Ho da nghi nhu the - 03

Họ Đã Nghĩ Như Thế

Ho da nghi nhu the - 03

Times font

Họ đã nghĩ như thế

Giác Nguyên dịch Việt

[03]

Đại đức Pabhakaro Khiêm cung

Tiểu Sử Tác Giả:

Đại Đức Pabhakaro thế danh là Gordon Kappel sinh năm 1948 tại Seattle, Washington. Nhập ngũ năm 1967, từng có mặt tại chiến trường Việt Nam (1969) với cấp bậc đại úy không quân. Trong một chuyến đi sang Thái Lan, đại đức đã đến viếng các chùa và tình cờ gặp được chư tăng người Tây Phương đang tu học tại đây.

Năm 1970, về lại Alabama (Hoa Kỳ), đại đức dành trọn thời giờ để nghiên cứu Phật Giáo một cách nghiêm túc, dần dần phát nguyện bát quan trai giới và học Thiền. Sau đó trở qua Thái Lan, đại đức tu sa-di ở chùa Wat Bovornives rồi năm 1972 chính thức thọ giới tỳ kheo tại chùa Wat Pah Pong.

Năm 1977, khi đại đức Samedho rời Thái Lan để sang hoằng pháp tại Anh Quốc, đại đức Pabhàkaro coi như trở thành vị viện chủ của tu viện Nanajat. Năm 1979, sau khi tháp tùng Thiền sư Ajahn Chah trong một chuyến đi vòng quanh Châu Âu và Hoa Kỳ, đại đức trở về Thái Lan bỏ ra 18 tháng sống hạnh Đầu Đà giữa rừng sâu rồi sau đó quay về chăm sóc Thiền sư Ajahn Chah lúc này đang trở bệnh nặng, đồng thời quán xuyến luôn cả các Phật sự tại chùa Wat Pah Pong.

Năm 1984 đại đức đi Anh quốc để cùng các huynh đệ thành lập trung tâm Phật Giáo Amaravatì. Đại đức hiện là trụ trì chùa Harnham Vihara và đã từng xuất hiện trên đài truyền hình trong một chương trình có tên là "Cuộc hóa duyên về Newcastle".

Bài viết sau đây là nội dung được phỏng lại của một thời giảng do đại đức Pabhàkaro thực hiện vào tháng tám, năm 1984 tại Scotland.

Khiêm Cung

Một lúc nào đó, biết ngồi lại để thấm thía tinh thần uyên áo mà giản dị của Phật pháp, chúng ta có thể sẽ thấy được ý nghĩa quan trọng tuyệt vời của cái gọi là cách đối nhân xử thế hay nói gọn hơn, là phép sống ở đời. Ở đây chúng ta sẽ có được những kinh nghiệm quý giá về quy luật đối xứng trong từng hành động, ngôn ngữ và cả ý nghĩa của mình nữa. Mọi sự luôn để lại một hiệu quả thích đáng. Tôi đặc biệt nhấn mạnh và có hứng thú trong đề tài này vì qua chính nó, ta sẽ có rất nhiều vấn đề để nói. Cái tuyệt vời của phép sống mà tôi sắp nói tới không phải chỉ được quan tâm vì nó đã được nói

tới nhiều trên các trang sách mà hơn thế nữa, nó là một thứ kinh nghiệm tâm linh tự chứng hết sức đặc thù đòi hỏi một công phu trau luyện của bản thân.

Tôi đang đứng trên bục giảng nên cứ xem là tôi đang có một cơ hội để san sẻ thứ kinh nghiệm đó của mình. Tôi đã từng được dạy cách phơi mở từng phút giây thực tại để tận dụng khả năng cao nhất của mình nhằm có thể học được cách nói chuyện bằng chính ngôn ngữ của trái tim, thứ tiếng nói được phát biểu bằng chính kinh nghiệm nội tại. Từ lâu, tôi vẫn hướng tâm về một bài học duy nhất là làm sao có thể sống ban phát một cách đúng mức. Tư tưởng đó dĩ nhiên đã đem lại cho tôi rất nhiều đạo lực giá trị nhưng rồi đôi lúc, trong đầu tôi lại chập chờn những câu hỏi: "Liệu người ta có cần đến thái độ đó của mình hay không? Thật ra thiên hạ cần đến một sự tương giao như thế nào?".

