Thế giới Cực Lạc - Phân tích Ứng dụng Kinh A Di Đà [Tịnh độ Nhân gian trong Kinh A-di-đà] (TT Thích Nhật Từ; N

Tịnh Độ — sách & giảng giải

THEÁ GIÔÙI CÖÏC LAÏC PHAÂN TÍCH ÖÙNG DUÏNG KINH A DI ÑAØ

TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

THÍCH NHẬT TỪ

THEÁ GIÔÙI CÖÏC LAÏC PHÂN TÍCH ỨNG DỤNG KINH A DI ĐÀ

Ghi chép: NGUYÊN TRUNG Biên tập: GIÁC HẠNH ĐỨC

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA SÀI GÒN - 2010

MỤC LỤC

Lời nói đầu ..... vii Pháp hội và bản chất Tịnh độ .....1 Tiểu kinh A-di -đà .....3 Đối tượng pháp hội .....6 Cảnh giới Tây phương .....13 Con đường sanh về Tịnh độ .....18 Thiết lập Tịnh độ ở ta bà .....20 Sinh thái & sinh hoạt Tịnh độ .....23 Tâm linh ở Tịnh độ .....25 Hạ tầng cơ sở .....28 Mô hình sinh thái .....29 Ao thất bảo và nước tám công đức.....32 Hoa sen bảy báu .....34 Nhạc trời và mưa hoa .....37 Nhặt hoa cúng dường .....40 Ăn trong tỉnh thức .....42 Pháp âm nhiệm màu .....44 Cư dân cõi Tịnh độ .....46 Điều kiện vãng sanh .....49 Danh hiệu của Phật A-di-đà .....51 Làm bạn bậc trí.....55

Giá trị của khuyến tấn .....57 Điều kiện vãng sanh .....58 Yếu tố hỗ trợ vãng sanh .....69 Nghệ thuật tán dương .....75 Bản chất của sự tán dương .....77 Nghệ thuật tán dương của Phật Thích Ca.....78 Nghệ thuật tán dương của chư Phật .....89 Như Lai - bậc hy hữu trong loài người.....91 Ngũ trược ở cõi Ta-bà .....93 Học hạnh tùy hỷ của chư Phật .....96 Tông chỉ niệm Phật .....99 Giá trị niệm Phật .....101 Phương pháp niệm Phật .....102 Nắm lấy danh hiệu Phật .....105 Chánh niệm tỉnh thức .....108 Thể nghiệm nhất tâm

.....110 Thể nghiệm bất loạn .....112 Xa lìa vọng tưởng điên đảo .....114 Viên kim cương tâm linh .....116 Vượt qua hình ảnh trước cửa tử .....118 Visa nhập cảnh cõi Tịnh độ .....122 Phụ lục Kinh A-di-đà của Thích Nhật Từ 125

LỜI NÓI ĐẦU

Tác phẩm “Thế giới Cực Lạc” là tuyển tập các bài giảng của thầy Nhật Từ về nội dung của kinh A-di-đà. Với cách diễn tả và phân tích đơn giản và đi thẳng vào mọi vấn đề, thầy Nhật Từ đã giới thiệu về bản chất Tịnh độ Tây phương gắn liền với xã hội con người. Để có được kết quả vãng sanh Tây phương, mỗi hành giả cần hội đủ năm điều kiện tiên quyết. 1. Tu căn lành nhiều, tức chuyển hóa tận gốc rễ tham ái, hận thù và si mê. 2. Tu phước báo nhiều, tức gieo trồng vạn thiện công đức, phụng sự xã hội và con người trên tinh thần vô ngã, vị tha. 3. Tạo nhân duyên tốt nhiều, tức trực tiếp hoặc góp phần xây dựng một Tịnh độ nhân gian nói chung và môi trường sinh sống chân thiện nói riêng. 4. Quán pháp âm mầu nhiệm từ các hiện tượng trong thiên nhiên như gió thoảng, mây bay, suối chảy, thông reo, thậm chí chim hót líu lo hay âm thanh náo động v.v... cũng đều là pháp Phật. 5. Tu nhất tâm bất loạn, một mặt chuyển hóa tâm tính và hành động phàm, mặt khác đạt được chiều sâu thiền định, nhờ đó tuệ giác phát sinh, trở nên bất động trước mọi thăng trầm và dâu bể. Khi một hành giả tu Tịnh độ, theo tác giả, làm được những điều vừa nêu thì việc sanh về Tây phương không còn quan trọng nữa. Lúc ấy, hành giả đang sống trong cõi Ta Bà với chất lượng

cuộc sống của Tịnh độ. Nói cách khác, với chất liệu và chất lượng cuộc sống như vừa nêu, hành giả có mặt ở đâu thì nơi đó được xem là Tịnh độ trần thế. Trình độ tâm linh của các cư dân tịnh độ tối thiểu là A-bệ-bạt-trí, tức không còn thối chuyển trên đường đạo đức và tâm linh. Theo tác giả, như nhiều bản kinh đại thừa khác, kinh A-di-đà cần được tiếp cận dưới lớp ý nghĩa biểu tượng hơn là nghĩa đen. Theo đó, hành động “hái hoa cúng dường mười phương” được hiểu là dấn thân phụng sự chúng sinh không phân biệt thế giới, quốc gia, sắc tộc, màu da và giới tính. Nhập thế độ sinh một cách năng động và tích cực trong kinh A-di-đà chính là nghệ thuật biến Ta-bà thành tịnh độ. “Phạn thực kinh hành” là nghệ thuật thể hiện chánh niệm và thiền quán trong từng bước chân đi, mặt khác đây còn là phương pháp trị liệu y khoa bằng vận động và kinh hành. Tác giả, sau khi phân tích kinh, đã khẳng định không có yếu tố tha lực trong kinh A-di-đà, dầu chỉ là nghĩa ám chỉ. Theo đó, có thể sự khác biệt căn bản giữa pháp môn Tịnh độ trong kinh A-di-đà và pháp môn Tịnh độ của các vị Tổ sư về tông này. Tu Tịnh độ theo kinh A-di-đà dù có phần khó hơn so với Tịnh độ của các vị Tổ sư, nhưng kết quả của sự tu tập và xây dựng Tịnh độ nhân gian khi còn sống và vãng sanh Tịnh độ sau khi qua đời có đảm bảo và chắc chắn hơn. Đó chính là những đóng góp của tác phẩm này.

Giác Ngộ, 20-6-2010 Thích Nhật Từ

CHƯƠNG I

PHÁP HỘI VÀ BẢN CHẤT TỊNH ĐỘ Chùa Giác Ngộ, 17-12-2005

PHÁP HỘI VÀ BẢN CHẤT TỊNH ĐỘ § 3

TIỂU KINH A-DI -ĐÀ

Trong nền văn học của Tịnh Đoä tông có ba bản kinh quan trọng: Kinh A-di-đà, kinh Quán Vô Lượng Thọ và kinh Vô Lượng Thọ. Nhìn chung, dựa trên nền tảng của sự phát nguyện, ba bản kinh Tịnh độ tông nhấn mạnh về phương pháp quán tưởng, phước báu và công đức tu tập hành trì. Nói cách khác, quán tưởng và hành trì dựa trên sự phát nguyện là hai yêu cầu căn bản cho tất cả các hành giả chuẩn bị cho mình một hành trang của an vui và hạnh phúc. Kinh Vô Lượng Thọ giới thiệu khái quát bốn mươi tám lời nguyện của đức Phật A-di-đà khi Ngài còn tu hạnh Bồ-tát. Bốn mươi tám lời nguyện đó được xem là một trong những tiêu chí dấn thân quan trọng về Bồ-tát đạo đối với các hành giả Tịnh độ tông nói riêng và hành giả Phật giáo nói chung. Từ nguyện ước dẫn đến hành động tiến trình đạo đức quan trọng. Khi làm một việc nào đó, lời phát nguyện trở thành động lực dẫn đạo ta thực hành. Nó có ý nghĩa cao hơn sự hứa hẹn, vì dựa trên nhận thức sáng suốt về các giá trị lợi lạc và lợi ích của bản thân. Kinh Vô Lượng Thọ được đức Phật giảng dạy cho hoàng hậu Vi-đề-hi về mười sáu phương pháp quán của đức Phật A-di-đà và các vị thánh chúng. Phương pháp quán tưởng này giúp ta xác lập niềm tin chân chánh, lập trường hành trì và nhờ đó đạt được trạng thái hạnh phúc, an vui. Kinh A-di-đà còn được gọi là Tiểu Bổn A-di-đà kinh. Bản kinh này được xem là bản toát yếu nội dung của Vô Lượng Thọ kinh, giới thiệu một cách khái quát về bản chất thế giới Tịnh độ, các phương pháp hành trì căn bản để đạt được nhất tâm bất loạn, từ đó hội đủ điều kiện vãng sanh về thế giới an lành của đức Phật.

4 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Kinh A-di-đà còn được gọi là kinh Chư Phật Hộ Niệm hay Nhứt Thiết Chư Phật Sở Hộ Niệm kinh, lấy sự tích mười phương trong ba đời chư Phật, vận dụng phương tiện tán thán, ca ngợi hạnh nguyện dấn thân của đức Phật Thích Ca làm đạo thành công ở cõi Ta bà và hóa độ chúng sinh hiệu quả; nhất là truyền bá pháp môn Tịnh độ tuy đơn giản nhưng rất có chiều sâu. Từ đó, bản kinh này còn gọi là Kinh Chư Phật Hộ Niệm, nghĩa là các đức Phật đều tán thán và bảo hộ cho người thọ trì pháp môn Tịnh độ và kinh này còn được gọi là kinh Thế giới Cực Lạc. Kinh này mô tả nội dung thế giới vật lý của Tịnh độ, thế giới nội tâm của các cư dân Tịnh độ, con đường hành trì và sinh hoạt ở Tịnh độ. Do đó, có thể gọi kinh này là Kinh giới thiệu về pháp môn Tịnh độ tông. Kinh này có nội dung thật ngắn gọn nhưng ẩn chứa biểu tượng triết lý sâu xa theo Phật giáo Đại thừa với hai lớp ý nghĩa cần phải lưu tâm. Nếu tiếp cận kinh A-di-đà dưới lớp ý nghĩa trắng đen, ta thấy đây là Tịnh độ vật lý, tuy vẫn thiết lập được niềm tin pháp môn hành trì, nhưng giá trị lợi lạc lại không cao. Lớp ý nghĩa thứ hai bên cạnh sự mô tả vật lý, đòi hỏi ta phải hiểu chiều sâu của tâm, với khả năng ứng dụng và hành trì, đặc biệt là vận dụng các kỹ năng lý giải để hiểu thấu về thông điệp sâu lắng mà đức Phật không nói

bằng ngôn ngữ thông thường. Một câu hỏi được đặt ra là tại sao các kinh điển Đại thừa thường được mô tả dưới lớp ý nghĩa biểu tượng? Là bởi nó ảnh hưởng văn hóa, ngôn ngữ và triết học của Ấn Độ. Nói cách khác, văn chương và triết học của người Ấn Độ không thích nói theo nghĩa đen chữ trắng, mà phải nói theo nghĩa bóng bẩy, đòi hỏi đến kỹ năng giải mã của con người. Kinh điển Phật giáo cần đến kỹ năng giải mã triết lý, để kích thích sự tìm hiểu và hành trì nội tâm. Nội dung kinh này rất sâu vì mỗi khái niệm của kinh đều ẩn

chứa hai nội dung đen và bóng. Khi hiểu theo nghĩa đen cũng có giá trị lợi lạc, và hiểu theo nghĩa bóng thì giá trị lợi lạc càng cao hơn. Tầm quan trọng của kinh này nằm ở chỗ nó được sử dụng đọc tụng hàng ngày trong các ngôi chùa thuộc Tịnh độ tông. Nếu không có thời gian nhiều trong các khóa tu, hành giả chỉ cần thọ trì kinh A-di-đà và rút gọn toàn bộ nền văn học Tịnh độ tông lại bằng sáu chữ, đó là danh hiệu của đức Phật A-di-đà cũng đủ thâu tóm được bản chất "nhất tâm bất loạn", được xem là một trong những nghệ thuật tu tập Thiền quán căn bản của Phật giáo. Kinh A-di-đà được sử dụng là bản dịch chữ Hán của ngài Cưu-ma-la-thập. Sở dĩ chúng tôi chọn bản dịch này, là bởi chữ nghĩa của nó khúc chiết theo cấu trúc tứ tự. Cấu trúc tứ tự về mặt văn chương tuy khó dịch nhưng lại chứa đựng nghĩa lý khá sâu sắc, chữ ít nghĩa nhiều và nội dung cao siêu. Nó có khả năng thôi thúc các độc giả và người hành trình tìm kiếm các nội dung ẩn chứa bên trong. Ngoài ra, cấu trúc này có thể giúp thiết lập nhạc điệu trong tụng trì, ví dụ, gieo cước vận theo chẵn như 2, 4, 6, 8 và các câu lẻ ăn vận theo câu lẻ như 1, 3, 5, 7. Sự ăn vận theo trắc và bằng trên làm cho tính nhạc điệu của bản văn được tăng cường. Bản tiếng Việt của chúng tôi cũng tuân thủ cấu trúc này một cách trung thành. Ngoài một số tình huống, danh hiệu của đức Phật dài có thể là sáu hay bảy âm tiết thì đành chịu, còn tất cả các câu còn lại đều sử dụng theo cấu trúc bốn chữ. Lý do của nó sẽ được trình bày trong phần mô tả về bản chất sinh thái và đời sống hàng ngày ở Tây phương, với nhiều âm thanh tạo ra pháp âm vi diệu bắt nguồn từ tiếng gió thổi, thông reo, suối chảy, mây bay và chim hót líu lo. Bản chất của những âm thanh này là một nhạc điệu hay một bản hòa tấu thiên nhiên. Do đó, giữ được cấu trúc nhạc điệu trong thể tứ tự sẽ giúp tăng cường được giá trị của việc đọc tụng, thọ trì và tạo niềm tin cao hơn.

6 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

ĐỐI TƯỢNG PHÁP HỘI

Khởi đầu của bản kinh này là sự mô tả về pháp hội thù thắng tại Kỳ Viên do trưởng giả Cấp Cô Độc phát tâm hiến cúng. "Pháp hội lúc bấy giờ có khoảng 1250 vị Tỳ kheo xuất chúng, trong đó có nhiều vị là bậc đại A-la-hán danh vang khắp chốn". Con số biểu tượng được sử dụng mô tả các vị thánh A-la-hán trong các bản văn Phật giáo thường là 1.250 vị. Sở dĩ xuất hiện con số biểu tượng này là vì sau sáu tháng khi Thế Tôn thành đạo, số lượng người xuất gia đã tăng lên nhanh chóng, khiến cho những người theo các tôn giáo khác nhất là Bà-la-môn giáo phải sửng sốt và kinh ngạc. Các giáo sĩ, nhà hiền

triết, nhà minh triết, nhà tôn giáo và các nhà tâm linh Bà-la-môn đã từ bỏ tôn giáo của họ để đến với đạo Phật; sau này họ đều trở thành những nhà hoằng pháp lỗi lạc của đức Phật. Trong số đó, phải kể đến là 1000 vị đệ tử của ba anh em Ca-diếp, người anh hai có 500 vị đệ tử, anh ba có 300 vị và em út có 200 vị. Sau đó, Thế Tôn đã độ hai huynh đệ Xá-lợi-phất và Mục-kiền-liên, nâng tổng số lên 1200 vị; và kế tiếp, Ngài độ thêm những người bạn của ông Da-xá với số lượng là 60 vị; tổng cộng con số chính xác là 1260 vị, nhưng trong các bản văn thường dùng con số tròn là 1250. Chỉ trong vòng sáu tháng, con số đã tăng lên đáng kể, và trong lịch sử phát triển của đạo Phật, con số này đã gia tăng đến mấy mươi ngàn vị tu sĩ Phật giáo. Nếu có dịp đọc pháp hội Đại-Ca-diếp trong kinh Đại Bảo Tích, sẽ thấy sự kiện rất nhiều người xuất gia tập thể gồm cả ngàn người, hoặc thậm chí là hơn thế nữa. Các bản kinh vẫn trung thành với con số biểu tượng 1.250 vị cho dễ nhớ, và đặc biệt trong số đó có mười vị là đại đệ tử của đức Phật với mười sở trường khác nhau. -Tôn giả Xá-lợi-phất nổi tiếng về trí tuệ đệ nhất. Nhờ trí tuệ ngài đã trở thành " Tướng quân chánh pháp", là cánh tay phải

đắc lực, giúp hoạch định kế sách làm đạo thành công dựa trên nền tảng đa văn hóa, tôn giáo và chính trị của Ấn Độ. Nếu thiếu Xá-lợi-phất thì Tăng đoàn không thể phát triển mạnh. - Tôn giả Mục-kiền-liên có sở trường vận dụng nhiều phép thần thông mầu nhiệm như tha tâm thông, thần túc thông v.v... để chinh phục những người cao ngạo, ích kỷ, bỏn xẻn. Đối với những người có bản ngã quá lớn thì nhà hoằng pháp phải hơn họ một cái đầu về mặt tâm linh, thần bí, giá trị, năng lực thì mới có thể thuyết phục và khuyến khích họ trở thành Phật tử. - Tôn giả Đại-Ca-diếp nổi tiếng là nhà giáo mô phạm hay một nhà đạo đức kiểu mẫu. Suốt cuộc đời, ngài tu tập khắc khổ và không có thái độ nghĩ rằng mình hơn những người đi trước hoặc hơn những người đi sau. Lúc nào ngài cũng một mực khiêm hạ và dẫn đầu trong công tác Phật sự, dấn thân. Ngài được xem là một người anh cả của Tăng đoàn lúc ấy. - Tôn giả Ca-chiên-diên nổi tiếng về khả năng sư phạm học, văn học, từ vựng, cú pháp, và các ngữ điệu biểu đạt. Ngôn ngữ biểu đạt của ngài phù hợp với giới tính, tuổi tác, và môi trường của người thuộc các tôn giáo khác, người chưa theo tôn giáo, hoặc người theo Phật giáo đã lâu. Nói chung, ngài nắm rõ căn tánh và trình độ của từng đối tượng khác nhau để có cách thuyết pháp thích ứng cho từng trường hợp, và không ai có thể thuyết pháp hơn ngài Ca-chiên-diên ngoài đức Phật. - Tôn giả Câu-hy-la giỏi về phương pháp vấn đáp. Tuy ngài không có sở trường thuyết pháp như ngài Ca-chiên-diên nhưng có khả năng đối đáp và giải quyết một cách lão thông các vấn nạn thuộc trường phái triết học, tôn giáo học lúc bấy giờ. Ngài có khả năng ứng đối siêu tuyệt với cách trả lời ngắn gọn, súc tích, có chất dẫn đi vào chiều sâu tâm linh của con người, khiến nhiều người rất khâm phục và đi theo đạo Phật. Điều này cho thấy đây là người có khả năng nội tâm lớn. Ngôn ngữ nội tâm

khác với ngôn ngữ học thuật, vì ngôn ngữ học thuật có thể lưu loát về văn chương nhưng lại thiếu chất dẫn của nội tâm. Văn chương của hành trì tuy đơn giản, gãy gọn, ít chữ, không bóng bẩy nhưng lại có sức thuyết phục rất cao. - Tôn giả Ly-bà-đa nổi tiếng

về hạnh không điên đảo. Ngài có cái nhìn xác quyết, sự dấn thân và con đường lý tưởng chính xác và rõ ràng. Những ai mất phương hướng, nặng về thái độ do dự, bồn chồn, băn khoăn hoặc không dứt khoát, khi đến gặp ngài thì tất cả những mộng tưởng điên đảo tan biến mất. Đây là người có định lực cao, chỉ cần một cái nhìn cũng đủ thể hiện cái uy. Tiếp xúc với những người như vậy, tâm sẽ thanh thản, vững chãi. - Tôn giả Châu-lợi-bàn-đà xuất thân từ một người không biết chữ nghĩa, ngay cả chữ cái ngài cũng không thuộc và khi ráp chữ lại càng khó hơn. Nhờ đức Phật hướng dẫn có phương pháp, ngài học được hai từ "quét nhà" và "quét rác". Từ động tác quét nhà, ngài liên hệ đến động tác quét rác của tâm, quét những phiền não, nghiệp chướng và tất cả những loại rác tiêu cực của cảm xúc ra khỏi não trạng nhận thức. Nhờ ứng dụng phương pháp quán tưởng vật lý liên tưởng đến tâm lý và hành trì, ngài đã chứng đắc đạo quả và trở thành liễu nghĩa số một. Sau khi giác ngộ, những giáo lý sâu xa huyền diệu của Thế Tôn, ngài đều hiểu nghĩa sâu sắc, giống như Lục tổ Huệ Năng của Trung Quốc. - Tôn giả Nan-đà có dung hạnh giống Thế Tôn, ngoại hình đẹp và bảnh trai hơn cả ngài A-nan-đà. Nhờ dung mạo trang nghiêm, đỉnh đạc đó mà ngài đã tạo ra sự thu hút khá nhiều trong quần chúng. Người ta cho rằng ngài Nan-đà phải là người tu hành trang nghiêm nên mới biểu đạt được lời nói từ tốn và nhẹ nhàng, mỗi bước chân đi của ngài đều có chất liệu của sự an lạc và thảnh thơi, mỗi hành động của ngài đều chứng tỏ

được đây là con người vững chãi. Ai cũng cảm nhận dung mạo của ngài là một bài thuyết pháp bằng hành động qua thân giáo. Ngoại hình của ngài Nan-đà giống như dung nhan của đức Thế Tôn. Sau khi Thế Tôn qua đời, thỉnh thoảng có người khi nhớ tới đức Phật thì tìm đến và quan sát dung nhan của ngài Nan-đà. Khi nhìn ngài Nan-đà thì niềm tin đối với Thế Tôn được xuất hiện, nhờ đó chánh pháp cũng được thiết lập và hành trì. - Tôn giả La-hầu-la nổi tiếng về mật hạnh. Những ai đánh giá về hành động biểu đạt bên ngoài của ngài sẽ dễ bị sai lầm, vì những hành động đó ẩn chứa nội hàm tâm linh sâu sắc, đòi hỏi phải là người có tuệ giác cao sâu mới có thể thấu hiểu. Do đó, đừng nên đánh giá con người thông qua chủ nghĩa hình thức vì có những người tuy bình dân, giản dị, chẳng có tướng hảo, nhưng bên trong lại ẩn chứa nhiều viên ngọc quý về tuệ giác, lòng từ bi, con đường dấn thân và tinh thần vô ngã vị tha. Ngài La-hầu-la đóng vai trò là "Phật vàng", quan sát bên ngoài tuy chẳng có gì, nhưng bên trong lại chứa đựng cả một kho tàng giá trị. Khi được tiếp xúc với những người như vậy, ta không còn bị uy danh của chủ nghĩa hình thức hoặc ngoại hình chinh phục và ta sống có chiều sâu về nhận thức. - Tôn giả Kiều-phạm-ba-đề nổi tiếng được chư Thiên ở các hành tinh cúng dường và tán thán. Mỗi khi cần đến sự thuyết pháp ở những hành tinh khác thì ngài Kiều-phạm-ba-đề thường được đề cử đi, vì ngài có cách diễn đạt nội dung khá đặc biệt, và các chư thiên cảm thấy thích hợp nên thỉnh mời ngài. - Tôn giả Tăng-đầu-lô có nhân duyên với chúng sanh ở cõi Ta bà. Nơi nào có trai tăng, người ta thường mời ngài đến. Các trai đường của các ngôi chùa Bắc tông ngày xưa đều thờ ngài, và trước khi ăn cơm, người ta cũng thường cúng dường ngài. Ai có hạnh dấn thân, tạo cơ hội cho quần chúng gieo trồng phước báu bằng cách dự các lễ trai tăng thì được xem đó là các vị cao tăng

có hạnh Tăng-đầu-lô. Dĩ nhiên, đến dự các lễ trai tăng không phải để nhận những phẩm vật cúng dường mà còn để tạo cơ hội gieo trồng phước báu cho người khác. Các phẩm vật đó trở thành phương tiện và công cụ để giúp đỡ cho những người bị thiếu thốn. Trước đây, ở quận 8 có Hòa thượng Thiện Năng được xem là hậu thân của ngài Tăng-đầu-lô. Ngài có hạnh khiêm hạ, đức độ cao dày, tướng hảo đoan trang. Những lời giáo từ, đạo từ trong Trai tăng của ngài có chiều sâu tâm linh và ai cũng muốn thỉnh ngài đến để cúng dường Trai tăng. Trước khi qua đời, ngài đã làm đại lễ Trai tăng cho những người xuất gia và mời hết tất cả những vị Tăng ở khắp Sài Gòn, từ Hòa thượng cho đến chú Tiểu đến để cúng dường đồng đều không phân biệt. Tất cả những gì ngài có được trong mấy mươi năm thọ trai cúng dường ấy, ngài đều cúng dường lại hết cho tất cả mọi người có nhu cầu làm Phật sự. Gương hạnh như vậy mang tính chia sẻ, mồi đèn phước báu giúp ta thắp sáng lên ngọn đèn công đức ở người khác. Nếu ta may mắn được cúng dường những người như thế thì phải lấy làm mừng. Những phẩm vật cúng dường của ta lại được cúng dường cho các chùa để làm từ thiện, phước của ta sẽ nẩy nở gấp nhiều lần từ một thành hai, từ hai thành mười, từ mười thành một trăm. - Tôn giả Ca-lưu-đà-di nổi tiếng về giáo hóa. Cách thức giáo hóa của ngài rất đơn giản, đôi lúc ngài không nói hoặc chỉ nói vài câu pháp nhưng có thể trao cho người nghe chiếc chìa khóa mở kho tàng tâm linh. Người có khả năng giáo hóa thì chuyện đời cũng trở thành chuyện đạo, chuyện phàm tục vẫn có giá trị tâm linh. Dùng con mắt tuệ giác quan sát cuộc đời thì những gì trong cuộc đời này đều trở thành công cụ cho Phật pháp. Giá trị của cái nhìn giáo hóa nằm ở đấy. - Tôn giả Kiếp-tân-na nổi tiếng là người có khả năng biết thiên văn, thấy rõ bản chất của vũ trụ, biết được sự sống ở các cõi, các loại hình ở con người, các loài động vật và ở các hành

tinh xa xôi khác. Nhờ đó ngài dẫn dắt giúp cho người nghe hiểu được nguyên lý của nhân quả, như quy luật định đoạt bản chất của các kiếp sống hay các chủng loại khác nhau mà không có sự sắp đặt của thần linh, thượng đế. - Tôn giả Bạt-câu-la là người có thọ mạng đệ nhất. Hầu như kiếp nào ngài cũng sống tối thiểu từ 100 tuổi trở lên. Trong thời đức Phật, ngài đã sống đến 160 tuổi, một hiện tượng quý hiếm trong bối cảnh địa dư của người Ấn Độ. Người Ấn Độ thường già trước tuổi, sống trên 60 tuổi là trông họ đã già nua lắm rồi. Thế Tôn sống được 80 tuổi được xem như là một ngoại lệ, mặc dù Ngài từng có sáu năm sống khổ hạnh ép xác, nếu là những người khác có lẽ đã bị chết yểu. Có được tuổi thọ như thế là nhờ Ngài tu tập công đức, có phước báu nhiều đời nhiều kiếp và tuổi thọ đó làm cho Ngài có sức sống mãnh liệt. - Tôn giả A-nâu-lâu-đà có được thiên nhãn thông đệ nhất. Ngài có thể nhìn thẩm thấu không gian vật lý mà không gì có thể gián cách. Ngài nhìn xa thấy rộng và hiểu rõ các vấn đề sẽ diễn ra trong tương lai giống như các nhà tiên tri hay nhà thọ ký. Ngài phán đoán, góp ý một cách chính xác và đề ra giải pháp cho các vấn nạn trong nhiều tình huống phức tạp. Đó là các vị đại A-la-hán tham dự trong pháp hội khi đức Phật giảng kinh A-di-đà. Bên cạnh đó còn rất nhiều vị đại Bồ-tát mà nổi tiếng nhất và siêu xuất nhất có bốn vị. - Bồ-tát Văn

Thù Sư Lợi nổi tiếng về trí tuệ tương đương với ngài Xá-lợi-phất. Đây là trí tuệ dựa trên giáo nghĩa Đại thừa, hỗ trợ chiều sâu nhận thức, kết hợp đánh giá trên dữ liệu xã hội, văn hóa và tâm linh của bản địa. Người có trí tuệ sẽ làm cho đạo Phật luôn thích ứng với mọi thời đại và mọi nền tảng văn hóa tâm linh khác nhau. - Bồ-tát A-dật-đa là một danh xưng khác của Bồ-tát Di-lặc,

nổi tiếng từ bi rộng lớn, và Bồ-tát Văn Thù Sư Lợi nổi tiếng về trí tuệ. Hai vị này là tay trái và tay phải của Thế Tôn, và được xem như đôi cánh chim mà các hành giả Phật giáo phải có, nếu không thì không thể cất cánh bay cao xa. Hai vị Bồ-tát này gợi lên con đường dấn thân hành đạo rất sâu sắc. - Bồ-tát Càn-đà-ha-đề là vị Bồ-tát nổi tiếng về kiên trì dấn thân không ngừng nghỉ. Khi đã phát nguyện làm một Phật sự nào đó thì dù gặp phong ba trở ngại, chướng duyên, thị phi, chỉ trích, vu khống hoặc hãm hại, ngài cũng không bỏ cuộc nữa chừng; đã quyết tâm thì phải làm bằng được và làm một cách có kết quả, có nghệ thuật. Đó là lòng dung lượng, biểu tượng của sự kiên nhẫn, tinh tấn và nỗ lực không ngừng nghỉ của ngài. - Bồ-tát Thường Tinh Tấn nổi tiếng tinh tấn trên lý tưởng đạo đức và tâm linh không hề gián đoạn. Bồ-tát này là biểu tượng của sự vươn lên và vươn lên mãi, thành tựu và thành tựu mãi không ngừng, cho đến khi nào không còn gì để tu tập. Đến lúc đó, hạnh nguyện Thường Tinh Tấn mới được kết thúc. Sự có mặt của bốn vị Bồ-tát này gợi lên bốn đức tính là trí tuệ, từ bi, kiên nhẫn và tinh tấn. Đó là bốn biểu tượng của Phật giáo Đại thừa. Có lòng từ bi thì con đường dấn thân được mở ra. Có trí tuệ thì sự dấn thân sẽ không bị chi phối bởi tình cảm một chiều. Có kiên trì bền bỉ thì con đường dấn thân ấy mới vượt qua những gian truân, thử thách. Có tinh tấn hành trì mới đạt được kết quả ngày càng cao cho đến quả vị Phật . Trời Đế Thích tượng trưng cho thượng đế của Ấn Độ giáo, là vị thần linh cao nhất của chủ nghĩa đa thần giáo. Bên cạnh đó, còn có Chư thiên là con người sống ở các hành tinh khác. Kinh Di Đà và các bản kinh Pàli có mô tả về sự giao lưu liên hành tinh, một bên là cõi Ta bà và một bên là cư dân của các hành tinh khác mà không cần đến các phi thuyền, đĩa bay hay các phương tiện hiện đại. Theo mô tả trong kinh, các vị này có phép thần

biến và sự vận chuyển từ nơi mình sang cảnh giới Ta bà. Đối tượng của pháp hội A-di-đà là các vị đại A-la-hán và các vị đại Bồ-tát tượng trưng cho tầm vóc tâm linh quan trọng của Phật giáo. Trong bản kinh ngắn gọn mà có đủ Bồ-tát và các A- la-hán, tiêu biểu là điều đáng quý, có khả năng khích lệ và hỗ trợ cho các hành giả tu tập pháp môn. Là các đại Bồ-tát và đại A-la-hán có trình độ tâm linh cao, mà vẫn đến để nghe pháp hội A-di-đà, huống hồ là chúng ta chẳng lẽ lại giãi đãi, xem thường? Mặc dù có sự phân chia về tâm linh, có Bồ-tát và A-la-hán, nhưng các vị A-la-hán lịch sử trong thời đại của đức Thế Tôn tương đương với các đại Bồ-tát theo truyền thống Phật giáo Đại thừa. Tuy là những nhân vật lịch sử, các A-la-hán này đã hành đạo Bồ-tát từ lâu xa. Thành phần tham dự của kinh là Bồ-tát lịch sử và Bồ-tát của các hành tinh. Ta không nên dựa trên các bộ phái cho rằng A-la-hán kém chiều sâu hơn các vị Bồ-tát Đại thừa. Dù tên gọi và danh xưng khác nhau nhưng về mặt tâm linh, giá trị con đường dấn thân,

hạnh nguyện vị tha và tiếp độ chúng sanh đều có giá trị và kết quả như nhau. Triết lý của kinh này tuy đơn giản, nhưng về mặt thực hành thì từ kiếp này sang kiếp khác chưa chắc đã thành công. Những gì đơn giản nhất lại trở thành khó nhất. Nếu biết phương pháp hành trì sẽ có kết quả và giá trị cao. CẢNH GIỚI TÂY PHƯƠNG

Sau khi giới thiệu đối tượng tham dự pháp hội, đức Phật đã trình bày về cảnh giới Tịnh độ bằng một đoạn văn: “Bấy giờ Ngài bảo Xá-lợi-phất hướng về phương Tây khoảng mười muôn ức cõi nước của Phật, có một thế giới tên là Cực Lạc, giáo chủ là Phật hiệu A-di-đà hiện đang thuyết pháp.” Phương vị của Tịnh độ được mô tả thuộc về phía Tây, dĩ nhiên, đây là phía Tây của nước Xá Vệ, nơi bản kinh A-di-đà

