúng ta phải phát tâm làm những việc phước thiện để bồi dưỡng tâm linh cho thêm tăng trưởng đạo lực từ bi, cũng như một người bệnh nặng sau khi được lành, cần phải uống thuốc bổ bồi dưỡng thân thể để sức khỏe sớm được bình phục. Từ bi là chất liệu sống và ý nghĩa của sự sống an lạc mà tất cả chúng sanh trong tinh thần duyên sanh không thể thiếu trong sự kiến tạo hạnh phúc chân thật cho con người. Chất liệu từ bi có khả năng hóa giải mọi mâu thuẫn hận thù và kết nối thân thương mọi khuynh hướng dị biệt trở thành chất keo sơn hòa hợp trong cộng đồng duyên sanh. Tâm từ bi muốn cho phát triển lớn mạnh thì môi trường căn bản nhất không ngoài làm việc phước thiện. Người làm việc phước thiện là người trải tâm từ bi đến với những nơi phước thiện mà mình thật tâm trang trải và những phước thiện đó chính là nhân tố ảnh hưởng trở lại tâm mình biến thành quả lành bồi dưỡng tâm từ bi của mình trưởng thành nhân tố phát triển.

Tóm lại người muốn được hạnh phúc chân thật thì điều kiện cần thiết phải thực hiện cho kỳ được hai yếu tố tu tập và làm việc phước thiện nhằm hóa giải những nghiệp khổ đau và phát triển đạo lực tâm từ bi cho nếp sống được thăng hoa thánh thiện.

#### 6.- LỢI HÒA CÙNG CHIA XẺ: (Lợi Hòa Đồng Quân)

Lợi hòa cùng chia xẻ nghĩa là những tài lợi hay đồ dùng thu thập được phải phân chia đồng đều cho những người cùng sống chung với mình, hoặc cùng nhau



thọ dụng, không được chiếm làm của riêng hay giành phần nhiều về mình. Theo tinh thần lợi hòa cùng chia sẻ chúng ta phải thực hiện những điều sau đây:

### 1)- *Không Được Riêng Tư Quyết Định:*

Tài sản trong gia đình là của chung, thuộc của chồng công vợ và tài sản đó muốn thực hiện vào việc gì thì phải có sự đồng ý của chồng hay của vợ, không được tự mình riêng tư quyết định.

Của chồng công vợ nghĩa là gì? Của chồng nghĩa là tiền của và sự nghiệp của gia đình sở dĩ có được chính là do công lao của người chồng đứng ra gây dựng nên, cho nên gọi là của chồng. Công vợ nghĩa là người vợ có công thay thế chồng quản lý tiền của và bảo trì sự nghiệp gia đình được tồn tại bền lâu chính là công lao của người vợ, cho nên gọi là công vợ. Đây là cách sống chung của luân lý thời xưa. Theo luân lý thời xưa, người chồng thì đóng vai tòng quân, cột trụ của gia đình, có trách nhiệm đối ngoại, giao dịch với mọi tầng lớp xã hội để tạo dựng sự nghiệp cho gia đình; còn người vợ thì thuộc về hạng cát đằng nương bóng tòng quân, đóng vai nội trợ, thay mặt chồng đối nội, có nhiệm vụ trông nom tài sản của chồng, sắp xếp gia đình trên dưới có trật tự, trong ngoài có ngăn nắp đâu ra đó để tài sản và sự nghiệp của chồng khỏi bị thất thoát hư hao. Thế nên tục ngữ mới có câu: “*Của chồng công vợ*”.

Theo xã hội ngày nay, chồng và vợ cả hai cùng nhau tạo dựng sự nghiệp gia đình cho việc sống chung và quyền lợi sở dĩ có được không riêng gì của chồng hay của vợ mà cả hai đều đầu tư công sức vào đó cả mồ hôi và nước mắt. Những tài sản nói trên chẳng những người chồng mà cho đến người vợ đều có quyền hưởng thụ. Nhưng với những tài sản đó muốn sử dụng vào bất cứ việc gì, người chồng hay người vợ không được độc quyền chi tiêu riêng tư mà không có sự đồng ý của hai bên, nghĩa là hai người không được quyền có túi hồ túi xê của tài sản chung nói trên. Người chồng hay người vợ muốn hưởng thụ đến tài sản này phải có sự hợp tác chặt chẽ của hai người trong sự hòa thuận cả mọi mặt, nghĩa là muốn chi tiêu tài sản đó thì phải thương lượng với nhau trước khi thi hành và phải được sự vui vẻ đồng tình với nhau trong tinh thần hòa hợp, trong đó không có sự ép buộc hay cắn rứt thất bụng nể lòng. Người chồng hay người vợ biết tự trọng và áp dụng đúng nguyên tắc sống này thì gia đình đó hạnh phúc biết bao.

Thí dụ như vì chuyện gởi quà về Việt Nam cho thân nhân, nhiều gia đình trở nên bất hạnh, mất hết hạnh phúc. Nguyên do họ gởi quà cho thân nhân không được công bằng. Chồng hay vợ thường lấy công quỹ gia đình chỉ gởi riêng cho thân nhân của mình, còn thân nhân của chồng hay của vợ thì không cần biết đến, không

quan tâm chia sẻ. Tình trạng đó gây rạn nứt không nhỏ trong gia đình, có khi đưa đến hiện tượng chồng vợ li dị nhau, tạo nên sự bất an cho con cái. Muốn gia đình được hạnh phúc theo ước nguyện, chồng hay vợ phải tránh tâm trạng riêng tư ích kỷ trong việc đối xử công bằng mà việc gởi quà cho thân nhân cũng chính là một trong những điều kiện tất yếu cần phải chú ý.