Trong những lúc nhức đầu với mấy tự vấn đó, tôi lập tức cố gắng quay lại với chính mình bằng một thái độ buông xả rồi lại tự hỏi: "Cái Tôi từ đâu đến mới được chứ? Mình từ đâu đến đây nhỉ?"

Theo tôi, tính trung thực là một trong những giá trị tinh thần thù diệu nhất mà con người cần thiết phải phát huy, trưởng dưỡng. Đức tính này cũng là một trong mười hạnh Ba La Mật của Phật Giáo. Cho dẫu có tự xét mình theo quan điểm đạo đức hay tôn giáo, chúng ta cũng sẽ thấy rằng một khi ngay trong chính thâm tâm mình đã thiếu tính trung thực, chân thực thì bước đi tiếp theo sẽ là việc dối người dối đời. Sự dối lòng thì tinh vi lắm, rất khó phát hiện, nên ta còn có thể tự dung túng nó. Nhưng để dối người thì vấn đề hơi gay go.

Hiệu quả của lòng trung thực kỳ lạ lắm. Những khi sống với nó, tôi tự nhiên thấy mình trở nên khiêm tốn hơn để có thể chịu thua thiệt với bất cứ ai một cách dễ dàng. Nhờ nó, tôi đủ can đảm chấp nhận đời sống dù có phải ra sao. Quý vị hãy nhớ lại đi, nền văn hóa hiện đại thật ra vẫn chưa hề dạy ta cái tinh thần khiêm tốn ngay cả những khi danh từ này được nhắc tới một cách trịnh trọng nhất. Nào có gì đâu, trong một định nghĩa bội bạc nào đó, người ta còn bảo khiêm tốn hay khiêm cung chỉ là cái cử chỉ khom mình thật thấp về cả ý nghĩa sinh lý lẫn từ ngữ. Thậm chí có người còn nói thái độ khiêm tốn, về mặt ngữ nghĩa, chỉ là động tác tự gây cho mình cái cảm giác thấp kém và bé mọn hơn. Từ đó, người ta thường cứ thấy ấm ức khi phải tỏ dấu thi lễ, nhún nhường với ai đấy.

Kỳ thật, trong từng cái cúi đầu như vậy, cái Tôi trong chúng ta coi như đã ít nhiều được đè nén nhưng hãy nhớ đấy, hãy luôn cảnh giác với chính mình khi cử chỉ khiêm cung đó chỉ còn là một động tác máy móc.

Trong đời sống tu tập của một Phật tử, đức tính khiêm tốn không chỉ là một dấu hiệu văn hóa mà còn là một pháp tu nữa. bởi cũng chính từ đây, sự tiến bộ của chúng ta được thực hiện và thể hiện. Tôi biết có người sẽ cho thái độ khiêm tốn là phương hại cho dũng khí nhưng rõ ràng những gì tôi vừa nói trên đâu có nghĩa là chúng ta phải nhắm mắt để mặc cho người khác chà đạp. Tôi không hề kêu gọi các vị hãy nằm dài xuống mặt đường cho mọi người dẫm lên để trau dồi được tính khiêm tốn. Điều chúng tôi đề nghị ở đây chính là thái độ tâm lý của mỗi người trong từng cuộc đối diện và

phản ứng với đời sống chung quanh. Tấm thân sinh lý này thật ra chẳng nghĩa lý gì đâu, chúng ta nên học cách cúi thấp ngay từ trong tư tưởng, trong từng quan điểm của mình kìa!

Hãy thử quan sát điều gì sẽ xảy ra khi ta không có phản ứng đối kháng trước lời công kích của ai đó. Phải nói rằng khi xúc phạm chúng ta, thiên hạ luôn chờ xem một sự trả đũa nào đấy để họ có thể phỉ dạ, hả hê. Nhưng nếu về phía mình, chúng ta không có một đối kháng nào để áp dụng thù tạc lại thì những thị phi kia lúc này coi như bị tung trợt ra ngoài như một quả banh bị đánh vào khoảng không. Tôi nhắc lại, chúng ta không có đối kháng mà chỉ nên bao dung thôi. Và vấn đề không chỉ dừng lại ở tinh thần bao dung, chúng ta còn phải hiểu rõ bằng cách nào mình đã thực hiện được điều đó.

