Dinh Nghiep trong Phat Giao - 10

Định Nghiệp Trong Phật Giáo

Dinh Nghiep trong Phat Giao - 10

Vietnamese, with Unicode Times font

ĐỊNH NGHIỆP TRONG PHẬT GIÁO

HÒA THƯỢNG THÍCH THIỆN SIÊU

PL. 2544 - TL. 2000

[10]

AN TÂM

-ooOoo-

H àng năm khi những ngày đông ảm đạm giá rét trôi qua, bầu trời lại được sưởi ấm và trên những cành cây trụi lá đã nẩy lộc đơm hoa, lòng người theo đó cũng hớn hở đón xuân với bao niềm ước vọng. Trong khung cảnh Minh niên đầy hân hoan, lòng người con Phật lại thành kính hướng về Tam Bảo để cầu nguyện.

Trong đời sống không ai không khỏi bất an trước bao nỗi lo toan phiền muộn, nên cầu an là điều ai cũng đều mong ước. Người ta cầu nguyện bằng nhiều cách, tùy ở niềm tin và nhận thức.

Nếu ai chưa thấm nhuần Chánh pháp, thì họ đi khấn vái am này đền nọ, hoặc cúng sao giải hạn đầu năm. Người thấm nhuần Chánh pháp không cho lối cầu nguyện ấy là thích đáng, là lợi lạc viên mãn. Người Phật tử nghĩ rằng: Duy chỉ đem tâm thành kính thanh tịnh trang nghiêm trì tụng kinh chú trước ngôi Tam Bảo và vâng lời Phật dạy làm những việc ích mình lợi người, bố thí phóng sanh để cầu cho thế giới hòa bình chúng sanh an lạc, thì sự cầu nguyện ấy mới đúng với Chánh pháp.

Sự an hay bất an được thể hiện ở trên hai lãnh vực là thân và tâm. Khi thân bị bệnh, bị đói khát, rét mướt, tai nạn, tật nguyền, bị tra tấn đánh đập v.v... đó là những bất an của thân. Khi tâm sầu muộn, bi ai, âu lo, sợ sệt, ân hận hay uất hận, giận hờn, bị các phiền não của tham, sân, si chi phối đó những mối bất an của tâm.

Ở đời cũng có những hạnh người sống hời hợt, chỉ biết tìm cầu sự an lành ở thể chất qua sự đáp ứng cho những đòi hỏi như: ăn ngon, mặc đẹp, lắm của nhiều tiền, mong cho tai qua nạn khỏi, công thành danh toại, chứ ít khi nghĩ đến sự an lành cho tâm hồn, nên họ thường thản nhiên để cho tham tâm khởi, si tâm, kiêu căng, ngã mạn khởi. Kết quả họ là phải chuốc lấy nhiều phiền muộn, ray rứt ân hận đè nặng lên tâm thức hằng ngày, hằng giờ, từng phút, từng giây không bao giờ nguôi.

Trong mối tương quan tương duyên giữa thân và tâm quyện vào nhau thì những nỗi bất an hoặc sự an lành của thân và tâm khó mà trình bày một cách tách bạch. Hơn nữa, vấn đề cảm nhận còn tùy vào nhận thức và khả năng tu tập.

Trình bày một cách giản lược, thì sự bất an và an lành được tác động trên hai lãnh vực là bên ngoài và chính tự trong ta.

Những cái bất an đau khổ từ bên ngoài đưa đến, đó là sự bất an của hoàn cảnh, như bị tai nạn, bị đánh đập, tai trời vạ người. Muốn tránh, ta phải có những hành động thích ứng để đem lại an lành. Nếu bị bất an do đói rét, ta phải tìm công ăn việc làm, phải cần mẫn, làm việc có phương pháp để đem lại cơm no áo ấm. Khi thân nhuốm bệnh, ta phải điều trị, uống thuốc, biết đi dưỡng và đề phòng.