## ***2)- Phải Chi Tiêu Có Điều Độ Đúng Theo Nhu Cầu Cần Thiết:***

Lương bổng của gia đình thì có giới hạn, nhưng nhu cầu cho sự sống thì vô cùng. Hơn nữa trong cuộc đời sự may mắn và sự bất hạnh không có hình tướng, nó đến với chúng ta lúc nào không biết và nó ra đi khỏi tầm tay của chúng ta khi nào cũng không hay. Có một điều nên biết, sự may mắn đến với chúng ta chỉ có một lần rồi vĩnh biệt luôn, nhưng sự bất hạnh đến với chúng ta luôn luôn dồn dập không chút nương tay. Chúng ta phải biết rằng công ăn việc làm có khi lên nhưng cũng có khi xuống dốc và tiền bạc có khi sung túc nhưng cũng có lúc túi cạn tay không. Khi có tiền vô ra thường xuyên, khi có công ăn việc làm no cơm ấm áo, chúng ta không nên chi tiêu bừa bãi theo sở thích mà phải sử dụng đúng theo nhu cầu cần thiết của gia đình, miễn làm sao đầy đủ tiện nghi trong vòng tương đối theo lương bổng của mình nhằm đề phòng những chuyện bất trắc xảy đến cho gia đình đủ sức xoay trở.

Thí dụ, trong gia đình, chúng ta cần một chiếc xe hơi dùng phương tiện để đi làm việc sanh sống, nhưng khi mua xe phải nhìn lại lương bổng của mình mà định mức chi tiêu, không nên mua xe đắt giá cho thật sang trọng quá mức đồng lương để khoe với xã hội mà chính mình phải vướng nợ ngân hàng. Xã hội chỉ khen chúng ta có chiếc xe sang trọng rồi thôi mà không bao giờ quan tâm đến sự đau khổ ngủ không yên của chúng ta vì phải lo đi cày hai ba jobs để trả nợ hằng tháng, vì phải lo chăm sóc khi nó bị hư hao,..v..v..... Cũng vì lao nhọc lo đi cày hai ba jobs để giải quyết nợ nần mà hạnh phúc gia đình trở nên lạnh nhạt, tình nghĩa con cái trở nên thờ ơ lạc lõng.

Nhằm cung ứng nhu cầu cho gia đình, chúng ta phải biết chọn lấy những vật liệu dựa trên công dụng căn bản của món đồ mà không nên căn cứ trên giá trị sang trọng quý giá của vật liệu. Giữa hai món đồ, một loại với vật liệu tầm thường rẻ tiền và một loại với vật liệu sang trọng quý giá, nhưng công dụng của chúng đều giống nhau, chúng ta nên chọn lấy món đồ với vật liệu tầm thường vừa với khả năng túi tiền, miễn làm sao không thiếu tiện nghi là được. Mặc dù với vật dụng rẻ tiền, chúng ta biết cách sắp xếp, biết cách ăn mặc thì gia đình vẫn trở nên sang trọng hơn là những món đồ quý giá đắt tiền mà người sử dụng không có cặp mắt mỹ thuật trang trí.

Tóm lại, nhắm vào kinh tế gia đình, chúng ta phải biết tiết kiệm trong việc chi tiêu và chi tiêu có điều độ chừng mực, không nên phung phí bừa bãi mà gia đình không cần thiết đến.

### **3)- *Phải Dự Trù Trong Việc Chi Tiêu:***

Có nhiều gia đình ít khi dự trừ trong việc chi tiêu, nghĩa là không có thành lập lịch trình hằng tháng trong việc chi tiêu. Vì thế có nhiều gia đình chi tiêu không có mức độ, nghĩa là khi có công ăn việc làm thì họ chi tiêu cho thỏa mãn theo sở thích và đến khi thiếu hụt thì họ đi vay mượn ăn trước trả sau; cho nên họ bị nợ trước chồng lên nợ sau và suốt cuộc đời bôn ba đây đó kiếm tiền để trả nợ. Họ cũng vì ăn trước trả sau không có dự trừ chi tiêu thành thử cuộc sống của họ không có tương lai sáng lạng và con cái của họ tuyệt vọng tiến thân. Hiện tượng này cũng là một yếu tố khiến cho gia đình trở nên mất hạnh phúc.

Để tránh sự bế tắc xảy đến cho cuộc sống mai sau, mỗi gia đình cần phải dự trừ trong việc chi tiêu bằng cách thành lập một ngân khoản Phúc Lợi trong số lương chung của hai chồng vợ. Ngân khoản Phúc Lợi chính là ngân khoản còn lại được trích ra trong tổng số lương bổng của chồng vợ cộng lại sau khi khấu trừ tất cả chi phí hằng tháng cần thiết trong gia đình. Ngân khoản Phúc Lợi cũng phải chia làm ba phần: ngân khoản dự trừ, ngân khoản phụ trội và ngân khoản phước đức.

\*)- Ngân khoản dự trừ: nghĩa là ngân khoản dành cung cấp cho những sự việc bất ngờ xảy ra trong gia đình như, tai nạn, bệnh hoạn, xe hư dọc đường..v.v..... mà những khoản tiền chi tiêu đó không nằm trong ngân khoản lịch trình chi tiêu hằng tháng. Ngân khoản này phải tích lũy hằng tháng sau khi được trích ra từ trong ngân khoản phúc lợi.

\*)- Ngân khoản phụ trội: nghĩa là ngân khoản dành chi tiêu cho những công việc linh tinh khác ngoài ngân khoản lịch trình chi tiêu hằng tháng như, lễ hội, tiệc tùng, hội đoàn, sanh nhật..v.v..... mà mình không thể không tham dự. Ngân khoản này cũng phải tích lũy hằng tháng sau khi được trích ra từ trong ngân khoản phúc lợi.