Tôi đã thực tập được điều này trong thời gian còn sống ta bà. Ngoài những lời mỉa mai, phỉ báng còn biết bao thứ phũ phàng khác nữa mà thiên hạ đã trút lên tôi. Chẳng hạn, ngoài cảm giác tâm lý khó chịu dĩ nhiên phải có khi biết người chung quanh chẳng ưa mến gì mình, tôi còn phải chấp nhận cái đinh tai nhức óc khi có người muốn đuổi theo sau hoặc muốn sánh bước với mình. Những khi đó, tự trong người tôi quả là đang trào dâng một nguồn sinh lực bản năng nào đấy để sẵn sàng bật tung ra cho một đối kháng nhưng cũng may, bao giờ tôi cũng kịp thời giữ mình và tiếp quản lập tức nguồn sinh lực đối kháng ấy. Đúng là chuyện khó tin khi trong lòng cùng lúc tất cả phức loạn tâm sinh lý lại tương quan với nhau một cách nhịp nhàng đến thế. Lúc đó tôi có cảm giác như sức phản ứng của mình được di chuyển khắp vùng lục phủ, bàn tay nắm chặt lại để sẵn sàng hành động nhưng rồi khi nội tâm được dàn xếp, sức mạnh sinh lý kia trở nên nhẹ nhàng, ngoan ngoãn cho một sự khuất phục. Như vậy có thể nói đây là con đường để tận dụng một cách hữu ích và nhuần nhuyễn mọi tình huống trong đời sống, biến trở lực thành ra pháp tu mà ý nghĩa căn bản của nó nằm trong hai tiếng: "khiêm cung".

Có thể nói hầu như cuộc đời của tôi đã đi qua những chỉ số tiêu chuẩn nhất, trong một hình hài cao trên một mét tám và hạng nặng những một trăm ký. Nhưng đối với tôi, mấy con số đó không hề là cái gì cả như bọn thiếu niên dậy thì vẫn mong mỏi có được để tự khẳng định sức vóc và tuổi trẻ của mình. Nhờ biết quên đi, biết coi nhẹ cái mình đang có, nên tôi xem như có thể dửng dưng tẩy xóa được cái ám thị "Cơ bắp, phái mạnh, anh hùng" trong chính bản thân. Ngày nào chúng ta còn bị vướng vít với những "tầm vóc, kích thước" thì công phu thiền quán phải nói là cả một vấn đề và cũng có thể nói rằng chính nhờ biết quên đi những ám thị không cần thiết nên tôi đã tìm thấy cái đẹp thật sự trong đời sống phạm hạnh của mình. Khái niệm thẩm mỹ cao khiết này đã vạch ra cho tôi một hướng sống hết sức tuyệt vời, ngay từ những sinh hoạt bình thường nhất. Chẳng hạn ở đây mỗi ngày chúng ta có những nghi thức tôn giáo thoạt xem qua thì rất giản dị như động tác chắp tay và tụng kinh. Cái khó nhất vẫn là động tác chấp tay cúi đầu. Chỉ riêng động tác đó thôi, trên hình thức, thì có gì đâu. Chỉ có điều là chúng ta thực khó mà "biết chấp tay ngay tự đáy lòng mình". Để thực hiện được điều này ta phải tự đối diện với sự tự kháng quyết liệt của nội tâm. Chúng ta thực ra đâu có muốn chấp tay, bởi có biết bao là những quan niệm đối lập lại với động tác khiêm cung

xem ra có vẻ quá đáng ấy. Nhưng nói cho cùng thì chúng ta làm những cái gì?