được tuyên thuyết. Phương vị lớn hơn có thể lấy hệ quy chiếu là đất nước Ấn Độ, và xa hơn nữa là hành tinh Ta bà. Không nên tìm sự tuyệt đối trong phương vị của vũ trụ, vì nó chỉ mang tính cách tương đối. Ví dụ, khi ta đang nhìn một ai đó thì có thể cho rằng người đó đang ở trước mặt ta, và khái niệm trước mặt ta chỉ là một khái niệm tương đối. Người đang quan sát ta thì ngược lại cho rằng ta đang ở trước mặt người ấy. Như vậy trong tình huống này là ai đang ở trước mặt ai? Khái niệm trước và sau chỉ là một giả định. Không nên dựa vào phương vị vật lý để nhận định rằng không có thế giới Tây phương Cực Lạc vốn hiện hữu lâu dài và xa cách ta mười tỷ năm thái dương hệ. Thấy rõ phương vị là tương đối thì ta không nên tranh luận, chấp trước về đông, tây, nam, bắc. Khi ngồi ở lầu một, ta có thể nói ta đang ngồi trên những người ở tầng trệt. Những người ở tầng trệt có thể nói họ đang ở trên những người ở tầng hầm. “Trên” là một khái niệm tương đối, tất cả những người ở tầng một, tầng trệt, tầng hầm được xem là những người đang sống ở dưới những người ở tầng hai, tầng ba, hoặc tầng bốn. “Trên” và “Dưới” cũng chỉ là tương đối. Trên và dưới của một vật lệ thuộc vào hệ quy chiếu. Đức Phật đã giải thích cho ta về cấu trúc thời gian và không gian tương đối, giúp ta thấy phương vị là mặc định. Các hệ mặc định không có giá trị vĩnh viễn, thay đổi tùy theo góc độ và vị trí. Tính tương đối của thời gian được đức Phật mô tả tùy theo vị trí và múi giờ vật lý. Kinh Lăng Nghiêm mô tả thời gian vật lý giữa cõi Ta bà và Tịnh độ cách biệt nhau khá lớn. Một kiếp ở cõi Ta bà này chỉ bằng một ngày một đêm ở cõi Tịnh độ. Nếu tính theo thời lượng kiếp thì rõ ràng là suốt mấy mươi năm ở cõi Ta bà chỉ bằng một đơn vị thời gian ở cõi Tây phương Cực Lạc. Mỗi một thời pháp của đức Phật A-di-đà ở Tây phương Cực Lạc kéo dài đến mấy

mươi kiếp của cõi chúng ta, và chúng sanh ở cõi đó có thể ngồi cả ngày lẫn đêm để nghe những pháp âm vi diệu với lòng hân hoan tuyệt đối mà không hề nhàm chán. . Thời gian tương đối về phương diện vật lý có thể hiểu một cách đơn giản như thời gian của thế giới loài người và thế giới của các loài động vật nhỏ. Chẳng hạn thời gian vật lý của con muỗi có thể là ba ngày và được xem như là một kiếp sống của nó. Đối với con thiêu thân thì chỉ có thể là một ngày một đêm, hoặc con vi trùng thì kiếp sống của nó chỉ vài giờ mà thôi. Khác biệt về chiều dài ngắn của thời gian giữa các hành tinh và

chủng loại sống là những điều ta có thể cảm nhận và thấy được. Trong kiếp người cũng thế, có người thọ mạng được 160 tuổi như ngài Bạt-câu-la, có người chỉ sống được vài giây trong bụng mẹ đã bị chết do phá thai, có người vừa mới chào đời được vài phút đã tắt thở và có người sống được mười hay hai mươi năm của cuộc đời. Tính thời gian yểu và thọ hoàn toàn khác biệt trong từng cảnh giới và góc độ của mỗi con người, huống chi là sự so sánh giữa con người ở hành tinh này với các hành tinh khác. Trong kinh A-di-đà, đức Phật nêu ra ba câu hỏi và tự trả lời theo cách thức "Vô vấn tự thuyết". Có trường hợp chẳng ai hỏi, Thế Tôn vẫn triệu tập đệ tử lại để Ngài chia sẻ chiều sâu tâm linh. Điều này cũng giống như trong gia đình, cha mẹ có việc vui thường triệu tập con cái hay bà con thân thuộc lại, sửa soạn một buổi cơm chiều để mọi người dốc hết tâm tình cùng chia sẻ chuyện vui đó. Phương pháp "vô vấn tự thuyết" vượt lên trên tính cách thông thường và thân mật của một gia đình. Ở đây, đức Phật đã giới thiệu một nội dung quá đơn giản mà có thể rất nhiều người không tin, vì người ta thường quan niệm rằng những gì quá mầu nhiệm thì phải xuất hiện ở các hành tinh khác, còn ở cõi Ta bà này không gì được xem là cao siêu mầu nhiệm. Đức Phật Thích Ca mô tả thế giới Cực Lạc ở phương

16 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Tây xa xôi, cách hành tinh của ta đến mười tỉ năm ánh sáng. Đây là khoảng cách vật lý cực lớn mà nếu vận dụng các phương tiện hiện đại, các phi thuyền có khả năng bay thì phải mất nhiều thời gian mới có thể đến được nơi thế giới Cực Lạc. Kinh A-di- đà gửi đến chúng ta thông điệp Tịnh độ nhân gian dựa trên mô hình Cực Lạc của Phật A-di-đà. Đây là mô hình tham khảo lý tưởng từ cảnh giới Tây phương Cực Lạc để thiết lập các giá trị Tịnh độ trong cõi Ta bà này. Đang sống ở hiện tại mà chỉ hướng về Tây phương thì đạo Phật sẽ bị gán là yếm thế và đào tẩu. Thực tế đạo Phật không dạy ta đào tẩu. Đạo Phật dạy ta có thể biến ước mơ thành hiện thực, và hiện thực đó nằm trong lòng bàn tay của chúng ta. Câu hỏi thứ nhất trong kinh thuộc dạng vô vấn tự thuyết: "Này Xá-lợi-phất, vì sao cõi ấy được gọi là Cực Lạc? Hỏi xong, đức Phật không cần đệ tử mình trả lời, bậc đại trí như ngài Xá-lợi-phất cũng im, và Ngài tự trả lời như sau:"Dân chúng cõi ấy không còn đau khổ, ngay cả từ "khổ" cũng không còn có mặt, huống chi là có thật. Dân chúng luôn sống trong an vui, thân tâm thơi thới cho nên cõi ấy gọi là Cực Lạc". Đoạn văn đó có hai vế, chúng tôi đã trích vế thứ hai ghép vào vế thứ nhất. Vế thứ hai là một đoạn kinh ở phần giữa bản kinh A-di-đà mô tả bản chất các loại chim ở Tây phương không phải do nghiệp báo sinh ra, mà do đức Phật hóa sinh ra để hỗ trợ cho phương pháp hoán chuyển pháp âm, giúp cho các hành giả Tây phương nhứt tâm niệm Phật, niệm Pháp, và niệm Tăng. Đức Phật nói: "...Các loại chim này không phải do nghiệp lực mà do hóa sanh, vì trên cõi này không có ba đường ác đạo là địa ngục, ngạ quỷ và súc sanh". Chúng tôi lấy đoạn văn đó ghép lên trên để nội dung mô tả về bản chất Tịnh độ được dễ hiểu hơn. Tu được nội dung nêu

PHÁP HỘI VÀ BẢN CHẤT TỊNH ĐỘ § 17

trên thì hành giả không cần tu thêm gì khác. Tu để được an vui và hạnh phúc, tu để vượt lên trên khổ đau và tu để giải phóng tất cả những khái niệm khổ đau trong não

trạng thì rõ ràng không còn gì sung sướng hơn. Đạo Phật chỉ dạy con người con đường thoát khổ. Dù là hàng trăm hay hàng ngàn quyển kinh, đức Phật cũng chỉ nói lên hai điều theo ngôn ngữ của kinh Trung Bộ: "Xưa cũng như nay, từ lúc ta xuất gia đến lúc nhập Niết Bàn, trong mấy mươi năm hoằng pháp và giáo dục, Thế Tôn chỉ nói lên hai vấn đề chính. Thứ nhất là tuyên bố về sự thật khổ đau. Thứ hai là tuyên bố con đường chấm dứt những khổ đau đó." Nếu chỉ "vạch mặt khổ đau" thì đạo Phật trở nên yếm thế, làm cho con người chán nản. Bên cạnh việc "vạch mặt khổ đau", đức Phật đã cung cấp cho ta tấm bản đồ để "diệt trừ khổ đau". Chính vì thế, đạo Phật là đạo tích cực. Thế Tôn dạy ta nên mô phỏng mô hình Tịnh độ của đức Phật A-di-đà, áp dụng và nhân rộng nó trong thành phố, nông thôn, hay nơi ta đang sinh sống. Nếu Tây phương có an lạc và hạnh phúc thì ở cõi Ta bà này ta cũng có thể được. Vấn đề đặt ra là ta có được kiến trúc sư như đức Phật A-di-đà hay không? Ta có phương pháp để đạt được điều đó hay không? Nếu có phương pháp, có trí tuệ và có kiến trúc sư giỏi thì vấn đề còn lại chỉ là thời gian mà thôi. Tâm lý sợ khổ thường diễn ra trong mỗi người. Ai cũng sợ khổ, và giải quyết khổ đau đòi hỏi ta phải rất sáng suốt. Hành động đào tẩu không phải là giải pháp, nó chỉ là thuốc giảm đau tạm thời, và rồi khổ đau vẫn nối tiếp khổ đau. Trong kinh Dược Sư, đức Phật cũng mô phỏng, quy hoạch và giới thiệu về đời sống lý tưởng ở cõi Đông phương của đức Phật Dược Sư. Trong các bản kinh Mật tông, Ngài cũng giới thiệu về

18 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

cảnh giới lý tưởng của Đại Nhựt Thế Tôn. Ba mô hình Tịnh độ này được đức Phật giới thiệu rộng rãi để chúng ta tùy nghi lựa chọn. Khi dùng thuốc chữa bệnh, mỗi người có ý thích khác nhau, người thích dùng thuốc Tây, thuốc Bắc, hoặc thuốc Nam: các pháp môn như dược chất tâm linh cũng thế, càng đa dạng càng đáp ứng được nhu cầu của chúng sinh.. CON ĐƯỜNG SANH VỀ TỊNH ĐỘ

Trước tiên, hành giả được sanh về cõi Cực Lạc không phải sanh bằng con đường tình dục, mà hành giả được tái sanh bằng hóa sanh. Đạo Phật giới thiệu bốn loại sanh căn bản. Thứ nhất, loại hình thai sanh chiếm đa số và con người được xem là cao quý nhất trong các loài thai sanh. Thứ hai, loại hình thấp sanh là sanh trong môi trường ẩm thấp như một số loài côn trùng. Thứ ba, loại hình noãn sinh là sinh ra từ trứng như chim, gà v.v... Thông thường các loài sanh ra từ trứng thì nhận thức bị giới hạn, không như từ thai sanh. Thứ tư, loại hình hóa sanh, tức sinh vật này biến hóa ra sinh vật khác như tằm hóa bướm, lăng quăng hóa muỗi, đời sống của các loại hóa sanh rất ngắn ngủi. Hoá sanh của các cư dân Tịnh độ được mô tả bằng biểu tượng "hoa sen năm sắc" tượng trưng cho các cấp độ tâm thức khác nhau và đã được thanh tịnh. Con người được sanh ra dựa trên nguyên tắc sanh, lão, bệnh, tử nhưng đức Phật cho rằng các cư dân Tịnh độ không phải lo lắng về diện mạo sớm tàn phai, sự vô vị trong đời sống, hay đối chọi với nỗi cô đơn trong tuổi già và tất cả những lo lắng khác. Các loại bệnh tật và thiên tai như bão lụt, động đất, sóng thần, bệnh nan y, dịch cúm gia cầm v.v... đều không có mặt ở cõi

PHÁP HỘI VÀ BẢN CHẤT TỊNH ĐỘ § 19

Tịnh độ. Mô hình Tịnh độ rất lý tưởng cho con người về phương diện sức khỏe, tuổi thọ và sinh thái. Nhiều người khi đọc đến đây sẽ đặt câu hỏi rằng, đây có phải là mô hình của một thế giới lý tưởng hay chỉ là một thế giới ảo? Trả lời và giải quyết vấn đề này không đơn giản tí nào. Người chưa từng đi du lịch hay tham quan cõi đó thì làm sao có thể hiểu được. Bằng phương pháp loại suy thông thường dựa trên giá trị kinh tế của các quốc gia ở cõi Ta bà cũng thấy rõ sự chênh lệch khá cao giữa những nước đã phát triển và những nước thuộc thế giới thứ ba. Kinh tế của người dân Việt Nam rất thấp so với người dân Hoa Kỳ, và lại càng thấp hơn so với những nước như Thụy Điển, Thụy Sĩ... Giá trị đồng tiền, sức lao động có sự cách biệt rất xa. Giá trị kinh tế bị biến thiên tùy theo phương thức kinh tế và cấu trúc xã hội. Nếu so sánh cư dân ở thành phố, cư dân ở thủ đô và cư dân ở những vùng nông thôn cũng thấy rõ sự khác biệt khá xa, huống hồ là giữa cõi Ta bà và cõi Tịnh độ. Hãy tin tưởng có một thế giới vật lý ở Tây phương với mô hình lý tưởng về đời sống vật chất được mô tả trong kinh A-di- đà này. Dĩ nhiên, thế giới ấy có thể không là tuyệt đối đến một trăm phần trăm nhưng vẫn có thực. Mô tả thế giới ấy không phải để kích thích ta thèm khát, mà vấn đề quan trọng ở đây là nhìn thấy được một thế giới khác và tin tưởng rằng nếu ta chịu khó đầu tư và nỗ lực có phương pháp thì chắc chắn ta xây dựng được mô hình Tây phương Cực Lạc thu nhỏ ở cõi Ta bà này. Singapore tuy chỉ là một đảo quốc, nhưng nền kinh tế lại cao hơn Việt Nam rất nhiều. Đảo quốc này sạch đẹp với môi trường sinh thái lý tưởng và có thể nói đây là một trong những quốc gia sạch nhất trên thế giới. Là một nước nhỏ nhưng lại có một mô hình sinh thái lý tưởng đến thế, vậy thì dựa vào cách mô tả ở thế giới Tây phương Cực Lạc trong kinh A-di-đà, ta nên tin chắc

rằng đây là một thế giới có thật. Thế giới của đức Phật A-di-đà là một mô hình lý tưởng về kiến trúc sinh thái, quy hoạch xã hội, các quặng vàng mỏ ngọc và tất cả các tiêu chí ấn tượng khác. THIẾT LẬP TỊNH ĐỘ Ở TA BÀ

Lòng từ bi có lúc phát xuất từ chủ nghĩa phương tiện. Đức Phật mô tả về thế giới Tây phương để chúng ta có niềm tin, từ đó giúp ta so sánh, nếu cõi Tây phương có được Cực Lạc thì cõi Ta bà này cũng có thể có được. Nếu quốc gia khác có cuộc sống tốt đẹp thì tại sao quốc gia mình lại không có được. Nếu hành tinh khác có những giá trị tốt đẹp thì tại sao hành tinh chúng ta không có được. Về phương diện tâm lý học, sự so sánh hơn, bằng và kém có thể tạo ra bản ngã, bởi nó lấy trục xoay của "cái tôi" làm chuẩn, thấp hơn người khác mà cứ nghĩ là hơn, thua người khác mà cứ nghĩ là bằng, và kém hơn người khác mà cứ nghĩ là ngang nhau. Tâm lý bằng và hơn làm cho con người luôn ganh tị và tranh chấp lẫn nhau. Tuy nhiên, có những loại hình so sánh về giá trị tâm linh và đạo đức, bằng cách "nhón chân và với tay" mới có thể đạt được sự tiến bộ. Một người muốn có chiều cao thì ngay từ lúc nhỏ hãy thực tập mỗi ngày áp sát vào tường ít nhất là hai phút, chân nhón lên, tay vươn lên, tư tưởng nghĩ rằng các đốt xương đang giãn ra và chiều cao được tăng lên. Đây là phương pháp nâng chiều cao phối hợp với quán chiếu của đạo Phật. Cách "nhón và với" như thế sẽ giúp ta cao hơn. Nếu ta muốn đạt được mười phần thì phải thực tập động tác "nhón và với" lên đến mười một hoặc

mười hai. Còn nếu muốn đạt mười mà ta chỉ thực tập có bảy hoặc tám thì kết quả thu được chỉ là năm hoặc sáu. Trong thi đua cũng thế, muốn trở thành quán quân của một lãnh vực thể dục thể thao, ta phải lấy tiêu chí của những người đoạt giải vô địch. Ta phải có ý chí muốn vượt qua chỉ tiêu của người đã phá kỷ lục đó. Có như

thế ta mới có thể đạt bằng hoặc hơn. Nếu chỉ lấy tiêu chí của người xếp hạng thứ hai mươi hoặc ba mươi thì cuối cùng ta chỉ đạt ở vị trí bốn mươi hoặc năm mươi mà thôi. Sử dụng phép so sánh hơn không phải để ta tự ti, chán nản, thất vọng, đua đòi hay tạo sự sang trọng để nâng cao giá trị. Hãy nhìn vào bản chất thực tại; những gì đang thiếu, ta phải thừa nhận để khắc phục. Cõi Ta bà này đầy những khổ đau và Tây phương Cực Lạc hạnh phúc gấp trăm nghìn lần. So sánh này giúp ta tự phấn đấu vươn lên chứ không phải để mặc cảm và tự ti. Đôi khi tâm lý so sánh hơn hoặc kém tạo ra sự phấn đấu và tiến bộ vượt trội. Tâm lý hãnh diện tự hào là sự trở ngại khi phải đối diện với sự thật; do đó, ta sẽ không có cơ hội để khắc phục những yếu kém, chưa hoàn thiện và chưa phát triển. So sánh mô hình Tây phương Tịnh độ trong kinh A-di-đà và thế giới Ta bà giúp ta có cái nhìn về bản chất của thực tại theo cách "nhón chân và vói tay" thì mới đạt đến sự tiến bộ, và học hỏi sự tiến triển, thoát khỏi lạc hậu. Thái độ hãnh diện và tự hào không thể nào giúp ta đạt đến sự tiến bộ. Bản chất của thế giới Tây phương Cực Lạc là về các phương diện: Lạc thọ tâm lý, lạc thọ nhận thức, lạc thọ của thân và lạc thọ do môi trường sinh thái gây nên. So sánh các giá trị của thế giới Cực Lạc là để giúp ta mô phỏng và quy hoạch lại cõi Ta bà này. Các giá trị của chiều sâu và sự ấn tượng của bản kinh này là quy hoạch Ta bà theo mô hình Tịnh độ.

***

CHƯƠNG II

SINH THÁI & SINH HOẠT TỊNH ĐỘ Tịnh xá Trung tâm, 18-12-2005

TÂM LINH Ở TỊNH ĐỘ

Cực lạc dưới góc độ tâm linh được mô tả: "Dân chúng cõi ấy không còn đau khổ, ngay cả từ "khổ" cũng không còn có mặt, huống chi là có thật. Dân chúng luôn sống an vui, thân tâm thơi thới cho nên chỗ ấy được gọi là Cực Lạc". Ý niệm về sự khổ đau không có mặt trong dòng cảm xúc, trong não trạng và trong cuộc đời là một ý niệm và hiện thực có thật. Có người lý luận rằng khổ đau và hạnh phúc mang tính tương đối và tương thuộc rất cao, nghĩa là những ai chưa từng nếm mùi khổ đau sẽ chưa biết đến giá trị của hạnh phúc. Lý luận đó phù hợp với học thuyết duyên khởi và nhân quả của đạo Phật, nhưng nếu cho rằng nơi nào có khổ đau thì nơi ấy mới có hạnh phúc sẽ là sự sai lầm, vì nhân khổ không thể tạo ra quả phúc. Nói cách khác, hạnh phúc có hai loại, một loại hạnh phúc mang tính điều kiện như là sự đối lập với bản chất của khổ đau và một loại hạnh phúc vượt lên trên điều kiện. Chẳng hạn như ta nuôi một con chim trong lồng, nghĩ rằng mình thương nó nhưng thực tế là đem lại cho nó nhiều khổ đau vì sự

giam nhốt. Bản chất của loài chim là muốn được bay cao, bay xa trên bầu trời, được sống trong rừng xanh và làm bạn với những cánh đồng. Do học được đạo lý từ bi, ta mở lồng ra để con chim ấy được chắp cánh bay xa, xem như ta đã mang đến cho nó niềm hạnh phúc vô vàng. Dĩ nhiên, con chim sống trong lồng sau nhiều năm bị giam nhốt, nay được tự do với bầu trời xanh cảm nhận hạnh phúc rất lớn; nhưng đó là hạnh phúc tương đối và nó đối lập với cái phi hạnh phúc. Giá trị của sự sống là vô tận, không bị giới hạn. Loài động vật dù là nhỏ nhất vẫn có nhu cầu cần hạnh phúc như con người. Không nên mua chim về nhốt, mua cá về trưng. Thực tập phóng sanh là đang tạo ra hạnh phúc phi điều kiện cho các loài động vật. Những hạnh phúc bị lệ thuộc điều kiện chỉ là hạnh phúc tương đối.

26 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

"Một ngày trong tù bằng nghìn thu ở ngoài" là câu nói cửa miệng của những tù nhân, đong đo giá trị của sự thong dong, thoải mái, không bị câu thúc giữa bốn bức tường. Tâm trạng của người bị giam nhốt trong ngục tù là sự bơm phồng cảm xúc. Họ đong đo từng giờ, từng phút, từng sát-na đơn vị ngắn nhất của thời gian trôi qua. Càng mong mỏi thời gian bằng cảm xúc thì sự cường điệu cảm xúc càng dâng trào và cuối cùng họ cảm thấy thời gian như được kéo dài ra; nhưng trên thực tế nó vẫn trôi qua một cách đều đặn, mỗi ngày cũng chỉ hai mươi bốn giờ, không nhanh và cũng không chậm. Những người từng dùng thuốc bắc điều trị bệnh đều phải kiêng cử ăn uống trong suốt thời gian dài và khi được ăn uống trở lại bình thường, khẩu vị của họ sẽ có cảm giác ngon miệng hơn. Cảm giác ngon đó là ngon có điều kiện. Dẫu vậy, tính điều kiện của hạnh phúc vẫn có thể mang lại giá trị hạnh phúc. Phần lớn con người thường tìm hạnh phúc dựa trên tính điều kiện tương tự như thế. Sau một ngày làm việc mỏi mệt, khi trở về sinh hoạt với gia đình, ta sẽ có cảm giác hạnh phúc hơn vì không còn những căng thẳng của công sở, việc làm ăn buôn bán, tranh chấp đối tác, hoặc hận thù. Sự thay đổi môi trường làm cho ta có cảm giác dễ chịu, khi ấy không gian tâm linh cũng theo đó mà tăng trưởng. Sinh hoạt gia đình là môi trường cần thiết để giải quyết những bế tắc trong cuộc sống. Những người làm việc nhiều mà quên chăm sóc gia đình, bỏ mất thói quen sinh hoạt gia đình thì hạnh phúc khó được bền vững. Lúc nào cũng đem sự căng thẳng của công việc về mái ấm gia đình, nói theo Phật giáo là mang lửa căng thẳng và mỏi mệt ở công sở, lửa của quan hệ giao tế về nhà thiêu đốt tình cảm gia đình. Sự mô tả về bản chất tâm linh ở thế giới Cực Lạc nằm ở cụm từ "khổ không có mặt", nghĩa là cư dân Tịnh độ sống chặt đứt khổ đau và dây mơ rễ má của nó. Đây là đạo lý ứng xử và hành trì rất tốt. Khi có nguyện vọng sanh về thế giới Cực Lạc thì hành

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 27

giả phải đạt được một trình độ tâm linh nhất định. Với trình độ tâm linh đó, hành giả không còn truy ức quá khứ. Sự truy ức về quá khứ làm cho con người hâm nóng khổ đau. Chuỗi dài của kiếp sống được đong đo và kết nối bằng nhiều cảm xúc của khổ đau, trong đó lẫn rất ít cảm xúc của hạnh phúc và mỗi khi nhớ về quá khứ thì khổ đau lại có mặt. Hãy cắt bỏ quá khứ để hận thù không thể tồn tại và phát triển. Sự nuối tiếc có thể phá hủy các năng lượng tích cực ở hiện tại; theo đó, trạng thái thụ động, chán chường,

hay thất vọng có cơ hội diễn ra, chinh phục và khống chế đời sống tinh thần của ta. Các cư dân Tịnh độ nhờ chất liệu "khổ không có mặt" nên chặt đứt được ý niệm khổ đau trong quá khứ. Dòng chảy tâm thức của họ là sự an vui thơi thới, thân tâm nhẹ nhàng. Về bản chất của khổ đau, có khổ đau từ kinh nghiệm của quá khứ và có khổ đau dựa trên viễn tưởng của con người. Ví dụ như ta đang sống trong giai đoạn chiến tranh, chết chóc, hận thù, thì viễn tưởng tương lai của đời sống này là sự chết chóc, đói khát, tàn phá, hủy diệt, thương tật, chia ly và đổ nát; đó là viễn cảnh hoàn toàn của khổ đau. Kinh A-di-đà mô tả bản chất hạnh phúc ở thế giới Tây phương là ý niệm khổ đau không còn có mặt huống chi là một thực tại. Cái thực tại phải được đặt trên ý niệm, và ý niệm đó phải liên hệ đến một viễn cảnh trong tương lai. Trong khi đó, cư dân Tịnh độ không có nỗi lo lắng, sợ hãi hay bồn chồn về một viễn cảnh tương lai bao gồm môi trường sinh thái, chế độ sinh hoạt, cách thức giao tế sẽ ra sao, đối phó thế nào... Có người từ lúc mới sinh ra cho đến lúc qua đời chưa từng lâm vào cảnh nghèo đói. Họ sống với tấm lòng bao la, thương người, đóng góp và chia sẻ cho cuộc đời này nhiều thứ nên họ chưa hề có ý niệm về sự thiếu thốn. Chính sự đóng góp, dấn thân phục vụ và chia sẻ khổ đau trong cộng đồng đã mang lại

cho tương lai một viễn cảnh an vui, hạnh phúc. Qua đó, ta thấy rằng người sống trong bối cảnh không gian tương đối mà vẫn có cơ hội sống và tặng hạnh phúc như thế; huống hồ các hành giả tu tập theo công thức "Nhất tâm bất loạn" đạt đến tâm linh cao thì không thể có trạng thái lo lắng và sợ hãi. Ta thường lo lắng không biết tương lai của mình sẽ ra sao, sợ hãi vấn nạn chưa giải quyết. Những bế tắc đó cứ theo đuổi ta, diễn ra mỗi ngày một tăng với qui mô phức tạp. Lo lắng và sợ hãi là con đẻ của vô minh. Khi tuệ giác chưa có mặt thì con người có nhiều nỗi sợ hãi. Nhiều người có thái độ lo lắng quá nhiều, có thể gọi đó là căn bệnh trách nhiệm thặng dư. Có những công việc chỉ cần đầu tư trong hai giờ là có thể giải quyết tốt đẹp, thế mà có người vẫn cứ trằn trọc, băn khoăn, lo lắng đủ thứ... lo lắng vì sợ người thân, người thương của mình không đủ sức để làm việc đó. Đây là điều tạo ra sự lo lắng thặng dư, làm cho thần kinh căng thẳng và não trạng mệt mỏi. Những người có bệnh thặng dư về nỗi lo lắng luôn già trước tuổi và giảm tuổi thọ. Do bởi họ không có cái nhìn tuệ giác, không thấy được viễn cảnh tương lai là gì. Sống với chánh niệm và nhất tâm bất loạn, chắc chắn ta sẽ có cách ứng xử dứt khoát, tự tin và sẽ đạt được kết quả tích cực. HẠ TẦNG CƠ SỞ

Dựa vào nội dung mô tả về bản chất thế giới tâm linh trong kinh A-di-đà ta thấy đó là nhu cầu tinh thần, và hành giả ở cõi Ta bà này có thể làm được. Nét đặc sắc của kinh A-di-đà không nằm ở việc giới thiệu mô hình Tịnh độ lý tưởng nhất ở một thế giới cách khoảng mười tỉ cõi nước mà nằm ở việc cung cấp cho ta một quy hoạch Tịnh độ, giúp ta thiết lập các mô hình tương tự với tỷ lệ tương xứng hoặc nhỏ hơn trong lòng thực tại mà ta

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 29

đang sống, chẳng hạn trong gia đình mà ta đang tồn tại, trong tâm mà ta đang cảm xúc, nhận thức. Đức Phật thấy rõ cảnh giới Ta bà có vô số khổ đau, những điều cầu mà chẳng được, cảnh trái ngang oan khiên, ghét nhau mà phải gặp mặt, thương nhau mà phải chia lìa, cùng vô số những điều bất hạnh đang xảy ra từng ngày, từng giờ, từng phút và từng giây, nên đã giới thiệu mô hình lý tưởng của thế giới Cực Lạc và đặt ta trong cách "nhón chân và vói tay" để đạt đến một phần nào giá trị thiết thực đó. Đức Phật đã giới thiệu mô hình lý tưởng để ta tham khảo, khám phá, và sáng tạo một mô hình mới ở cõi Ta bà, mà cả đời chưa chắc có thể xây dựng hoàn thiện. Mô hình đó được đầu tư bởi tuệ giác của đức Phật A Di Đà, Bồ-tát Quán Thế Âm, Bồ-tát Đại Thế Chí và vô số các vị Bồ-tát khác, các vị nhất sanh bổ xứ và các vị đại A-la-hán. Rõ ràng đây là một công trình quy hoạch có tầm vóc, mà sự mô phỏng tham khảo có thể giúp ta ứng dụng trên địa cầu này. Không có sự sáng tạo tuyệt đối. Ta có thể mô phỏng dữ liệu A, B hoặc C đã có trong quá khứ và thông qua đó, ta thấy được điểm toàn bích, điểm còn giới hạn để phác họa ra những cái mới, tích cực, tiện lợi và có giá trị lớn hơn. Các hành giả ở cõi Ta bà mang ơn đức Phật Thích Ca rất nhiều. Với giới hạn của nhục nhãn và thân thể vật lý, con người trong hai mươi sáu thế kỷ trước không thể biết được vũ trụ bao la này có sự sống con người cao hơn con người ở cõi Ta bà này về phương diện đạo đức, tâm linh, khoa học kỹ thuật và các giá trị tinh thần. MÔ HÌNH SINH THÁI

Sinh thái của Tịnh độ khá đặc sắc, mang vóc dáng của một môi trường lý tưởng. Môi trường đó được mô tả bằng nội dung

chính: "Núi non, đất đai, thành quách, cung điện, nhà cửa, phố xá, cây cối, hạ tầng cơ sở cho đến các phương tiện đều được nạm bằng bảy báu là vàng, bạc, trân châu, pha lê, mã não, lưu ly, xà cừ; cho nên cõi ấy được gọi là Cực Lạc". Nguồn tài nguyên thiên nhiên ở cõi Ta bà đã bị con người khai thác cạn kiệt, dẫn đến sự hủy hoại môi trường sống, gây ra những thảm họa cho con người và các loài động vật trên hành tinh này như động đất, sóng thần, hạn hán, bão lụt v.v...diễn ra hằng ngày, hằng giờ. Sinh thái ở Tịnh độ không bị rơi vào tình trạng như thế, bởi vì cư dân ở đây là những vị thánh giả, đời sống của họ toàn là tài sản Thánh nên không có sự tranh chấp, hủy diệt. Do đó, họ duy trì được sinh thái tốt đẹp và lý tưởng cao quý. Câu kinh trên mang ý nghĩa biểu tượng sâu sắc với con số bảy. Con số bảy tạo ra mô hình trùng trùng điệp điệp về sinh thái lý tưởng, hài hòa với cuộc sống con người, rừng không bị phá hủy, cây cối xanh tươi, một không gian không bị tác động hay ảnh hưởng bởi nền công nghiệp hiện đại với những ô nhiễm về môi trường, nguồn nước, khí thải, đạo đức và tâm linh. Khi sống và giao thoa trong môi trường hoàn thiện như thế, chắc chắn tâm tư, cảm xúc, nhận thức và sinh hoạt của con người sẽ luôn hướng thiện. Sự giao lưu giữa môi trường sống và con người thường diễn ra theo khuynh hướng cái mạnh sẽ khống chế cái yếu. Người đó có tiềm năng, tuệ giác và lòng từ bi lớn, sẽ tạo ra thế giới hạnh phúc, giống như anh hùng tạo ra thời đại: Môi trường tích cực sẽ nắn tạo ra những con người tích cực. Mô hình Tây phương Cực Lạc giúp ta có cách nhìn không chấp nhận vận mệnh theo cách có một đấng thần linh an bày sẵn, và như thế ta sẽ không có thái độ hay niềm tin để cải

tổ, làm mới vận mệnh theo quy luật nhân quả, với những nỗ lực tự thân trong hiện tại này.

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 31

Tây phương Cực Lạc không phải do đức Phật A Di Đà biến hiện ra, mà là công trình do chính Ngài thiết kế. Ngài là kiến trúc sư đã phác họa ra mô hình hoàn thiện, trong đó các cư dân Tịnh độ gồm đại Bồ-tát, đại A-la-hán cho đến các hành giả mới nhập "quốc tịch" hay trong tình trạng chờ nhập "quốc tịch" đều có giá trị đóng góp vào môi trường tâm linh tốt đẹp đó. Trí tuệ tập thể có giá trị hơn. Mười người suy nghĩ vẫn tốt hơn một người, dĩ nhiên đây phải là mười cái đầu vô ngã, không tranh chấp mới có thể mang lại giá trị tốt đẹp. Ngược lại mười cái đầu theo kiểu "mười hai sứ quân" chắc chắn tạo ra phân chia, vì không có sự hợp nhất để trí tuệ tập thể trở thành hoa trái an vui và hạnh phúc cho đời. Sở dĩ tôi không dùng con số biểu tượng "bảy lớp" này hoặc "bảy lớp" khác là do bản chất của sự mô tả này nói về mô hình lý tưởng về thiên nhiên. Con số 7 có thể được hiểu tùy theo mỗi nền văn hóa khác nhau. Trong văn hóa Ấn Độ, số bảy là con số lý tưởng, mang ý nghĩa trọn vẹn, thịnh vượng và phát triển nhưng trong nền văn hóa Việt Nam con số bảy là một con số bình thường. Sống với thiên nhiên, tâm sẽ trở nên thanh thản, nhẹ nhàng, không vướng bận; khi ấy giá trị của tuổi thọ, đạo đức và tâm linh sẽ được phát triển. Đoạn kinh mô tả thế giới Tịnh độ nêu trên khá giống với kinh Đại Thiện Kiến Vương thuộc kinh Trung A Hàm số 68, hay kinh Trường Bộ số 17. Sự khác nhau căn bản giữa hai bản kinh này nằm ở chỗ, kinh A-di-đà lấy biểu tượng số bảy với bảy loại báu, trong khi đó kinh Đại Thiện Kiến Vương lấy biểu tượng là con số bốn, tượng trưng cho bốn loại báu gồm vàng, bạc, lưu ly và pha lê. Biểu tượng của số bốn còn gắn liền với bốn chân lý thánh, tức là hai lớp nhân quả phàm phu và thánh nhân. Hai lớp nhân quả này chính là đáp án bất hạnh của con người phàm phu và cũng chính là đáp án hạnh phúc của bậc thánh.