\*)- Ngân khoản phước đức: cũng gọi là ngân khoản xã hội, nghĩa là ngân khoản dành chi tiêu vào công việc từ thiện xã hội. Thuốc bổ là y dược để bồi dưỡng thân thể, còn phước đức là chất liệu để bồi dưỡng tâm linh. Chúng ta muốn bồi dưỡng tâm linh cho tăng trưởng phước đức làm lẽ sống an lạc cho gia đình thì phải thực hiện công tác xã hội. Những nơi trợ giúp cho việc phước đức tăng trưởng

chính là công tác bố thí cho những người nghèo đói đau khổ, công tác cúng dường vào việc cúng chùa, tạo tượng, in kinh,..v.v....., vì những nơi đó là môi trường đáng quý cho việc tăng trưởng phước đức nơi bản thân nơi gia đình với những nguyên do sau đây:

\*)- Thứ nhất, những người nghèo đói, đau khổ là những nơi rất cần đến những người cứu khổ cho họ. Điều này đúng với lời chỉ dạy của đức Phật nói ở trong kinh: “*Chúng sanh duyên từ*”, nghĩa là nương nhờ nơi chúng sanh để phát khởi lòng từ bi của mình.

\*)- Thứ hai, việc cúng chùa, tạo tượng, in kinh,..v.v.... vì những nơi đó, những việc làm đó chia sẻ phước đức rất lớn cho chúng ta qua sự cầu nguyện hằng ngày của họ.

Chú ý, trong ba ngân khoản phúc lợi đã trình bày ở trên, có một ngân khoản nào nếu như bị thiếu hụt thì chúng ta phải làm việc thêm giờ hay kiếm thêm job để bổ sung mà không được chi tiêu lẫn qua hai ngân khoản thặng dư kia.

Tóm lại, mỗi gia đình cần phải thiết lập lịch trình chi tiêu hằng tháng, trong đó có ngân khoản Phúc Lợi để cho cuộc sống có ý nghĩa, có an lạc, có hạnh phúc và có một tương lai tươi sáng, chẳng những cho mình, cho gia đình mình và cho cả con cái của mình trong việc tiến thân. Gia đình nào thực hiện được những điều đã trình bày trên là gia đình đó biết sống cho nhau, biết dự trù trong việc chi tiêu và gia đình đó đáng được tôn quý trong xã hội.

#### 4)- ***Phải Tri Túc Trong nếp Sống:***

Tri túc là biết đủ, người sống tri túc nghĩa là người sống có chừng mực không truy lạc xa hoa phung phí, buông thả. Kinh Phật có dạy: “*Tri túc thường lạc, đa ưu tắc bi*”, nghĩa là người biết đủ thì thường được an vui và người lo âu nhiều thì bị buồn khổ nhiều. Người sống biết đủ là người biết sống lượng sức, biết sống theo khả năng sẵn có của mình, không xa hoa, không đua đòi những điều quá tầm tay mà khả năng của mình không cho phép.

Kinh Di Giáo Phật dạy: “*Người tri túc dù nằm trên đất cũng vẫn an vui, Kẻ không tri túc dù ở cảnh Thiên đường cũng chẳng vừa ý*”. Người tri túc không bị năm thứ dục lạc chi phối. Năm thứ dục lạc nghĩa là cuộc đời con người thường bị năm thứ dục lạc trói buộc cuốn trôi bởi ham muốn. Năm thứ dục lạc gồm có:

1)- Tài Dục: nghĩa là tiền của mờ mắt

- 2)- **Sắc Dục**: nghĩa là sắc đẹp quyển rủ
- 3)- **Danh Dục**: nghĩa là danh vọng lôi cuốn
- 4)- **Thực Dục**: nghĩa là ăn uống say mê
- 5)- **Thùy Dục**: nghĩa là ngủ nghỉ lười biếng.

Kinh Niết Bàn, quyển 22 giải thích: “*Người mê theo Ngũ Dục (năm thứ dục lạc) tỷ như con chó gặm xương khô, như kẻ cầm lửa đi ngược gió, như nuôi nhốt con rắn độc, như được cửa trong giấc mộng, như cây trái đầu đường mà nhiều người ném chọi, như một khúc thịt mà có cả bầy chim tranh ăn, như bọt trên mặt nước....*” Năm thứ dục lạc như của tạm bợ, không được lâu dài.

Trong phạm vi gia đình, năm thứ dục lạc nói trên cần nên tiết chế theo nhu cầu và sử dụng theo khả năng, không nên chạy theo thị trường, buông thả theo sở thích mà phải bị lao tâm tổn sức, phá hoại gia cang, như:

- a. **Tiền của**: tạo dựng theo khả năng, sống theo nhu cầu, đừng chạy đua quá độ để có tiền của cho nhiều mà bỏ quên hạnh phúc gia đình.
- b. **Sắc đẹp**: luôn luôn tâm niệm mình đã có gia đình, vì con cái, không nên đề cho sắc đẹp bên ngoài quyển rủ để làm tổn thương đến hạnh phúc gia đình.
- c. **Danh vọng**: tiếng thơm nếu mình đã có thì không cần phải phô trương, luôn cúi, nịnh bợ làm mất đi phong cách của một con người.
- d. **Ăn uống**: ăn uống để sống mà không phải sống để ăn uống, cho nên ăn uống phải có tiết độ, không nên tham ăn tham uống quá độ đem đến tai hại cho thân xác.
- e. **Ngủ nghỉ**: trao cái vóc óc u mê, nghĩa là trao dồi thân thể cho đẹp thì tâm hồn trở nên đàn độn ngu si. Con người thiếu ngủ thì dễ bị bệnh hoạn, nhưng ngủ nghỉ quá độ thì kém thông minh, hiểu biết chậm chạp.

Tóm lại, tri túc là biết sống an phận, biết chấp nhận những nhu cầu hiện có khiêm tốn trong khả năng tạo dựng của mình, không phung phí xa hoa dư thừa, không đua đòi theo sở thích, không chạy đua theo phong trào vật chất, biết dừng lại ở nơi cần phải dừng trong thanh bản lạc nghiệp. Người sống tri túc là người biết bảo vệ hạnh phúc gia đình, biết lo cho chồng vợ con cái, dù bất cứ hoàn cảnh nào giữ gìn cho gia đình được hạnh phúc lâu dài là thỏa mãn cho tâm nguyện của mình. Những người biết sống như trên đáng được kính trọng và tôn vinh.