Ngay chính bản thân tôi trong cuộc đời tu học của mình cũng đã nhận ra những rắc rối này từ rất sớm. Nhưng tôi đã may mắn gặp được thiền sư Ajahn Chah, người mà theo tôi là một bậc chân sư khả kính nhất. Tôi đã sụp mình đảnh lễ dưới chân Ngài một cách dễ dàng. Ngài không hề bảo tôi làm thế, dĩ nhiên, nhưng tôi đã đảnh lễ Ngài vì tự nhiên muốn làm như vậy. Tôi đã bất chợt nhận ra là tư thế phủ phục đó đẹp quá, thay vì đứng thẳng người lên, nói một câu nào đó thật sáo rỗng mà trong đầu vẫn tồn đọng một cái Tôi to tướng. Tư thế sụp mình đưới đất như vậy đã đem lại cho tôi một cảm giác làm sao ấy, nó như tưới mát cả tim mạch...

Để mọi người có thể cùng chia xẻ với chúng tôi cái cảm nghiệm đó quả là khó khăn. Lớn lên trong nền văn hóa Tây phương, chúng ta thường có khuynh hướng chú trọng đến cái gì thực tế. Khách viếng chùa nhìn thấy những gì hình thức lễ bái, rất có thể sẽ cho là chúng tôi đã nhồi sọ tín đồ hoặc những nghi thức hạ mình đó còn là một cách lập dị để nuôi lớn một cái Tôi.

Người Tây Phương chỉ có thể xem nghi thức chắp tay gần như là biểu cử của cấp dưới cho nên khó mà thực hiện và càng không thể hiểu được ý nghĩa tuyệt vời của nó. Trong khi đó, đứng trước một cái cúi đầu của mọi người - Theo tập tục Thái Lan chẳng hạn - thì tự nhiên tôi thấy mình phải tự biết khiêm tốn bằng cái gật đầu đáp lại với một sự trân trọng thiệt lòng. Cách cúi đầu của người Thái xem ra cũng có ý nghĩa tương đương với cái chấp hai bàn tay (ànjali) của cổ tục Ấn Độ mà người xứ này vẫn gọi là phép chào hỏi cung kính nhất (Namaste). Họ chỉ chắp tay lại thôi nhưng trong động tác ấy ngầm chứa một lời chào "Tôi xin cung đón, cung tiễn hay phủ phục trước bạn". Ở phương Tây, đặc biệt tại Mỹ, bạn chỉ cần đưa tay ra nắm lấy bàn tay người đối diện rồi nói một câu khuôn sáo cho xong "rất hân hạnh" chỉ vậy thôi. Tôi là một người Mỹ nhưng cho tới bây giờ vẫn cứ thấy cách chấp tay chào nhau là một biểu lộ tình cảm đẹp nhất.

Mấy năm trước, lúc còn ở Thái Lan, tôi đã từng sống gần một nữ tu người Tây Tạng, cô biết nói tiếng Anh và cũng là học trò của Ngài Ajahn Chah. Có một buổi chiều phải sang thăm dãy thiền phòng dành cho các nữ thiền sinh, Ngài Ajahn Chah bảo tôi đi theo để thông dịch. Sau thời giảng về thiền như một bài học thêm cho các cô, Ngài thiền sư dành đôi ba phút còn lại để trả lời các câu hỏi. Một ngày trước đó, Ngài Ajahn Chah đã nhìn thấy cô thiền sinh Tây Tạng đi nhiễu quanh ngôi chánh điện của chùa rồi chốc chốc lại buông mình trải người xuống đất để đảnh lễ theo nghi thức Tây Tạng. Chiều nay, trước đám đông các thiền sinh, Ngài đề nghị cô hãy làm lại động tác lễ bái đó cho mọi người cùng được xem. Cô thiền sinh đã vâng lời và lập lại trọn vẹn nghi thức lễ bái đó.

Cô đã giải thích rằng đôi tay trong lúc này mang ý nghĩa như một lễ phẩm của toàn bộ thân khẩu ý chính mình. Động tác duỗi tay và xoay vần quanh người rồi cuối cùng đặt lên đầu là để tượng trưng cho tất cả tấm lòng mình đã trao gởi vào động tác đảnh lễ. Sau đó, cô thả mình nằm dài trên nền nhà với hai bàn tay chấp lại để sau đầu, rồi lập lại mọi động tác ban đầu, cô trải mình xuống đất lần thứ nhì và đôi bàn tay đặt trên

đỉnh đầu để kết thúc nghi thức. Chăm chú theo dõi từ đầu đến cuối, Ngài Ajahn Chah đã buông một câu nhận xét: "Đây cũng là một phép tu về hạnh khiêm cung và xả thân!".