32 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Đức Phật vạch mặt, chỉ tên khổ đau một cách rõ ràng, bên cạnh đó cung cấp cho ta bản đồ và đáp án cho những bài toán khổ đau. Đóng góp của Thế Tôn nằm ở phương diện thứ hai này. Hãy nhìn vào bản chất của cuộc sống như những thực tại đa dạng, thiên biến vạn hóa, ta có cái nhìn thật bao dung, không độc đoán, chuyên quyền hoặc không lấy mình làm trục xoay để nhận định và đánh giá tất cả các giá trị trong cuộc đời. Con số bốn là biểu tượng cho bốn chân lý Thánh, là con đường tích cực, giúp ta được an vui, và bảy báu là tượng trưng cho bảy tài sản Thánh. AO THẤT BẢO VÀ NƯỚC TÁM CÔNG ĐỨC

Bên cạnh hạ tầng cơ sở và môi trường sinh thái, đức Phật Thích Ca còn giới thiệu khái quát về phong thủy của Tây phương Cực Lạc, gồm ao hồ, núi non, nhạc, hoa sen bốn mùa, các loài chim và pháp âm đặc sắc, trang nghiêm. Dựa vào mô tả này, ta thấy cõi Ta bà cũng có cảnh giới tương tự nhưng cấp độ và giá trị của nó chỉ đạt được một phần. Nguyên tắc phong thủy của Trung Hoa dựa trên yếu tố nước và núi, "Tiền thủy hậu sơn" như mô hình lý tưởng. Nước mang lại sự mát mẻ và núi tạo thế dựa vững bền. Ao

nước Tây phương là ao thất bảo, chứa nước bát công đức, chứ không phải là ao nước ngọt hay nước mặn ở cõi Ta bà. Theo đức Phật, loài thủy tộc như tôm, cá, vi khuẩn là loài kém phước hơn các loài động vật khác và loài người được sanh ra từ thai và đi bằng hai chân là loài có phước báu lớn nhất trong số các loài động vật. Những loài nào có số lượng sinh sản nhiều thì phước báu kém, vì từ số lượng nhiều sẽ kéo theo cái nghèo. Một gia đình đông con khó có thể sung túc, vì không đủ tiền để chu cấp và nuôi dưỡng. Các loài thủy tộc mỗi lần sinh sản có thể lên đến hàng trăm, hàng ngàn con nên không thể chu cấp đầy

đủ thức ăn cho sự sống, chúng sống bằng cách sát hại lẫn nhau, con lớn ăn những con bé. Nếu loài thủy tộc có môi trường kinh tế giống loài người thì hành tinh này không thể đủ thực phẩm cung cấp cho chúng. Tây phương Cực Lạc không có sinh vật nước dù ở đấy vẫn có ao nước, nhưng là nước bát công đức và hoa sen báu. Các mô tả cho thấy đất, suối và cát đều là bảy báu. Ao thất bảo được tượng trưng cho bảy bồ đề, là bảy yếu tố hỗ trợ sự giác ngộ của hành giả. Nó được hiểu như biểu tượng rằng trong mỗi con người, trong mỗi gia đình đều ẩn chứa tiềm năng bảy báu tâm linh, giúp cho con người đó trở nên bậc giải thoát. Bảy tiềm năng hay bảy vật báu đó là sự lựa chọn con đường đạo đức và tâm linh, dấn thân một cách bền bỉ không mệt mỏi, nhờ đó tạo ra hỷ lạc nội tại, giúp quên đi nỗi nhọc nhằn. Từ trạng thái hỷ lạc ban đầu ta đạt trạng thái tâm thức sâu lắng hơn, thể hiện với nụ cười, niềm vui, hân hoan, phấn chấn, tướng đi đỉnh đạc, nhẹ nhàng. Hành giả không bám víu và đặt nặng các giá trị đạt được, nhờ đó giữ được trạng thái xả trong hỷ lạc, theo đó định tĩnh được diễn ra, thiền quán xuất hiện và tâm tư chuyên nhứt ở mức độ cao nhất, tức chánh niệm tỉnh thức hay nhất tâm bất loạn. Bảy gia tài quí báu là ao tiềm năng công đức mà tất cả cư dân Tịnh độ có được, giống như vật trang sức trong nhà và trong tâm. Trong ao này, nước không đục mà cũng không trong, đó là nước của tám chất công đức, bao gồm: thứ nhất là sạch, thứ hai là thấm nhuần, thứ ba là mát mẻ, thứ tư là thơm tho, thứ năm là ngọt, thứ sáu là êm dịu, thứ bảy là có khả năng giải khát và thứ tám là giúp cho thân được khỏe. Có thể xem đây là loại nước khoáng thiên nhiên có thể uống hoặc ngâm mình vào nó thì các chứng bệnh trong cơ thể sẽ tan biến. Sanh ra ở cõi Tây phương Cực Lạc với môi trường không độc tố thì con người luôn được

khỏe mạnh. Tám đặc điểm trong ao nước thất bảo. Nó hỗ trợ cho con người Tịnh độ hướng đến tâm linh cao hơn. Yếu tố “trong sạch” liên hệ đến xác thân, bởi chẳng ai muốn thân thể mình nhơ nhớp. Phải tắm nhiều lần trong ngày hay trang sức thân bằng nhiều hương liệu. Hai yếu tố thấm nhuần và mát mẻ, làm cho hành giả cảm thấy nhẹ nhàng, thanh thoát, không chấp mắc vào các giá trị phàm tình. Yếu tố “hương vị thơm” của nước chính là phần “hương” của công đức, không cần dùng đến hương thơm của các loại nước hoa đắt tiền mà con người vẫn có hương thơm của đạo đức. Yếu tố “ngọt ngào” được xem là vị ngọt tự nhiên, lý tưởng, tạo ra tiềm năng sức khỏe và đạo đức. Yếu tố “êm dịu” liên hệ đến âm thanh, tạo nhạc khúc du dương, trầm bổng, nhẹ nhàng.

Đây chính là nền tảng tu tập về âm thanh theo cách Bồ-tát Quán Thế Âm đã dạy. Đó là sự quán chiếu âm thanh cuộc đời như chính âm thanh chánh pháp. Yếu tố còn lại là khả năng giải khát và làm khoẻ thân thể. Như vậy, có tối thiểu ba yếu tố hỗ trợ cho sắc thân và các yếu tố khác hỗ trợ cho bốn dục công đức còn lại. Ao thất bảo ở cõi Tịnh độ không làm cho con người bị đắm nhiễm, giúp ta tắm gội trong tám công đức, với tiềm năng của chánh pháp và bảy bồ đề phần. HOA SEN BẢY BÁU

Trong ao thất bảo, ngoài nước còn có các loài hoa sen bốn mùa với bốn màu sắc là xanh, vàng, đỏ và trắng. Kinh A-di-đà đã mô tả hoa sen ở đây bằng hình ảnh khá ấn tượng: “Hoa sen năm sắc, lớn như bánh xe, nở bày cánh nhụy, rực rỡ lạ kỳ, sen xanh ánh biếc, sen vàng ánh rực, sen đỏ ánh hồng, sen trắng ánh tuyết, hương thơm tỏa ngát, tinh khiết nhiệm mầu.” Hoa sen

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 35

trong bản kinh này không nên hiểu theo ý nghĩa thông thường, mà nên hiểu theo nghĩa biểu tượng. Ở cõi Ta bà, hoa sen chỉ có ba màu là hồng, đỏ, trắng. Ở cõi Cực Lạc thì sen đỏ tạo ra ánh hồng, sen trắng tạo ra ánh tuyết… Sự tương phản về nhân quả là nhân thế nào thì quả thế đó. Bản chất nhân quả không đồng nhất về khối lượng, nhân có thể là một nhưng quả có thể là một trăm. Sự chênh lệch theo lệ hay cấp số nhân giữa nhân và quả lệ thuộc vào nhiều yếu tố, bao gồm tâm lượng con người; với tâm vĩ đại thì hạt giống gieo trồng tuy nhỏ nhưng vẫn trổ công đức lớn. Tặng cho người nghèo khó một bát cơm với tất cả tấm lòng giống như ta đang chăm sóc cho người thân hay người mình quý trọng nhất thì phước báu lớn hơn. Tặng cho một người để mong họ đừng quấy rầy, làm phiền mình thì việc làm này chẳng có giá trị công đức lớn. Do đó, tính cách của nhân tỉ lệ thuận với tâm. Bốn màu sắc của hoa sen ứng với bốn hào quang vô lượng là từ-bi-hỷ-xả. Mỗi đặc tính tâm vô thượng là một vầng hào quang lớn tỏa ra ở hành giả mà không thể nhìn thấy bằng mắt thường. Hào quang không phải là màu sắc từ đèn quang học vật lý, mà là vầng sáng của tâm. Khi ta tiếp xúc với người có lòng từ bi lớn, vượt lên trên cảm xúc thân thương bình thường, ta sẽ cảm nhận được sự an lành, không có nỗi khủng hoảng hoặc sợ hãi. Do bởi vầng hào quang từ bi ấy đã phủ trùm lên tất cả và sự ảnh hưởng của nó giao thoa với tầng số tâm thức của người được tiếp xúc, tạo cảm giác êm dịu, thư giãn và được trị liệu. Mỗi người đều có vầng hào quang tỏa ra, chỉ có điều người phàm phu không cảm nhận được. Do vầng hào quang tỉ lệ thuận với tâm, nên độ phóng và đường kính phóng của nó cũng giới hạn. Nhìn thấy bốn màu của hoa sen xanh, vàng, đỏ, trắng với ánh rực tương xứng của hoa, nên hiểu rằng tâm lượng từ bi rộng lớn bao nhiêu thì vùng từ trường hào quang ấy sẽ toả ra bấy nhiêu. Ai cũng có thể làm cho vầng hào quang từ-bi-hỷ- xả ấy tỏa ra xung quanh

36 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

người thân, người thương, cộng đồng và xã hội. Chỉ cần tu tập tốt, đường kính của vầng hào quang sẽ càng lớn rộng và ảnh hưởng của nó ngày một tích cực, tốt đẹp hơn. Giá trị của hoa sen với “hương thơm tỏa ngát, tinh khiết nhiệm mầu” không làm cho con người bị đê mê, chấp trước. Sen là một trong những loại hoa quý hiếm không bị các

loài ong bướm làm hư hại. Biểu tượng của hoa sen là nằm ở nơi bùn nhơ nước đọng nhưng vẫn mang lại giá trị. Hình ảnh này tượng trưng cho người sống ở cõi Ta bà nhưng vẫn trổ hoa hạnh phúc. Đó là lý do kinh đề cập đến mười phương chư Phật tán thán Thế Tôn làm được việc khó làm ở cõi Ta bà này như một hoa sen. Nếu ở môi trường khó khăn, điều kiện thiếu thốn, khổ đau nhiều, bất hạnh gia tăng mà vẫn truyền bá được con đường đạo đức, tuệ giác, chánh pháp lan truyền và phổ biến rộng rãi, thì thật là đáng khích lệ. Đạo ra đời là để phục vụ cho cuộc sống và đức Phật ra đời là vì lợi lạc cho số đông, chứ không vì riêng bản thân Ngài. Trong môi trường thuận lợi, làm được việc lợi lạc cho bản thân rất dễ nhưng trong môi trường Ta bà, việc đem lại lợi lạc cho chúng sanh là rất khó làm. Nhìn thấy biểu tượng của hoa sen ở Tây phương Cực Lạc dẫn ta đến ứng dụng nội dung tương thích ở cõi Ta bà này. Vấn đề còn lại là sau khi thấy được mô hình lý tưởng mà đức Phật Thích Ca đã giới thiệu, ta phải gầy dựng hạt giống đó ở đời sống hiện tại, chứ không phải đợi đến lúc qua đời vãng sanh về nơi ấy. Dĩ nhiên, khi đã làm hết mình, gieo trồng Tịnh độ nhân gian ở đời hiện tại này thì khi qua đời chắc chắn ta sẽ có được cảnh giới tái sanh là Tây phương Cực Lạc, cho dù lúc ấy ta có muốn hay không. Đó là nhân quả tất yếu, gieo gì thì được quả đó. Theo nghiệp thiện thì sẽ về Cực Lạc, giống như khi cưa một cái cây, nó nghiêng về hướng nào sẽ ngã đổ về hướng đó. Nếu ta tư duy và hành động nghiêng về Tịnh độ thì chắc chắn ta sẽ tái sanh về Tịnh độ mà không có sự lựa chọn nào khác.

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 37

Đức Phật dạy nhân là quan trọng, hãy đầu tư và gieo nhân ở hiện tại, quả sẽ diễn ra một cách tất yếu. Quán chiếu hình ảnh “sen vàng ánh rực, sen đỏ ánh hồng, sen xanh ánh biếc, sen trắng ánh tuyết” thấy được giá trị nhân quả ở cõi Ta bà và Tịnh độ. NHẠC TRỜI VÀ MƯA HOA

Đức Phật giới thiệu các loại nhạc và hoa ở Tây phương bằng một đoạn văn: “Ở cõi Cực Lạc, nhạc trời réo rắc, vẳng vọng tầng xanh, như rời khỏi cành, hoa Mạn Đà La điểm thêm hương sắc”. Ở đây có hai loại hoa, Mạn-đà-la và Mạn-thù-sa. Bản dịch giữ lại một loại hoa tượng trưng để giữ hương sắc, đồng thời, cũng bỏ động từ “mưa” ở đây, vì người nghe dễ liên tưởng đến các thiên tai, lũ lụt do mưa bão gây ra, làm nguy hại đến cuộc đời. Ở cõi Tây phương, mỗi khi mưa, hoa rơi xuống rất đẹp. Những ai có năng khiếu thơ ca có thể sáng tác thơ về cảnh trí đẹp mắt của mưa rơi, vì mưa ở đây tạo ra sắc thái đặc biệt. Mạn- đà-la được dịch theo nghĩa đen là Đại Bạch hoa, hoa trắng lớn, và Mạn-thù-sa là Đại Lam hoa, là hoa màu lam. Hình thù loại hoa này thế nào thì kinh không mô tả, chỉ mô tả về màu sắc đẹp và kích thước to của nó mà thôi. Các loại mưa hoa này nếu có rơi trên người của ta sẽ làm tăng thêm giá trị công đức. Trong đạo Phật, hoa tượng trưng cho công đức, là phẩm hạnh đạo đức của con người. Cần trang điểm đời sống bằng những loại hương thơm đạo đức đó. Đây là khung giá trị tinh thần sâu sắc đối với các hành giả Tây phương. Nhạc trời réo rắc, tạo ra âm hưởng khác với nhạc tình của nhân gian. Nhạc tình mang dấu ấn của khổ đau, bi quan, yếm thế, chán chường và tuyệt vọng. Hiện nay, đại đa số nhạc tình yêu chỉ là nhạc thất tình, thế mà người ta vẫn thích nghe. Người xuất gia và người tập sự xuất gia một ngày với Bát

giới không được nghe những nhạc tình, vì nó làm cho tâm trở nên bi lụy, ủy mị, không thanh thoát. Đức Phật không cấm ta nghe nhạc đạo. Chánh pháp hay lời thuyết pháp là loại nhạc với âm hưởng của lòng từ bi, cung bậc của đạo đức và vần điệu của từ-bi-hỷ-xả. Các loại nhạc lễ trong chùa Bắc tông với hình thức tán tụng bằng chuông mõ tạo ra những âm hưởng gọi là phạm âm, là những âm thanh vi diệu nhẹ nhàng. Nghe một tiếng chuông cất lên với âm thanh trầm bỗng nhẹ nhàng, tâm của người nghe lắng dịu: "Nghe tiếng chuông phiền não nhẹ, trí huệ lớn bồ đề sanh." Đó là bản chất nhạc lễ ở nhà chùa. Điều quan trọng là ta phải nghe bằng tuệ giác, bằng không, giá trị của nó cũng chẳng khác gì so với âm thanh của chuông bình thường. Đức Phật A-di-đà là nhà tâm lý hướng con người đến các giá trị tâm linh. Ngài hiểu rõ nếu bỏ tất cả nhạc pháp thì cuộc đời sẽ buồn bã, vô vị. Công thức "thay thế" hiện đang được các nhà y học ứng dụng để trị chứng bệnh ghiền. Chẳng hạn, để bỏ thuốc lá, ta cho người nghiện ngậm kẹo để thay thế. Nhờ vậy không bị bần thần, khó chịu. Phải là người tuệ giác mới có thể dứt khoát bỏ cơn nghiện mà không cần sự thay thế. Đức Phật A-di-đà tạo ra nhạc trời réo rắc để nhắc nhở người niệm Phật, niệm pháp, niệm tăng, tức là nhớ đến đức Phật là con người tự lực; nhớ chánh pháp là con đường từ bi, tuệ giác, an vui và hạnh phúc; nhớ Tăng đoàn của Ngài là những người hòa hợp với tâm hạnh hỷ xả, vô ngã, vị tha, và dấn thân không mệt mỏi. Nếu không có loại nhạc như thế thì ảnh hưởng của sự truyền thông chánh pháp sẽ bị giới hạn là điều tất yếu. Một bài nhạc đạo sâu sắc với những cung bậc tiêu chuẩn, có khả năng tác động và thôi thúc hành giả hành trì. Giá trị của nhạc đạo nằm ở chỗ tạo nên cảm xúc và phản ứng tích cực. Do đó, ta nên vận dụng công thức của kinh A-di-đà để tạo ra mô

hình âm nhạc mới. Ở chùa phải có nhạc lễ và nhạc kinh. Thời gian qua, chúng tôi đã yêu cầu nhạc sĩ Võ Tá Hân phổ nhạc thành công kinh A-di-đà, kinh Phổ Môn, kinh Vu Lan v.v...Sử dụng nhạc kinh A-di-đà trong tang lễ không khí của tang tóc, chết chóc được giảm đi mà nội dung vẫn được giữ nguyên. Nhiều người quan niệm sai rằng kinh A-di-đà và kinh Địa Tạng là kinh dành cho người chết, tụng các loại kinh này sẽ bị xui xẻo. Thực ra, kinh Địa Tạng dạy đạo lý nhân quả, uống nước nhớ nguồn và hiếu thảo đối với cha mẹ. Còn kinh A-di-đà dạy phương pháp tu "Nhất tâm bất loạn" như nghệ thuật Thiền quán và Thiền chỉ sâu sắc, với các giá trị tâm linh. Chúng tôi đã mạnh dạn nhạc hóa kinh để nội dung kinh được tiếp nhận tốt hơn. Phổ nhạc kinh sẽ làm cho người nghe quên đi không khí tang tóc của vô thường mà đạo Phật không muốn nhấn mạnh. Bài kinh tụng cúng cơm ở các chùa Bắc tông có không khí buồn bã. Thầy nào tụng khiến người nghe phải rơi nước mắt nhiều thì Phật tử lại thích. Trên thực tế, đạo Phật dạy ta không nên cường điệu hóa khổ đau, mà hãy nhìn thẳng vào bản chất của khổ đau để vượt qua và tìm kiếm các giá trị an vui, hạnh phúc. Không có kinh nào là kinh cúng cơm, cúng vong, tẩm liệm, hạ huyệt hay mở cửa mã. Các chùa thường sử dụng kinh Bát Nhã để quán vô ngã, vô thường, giúp các hương linh ý thức không nên

bám víu vào thân thể, dòng tâm thức để từ bỏ và ra đi theo nghiệp mà tái sanh. Quần chúng bị ảnh hưởng bởi truyền thống văn hóa Trung Quốc cứ buộc quý thầy phải làm và quý thầy lại chiều theo ý của Phật tử, lâu ngày dần trở thành phong tục tập quán. Là đệ tử của Như Lai, khi đã hiểu được đạo lý vô thường như là quy luật, đối diện trước cái chết không nên khóc. Vì những giọt nước mắt sẽ trở thành sợi dây xích níu kéo khiến cho các hương linh không thể ra đi. Giữa hai ngưỡng cửa, một là từ

bỏ vĩnh viễn sắc thân này và một là bám vào thi thể, rất nhiều hương linh đã chọn sai lầm bởi dòng cảm xúc và nước mắt của người thân, không đành lòng ra đi nên tồn tại dưới dạng thức ngạ quỷ khổ đau vô cùng. Một hành giả khi niệm Phật nhất tâm bất loạn, khi chết sẽ tái sanh về Tây phương. Ta nên chia vui với gia đình đó, vì phải là một hành giả xuất sắc mới được sanh về cõi Tây phương Cực Lạc, cớ sao ta lại buồn khóc và khổ đau. Các loại hoa ở Tây phương Cực Lạc có ảnh hưởng tâm linh lớn, gợi nhắc ta về các loại hoa đạo đức, từ bi và dấn thân. Chính những giá trị đó làm cho hành giả Tịnh độ chứng đắc đạo quả sớm hơn. NHẶT HOA CÚNG DƯỜNG

“Dân chúng Tịnh độ thường nhặt hoa ấy, vận sức thần thông, bay khắp mười phương, cúng dường chư Phật, trưa về bổn quốc, ăn trong tỉnh thức, xong rồi kinh hành, từng bước thảnh thơi.” Đây là mô hình sống lý tưởng. Tuy nhiên, phải hiểu đoạn mô tả trên theo nghĩa triết lý biểu tượng. Về nghĩa đen, đây là hoạt động cúng dường, bố thí. Nếu chỉ đơn thuần hiểu nghĩa đen thì hành giả tu tập sanh về Tây phương chỉ để mỗi sáng đi nhặt hoa Mạn-đà-la, Mạn-thù-sa cúng dường chư Phật mười phương, sau đó về lại Tịnh độ ăn cơm rồi ngủ? Công việc dâng hoa cúng dường ở cõi Ta bà này các hành giả cũng có thể làm được, đâu cần phải sanh về cõi Tây phương Cực Lạc. Hiểu theo ý nghĩa triết lý biểu tượng, đức Phật dạy hãy cúng dường bằng hành động dấn thân thiết thực. Hoa đó là hoa phục vụ, hoa từ thiện, hoa công đức, hoa từ-bi-hỷ-xả và hoa lục độ vạn hạnh. Cúng dường thành quả tu tập cho chư Phật mười phương cách thiết thực là phục vụ chúng sanh. Đây là điều mà chư Phật mười phương khuyến khích ta nên làm. Cúng dường chư Phật bằng những việc lành cụ thể có giá trị hơn. Chúng ta phải làm sao để lời nói trở thành thông điệp, bàn

tay và hành động trở thành nối dài tình thương của chư Phật mười phương. Phải tạo nhịp nối dài về lòng từ bi, tuệ giác và các hạnh lành của đức Phật đối với cuộc đời thông qua dấn thân phục vụ một cách vô điều kiện, có phương pháp, nghệ thuật, với tất cả tấm lòng. Ta thiết lập bảy báu ở cõi Ta bà, với chất liệu Tịnh độ để tạo ra ánh sáng Vô Lượng Quang, Vô Lượng Thọ và Vô Lượng công đức của đức Phật A Di Đà khắp mọi nơi. Dấn thân vào xã hội là cách ta giới thiệu đạo Phật với mọi người. Những nhà kinh tế, văn học, nghệ thuật hay khoa học, nếu hiểu Phật giáo, sẽ đóng góp nhiều cho đạo Phật. Khi ấy, đạo Phật mới thực sự đem lại lợi lạc, được mọi người biết đến, học hỏi, tu tập và hành trì. Nhặt các loại hoa công đức đem cúng dường khắp mười phương thế giới, nơi có hoặc không có chư Phật để làm công tác từ thiện, là việc đại nghĩa. Thế

giới Cực Lạc không cần làm từ thiện, vì nơi đó là "Đản thọ chư lạc", chỉ thuần túy có an vui và hạnh phúc, không có người nghèo khổ hay đói khát. Công tác từ thiện chỉ có mặt ở những nơi đời sống kinh tế còn thấp kém, khó khăn, dân chúng còn khổ đau, bệnh tật, và nhiều điều bất như ý, liên hệ đến sanh lão, bệnh, tử kéo theo sầu, bi, khổ, ưu, não. Những nơi ấy sẽ là tiền đề và địa điểm cho hoạt động từ thiện. Phần lớn thời gian, các cư dân Tịnh độ phải bay đi các hành tinh khác làm từ thiện. Sử dụng thần túc thông, vân du khắp mười phương cõi nước. Mặc dù có phép thần thông biến hóa, cư dân Tịnh độ vẫn đích thân tự đi và tự làm, nên ý nghĩa tình người khá cao. Tặng cho ai một phần quà, qua người trung gian thì ý nghĩa bị giảm đi ít nhiều. Ngược lại, tự trao phần quà ấy bằng đôi tay của chính mình, với lòng thành của một con người đối với con người thì ý nghĩa đạo đức, xã hội và nhân văn sẽ cao hơn. Trên cõi Tây phương Cực Lạc, mọi người đều tinh tấn và làm việc gấp nhiều lần so với cõi Ta bà. Do đó, muốn được sanh về cõi ấy thì ngay từ bây giờ ta phải thực tập siêng năng, gieo

trồng công đức, làm các việc từ thiện, nơi nào cần thì ta có mặt, dấn thân một cách không mệt mỏi. Trong hạnh nguyện thứ mười một, đức Phật Dược Sư phát nguyện: "Tôi tình nguyện trước hết mang lại cơm no áo ấm cho những người đang thiếu thốn và đói khát, sau đó, đem chánh pháp nhiệm mầu cho họ được an vui lâu dài". Ngài dạy con đường từ thiện phải song hành với pháp thí. Chú trọng về tâm linh, trong khi bao tử đang đói thì làm sao có thể thâm nhập chánh pháp. Bằng từ thiện, ta nối cánh tay của đức Phật đến mười phương thế giới. Chính những món quà với giá trị tâm linh có thể cứu giúp người bất hạnh giải phóng khổ đau lâu dài. ĂN TRONG TỈNH THỨC

Kinh mô tả sinh hoạt thường nhật ở Tây phương Tịnh độ là "Phạn thực kinh hành" nghĩa là kinh hành sau khi ăn xong. Tức là cũng nấu cơm và ăn cơm giống như thế giới cõi Ta bà, nhưng sự khác nhau ở đây là cư dân Tây phương Cực Lạc ăn cơm trong chánh niệm tỉnh thức, sau đó đi kinh hành từng bước thảnh thơi. Mô hình này, các chùa ở Ta bà cũng đang thực hiện như thế. Điều đó cho thấy mô hình của thế giới Tịnh độ không phải là viễn tưởng mà cõi Ta bà không làm được. Có thể mô phỏng mô hình sinh hoạt tâm linh ở Tây phương để áp dụng trong cõi Ta bà này. Hiện nay, các chùa đều áp dụng ăn cơm trong yên lặng, giúp tiêu hoá dễ dàng. Nói chuyện trong lúc ăn thì khí bị xuất ra ngoài, năng lượng tập trung bị mất và hệ tiêu hoá sẽ làm việc mệt hơn. Ăn cơm trong tỉnh thức sẽ không mắc phải bệnh bao tử và hệ tiêu hoá. Thông thường, ta ăn giống như bị ma đuổi. Một bữa cơm chỉ vỏn vẹn mười phút thì làm sao có thể khoẻ mạnh, bởi các dịch vị chưa kịp tiết ra hoá chất để tạo thành chất bổ. Mỗi bữa cơm ta

chỉ tiêu thụ được từ mười đến hai mươi phần trăm năng lượng chất bổ cung cấp thực tế, còn lại bảy mươi đến tám mươi phần trăm đều bị thải ra ngoài bằng đường thải; cho nên ăn nhiều mà vẫn không bổ, không khoẻ là thế. Đức Phật mỗi ngày chỉ ăn một bữa mà sức khoẻ vẫn tốt và sống thọ đến tám mươi tuổi. Bởi Ngài ăn kỹ, nhai lâu nên không

có bệnh. Phải ăn trong tỉnh thức thì ta mới cảm nhận được sâu sắc giá trị của sự ăn. Phương pháp kinh hành giúp ta chống được những chứng bệnh của thời đại do thiếu vận động. Ngày xưa, thời đức Phật rất ít vị Tỳ kheo bệnh tật, vì mỗi ngày các vị ấy thường đi khất thực đến vài giờ. Thiền hành như thế thì tâm sẽ thư thái, cơ thể nhẹ nhàng, và các cơ bắp được vận động. Ta có thể thực tập đi bách bộ ở công viên hay trên vỉa hè khoảng mười lăm phút sau khi ăn cơm là tốt. Đức Phật từng nói: “Bất khả dĩ thiểu thiện căn phước đức nhân duyên, đắc sanh bỉ quốc”. Ba yếu tố được cần thiết để được sanh về cõi Tây phương Cực Lạc, là phước đức, căn lành và nhân duyên thiện nhiều. Việc vãng sanh về Tây phương không đơn giản chỉ là niệm Phật như ta từng nghĩ. Quan trọng là phải tinh tấn trong công phu tu tập, làm vô số công đức, phước lành, tạo nhiều nhân duyên thì mới có thể vãng sanh về cõi ấy. Muốn được như thế, ta phải thực tập ngay ở cõi Ta bà. Những sinh hoạt hằng ngày như nấu cơm, làm bếp, dọn dẹp, đi, đứng, nằm, ngồi v.v... đều phải thực hiện trong chánh niệm tỉnh thức. Dù là người mới xuống tóc xuất gia hoặc người cư sĩ tại gia cũng phải học những bài thi kệ thiền quán giống như ở Tây phương Tịnh độ thì việc thực tập mang lại giá trị lợi lạc. Sinh hoạt ở Tịnh độ có vẻ lý tưởng hơn, vì nơi ấy hội tụ những bậc thượng thiện, bậc bất thối chuyển, bậc Bồ-tát; khi làm bạn với các bậc Bồ-tát tròn đầy trí đức thì dĩ nhiên tâm ta tiến nhanh hơn. Làm người lành sanh Tây phương thì trở thành

người giác, còn ở cõi Ta bà sẽ là người tốt. Những ai không tự tin, nỗ lực nhiều nhưng vẫn thất bại thì tốt nhất nên phát nguyện sinh về Tây phương Cực Lạc. Bởi vì ở Tây phương có môi trường tốt, có nhiều thánh nhân, và đầy đủ phương tiện hỗ trợ giúp ta tu tập mau thành công. Còn những ai có bản lĩnh, thực hành theo hạnh nguyện Bồ-tát, thì nên mô phỏng xã hội Tịnh độ để thiết lập cực lạc trên cõi Ta bà này. Đó là mô hình thiết thực nhất và ta có thể thực hiện thành công. Ở Tây phương Cực Lạc, mỗi ngày các vị thánh rải hoa công đức mười phương thì ở Ta bà ta vẫn làm công tác từ thiện được. Ta có thể dấn thân vào vùng sâu, vùng xa gieo trồng phước báu, ấn tống kinh, tạo tượng, đúc chuông, xây chùa, truyền bá các băng giảng, đưa Phật pháp vào cộng đồng và học đường cho tuổi trẻ. Tất cả những việc làm này góp phần tạo dựng Tịnh độ ở hiện tại. Xây dựng mô hình Tịnh độ ở hiện tại không phải là vấn đề khó, ta không nên mặc cảm khi vào chùa làm công quả như lặt rau, bửa củi, gánh nước, dọn dẹp nhà vệ sinh và những việc được xem là vặt vãnh. Tâm lượng khi việc làm ấy vô lượng thì phước báu sẽ lớn. Ngày xưa, khi Lục tổ Huệ Năng xuất gia tu học, suốt tám tháng trời, chỉ quanh quẩn làm việc ở bếp, chưa bước chân lên chánh điện. Thế mà ngài vẫn hoan hỷ với dòng chảy chánh niệm tỉnh thức. Ngày nay, một số người phát nguyện làm công quả để phục vụ cho các hành giả khóa tu mang lại phước báu vô cùng. Khi làm công việc ở nhà bếp, có cơ hội được nghe tiếng niệm Phật, giảng pháp, vừa gieo trồng phước báu, vừa có cơ hội tu học mang lại sự an vui và lợi lạc cho bản thân. PHÁP ÂM NHIỆM MÀU

Trong thế giới Cực Lạc có một số loài động vật tiêu chuẩn,

không do nghiệp dẫn tái sanh. Kinh A-di-đà mô tả sáu loại chim là Bạch Hạc (hạc trắng), Khổng Tước (công), Anh Vũ (két), Xá Lợi (cò), Ca Lăng Tần Già (một loại chim đặc biệt ở Ấn Độ) và Cộng Mạng (chim hai đầu). Những loài chim quý này xuất hiện ở miền Trung Ấn Độ. Ngoài ra, thế giới ấy không có loại gia cầm hay động vật nào khác. Các loại chim ở Tây phương Cực Lạc được mô tả: "Ngày đêm sáu thời, cất tiếng hót vang, phát âm vi diệu, bảy bồ đề phần, tám con đường thánh, giúp người nhiếp tâm, niệm Phật Pháp Tâm, trở về tỉnh thức". Đây là phương tiện giúp hành giả. Nhờ đó, chuyển hết những nghiệp phàm phu còn đọng lại trong tâm thức. Các loại chim này đều do Phật biến hiện bằng phương tiện chứ không phải là loài chim thật, với mục đích tạo ra pháp âm nhiệm mầu, nhắc nhở mọi người về ngũ căn, ngũ lực, bát chánh đạo, thất bồ đề phần. Nhờ đó, nhiếp tâm tỉnh thức nhớ Phật, Pháp và Tăng. Nếu có chánh niệm và quán niệm thì những âm thanh của đời trở thành những âm thanh vi diệu. Nếu thiếu yếu tố chánh niệm thì những âm thanh đời sẽ trở nên phiền toái, hoặc chướng ngại. Hãy thực tập cái nhìn quán chiếu của đức Bồ-tát Quán Thế Âm, quán chiếu âm thanh của cuộc đời trở thành âm thanh của chánh pháp, quán chiếu những lời tha oán giúp ta có được hạnh nhẫn nhục. Do đó, chỉ cần có tuệ quán thì những âm thanh đời sẽ trở thành nguồn pháp âm vi diệu. Vấn đề là phải nạp vào trong não con "chíp" tuệ giác, để nó hành hoạt như một lệnh điều khiển linh động. Cái nhìn tuệ giác giúp ta tận dụng cơ sở dữ liệu cõi Ta bà trở thành pháp âm mầu nhiệm. Mặc dù "mây trắng, trăng thanh, gió mát" có thể gợi lên hình ảnh vô thường, với cái nhìn tuệ giác thì đó chính là cái nhìn bất biến. Thế giới hiện tượng không tự nó sinh ra, và cũng không tự nó mất đi vĩnh viễn, có thể thay đổi từ dạng thức này sang dạng thức khác.

46 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Ta có thể thiết lập pháp âm qua từng bước chân, hơi thở, hành động. Có thể sử dụng công nghệ thông tin đại chúng làm cho giáo pháp Phật lan xa và rộng hơn. Trước đây khi chưa có Cassette, CD, VCD, DVD, pháp âm chỉ được diễn ra ở các giảng đường. Bây giờ, không cần tu thiên nhĩ thông mà vẫn có được cơ hội nghe âm thanh của nhiều người ở nhiều quốc gia khác nhau. CƯ DÂN CÕI TỊNH ĐỘ

Bậc thượng thiện nhân. Bản chất cư dân cõi Tịnh độ có nhiều cấp độ khác nhau. Thuật ngữ được nêu trong kinh A-di- đà là "Thượng thiện nhân", tức đây không phải là "thiện" bình thường. Người thiện bình thường chỉ giữ năm nguyên tắc đạo đức là không sát sanh, không trộm cướp, không tà hạnh, không nói lời phi chân lý, vô nghĩa, và không sử dụng các chất gây say. Nếu chỉ tu tập năm đạo đức thì chưa đủ điều kiện để sanh về Tây phương Cực Lạc. Đức Phật từng mô tả nơi đó là điểm hội tụ, là xã hội, thế giới của bậc "Thượng thiện nhân", nghĩa là bậc thiện cao nhất. Thượng thiện là người có đức nhân từ, hoàn thiện về nhân cách, phẩm hạnh, vô ngã vị tha và dấn thân không mệt mỏi. Muốn được như thế, ta phải học hạnh Bồ-tát, lấy bồ đề tâm, thâm tâm, chí thành tâm để tu tập, dấn thân làm Phật sự và truyền bá chánh pháp. Hiểu thuật ngữ này và muốn sanh về Tây phương cần phải làm nhiều công đức, phước lành, chứ không chỉ niệm Phật là đủ. Các Tổ dạy: chúng ta chỉ cần "niệm Phật một câu tiêu diệt tội hằng hà sa", là để ta thiết lập niềm tin bất thối. Dựa vào kinh A-di-đà chúng ta thấy

rõ ràng: nhân quả là yếu tố quan trọng, nhân thiện là bệ phóng của phi thuyền công đức giúp ta có mặt trên mảnh đất của Tây phương.