### III.- KẾT LUẬN:

Đây là những nguyên tắc căn bản cho việc sống chung trong một gia đình cần phải có để xây dựng hạnh phúc dài lâu. Nội dung những nguyên tắc này bao gồm cả tâm lý, sinh lý và vật lý được rút ra từ nơi những điều Phật dạy trong các kinh luận và xây dựng trên nền tảng sáu pháp hòa kính (Lục Hòa) ngõ hầu giúp cho người Phật Tử tại gia sống có ý nghĩa để được hạnh phúc an vui theo tinh thần Phật Giáo. Giá trị tinh thần những nguyên tắc trên nhằm mục đích quân bình cả tâm lý, sinh lý và vật lý qua sự chỉ đạo của tâm trí con người không cho thặng dư (không cho xí thạnh) sẽ gây xáo trộn bất an cho cá nhân và tập thể. Đối với tuổi trẻ mới lớn lên, những nguyên tắc nói trên chính là kinh nhật tụng cần phải gối đầu cho những trai gái trước khi lập gia đình, là khuôn vàng thước ngọc cho những đôi chồng vợ son trẻ vững bước trên lộ trình hạnh phúc lứa đôi và cũng là cẩm nang đáng giá cho những người lớn tuổi căn cứ theo đó giáo dục con cái mình để biết sống theo con đường hạnh phúc bền lâu. Gia đình nào nếu như quyết tâm thực hiện những nguyên tắc nói trên một cách triệt để thì gia đình đó trở thành gương mẫu tốt trong xã hội và cũng là nền tảng xây dựng lâu dài cho sự giác ngộ giải thoát sanh tử của kiếp nhân sanh.

\*\*\*

*Nghi Thức*  
**LỄ THÀNH HÔN**  
**Wedding Ceremony**

Lễ thành hôn đối với tôn giáo vô cùng quan trọng không thể thiếu trong việc kết hợp lương duyên được bền chặt lâu dài. Đôi trai gái muốn kết thành chồng vợ mang đầy ý nghĩa thì hai người phải vào chùa hay nhà thờ của tôn giáo mà các cháu tín ngưỡng làm lễ thành hôn. Lễ thành hôn là hai trẻ phát nguyện, tức là tuyên thệ trước đức Phật hay trước Chúa yêu nhau trọn đời. Những lời phát nguyện hay lời thề đó ấn vào tâm của hai người thành hai hạt giống (Two Datas) tình yêu chân thật. Đó là hai nguyên nhân nằm sâu trong tâm thức của hai người. Hai hạt giống tình yêu này lâu ngày trở thành hai năng lực luyện ái gắn bó với nhau không cho xa cách. Một trong hai người nếu như phản bội nhau thì người phản bội đó bị hạt giống tình yêu khiến họ bị đau khổ bởi cắn rứt lương tâm, rồi đi đến quả báo qua kiếp sau hay đời sau hạt giống tình yêu khiến họ bị đau khổ bởi người khác phản bội lại họ hoặc hành hạ họ, nhân nào quả nấy không tránh khỏi.

Nghi thức Lễ Thành Hôn, tôi căn cứ theo Nghi Thức Lễ Thành Hôn của Tu Viện Trúc Lâm ở Edmonton – Canada ấn hành, soạn lại cho ngắn gọn mà không mất phần ý nghĩa và giá trị. Nghi Thức Lễ Thành Hôn này gồm có hai phần: phần tiếng Việt và phần tiếng Anh. Trước hết là phần tiếng Việt được trình bày như sau:

## NGHI THỨC HỘ NIỆM HÔN LỄ Wedding Ceremony

- 1.- ĐẠI CHÚNG VÂN TẬP
- 2.- CUNG THỈNH CHƯ TĂNG
- 3.- DÂNG HƯƠNG:

Xin cho khói trầm thơm  
Kết thành mây năm sắc  
Dâng lên khắp mười phương  
Cúng dường vô lượng Phật  
Vô lượng chư Bồ Tát  
Cùng các Thánh Hiền Tăng  
Nơi pháp giới dung thông  
Kết đài sen rực rỡ  
Nguyện làm kẻ đồng hành  
Trên con đường giác ngộ  
Xin mọi loài chúng sanh  
Từ bỏ cõi vô minh  
Theo đường giới, định, tuệ  
Quay về nơi bến giác  
Chúng con kính dâng hương lên Phật và chư vị Bồ Tát (o)

- 4.- ĐẢNH LỄ TAM BẢO: (3 lần đọc và 3 lần  
lạy)

Nhất tâm kính lễ Phật, Pháp, Tăng trường trụ trong mười phương (o)

- 5.- TRÌ TỤNG (đại chúng đồng tụng)

Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật (3 lần)  
Pháp Phật cao siêu màu nhiệm  
Con nay may được thọ trì  
Xin nguyện đi vào biển tuệ

Tinh thông giáo nghĩa huyền vi. (o)

## 6.- TỤNG KINH BÁT NHÃ:

### TÂM KINH ĐẠI BÁT NHÃ BA LA MẬT ĐA

Ngài Bồ Tát Quán Tự Tại  
Một khi quán chiếu thâm sâu  
Bát Nhã Ba La Mật Đa  
Bỗng soi thấy thể năm Uẩn  
Đều không thật có tự tánh  
Liên vượt qua khỏi tất cả  
Bao thứ khổ đau ách nạn.

Này Xá Lợi Tử nghe đây,  
Quả Sắc chẳng khác nhân Không,  
Nhân Không chẳng khác quả Sắc,  
Quả Sắc biến thành nhân Không,  
Nhân Không biến thành quả Sắc,  
Cho đến, Thọ, Tướng, Hành, Thức,  
Cũng đều giống như vậy cả.

Này Xá Lợi Tử nghe đây,  
Thể mọi pháp đều không Tướng,  
Không sanh mà cũng không diệt,  
Không nơ mà cũng không sạch,  
Không thêm mà cũng không bớt.

