Ho da nghi nhu the - 06

Họ Đã Nghĩ Như Thế

Ho da nghi nhu the - 06

Times font

Họ đã nghĩ như thế

Giác Nguyên dịch Việt

[06]

Đại đức Pasanno Điều quan yếu của đời sống

Tiểu Sử:

Đại đức Pasanno (Reed Perry) sinh tại La Pass, Manitoba (Canada). Sau khi tốt nghiệp ngành Sử học tại đại học đường Winnibeg, đại đức đã đi du lịch sang Ấn Độ rồi từ đó ghé lại Thái Lan.

Năm 1974 đại đức đã thọ giới Tỳ kheo tại chùa Pleng Vipassanà với hòa thượng Nànasirivatana. Theo lời thầy hòa thượng, đại đức đã tìm đến học thiền nơi thiền sư Ajahn Chah.

Là một trong những vị sư Tây phương đầu tiên sống tại chùa Nanachat, đại đức đã từng làm trụ trì tại đây suốt bảy năm trời, đồng thời cũng là một vị giảng sư lừng danh tại Thái Lan. (Hiện nay, đại đức là đồng viện chủ tu viện Abhayagiri, California).

Bài viết sau đây được dịch lại từ một thời pháp được thuyết bằng tiếng Thái của đại đức tại Buddhamandala gần Bangkok vào tháng chín năm 1987, trong một thiền khóa kỷ niệm ngày lễ lục tuần của quốc vương Thái Lan. Nội dung của bài viết chỉ là một lời nhắn gởi thật tha thiết: "Nếu chúng ta không có được một cái gì đó là giá trị thật sự trong nội tâm mình thì một mai, khi đã nằm xuống ta sẽ chẳng còn lại thứ gì ngoài một nhúm xương hỏa tán".

Điều Quan Yếu Của Đời Sống

Đức Phật đã để lại cho đời những lời dạy có nội dung mở ra cho tất cả chúng ta một con đường hiểu biết về tất cả những gì được gọi là Sự Thật. Chính nếp sống của một tu sĩ không nhà như Ngài đã dạy ta hiểu được thế nào là nếp sống dấn thân trọn vẹn với chân lý. Lời dạy của Đức Phật không chỉ dành riêng cho một cảnh đời nào hết, người xuất gia hay hàng cư sĩ đều có thể thực hiện được cả. Vấn đề quan trọng nhất của một người Phật Tử, tăng tục bất luận, chính là sự hết mình thể nghiệm những giá trị thật sự trong lời dạy của Đức Phật. Chỉ cần một sự hết mình đúng đắn, chúng ta sẽ nhận được tất cả những gái trị hoàn thiện, tươi mát và tĩnh lặng của giáo pháp.

Là một người ngoại quốc trên xứ Thái này tôi cứ thấy nếp sống của một người xuất gia không nhà cửa quả là hạnh phúc. Tôi vẫn thường xuyên trả lời một câu hỏi của các du khách đến viếng thăm chùa Nanachat khi người ta thấy tôi là một nhà sư da trắng. Hỏi

thăm biết tôi đã tu hơn mười năm, người ta cứ hỏi tôi có chịu đựng được nếp sống kham khổ này không. Tôi nhớ mình vẫn thường xuyên trả lời rằng: "Nếu đời tu có gì không ổn thì có lẽ tôi đã không đi qua được cái thời gian khá dài ấy. Vả chăng trong nếp sống của một tu sĩ, tôi vẫn còn có thể làm được rất nhiều công việc mà mình muốn". Tôi nghĩ đó cũng là lý do mà tôi đã sống hết mình trong đời tu cũng như đã tìm thấy được cái hương vị ngọt ngào trong đó. Một đời sống thiếu đi sự hiểu biết về nội tâm mình, sẽ luôn tạo ra lắm điều rắc rối. Bởi cái gì cũng có thể làm ta phải bận tâm cả, từ những biến chuyển tâm sinh lý bản thân, những vấn đề thuộc cá nhân cho đến cả nền hòa bình trên toàn thế giới. Đứng trước tất cả mọi biến động đó của đời sống chúng ta chỉ có mỗi một việc là hiểu biết chúng một cách khách quan tinh tường đó cũng là cái chức năng và giá trị của Giáo Lý Đức Phật.