Còn sự bất an chính tự trong ta là những sầu, bi, khổ, ưu, não. Muốn tránh những bất an ấy, ta phải trì tụng kinh chú, tức là trau dồi tâm ta bằng cách tu tâm dưỡng tánh, thực hành theo giáo lý của đức Phật dạy. Như đau khổ vì tham tâm, ta cố gắng tu pháp môn bố thí. Quán rõ thật tướng của vạn pháp là vô thường, khổ, vô ngã cho lòng tham lắng xuống. Khi sân làm ta đau khổ, thì phải tu pháp quán từ bi, tu pháp nhẫn nhục, để đập tan ngọn lửa sân hận đang hừng hực đốt cháy từ tâm của ta. Nếu đau khổ vì si mê tật đố, ta phải tu pháp quán nhân duyên, để nhận thức rõ ràng tất cả sự vật đều do nhân duyên giả hợp, là trống rỗng, là hư dối, chứ không phải là chắc chắn như ta tưởng. Khi đã quán rõ được các pháp như vậy, thì tự nhiên tâm bỉ thử, tật đố lắng xuống nhường chỗ cho một nhận thức rộng rãi hơn, sáng suốt hơn, không bị cái bỉ thử, tham lam chấp thủ làm điên đảo.

Giải trừ được sự tác động của tham, sân, si trong tâm, đó là cách cầu an làm cho tâm hồn nhẹ nhàng trong sáng.

Ngài Thần Quang đến cầu xin Tổ Bồ-đề-đạt-ma an tâm cho mình, cũng chính vì lẽ này.

Thần Quang là một cao tăng Trung Hoa, sau khi mệt nhọc lặn lội tìm đến gặp Tổ Bồ-đề-đạt-ma đang ngồi lặng nhìn vách tại chùa Thiếu Lâm ở Tung Sơn, ân cần tha thiết van xin Tổ giải thoát nỗi thống khổ ray rứt của lòng mình, nhưng Tổ vẫn yên lặng, lầm lì thản nhiên một cách tàn nhẫn. Thần Quang không nản chí, đứng suốt đêm giữa tuyết với đôi mắt long lanh, hoài vọng. Tổ cảm thấy động lòng, liền hỏi:

- Ngươi đến đây để cầu việc gì?

Thần Quang rưng rưng nước mắt vội thưa:

- Bạch Thầy, tâm con không an, xin Thầy an tâm cho.

- Người hãy đem tâm ngươi ra đây, ta an cho.

Thần Quang sửng sốt một hồi lâu, rồi thưa tiếp:

- Bạch Thầy, con kiếm tâm mà chẳng thấy đâu cả.

Tổ đáp:

- Đó, ta đã an tâm cho người rồi đó (Vô môn quan).

Đây là một cách an tâm thâm thúy nhất trong muôn vàn cách an tâm mà đức Phật đã dạy, được ghi lại thành văn và không thành văn. Nếu ai có một tâm hồn tha thiết cầu an tâm và biết tiếp thu thấu đáo pháp an tâm của đức Phật thì chắc chắn cũng được an

tâm như ngài Thần Quang.

Vậy vấn đề cầu an không phải chỉ một mực cầu an thân mà bỏ mất sự cầu an nơi tâm hồn. Nếu thân không có tâm thì đó là một đống thịt, một xác chết. Cho nên, thể xác được an lạc khi có sự cảm nhận ấy của tâm thức, và cấp độ an lạc cũng tùy thuộc vào sức mạnh của tâm thức. Như có người dù bệnh nhẹ, nhưng tâm hồn yếu đuối, khiếp nhược thì nỗi khổ đau của cơn bệnh sẽ tăng gấp bội. Và ngược lại, người bị bệnh nặng, nhưng với tâm thức bình tĩnh sáng suốt, có ý chí vững mạnh, không giải đải buông xuôi, thì nỗi khổ đau của cơn bệnh cũng được giảm thiểu. Với sức mạnh của tâm hồn, tức là tâm an lạc, có tác động làm vơi đi những khổ đau ở thân xác.