Cho nên nơi trong thể Không,  
Không có Sắc, Thọ, Tướng, Hành,  
Và cũng không có Thức (Tướng);  
Không có Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt,  
Cho đến Thân, Ý (sáu Căn);  
Không có Sắc, Thinh, Hương, Vị,  
Cho đến Xúc, Pháp (sáu Trần);  
Không có mười tám Giới riêng,  
(Từ Nhãn cho đến Ý Thức);  
Không hề có chút Vô Minh,  
Và không có hết Vô Minh;  
Không có vấn đề Lão Tử,



Và cũng không hết Lão Tử;  
Không có Khô, Tập, Diệt, Đạo,  
Không Trí và cũng không Đắc,  
Vì không có chỗ sở đắc.

Nên khi Bồ Tát nương theo  
Bát Nhã Ba La Mật Đa  
Thì tâm không bị chướng ngại,  
Vì tâm không bị chướng ngại,  
Nên không có chút sợ hãi,  
Xa lìa được mọi điên đảo,  
Xa hẳn được mọi mộng tưởng,  
Đạt đến Niết Bàn tuyệt đối.  
Các đức Phật trong ba đời,  
Cũng nhờ hành trì theo pháp  
Bát Nhã Ba La Mật Đa,  
Đều chứng quả Vô Thượng Giác.

Thế nên cần phải biết rằng,  
Bát Nhã Ba La Mật Đa,  
Chính là Linh Chú đại thần,  
Chính là Linh Chú đại minh,  
Chính là Linh Chú vô thượng,  
Chính là Linh Chú tuyệt đỉnh,  
Chính là chân lý bất vọng  
Có năng lực rất siêu phàm,  
Tiêu trừ tất cả khổ nạn.

Cho nên mỗi khi nói đến  
Bát Nhã Ba La Mật Đa,  
Bồ Tát liền đọc Thần Chú:  
“Yết Đế, Yết Đế, Ba La Yết Đế,  
Ba La Tăng Yết Đế, Bồ Đề Tát Bà Ha” (đọc  
Chú này 3 lần)

7.- KHAI THỊ:  
(Thầy chủ lễ xoay về phía chủ rể và cô dâu mà khai thị)

Hôm nay hai Phật tử (tên chú rể) và (tên cô dâu) làm lễ thành hôn. Trong giờ phút trang trọng này, xin hai Phật tử nghĩ đến những ơn lớn trong cuộc đời của mình mà lễ lạy Tam Bảo để đáp đền công đức sâu dày ấy. Sau lời xướng nghe tiếng chuông lạy xuống 1 lạy.

- \*)- Phật tử mang ơn cha mẹ sanh thành, cúi đầu kính lễ Tam Bảo thường trụ trong mười phương.
- \*)- Phật tử mang ơn sư trưởng giáo huấn, cúi đầu kính lễ Tam Bảo thường trụ trong mười phương.
- \*)- Phật tử mang ơn bằng hữu và các bậc thiện tri thức đã tác thành hôn lễ cho, cúi đầu kính lễ Tam Bảo thường trụ trong mười phương.

## 8.- PHÁT NGUYỆN:

(Thầy chủ lễ tiếp tục khai thị cho 2 Phật tử)

Hai Phật tử! Đây là lúc hai vị phát nguyện sống cuộc sống lứa đôi theo giáo pháp của Phật. Nên biết rằng, thành chồng thành vợ là để cùng nhau xây dựng một gia đình hạnh phúc, để tiếp nối công trình của tổ tiên, ông bà, cha mẹ mà làm cho nòi giống được tồn tại, tốt tươi. Hạnh phúc ấy, trước hết là ở sự chia xẻ: chồng vợ cùng nhau chia xẻ ngọt bùi, buồn vui, cùng nhau nâng đỡ dắt dìu, chăm sóc nhau trong cuộc sống.

Chia xẻ để giúp nhau có sức mạnh tinh thần mà vượt qua những thất bại khó khăn, để thấy được hạnh phúc ở trong nhau mà cùng nhau sống cuộc sống có ý nghĩa cao đẹp để nuôi lớn niềm tin cậy và sự kính trọng nhau, lòng yêu thương và hiểu biết nhau, lòng bao dung và tha thứ nhau – những chất liệu cần thiết làm nên hạnh phúc gia đình. Hạnh phúc chân chánh chỉ có ở một cuộc sống lương thiện, trong sạch, lành mạnh.

Đó là những gì mà đức Phật đã ân cần dạy bảo, thể hiện trong truyền thống đạo đức của tổ tiên và là những gì mà các bậc cha mẹ luôn mong ước cho con cháu của mình. Lại nữa, nên thấy mình là trong liên hệ với tiền nhân cũng như với các thế hệ

mai sau của nòi giống. Đã thừa kế di sản của tổ tiên, mang ơn sanh thành, tạo tác của cha mẹ, thì với con cái sau này, hai Phật tử cũng nên đem hết lòng yêu thương, khả năng và phương tiện nuôi dưỡng chúng nó nên người xứng đáng, làm cho nòi giống được lưu truyền tốt đẹp.

Trong giờ phút kết hợp trang trọng này, trước sự chứng minh của Tam Bảo, sự chứng nhận của cha mẹ và thân bằng quyến thuộc hai họ, hai Phật tử hãy chân thành đọc theo Thầy lời phát nguyện sau đây:

\*)- Chúng con nguyện: từ nay kết thành chồng vợ, vui buồn có nhau, sướng khổ có nhau, cùng bên nhau trong mọi thăng trầm của cuộc sống.

\*)- Chúng con nguyện: giữ niềm tin cậy, yêu thương và hiểu biết nhau, bao dung, tha thứ và lòng kiên nhẫn để cùng nhau xây dựng hạnh phúc gia đình.

\*)- Chúng con nguyện: cùng giúp nhau sống cuộc đời lương thiện, trong sạch và lành mạnh để xứng đáng là người con Phật, xứng đáng với truyền thống đạo đức của tổ tiên nòi giống và với tâm lòng kỳ vọng của cha mẹ chúng con.