Trong cuộc tu, điều quan trọng nhất là sự nhìn thấy rõ ràng rốt ráo mọi sự không thông qua một định kiến hạn cuộc nào cả. Cho dầu chúng ta có quan tâm đến hay không, chúng ta luôn có quyền tự do trong việc lựa chọn cho mình một hướng đi và có thể nói rằng Đức Phật là người duy nhất đã vạch ra cho chúng ta một con đường. Hãy nhớ trong mỗi người chúng ta không hề có một cái gì tuyệt đối cả. Ngay cho đến thái độ tiếp nhận lời dạy của Đức Phật ở từng người cũng vậy: Lời dạy của Ngài có thể đem lại cho ta sự giải thoát, an lành và trí tuệ nhưng cũng có thể chỉ mang lại cho chúng ta những thất vọng và ngộ nhận. Chúng ta hoàn toàn chịu trách nhiệm lấy mọi kết cuộc được đầu tư từ ngay nếp sống của mình. Không có một mực thước ngoại lai nào khả dĩ giúp ta đánh giá mọi sự là tốt xấu hay đúng sai. Cũng không có ai đủ thẩm quyền trừng phạt chúng ta hết. Do đó cái vấn đề mang tính sinh tử là chúng ta phải biết nhìn ngắm. Cái gì vẫn đang xảy ra bên trong mình và mình đang làm gì?

Như vậy ở đây chúng ta có thể nhất trí với nhau rằng vấn đề quan trọng trong cuộc tu là nằm ở chỗ chúng ta vận dụng lời dạy của Đức Phật như thế nào và khả năng nhận thức của chúng ta về bản thân ra sao. Chúng ta đã có nhiều cơ hội nghe về giáo lý Tứ Đế cùng Bát Thánh Đạo nhưng rất có thể chúng ta chỉ xem đó như những giáo điều mà không hề hiểu được rằng giáo lý đó vẫn được xem là con đường của chư Phật, chư Thánh. Trong suốt bốn mươi lăm năm hoằng hóa của Ngài, trước sau Đức Phật vẫn không ngừng nhấn mạnh và nêu bật hai giáo lý quan trọng đó.

Tuần rồi, lúc ở chùa, tôi không thể nào đi kinh hành được bởi mắc cá chân của tôi khi đó đang bị đau. Tôi chỉ hướng dẫn các thiền sinh tọa thiền rồi đến giờ kinh hành thì tôi quay về phòng riêng. Tôi đã dùng thời gian còn lại để tụng đọc một số bài kinh ưa thích. Trong số đó có cả bài kinh Chuyển Pháp Luân, thời pháp đầu tiên của Đức Phật mà nội dung chủ yếu nói về hai giáo lý Tứ Đế và Bát Thánh Đạo. Phải nói rằng xuyên qua bài kinh này tôi đã khám phá ra nhiều điều quan trọng. Bây giờ chúng ta hãy thử cùng nhau đi vào nội dung của bài kinh đó.

Trước khi giác ngộ, Đức Phật đã phải bỏ ra sáu năm dài để tự mình tìm lấy chơn lý. Ngài đã thực hiện tất cả những hình thức khổ hạnh khốc liệt nhất chứ không phải chỉ tu hành một cách nhàn hạ như các thiền sinh nhút nhát của chúng ta hôm nay chỉ cần gặp phải một tí khó chịu là đã dễ dàng bỏ cuộc. Sau khi đã trở thành một Đức Phật,

Ngài lại bằng mọi cách chia sẻ cái kinh nghiệm nhận thức của mình cho những người đến sau. Lúc bấy giờ Ngài đang bước vào độ tuổi ba mươi lăm, một giai đoạn tuổi đời vừa đủ để được xem là chững chạc chín chắn. Hãy nhớ rằng nếu không kể gì đến trí tuệ của một bậc Đại Giác thì bản thân Ngài trước đó đã từng là một vị hoàng tử được giáo dục đến nơi đến chốn. Cộng lại tất cả khả năng, Ngài quả là thừa sức trong mọi việc. Ấy thế nhưng ngay sau giây phút đầu tiên mới vừa thành Phật, Ngài đã không nghĩ gì đến chuyện trở thành một bậc Đạo sư cho ai hết.