SINH THÁI VÀ SINH HOẠT TỊNH ĐỘ § 47

Bậc bất thối chuyển. Thuật ngữ "A Bệ Bạt Trí" có nghĩa là bậc bất thối chuyển. Bất thối chuyển gồm có bốn nội dung. Thứ nhất, không thối chuyển quả vị, nghĩa là khi đã đạt được trình độ tâm linh nhất định nào đó thì ta sẽ không trở thành người thấp hơn. Ví dụ khi có trình độ đại học thì không thể nào không biết kiến thức vỡ lòng. Đó là quy luật và không có trường hợp ngoại lệ. Thứ hai, không thối thất về công hạnh, nghĩa là con đường đạo đức, làm lành lánh dữ và dấn thân Phật sự ngày càng nhiều, có phương pháp, vĩ đại và hiệu quả hơn. Phần lớn sau một thời gian làm Phật sự ta thường sinh tâm chán nản. Chẳng hạn khi thấy quý thầy hay quý sư cô cầm sổ công đức đến thì bảo với con ra thưa lại là ba má không có ở nhà, vài ngày sau mới về. Làm như thế là ta đang thối thất về công hạnh. Thực ra, khi quý thầy hay quý cô đến là tạo cơ hội để ta được làm công đức, đỡ mất công phải đến các trung tâm từ thiện. Nếu hiểu như vậy thì ta không ngán ngẩm, không có tiền nhiều thì làm ít, tuỳ hỷ, và quan trọng là có tấm lòng. Thứ ba, không thối thất về tâm niệm. Tâm niệm liên hệ đến lý tưởng và lập trường. Nếu là hành giả Tịnh độ thì lý tưởng và lập trường Tịnh độ phải được xác quyết. Hiểu các pháp môn như công cụ, bản chất của công cụ là phương tiện và những gì thuộc về phương tiện là bước đi, chứ không là bản chất của đích đến. Do vậy, cần có niềm tin vững chãi về pháp môn Tịnh độ thì ta mới tu tập có kết quả. Thứ tư là cứu cánh bất thối. Khi đã hội đủ sự bất thối về quả vị, công hạnh và tu tập thì cuối cùng kết quả đích đến phải diễn ra. Trong bài kinh này các vị Thánh ở Tây phương sau khi đi rải hoa công đức từ thiện về cũng ăn cơm như chúng ta ở cõi Ta bà đây. Do đó, đức Phật đã giới thiệu mô hình đó để ta mô phỏng ở

48 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

hiện tại. Việc ăn cơm trong chánh niệm, thiền hành trong chánh niệm, làm việc công đức trong chánh niệm v.v... chỉ cần ý thức là có thể làm được. Mô tả sự huy hoàng, tráng lệ, trang nghiêm, đặc sắc của Tây phương Cực Lạc không phải để chúng ta mơ ước về nó, mà là để thiết lập những mô hình tương tự ở cõi Ta bà này. "Trông người mà ngẫm đến ta" là nghệ thuật tương phản mà Thế Tôn dạy chúng ta cần phải làm. Hiểu được như thế, ta cần nhận thức rằng tất cả những gì thuộc về Ta bà cũng chính là dữ liệu của Tịnh độ.

***

CHƯƠNG III

ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH Chùa Giác Ngộ, 15-12-2005

ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH § 51

DANH HIỆU CỦA PHẬT A-DI-ĐÀ

Đức Phật Thích Ca giới thiệu về đức Phật A-di-đà bằng câu hỏi rất ngắn: “Này Xá-lợi-phất, ông hãy nghĩ xem, vì sao đức Phật, hiệu A-di-đà ... ” Toàn bộ kinh A-di-đà gồm có ba câu hỏi: câu hỏi thứ nhất về bản chất của thế giới Cực Lạc, câu hỏi thứ hai về danh hiệu của đức Phật A-di-đà và câu hỏi thứ ba là tại sao kinh này được chư Phật tán thán và hộ niệm. Ba câu hỏi này đã hình thành nên pháp môn Tịnh độ. Sau khi hỏi, không chờ ngài Xá-lợi-phất trả lời, đức Phật đã trả lời thay: “Này Xá-lợi-phất, vì đức Phật ấy là Vô Lượng Quang, chiếu soi khắp cùng, thế giới mười phương, ngay cả thành quách, không thể ngăn cách. Này Xá-lợi-phất, thọ mạng của Phật và hàng Thánh chúng, ở cõi Tây phương, dài lâu vô lượng, không thể nghĩ bàn. Vì thế Phật ấy hiệu A-di-đà.” Vô Lượng Quang. Đoạn này có hai nội dung căn bản là Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ. Vô Lượng Quang liên hệ đến bản chất tu tập của đức Phật A-di-đà, nghĩa là ánh sáng ấy không bị giới hạn bởi không gian vật lý và thời gian chiếu soi. Hào quang hay điện quang của lòng từ bi, tuệ giác, dấn thân, công đức thì không có ngằn mé, hiểu Vô Lượng Quang dưới góc độ này mới thấy được nguyện lực, hạnh đức của Phật là không gì có thể ngăn cách. Do bởi Ngài có tuệ giác không cùng tận, và tuệ giác đó cho phép Ngài sử dụng vô số phương tiện vi diệu. Ngài cài đặt hệ thống hỗ trợ để ta trở thành một người của tuệ giác Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ. Bằng cách hiểu như thế, các hành giả ở Ta bà có thể tham gia công việc phát quang tuệ giác của đức Phật A-di-đà bằng nhiều cách thức khác nhau. Ví dụ như hai loại hình từ thiện nhường cơm xẻ áo liên hệ đến vật chất, sức khỏe, mạng sống hay tuổi thọ, và loại hình từ thiện về trí tuệ liên hệ đến việc ấn tống kinh điển, truyền bá pháp âm, băng giảng hay truyền bá những gì có

thể cải tạo tư duy, nhận thức và hành động của con người. Dấn thân thực hiện hai loại từ thiện này hỗ trợ ta về phương diện tuệ giác, nghĩa là làm cho hào quang trí tuệ vô lượng của đức Phật thắp sáng trong lòng mỗi người, giúp lương tâm của họ được thắp sáng. Như thế, họ ít phạm phải những việc xấu xa hoặc phi đạo đức trong tương lai. Vô Lượng Thọ. Nội dung Vô Lượng Thọ được áp dụng cho hai đối tượng gồm đức Phật A-di-đà và hàng Thánh Chúng. Trong kinh Hoa Nghiêm, đức Phật làm một so sánh nhỏ cho thấy số lượng thời gian về kiếp sống ở Ta bà chỉ bằng một ngày một đêm ở Tây phương Tịnh độ. Tuổi thọ của các vị Bồ-tát, A- la-hán, thượng thiện nhân và bất thối chuyển dài lâu vô số, trong số đó phải kể đến bậc bất thối chuyển, các vị nhứt sanh bổ xứ Bồ-tát, nghĩa là các vị Bồ-tát sẽ làm Phật ở đời sau. Chẳng hạn Bồ-tát Di-lặc sẽ sinh ra và giáo hóa chúng sanh trên nền tảng lòng từ bi. Con đường nhận thức bằng tâm lý học của ngài sẽ giúp con người giải thoát khổ đau, loại bỏ sai lầm về nhận thức, học thuyết, tôn giáo, chính trị và triết học. Kế đến, Bồ-tát Quán Thế Âm và Đại Thế Chí là các vị “nhứt sanh sở hệ Bồ-tát”, nghĩa là làm Phật thăng tiến trong tương lai, số lượng các vị ấy nhiều không đếm hết và các vị như thế thường có tuổi thọ vô lượng và vô tận. Sống lâu như thế không phải để hưởng thụ. Tâm lý của một số người rất sợ sống lâu, vì phải mang theo bệnh tật và khổ đau. Thế nhưng cư dân của Tây phương Tịnh độ không hề có bệnh tật vì họ gieo vô lượng công đức, không có nghiệp sát sanh bằng vũ khí hay bằng tâm niệm nên tuổi thọ được dài lâu và sự dài lâu về tuổi thọ cho phép họ làm vô

số công đức. Mỗi người đều có tuổi thọ dài lâu, nếu ta có cái nhìn tuệ quán của đức Phật thì mọi sự vật không hề bị mất đi vĩnh viễn.

ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH § 53

Nhìn từ góc độ hiện tại, nếu ta lấy thời điểm từ khi có mặt trên cuộc đời và cứ thế mà tính thì thời gian đó rất ngắn ngủi, hạn định. Nếu nhìn từ chiều dài của những lần tái sanh ở quá khứ, hiện tại và vị lai thì mỗi người trong chúng ta có đến tỉ tỉ năm tuổi. Cứ mỗi kiếp ta có thể có năm mươi cho đến một trăm tuổi, qua kiếp sau ta cũng có số lượng tuổi tương tự và cứ như thế cộng dồn cho mỗi kiếp tái sanh sẽ có vô lượng số tuổi. Vì thế, trong kinh Pháp Hoa có đề cập: "Thọ mạng của Thế Tôn dài lâu hằng hà sa số" là thế. Thọ mạng của đức Phật và các vị Bồ-tát trong bài kinh này cũng hằng hà sa số và con người chúng ta cũng như thế. Tất cả chúng ta đều có tuổi thọ dài lâu bằng mắc xích bởi từng kiếp và trong mỗi đời là khác nhau. Do đó, hiểu đạo lý này giúp ta thiết lập Tịnh độ ở Ta bà. Kinh Vô Lượng Thọ là bản kinh nền tảng mà thông qua đó bản kinh A-di-đà được tóm tắt, có đề cập đến một danh hiệu khác của đức Phật A-di-đà trong quá khứ đó là Vô Lượng Chánh Niệm, nghĩa là sống trong tình trạng tâm lý nhận thức không tranh chấp, ganh tỵ, hận thù, đấu tranh hoặc loại trừ lẫn nhau. Đây chính là yếu tố quan trọng để tạo nên tuổi thọ. Những ai sống trong hờn giận, ganh tị, hận thù chắc chắn sẽ bị mất ngủ, thần kinh suy yếu và dẫn đến tuổi thọ suy giảm. Qui luật này diễn ra một cách nghiêm khắc và tất yếu đối với mọi người, mọi loài. Một yếu tố khác, khi đức Phật A-di-đà còn là một vị Bồ-tát có tên là Pháp Tạng Tỳ Kheo đã là một đại hành giả có tên là Thế Tự Tại Vương, nghĩa là vua tự tại về cuộc đời, sống thong dong, không câu chấp, vướng mắc, hay chạy theo dục lạc thế gian cùng những thói quen vị kỷ, tranh chấp, bản ngã. Muốn có được Vô Lượng Thọ và Vô Lượng Quang là những yếu tố tượng trưng cho trí tuệ bền bỉ lâu dài, lập trường trên lý tưởng và hành động dấn thân phục vụ, ta cần có thái độ vô

54 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

tranh; tức là không tranh chấp về ý thức hệ, tôn giáo, chính trị thì lúc đó bản ngã độc tôn sẽ bị thiêu hủy và chuyển hoá, cuộc sống sẽ nhẹ nhàng và an vui. Đó cũng là lý do đức Phật Thích Ca từng tuyên bố: "Ta chưa từng tranh chấp với đời chỉ có đời tranh chấp với ta." Lời tuyên bố chánh pháp của Thế Tôn đi ngược lại với các quan niệm sai lầm về phong tục tập quán, nền văn hóa triết học và tôn giáo Ấn Độ. Nó không được xem là sự tranh chấp bởi lời tuyên bố đó không vì quyền lợi, không để khẳng định Phật là người có tài để mong cầu sự cung kính và cúng dường của bá tánh. Ngài tuyên bố chân lý mang lại lợi lạc cho cuộc đời, hoàn toàn không có thái độ và động cơ của sự tranh chấp. Đối diện trước tuyên bố chân lý đó, những giới chức tôn giáo đóng vai trò trung gian giữa Thượng đế và con người bị mất quyền lợi, giảm ảnh hưởng, vai trò và vị trí của họ trong xã hội. Họ xem đức Phật như đối thủ hay cản lực lớn, do bởi Ngài đã phá bỏ sự mê tín dị đoan, niềm tin vào các thần linh, chấp nhận định mệnh, sự ngẫu nhiên hay an bày. Đức Phật đi theo con đường chân lý, tuyên bố những gì cần tuyên bố, và làm những gì cần làm. Khi việc đã xong, Ngài xác định vai trò, nhiệm vụ của Ngài đã hoàn tất, và sau đó nhập Niết Bàn. Đạo lý của Thế Tôn là thế. Cơ sở dữ liệu về tâm lý,

thái độ và hành động vô tranh sẽ trở thành yếu tố quyết định "vô lượng thọ" của chúng ta. Khi sống trong tuổi thọ không hề bệnh tật, ốm đau, phiền não, hận thù, tranh chấp thì trí tuệ sẽ phát sinh. Hai yếu tố này bổ sung cho nhau. Đó là mô hình của xã hội Tịnh độ lý tưởng gồm các thành phần kiến trúc sư cao nhất của Tịnh độ là Thế Tôn, A-Di-Đà, các vị nhứt sanh bổ xứ như Bồ-tát Quán Thế Âm, Đại Thế Chí, Di Lặc, Thường Tinh Tấn, Càn-đà-ha-đề v.v...các cư dân Thánh

giả, các vị bất thối chuyển, và cuối cùng là các vị mới nhập cư hay mới tái sanh. Thế giới Cực Lạc không có vua và dân, không có giai cấp thống trị và giai cấp bị trị. Thế giới Ta bà này chưa có mô hình như Tây phương Cực lạc. Thế giới Tây phương là một thế giới rất đẹp. Nơi ấy thiên nhiên hài hoà vào sự sống con người và các loài vật, phương tiện là công cụ hỗ trợ giúp con người hướng về chánh pháp và đạo đức. Con người nơi ấy có Phật tính và sự bình đẳng Phật tính, tiềm năng chứng đắc và sự chứng đắc, mời gọi và mở cửa cho tất cả mọi người. Cấu trúc Tịnh độ như là xã hội lý tưởng mà ta có thể mô phỏng, nhập cảng và thiết lập ở Ta bà nếu có quyết tâm thì chắc chắn ta sẽ xây dựng được. LÀM BẠN BẬC TRÍ

Kinh A-di-đà xác định nguyện vọng chính đáng của các hành giả Tịnh độ khi bày tỏ tấm lòng muốn phát nguyện vãng sanh về thế giới Tây phương Cực Lạc và nguyện vọng đó có thể khác nhau tùy theo mỗi người. Một số người cho rằng cõi Ta bà đầy khổ đau, bất hạnh. Dù đã nỗ lực tu tập, làm lành lánh dữ nhưng tai họa và khổ đau vẫn tiếp tục đeo đuổi, cho nên họ mong tìm một cảnh giới hạnh phúc và an vui lâu dài. Lại có quan điểm cho rằng sanh về Tây phương Cực Lạc không có cha mẹ, hành giả sẽ được hóa sanh trên những hoa sen báu. Nói cách khác, cõi ấy không có đời sống tính dục nên khổ đau cũng không có; do đó, tốt nhất là sanh về Tây phương. Đó là một trong vô số quan điểm và lý do chính đáng của những người có nguyện vọng vãng sanh. Trong kinh A-di-đà, đức Phật đã nêu các trợ duyên tích cực: "Khi nghe danh Phật, hãy nên nhiếp tâm, phát nguyện vãng sanh, làm bạn Bồ-tát, tròn đầy trí đức." Đây là nội dung ẩn chứa sâu sắc giống như câu nói: "Ăn cơm

có canh, tu hành có bạn". Bạn ở đây không phải là người phàm kẻ tục, mà là Thánh nhân, Bồ-tát và các bậc giải thoát với trí tuệ và lòng từ bi rộng lớn. Khi làm bạn với các ngài, tâm của ta cũng được chuyển hóa theo. Trong cuộc đời, ai cũng muốn có người bạn đồng giới, bạn khác giới, bạn đời, bạn chí hướng, bạn đồng nghiệp... nhưng có mấy ai tìm được người bạn lý tưởng như mong đợi. Tìm một người tốt để làm bạn rất khó, bởi cá tính của mỗi người khác nhau. Nếu người bạn ấy có chí hướng cao, có bản lĩnh và lòng vị tha rộng lớn, kết bạn và giao du với họ tâm ta sẽ được thăng hoa. Ngược lại, giao du với người không có chí nguyện, lười biếng, bạc nhược, ỷ lại, ích kỷ sẽ mang lại cho ta nhiều phức tạp và rắc rối về sau. Trong kinh Pàli, đức Phật dạy:"Nếu không tìm được người bạn đường bằng hoặc hơn mình thì thà đơn độc một mình chứ không kết bạn với người vô minh." Đó không phải là thái độ ích kỷ, mà phải thận trọng "chọn bạn

mà chơi". Bởi sự ảnh hưởng, lây lan tâm lý được diễn ra theo cách tương tác, người có cá tính mạnh sẽ ảnh hưởng đến người có cá tính yếu hơn. Nếu sống tương quan trong vùng từ trường của người yếu kém về đạo đức, suy sụp về tâm linh và không có tuệ giác lớn thì tâm ta biếng nhác. Vì thế, tìm được người bạn lý tưởng sẽ hỗ trợ ta tiến bộ rất nhiều trên con đường lập nghiệp và tu tập. Loại hình tâm linh của các vị Thánh ở Tây phương cho thấy đây là một thế giới lý tưởng. Đó là nơi hội tụ bậc thượng thiện. Có mặt trong vùng từ trường tâm linh của bậc thượng thiện thì tâm tư, tình cảm, chí nguyện của ta cũng sẽ được chuyển hóa. Sống trong môi trường tích cực thì giá trị và lợi lạc sẽ lớn. Nhận chân được sự ảnh hưởng tiêu cực của người phàm kẻ tục đối với mối quan hệ bạn bè, đức Phật khuyên ta hãy nên phát nguyện vãng sanh về Tây phương, bởi cõi ấy chỉ toàn các vị Bồ-tát đầy đủ trí đức. Trí thuộc về nhận thức và đức thuộc về hành động từ bi. Người có tuệ giác lớn luôn có hành động lớn và kèm theo

là chí nguyện lớn. Chí nguyện và hành động sẽ mang lại phước báu cho bản thân, cộng đồng và xã hội. Khi giao du, thân cận, học hỏi và đảnh lễ các ngài thì tất nhiên ta sẽ có vùng ảnh hưởng tâm linh tích cực. GIÁ TRỊ CỦA KHUYẾN TẤN

Điều kiện vãng sanh được nêu ra trong kinh không đơn giản. Các vị Pháp sư hay các hành giả Tịnh độ tông khuyến tấn bằng nhiều lời khích lệ. Ví dụ như: "Niệm Phật một câu tiêu tội vô lượng, lạy Phật một lễ tội diệt hà sa." Chính lời khẳng định ấy đã tác động khá nhiều đến những người phát nguyện dấn thân hành trì pháp môn Tịnh độ. Vì họ thấy được sự lợi lạc của pháp môn này khá lớn. Chỉ cần niệm Phật, đảnh lễ mà tội được diệt và vãng sanh là điều ai lại chẳng mong muốn. Tuy nhiên, lời nói đó cần được hiểu trong những dấu ngoặc đơn, nếu không, ta mê theo giá trị của pháp môn mà không gieo trồng hạt giống để tạo ra các giá trị đó, thì khó có thể đạt được mục đích. Các vị Tổ sư thường nói vắn tắt, như công án để ta tư duy và ứng dụng. Nếu trong một nội dung mà tất cả những điều cần nói được nói hết, đôi lúc lại không tạo ra sự khao khát tìm cầu. Nếu không có vấn nạn thì kiến thức của hành giả sẽ bị giới hạn trong những gì được diễn đạt và mô tả. Dấu ngoặc đơn thứ nhất cho câu tuyên bố nêu trên là ta phải niệm Phật theo công thức "nhất tâm bất loạn", nghĩa là tâm không còn loạn tưởng với đối tượng, chuyên chú vào danh hiệu Phật với lòng chí thành thì phước bắt đầu gia tăng. Việc đảnh lễ Phật không đơn thuần chỉ là động tác thể dục thể thao để có tuổi thọ, dù các hoạt động cơ bắp được diễn ra. Mấu chốt của việc đảnh lễ nên được xem là pháp môn hành trì. Có như thế thì giá trị công đức mới gia tăng và phước báu vô lượng. Dấu ngoặc đơn thứ hai là tâm hành giả chuyên nhứt niệm

danh hiệu đức Phật A-di-đà. Động tác đảnh lễ Phật được bày tỏ một cách chí thành tha thiết, đương nhiên những phiền não, nghiệp chướng và khuynh hướng tiêu cực nếu có trong quá khứ sẽ bị khựng lại. Việc khựng lại này sẽ tạo ra một bước ngoặt trong tư duy và nhận thức của con người. Tư duy và nhận thức đó sẽ mang chất liệu dẫn đạo, làm tiền đề đưa ta đến sự hành trì tích cực và dấn thân nhiều hơn, do đó "tội diệt và

phước sanh" là thế. Nếu chỉ hiểu nghĩa đơn thuần là niệm Phật một niệm thì tội tiêu và lễ Phật một lễ thì phước sanh, mà không có lòng chí thành và không có phương pháp sẽ dẫn đến sự hiểu lầm và ỷ lại. Đảnh lễ và thọ trì như thế chẳng mang lại kết quả gì. Lời tuyên bố của chư Tổ về Tịnh độ tông mang tính chất khuyến tấn. Giá trị của giáo dục khuyến tấn thường tạo ra nhân duyên khích lệ, giúp thiết lập niềm tin vững chãi và không bỏ cuộc trên con đường hành trì. Cũng như viên thuốc được bọc đường bên ngoài khi uống, bệnh tật được trị liệu mà vẫn tạo cảm giác khoái khẩu để ta có thể uống lâu dài. Nếu để "thuốc đắng đả tật" thì chỉ có người hiểu được giá trị của vị thuốc và sức nhẫn nại chịu đựng mới có thể trị liệu thành công, còn lại số đông rất ngán ngẫm. Thông thường, vị thuốc đông y rất đắng nhưng có tác dụng cao. Hiện nay, đông y cũng phương tiện hóa bằng cách bọc một lớp mật xung quanh viên thuốc nhằm giảm bớt phần nào vị đắng khó chịu. Bản chất trị liệu không nằm ở yếu tố mật ngọt mà nằm ở vị đắng của thuốc, nếu không có mật thì vị đắng này khó đưa vào cơ thể và không mang lại hiệu quả trị liệu. Các Tổ đã phương tiện hóa bằng cách dùng những lời lẽ khuyến tấn để hỗ trợ ta trong buổi đầu hành trì. ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH

Kinh A-di-đà nêu rõ: "Bất đắc dĩ thiểu, thiện căn phước đức nhân duyên, đắc sanh bỉ quốc." Dịch nghĩa là "Căn lành ít ỏi, phước đức sơ sài, nhân duyên thiếu thốn, sẽ không dễ gì sanh về

Cực lạc". Đức Phật nêu ba yếu tố: 1) Đầy đủ căn lành, 2) Đầy đủ phước báu và 3) Đầy đủ nhân duyên hỗ trợ, là điều kiện cần thiết để vãng sanh về Tây phương Cực Lạc. Những ai không có đủ ba yếu tố trên hoặc có ít thì không thể sanh về cõi ấy. Giả sử các vị Tổ của Tịnh độ hay các vị đạo sư có giúp ta đến Tây phương Cực Lạc thì nơi ấy cũng không thể dung nhận, vì ta thiếu các điều kiện vừa nêu. Thế nhưng nội dung quan trọng này lại ít được đề cập trong các tác phẩm Tịnh độ tông. Các vị Tổ sư thường có khuynh hướng nhắm vào lòng từ bi và tha lực huyền diệu của chư Phật, lại phớt qua nhân tố quyết định quan trọng, tạo cơ sở và nền tảng phước báu như một bệ phóng của phi thuyền đẩy ta từ cảnh giới Ta bà đi thẳng vào quỹ đạo Tịnh Độ. Dù hành giả đã có căn lành, phước báu, nhân duyên nhưng ít thì cũng chưa đủ để có thể sanh về cõi ấy. "Nhiều" là lượng từ bao quát, ý nhắc ta hãy tập trung đầu tư có phương pháp bằng thời gian, công sức, tâm huyết, hành trì, làm các việc lành, gieo trồng nhiều phước báu và hỗ trợ những nhân duyên tích cực thì mới có cơ may sanh về thế giới Cực Lạc. Khi nghe các điều kiện trên, có người tỏ vẻ ngán ngẫm cho rằng pháp môn này tuy đơn giản nhưng điều kiện vãng sanh lại quá khó. Tuy nhiên, nếu đọc kinh Quán Vô Lượng Thọ, có lời nguyện thứ mười tám như sau: "Lúc tôi thành Phật, thập phương chúng sanh, chí tâm tín mộ, muốn sanh về nước tôi, nhẫn đến mười niệm, nếu không được sanh, thời tôi không ở ngôi chánh giác, trừ kẻ tạo tội ngũ nghịch, cùng hủy báng Chánh pháp". Nghĩa câu trên là, nếu hành giả nào niệm mười hiệu với tâm tập trung cao độ, đúng phương pháp mà không được vãng sanh thì đức Phật sẽ không ở ngôi chánh giác. Hai câu trong kinh A-di-đà và Quán Vô Lượng Thọ kinh hoàn toàn không đối lập ý nghĩa mà ngược lại còn bổ sung cho nhau. Trong kinh Quán Vô Lượng Thọ, đức Phật nhắm

đến nội dung chiều sâu tâm thức

60 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

trong sự hành trì và tu tập, trong khi kinh A-di-đà lại nhấn mạnh đến yếu tố phước báu, tạo cơ sở "Nhất tâm bất loạn" cho hành giả. Những ai tạo quá nhiều việc xấu, có nỗi sợ hãi về pháp luật, bị lương tâm đạo đức giằng xé, không thể tập trung để đạt được trạng thái nhất tâm bất loạn. Do đó, cần phối hợp cả hai điều kiện trên, vừa phải gieo trồng công đức và phước báu, vừa phải có nhất tâm bất loạn trong hành trì thì cơ hội vãng sanh mới cao. Hòa thượng Tịnh Không là một trong các vị hành giả Tịnh độ tông hiện đại, trong các ngôi chùa của ngài đều có hai câu đối đặt bên đức Phật A-di-đà: "Bách phước tự trang nghiêm. Chư Phật sở hộ niệm", nghĩa là hãy tự trang nghiêm con người hành giả bằng hàng trăm loại phước báu khác nhau, được vậy chư Phật sẽ hộ niệm và tiếp dẫn ta về Tây phương Cực Lạc. Hòa thượng Tịnh Không đã tóm lược phần nào nội dung trong kinh A-di-đà. Câu đối này liên hệ đến nhân quả và là trọng tâm của phương pháp tu tập. Nhân là yếu tố quyết định, quả là sự kéo theo tất yếu, nhân không có thì quả không thể hội tụ. Tiếc thay, nhiều hành giả lại có suy nghĩ khá đơn giản rằng chư Phật có lòng từ bi lớn, không cần phải tạo phước đức nhiều mà chỉ cần chí thành niệm danh hiệu của Ngài là đủ và ta có thể mang nghiệp phàm phu này mà sanh về Tây phương. Như thế là ta đánh mất đi yếu tố tự lực thuộc về nhân quả, do đó tiến trình vãng sanh khó thành tựu. Các hành giả nên tập trung vào câu thứ nhất "Bách phước tự trang nghiêm" nhiều hơn là câu thứ hai "Chư Phật sở hộ niệm." Nơi nào có người trang nghiêm đạo đức bằng hàng trăm ngàn phước báu khác nhau thì nơi đó Phật và Bồ-tát sẽ có mặt. Các vị Bồ-tát thường được mô tả trong kinh điển Đại thừa là những đại hành giả gieo trồng vạn hạnh công đức. Các ngài vận dụng vô số phương tiện, ứng thân nhiều loại hình chúng sanh khác nhau, để tiếp độ chúng sanh. Có như thế, lời kinh và chánh pháp của đức Phật mới được họ tiếp nhận một cách hiệu quả.

ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH § 61

Ta không thể lấy não trạng văn hóa của người Việt Nam áp đặt lên não trạng văn hóa của người phương Tây, như thế họ khó có thể hiểu và tiếp nhận giáo lý của đạo Phật. Cần phải lấy não trạng văn hóa của phương Tây diễn dịch giáo lý của đạo Phật thì người phương Tây có cơ hội biết đến đạo Phật hơn. Sự nhập cảng nguyên vẹn một pháp môn hay một nền văn hóa sang một nền văn hóa khác mà thiếu tính khế lý và khế cơ sẽ không mang lại kết quả như ý. Các vị Bồ-tát có ba mươi hai ứng thân, thiên hình vạn trạng, phong phú với nhiều hình thức, sắc thái khác nhau để thực hiện muôn hạnh lành và tạo vô số công đức. Khi hạnh lành và công đức được thành tựu thì những nghiệp chướng xấu xa trong quá khứ sẽ bị tiêu trừ. Đó là bệ phóng, điều kiện tất yếu để đưa ta sang cảnh giới Tây phương Cực Lạc. Đầy đủ thiện căn. Thiện căn là không còn tham, sân, si, có thể hiểu chung là gốc rễ từ bi, đạo đức, hoặc các yếu tố căn bản để giúp hành giả thiết lập an vui và hạnh phúc trong cuộc đời. Thiện căn còn được hiểu theo hai hình thức khác nhau. Thứ nhất là các hạt giống tích cực, thứ hai là các khuynh hướng phát huy từ cách gieo trồng hạt giống nhân cách. Hạt giống là tiềm năng và khuynh hướng nhân cách là kết quả. Nếu đặt vào quỹ đạo hay những con đường tốt,

chúng sẽ là nền tảng lâu dài, dù bất cứ ở đâu, trong nền văn hóa hay bối cảnh lịch sử nào, cũng không thể nhổ lên. Khi tuệ giác, gốc rễ từ bi, đạo đức bám sâu vào não trạng và nhận thức thì dù có phong ba bão tố hay những cám dỗ của cuộc đời, con người vẫn có thể vượt qua. Đức Phật nhìn thấy rõ mỗi con người thông qua hành vi đạo đức, thiết lập cây đạo đức ở tâm, ở ngôi nhà, xã hội đang sống và rộng lớn hơn là một quốc gia hay toàn thế giới. Gốc rễ đó được gieo trồng một cách có nghệ thuật thì con người có thể bước vào đời vững vàng. Những gì được gieo trồng và vun

đắp từ thuở nhỏ thì khó có thể nhổ lên khi trưởng thành. Nếu không may các bậc cha mẹ tin các học thuyết mê tín dị đoan, tà thuyết vu vơ của tà ma ngoại đạo, hoặc các học thuyết định mệnh thì các hạt giống này sẽ trở thành lệnh điều khiển dẫn dắt con em ta trong cuộc đời, làm chúng trở nên bạc nhược, mất phương hướng. Do đó, cần gieo trồng hạt giống thiện lành trong não trạng và tâm thức của con em từ thuở lọt lòng, bằng cách cho chúng quy y. Rất nhiều gia đình Phật tử hiểu sai ý nghĩa tự lực trong đạo Phật, từ đó hiểu sai ý nghĩa tự giác là tự ý thức. Điều này dẫn đến quan niệm không cần khuyến tấn con em, người thân hay gia đình theo đạo Phật, để họ tự tìm đường mà đi. Trong sự dò dẫm như thế không phải ai cũng may mắn tìm ra được con đường chân chính. Khi nhận thấy đạo Phật là con đường của tình thương và hiểu biết, con đường của tuệ giác và từ bi, con đường của an vui và hạnh phúc thì không có lý do gì ta lại không chia sẻ giá trị đó cho gia đình và người thân. Nếu con em ta vẫn chưa chấp nhận, cần phải có biện pháp cứng rắn hơn để chúng tiếp nhận được giá trị chân chính và đạo đức. Nếu để chúng tập tành khuynh hướng xấu của xã hội, về lâu dài, gốc rễ tiêu cực này khó có thể bứng khỏi não trạng chúng. Bởi các thói quen, khuynh hướng xấu dễ gieo trồng nhưng lại khó tẩy rửa. Những gì đã trở thành nếp suy nghĩ của con người thì sẽ trở thành chân lý. Cho dù ta có đổ công sức, mồ hôi và nước mắt cũng khó thành công trong việc cách tân. Có thiết lập được căn lành cho con em thì mới định hướng ý thức cho chúng. Chính căn lành này tạo thành ngọn đuốc soi đường, làm nền tảng cho các giá trị chân chính và đạo đức. Có những loại cây có thể trồng bằng gốc rễ. Có cây có thể trồng bằng cách chiết nhánh hay hạt. Tương tự, căn lành của con người có thể gieo trồng bằng nhiều cách khác nhau, bằng

tư duy, nhận thức, hành động cụ thể, lời nói hoặc các tác phẩm văn hóa nghệ thuật v.v... Tùy theo chức nghiệp và sở trường ta có thể chọn lựa cách thức gieo trồng căn lành cho bản thân. Nếu là một nhà văn thì nên khuyến tấn sáng tác các thể loại văn chương nhằm ca ngợi cái đẹp, tán thán công đức giúp cho người đọc thấy được giá trị công bằng xã hội. Dù những tác phẩm ấy có thể ít người mua, kén người đọc, giá trị kinh tế của sản phẩm không cao, nhưng gieo trồng nó nghĩa là ta đang thiết lập Tây phương Cực Lạc tại Ta Bà. Ta có thể gieo trồng giống lành bằng lời nói trực tiếp, khuyến tấn, chia sẻ kinh nghiệm tu tập hoặc bằng hành động dấn thân. Ta có thể tự làm và trở thành đúng đắn, như bài học ấn tượng cho người khác nương theo. Điều này được gọi là thân giáo, nghĩa là giáo dục bằng sự mô phạm của bản thân, giá trị và ảnh

hưởng về đạo đức của nó là rất lớn. Đầy đủ phước đức. Đề cập đến việc gieo trồng phước báu nhiều, đức Phật nói trong kinh A-di-đà: “Buổi sáng các cư dân Tịnh độ đi rải hoa cúng dường mười phương chư Phật.” Nên hiểu ý nghĩa câu này dưới góc độ triết lý mới thấy được giá trị sâu sắc, so với nghĩa đen. Đức Phật khuyên người xuất gia không sử dụng hương liệu hay trang sức phẩm để làm đẹp, mà nên trang sức, làm đẹp bằng hương thơm đạo đức. Thẩm mỹ học đạo Phật là thẩm mỹ đạo đức. Do đó, “hoa” ở đây là hoa công đức, nghĩa là làm điều lành, từ thiện, dấn thân làm công tác xã hội. Cúng dường chư Phật bằng hành động thực tiễn là công việc rải hoa cúng dường Thế Tôn. Giá trị của sự cúng dường ấy mang lại phước báu lớn. Ở Ấn Độ, vào thời Phật không có đốt hương, thắp nhang. Từ khi đạo Phật du nhập vào Trung Hoa thì tập tục này mới xuất hiện. Người Việt Nam do bị ảnh hưởng sâu đậm bởi truyền thống văn hóa Trung Hoa nên thắp hương đã trở thành phong tục

tập quán. Khói nhang đầy hóa chất làm cho chùa và tượng Phật bị ngã màu đen đuốc, mất hết vẻ đẹp và sự trang nghiêm. Đến chùa vào ngày rằm, mùng một hay những ngày lễ lớn, người ta khó tập trung, lòng tôn kính đức Phật và việc tìm hiểu giáo lý thông qua lời kinh cũng bị giảm, do phải đối phó với nạn nghẹt thở của khói nhang dày đặc. Ta đốt một bó nhang vài ngàn đồng mà làm cho ngôi chùa phải sơn phết lại tốn biết bao kinh phí, lại còn gây ảnh hưởng đến việc sinh hoạt và tu tập của nhiều người thì việc làm này hoàn toàn không có công đức, phước báu gì. Bài nguyện hương nói về năm loại hương gồm: giới hương, định hương, tuệ hương, giải thoát hương và giải thoát tri kiến hương. Giới hương là hương đạo đức, định hương là hương tu tập và thiền quán, tuệ hương là hương nhận thức sáng suốt. Riêng hai loại giải thoát hương và giải thoát tri kiến hương là kết quả của một quá trình tu tập nhờ hoàn tất Giới-Định-Tuệ nên hành giả có được sự giải thoát và ý thức rõ về cấp độ giải thoát của mình. Đây là năm loại hương đức Phật khuyên chúng ta nên cúng dường Ngài. Dâng hoa công đức bằng cách làm những việc lành cụ thể, cho dù việc làm lành ấy nhỏ. Ví dụ khi đi đường thấy một mảnh chai bị vỡ, ta có thể lượm nó bỏ vào thùng rác, giúp cho người khác không bị thương tật khi vô ý giẫm phải. Việc làm này là cúng hương Phật để tô đẹp cuộc đời. Hoặc khi thấy rác ngoài đường phố, ta có thể nhặt chúng bỏ vào sọt rác, góp phần làm sạch đẹp môi trường sự sống. Người làm công quả trong chùa là người tạo vô số công đức. Không nên xem thường những việc vặt vãnh như lặt rau, quét lá, lau chánh điện, dọn vệ sinh v.v... Nếu người làm với lòng chí thành dâng cúng mười phương Phật thì phước báu vô cùng. Giá trị của phước báu tỷ lệ thuận với tâm và cách thức hành động. Hiểu được điều này theo tinh thần của kinh A-di-đà, ta có thể tạo vô số phước đức ở hiện tại và tương lai với nhiều điều kiện thuận lợi.

ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH § 65

Bên cạnh việc gieo trồng phước cần tạo thêm đức. “Phước” liên hệ đến việc làm còn “đức” thuộc về tâm linh, thái độ, cách nhận thức và hành động. Nếu hành động nhặt mảnh chai ở ven đường mà ta buộc mọi người phải mang ơn, ca tụng hay tán thán, xem như ta đang tán dương bản ngã, làm cho phước bị giảm thiểu và kéo theo sau là sự

phiền não, phiền toái phát sinh trong các mối quan hệ. Do đó, khi làm phước với thái độ chân chính, Phật tử nên có lòng khiêm hạ và tấm lòng của người dấn thân phục vụ. Hãy quán niệm ta là mảnh giẻ lau thân Phật cho sạch sẽ trang nghiêm, là cây chổi để quét sạch rác rưởi trong sân chùa, là ly nước giúp cho cuộc đời bớt khát hoặc chén cơm giúp cho người bớt đói khổ v.v... Thái độ vô ngã giúp lòng khiêm hạ được tăng trưởng và bản ngã ngày càng nhỏ lại, rồi được chuyển hoá tuyệt đối. Tinh thần vô ngã là trục xoay giúp ta có được thái độ khiêm hạ. Vô ngã, khiêm hạ và không chấp trước là ba yếu tố quan trọng làm cho "đức" của hành giả được tăng trưởng. Nếu chỉ có phước mà không có đức thì con người chỉ có thể hưởng đời sống an lành và hạnh phúc, nhưng bản chất đời sống nội tâm của họ lại khổ đau, mối quan hệ tình người và các giá trị đạo lý nhân văn có thể không có. Đức tạo thêm giá trị cho phước và phước hỗ trợ cho đức được tồn tại lâu dài. Muốn gieo trồng nhân duyên, ta có thể thực hiện bằng nhiều hình thức tùy theo điều kiện cho phép. Thế Tôn trước khi xuất gia nhờ nhìn thấy một vị Sa môn với bước đi thanh thoát, tạo sự tương phản ấn tượng khá lớn giữa ngưỡng cửa cuộc đời và ngưỡng cửa tâm linh. Sự mâu thuẫn nội tại giữa hai khuynh hướng hưởng thụ và tâm linh đã chuyển hóa cuộc đời của thái tử Tất-đạt-đa. Ngài nhìn thấy vị hành giả ấy không có trong tay một tài sản gì, nhưng lại có chất liệu an vui và hạnh phúc trên từng bước chân. Điều này khiến Ngài đặt câu hỏi: Phải chăng hạnh phúc là vật chất? Câu trả lời là: Không! Phải chăng hạnh

phúc là tinh thần? Câu trả lời của Ngài là: Hẳn vậy! Nói cách khác, hạnh phúc thuộc về cảm xúc, chỉ cần điều chỉnh cảm xúc theo đúng hướng thì lúc con người cảm nhận được giá trị an vui. Hạnh phúc đi ngược lại với khuynh hướng hưởng thụ. Đầy đủ nhân duyên tốt. Thái tử Tất-đạt-đa đi xuất gia nhờ gặp vị hành giả của một tôn giáo khác. Rất nhiều vị đạo sư, Bồ- tát trong Phật giáo cũng có nhân duyên may mắn như thế trước khi đến với đạo Phật. Ví dụ như ngài Xá-lợi-phất nhờ gặp vị A-la-hán Mã Thắng với hai câu triết lý: "Mọi sự vật hiện tượng không tự nó sanh ra và không tự nó mất đi" giác ngộ. Bởi vì đạo lý đó chưa từng xuất hiện trong kinh điển Vệ-đà, trong tâm linh của người Ấn Độ hay bất kỳ một tôn giáo nào khác. Chỉ có đạo Phật trong thời điểm đó đã khám phá và tuyên bố như thế qua cái nhìn tuệ giác của Thế Tôn. Cuộc gặp gỡ và hai câu triết lý của ngài Mã Thắng đã làm cho nhà Bà-la-môn trẻ tuổi và tài ba Xá-lợi-phất trở thành hành giả Phật giáo, hỗ trợ đắc lực cho đức Phật trên con đường hoằng hóa về sau. Tương tự, Lục tổ Huệ Năng của Trung Hoa sau khi nghe câu kinh Kim Cang: "Ưng vô sở trụ, nhi sanh kỳ tâm", nghĩa là không để tâm bị vướng víu, chấp trước vào bất kỳ một đối tượng nào dù là thế gian hay xuất thế gian, là phương tiện hay cứu cánh, là chân lý hay phi chân lý, có thể vượt thoát mọi khổ ách trong cuộc đời. Nhờ nhân duyên với câu kinh đó mà ngài trở thành vị tổ thứ sáu của Thiền tông Trung Hoa. Do đó, yếu tố nhân duyên tốt thường mang lại nhiều giá trị tích cực và to lớn. Những ai bắt gặp nhân duyên như thế sẽ thay đổi cả cuộc đời theo hướng tích cực. Kinh điển Pàli kể lại nhiều cuộc đối thoại của Thế Tôn và các vị Bà-la-môn giáo và các hành giả khác tôn giáo thời bấy giờ. Nhiều tình huống cho thấy các vị này khi đến gặp đức Phật

với mục đích để vấn nạn, gây khó khăn, làm cho Ngài bí thế trước quần chúng nhằm chứng tỏ họ là người tài ba và trí tuệ hơn Ngài. Thế nhưng khi gặp Thế Tôn, được nghe Ngài thuyết pháp thì họ đều trở thành đệ tử và thậm chí xuất gia theo Phật. Chính nhờ nhân duyên "chất vấn Phật" mà họ trở thành người hành giả Phật giáo. Trong kinh Diệu Pháp Liên Hoa, yếu tố nhân duyên được trình bày khá tích cực và cụ thể. Đức Phật dạy một đứa bé thốt lên tiếng "Mô Phật" cũng có hạt giống Phật tính và có thể trở thành một vị Phật trong tương lai. Hạt giống Phật tính không bị mất trong mỗi người. Nó có thể mất đi tác dụng trong một giai đoạn nào đó hay suốt quá trình sanh tử của con người. Khi vô minh chinh phục và chi phối nỗi khổ đau thì hạt giống Phật có thể bị ảnh hưởng, nhưng không vì thế mà mất hẳn. Chẳng hạn mặt trời trong một thời điểm bị mây mù che khuất, nhưng bản chất chiếu sáng của nó vẫn luôn tồn tại không hề mất. Mây che khuất thì ánh sáng chiếu soi bị giảm tác dụng. Ánh sáng mặt trời liên tục chiếu soi giống như tuệ giác con người không thể mất. Hãy gieo trồng hạt giống Phật tính bằng cách nhiếp tâm niệm Phật, đi chùa, tạo công đức và dấn thân vào các công tác từ thiện. Nếu sau này không có cơ hội làm những việc đó thì các hạt giống này vẫn còn nguyên vẹn, dù không tiếp tục phát triển nhưng cũng không vì thế mà biến mất hẳn. Đến một lúc khi điều kiện và chất xúc tác có mặt thì Phật tính ấy lại tiếp tục diễn ra. Ngạn ngữ Trung Quốc nói: "Hữu duyên thiên lý năng tao ngộ, vô duyên đối diện bất tương phùng". Khi không có nhân duyên thì dù có gặp nhau trước mắt cũng trở nên xa lạ. Điều này có thể thấy rõ trong mối quan hệ vợ chồng. Nếu hai vợ chồng có cá tính khác nhau, luôn xung khắc như nước với lửa thì dù có ăn chung một mâm, ngủ chung một giường nhưng tâm tư của họ hoàn toàn là hai chiều đối lập nhau. Họ có cùng điểm giao

thoa từ nơi xuất phát, nhưng càng đi họ càng xa dần đến độ trở thành người xa lạ nhau. Nhân duyên là yếu tố quan trọng giúp phước báu thành tựu, đức lớn mạnh và căn lành tăng trưởng. Do đó, hành giả cần gieo trồng nhân duyên lành. Có người tuy nhà ở cạnh chùa, thế mà suốt cuộc đời chưa từng bước chân đến chùa và điều này hoàn toàn đúng với câu "Vô duyên đối diện bất tương phùng". Khi vô duyên thì dù là người hàng xóm vẫn chẳng thể gặp nhau. Ở phương Tây, dù ở sát vách nhau mấy mươi năm, người ta không hề biết mặt hay tên tuổi của nhau. Bởi nền văn hóa ấy đề cao sự riêng tư được luật pháp bảo hộ. Sống trong nền văn hóa ấy, con người co rút lại trong vỏ sò "đèn nhà ai nấy tỏ", không thiết lập quan hệ tình làng nghĩa xóm, tạo ra tình huống tuy gần nhau mà vẫn xa nhau. Nền kinh tế tư bản và công nghiệp hiện đại thường dẫn quan hệ tình người như thế. Ngược lại, ở các nước chậm phát triển, dù đời sống vật chất khó khăn nhưng tình làng nghĩa xóm rất đậm đà. Khi đời sống nông thôn được đô thị hóa ở bình diện lớn thì mối quan hệ tình người cũng sẽ bị giảm dần và trở nên nhạt nhẽo. Hiểu được tinh thần của bài kinh, mỗi chúng ta nên thiết lập giá trị tình người dù cho luật pháp xã hội đó có những ràng buộc nhất định hay tạo sự ích kỷ, ta nên vượt qua những khó khăn, trở ngại, nghịch duyên để tạo nhân duyên tích cực. Khi

có nhân duyên rồi thì dù xa nhau cách mấy vẫn có thể gần nhau. Tình huống của một số Phật tử tuy ở cách xa chùa vài mươi cây số mà hàng ngày họ vẫn đến chùa là thế. Điều này giải thích lý do tại sao đất nước của Phật hiện nay vẫn còn nghèo, các Phật tích hoang tàn, đổ nát, các dấu ấn quan trọng liên quan đến cuộc đời đức Phật trở thành đống gạch vụn, ngoài tháp Bồ đề Đạo Tràng vẫn còn trang nghiêm, hoành tráng. Thế mà Phật tử từ năm châu bốn biển và nhiều chủng tộc khác

nhau vẫn tha thiết trở về đây lễ bái. Bởi lẽ những Phật tử đó có nhân duyên với Phật, chánh pháp. Do đó, họ cùng gặp nhau trên mảnh đất Phật, trong lý tưởng, trong công tác Phật sự v.v... Nếu đến ngôi chùa nào đó, có dịp học hỏi với chư Tăng Ni thì đó cũng là nhân duyên. Chùa Giác Ngộ có tượng Thiên Thủ Thiên Nhãn do Hoà thượng trụ trì an vị năm 1984. Kể từ khi có tượng Thiên Thủ Thiên Nhãn thì việc thọ trì thần chú Đại Bi được phổ biến. Có nhiều Phật tử tuy ở rất xa nhưng vẫn lặn lội trở về chùa để thọ trì thần chú này. Những hành giả ấy có duyên với đức Phật Thiên Thủ Thiên Nhãn. Tương tự, một số người nhìn thấy tượng Phật Dược Sư và hạnh nguyện của Ngài gần gũi với nghề y nên cố gắng học theo hạnh nguyện đó. Nơi nào có tượng của Ngài thì hành giả ấy muốn đến, đó là vì nhân duyên. Khi đã có nhân duyên thì những khoảng cách về địa dư, quốc gia hay bất kỳ một cản trở nào không còn là vấn đề quan trọng. Trong kinh A-di-đà, đức Phật dạy phải có đủ phước báu, căn lành và nhân duyên lớn với pháp môn, cùng sự hành trì thì ta mới hội đủ điều kiện sanh về Tây phương Tịnh độ. YẾU TỐ HỖ TRỢ VÃNG SANH

Phương pháp tu tập với những yêu cầu căn bản để được vãng sanh về Tây phương Cực Lạc được nêu ra trong kinh A-di-đà như sau: “Bất luận nam nữ, khởi lòng khát ngưỡng, thọ trì danh hiệu, thực tập quán niệm, nhất tâm bất loạn, trong vòng một ngày, cho đến bảy ngày, tâm ý người ấy, phải thực yên tĩnh, như vào thiền định, không còn tán loạn, điên đảo mộng tưởng, thấy Phật Di-đà, Thánh chúng hà sa, dang tay tiếp dẫn, giúp cho vãng sanh”. Chúng tôi vừa trình bày khái quát ba yếu tố căn bản để vãng

sanh. Nếu chỉ tu ba yếu tố này mà không có những việc làm khác thì hành giả cũng khó được vãng sanh. Chính vì thế, đức Phật dạy thêm nhiều điều kiện, sự hỗ trợ và phương pháp tu tập tương thích để vãng sanh Tây phương được đảm bảo. Nói cách khác, việc vãng sanh Tây phương phải bao gồm hai yếu tố. Thứ nhất, có tấm “hộ chiếu” để ra khỏi Ta bà, thứ hai, được cấp “visa” để nhập cảnh về Tây phương. Hai yếu tố này khác nhau rất nhiều, bởi vì có người tuy có tấm hộ chiếu nhưng không đủ điều kiện để nhập cảnh đến một nước nào đó thì họ vẫn phải quay về. Do đó, nếu hành giả không gieo trồng nhân duyên, phước báu, công đức và không thực hiện theo các phương pháp mà đức Phật đã dạy ở đây thì không thể nào được vãng sanh về Tây phương. Thực tập tâm bình đẳng. Bản chất của bình đẳng là không phân biệt đối xử về giới tính, tuổi tác hay bất kỳ một ý thức hệ nào. Khi mọi ý niệm phân chia cần được xóa bỏ, thì hành giả đạt được trạng thái tĩnh lặng. Những hoạt dụng này làm cho tâm con người không chuyên nhứt

với danh hiệu Phật A-di-đà và con đường hành trì tu tập sẽ bị trở ngại khá nhiều. Người học Phật nên hiểu ý nghĩa mở rộng của học thuyết bình đẳng trong nhiều lĩnh vực như chính trị, xã hội, luật pháp, đạo đức, tâm linh và tiềm năng tu chứng. Thể hiện lòng khát ngưỡng. Các hành giả cần xem việc tu tập là nhu cầu tâm linh không thể thiếu như không khí để thở, nước để uống hay áo quần để mặc. Chính lòng khát ngưỡng này khiến con người có thể dấn thân lâu dài, bền bỉ, không thối chí hay nản lòng bỏ cuộc. Sự bền bỉ có thể mang lại kết quả như ý muốn. Niệm trì danh hiệu. Việc thọ trì danh hiệu Phật mang ý nghĩa lớn. Nếu chỉ hiểu đơn thuần là sự thực tập thì chưa đủ. Hiểu theo nghĩa đen là "nắm lấy" danh hiệu của đức Phật như

bàn tay hành giả đang nắm lấy hoặc ôm một vật gì đó vào lòng. Sự nắm lấy còn bày tỏ thái độ rất thân mật, tôn kính, giữ gìn. Nếu làm với thái độ qua loa, chiếu lệ thì lòng khát ngưỡng sẽ mất đi và việc thọ trì sẽ không có kết quả. Vấn đề đặt ra là tại sao các hành giả Tịnh độ phải nắm lấy danh hiệu của đức Phật A-di-đà? Danh hiệu đó có ý nghĩa gì mà hành giả cần phải nắm lấy? Trả lời cho vấn đề trên, ta hãy liên tưởng đến sự kiện mỗi khi giao tế, ta thường có thói quen xin danh thiếp của đối tác, điều này có nghĩa là ta đang nắm lấy thông tin cá nhân của người đang giao tế và thiết lập mối quan hệ giao dịch, hợp tác với họ. Sự nắm lấy này tạo cho ta cơ hội giao tế trong hiện tại hoặc tương lai. Việc nắm lấy danh hiệu của đức Phật được thể hiện bằng các hành động và là cơ sở liên hệ đến bản chất của pháp môn, sự hành trì hay một tông chỉ nào đó, để khi có nhu cầu ta biết chọn đúng nơi và thực hiện đúng phương pháp. Nhờ nắm lấy địa chỉ chùa mà hành giả có cơ hội đến chùa tu tập, nắm lấy danh hiệu của các vị cao tăng mà hành giả mới đến nghe các vị ấy thuyết giảng, nắm lấy danh hiệu của đức Phật là bậc tuệ giác vĩ đại của lịch sử nhân loại mà hành giả mới có thể tin tưởng vào kinh điển do Ngài nói ra. Tất cả những việc nắm lấy đó là điều kiện tất yếu liên hệ đến sự thọ trì. Trong sự thọ trì, trí nhớ của ta được gia tăng, giá trị của kinh được mở rộng. Mức độ thọ trì là chất liệu của sự tập trung cao độ, giúp ta có thể an lạc và thảnh thơi trong cuộc đời. Hành giả nắm lấy danh hiệu của đức Phật A-di-đà là để nhớ đến phương pháp thực tập, pháp môn hành trì giúp thiết lập chánh niệm, nắm lấy con đường Tịnh độ để gieo trồng phước báu lớn, công đức nhiều, đầy đủ thiện căn và nhân duyên tích cực. Sự nắm lấy đó là những hỗ trợ dẫn ta đi đến thành công về phương diện tu tập. Hành giả nắm lấy bằng cách liên hệ đến những gì thuộc về

danh hiệu của đức Phật và giá trị của nó mà trong kinh A-di-đà có nêu ra hai nội dung chính là Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ. Hào quang tượng trưng trí tuệ và là một trong những biểu tượng triết lý sâu sắc của đạo Phật. Trong nền văn hóa Ấn Độ, ánh sáng tượng trưng cho sự tích cực, giá trị an vui và hạnh phúc. Yếu tố này được đạo Phật nâng lên thành trí tuệ, bởi có trí tuệ thực sự thì có an vui và hạnh phúc lâu dài. Vô Lượng Quang là ánh sáng tuệ giác của đức Phật A-di-đà, là ngọn đuốc soi đường để thiết lập chánh niệm cho pháp môn hành trì. Nhờ trí tuệ trong hành trì đó, hành giả có thể vượt thoát khổ đau. Do đó, kinh A-di-đà giúp thiết lập tinh thần tự lực nơi hành giả

khoảng 75%, sự hỗ trợ của đức Phật chỉ mang tính chất đưa đường dẫn lối và trao chìa khóa cho hành giả. Vấn đề còn lại là hành giả có mở cửa đi vào Tây phương Cực Lạc hay không? Bản chất của pháp môn Tịnh độ dạy ta tinh thần tự lực và con đường dấn thân. Muốn đạt được như thế, hành giả phải nắm lấy danh hiệu của đức Phật và việc nắm lấy phải mang ý nghĩa tự lực. Nếu là tha lực thì hành giả không cần phải nắm lấy, vì tự động Ngài sẽ cứu ta. Sự nỗ lực cần được thiết lập trước thì sự giúp đỡ của tha lực mới được thiết lập sau đó. Điều này giống như các tôn giáo khác thường nói: "Hoàng thiên bất phụ hảo tâm nhân", nghĩa là trời xanh không cô phụ tấm lòng của người tốt. Trời, thần linh và thượng đế chỉ giúp những người lành, còn kẻ xấu thì chẳng ai giúp. Tại sao thần linh không giúp kẻ xấu? Vì quy luật nhân quả không cho phép các vị này làm như thế. Nếu vị nào tuyên bố có thể giúp được kẻ xấu thì đó chỉ là lời tuyên bố sáo rỗng, không có bất kỳ giá trị nào. Cần xác định rõ sự giới hạn của thượng đế và thần linh nếu thượng đế là có thật. Theo đạo Phật, công đức, việc làm lành, nhân duyên và phước báu giúp đỡ, hỗ trợ ta. Khi mỗi người được giúp bởi công đức, phước báu, nhân duyên, căn lành

của chính mình thì đức Phật cũng sẽ hỗ trợ ta là điều tất yếu. Muốn được như thế, hành giả phải thọ trì danh hiệu, nghĩa là nắm lấy pháp môn thông qua sự thiết lập chánh niệm và tỉnh thức. Nếu hành giả chỉ niệm qua loa hoặc bằng cách thức tính công với Phật thì chắc chắn việc niệm này sẽ không mang lại nội dung. Việc thọ trì danh hiệu có nội dung thì công đức mới có thể phát sinh. Trong quá trình thọ trì danh hiệu Phật A-di-đà, hành giả không nên mong cầu phước báu cho bản thân và đây chính là nội dung quan trọng nhất. Nếu niệm danh hiệu đức Phật một ngàn câu để cầu mong cho mình có phước báu như việc trúng vé số chẳng hạn, là xem như ta đang mặc cả mua bán với đức Phật. Nếu Phật giúp đỡ ta thì Ngài trở thành người ô dù, còn những ai không niệm thì Phật không giúp ư? Như thế lòng từ bi của đức Phật là có điều kiện sao? Không thể như thế! Do đó, hành giả cần niệm danh hiệu Phật bằng phương pháp chân chính để có nội dung hành trì. Chính nội dung hành trì giúp ta có được tấm "visa" nhập cảnh vào cõi Tịnh độ. Bằng không, dù có tốn nhiều năm công đức tu tập, hành trì nhưng thiếu nội dung và phương pháp vẫn chẳng mang lại kết quả lớn lao. Ngược lại, nếu tu tập và hành trì có phương pháp, nương vào niệm bằng lời để phát huy niệm bằng tâm, tức là niệm bằng chánh niệm thì công đức sẽ gia tăng và kết quả sẽ có mặt trên con đường tu tập của hành giả.

***

CHƯƠNG IV

NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG Chùa Xá Lợi, 18-12-2005

NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG § 77

BẢN CHẤT CỦA SỰ TÁN DƯƠNG

Giá trị của sự tán dương bao giờ cũng tốt về phương diện giao lưu, đối tác giữa ta và người được tán dương. Tán dương là thừa nhận cái thiện giữa mối quan hệ tình người, làm cho người có liên hệ, cộng sự, đối tác với ta có an vui và hạnh phúc nhiều hơn khi nhìn thấy giá trị đóng góp của họ được thừa nhận và đánh giá đúng mức. Trong đạo Phật đặc biệt là kinh A-di-đà, sự tán dương mang tính cách đề cao, phổ biến và nhân rộng cái thiện. Nó ngược lại với truyền thống của báo chí giật gân thường bày tỏ, phân tích và mô tả cái ác. Bản chất của sự tán dương nhằm đề cao vai trò và sự đóng góp của con người cho cuộc đời, thông qua đó tạo ra ý nghĩa xã hội. Nhiều Phật tử khi làm công tác từ thiện xã hội lại muốn giấu tên, yêu cầu nhà chùa ghi vào sổ công đức là "vô danh". Thực ra, ta đừng nên hiểu lầm học thuyết vô ngã là không để tên thật của mình trong những công trình từ thiện, mà nên hiểu vô ngã dưới góc độ của nhận thức và thái độ trong lúc ta làm. Việc để danh tánh mang lại hai ý nghĩa, thứ nhất là ý nghĩa trách nhiệm về pháp lý nếu có vấn đề kiện tụng thì còn có bằng chứng trưng dẫn, thứ hai là ý nghĩa sẵn sàng cho mọi người thấy đây là một chương trình hay kế hoạch có sự chuẩn bị, đầu tư và có trách nhiệm, chứ không phải là việc làm qua loa, tùy hứng. Về phương diện xã hội, việc để danh tánh có giá trị lớn, tạo cơ hội cho người khác bắt chước làm theo. Ví dụ một người có đồng lương thấp nhưng lại dám cắt đi một phần lương (như đức Phật đã dạy trong kinh Thiện Sanh) để làm việc có lợi cho cộng đồng, khiến cho người có mức lương cao hơn, giàu có hơn sẽ suy nghĩ lại về giá trị, tấm lòng, đóng góp và sự ảnh hưởng của nó đối với xã hội. Vì lẽ đó, người Phật tử làm việc thiện thì đừng nên giấu tên, mà nên cho nhiều người biết đến để ý nghĩa xã

hội được lan rộng và phổ truyền. Trái lại, việc ác thì không nên để nhiều người biết, nhằm không bắt chước và làm điều xấu ác đó trong tương lai. Cho dù ta cố tình che giấu người làm ác, họ không thể vượt thoát luật pháp của nhân quả. Việc làm lành cần được công bố công khai để có giá trị khích lệ. Chúng ta nên học nghệ thuật tán dương của đức Phật trong kinh A-di-đà, mười phương Phật tán dương giá trị đóng góp của đức Phật Thích Ca. Tán dương là nghệ thuật truyền bá cái tích cực rất có giá trị. Thay vì nguyền rủa bóng tối, hãy làm một việc gì đó để tạo ra ánh sáng, thay thế cái xấu bằng cái tích cực và tốt đẹp hơn. Khi dấn thân dưới góc độ vừa nêu thì cửa ngõ và cơ hội khắc phục cái chưa hoàn thiện được thiết lập, đồng thời cái tốt được phổ biến,. NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG CỦA PHẬT THÍCH CA

Đức Phật Thích Ca là nhân vật lịch sử. Cuộc đời của Ngài là bài học để ta tán dương mãi vẫn không hết. Ngài đã giới thiệu, ca ngợi những giá trị tích cực, tốt đẹp và huy hoàng của thần dân Tây phương Cực Lạc; thừa nhận các giá trị đặc biệt của thế giới đó và yêu cầu thần dân của Ngài phát nguyện sanh về nơi đó nếu có nguyện vọng. Đức Phật không "bế quan tỏa cảng" về tâm linh, lòng từ bi của Ngài muốn cho tất cả chúng sanh cõi Ta bà có được đời sống an vui, hạnh phúc và tốt đẹp hơn. Ngài đã mạnh dạn chỉ rõ hai thế giới khác nhau để mọi người có sự lựa chọn và không hề đóng cửa nhận thức của chúng sanh đối với cuộc đời. Trong sự lựa chọn đó có sự so sánh và tạo ra khuynh hướng hành giả. Loại hành giả thứ nhất tìm kiếm giá trị tốt đẹp hơn để hướng về đó và

trở thành những cư dân mới của Tây phương Cực Lạc. Loại hành giả thứ hai tích cực hơn, có giá trị về nhân văn và xã hội lớn, mô phỏng các giá trị tốt đẹp của Tây phương để thiết lập nơi cõi Ta bà. Từ bỏ một nơi khổ đau và đi đến một nơi an vui, hạnh phúc thì rất dễ, chỉ cần người ta nỗ lực làm gan

"nhứt sanh thập tử" ở biển khơi thì họ có thể tìm được miền đất mới. Thế nhưng ở lại cuộc đời khổ đau này để tìm kiếm giá trị an vui và giúp cho người đang khổ đau được an vui thì quả thật nếu không có tâm nguyện Bồ tát, ta khó có thể làm được. Dĩ nhiên, không loại trừ tình trạng bất đắc dĩ, tức là những người tìm đường ra đi mà không được nên đành ở lại cuộc đời này. Sự ở lại đó hoàn toàn không có giá trị đạo đức mà chỉ có giá trị đối phó. Giáo dục nhà Phật là giáo dục nhân quả, nhìn nhận sự thật để đánh giá thực tại chứ không hề chạy trốn sự thật. Thông qua cách tán dương đức Phật A-di-đà và thế giới Tây phương Cực Lạc, Thế Tôn đã không tán dương bản ngã của mình. Những đóng góp của đức Phật, Ngài không cần nói mà cuộc đời sẽ nói về Ngài. Tán dương bản ngã là nói về cái hay, cái đẹp và thành tựu xuất sắc của mình. Mười danh hiệu của Thế Tôn không phải do Ngài tự đặt ra để có vai trò hay vị trí xuất sắc, mà do chính cuộc đời đánh giá các giá trị đóng góp đó xứng đáng để Ngài có được những danh xưng đó. Thế Tôn đã được cuộc đời này tôn trọng nên người đời đã tôn xưng và gọi Ngài bằng danh hiệu như thế. Thực ra, nếu gọi Ngài là Thích Ca Mâu Ni Phật thì từ tôn xưng này không mỹ mãn lắm. Các hành giả Bà-la-môn và Sa- môn trong thời đức Phật tán dương Phật bằng danh xưng Sakya- muni tức là bậc Thánh của dòng tộc Thích Ca. Người ta thường gọi Như Lai bằng hai từ, một là bậc hiền triết của dòng họ Sakya (Thích Ca Mâu Ni), hai là Sa môn Cồ Đàm (Gotama Samana). Từ thứ hai này có nghĩa trung tính hơn, không đề cập đến giá trị tâm linh và đóng góp, còn từ "nhà hiền triết của dòng họ Sakya" mang ý nghĩa tán dương nhiều hơn. Nếu là Phật tử, khi đọc danh xưng Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật thì sự tán dương này có vẻ không hay lắm, vì nó chỉ là cách tán dương của những người không phải là Phật tử. Mười danh hiệu là một trong những cơ sở để ta tán dương Ngài hoặc có thể tán dương

theo truyền thống Pàli: kính lạy đức Thế Tôn, bậc A-la-hán, bậc Chánh đẳng giác, bậc Vô thượng trên cuộc đời với lòng chí thành chí kính. Tán dương bản thân là điều không nên làm và cũng không nên yêu cầu người khác làm. Trong kinh A-di-đà, đức Phật Thích Ca đã sử dụng bốn nghệ thuật tán dương. Tán dương bằng lời khen. Sự tán dương này hoàn toàn không mang tính chất xã giao, nghĩa là nói cho vừa lòng nhau hoặc lựa lời mà nói, vì bản chất của xã giao là lời nói qua loa mà trong đó chứa đựng lời hoa mỹ không thực lòng. Kinh A-di-đà có đề cập đến bốn lần khen tặng của Thế Tôn như sau: Lần thứ nhất, đoạn mô tả về bản chất sinh thái và cấu trúc phong thủy: "Thế giới Cực Lạc, có hồ bảy báu, hoa sen mùi thơm thanh khiết…" đức Phật nói: "Đó là đặc sắc của Tây phương Tịnh độ". Lần thứ hai, sau khi mô tả về cư dân Tịnh độ làm vô lượng công đức ở các hành tinh, sau đó trở về thế giới của mình tiết kiệm về tiêu xài cá nhân, dùng cơm đơn giản xong từng bước kinh hành thảnh thơi… đức Phật nói: "Đó là