Ở đời thường có hai hạng người sống theo hai lối sống thái quá: - Có hạng chỉ chú trọng cưng dưỡng thân xác, tạo an lạc cho thân xác bằng sự thỏa mãn những ham muốn nhục dục. Lại có hạng quá khổ hạnh bằng sự tiết chế tất cả những nhu cầu tối thiểu và tự hành hạ thân xác. Đó chỉ là những lối sống không trung đạo, thiếu cân bằng mà ngày xưa đức Thế Tôn đã từ bỏ và cấm các đệ tử thực hành.

Trong bài pháp Tứ đế đầu tiên cho năm vị Tỷ-kheo, câu mở đầu Ngài dạy rằng:

Có hai thái cực cần phải tránh xa:

- Thái cực thứ nhất là sống xa hoa trụy lạc vật dục, đó là lối sống thấp hèn, không đưa đến giải thoát, cần phải tránh.

- Thái cực thứ hai là sống ép xác khổ hạnh, nhịn ăn nhịn mặc, chịu đói chịu rét, đứng giữa trời, nóng lạnh hành hạ, thì đó cũng là lối sống tà vạy không đưa đến giải thoát, cần phải tránh.

Đức Phật khuyên cần phải tránh xa hai lối sống ấy để tu hành mới đưa đến giải thoát. Như vậy Ngài không phủ nhận đời sống về thể xác, nhưng Ngài cũng không tán dương cái lối sống tham đắm vật chất, chỉ biết chú trọng đến thân mà không chú trọng đến tâm. Lời dạy của đức Phật nhắc nhở cho tất cả ai muốn đi trên con đường an lạc, thì trước nhất phải có lối sống quân bình, chứ không phải bỏ ăn, bỏ làm, ghét bỏ của cải hoặc phung phí của cải, nhưng phải biết sống không say mê vật chất, không say mê theo đời sống dục lạc, xa hoa, không tìm hạnh phúc, không chôn vùi cuộc đời vào cần sa thuốc phiện, chén rượu sòng bạc. Đức Phật đã bỏ quốc thành, thê tử đi xuất gia là dạy cho chúng ta bài học đó. Nhiều tiền chưa hẳn có hạnh phúc, chức trọng quyền cao chưa chắc có hạnh phúc. Các yếu tố vật chất chỉ là những phần phụ thuộc, còn cái hạnh phúc chân thật bao giờ cũng chính là trong lòng chúng ta.

Khi lòng ta khởi tham lam do bị tiền của chi phối, bị quyền lợi danh vọng chi phối, thì tấm lòng của ta trở nên hẹp hòi ích kỷ, khi đã ích kỷ thì nó không thể trải rộng để hứng lấy những hạnh phúc cao thượng, chân thật được. Bởi vậy, trên bước đường tu tập cầu giải thoát an lạc, người Phật tử phải chú trọng tu tập cả hai mặt thể xác lẫn tâm hồn. Với thể xác luôn luôn phải biết tri túc, cần có cơm đủ no, mặc đủ ấm, cần đủ những tiện nghi tối thiểu mà không nên hưởng thụ tham đắm vật chất tức là phải sống quân bình không để rơi vào hai thái cực như Phật đã dạy. - Với tinh thần, phải giữ cho tâm hồn

luôn luôn được trong sáng, được rộng rãi. Người Phật tử càng biết mở rộng từ bi tâm, càng diệt trừ được chấp thủ, tham ái thì càng có hạnh phúc chân thật. Khi tâm hồn không trong sáng nhiều tham đắm thì dù ở trên vàng trên bạc họ vẫn không cho là đủ, vì còn mong cầu là còn khổ. Hạnh phúc chỉ đến với những tâm hồn biết tiết chế, có đạo đức cao cả, có tu tập theo giáo pháp đức Phật, sống trong sáng, hướng thiện, sống vô tham, biết đủ như trong kinh Di Giáo đã dạy: "Người nhiều ham muốn, nhiều tham cầu lợi dưỡng nên khổ não cũng nhiều. Người biết đủ tuy nằm dưới đất mà vẫn lấy làm an vui, người không biết đủ, dù ở thiên đường vẫn không vừa ý".