Thế rồi sau khi xét thấy mình có thể tiếp độ năm người bạn cũ vốn là những đại sĩ đã từng sống chung với Ngài trong những năm tháng khổ hạnh. Đức Phật đã tìm đến họ và buổi nói chuyện của Ngài cho năm vị đạo sĩ này chính là bài Kinh Chuyển Pháp Luân. Như vậy giáo lý Tứ Đế và Bát Thánh Đạo tuy có ý nghĩa tế nhị sâu kín nhưng cũng không phải là nằm ngoài khả năng nhận thức của con người.

Đúng là bài Kinh Chuyển Pháp Luân đã quá quen thuộc với chúng ta nhưng điều này cũng có nghĩa là nội dung bài kinh đối với mỗi người xem ra cũng chỉ là những giáo lý bình thường. Nhưng như chúng ta đã thấy đó, bất cứ việc gì trên đời này cũng vậy, kể cả những công việc dung tục tầm thường nhất, nếu chúng ta biết bỏ ra một sự nỗ lực nhất định nào đó để thực hiện nó thì chúng ta mới mong được thành công. Ngay trong chính giáo lý Bát Thánh Đạo cũng còn nhắc đến ý nghĩa quan trọng của Chánh Tinh Tấn kia mà!

Bây giờ thì chúng ta chỉ bàn riêng về Chánh Tinh Tấn. Đức Phật đã dùng hình ảnh một khúc gỗ trôi sông để nói về cuộc tu của người Phật Tử. Rằng nếu khúc gỗ đó không bị tắp vào hai bên bờ hoặc không bị chìm xuống đáy sông thì chắc chắn nó sẽ ra được đến biển. Trên con đường tu tập của mình, chúng ta có thể tạm thời hiểu rằng hai bờ sông đó chính là hai thái độ lợi dưỡng và khổ hạnh, còn sự chìm xuống đáy sông ở đây có thể hiểu là thái độ biếng nhác. Nếu không bị mắc vào một trong hai tình trạng trên đây chúng ta may ra có cơ hội đạt đến Níp bàn. Điều này cũng là một qui luật tự nhiên thôi. Hành trình giải thoát chẳng khác gì một dòng sông, ở đó không thể nào chấp nhận cái gì là cực đoan quá trớn được.

Bát Thánh Đạo còn được gọi là Trung Đạo, con đường đòi hỏi ở chúng ta một sự nỗ lực chuẩn mực, chính xác và cần thiết. Điều này cũng dễ hiểu thôi, nếu mọi hoạt động của thân khẩu chúng ta không dung hợp được với tinh thần chung của các Thánh đạo và nội tâm chúng ta thì lại bị nghiêng lệch về một khuynh hướng sai lầm nào đó, hoặc manh động hoặc tiêu cực, thì chúng ta không thể nào có đủ sức mạnh tâm linh để soi rọi bản chất của các pháp. Vấn đề chưa hết đâu, không bị tắp vào một trong hai bên bờ chưa hẳn là đã xong, chúng ta còn phải biết ổn định lấy mức độ nỗ lực của mình để khỏi phải bị chìm xuống như một khúc gỗ không đủ sức trôi xa, và điều dĩ nhiên ở đây là trong cuộc tu này chúng ta không thể nào thiếu đi một niềm tin. Một điều có thể xảy ra là niềm tin đó cũng có lúc bị lung lạc. Điều này tất nhiên rồi. Cuộc tu cứ giống như một cuộc bơi lội, đôi lúc ta cũng cảm thấy mệt nhoài, nhưng đừng để mình phải nhọc lòng nhiều quá, cứ nghỉ ngơi một lát để dưỡng sức rồi tiếp tục. Như vậy ta cũng đâu bị chết chìm. Hãy nhớ rằng tu tập chỉ đơn giản có nghĩa là sống hòa mình với thiên nhiên,

với thực tại, mà mọi thứ thì luôn thay đổi không ngừng. Mọi trở lực trên đường tu luôn có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Do đó ta càng phải biết sống với một tinh thần bình thản tự tại để nhìn xem mọi thứ xảy đến rồi cho trôi qua như thế nào, trong khi vẫn tiếp tục tu tập. Với sự quan sát nội tâm và nhìn ngắm những thái độ tâm lý luôn thay đổi liên tục của mình ta sẽ nhận ra định lý vô thường trong các pháp.