đặc sắc của Tây phương Tịnh độ". Lần thứ ba, sau đoạn mô tả các pháp âm bằng tiếng gió, tiếng chim mà đức Phật A-di-đà đã tạo ra, giúp cho hành giả tập trung vào pháp môn và gắn liền với sự hành trì, bày tỏ tấm lòng tôn kính Phật, Pháp, Tăng. "Đó là đặc sắc của Tây phương Tịnh độ". Lần thứ tư, sau khi trình bày các cấp độ tâm linh của hành giả cư dân Tịnh độ, đức Phật lại nói: "Đó là đặc sắc mà ta không thể tìm thấy ở cõi Ta bà". Đức Phật Thích Ca đã tán dương đức Phật A-di-đà đúng với ý nghĩa. Ngài đã tìm kiếm điểm tích cực, nét đặc sắc và các giá

trị cao đẹp mà ảnh hưởng của nó có thể tạo ra văn hóa, sự hân hoan, dấn thân làm việc lành và tu tập. Nghệ thuật tán dương bằng lời khen của đức Phật Thích Ca được nhấn mạnh ở các góc độ vừa nêu. Đôi lúc ta vẫn thường khen tặng lẫn nhau giống như kẻ cò mồi, người này phát biểu tốt cho người kia để người kia phát biểu tốt lại cho mình. Điều này chỉ mang tính chất thù tạc. Đức Phật Thích Ca sau khi mô tả nét đặc sắc ở Tây phương và muốn cho hành giả ở Ta bà tập trung vào điểm đặc sắc này, nên Ngài dừng lại bằng điểm chuyển: "Đó là điểm đặc sắc nhất của cõi Tây phương" để hành giả tập trung và dễ nhớ. Đây chính là nghệ thuật giáo dục của Thế Tôn tạo điểm nhấn giúp hành giả không thể quên để việc thọ trì, ứng dụng được diễn ra tốt đẹp. Tán dương bằng lời khuyên. Nghệ thuật tán dương thứ hai mà đức Phật Thích Ca sử dụng là lời khuyên dành cho các hành giả đang nghe Ngài giảng dạy về nét đặc sắc của Tây phương Cực Lạc. Người đời thường nói "Đừng bao giờ cho lời khuyên khi người ta không có yêu cầu", bởi lẽ lời khuyên ấy có thể rơi vào tình trạng "giáo đa thành oán", nghĩa là nói nhiều quá khiến người ta dễ oán trách, thay vì mang ơn nhưng ngược lại họ xa lánh mình. Lời khuyên là một nghệ thuật, phải đặt đúng chỗ, đúng tình huống thì giá trị ứng dụng và hành trì của nó mới có thể thiết lập. Thế Tôn đã khuyên như sau: "Vì nhìn thấy được lợi lạc hà sa, do niệm danh hiệu Phật A-di-đà, Ta khuyên các vị, hãy nên chuyên tâm, niệm Phật vãng sanh." Đức phật vì nhìn thấy giá trị đặc sắc ở cõi Tây phương không còn tham ái, sân hận và si mê; ai được sanh về đây đều trở thành bậc bất thối chuyển về đạo đức và tâm linh, Ngài khuyên chúng ta hãy sanh về nơi ấy để có môi trường lý tưởng, thuận lợi về an ninh, việc tu tập được phát huy nhờ các hỗ trợ vật lý nên hành giả tu tập dễ thành tựu,

an vui và hạnh phúc cũng sẽ có mặt. Khi nghe lời khuyên làm lành, chúng ta thừa nhận các giá trị tốt cho hành giả, cộng đồng và cuộc đời về phương diện thực tế ứng dụng. Một môi trường an toàn tạo ra một tâm linh vững chãi là điều có thể chấp nhận. Môi trường hỗ trợ và ảnh hưởng đến tâm lý của con người rất nhiều. Nó ảnh hưởng đến tinh thần, ý chí, nguyện vọng, lý tưởng, quan điểm, ý thức hệ v.v...và con người là một phần ảnh hưởng của môi trường sống. Do đó, phải sống trong một môi trường Thánh như các thánh giả ở Tịnh độ thì an vui hạnh phúc mới có thể đảm bảo. Tán dương bằng hộ niệm. Nghệ thuật tán dương thứ ba là hộ niệm. Đức Phật Thích Ca tán thán và khuyên các hành giả Tịnh độ nghe kinh A-di-đà, thọ trì danh hiệu và tu tập pháp môn Tịnh độ thì sẽ được chư Phật hộ niệm. Đoạn văn đó như sau: "Bất cứ người nam hay

nữ, biết được kinh này và danh hiệu Phật, Cực Lạc Tây phương, thọ trì hết lòng, chánh niệm tỉnh thức, chuyên tâm niệm Phật, thì những người ấy, chư Phật hộ trì, cho đến khi được giác ngộ vô thượng. Vì thế các vị hãy tin Ta nói như lời Phật nói." Lời hộ niệm đó là lời tán dương giá trị hành trì của pháp môn Tịnh độ, giúp hộ niệm các hành giả đang dấn thân trên con đường tu tập, cho người đang thực hành tâm đức của Phật A-di- đà và cho tất cả những ai đang truyền bá pháp môn ấy. Về nghĩa đen "niệm" là nhớ và "hộ" là giúp đỡ. Khi nói rằng ta đang bảo hộ cho một người nào đó, nghĩa là ta phải nhớ, thăm hỏi, chia sẻ và giúp đỡ người đó thường xuyên thì được gọi là hộ niệm. Chư Phật mười phương từng hộ niệm các vị Thánh giả ở Tây phương và các hành giả ở Ta bà đang hành trì pháp môn Tịnh độ. Sự hộ niệm được diễn ra theo hướng ủng hộ, tán đồng và gia trì. Ủng hộ là bày tỏ sự đồng tình một cách tuyệt đối về quan

điểm, lập trường, khuynh hướng dấn thân của một người nào đó, vì thấy được giá trị lợi lạc cho người ứng dụng và đối tác. Sự ủng hộ tạo ra liên minh, tình thân hữu, giúp thiết lập niềm tin của người có cùng chí hướng, nguyện vọng chính đáng hướng đến an vui và hạnh phúc. Tán đồng là cách thức tùy hỷ, đồng ý về quan điểm của người khác, nghĩa là ta tin và vui với sự thành công và đóng góp của người đó. Gia trì liên hệ đến sự hỗ trợ cụ thể nhằm gia tăng sự giúp đỡ và bảo hộ một người hay con đường nào đó. Dĩ nhiên, đây phải là con đường tích cực. Sự hộ niệm trong kinh A-di-đà còn được diễn ra theo cách chư Phật mười phương, bản thân đức Phật A-di-đà và các vị Thánh Tăng ở Tây phương Cực Lạc sẵn sàng dang tay tiếp độ hành giả có nguyện vọng vãng sanh về đây. Việc dang tay giúp đỡ được hiểu theo hai nội dung, nghĩa đen và triết lý và biểu tượng. Hiểu theo ý nghĩa triết lý, các Ngài sẽ cứu vớt con người từ cuộc đời khổ đau, bất hạnh. Sự cứu vớt ấy được thể hiển qua hình ảnh một ngôi chùa, một vị tu sĩ, một pháp môn, hoặc cách thức hành trì; cứu vớt người khác từ trạng thái khổ đau trở thành người thoát khỏi khổ đau, là cách thức dang tay tiếp dẫn. Hiểu theo ý nghĩa biểu tượng, khi một người chết thì thần thức sẽ xuất ra khỏi thân thể vật lý và ra đi. Sự ra đi này không giống như động tác đi bộ, chạy xe hoặc máy bay: nó diễn ra trong một tích tắc thời gian. Nơi nào có tương ứng về nghiệp thì thần thức sẽ có mặt ở nơi ấy, giống như cái cây đang nghiêng hướng nào thì khi cưa nó sẽ ngã về hướng đó. Các hành giả Tịnh độ ngày và đêm "nhất tâm bất loạn" về pháp môn, hành trì không ngơi, chẳng phải với niềm tin cầu Phật gia hộ cho tuổi

thọ, phước báu hay giàu sang phú quý, mà mong rằng bằng cách nương vào danh hiệu Phật, tâm hành giả đi vào trạng thái thiền định, không còn những loạn tưởng điên đảo hay vướng víu vào trần cảnh thế gian. Như thế, hành giả ở trong trạng thái thiền chỉ, dẫn tới nhất tâm. Bản chất của tu tập sẽ giúp hành giả đạt được giá trị an vui và hạnh phúc mà không cần một vị Phật hay vị Bồ tát nào đưa bàn tay dẫn dắt. Hành giả sanh về Tây phương không thông qua con đường thai sanh, tức là không do cha mẹ sanh ra, vì như thế sẽ còn lòng tham, tính dục tham ái và là bản chất của sanh tử. Theo mô tả của kinh A-di-đà, hành giả sẽ hóa sanh từ hoa sen mang ý nghĩa biểu tượng là sanh ra

từ sự thanh cao thoát tục. Khi sanh về đó, hành giả mang thân thể vật lý bay lên không trung nhẹ nhàng giống như những con chim, không cần một bàn tay níu kéo để đưa về cõi Tây phương Cực Lạc. Dù hiểu tái sanh theo cách thức vật lý hay tâm lý thì nghiệp cảm tương thích chính là điều kiện tiên quyết để ta có mặt ở Tây phương. Ở đây nghiệp cảm tương thích là thiện căn, phước báu và nhân duyên nhiều. Nếu thiếu các điều kiện vừa nêu, có nhưng sơ sài, qua loa thì cũng khó mà về được nơi ấy. Điều này là sự thật vì đạo Phật dựa trên nhân quả. Dang tay tiếp dẫn cũng là cách thức hộ niệm của đức Phật A-di-đà. Ngoài ra, hộ niệm còn giúp cho hành giả đạt được trạng thái bất thối chuyển, nhớ Phật để tu tập tự lực, nhớ Pháp là con đường của tuệ giác, lòng từ bi và con đường giải quyết khổ đau, nhớ Tăng là những người mẫu mực về nỗ lực hành trì, hy sinh cả cuộc đời vì lý tưởng giải thoát, phục vụ cho cuộc đời với tinh thần vô ngã vị tha. Hành giả luôn nhớ về ba ngôi tâm linh sẽ cảm thấy cuộc sống hạnh phúc và an vui. Ta có thể nhớ theo công thức của pháp Lục niệm mà đức Phật đã dạy, tức là nhớ đến sự bố thí và giá trị đóng góp cho cuộc đời. Hoặc ta có thể nhớ về quả phước trên đời này, để tin chắc khi làm một việc lành

thì phước báu sẽ trổ quả tương thích. Do đó ta không cần cầu hoặc mong đền ơn đáp nghĩa, mà hãy làm bằng tất cả tấm lòng. Tất cả sự ghi nhớ đó giúp ta có được sự bất thối chuyển trên lý tưởng và lập trường đạo đức mà chúng ta đang đi. Đức Phật A-di-đà còn yểm trợ ta bằng chánh niệm, từ bi và tuệ giác. Chánh niệm được thiết lập trên các dữ liệu như tiếng gió thổi, chim hót, suối chảy, thông reo, mây bay, làm cho hành giả lâng lâng nhẹ nhàng nhớ đến Phật, Pháp và Tăng. Những cảnh này ở Ta bà ta vẫn thường thấy, chỉ cần một cơn gió thổi nhẹ qua hàng cây cũng có thể tạo ra những âm thanh xào xạc. Nếu lúc đó ta để tâm thư giãn, gác lại những lo toan, tính toán của cuộc sống và tâm hồn thơi thới, ta cũng có thể cảm nhận được sự vi diệu mầu nhiệm của những âm thanh này và xem như ta đang sống ở Tây phương Tịnh độ. Với cái nhìn tuệ giác của Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ thì tất cả những cái này đều là dữ liệu, công cụ và nội dung của Tịnh độ. Tịnh độ và Ta bà khác nhau về cái nhìn ứng dụng chứ không khác nhau về bản chất vật lý. Mặc dù kinh A-di-đà mô tả Tây phương Cực Lạc là thế giới bảy báu: bảy lớp lan can, bảy lớp la võng, bảy lớp hàng cây, cát đất ở dưới suối đều bằng bảy báu; nên hiểu đó chỉ là cách mô tả biểu tượng. Thế giới như vậy không có sự sống của con người, bởi các mỏ quặng báu thường chứa nhiều độc tố dẫn đến giảm tuổi thọ con người. Đây cũng là lý do kinh mô tả về sự sống của các loài động vật. Mặc dù có sáu loại chim được nêu ra trong bản kinh, nhưng đức Phật gọi các loại chim này là “Tạp sắc chi điểu, biến hóa chi tác”, tức là loại chim nhiều màu do sự biến hóa mà có. Đây được xem là sản phẩm của phương tiện tuệ giác, cài đặt trong những con chim này một con “chip” giúp phát ra âm thanh vi diệu để các hành giả nhớ về pháp môn tu tập và hành trì.

Khi đã có sự hỗ trợ bằng chánh niệm, ta nhìn thấy tất cả đều là các giá trị tích cực. Có chánh niệm thì quán âm thanh gió thổi, chim hót không còn bay bỗng như các nhà văn

thường trong tác phẩm văn học, lại là cái mầu nhiệm của cuộc đời. Tiếp xúc với sự mầu nhiệm này, hành giả sẽ có an vui mà không cần tìm một thế giới nào khác. Khi đã có năng lực của chánh niệm thông qua sự hộ trì, hộ niệm của chư Phật, hành giả sẽ đạt được những thành tựu căn bản liên hệ đến trí tuệ, niềm tin chân chính, ước nguyện tốt đẹp để hành trì và biến tất cả thành hiện thực chứ không còn là sự mơ tưởng đơn thuần nữa. Có sự hộ niệm như thế, hành giả mới thấy rằng cảnh giới Tây phương có giá trị và việc làm của đức Phật A-di-đà có thể giúp ta mô phỏng, ứng dụng cho cuộc đời. Làm được điều đó cũng là cách ta tán dương đức Phật A-di-đà. Nếu như việc làm ấy không có giá trị, đức Phật Thích Ca đã không dạy chúng ta làm như thế. Do đó, hộ niệm là nghệ thuật của sự tán dương. Các đức Phật mười phương được nêu ra trong kinh này thuộc phương Đông, Nam, Tây, Bắc, Đông Nam, Tây Nam, Đông Bắc, Tây Bắc, Thượng và Hạ. Đó là theo bản dịch của ngài Huyền Trang trung thành tuyệt đối với bản Sanskrit. Trong bản dịch của ngài Cưu-Ma-La-Thập chỉ còn lại sáu phương. Nội dung là có nhiều vị Phật, dấn thân phục vụ; tán dương và yểm trợ lẫn nhau. Bởi việc làm lành cần liên minh, bằng không sẽ bị cái xấu ác chinh phục. Chư Phật mười phương đều làm như thế. Tán dương bằng sự xác tín. Nghệ thuật tán dương thứ tư bằng sự xác tín được thể hiện trong đoạn kinh như sau: “Này Xá-lợi-phất, ai đã phát nguyện, hoặc đang phát nguyện, hoặc sẽ phát nguyện, sanh về Cực lạc thì ngay lúc nguyện đã được bất thối nơi đạo vô thượng và đã có mặt tại Cực Lạc rồi”. Vế cuối của đoạn này mang ý nghĩa sâu sắc, tức là đã làm, đang làm và sẽ làm là đã có mặt nơi Tịnh độ. Quan niệm đó tạo ra học thuyết duy tâm Tịnh độ, nghĩa là Tịnh độ ngay trong nhận thức của

con người. Đó là nền tảng tạo tiêu chí cần thiết, giúp hành giả sanh về Tây phương. Không có nguyện ước mà làm một cách bắt buộc, bất đắc dĩ hay gượng gạo thì khó được thành tựu; vì nó, thiếu nghị lực và phương pháp. Khi ta mong mỏi một điều gì thì niềm mong ước đó sẽ giúp sức cho điều ấy được thành tựu. Do đó, hành giả phải có niềm tin xác quyết và nêu quyết tâm đi theo lý tưởng. Làm như thế là ta đang thực hiện, dấn thân và hoàn thành lý tưởng đó. Đức Phật đã xác tín lời Ngài nói không khác gì với lời của chư Phật mười phương. Ở đây, yếu tố nhân quả đồng thời được diễn ra trong khi đức Phật Thích Ca tán dương đức Phật A-di-đà thì chư Phật mười phương tán dương đức Phật Thích Ca, nghĩa là gieo nhân nào sẽ được quả đó. Nhân tán dương thì quả tán dương, nhân chê bai thì quả sẽ bị phê bình, chỉ trích. Hiểu được như thế, ta không nên có hành động chê bai mà nên tán dương việc lành. Việc xấu thì ta nên nhẹ nhàng góp ý, xây dựng, bởi vì ai cũng có mặt cần sửa đổi. Tán dương bằng cách nhân rộng mô hình của việc thiện, việc lợi ích thì ta sẽ khắc phục và đẩy lùi được tà ác, mang lại nhiều giá trị lợi lạc, nhân quả đồng thời được diễn ra, việc lành sẽ có một kết quả thích đáng, vấn đề còn lại là thời gian nhanh hay chậm mà thôi. Các vị Phật đã thừa nhận giá trị của nhau và các ngài đã dạy chúng ta những hạnh nguyện tuỳ hỷ công đức và tán dương hạnh tùy hỷ công đức. Trong đời, con người rất khó tuỳ hỷ lẫn nhau, vì các đảng phái đối lập luôn tìm cách nói xấu một cách tuyệt đối nhằm đè bẹp, gây mất ảnh hưởng của người khác và tạo thế đứng độc tôn cho mình. Bản chất của triết học, tôn giáo, chính trị, các đoàn thể, phe phái làm mất đi giá trị tùy hỷ công đức. Phần lớn

đặt trên nền tảng của sự ganh tị, hơn thua và loại trừ lẫn nhau. Tán dương công đức là nghệ thuật tạo nên liên minh của đạo đức và tích cực.

88 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Mười phương chư Phật đều có các đạo tràng Tịnh độ. Các Phật vẫn tán dương các vị Phật ở cõi khác khi các vị ấy đã làm những việc đáng làm. Điều này trái lại với chúng ta, phần lớn người ta tự khen mình, cho mình là số một và không ai có thể hơn mình được. Trong trường hợp nếu có ai bằng mình cũng bị phủ nhận bằng cách so sánh kém hơn. Cách thức so sánh hơn, bằng và kém đặt trên nền tảng của bản ngã. Trục xoay đó cường điệu giá trị của mình lên và hạ bệ giá trị người khác xuống, làm mất đi cán cân công bằng của hệ giá trị trong đời. Trong khi đó, tán dương giúp ta thiết lập các giá trị tích cực. Khi đức Phật Thích Ca xác tín việc Ngài nói không sai, Ngài được sự đồng thuận rất lớn của mười phương Phật biểu đạt bằng hành động cụ thể là vận dụng "Quãng trường thiệt tướng". Quãng là rộng và trường là dài, tức là vận dụng tướng lưỡi rộng dài của mình để tán dương đức Phật. Trong nhân tướng học, tướng lưỡi rộng dài tượng trưng cho sự chân thật. Ai có thể đưa lưỡi đến mũi thì lời nói của người đó được hiểu là chân thật. Điều này không có định lý đảo, tức là nếu lưỡi không đưa đến mũi không nên hiểu là không chân thật. Nhân tướng học của Ấn Độ cho rằng lưỡi là nơi phát ra tiếng nói, rộng dài tượng trưng cho sự vững chãi, bền bỉ và chân lý. Bản kinh nói "Lưỡi dài rộng phủ, trùm khắp mười phương, tam thiên đại thiên thế giới". Đây là một biểu tượng triết lý, ý muốn nói rằng chân lý bao trùm khắp mọi nơi và giá trị của tuyên dương công đức ảnh hưởng và lan rộng khắp mười phương cõi nước. Ý nghĩa biểu đạt của nó nhằm khen con người có chất liệu chân thật, thành khẩn chứ không là sự xã giao. Người chí thành khen ngợi luôn đánh giá người được khen một cách có ý nghĩa và ấn tượng. Tán dương phải có nghệ thuật và phương pháp thì giá trị và sự ảnh hưởng lây lan tâm lý mới phổ truyền. Mười phương Phật nhiều như "cát sông Hằng" đã tán dương đức Phật A-di-đà và đức Phật Thích Ca. Khái niệm "cát sông

NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG § 89

Hằng" tượng trưng cho số lượng nhiều không thể tính đếm, vô số Phật đã tán dương công đức của đức Phật Thích Ca. Tại sao đức Phật Thích Ca tán dương đức Phật A-di-đà chỉ qua một bài kinh ngắn mà lại được vô số các vị Phật tán dương Ngài? Nhân quả tại sao không tương thích nhau? Giá trị nhân quả tỷ lệ thuận với tâm. Tâm lượng lớn trong tán dương thì quả được khen tặng sẽ lớn hơn nhiều. Người ta chỉ cần làm một mà đạt giá trị đến mười hoặc một trăm. Nếu biết cách đầu tư thì ta sẽ có giá trị về đạo đức, phước báu lớn một cách tương thích. Ví dụ người Tây Tạng vận dụng công thức toán học trong tu tập, thường tạo ra tháp chứa đựng nhiều cuộn giấy. Mỗi cuộn giấy được viết khoảng vài ngàn câu thần chú"Án-ma-ni-bát-di-hồng" tượng trưng cho hạnh phúc, an lạc và hòa bình. Mỗi lần kinh hành qua tháp, người ta lần chuỗi niệm "Án-ma-ni-bát-di-hồng" và tâm liên tưởng đến vô số câu thần chú đựng trong tháp. Câu thần chú được nhân lên từ cấp số nhân đến vô số lần, lệ thuộc vào cách dụng tâm. Phương pháp quán tưởng này làm tăng giá trị của sự hành trì. Tán dương bằng tấm lòng thì giá trị giao thoa tâm linh được mở rộng ra mười phương thế giới. Đây là

phương pháp vận dụng toán học trong tâm linh, và là nghệ thuật mà ta có thể thực hiện. Thỉnh thoảng vẫn có người làm như thế, nhưng đôi khi không chú ý đến và do vậy không hiểu được ý nghĩa. NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG CỦA CHƯ PHẬT

Đức Phật Thích Ca đã được mười phương chư Phật khen ngợi như sau: “Này Xá-lợi-phất, khi Ta tán dương công đức của Phật Cực lạc Tây phương, thì vô số Phật cũng đang ca tụng công đức của Ta. Đức Phật Thích Ca, thật là hy hữu, trong đời năm trược, thế giới mong manh, thấy biết sai lầm, chúng sanh can cường, não phiền nghiệp chướng, tuổi thọ ngắn ngủi, mà vẫn tu tập, đắc được đạo quả, vô thượng bồ đề; lại còn tuyên

thuyết, pháp môn niệm Phật, mang lại an lạc, hạnh phúc đời đời, giúp cho mọi loài, thoát khỏi ba cõi.” Lời tán dương rất ngắn nhưng sâu sắc và ấn tượng với nhiều nội dung khác nhau. Thế Tôn là bậc hy hữu trong loài người, một siêu nhân về tu tập, đạo đức, dấn thân và hành trì về ứng dụng quyền trí. Ngoài nội dung của sự hy hữu vừa nêu, nó còn được hiểu theo nội dung rằng, Ngài là người tu được trong đời ngũ trược với nhiều dục lạc, cám dỗ và nhiều thách đố. Rất nhiều người đã nỗ lực đi ngược lại con đường truyền thống của Bà-la-môn giáo, muốn xóa sổ con đường thần linh và kháng cự lại định mệnh do Thượng đế an bày trong bốn bộ kinh điển Vệ-đà với bốn giai cấp xã hội cha truyền con nối. Trong số đó có vài người đã thành công, thiết lập nên truyền thống Sa môn đối lập và phủ định lại truyền thống tâm linh của Bà-la- môn giáo, truyền thống kinh điển Vệ-đà, và tất cả giá trị đạo đức trong truyền thống đó nhưng họ lại tạo ra những bế tắc khác. Trường phái Sa môn nổi tiếng tại Ấn Độ là duy vật cổ sơ Ấn Độ. Quan điểm của trường phái này là sống dựa trên nhân quả ở một mức độ nào đó. Họ cho rằng mọi thứ trên cuộc đời được diễn ra một cách ngẫu nhiên và chết là hết. Do đó, họ cứ hưởng thụ những gì có được mà không cần ngưỡng bái thần linh, vì các thần linh không giúp ích gì cho cuộc đời, thần linh tạo ra thiên tai, hạn hán, lũ lụt…và nhiều nỗi khổ niềm đau khác. Đó là lý luận của chủ nghĩa Duy vật Ấn Độ. Bên cạnh đó, có một chủ nghĩa Sa môn khác được gọi là Kỳ Na giáo, sống hạnh ép xác rất cực đoan. Đời sống của họ đáng kính ở chỗ họ không mặc áo quần và vận dụng thiền Yoga để khắc phục cái lạnh băng giá của miềm Bắc Ấn Độ dưới 00 C. Họ sống đơn giản và ăn chay trường. Trường phái này cho rằng con người trải qua một quá trình tiến hóa giống như loài động vật, từ loại bò sát đến loài động vật bốn chân, sau đó đến loài khỉ vượn

hai chân và đến loài người. Đến khoảng vài tỷ năm con người tự nhiên trở thành bậc giác ngộ. Sự nỗ lực tu tập của hai phái Sa-môn này vẫn không tạo ra đáp án gì cho tâm linh và cuộc đời. Thế Tôn cũng là vị Sa-môn nhưng nhờ nương vào hai phương pháp thiền quán vô sở hữu xứ và phi tưởng phi phi tưởng xứ của hai vị thầy khai tâm mà Ngài có chiều sâu tâm linh căn bản. Sau đó, vì nhận thấy những giới hạn của nó nên Ngài chuyển sang con đường tu tập trung đạo, cuối cùng Ngài đã phát hiện ra giá trị

tâm linh cao quý nhất để cống hiến cho cuộc đời. NHƯ LAI - BẬC HY HỮU TRONG LOÀI NGƯỜI

Trong đời ngũ dục, Đức Phật bỏ được cung vàng, điện ngọc, vợ đẹp, con ngoan và địa vị cao nhất trong xã hội không dễ có mấy ai làm được. Từ người ăn xin trở thành người giàu có thì dễ, nhưng một người giàu có chấp nhận thân phận của kẻ khất thực để hoá độ thì quả thật là khó. Cái khó đó đã khiến vua Tịnh Phạn trách Thế Tôn rằng: “Tôi không ngờ có một người con như ông, đã làm mất danh giá của dòng tộc, làm vua không muốn, lại muốn thành kẻ ăn xin”. Thế Tôn lý giải rằng đây không phải là ăn xin, mà là con đường hành đạo để tạo cơ hội hoá duyên quần chúng. Nhờ sự tiếp xúc này lời kinh tiếng pháp có thể ban tặng cho đời. Chính từng bước chân thảnh thơi đã tạo hiệu ứng tâm lý nơi người quan sát. Khất sĩ dù không có tài sản, quyền thế nhưng vẫn toát ra vẻ thong dong, tự tại và hạnh phúc. Đó là bài thuyết pháp không lời rất sinh động. Thái tử đã thuyết phục được nhà vua an tâm, Ngài chẳng những không làm cho danh giá của dòng họ Thích Ca bị mất đi mà trái lại còn làm cho tên tuổi của dòng tộc sống vĩnh viễn với đời. Mọi người sẽ nhớ đến dòng họ Thích Ca vì đã tạo ra một Thích Ca Mâu Ni. Đức Phật xác định rõ trong cõi Ta bà có thể truyền bá pháp môn Tịnh độ thành công. Điều này có vẻ khá hồ nghi, khi

nhiều người cho rằng pháp môn Tịnh độ quá đơn giản, đáp ứng cho mọi căn cơ và trình độ con người, nhưng nếu hiểu kinh A-di-đà một cách nghiêm túc thì pháp môn này quả thật không dễ. Bởi bản chất của pháp môn là thiền quán và giá trị của nó chính là trạng thái nhất tâm bất loạn. Các mô tả vật lý và môi trường sinh thái của Tây phương Cực Lạc chỉ là nghệ thuật mà đức Phật tạo niềm đam mê và thiết lập niềm tin cho các hành giả có nguyện vọng sanh về cõi ấy. Nếu thiếu những viên kẹo bọc đường thì thuốc đắng giã tật của pháp môn Tịnh độ khó mà nuốt trôi. Giá trị hành trì của pháp môn Tịnh độ là con đường dấn thân lục độ vạn hạnh, làm liên tục và tất cả các hạnh lành, cho đến lúc nào không còn gì để làm mới thôi. Đến khi được sanh vào cõi Tây phương Cực Lạc rồi cũng chưa có nghĩa là ta đã hoàn tất công việc hành trì. Hàng ngày các hành giả cõi ấy vẫn phải tiếp tục nhặt hoa công đức, làm các việc phước báu ở những hành tinh khác để cúng dường mười phương chư Phật. Các hành giả tu tập ở cõi Ta bà vẫn chưa đủ, về Tây phương Cực Lạc lại phải tiếp tục tu để trở thành các vị Thánh, vị Phật và khi đã chứng đắc đạo quả Thánh rồi thì vẫn phải tiếp tục dấn thân phục vụ không lúc nào ngơi nghỉ. Chính vì thế, đây không phải là một pháp môn dễ tu, bởi lẽ tu như thế nào để đạt được trạng thái nhất tâm bất loạn là cả một nghệ thuật không đơn giản tí nào. Thế Tôn đã phải mất đến bốn mươi chín ngày liên tục mới đạt được trạng thái này dưới cội bồ đề. Tổ Bồ-đề Đạt-ma phải mất đến chín năm xoay mặt vào tường (cửu niên diện bích) mới trải nghiệm hết trạng thái thiền định. Gần đây, có một tiểu Phật ở Népal đã nhập thiền định được bảy tháng. Số người làm được và thành công rất ít. Nghe qua có vẻ đơn giản nhưng thực tế lại rất khó làm, càng đơn giản bao nhiêu thì lại càng khó làm bấy nhiêu.

NGŨ TRƯỢC Ở CÕI TA BÀ

Những ai truyền bá pháp môn Tịnh độ ở cõi Ta bà này thành công là điều rất đáng tán thán, vì cảnh giới này có đến năm yếu tố chưa được hoàn thiện gọi là ngũ trược. Từ "trược" hiểu theo nghĩa đen là bất tịnh, ô uế. Khái niệm "trược" trong bản kinh được hiểu là bất toàn về đời sống, sinh hoạt, đạo đức, lương tâm, nhận thức, ứng xử, giao tế, hành trì gồm có năm yếu tố như sau: Kiến trược. Kiến thức thấy biết của con người rất sai lầm do nền tảng văn hóa, phong tục tập quán, tôn giáo, triết học hữu ngã và sự bất công tạo nên. Người ta lấy bản ngã làm trục xoay, nhân danh thượng đế, thần linh để gây nhiều tội lỗi cho cuộc đời. Tất cả những điều này đều thuộc về kiến trược, tức là nhơ uế về nhận thức. Sự nhơ uế về nhận thức gồm năm bình diện khác nhau. - Thân kiến tức là chấp vào thân thể vật lý này là tôi, của tôi. Ai chạm đến cái tôi thì phiền não, sân si bắt đầu trỗi dậy dẫn đến va chạm và loại trừ lẫn nhau. Quan niệm thân kiến này diễn ra khi người ta cho rằng nó trường tồn vĩnh cửu. Các tôn giáo khác cho rằng con người khi chết có hai con đường để lựa chọn, một là lên thiên đàng vĩnh viễn, hai là xuống hỏa ngục đời đời. Tất cả những nhận thức như thế đều là sai lầm. - Biên kiến được hiểu theo hai nghĩa, thứ nhất là các quan niệm, nhận định, đánh giá theo hai khuynh hướng thường và đoạn, nghĩa là con người sẽ sống vĩnh viễn hoặc chết là hết. Các tôn giáo như Do Thái giáo, Thiên chúa giáo, Tin Lành và Hồi giáo đều rơi vào thường kiến như thế. Những ai muốn được công nhận là con chiên trong đàn, phải tin theo mười lời răn của Chúa mới có thể sống đời đời kiếp kiếp ở nước Chúa, nếu ngược lại lời dạy của Chúa thì sẽ bị trừng phạt và ở hỏa ngục đời đời. Thường kiến liên hệ đến phần thân kiến của con người, đoạn kiến rơi vào các quan niệm của chủ nghĩa Duy vật cổ sơ và chủ nghĩa Duy vật hiện đại với quan niệm "chết là hết, không có đời

sau, không có nhân quả báo ứng và đạo đức". Các quan niệm như thế rất nguy hại trong tình huống con người gặp phải bế tắc, họ lập luận rằng kết quả của kẻ dữ và người lành đều giống nhau, dù có nỗ lực làm tốt nhưng cũng chẳng mang lại kết quả gì. Nghĩa thứ hai của biên kiến là tất cả chủ nghĩa nhị nguyên đối đãi, dẫn đến đối đầu, tranh chấp lẫn nhau và khổ đau có mặt. - Tà kiến tức là không tin nhân quả, trái lại tin vào định mệnh hoặc sự an bày của Thượng đế, hoặc tin sự ngẫu nhiên hoặc tự nhiên. Tà kiến rất nguy hại, có thể đưa con người rơi vào thường kiến, đoạn kiến hay những quan niệm sai lầm khác. - Kiến thủ lại càng nguy hại hơn, quan điểm đã sai lầm lại còn chấp vào và cho đó là chân lý. Việc nâng cái sai lầm trở thành chân lý thường thể hiện rõ ở những phong tục tập quán. Một khi chúng đã gắn liền với nền văn hóa thì dù có tác hại hay tiêu cực cách mấy người ta vẫn không dễ dàng từ bỏ chúng. Đối với người có kiến thủ thì không dễ chấp nhận chân lý của người khác vì luôn cho mình là đúng. Đức Phật đưa ra ẩn dụ về cái ly khi lấy nắp đậy lại thì không thể rót nước vào được, nghĩa là não trạng của người đó bị xơ cứng, đóng băng và không thể chấp nhận những gì khác với suy nghĩ của mình. - Giới cấm thủ là sự sai lầm về phương pháp hành trì. Chẳng hạn có người cho rằng tu khổ hạnh ép xác là con đường giải thoát, hoặc hưởng dục lạc là con đường hạnh phúc tuyệt đối. Các quan niệm này đã nâng không đúng lên

thành chân lý. Khi được nâng lên thành chân lý kết hợp với sự nhiệt tình thì người đó sẽ sống với ảo giác. Lúc đó, họ có thể cho mình là Phật, Thượng đế hay là hóa thân của các ngài dẫn đến việc truyền bá quan niệm sai lầm. Đức Phật khuyên các vị xuất gia nếu ai tự xưng mình là bậc thánh thì phạm tội tẩn xuất, nghĩa là vĩnh viễn không còn là thành viên của Tăng đoàn. Sự khoe khoang trình độ tâm linh của mình cho người khác là đi sai đạo Phật dẫn đến thái độ cống cao ngã mạn.

NGHỆ THUẬT TÁN DƯƠNG § 95

Kiếp trược. Thế giới Ta bà là hành tinh chúng ta đang sống, mang tính vô thường, vô ngã về phương diện thời gian và không gian. Kiếp trược còn được hiểu là một xã hội trong đó chính trị không ổn định, luôn bị thay thế và hà khắc, không chăm sóc đời sống của người dân mà chỉ vơ vét quyền lợi cho riêng mình. Người đang sống trong môi trường đó được xem là đang sống trong kiếp trược với nỗi khổ niềm đau lớn. Hành giả cần thay thế kiếp trược bằng mô hình thu nhỏ của Tây phương Cực Lạc trong cộng đồng, ngôi nhà hay trong tâm của ta với chánh trí, tức là bằng nhận thức Vô Lượng Quang; lấy tuệ giác không giới hạn, trong một triều đại lịch sử hay trong một phạm vi nhất định nào đó để các giá trị chân lý xuất hiện ở mọi nơi, mọi chốn. Phiền não trược. Đời sống con người thường gắn liền với sầu bi khổ não. Các loại phiền não này là độc tố của tâm lý, cảm xúc và nhận thức. Ai sống trong độc tố sẽ bị chết trước khi kết thúc mạng sống của họ. Kinh A-di-đà dạy ta phải thay thế bằng tâm bồ đề, hay tâm giác ngộ nhờ đó phiền não trược sẽ không còn. Chúng sanh trược. Con người ở cõi Ta bà có nhiều thói quen xấu, đã tạo ra khuynh hướng, chức nghiệp, lập trường và quan điểm tiêu cực. Họ luôn có khuynh hướng sống vì lợi lạc cho bản thân và gia đình nhiều hơn là cho cộng đồng xã hội. Hễ thấy ai làm việc tốt thì giấu đi nhưng việc xấu thì loan truyền. Thái độ đó làm chúng sanh ở Ta bà trở nên vị ngã, nhỏ nhoi, ích kỷ. Mạng trược. Là những bất toàn về mạng sống hay tuổi thọ ngắn ngủi. Tuổi thọ con người ở Ta bà khoảng một trăm tuổi, chỉ bằng một ngày một đêm ở Tây phương Cực Lạc. Độ chênh lệch về thời gian ở hai cõi là điều có thật. Thế giới Tây phương với phước báu, khoa học kỹ thuật, phương tiện sinh hoạt và tuổi thọ khác với cõi Ta bà rất nhiều. Dựa vào phước báu của từng người ta có thể biết được tuổi thọ dài hay ngắn. Con người có nhiều bệnh tật nên mạng sống con người là trược uế. Hành giả

cần thay thế mạng trược bằng Vô Lượng Thọ, tức là từ công đức tạo ra tuổi thọ không ngắn mé. HỌC HẠNH TÙY HỶ CỦA CHƯ PHẬT

Chính vì hoàn thành công việc giáo hoá đời năm trược, đức Phật Thích Ca đã được mười phương chư Phật tán thán là làm được việc khó làm. Hành động tán thán của mười phương chư Phật không phải là hình thức a dua mà đó là hạnh nguyện tùy hỷ với cái thấy trên giá trị chân lý, và tán dương những gì cần tán dương. Hạnh tán dương của chư Phật giúp ta học hỏi và thực tập cách thức tán dương người khác. Con người luôn có mặt tích cực và tiêu cực. Đối với mặt tiêu cực, ta góp ý xây dựng để họ có cơ hội sửa đổi. Đối với mặt tích cực, ta nên khen tặng để mọi người có thể học hỏi, bắt chước.