Chúng ta nhìn lên gương chư Tổ đức, quý ngài có đời sống vật chất rất đơn sơ, đạm bạc, thế mà tâm hồn quý ngài rất tự tại, rất khoan khoái, rất an nhiên vui vẻ. Không hề thoáng những nét cau có, giận hờn hoặc buồn rầu. Vì sao như vậy? Bởi vì tâm hồn của quý ngài đã lướt trên tất cả những tầm thường của đời sống thế gian, đời sống của tham lam ích kỷ. Quý ngài đã làm chủ được tâm, điều phục được tâm, để tâm không bị chi phối bởi ngoại cảnh, bởi tham, sân, si, nên đối trước hoàn cảnh nào quý ngài vẫn tự tại an vui. Đúng là "Tâm bình thế giới bình, tâm xuân vũ trụ xuân".

Cho nên Phật đã dạy: "Tự tại với tâm, tự tại với pháp". Thường chúng ta chỉ đi tìm sự an bình trong thế giới hiện tượng, tìm nguồn vui trong vũ trụ vật chất luôn chuyển biến vô thường, nên chúng ta chỉ nắm bắt được những bào ảnh an lạc. Và chính cái lạc ấy lại là nhân của cái khổ, nhân quả quả nhân, mãi vận hành, trong quá trình sinh tử.

Có một hôm, đức Thế Tôn ngồi một mình trên đám cỏ, một người đi qua thấy vậy liền hỏi:

- Sa-môn Cù-đàm có sầu muộn hay sao mà ngồi một mình cô độc thế?

Đức Phật trả lời:

- Ta mất gì mà Ta sầu muộn?

Ông ta lại hỏi:

- Nếu không sầu muộn thì chắc là Ngài hoan hỷ, mà hoan hỷ thì sao lại ngồi cô độc một mình?

Ngài lại trả lời:

- Ta được gì mà Ta hoan hỷ?

Người đó ngạc nhiên hỏi lại:

- Không sầu muộn thì hoan hỷ, không hoan hỷ thì sầu muộn. Ngài không hoan hỷ, không sầu muộn là nghĩa làm sao?

Ngài trả lời rằng:

-Hoan hỷ chỉ đến với người có tâm sầu muộn, sầu muộn chỉ đến với người có tâm hoan hỷ. Ta đã dứt bỏ nguồn gốc của sầu muộn rồi, cho nên Ta không sầu muộn, cũng không hoan hỷ. Tâm ta không dao động.

Qua lời dạy ngắn gọn, nhưng hàm chứa một ý nghĩa thâm sâu vô cùng, giúp ta soi rọi vào thực tế cuộc đời để thấy rằng: hoan hỷ là điều người đời mong muốn, và chỉ đạt sự mong muốn qua sự nắm bắt, chấp thủ, như mong cho được trúng số độc đắc, mong sự ước muốn tìm cầu của cải vật chất, như vậy thì cái hoan hỷ đó là những hoan hỷ đi đến với người có tâm thiếu thốn và sầu muộn, và sau hoan hỷ đó chắc chắn là những sầu muộn âu lo của mất mát. Như người vừa trúng số thì sung sướng vô cùng nhưng liền sau đó không khỏi lo sợ bà con biết sẽ đến xin, đến mượn, hoặc bị mất, hoặc bị cháu con tranh giành làm mất hòa khí gia đình. Nếu cố giấu không cho ai biết thì cũng phập phồng sợ người ta biết.

Tham cầu là một nỗi khổ, khi thành đạt là một sự hoan hỷ, rồi mất mát lại là một nỗi khổ. Sầu muộn rồi hoan hỷ, hoan hỷ rồi sầu muộn cứ nối đuôi nhau mãi.

Có người đang cồn cào vì cơn đói, đang khổ vì đói, nếu ai đem cho ổ bánh ma thì họ rất sung sướng, rất hoan hỷ. Thế là hoan hỷ đi đến với người có tâm sầu muộn.