\*)- Chúng con nguyện: thường tự nhắc nhở rằng, sự trách móc, sự hờn giận và cãi cọ chỉ làm thương tổn hòa khí mà không giải quyết được gì. Chúng con biết, chỉ có sự hiểu biết và lòng tin cậy mới bồi đắp được cho tình yêu, hạnh phúc và an vui mà thôi.

\*)- Chúng con nguyện: trong đời sống hằng ngày, sẽ dồn hết tâm lực và phương tiện để xây dựng cho thế hệ con cháu của chúng con trong tương lai.

## 9.- Ý NGHĨA CHIẾC NHẪN:

(Thầy chủ lễ giảng ý nghĩa chiếc nhẫn. Sau khi giảng xong, hỏi chú rể và cô dâu như sau)

Chiếc nhẫn được làm bằng vàng, là một thứ kim loại quý trong các thứ kim loại. Trao cho nhau chiếc nhẫn bằng vàng là trao cho nhau những gì quý nhất của con người mình. Nhẫn này hình tròn. Trao cho nhau chiếc nhẫn hình tròn là trao cho nhau trọn vẹn những nguyện ước tốt đẹp nhất trong cuộc đời. Nhẫn này cũng là nhẫn nhục. Để cho hạnh phúc được bền chặt, là chồng là vợ cần biết nhẫn nhịn, bao dung, tha thứ cho nhau, biết chấp nhận những cái tốt, đồng thời cũng biết chấp nhận những cái xấu của nhau để cùng giúp nhau chuyển hóa.

Giờ đây hai Phật tử nghe Thầy hỏi và trả lời sau câu hỏi của Thầy:

(Nam/Nữ) Phật tử (tên) có nhận vị (nữ/nam) Phật tử (tên) là người (vợ/chồng) chánh thức để cùng nhau sống chung hòa hợp, tương kính, tin cậy và thương yêu nhau. Có hết lòng xây dựng hạnh phúc gia đình và luôn luôn chung thủy với (vợ/chồng), mọi việc trong gia đình đều nên cùng nhau bàn thảo một cách hòa nhã, vui vẻ; có biết kính trọng họ hàng, thân quyến và bạn bè của (chồng/vợ), có sẵn sàng nâng đỡ, trợ duyên cho (chồng/vợ) trong các việc làm hợp với đạo lý và lễ pháp không?

- Dạ có.

#### 10.- LỄ TRAO NHÃN:

(Thầy chủ lễ bào hai Phật tử xoay mặt, chấp tay đối diện với nhau và nói)

Theo truyền thống của tổ tiên, chồng vợ kính nhau như mới biết, quý trọng nhau như quý trọng người khách quý. Thể hiện niềm tương kính đó, chủ rể cô dâu quay mặt lại với nhau cùng nhau làm lễ giao bái. Lòng yêu thương và sự cam kết sẽ được tiếp tục lớn mạnh được căn cứ vào sự tương kính này.

- Chú Rể và Cô Dâu cùng giao bái nhau  
(lạy xuống 1 lạy)

(Thầy nói tiếp:)

Hai Phật tử! Bây giờ xin hai vị cầm tay nhau, lập lại lời Thầy nói trước khi trao nhẫn cho nhau:

- Anh/Em (tên) xin nhận em/anh (tên) làm người (vợ/chồng) chánh thức của anh/em. Dù ở bất cứ hoàn cảnh nào, giàu có hay khốn cùng, khỏe mạnh hay ốm đau, an vui hay cực nhọc, chúng ta cũng nguyện trọn đời sống bên nhau trong yêu thương, nhẫn nại, trách nhiệm và danh dự.

– TRAO NHÃN.

#### 11.- HỘ NIỆM:

(Thầy chủ lễ tuyên bố:)

Giờ đây xin đại chúng chấp tay hộ niệm cho cuộc hôn phối này được thành tựu tốt đẹp và bền vững.

Nguyện ngày an lành đêm an lành  
Ngày đêm sáu thời đều an lành  
An lành trong mỗi giây mỗi phút  
Cầu ơn Tam Bảo luôn che chở.  
Nam mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát (3 lần –o)

## 12.- QUAY VỀ NƯƠNG TỰA:

- \*)- Con về nương tựa Phật, người đưa đường chỉ lối cho con trong cuộc đời. (o)
- \*)- Con về nương tựa Pháp, con đường của tình thương và sự hiểu biết. (o)
- \*)- Con về nương tựa Tăng, đoàn thể của những người nguyện sống cuộc đời tỉnh thức. (o)

## 13.- HỒI HƯƠNG:

Phát nguyện pháp thâm diệu  
Tạo công đức vô biên  
Đệ tử xin hồi hương  
Cho chúng sanh mọi miền  
Pháp môn xin nguyện học  
Ơn nghĩa xin nguyện đền  
Phiền não xin nguyện đoạn  
Quả Phật xin chúng nên. (o)

## 14.- KÝ GIẤY HÔN THỨ

## 15.- ĐẠI DIỆN HAI HỌ CẢM TẠ

## 16.- CUNG TIỀN CHƯ TẶNG

HẾT

## WEDDING CEREMONY

- 1.- COMMUNITY GATHERING
- 2.- WELCOME THE SANGHA ENTERING THE SHRINE HALL
- 3.- INCENSE OFFERING

In gratitude,  
we offer this incense  
to all Buddhas and Bodhisattvas  
throughout space and time.  
May it be fragrant as Earth herself,  
reflecting our careful efforts,  
our wholehearted awareness,  
and the fruit of understanding,  
slowly ripening.  
May we, and all beings  
be companions of Buddhas and Bodhisattvas.  
May we awaken from forgetfulness  
and realize our true home.  
We offer this incense to all Buddhas and Bodhisattvas (o)

### 4.- BOWING (bow one each time)

- Homage to the Buddha, the Dharma, and the Sangha in the ten directions (3 times).