Những người đóng góp tiền bạc, tài vật vào các việc từ thiện thì nên nêu rõ danh tánh; bởi đó không phải sự ngã mạn, mà là sự phổ biến về phương diện xã hội. Các bậc cha mẹ làm công đức nhiều mà giấu đi thì con cái làm sao biết để bắt chước noi theo. Khi được chùa tặng tuyên dương công đức, ta nên trân trọng treo lên tường để con cháu, bà con lối xóm và thân bằng quyến thuộc nhìn thấy mà bắt chước làm theo. Theo Phật giáo, cái đẹp, cái tốt cần phải được tuyên dương. Việc làm này là một trong mười hạnh nguyện của Bồ-tát Phổ Hiền. Ai cũng có điểm tích cực đáng được khen. Tâm lý con người thích được khen hơn là chê. Một lời khen đúng có thể giúp cho ta phấn đấu nhiều hơn lời chỉ trích, chê bai. Pháp môn Tịnh độ trong kinh A-di-đà không những dạy về phương pháp nhất tâm bất loạn, cách thức dấn thân hành trì của các hành giả, thánh giả, mà còn dạy ta gương hạnh tán dương của chư Phật. Đức Phật tán dương người tốt, việc tốt sẽ tạo nên dấu ấn và đạo lý để mọi người cùng làm theo. Đức Phật A-di- đà khi được đức Phật Thích Ca tán dương, vẫn mặc nhiên để

cho lời khen tặng ấy được diễn ra. Đức Phật Thích Ca khi được mười phương chư Phật khen tặng, đã im lặng. Từ chối lời khen tặng một cách khéo léo có nghĩa là muốn người khác khen mình nhiều hơn. Chư Phật không làm như thế. Cứ để việc làm tốt được mọi người khen. Học hạnh của chư Phật, ta cần tán dương những người làm việc lành, đóng góp cho xã hội và dấn thân tích cực trong đời. Ngày nay, nhờ các phương tiện thông tin, công việc tán dương được nhân rộng và lây lan. Ví dụ đi vận động từ thiện mà tự đưa tin lên truyền hình thì sự lây lan tâm lý được phổ biến, mọi người tích cực hưởng ứng, nhưng nếu âm thầm làm từ thiện thì sự đóng góp đó sẽ bị hạn chế. Để lại lời tán dương công đức và danh tánh của những người ấn tống, có thể làm cho nhiều người hiểu lầm rằng, đã làm công đức mà còn để tên vào chẳng khác nào làm cho bản ngã phình to. Hiểu như thế là chưa thấu đáo, bởi tán dương công đức là giúp người khác, học tập và bắt chước làm theo. Việc tán dương mang giá trị xã hội và lây lan. Nếu việc làm lành mà không ai hưởng ứng thì việc ấy sẽ bị đứt đoạn. Dĩ nhiên, việc tán thán phải đúng, khen người không đáng được khen sẽ trở nên vô nghĩa.

***

CHƯƠNG V

TÔNG CHỈ NIỆM PHẬT Chùa Long Thành, 31-5-2005

GIÁ TRỊ NIỆM PHẬT

Tại chùa Long Thành tỉnh Vĩnh Long có hai câu đối sâu sắc và được xem là tông chỉ của pháp môn Tịnh độ: “Vô não, vô ưu chơn Cực Lạc. Bất cấu, bất nhiễm thị Tây phương.” Bản chất cực lạc là trạng thái an vui về phương diện cảm xúc, nhận thức và hành trì. Trong trạng thái đó, tất cả dòng chảy cảm xúc của buồn, vui, thương, ghét, giận… nói chung là những cảm xúc âm tính đều vắng lặng. Nhờ trạng thái vắng lặng các phiền não mà con người thiết lập được cực lạc ngay trong cuộc đời này. Tây phương Cực Lạc

là cảnh giới an lành của đức Phật A-di- đà và là nơi mà các vị liên hữu mong mỏi phát nguyện vãng sinh về. Mục đích của bản kinh là giúp hành giả có mặt ở Tây phương, không còn bị nhiễm cấu trần lao, thái độ chấp trước và nhiễm đắm không còn. Bản chất của pháp môn Tịnh độ bao gồm ba yếu tố là niệm Phật, thiền quán và chánh định. Tuy là pháp môn đơn giản nhưng lại dung thông các pháp môn khác. Niệm Phật là yếu tố trọng tâm nhất của pháp môn Tịnh độ. Có một gia đình tu theo pháp môn Tịnh độ, họ có hai người con, đứa út mười tám tuổi và đứa lớn hai mươi bốn tuổi. Hai người con học rất giỏi, có năng khiếu thể thao nên được tuyển dự thi giải thể dục thể thao cấp tỉnh. Trước và trong lúc thi đấu, cả hai người đều niệm Phật. Kết quả thi đấu, người anh đoạt giải quán quân, còn cậu em út đoạt giải nhì. Lúc trở về nhà, cha mẹ chúng đã hỏi các con có niệm Phật khi thi đấu hay không, cả hai đều trả lời là "có". Người cha vui mừng lắm và nghĩ rằng đó là lý do mà hai người con ông đã thi đấu thành công. Ông quay sang đứa con út hỏi: "Con niệm như thế nào?", nó trả lời: "Thưa cha, con không niệm Phật A-di-đà mà

con niệm danh hiệu đức Bồ-tát Quán Thế Âm." Nghe xong, ông suy tư về sự khác nhau giữa thần lực của Phật và Bồ tát. Kế tiếp, ông quay sang hỏi đứa con lớn: "Thế con niệm Phật nào?". Nó vội trả lời: "Thưa cha, con niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà". Từ kết quả đó, ông suy luận rằng niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà có công đức lớn hơn niệm danh hiệu Bồ-tát Quán Thế Âm. Thực ra, giá trị của niệm Phật không nằm ở kết quả thông thường như gia đình này vừa nêu. Giá trị của nó vượt lên trên sự thắng thua hay những ứng dụng về phước báu mà con người có thể có trong cuộc đời. Trong tinh thần kinh A-di-đà, trì danh hiệu của đức Phật A-di-đà là để nắm lấy các giá trị tâm linh mà tất cả chúng ta cần phát huy trong đời này. Bản chất của giá trị tâm linh nằm ở chỗ con người dụng tâm và hành trì như thế nào. Khi ta khởi lên ý niệm hồi hướng công đức cho kết quả học tập hay công ăn việc làm, thông thường ta vẫn đạt được kết quả. Bởi sự hồi hướng công đức là cách tạo ra năng lượng, làm cho kết quả diễn ra trong thời điểm ta đang mong đợi. Thay vì để cho tiến trình thời gian tự diễn ra trong tương lai mười năm hay hai mươi năm, nhờ sự chuyển tâm, các hạt giống tích tụ trong quá khứ trổ quả sớm hơn thời gian dự định. Việc hồi hướng công đức có thể sánh ví như tình trạng hỗ trợ cho trái cây chín sớm hơn thời gian dự kiến hoặc như chất xúc tác giúp cho hoa mai có thể nở đúng vào ngày xuân. Đừng nên nghĩ rằng niệm Phật để đạt các giá trị quá quyền thừa hưởng từ nỗ lực chân chính của chúng ta. PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT

Trong kinh A-di-đà, tông chỉ niệm Phật gồm nội dung liên hệ đến cư dân Tịnh độ. Gọi là cư dân để giúp ta có cái nhìn gần gũi hơn và thấy được hiệu quả do thực hành đúng phương pháp mà hành giả có thể đạt đến. Kinh mô tả các hành giả được vãng sanh về đây đều là những bậc Thượng thiện nhân, bậc A-bệ-bạt-

trí, bậc Nhứt Sanh Bổ Xứ, nói chung họ đều là bậc Thánh. Phương pháp chánh niệm của các cư dân Tịnh độ gắn liền với pháp môn niệm Tam Bảo, nghĩa là niệm Phật, Pháp

và Tăng. Niệm Tam Bảo có nguồn gốc từ phương pháp Lục niệm trong truyền thống kinh điển Pàli đó là niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Giới (đời sống đạo đức), niệm Bố Thí (các giá trị nhường cơm xẻ áo, chia sẻ cho người đang có nhu cầu), niệm Thiên (niệm về kết quả sanh ở cõi trời hoặc các hành tinh có đời sống thuận lợi hơn so với cõi Ta bà). Niệm Phật giúp con người duy trì được chiều sâu của đời sống tâm linh thông qua việc gắn liền với các hạnh lành mà Thế Tôn đã sống và truyền bá mang lợi lạc đến chúng sinh. Niệm chánh Pháp là cách thức gợi nhớ đạo Phật là con đường của tuệ giác, từ bi, có thể tháo gỡ mọi bế tắc khổ đau của kiếp người. Niệm Tăng là cách thức nhớ về những người xuất gia chân chính, có nhiều kinh nghiệm tu tập dấn thân và hành xử, giúp người cư sĩ tại gia có cơ hội bắt chước hạnh nguyện của chư Phật; nhờ đó có cuộc sống an lạc. Ba phương pháp niệm Giới, niệm Bố Thí và niệm Thiên được xem là những so sánh căn bản giúp hành giả có được giá trị hành trì. Nhìn thấy được kết quả của hành trì ở hiện tại cũng như trong tương lai, hành giả sẽ có thái độ tinh tấn, vững chãi, không hề bị lùi sụt. Do đó, phương pháp Lục niệm được xem là cơ hội giúp hành giả làm lớn mạnh các hạt giống của chánh niệm và tỉnh thức. Trong kinh A-di-đà, đức Phật đưa ra hai ngữ cảnh gắn liền với sự niệm Phật, niệm Pháp và niệm Tăng làm lớn mạnh chiều sâu của đời sống tâm linh. Ngữ cảnh thứ nhất, đức Phật giới thiệu môi trường sinh thái ở đây rất tươi mát, các loài chim được sanh ra không phải vì

nghiệp lực, được Phật biến hóa để giúp hành giả nghe chánh pháp. Sự hỗ trợ này có khả năng giúp hành giả đạt được hân hoan, trải nghiệm niệm Phật, niệm Pháp và niệm Tăng. Ngữ cảnh thứ hai, với sinh thái có nhiều cây xanh bóng mát, gió thoảng, tạo âm hưởng vi diệu nhờ đó cư dân Tịnh độ cảm thấy vững tin và nhớ về Phật, Pháp và Tăng. Trong đạo Phật, niệm Phật, Pháp, Tăng phải gắn liền với những đức tính mà con người cần có. Phật trong khái niệm “niệm Phật” là chư Phật nói chung với mười danh hiệu và mỗi danh hiệu là một hạnh nguyện. Khi nhớ đến những danh hiệu này, ta sẽ thấy đức Phật A-di-đà và đức Phật Thích Ca khác nhau về bản nguyện nhưng giống nhau về đức tu và con đường hóa độ mang lại kết quả an vui Mười danh hiệu đó là: Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Vô Thượng Sĩ, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn. Khi niệm mười danh hiệu, ta nhớ đến tiềm năng Phật tính trong ta. Niệm danh hiệu của đức Phật A-di-đà là tông chỉ của pháp môn Tịnh độ và được sánh ví như cách phát huy tiềm năng giác ngộ lớn trong mỗi con người. Vừa qua, phái đoàn “Đồng tu Tịnh độ” của Đài Loan sang thuyết pháp tại một số đạo tràng. Quan sát nội dung thuyết pháp của vị Pháp sư này thì câu mở đầu và câu kết thúc đều là “A-di- đà Phật”, nhưng rất tiếc người phiên dịch dịch là “Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật”. Có lẽ người phiên dịch cho rằng đức Phật Thích Ca và đức Phật A-di-đà có hai danh hiệu khác nhau và niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà là thuộc hành giả Tịnh Độ, còn niệm danh hiệu đức Phật Thích Ca là thuộc hành giả của một pháp môn khác. Như thế là chỉ hiểu một phần nào giá trị niệm danh hiệu Phật, mà chưa thấy được Phật tính dung thông ở chư Phật và thậm chí trong tâm thanh tịnh của chúng ta. Do đó, đừng nên ngại ngùng khi sử dụng danh hiệu “Nam mô A-di-đà Phật”

để chào hỏi, giao tế và hành trì. Danh hiệu đức Phật là điều kiện quan trọng giúp hành giả đạt được trạng thái nhiếp tâm. Đức Phật thiết lập sinh thái có tiếng chim hót, gió thổi, thông reo tạo ra âm hưởng để niệm Phật, Pháp và Tăng nhằm nhấn mạnh đến yếu tố truyền thống tâm linh từ trợ duyên. Dùng danh hiệu "Nam mô A-di-đà Phật" hay "Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật" đều không khác nhau về phương diện bản chất. Trong kinh A-di-đà, việc niệm Phật được hiểu là niệm đức Phật A-di-đà với hai đức tính quan trọng là Vô Lượng Quang và Vô Lượng Thọ. Không nên hiểu Vô Lượng Quang theo nghĩa đen là hào quang toả ra xung quanh vùng đỉnh đầu, từ đó các tia ánh sáng được toả ra, như thế là ta vật chất hoá truyền thống tâm linh của đạo Phật. Hào quang không phải là tia ánh sáng mà là vùng từ trường tâm linh, có giá trị tuệ giác, từ bi, sự chuyển hoá và khai thông tất cả mọi ách tắc về cảm xúc, nhận thức của con người. NẮM LẤY DANH HIỆU PHẬT

Khi niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà, hành giả liên tưởng đến tiềm năng tuệ giác không bị giới hạn bởi điều kiện vật lý và thời gian, nhờ đó hành giả chuyên nhất tâm vào tông chỉ và pháp môn, từ đó khai mở tiềm năng tuệ giác. Lúc ấy, hành giả sẽ sống trong sự cộng hưởng Vô Lượng Quang của Phật A-di-đà. Vô Lượng Thọ là yếu tố chung của các cư dân, Thánh giả. Khi chứng đắc được đạo quả thì tiến trình sanh tử luân hồi sẽ bị chặt đứt. Chặt đứt được sanh tử thì yếu tố tuổi thọ sẽ không bị giới hạn bởi năm tháng. Nếu qua đời thì đó là hạnh nguyện để dấn thân ở những nơi khác. Chính vì thế mà tuổi thọ của cư dân nơi đây rất lâu dài. Nghĩa thứ hai của Vô Lượng Thọ là khi hành giả phát huy tiềm năng giác ngộ thông qua danh hiệu đức Phật A-di-đà thì sự hành trì rất bền vững. Nghĩa là khi hành trì pháp môn nào thì phải tới nơi tới chốn và không bỏ cuộc nửa chừng. Vô Lượng Thọ

gợi lên hình ảnh bền bỉ, không bị bất cứ trở duyên hay ảnh hưởng ngoại tại nào có thể làm ta bỏ cuộc trên con đường tu tập. Nhận thấy được hai ý nghĩa đó, hành giả hãy nhất tâm niệm Phật và phát nguyện vãng sanh theo lời dạy của đức Phật A-di- đà trong kinh này: "Bất luận nam nữ, muốn được vãng sanh thì hãy chuyên cần, khởi lòng khát ngưỡng, nhớ nghĩ không quên, thực tập quán niệm, nhất tâm bất loạn, trong vòng một ngày, cho đến bảy ngày. Trong giờ phút này, tâm ý người ấy phải thật yên tỉnh, như vào thiền định, không còn tán loạn, điên đảo mộng tưởng. Đến lúc qua đời, Phật A-di-đà, Thánh chúng hà sa dang tay tiếp dẫn, khiến được vãng sanh, dự hàng thánh chúng, không hề chia phân." Đoạn kinh ngắn này là tông chỉ niệm Phật. Đoạn kinh này có chiều sâu tâm linh lớn. Thọ trì danh hiệu là một nhu cầu lớn. Trong các mối quan hệ, người ta thường giới thiệu thông tin cá nhân nhằm kết nối với đối tác. Việc nắm lấy thông tin là nhu cầu quan trọng trong các mối quan hệ. Đối với hành giả, nó giống nắm lấy địa chỉ tâm linh. Cách thức nắm lấy danh hiệu Phật có khả năng làm sống lại giá trị của sự tu tập. Nhờ nắm lấy địa chỉ, nhớ được đường đi, tông chỉ hành trì, pháp môn tu tập và giá trị lợi lạc mà tâm hành giả được khai thông. Tu tập tập thể sẽ tạo ra vùng ảnh hưởng tâm linh, nhờ nắm lấy danh hiệu của đức Phật. Nắm lấy những thông tin

tâm linh cần thiết, hành giả thấy mình tinh tấn nhiều hơn. Tu tập tại tư gia dù trang nghiêm nhưng thiếu trường tâm linh của pháp hữu, đôi lúc ta có thể lười biếng hoặc đình chỉ sự tu tập nghiêm mật với nhiều lý do. Niệm Phật trong kinh A-di-đà như là tiến trình của sự quán niệm. Quán niệm là nhu cầu thiết lập dòng chảy chánh niệm và tỉnh thức thông qua danh hiệu của đức Phật A-di-đà. Bản chất của khổ đau nằm ở tình trạng con người cắt đứt sự hiện hữu với

chánh niệm. Đặt thân và tâm ở hai địa điểm khác nhau, (ví dụ thân đang có mặt tại chùa còn tâm thì đang tưởng nhớ về công việc gia đình), là tách sự hiện hữu của tâm ra khỏi dòng chảy của hiện tại, tâm dễ dàng bị phóng túng và tiến trình của sự quán niệm bị cắt đứt. Kinh A-di-đà nêu phương pháp niệm Phật gồm hai cách là khẩu niệm và tâm niệm. - Khẩu niệm là niệm Phật bằng âm thanh được phát ra từ miệng và giá trị của nó tạo ra sự quán tưởng bằng tâm. Sự quán tưởng bằng tâm tạo ra chiều sâu của hành trì. - Tâm niệm là thiết lập dòng chảy chánh niệm dựa trên danh hiệu của đức Phật A-di-đà, khi ấy con người trở nên định tĩnh, không bị dính mắc vào đối tượng trần cảnh. Dán chánh niệm lên danh hiệu Phật, như vòng tròn và mặt phẳng tiếp xúc với nhau ở một điểm duy nhất. Ảo giác cho phép ta nghĩ rằng trong một đơn vị thời gian ta có thể nghĩ đến hai, ba hoặc thậm chí là nhiều đối tượng khác nhau. Đó là cách hiểu sai lầm. Nếu hành giả thiết lập chánh niệm trên danh hiệu đức Phật A-di-đà một cách liên tục và không gián đoạn thì tâm hành giả trở thành Vô Lượng Quang và Vô LượngThọ. Tất cả thái độ động tĩnh ở bên ngoài không còn tác động đến tâm thức của hành giả. Đây là phương pháp tu tập đơn giản nhưng đòi hỏi sự dụng tâm có phương pháp mới có thể đạt được kết quả như ý muốn. Kinh Tứ Niệm Xứ là bài kinh quan trọng về thiền quán đề cập đến tính thời gian của phương pháp niệm. Đức Phật dạy các hành giả tu tập niệm Phật từ một năm cho đến bảy năm, hoặc từ một tháng cho đến bảy tháng hoặc ngắn hơn, từ một tuần cho đến bảy tuần. Dù bảy ngày hay bảy niệm với sự chuyên tâm nhất hướng, hành giả có thể đạt được trạng thái an vui, tĩnh tại trên cuộc đời.

CHÁNH NIỆM TỈNH THỨC

Trong kinh A-di-đà, thời gian được giới hạn từ một ngày cho đến bảy ngày, chánh niệm về danh hiệu A-di-đà được thiết lập trong tâm của hành giả. Khi ấy, hành giả như đang ở trạng thái thiền định, an vui, giải thoát, các cảnh tượng bên ngoài không còn tác động đến nội tâm và trạng thái vắng lặng này được gọi là nhất tâm. Bản chất của nhất tâm là thân ở đâu, tâm ở đó. Việc nuôi dưỡng dòng chảy của cảm xúc và ý niệm hoá khiến cho người ta có khuynh hướng lao theo nó. Ví dụ ta đang ngồi tại chánh điện nghe pháp thoại nhưng tâm bị phóng duyên theo những suy nghĩ về gia đình và người thân. Thiết lập chánh niệm trong trường hợp này dựa trên nền tảng những gì được tiếp xúc bằng mắt và nghe bằng tai, ta không còn bị tác động bởi trần cảnh hay những âm thanh ồn ào xung quanh. Có thiết lập chánh niệm trên danh hiệu A-di-đà thì các tạp niệm sẽ

hoàn toàn vắng lặng. Chánh niệm là làm thế nào cho thân và tâm có mặt cùng một chỗ. Sự có mặt của chánh niệm được kinh truyền thống gọi là "dán niệm trước mặt", nghĩa là làm thế nào có được chánh niệm với những gì đang có mặt khi tiếp xúc quanh ta. Khi thiết lập chánh niệm mắt phải hơi nhắm lại, vì nếu mở to, tâm dễ phóng theo trần cảnh hoặc nhắm sát lại sẽ tạo trạng thái hôn mê, buồn ngủ. Do đó, hành giả chỉ mở mắt ở một mức độ vừa tầm để chánh niệm có mặt với cái đang diễn ra. Sự tập trung ở lỗ mũi sẽ tạo ra trạng thái căng thần kinh, vì hoả sẽ dẫn lên đầu. Khái niệm chánh niệm phải được hiểu là sáu giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý phải được làm chủ. Thiết lập chánh niệm là cách để cho tâm có mặt với sự hiện hữu, như chúng đang là. Hành giả Tịnh độ khi có mặt ở chánh điện, hãy chấp tay trang nghiêm, miệng niệm danh hiệu A-di-đà, ngũ thể đầu địa bày tỏ lòng tôn kính đảnh lễ. Lúc bấy giờ chánh niệm tỉnh thức sẽ có mặt. Khi niệm là phải chuyên nhất vào danh hiệu đức Phật

TÔNG CHỈ NIỆM PHẬT § 109

A-di-đà, không nhớ nghĩ đến bất kỳ đối tượng nào khác. Nhớ đến danh hiệu Phật một cách rõ ràng là để tạo ra hiệu ứng tâm linh lớn cho hành giả. Bản chất của chánh niệm là làm cho tâm giám sát thân. Sự giám sát đó tạo ra tiến trình mà Tịnh độ tông gọi là nhất hạnh, nhất danh, nhất hướng và nhất niệm. - Nhất hạnh là hạnh nguyện hành trì, thực tập dựa trên quán niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà và bản chất thế giới Tây phương Tịnh độ. - Nhất danh là chỉ niệm duy nhất danh hiệu đức Phật A-di- đà mà không niệm một danh hiệu nào khác, dù trong bản kinh đức Phật có nói đến niệm Phật, Pháp và Tăng nhưng đó chỉ là cách nói bao quát. Thiết lập chánh niệm thông qua bản kinh này, hành giả chỉ niệm một danh hiệu Phật duy nhất và đây là nền tảng giúp ta có mặt ở chánh niệm. - Nhất hướng là tâm hành giả không thể có mặt ở Đông, Tây, Nam, Bắc... mà có mặt ở ngay giây phút hiện tại này và ngay trần cảnh mà ta đang tiếp xúc. - Nhất niệm là ý thức về sự hiện hữu của thân và những động tác trong tiến trình thực tập quán niệm và tu tập danh hiệu đức Phật A-di-đà. Lúc đó, cảnh sẽ xuất hiện rõ như tấm gương phản chiếu tất cả mọi thứ mà không hề có thái độ nhận định, đánh giá, phê bình, chỉ trích, tổng hợp, loại suy hay qui nạp. Tất cả mọi hoạt dụng với dòng chảy tư duy và nhận thức phải được lắng dịu xuống trong trạng thái chuyên nhất và bất loạn. Khi tu tập nhất tâm bất loạn thì hành giả cần chuyển hoá dòng cảm xúc và nhận thức. Trong tiến trình này, hành giả cần làm thế nào để cho "kiến văn giác tri" chỉ đơn thuần là sự thấy, sự nghe, sự ngửi, và sự biết. Mọi hoạt dụng của ý thức nhị nguyên và phân biệt đối đãi cần được chuyển hoá, khi chấp vào ý thức nhị nguyên hành giả bị phóng tâm. Truyền thống Thiền gọi ý thức nhị nguyên là sự chọn

110 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

lựa giữa các đối tượng trần cảnh. Thái độ chọn lựa làm cho con người khổ đau hoặc hạnh phúc. Sự chọn lựa, so sánh luôn diễn ra theo ba cách thế: so sánh hơn, so sánh bằng và so sánh kém. Ba tiến trình này đều lấy bản ngã của con người làm thước đo, cán cân, đối trọng, hệ qui chiếu. Lúc đó ý thức nhị nguyên làm cho bản ngã được lớn mạnh. Nơi nào có bản ngã lớn mạnh thì nơi đó chánh niệm bị vắng bóng, khổ đau xuất hiện. Tiến trình phân biệt của các giác quan chỉ đơn thuần là sự kiện, không hề có sự

can thiệp của ý thức nhị nguyên. Khi ấy, hành giả sẽ loại trừ được yếu tố phan duyên trần cảnh và nhờ đó tiến trình an vui, hạnh phúc được có mặt. THỂ NGHIỆM NHẤT TÂM

"Nhất tâm" là trạng thái thân và tâm có mặt cùng một chỗ, "bất loạn" là cách thức duy trì trạng thái nhất tâm được lâu dài. Trạng thái lâu dài hiểu theo kinh A-di-đà là "từ một ngày đến bảy ngày", với thời gian ngắn ta tưởng chừng như dễ nhưng thực ra không dễ tí nào, bởi vì trạng thái đó chỉ xuất hiện trong một tích tắc thời gian hoặc một thời gian dài hơn. Chẳng hạn Thế Tôn duy trì trạng thái nhất tâm trong bốn mươi chín ngày dưới cội bồ đề tạo ra tuệ giác tuyệt đối, đối với Tổ Bồ-đề Đạt- ma là chín năm diện bích. Tiến trình này đòi hỏi đến sự dụng tâm có phương pháp, và muốn được như thế, hành giả không bị loạn động với đối tượng trần cảnh. Là nhà điêu khắc chạm trổ thì đối tượng nhất tâm là các tác phẩm nghệ thuật. Nếu là một hoạ sĩ thì đối tượng để đạt được nhất tâm là những bức tranh và nếu là một nhà thơ thì đối tượng đạt nhất tâm là cảnh trí. Mọi người đều có đối tượng để làm cho tâm gom về một chỗ. Việc gom tâm về một chỗ sẽ tạo ra trạng thái tĩnh tại của tâm trong thời gian nhất định. Thế nhưng các nghệ nhân không vận dụng được nhất tâm bất loạn để tâm trí, cảm xúc và tư duy bay bổng, tạo ra tác phẩm nghệ thuật có ý

tưởng, nội dung, do đó trạng thái loạn động về phân duyên trần cảnh đã có mặt. Trạng thái bất loạn được hiểu là buông quá khứ, buông tương lai và không bị ràng buộc trong hiện tại. Bất loạn là nhu cầu quan trọng nhưng rất khó làm. Với những người có chứng bệnh dễ quên thì việc buông quá khứ khá dễ dàng, vì đó là một cách buông bất đắc dĩ do sự trục trặc chức năng của thần kinh bộ nhớ. Khi nhớ về quá khứ, khổ đau sẽ chồng chất nhiều hơn cảm giác của hạnh phúc. Mỗi lần đặt tâm quay về quá khứ thì dòng cảm xúc khổ đau ấy có dịp hâm nóng lại, lúc đó chánh niệm bị cắt đứt và danh hiệu của đức Phật A-di-đà sẽ bị lãng quên. Vì thế, hành giả niệm Phật để đạt nhất tâm phải hướng về trạng thái bất loạn, để tâm không quay về quá khứ, không hâm nóng và làm khổ đau gia tăng. Tuy nhiên, việc không hâm nóng lại cảm xúc hạnh phúc trong quá khứ có thể làm cho người ta sống trong trạng thái tiếc nuối về những chuyện đã qua. Tiếc nuối cũng là dòng năng lượng có chức năng huỷ diệt giá trị chánh niệm tỉnh thức đang có mặt ở hiện tại. Hành giả Tịnh độ tông phải chặt đứt và thay thế nó bằng thái độ chuyển hoá mà không tạo ra cưỡng lực, vì bản chất của cưỡng lực là lòng sân. Đầu tư vào ý thức nhiều quá thì hoả sẽ đi lên đầu. Càng nỗ lực thiếu trách nhiệm thì càng có nhiều cản lực như là một phản ứng nội tại đang bấn loạn trong chiều sâu tâm thức của chúng ta. Trạng thái buông quá khứ được hình dung giống như động tác của một bàn tay đang nắm lại rồi mở ra. Hoạt dụng của tay có thể nắm lấy rất nhiều thứ, ví dụ cái ly, nếu không buông nó thì chức năng và hoạt dụng của bàn tay sẽ mất đi. Tâm con người cũng giống như trạng thái nắm lấy của bàn tay. Nếu cứ ôm quá khứ vào trong lòng hiện tại thì quá khứ đó sẽ trở thành viện bảo tàng lịch sử của những chuyện đã qua. Trong khi đó, giá trị của đời sống

hiện tại là cái đang diễn ra chứ không phải là cái đã đi qua. Buông quá khứ là tiến trình giúp thiết lập trạng thái bất loạn, nhờ đó mà nỗi khổ niềm đau có thể trôi qua nhẹ nhàng. Buông tương lai là tiến trình làm hạn chế những giả định, mơ ước không đặt trên nền tảng của hiện tại. Chặt đứt dòng suy tưởng và phóng lao tâm về tương lai không có nghĩa là ta đánh mất trách nhiệm hay thái độ chuẩn bị chu đáo cho những việc sẽ làm. Hãy đầu tư ở hiện tại thì tương lai sẽ là hệ quả tất yếu. Mơ ước về hiện tại đôi lúc ta trở nên nóng vội và đánh mất sự nỗ lực quan trọng giúp thành tựu trong tương lai. Do đó, ta nên trở về hiện tại trong trạng thái rảnh rang không vướng mắc, bằng không, cứ bám víu vào nó sẽ bị rơi vào tình huống bệnh trách nhiệm dư thừa. Người có bệnh trách nhiệm dư thừa giao công việc thì họ làm rất tốt nhưng với căn bệnh này, họ lại tạo ra các giá trị thặng dư. Ví dụ một công việc nào đó có thể đầu tư khoảng hai giờ là có thể hoàn tất, nhưng họ lại đầu tư nhiều ngày. Trạng thái dư thừa này làm cho năng lượng con người bị đốt cháy trong quá khứ hoặc tương lai, trong khi bản chất của đời sống nằm ở hiện tại. Hành giả cần lưu tâm chặt đứt dòng chảy cảm xúc ra khỏi tiến trình hồi ức về quá khứ, và cách ly nó ra khỏi tiến trình mơ ước về tương lai. Hãy đầu tư trong hiện tại với trạng thái rảnh rang, hành giả sẽ đạt được bước đầu của bất loạn. THỂ NGHIỆM BẤT LOẠN

Bất loạn là nội dung quan trọng tạo ra năng lượng chánh niệm lớn, theo đó ta sẽ cảm nhận được nhiều tiềm năng, kho tàng quí báu về tuệ giác, lòng từ bi, sự tha thứ. Ta có thể ôm vào lòng người từng là kẻ thù, từng mang khổ đau cho ta. Chỉ cần một trạng thái bất loạn, ta có thể mở rộng từ bi đối với tất cả mọi người một cách dễ dàng. Để đạt được trạng thái bất loạn, hành giả cần buông bỏ vọng

tưởng mà trong đó sự lo âu, khủng hoảng là những kẻ thù nguy hiểm. Người ta có thể lo âu về quá khứ, tương lai, hiện tại, hoặc lo cho bản thân, gia đình, người thương, con cái…Sự lo âu chặt đứt trạng thái chánh niệm và làm mất năng lực của nhất tâm bất loạn. Khi đạt trạng thái nhất tâm bất loạn ở bước đầu, không có nghĩa hành giả đánh mất tính cách trách nhiệm như một thành viên trong gia đình, một công dân trong một quốc gia mà ngược lại nó giúp tăng cường năng lực của lao động, hiệu suất và thành quả đối với công việc đang dấn thân. Ai làm việc có sự chuyên tâm nhất ý thì hiệu quả sẽ cao và hạn chế được những tai nạn rủi ro về lao động, hạn chế sự phóng tâm dẫn đến tình trạng làm sai, kém chất lượng và hiệu quả. Niệm Phật nhất tâm bất loạn có thể được ứng dụng trong lúc ta đang làm công việc ở một cơ quan, xí nghiệp hay sinh hoạt gia đình, tạo ra giá trị an lạc tâm linh. Để làm được điều đó, ta cần liên tưởng đến thanh nam châm chánh niệm của ta dính hít vào thanh nam châm danh hiệu của đức Phật A-di-đà, giữa chúng không còn khoảng cách nào để cho một vật khác có thể xen vào, trạng thái như thế gọi là bất loạn. Đôi lúc ta đang tập trung vào một đối tượng nhưng thỉnh thoảng vẫn bị tư tưởng khác chen vào, như ý niệm về cuộc sống hay những dòng cảm xúc buồn, vui v.v.. Trạng thái này gọi là nhất tâm nhưng chưa bất loạn. Do đó, ta khó có thể kéo dài trạng thái bất loạn trong một ngày huống hồ là bảy ngày. Được trạng thái nhất tâm trong một vài giờ thì dễ, nhưng để đạt trạng thái bất

loạn lâu dài thì không phải là điều dễ thực hiện. Hình ảnh của thanh hít nam châm gắn liền với chánh niệm khi niệm danh hiệu đức Phật A-di-đà sẽ tạo ra trạng thái an vui và tỉnh tại. Hãy niệm Phật một cách tha thiết, chí thành giống như lửa đang cháy trên đầu. Quan điểm này tạo ra sự khẩn thiết trong hành trì nhưng ngược lại có thể gây trạng thái căng thẳng của tâm. Bởi vì khi lửa đang cháy trên đầu mà không dập tắt thì ta

sẽ bị phỏng, và sự căng thẳng trong việc chữa lửa sẽ làm cho hành giả đánh mất sự tìm kiếm các giá trị thuộc về tương lai. Do đó phải khéo tạo ra hình ảnh để thiết lập trạng thái nhất tâm bất loạn, bằng không sẽ làm cho hoả di chuyển lên trên đầu. Tập trung vào điều gì quá nhiều với một cưỡng lực sẽ tạo ra trạng thái căng thẳng, loạn động cũng dễ dàng xuất hiện. Tu tập nhất tâm bất loạn là khi các giác quan tiếp xúc với đối tượng trần cảnh phải thể hiện được chánh niệm. Trạng thái nhẹ nhàng, thảnh thơi, không gượng ép thì chánh niệm sẽ có mặt, trạng thái nhất tâm sẽ kéo dài, và khi ấy hành giả "như vào thiền định, không còn vọng tưởng" như lời kinh đã mô tả. XA LÌA VỌNG TƯỞNG ĐIÊN ĐẢO