Có người trong ngày Tết mặc chiếc áo đẹp, đang hoan hỷ trong chiếc áo đẹp, bỗng bị một kẻ tinh nghịch ném pháo làm áo bị rách, loang lỡ làm người ấy tức tối, sầu muộn, như vậy là sầu muộn đi đôi với người có tâm hôn hoan hỷ.

Cuộc đời chúng ta cứ mãi diễn đi diễn lại, hoan hỷ rồi sầu muộn; sầu muộn rồi hoan hỷ. Ngày qua tháng lại. Suốt cả cuộc đời mãi loanh quanh ở trong cái vòng, cái tâm lượng của chúng sanh phân biệt, so đo nhơn ngã mà có như thế.

Đức Phật, Ngài đã dứt hết nguồn gốc chấp thủ, tức là diệt hết nguồn gốc của khổ đau. Ngài luôn hoan hỷ, một sự hoan hỷ không tạo nên bằng tiền tài danh vọng, chức quyền mà là một sự hoan hỷ đã dứt sạch nguồn gốc khổ đau, tức dứt sạch vô minh, tham ái, chấp thủ. Bởi vậy, Ngài dạy: "Ta không hoan hỷ cũng không sầu muộn". Nhưng chính cái không hoan hỷ không sầu muộn trong đối đãi ấy, mới là một sự hoan hỷ không thể diễn đạt bằng cái quan niệm so sánh, bỉ thử của nhị nguyên, của người trúng số đầy mong cầu và tham đắm.

Cái hoan hỷ của đức Phật được tạo nên bằng trí giác ngộ, bằng tâm từ bi, lòng hỷ xả, đó là sự hoan hỷ vi diệu, vĩnh cửu. Một sự hoan hỷ phát xuất từ nội tâm của một người tu tập đã tự tại với nguồn tâm. Đó là sự hoan hỷ không bị ai cướp mất vì không phải giành của ai mà có được, nhưng lại ban bố cho tất cả.

Cho nên, hễ học Phật, chúng ta cố gắng xây dựng niềm hoan hỷ, an lạc bằng những công phu tu tập, trưởng dưỡng từ bi, khơi sáng nguồn tri giác, thì sự hoan hỷ an lạc đó đằng sau không nhuốm bóng dáng sầu muộn, sợ hãi.

Người có tu tập là người hiểu biết tâm, khi tham tâm khởi, sân tâm khởi, tâm kiêu mạn khởi, v.v... thì phải điều phục tâm, chế ngự tâm để trở thành tự tại, tâm giải thoát. Được thế, thì trước bất cứ một hoàn cảnh nào cũng được tĩnh giác, tâm không bị chi phối. Đã thế, ta lại còn chủ động, biết sử dụng mọi phương tiện, mọi đối cảnh, để phục vụ những mục đích cao đẹp. Làm chủ được đời sống cả vật chất lẫn tinh thần là cách sống an lạc, tự tại giải thoát.

Là người Phật tử còn sống trong tương quan giữa cuộc đời, chúng ta cần phải có tiền, cần có cơm ăn, áo mặc, cần có mọi tiện nghi cần thiết trong cuộc sống. Song cũng phải cần có từ bi hỷ xả, cần có trí tuệ, có bố thí, trì giới v.v...

Thực hiện lời Phật dạy để xây dựng bản thân và xã hội tốt đẹp là cách cầu an đầu năm thiết thực nhất, đem lại an lạc cho nhiều đời, hiện tại cũng như tương lai.

Chúng ta tụng kinh, lạy Phật cũng chỉ với mục đích trưởng dưỡng thiện tâm và tiến dần đến giải thoát tâm vậy.

-ooOoo-

Đầu trang | 01
| 02 | 03
| 04 | 05
| 06 | 07
| 08 | 09
| 10 | 11 | 12
| 13 | 14
| 15 | Mục lục
[Trở về trang Thư Mục]

updated: 19-08-2001

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