Tôi không bao giờ quên được buổi chiều hôm đó với câu nói của Ngài Ajahn Chah. Ngài đã kín đáo nhấn mạnh cái đẹp của một hình thức sinh hoạt tuy có vẻ vật chất nhưng lại chứa đựng trọn vẹn tinh thần xả kỷ vong thân. Bởi nếu có được một cái nhìn chuyên biệt, ta sẽ thấy rằng chỉ cần một vài động tác khiêm hạ cũng đã quá đủ để nói lên tấm lòng chân thành nhất. Tôi nghĩ rằng đến cả những người ích kỷ và tự đại nhất có lẽ cũng không thể phủ nhận điều tôi vừa nói trên đây.

Ngay trong đời sống tu viện, chúng tôi gần như luôn có nhiều cơ hội để tự tìm lấy những bài thực tập về hạnh khiêm cung thông qua từng cái cúi đầu của người khác đối với mình cũng như của mình đối với người khác. Đối với chúng tôi, chỉ riêng có chừng đó cũng gần như một pháp môn để tu học rồi. Vì ít ra đây cũng là biện pháp để chấm dứt rất nhiều thứ cần được chấm dứt và đây cũng là một hạnh tu khá đơn giản bởi ngay cả lúc rảnh rỗi nhất cũng phải nhớ tới. Có khó gì đâu, chỉ bỏ ra tí thời gian để tự nhìn lại mình và nuôi dưỡng tâm hồn chỉ bằng từng cái chấp tay hay cúi đầu thôi. Và đối tượng cho thái độ tôn kính đó nào có phải đòi hỏi một thần tượng vĩ đại nào đâu. Chúng tôi chấp tay, cúi đầu và thật đơn sơ, hướng về một nhân cách, đức tính, phẩm hạnh nào đó như nhân ái, từ bi và hiểu biết...

Mỗi đêm, trước khi vào giường ngủ, tôi đều cúi đầu trong tinh thần đó đúng sáu lần và trước khi rời giường vào buổi sáng hôm sau tôi cũng lập lại sáu lần động tác đó như một công việc đầu tiên trong ngày. Không chỉ riêng ở đâu hết, kể cả những lần qua đêm ở nhà cư sĩ, tôi vẫn luôn giữ đúng thói quen đó, và sẽ thú vị hơn nữa nếu trên tường của căn phòng có được đôi ba câu cách ngôn nào đó. Trong trường hợp không có một đối tượng nào cả, ảnh Phật hay cách ngôn, lúc đó tôi có thể sẽ tự mình làm một buổi kinh cầu ngay trong nội tâm mình bằng những suy tưởng về các phẩm chất tinh thần nào mà mình có thể vận dụng. Tôi nghĩ rằng điều này, ai trong số chúng ta ở đây cũng có thể thực hiện được cả.

Việc thực hiện được hay không, những điều tôi vừa nói, dĩ nhiên vẫn là sự lựa chọn của mỗi người. Điều đó chúng ta nếu muốn thì cũng có thể thực hiện bất cứ lúc nào mà, chẳng hạn ngay từ bây giờ. Và bài học coi như bắt đầu từ đây thưa quý vị: khi thấy không ai chào mình thì dù không có phản ứng gì rõ ràng, tôi vẫn cảm thấy một chút buồn đi qua lòng mình và khi bắt gặp được một cái cúi đầu, tôi dĩ nhiên nghe mình dễ chịu hơn. Tôi hiểu được cái khó khăn trong bài học này, nhưng bởi vì quí vị đã thật lòng muốn học hỏi nó thì đây sẽ là một bài học tuyệt vời. Đại khái, bài học về đức tánh khiêm cung đòi hỏi ở chúng ta một sự cố gắng tương xứng như thể một cuộc chiến không hơn không kém

-ooOoo-

Đầu trang | Mục lục | Trang kế

Chân thành cám ơn Tỳ kheo Giác Đẳng đã gửi tặng phiên bản điện tử (Bình Anson, 04-2001)

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 01-10-2003

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