### 5.- SUTRA OPENING VERSE:

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sambuddhassa (3 times (o))

The Dharma is deep and lovely  
We now have a chance to see it  
Study it and practice it  
We vow to realize its true meaning (o)

## 6.- CHANTING THE PRAJNAPARAMITA

### THE HEART OF THE PRAJNAPARAMITA

The Bodhisattva Avalokita,  
While moving in the deep course  
of perfect understanding,  
Shed light on the five skandhas  
And found them equally empty.  
After this penetration,  
He overcame ill-being. (o)

Listen, Shariputra,  
Form is emptiness,  
Emptiness is form.  
Form is not other than emptiness,  
Emptiness is not other than form.  
The same is true with feelings,  
Perception, mental formations,  
And consciousness. (o)

Hear, Shariputra,  
All dharmas are marked with emptiness.  
They are neither produced nor destroyed,  
Neither defiled nor immaculate,  
Neither increasing nor decreasing.  
Therefore in emptiness there is neither form,  
Nor feelings, nor perceptions,  
Nor mental formation, nor consciousness;  
No eye, or ear, or nose,  
Or tongue, or body, or mind;  
No form, no sound, no smell, no taste,  
No touch, no object of mind;  
No realms of elements  
(from eyes to mind consciousness);  
No interdependent origins and  
No extinction of them  
(from ignorance to death and decay);  
No ill-being, no cause of ill-being;  
No end of ill-being, and no path;

No understanding, no attainment. (o)

Because there is no attainment,  
The Bodhisattvas, grounded  
In perfect understanding,  
Find no obstacles for their minds.  
Having no obstacles,  
They overcome fear,  
Liberating themselves  
Forever from illusion  
And realizing perfect nirvana.

All Buddhas in the  
Past, present, and future,  
Thanks to this  
Perfect understanding,  
Arrive at full, right,  
And universal enlightenment. (o)

Therefore  
One should know that  
Perfect understanding  
Is the highest Mantra  
The unequalled Mantra  
The destroyer of ill-being  
The incorruptible truth.  
A Mantra of prajnaparamita  
Should therefore be proclaimed  
This is the Mantra:  
Gate, Gate, Paragate, Parasamgate,  
Bodhis Svaha. (3 times – o)

7.- INTRODUCTORY WORDS:  
(Master facing to the couple and teach)

Today (name) and (name) are getting married. To repay the deep favor of the four gratitude who have supported you, this is a moment that both of you should express the sincere gratitude to them by bowing deeply to the Three Jewels after the bell.



\*)- In gratitude to their parents who have brought them to life, they bow deeply to the Three Jewels in the ten directions.

\*)- In gratitude to their teachers who have shown them the Way, they bow deeply to the Three Jewels in the ten directions.

\*)- In gratitude to their friends, who give them guidance and support on the path, they bow deeply to the Three Jewels in the ten directions.

#### 8.- FIVE VOWS:

(Master of Ceremony reads to bride and groom)

Students of the Buddha, this is the moment where you would make your vows to live as according to the Buddha's teaching. You should know that this union is to construct a family, to continue the work of your ancestors, maintaining this human race. Happiness is, most important of all, sharing – that is you should share your moments of joy and sadness, your good and bad times, support and care for one another in your everyday life.

Sharing will grant you spiritual strength to overcome obstacles; it will enable you to recognize true happiness, to gain trust and respect, love and understanding, and to forgive and forget one another – these are the ingredients necessary for a healthy and happy family.

This is the teaching of the Buddha; it is also the wish and desire of all of our ancestors. You should also realize that your existence is the link between your ancestors and your descendants. For that reason, you should love and provide for your children.

In this important moment of your union, before the Triple Gems, witness by the parents and families of both sides, the Bride and the Groom please repeat these vows after me:

\*)- We vow that from now on as spouses will share joys and sorrows, happiness and sadness, and will be close to each other in any experience of life.

\*)- We vow that, in promoting happiness in the family, we will maintain mutual trust, love and understanding and will observe tolerance and forgiveness.

\*)- We vow, to urge each other toward and honest, pure and wholesome life, so as to remain worthy of our claim as disciples of the Buddha, our moral traditions and our parent's highest expectations.

\*)- We vow to frequently remind ourselves that blaming, anger and argument only destroy harmony and do not solve problems. We are aware that only understanding and trust nourish love, happiness and peace.

\*)- We vow that, in our daily life, we will dedicate our time and effort to build a strong and healthy foundation for our future generations.

## 9.- BRIEF DISCUSSION ON THE MEANING OF THE RING

(The Master explains the meaning of the wedding ring. Continue to ask the bride and the groom.)

Gold is the most precious and valuable metal used in making the wedding rings. Giving the golden ring to each other represents giving the most precious and valuable part of yourself to each other. The round shape of the wedding rings is a symbol of the fullness and prosperity. You both wish to give each other all of whom you are and the best of who you will become. And, in Vietnamese language, the meaning of the word “Nhan” (Ring in English) is patience. That is to say, as husband and wife, in every day life, you should be patient with each other, tolerate and forgive each other, accept the good side of each other and also accept the bad side to support each other in transforming.

Please answer “I DO” after the following question:

- Will you (name) take this (man/woman) to be your lawful wedded (husband/wife) to live together in harmony with mutual respect, trust and love? Do you promise to care for the family, to be faithful to your (husband/wife), to have all discussions carried out in a pleasant manner, to respect the friends and relatives of your (husband/wife), to encourage your (husband/wife) to do what is morally right?

- I DO

## 10.- CEREMONY OF EXCHANGE RINGS:

(Bride and Groom please turn and face each other)

In ancestral tradition, husband and wife must always respect each other as a distinguished guest. To express this respect, bride and groom face each other and bow deeply to each other to show the mutual respect. Your love and commitment will continue to grow based on this ground of mutual respect.

The Bride and Groom bow down 1 bow.

Now is the time for you to hold hands repeat after me and exchange rings.

- I (name ) take the (name) to be my lawful wedded (husband/wife), to love, honor and cherish for richer and for poorer, in sickness and in health, as long as we both shall live. EXCHANGE RINGS

## II.- CHANTING:

(Master of ceremony declares):

Will the community recollects the names of the name of the Buddha in support of the newly-wedded couple.