Vọng tưởng không phải là ước mơ trong lúc ta ngủ mà nó là dòng cảm xúc ý niệm hoá, phân biệt không đặt trên nền tảng chánh niệm tỉnh thức đang diễn ra đối với danh hiệu đức Phật A-di-đà, với pháp môn đang hành trì và với các hoạt dụng đang có mặt. Thiết lập trạng thái xa lìa vọng tưởng là một trong những cách tạo ra trái tim tỉnh thức, hạnh phúc, an lạc và thảnh thơi. Tất cả nội dung sâu sắc của bản kinh đều tập trung ở danh hiệu đức Phật A-di-đà. Niệm Phật theo kinh A-di-đà hướng dẫn, ta sẽ quên đi đối tượng trần cảnh đang có mặt xung quanh, nhờ đó trạng thái nhất tâm được thiết lập.Tuy nhiên, trạng thái bất loạn sẽ khó kéo dài nếu thực tập như một thói quen, nghĩa là trong một thời khoá tu tập, khi nghe ba tiếng kẻng hay một hồi chuông reo lên thì mới ý thức về trách nhiệm của mình và chỉ thực hiện theo nội qui mà không nhận thấy đó là một trong những tiếng chuông tỉnh thức. Đức Phật A-di-đà ở Tây phương Cực Lạc cũng tạo ra âm hưởng như thế để nhắc nhở hành giả cần phải nhất niệm để trở về với tỉnh thức, an vui. Tiếng chuông báo động trong một thời khoá tu tập sẽ giúp

hành giả gắn liền chánh niệm với danh hiệu đức Phật A-di-đà càng sâu sắc, mà không phải là sự bắt buộc. Nếu xuất hiện ý niệm về sự bắt buộc ví dụ như đến giờ ta mới lên chánh điện, niệm Phật thiền hành thì trạng thái loạn động, vọng tưởng sẽ có mặt, chỉ nhớ về danh hiệu đức Phật A-di-đà thì được gọi là chánh tưởng. Vọng tưởng có thể xuất hiện khi ta đang mở mắt, đang thức và đang ở ban ngày. Sống trong đêm mà cứ tưởng như đang sống giữa ban ngày là một trạng thái tâm lý của khá nhiều người phàm phu. Hoặc ở ban ngày mà cứ như đang sống ở ban đêm là, do đánh mất dòng chảy chánh niệm đang có mặt với mình. Chính vì thế, mượn danh hiệu đức Phật A-di-đà qua pháp môn Tịnh độ giúp thiết lập dòng chảy chánh niệm. Phương Tây đặc biệt là người Thiên Chúa giáo tin tưởng vào đấng Chúa toàn năng có thể mang lại bình an cho họ. Mỗi khi tiếp xúc với khổ đau, tai ách hay bất kỳ một sự cố nào, họ đều có thói quen bằng cửa

miệng phát ngôn “Oh, My God!”, tiếng Việt gọi là “Lạy Chúa tôi”, lời than thở hay lời mong đợi tình thương của Thượng đế rót vào khổ đau của kiếp người. Thế nhưng quan sát kỹ trong nỗi khổ niềm đau mà kêu gọi Thượng đế cứu giúp thì chưa bao giờ Thượng đế có mặt. Chẳng hạn như trận động đất xảy ra tại vùng Nam Á Pakistan và Ấn Độ cướp đi sinh mạng vô số người mà trong số đó nhiều người đã gào thét gọi tên Thượng đế, Chúa trời nhưng chẳng hề được Chúa cứu giúp, chỉ có những người làm từ thiện xã hội, bác sĩ của hội chữ thập đỏ, những con người dấn thân xoá bỏ biên cương bờ cõi của ý thức hệ tôn giáo, chính trị, màu da để đến với họ bằng tất cả tấm lòng từ bi. Thực tập phương pháp quán niệm trên danh hiệu đức Phật A-di-đà, một số người có thể rơi vào tình trạng mộng tưởng giống như các tín đồ khác. Niệm danh hiệu Phật chỉ để mong cầu đức Phật gia hộ cho mình bình an, khoẻ mạnh, giàu sang,

phú quí. Những ý niệm đó đều là mộng tưởng và không thể giúp ta đạt được trạng thái nhất tâm bất loạn. Hành giả cần tạo ra sự lựa chọn giữa một bên là mục tiêu của tâm linh và một bên là những viên kẹo sôcôla phước báu,...Viên kẹo sôcôla có thể tạo ra trạng thái khoái khẩu trong lúc ta đang có nhu cầu, trong khi viên kim cương tâm linh mà đức Phật đề cập là trạng thái nhất tâm bất loạn, ở đây đòi hỏi ta phải chọn một hoặc bỏ một chứ không thể nắm lấy cả hai. Đó là lý do tại sao đức Phật nói trong bản kinh này là hãy nắm lấy danh hiệu của đức Phật A-di-đà, nắm lấy viên kim cương tâm linh chứ không nắm lấy viên kẹo sôcôla. Bởi không khéo các hành giả Phật tử cũng giống như các tín đồ của Nhất thần giáo chỉ biết nắm lấy viên sôcôla phước báu mà trên thực tế hạnh phúc, thiện căn, phước báu, duyên lành không gieo trồng thì vĩnh viễn không thể nào có được. Cứ ứng dụng mộng tưởng và cuối cùng tạo ra trạng thái khổ đau như đức Phật từng nói là “cầu bất đắc khổ”. VIÊN KIM CƯƠNG TÂM LINH

Bản kinh A-di-đà nêu ba yếu tố quan trọng được xem là nội dung của tấm visa nhập cảnh vào Tây phương Cực Lạc đó là phước đức, căn lành, và nhân duyên nhiều. Ba tiêu chí này hành giả không được phép quên và được xem là yếu tố trợ duyên hành giả vãng sanh về Tây phương. Bên cạnh đó, niệm Phật nhất tâm bất loạn cũng là một yếu tố quan trọng thuộc về nội dung. Hành giả trong quá trình tu tập cần phối hợp cả hai điều kiện này mới có được giá trị của viên kim cương tâm linh thông qua danh hiệu của đức Phật A-di-đà. Khi sử dụng danh hiệu của đức Phật A-di-đà trong giao tế, hành giả cần thận trọng và có phương pháp, không nên sử dụng câu nói “A-di-đà Phật” như là câu giao tế ngoài cửa miệng, kêu tên đức Phật A-di-đà nhưng lại không bày tỏ lòng tôn kính đối với Ngài, đồng thời lúc ấy ta cũng đánh mất chánh niệm tỉnh

thức với người đang có mặt trước mình. Hành giả cần thêm một động từ phía trước để bày tỏ lòng tôn kính đối với Ngài đó là từ “Nam mô”. “Nam mô” là sự đảnh lễ cung kính, thiết lập trạng thái chánh niệm với đức Phật A-di-đà. Do đó, khi Phật tử gặp và chào nhau “Nam mô A-di-đà Phật” là cách thiết lập chánh niệm. Chánh niệm này gợi cho hành giả ý thức về viên kim cương tâm linh và làm thế nào để cho tiềm năng tuệ

giác vô lượng quang, vô lượng thọ không bị giới hạn trong con người. Giá trị và nội dung của sự chào hỏi giúp tăng thêm nội lực và mọi động tác đi, đứng, nằm, ngồi đều có mặt trong tỉnh thức, an vui. Có nhiều người tiết kiệm chữ nghĩa từ sáu âm tiết "Nam mô A-di-đà Phật" rút gọn lại chỉ còn hai chữ "Mô Phật". Ta nên sử dụng âm thanh nào gợi lên trọn vẹn trạng thái chánh niệm, vì thế nên sử dụng trọn câu "Nam mô A-di-đà Phật", gọn thì: "Nam mô Phật" chứ đừng nói là "Mô Phật". Hành giả sử dụng danh hiệu Phật trong giao tiếp nên dùng đủ sáu âm tiết hoặc thì giá trị của chánh niệm sẽ có mặt. Bản kinh này nêu thời hạn tu tập từ một ngày đến bảy ngày. Tâm linh của các hành giả khác nhau, có người thiết lập được chánh niệm tỉnh thức, nhất tâm bất loạn và loại trừ được trạng thái điên đảo mộng tưởng trong vòng một ngày. Có người tâm lực yếu hơn nên cần thời gian nhiều hơn, có thể là hai ngày, ba ngày hoặc bảy ngày. Con số chỉ là thời gian ước lượng. Thời gian ngắn hay dài tùy từng hành giả thực tập. Hành giả không nên mong cầu kết quả, chỉ cần có phương pháp chánh niệm nhất tâm bất loạn, xa lìa mộng tưởng hay ảo tưởng. Gắng sức nhiều quá sẽ tạo ra cưỡng lực làm cho chánh niệm bị đánh mất. Khi ý thức về thời gian gần hết thường làm cho ta rơi vào trạng thái cuống quýt. Ví dụ như một sinh viên đang ngồi trong phòng thi ý thức chỉ còn mười phút nữa phải nộp bài, lúc đó sự tập trung sẽ bị đánh mất ngay.

118 § THẾ GIỚI CỰC LẠC

Ý thức về tính thời gian sẽ làm cho thời gian kéo dài ra hoặc rút ngắn lại. Một người tù khi ý thức về thời gian sẽ làm cho thời gian một ngày bằng nghìn năm ở ngoài. Đối với người đang mong gặp mặt người thân thì sự mong chờ làm cho thời gian có vẻ kéo dài ra. Khi hành giả buông hết ý niệm về thời gian sẽ cảm thấy thời gian có vẻ ngắn hơn. Ý thức về tính thời gian sẽ làm cho thời gian trở nên co giãn, loạn tưởng hay mộng tưởng sẽ len lỏi vào tiến trình chánh niệm. Khi niệm Phật thì không nên dựa vào công cứ, đặt tiêu chí niệm Phật một ngày phải là một trăm xâu chuỗi một trăm lẻ tám hạt. Niệm Phật thiếu phương pháp thì công cứ sẽ làm ta lệ thuộc vào thời gian, tâm bị bức xúc, căng thẳng; khi ấy trạng thái chánh niệm tỉnh thức sẽ biến mất. Hành giả niệm Phật đừng bận tâm về số lượng nhiều hay ít. Quan trọng là làm sao chánh niệm, nhất tâm và bất loạn cùng có mặt; điên đảo mộng tưởng bị xa lìa thì lúc đó tâm hành giả mới đạt đến trạng thái vô ưu. Khi có vô ưu thì Tịnh độ sẽ có mặt. VƯỢT QUA HÌNH ẢNH TRƯỚC CỬA TỬ

Trong tiến trình niệm Phật chắc chắn sẽ có nhiều nghịch cảnh, và đặc biệt đối với các hành giả đang có nhu cầu sanh về thế giới Tịnh độ của đức Phật A-di-đà. Các biến tướng của dòng cảm xúc được xuất hiện như một bộ phim phức tạp. Dòng cảm xúc và nhận thức của con người chính là đạo diễn, là diễn viên, là người dựng phim, là người đối thoại và cũng chính là kịch tính; nên chúng xuất hiện trong ta dưới hình thức độc thoại. Sự độc thoại này chịu ảnh hưởng bởi đời sống sinh hoạt hàng ngày. Nếu hành giả là một giáo viên dạy môn toán thì trạng thái mộng tưởng (thiếu nhiếp tâm về danh hiệu đức Phật A-di-đà) sẽ làm cho người này chỉ nhớ toàn là những công thức toán học, định lý, hình học không gian; do vậy yếu tố chánh niệm tỉnh thức bị biến mất. Hành giả cần ý thức chánh niệm trong tu tập, bằng

không, dòng cảm xúc, thói quen can thiệp vào tiến trình tái sanh về cảnh giới an lành của chư Phật. Hình ảnh trước cửa tử thường xuất hiện trong tâm trạng con người khi họ đối diện trước hai ngưỡng cửa sanh và tử, Ta bà và Tịnh độ. Khi ấy người qua đời có nhiều sự mong đợi và lo âu. Hành giả trong trạng thái đang chuẩn bị rời khỏi xác thân ngũ uẩn mà thiếu trạng thái nhất niệm sẽ trở nên lo lắng, bồn chồn. Lúc đó tiến trình sự tu tập có thể bị ảnh hưởng khá nhiều. Hình ảnh diễn ra trước cửa tử có thể đa dạng, tùy theo chức nghiệp, cảm xúc, cá tính và phong tục tập quán mà người đó đã sinh ra và lớn lên. Nhiều người khi đối diện trước hình ảnh cửa tử thường có trạng thái hoảng hốt hoặc hôn mê, nhất là ở người có chứng bệnh ung thư. Khi ấy, dòng cảm xúc bị ách tắc và nhận thức bị dừng lại ở thời điểm trước khi cơn hôn mê xuất hiện. Vì thế, hành giả cần duy trì chánh niệm để khi hôn mê diễn ra, trạng thái chánh niệm vẫn được giữ trong thần kinh; lúc đó chánh niệm tỉnh thức vẫn tiếp tục có mặt, đang tác động đến tiến trình tái sanh. Sự thiếu chánh niệm trước lúc chết, sẽ tạo ra bế tắc trong tiến trình tái sanh. Đối với người bệnh có thể bị hôn mê thì nên ý thức không để tâm bị loạn động, không để cho nỗi sợ hãi hay dòng cảm xúc khống chế. Muốn được như thế, hành giả cần chuẩn bị thái độ đối diện với cái vô vị của tuổi già, và cái vô vị của sự từ bỏ tất cả. Khi đối diện với thái độ hoan hỷ và chấp nhận nó thì dòng cảm xúc hoảng hốt sẽ không có mặt. Tuổi già thường rơi vào trạng thái chán nản, vô vị. Tâm lý của người già thường bám víu vào sự nghiệp mà họ đã tạo dựng suốt cả cuộc đời. Đến khi con cái hay thế hệ trẻ thay thế thì họ lại không muốn thừa nhận, cho rằng chúng chưa đủ năng lực để tiếp nối sự nghiệp mà họ đã tạo dựng và cống hiến. Trạng thái ôm lấy trách nhiệm tạo ra giá trị thặng dư làm cho tâm hành giả rơi vào trạng thái mộng tưởng, loạn tưởng và không thể an tĩnh trong thiền định, do đó hành giả

không thể có mặt ở Tây phương Cực Lạc được. Hành giả cần đối chọi với cái vô vị bằng tâm buông xả. Khi tâm hoan hỷ và thảnh thơi thì hình ảnh loạn tưởng sẽ không còn tác động, bên cạnh đó, trạng thái hôn mê và hoảng hốt của dòng cảm xúc cũng không thể có mặt. Muốn buông xả được, hành giả cần để trạng thái tâm không bị hình ảnh thế tục chen và thay thế vào. Ta có thể vận dụng hình ảnh của đức Phật thay thế vào trong trạng thái đang đối chọi với cái chết. Tâm thức của hành giả nên bám vào danh hiệu đức Phật A-di-đà, nương vào hình ảnh đức Phật và cảnh giới Tịnh độ để thiết lập chánh niệm. Sự thay thế này được gọi là sự thay thế Thánh, sự thay thế tích cực và sự thay thế có giá trị tâm linh. Hành giả nên chọn lấy viên kim cương tuệ giác và bỏ đi viên kẹo Sôcôla tín ngưỡng, bởi viên kẹo ấy chẳng mang lại giá trị nhiều trong đời sống tu tập và tiến trình tái sanh của con người. Hình ảnh thứ nhất, sự bay bổng, có thể xuất hiện trước cửa tử nếu người sắp chết sanh về cảnh giới trời, sẽ có cảm giác lâng lâng, bay bỗng nhẹ nhàng. Người ở cõi trời có khả năng khinh thân trong vận chuyển đây đó. Sự di động của chư Thiên có khi được mô tả là sự bay với tốc độ nhanh như phi thuyền hay máy bay trên địa cầu của ta. Liên tưởng này làm hành giả hình dung ra bộ phim tạo cảm giác giúp con người nhẹ nhàng, lâng lâng và bay bỗng. Nếu bám vào hình ảnh

này thì chánh niệm tỉnh thức bị cắt đứt, loạn tưởng được thiết lập, danh hiệu và cảnh giới của đức Phật A-di-đà bị chấm dứt. Lưu ý quan trọng là các hành giả không nên bám víu vào những hình ảnh trước cửa tử thì chánh niệm mới có mặt. Hình ảnh thứ hai, là trạng thái hân hoan, vui vẻ. Nếu phước lực của người sắp chết ít và chưa từng có nguyện vọng sanh về cảnh giới của đức Phật A-di-đà thì trạng thái hân hoan, vui vẻ đó có thể hiểu là tái sanh vào cõi người. Khi ấy, hành giả cần vượt

qua ý niệm đó để sự loạn tưởng không chen vào trạng thái nhất tâm bất loạn đặt trên danh hiệu đức Phật A-di-đà đang được hành giả giữ lấy và hành trì. Hình ảnh thứ ba có thể là trạng thái nóng bức, bực bội hay bồn chồn không yên. Sự không yên này được biểu hiện qua cách cựa quậy của thân trên giường bệnh (đối với người có chứng bệnh thần kinh toạ, đau nhức xương khớp, tai biến mạch máu não, bán thân bất toại). Dòng cảm xúc và ý niệm muốn cử động luôn được xuất hiện trong tâm của hành giả. Nếu không khéo, trạng thái này sẽ cắt đứt dòng chảy nhất tâm bất loạn. Do đó, hành giả cần buông hết tất cả những ý niệm về nó để giữ lấy danh hiệu của đức Phật A-di-đà, bớt đi trạng thái căng thẳng, nhờ đó thần thức nhẹ nhàng từ bỏ xác thân để trở về cảnh giới an lành của chư Phật. Một số hình ảnh khác nguy hại hơn nếu người sắp chết làm nghề đồ tể. Người đồ tể đã gây quá nhiều nợ máu, ân oán giang hồ với các loài động vật, hình ảnh trước cửa tử khi ấy không gì khác hơn là tiếng kêu la thất thanh đến đòi mạng, những hình ghê rợn của quỷ dữ đòi trả thù… Lúc đó, hành giả cần nhanh chóng chuyển tâm hướng về danh hiệu đức Phật A-di-đà với tất cả lòng từ bi và mong rằng từ trường của lòng từ bi này phủ trùm lên các âm thanh, hình ảnh ghê rợn trong tâm. Chính sự giao thoa, từ trường của lòng từ bi sẽ khắc chế và chinh phục được oan khiên oán trái giữa ta và chúng sanh ở nhiều đời trong quá khứ hoặc trong hiện tại. Lúc đó, trạng thái nhất tâm bất loạn mới tiếp tục được duy trì và kéo dài. Trong tiến trình tái sanh, hành giả chỉ chuyên nhất vào danh hiệu đức Phật A-di-đà, không nên để bất kỳ hình ảnh nào trước cửa tử can thiệp, ảnh hưởng và chi phối. Lòng từ bi của chư Phật được xem hộ chiếu giúp ta có thể xuất cảnh ra khỏi thế giới Ta bà. Yếu tố nhất tâm bất loạn, xa lìa điên đảo mộng tưởng chính

là visa cho phép ta nhập cảnh Cực Lạc. Nếu đơn thuần chỉ có hộ chiếu, ta vẫn không được phép nhập cảnh Tây phương, do vậy, ta vẫn bị đẩy về lại cõi Ta bà vì chưa đủ điều kiện nhập cư. VISA NHẬP CẢNH CÕI TỊNH ĐỘ

Kinh A-di-đà dạy các hành giả tiến trình quán niệm tu tập, nhờ đó chánh niệm tỉnh thức được có mặt thông qua danh hiệu đức Phật A-di-đà. Khi chánh niệm tỉnh thức có mặt thì khổ đau sẽ tan biến và đồng thời hạnh phúc cũng sẽ có mặt. Ý thức về điều này, hành giả cần vận dụng tu tập nỗ lực của bản thân thật nhiều thì chư Phật sẽ giúp đỡ, nếu ta có nhu cầu vãng sanh về cảnh giới an lành của các Ngài. Pháp môn Tịnh độ có khá nhiều lời nhắn nhủ, giúp hành giả được nhất tâm, như hai câu sau đây: “Ái không nặng, không sanh Ta-bà; Niệm không thiết, không sanh Tịnh Độ” Câu đối này đối lập về

nội dung giữa một bên là bản chất Ta bà với đời sống tính dục, cảm xúc nhận thức đặt trên nền tảng của phóng tâm, truy tìm, hưởng thụ và dẫn đến tiến trình sở hữu hoá, làm tăng trưởng bản ngã sở hữu; và một bên thuộc về cảnh giới an lạc, vô ưu, vô sầu, vô não, thảnh thơi, vững chải, không còn bất cứ một sự ràng buộc câu thúc nào. Nó đòi hỏi sự chí thiết, chí thành, để thiết lập sự bất loạn trong hành giả. Yếu tố chí thiết về pháp môn và danh hiệu sẽ giúp ta giải phóng tất cả hình ảnh trước cửa tử, không cho nó can thiệp vô tình hay cố ý trong tiến trình cái chết, từ bỏ xác thân vĩnh viễn. Các hành giả không tu tập pháp môn Tịnh độ và không có nguyện vọng sanh về cõi Tịnh độ thì dòng nghiệp lực sẽ đi theo họ như người bạn đường, như hình với bóng không thể rời nhau. Đối với các hành giả tu tập pháp môn Tịnh độ thì dù nghiệp sẽ đi theo, nhưng cái chính cần theo là chánh niệm tỉnh thức, hoặc sự nhất tâm về đức Phật A-di-đà. Hành giả Tịnh độ nên mang theo

bấy nhiêu hành lý mà thôi. Ai tiếc nuối, mang theo cái nhà vừa mới xây, cái ti vi vừa mới mua, tình cảm đẹp của một người vừa gặp thì khó có thể về Tây phương Cực Lạc. Khi ấy hành giả sẽ về với nhân quả nghiệp báu trong tiến trình của sanh tử luân hồi. Hành giả cần làm thế nào để hình ảnh đức Phật luôn xuất hiện trong tâm mà không cần phải cố gắng tạo ra ảo tưởng về đức Phật. Hãy thiết lập chánh niệm để Phật đang có mặt trong cuộc đời, trong nhận thức, trong cảm xúc, trong hành động. Hình ảnh Phật trong tâm hành giả không phải là mộng tưởng mà là chánh niệm trong hiện tại. Khi ấy, hành giả sẽ sống với đức Phật A-di-đà Vô Lượng Quang, vô lượng trí tuệ một cách vững chãi, nhờ đó, tiến trình tái sanh sẽ diễn ra chắc chắn và an toàn. Trên con đường hành trì, hành giả cần duy trì trạng thái nhất tâm bất loạn một cách lâu dài. Khi đối diện, với sinh hoạt hằng ngày thì trạng thái này vẫn tiếp tục được thiết lập. Ta đừng nên nghĩ rằng chỉ khi nào có mặt tại khoá tu mới thiết lập chánh niệm về danh hiệu của đức Phật, còn khi trở về nhà thì bỏ quên. Một số hành giả đã sai lầm cho rằng khi lo công việc làm ăn nhiều thì việc niệm Phật sẽ mất sự tập trung. Tôi có thể cam đoan rằng nếu ta thiết lập chánh niệm ở danh hiệu đức Phật A-di-đà thì trong công việc làm ăn, ta sẽ tránh được các rủi ro về tai nạn lao động, tránh được sự non kém về chất lượng do thiếu sự đầu tư và tập trung. Chánh niệm và tỉnh thức sẽ làm cho tâm ta sáng suốt hơn, năng lực lớn hơn và kết quả của công việc sẽ hiệu quả hơn. Thực hiện như thế là ta thiết lập được Tịnh độ ở trong tâm, trong gia đình, trong công sở và trong mọi sinh hoạt. Các yếu tố này chính là tấm visa giúp hành giả có thể tái sanh về cảnh giới an lành của đức Phật A-di-đà và không sợ bị đẩy về thế giới Ta bà.

***

PHỤ LỤC BẢN DỊCH KINH A DI ĐÀ CỦA THÍCH NHẬT TỪ

PHỤ LỤC BẢN DỊCH KINH A DI ĐÀ § 127

PHẬT NÓI KINH A-DI-ĐÀ

1. NHÂN DUYÊN PHÁP HỘI Tôi nghe như vầy: một thời đức Phật ở chùa Kỳ Viên, thuộc thành Xá Vệ, do Cấp Cô Độc và ông Kỳ-đà phát tâm hiến cúng. Pháp hội bấy giờ, có

khoảng một nghìn hai trăm năm mươi Tỳ- kheo xuất chúng, trong đó nhiều vị là A-la-hán, danh vang khắp chốn: ngài đại Ca-diếp, ngài Xá-lợi-phất, ngài Mục-kiền-liên, ngài Ca-chiên-diên, ngài Câu-hy-la, Châu-lợi-bàn-đà, ngài Ly- bà-đa, ngài A-nan-đà, ngài La-hầu-la, Kiều-phạm-ba-đề, ngài Tân-đầu-lô, ngài Phả-la-đọa, Ca-lưu-đà-di, A-nậu-lâu-đà và ngài Nan-đà. Các đại Bồ-tát như A-dật-đa, Càn-đà-ha-đề, Văn-thù Sư-lợi và Thường Tinh Tấn cùng dự pháp hội. Vua trời Đế-thích và hàng chư thiên, cũng đều có mặt. O 2. THẾ GIỚI CỰC LẠC Bấy giờ đức Phật bảo Xá-lợi-phất, hướng về phương Tây, khoảng mười muôn ức cõi nước chư Phật, có một thế giới, tên là Cực Lạc, giáo chủ là Phật, hiệu A-di-đà, hiện đang thuyết pháp. Này Xá-lợi-phất, vì sao cõi ấy gọi là Cực Lạc? Dân chúng nước ấy không còn đau khổ, ngay cả từ "khổ", còn không có mặt, huống chi có thật; luôn sống an vui, thân tâm thơi thới. Cho nên cõi ấy gọi là Cực Lạc. O Ở cõi nước ấy, núi non đất đai, thành quách cung điện, các thứ phương tiện, nhà cửa phố xá, hạ tầng cơ sở, cho đến hàng cây, đều nạm bảy báu: vàng, bạc, trân châu, pha lê, mã não, lưu ly, xà cừ. Cho nên cõi ấy gọi là Cực Lạc. Ở cõi Cực Lạc, có ao thất bảo, nước tám công đức, chảy hoài

không dứt. Cát dưới hồ ấy là vàng đá quý. Dọc theo bờ hồ, có những lối đi, với nhiều lầu các, trang nghiêm đẹp mắt. Hoa sen năm sắc, lớn như bánh xe, nở bày cánh nhụy, rực rỡ lạ kỳ: sen xanh ánh biếc, sen vàng ánh rực, sen đỏ ánh hồng, sen trắng ánh tuyết, hương thơm tỏa ngát, tinh khiết nhiệm mầu. O Này Xá-lợi-phất, ở cõi Cực Lạc, nhạc trời réo rắc, vẳng vọng tầng xanh, như rời khỏi cành, hoa mạn-đà-la, điểm thêm hương sắc. Dân chúng cõi này thường nhặt hoa ấy, vận sức thần thông, bay khắp mười phương, cúng dường chư Phật. Trưa về bổn quốc, ăn trong tỉnh thức, xong rồi kinh hành, từng bước thảnh thơi. O Này Xá-lợi-phất, ở cõi Cực Lạc, có nhiều chim quý: Xá Lợi, Anh Vũ, Bạch Hạc, Khổng Tước, Ca-lăng-tần-già và chim Cộng Mạng, ngày đêm sáu thời, cất tiếng hót vang, pháp âm vi diệu: bảy bồ đề phần, tám con đường thánh, giúp người nhiếp tâm, niệm Phật Pháp Tăng, trở về tỉnh thức. Này Xá-lợi-phất, ở cõi Cực Lạc, gió nhè nhẹ thổi, xao động hàng cây, màn lưới lung lay, tạo ra âm hưởng, du dương trầm bổng, vi diệu khôn cùng, cũng như trăm ngàn các loại nhạc cụ, hòa tấu một lần, giúp cho người nghe, hân hoan vui vẻ, niệm Phật Pháp Tăng. Này Xá-lợi-phất, thế giới Cực Lạc với nhiều công đức, trang nghiêm đặc sắc. O 3. Ý NGHĨA PHẬT HIỆU Này Xá-lợi-phất, ông hãy nghĩ xem, vì sao đức Phật hiệu A-di-đà? O Này Xá-lợi-phất, vì đức Phật ấy là Vô Lượng Quang, chiếu soi khắp cùng thế giới mười phương, ngay cả thành quách không thể ngăn cách. Này Xá-lợi-phất, thọ mạng của Phật và hàng thánh chúng, ở cõi Tây phương, dài lâu vô lượng, không thể nghĩ bàn. Do vậy Phật ấy hiệu A-di-đà. O

4. DÂN CHÚNG TỊNH ĐỘ Này Xá-lợi-phất, đức A-di-đà, từ khi thành Phật, đã hơn mười kiếp, giúp người chúng đắc quả vị Duyên Giác, cũng như Bồ-tát, nhiều như số cát, không thể kể xiết. O Này Xá-lợi-phất, người sanh cõi Phật Cực Lạc Tây phương, không còn vấn vương, dục lạc thế gian, được bất thối chuyển. Trong đó có vị đã được thăng tiến, làm Phật tương lai. Những vị như vầy, số không thể đếm. O 5. PHÁT NGUYỆN

VÃNG SANH Này Xá-lợi-phất, do vậy khi nghe danh Phật Di-đà, hãy nên nhiếp tâm, phát nguyện vãng sanh Tây phương Cực Lạc, làm bạn Bồ-tát, tròn đầy trí đức. Này Xá-lợi-phất, những kẻ thiếu phước, chướng nặng nghiệp dày, lòng tin dễ lay, sẽ không dễ gì sinh về cõi ấy. Phải đủ điều kiện: Căn lành lớn nhiều, phước báu lớn nhiều, duyên tốt lớn nhiều, mới có khả năng sinh về Tịnh Độ. O 6. ĐIỀU KIỆN VÃNG SANH Này Xá-lợi-phất, bất luận nữ nam, muốn được vãng sanh, thì hãy chuyên cần, khởi lòng khát ngưỡng, nhớ nghĩ không quên, thực tập quán niệm, “nhất tâm bất loạn,” trong vòng một ngày, cho đến bảy ngày. Trong giờ phút này, tâm ý người ấy phải thật yên tĩnh, như vào thiền định, không cón tán loạn, đảo điên mộng tưởng. Đến lúc qua đời, Phật A-di-đà, thánh chúng hà sa, dang tay tiếp dẫn, khiến được vãng sanh, dự hàng chúng thánh, không hề chia phân. Này Xá-lợi-phất, vì nhìn thấy được lợi lạc hà sa do niệm Di-đà, ta khuyên các vị, hãy nên chuyên tâm, niệm Phật vãng sanh. O 7. CHƯ PHẬT TÁN DƯƠNG Này Xá-lợi-phất, khi ta tán dương Phật A-di-đà, thì ở phương

Đông, A-súc Bệ Phật, Tu-di Tướng Phật, Đại Tu-di Phật, Tu-di Quang Phật, và Diệu Âm Phật, và các Phật khác, nhiều như số cát, ở tại bổn quốc, dùng lưỡi dài rộng, phát âm vang vọng, khắp cõi hư không, nói lời khuyên dạy tất cả mọi người nên tin kinh này, kinh được các Phật tán thán hộ niệm. O Còn ở phương Nam: Nhật Nguyệt Đăng Phật, Danh Văn Quang Phật, Đại Diệm Kiên Phật, Tu-di Đăng Phật, Vô Lượng Tinh Tấn Phật, và các Phật khác...; O Còn ở phương Tây: Vô Lượng Thọ Phật, Vô Lượng Tướng Phật, Vô Lượng Tràng Phật, đức Đại Quang Phật, đức Đại Minh Phật, đức Bảo Tướng Phật, đức Tịnh Quang Phật, và các Phật khác...; O Còn ở phương Bắc: có Diệm Kiên Phật, Tối Thắng Âm Phật, đức Nan Trở Phật, đức Nhật Sanh Phật, đức Võng Minh Phật, và các Phật khác...; O Còn ở phương Dưới: có Sư Tử Phật, đức Danh Văn Phật, đức Danh Quang Phật, đức Đạt-ma Phật, đức Pháp Tràng Phật, đức Trì Pháp Phật, và các Phật khác...; O Còn ở phương Trên: có Phạm Âm Phật, đức Tú Vương Phật, đức Hương Thượng Phật, đức Hương Quang Phật, đức Diệm Kiên Phật, đức Tạp Sắc Bảo Hoa Nghiêm Thân Phật, Ta-la Thọ Vương Phật, Bảo Hoa đức Phật, Kiến Nhất Thiết Nghĩa Phật, Như Tu-di Sơn Phật, và các Phật khác, nhiều như số cát, ở tại bổn quốc, dùng lưỡi dài rộng, phát âm vang vọng, khắp cõi hư không, nói lời khuyên dạy tất cả mọi người nên tin Kinh này, Kinh được các Phật tán thán hộ niệm. O Này Xá-lợi-phất, theo ông tại sao Kinh này là Kinh được các đức Phật tán thán hộ niệm? Sở dĩ như thế, là vì bất cứ người nam hay nữ, biết được kinh này, và danh hiệu Phật Cực Lạc Tây phương, thọ trì hết lòng, chánh niệm tỉnh thức, chuyên tâm niệm Phật, thì những người

ấy, chư Phật hộ trì, cho đến khi được giác ngộ vô thượng. Vì thế các vị tin lời ta nói, như chư Phật nói. O Này Xá-lợi-phất, ai đã phát nguyện, hoặc đang phát nguyện, hoặc sẽ phát nguyện, sanh về Cực Lạc, thì ngay lúc nguyện, đã được bất thối, nơi đạo Vô Thượng chánh Đẳng Chánh Giác, và đã có mặt tại Cực Lạc rồi. O Này Xá-lợi-phất, khi ta tán dương công đức của Phật Cực Lạc Tây phương, thì vô số Phật cũng đang ca tụng công đức ta rằng: “Đức Phật Thích-ca thật là hy hữu, trong đời năm trược: thế giới

mong manh, thấy biết sai lầm, chúng sinh cang cường, não phiền nghiệp chướng, tuổi thọ ngắn ngủi, mà vẫn tu tập, đắc được đạo quả vô thượng bồ-đề; lại còn tuyên thuyết pháp môn niệm Phật, mang lại an lạc, hạnh phúc đời đời, giúp cho mọi loài, thoát khỏi ba cõi". O 8. TÍN THỌ PHỤNG HÀNH Phật vừa dứt lời, ngài Xá-lợi-phất, cùng các Bồ-tát, các A-la- hán, các hàng Thanh Văn, tại gia xuất gia, thiên a-tu-la, vô cùng hoan hỷ, phát nguyện thọ trì, truyền bá kinh này. OOO

***

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.