May the day be well and the night is well  
May the midday hour bring happiness too  
In every minute and every second  
By the blessing of the Triple Gem.  
Homage to Bodhisattva Avalokita of Great Compassion.  
(3 times – o)

## 12.- THE THREE REFUGES:

- I take refuge in the Buddha, the one who shows me the way in this life. (o)

- I take refuge in the Dharma, the way of understanding and love. (o)

- I take refuge in the Sangha, the community that lives in harmony and awareness. (o).

### 13.- SHARING MERIT

Reciting the sutras,  
practicing the way of awareness  
gives rise to benefits without limit.  
We vow to share the fruits with all beings.  
We vow to offer tribute to parents, teachers,  
friends and numerous beings  
who give guidance and support along the path.(o)

### 14.- SIGNING OF THE MARRIAGE STATEMENTS

### 15.- WORDS OF APPRECIATION BY THE FAMILIES

### 16.- FAREWELL TO ALL SANGHA

END

### NHỮNG KINH LUẬN THAM KHẢO

- \*)- Tăng Chi Bộ Kinh tập I, IIA, IIIA, IIB, IIIB, VB
- \*)- Trường Bộ Kinh tập I, III, IV
- \*)- Trung Bộ Kinh I, II, III, IV
- \*)- Tương Ưng Bộ Kinh tập I, II, V
- \*)- Tiểu Bộ Kinh tập I
- \*)- Trường A Hàm
- \*)- Trung A Hàm,
- \*)- Tăng Nhứt A Hàm
- \*)- Tạp A Hàm
- \*)- Kinh Thi Ca La Việt (Singàlaka)
- \*)- Kinh Đại Niết Bàn
- \*)- Phật Học Phổ Thông I, II, III, IV, V. (Thích Thiện Hoa).

- \*)- Tư Tưởng Xã Hội Trong Kinh Điển Phật  
Giáo Nguyên Thủy (Thích Chơn Trí)
- \*)- Tự Điển Phật Học Huệ Quang
- \*)- Hạnh Phúc Lừa Đối (Thích Tâm Quang dịch)
- \*)- Nghi Thức Lễ Thành Hôn (Ban Nghi Lễ Tu  
Viện Trúc Lâm Edmonton – Canada ấn  
Hành)

PHƯƠNG DANH QUÍ PHẬT TỬ PHÁT TÂM ÁN TỔNG QUYỀN  
“XÂY DỰNG HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH”.

- 1.- Đạo Hữu Dương Phan PD Chung Tuệ,  
6 Vidmar Court Sacramento, CA 95823
- 2.- Đạo Hữu Dũ Hữu Vự PD Chung Chơn,  
2264 Petruchio Way, Roseville, CA 95823
- 3.- Đạo Hữu Trương Minh Sung PD Minh Vương,  
9704 Apple Mill Dr. Elk grove, CA 95624
- 4.- Đạo Hữu Diệu Bạch,  
3542 Corte Bella Dr, San Jose, CA 95148
- 5.- Đạo Hữu Diệu Khiết,  
1539 – 8<sup>th</sup> # B, Oakland, CA 94606
- 6.- Đạo Hữu Đình Trụ, New Orleans
- 7.- Đạo Hữu Đình Minh Hồng, New Orleans
- 8.- Đạo Hữu Lê Thị Hường,  
2814 Woodburn Road. Annandale, VA 22003
- 9.- Đạo Hữu Diệu Đức,  
25714 Pennie St. Slidell.
- 10.- Đạo Hữu Thạch Thị Nho,  
Dearborn Hts, MI 48125

11.- Phật Tử Nguyễn Kim Xuân PD Diệu Huệ tại San Jose, Bắc California.

12.- Tất cả Phật Tử Chùa Quang Minh Chicago, Illinois và quý Phật Tử  
có tên sau đây:

- \*- Đạo Hữu Minh Thành, Diệu Phước
- \*- Đạo Hữu Lê Thị Thúy
- \*- Đạo Hữu Minh Phong
- \*- Đạo Hữu Tâm Hải và Diệu Thiện
- \*- Đạo Hữu Tâm Đạo (Dương Hải Nam)
- \*- Đạo Hữu Từ Hoa (Linda Ngọc Tran Tam)
- \*- Đạo Hữu Từ Tâm (Kevin Van Lam)
- \*- Đạo Hữu Từ Hiếu (Kenny Vo Lam)
- \*- Đạo Hữu Diệu Lê (Jimmy)
- \*- Đạo Hữu Bình Vo (Thommy)
- \*- Đạo Hữu Tạ Đào

Nguyện đem công đức ấn tống này hồi hướng về Cửu Huyền Thất Tổ Nội Ngoại Tông Thân từ vô lượng kiếp về trước được nhẹ nhàng siêu thoát và phụ mẫu lục thân quyến thuộc hiện tiền cùng tất cả pháp giới chúng sanh phát tâm tin sâu Tam Bảo, tăng trưởng phước lành, thọ hưởng hạnh phúc an vui trong niềm tin đức Phật.

Nam Mô Công Đức Lâm Bồ Tát Tát Đại Chứng Minh.

## NHỮNG SÁCH ĐÃ XUẤT BẢN CÙNG MỘT TÁC GIẢ

1.- Khảo Nghiệm Duy Thức Học quyển I

- 2.- Khảo Nghiệm Duy Thức Học quyển II
- 3.- Bát Nhã Tâm Kinh Qua Cái Nhìn Của Duy Thức
- 4.- Khái Luận Về Pháp Tướng Duy Thức Học
- 5.- Bát Thức Quy Củ Tụng
- 6.- Yếu Chỉ Kinh Pháp Hoa
- 7.- Thắng Hoan Thi Tập

#### NHỮNG SÁCH SẮP XUẤT BẢN CÙNG MỘT TÁC GIẢ

- 1.- Quan Niệm Sử Học Của Duy Thức
- 2.- Quan Niệm Triết Học Của Duy Thức