Hãy bằng mọi cách hiểu được cái giá trị cần thiết của giáo lý Đức Phật ngay trong đời sống bản thân mình. Lời dạy của Ngài phải được xem như những dưỡng tố cho đời sống tâm linh. Không hiểu được điều này coi như chúng ta đã bị mất mát nhiều lắm. Có nhiều người khi đến viếng thiền sư Ajahn Chah thì thường than rằng họ không có thời giờ để thiền định vì phải giải quyết quá nhiều công việc. Những khi đó, Ngài thường hỏi họ:

- Thế thì ông, bà có đủ thì giờ để thở hay không?

Nói vậy, có phải chăng việc tu tập cũng quan trọng như từng hơi thở sinh tồn? Một điều hết sức đơn giản là một khi đã tắt thở thì coi như chúng ta đã chết. Cũng với ý nghĩa tương tự như vậy, nếu không có được một nhận thức chín chắn về bản chất của các pháp, về nội dung của giáo lý Đức Phật thì chúng ta cũng chẳng khác gì một người đã chết. Cái chết ở đây là sự cách biệt diệu vợi với tất cả những gì hoàn thiện, an lành và lợi ích. Nếu chỉ sống với một tâm hồn thiếu ý thức về những gì cần phải được ý thức, tức không kịp nhận ra những sự thật của sự sống thì sau lễ hỏa táng chúng sẽ chẳng còn lại được gì đáng kể ngoài chút xương tàn mà mình đã phải bỏ ra cả đời để nuôi dưỡng nó. Chỉ có chừng ấy thôi, không còn gì hơn nữa chúng ta phải học được phép sống tỉnh thức và trung thực như Đức Phật đã dạy. Nhờ vậy mà chúng ta sẽ có thể ung dung tồn tại giữa cuộc đời này mà không còn bị quấy rầy và cực lòng với những mâu thuẫn, trở lực cùng trăm ngàn vấn đề nhiêu khê khác nữa.

Giới học, vấn đề đầu tiên của giáo lý Tam Học (Giới-Định-Tuệ), có một ý nghĩa rất quan trọng đối với tinh thần căn bản của trung đạo. Nó giúp ta tránh được những xung động quá khích của tất cả những khoái cảm và đau đớn. Nếp sống có giới hạnh là một điều kiện tuyệt vời cho một đời sống có nhận thức. Chính giới hạnh theo tinh thần trung đạo đã giúp các sinh hoạt và ngôn từ của chúng ta không mắc phải lỗi lầm đối với tha nhân và nhờ vậy ta chỉ còn có việc cảm thông, bao dung tất cả sinh vật. Còn đời sống nội tâm yên tĩnh thì giúp ta uốn nắn, ổn định tâm hồn mình thuận theo lý tưởng trung đạo dễ dàng hơn.

Tôi biết, trong từng ngày của thiền khóa này, ai trong các thiền sinh cũng cố gắng dốc sức khắc chế nội tâm để trở thành hay đạt tới một tầm vóc nào đó mình muốn. Các vị ngồi thiền bằng những vật lộn đối với tự thân một cách khốc liệt. Các vị đã huy động toàn lực khả năng chú niệm của mình để keo lui những vọng niệm hoang đàng về lại với hơi thở. Điều đó có thể là tốt nhưng cũng có thể là không. Một sự nổ lực nông nổi, manh động, hiếu thắng không hề là Chánh Tinh Tấn trong con đường Trung Đạo. Con đường nầy thật ra phải là một hành trình rộng thoáng, phiêu diêu với một nỗ lực vừa đúng mức cần thiết, một khả năng chú niệm chính xác mà nhẹ nhàng và một sự tỉnh

thức trong hồn nhiên mà vững vàng, thường trực. Chỉ bằng vào công phu tu tập và một nội tâm thoải mái, chúng ta mới có thể dễ dàng nhận diện từng khuôn mặt sai biệt của các pháp cùng bản chất như thật của chúng. Trong cuộc tu, chúng ta không thể nhất thời manh động được, càng căng thẳng khẩn trương thì chỉ khiến nội tâm loạn động thêm thôi. Chỉ việc đơn giản và nhẹ nhàng nhìn ngắm tất cả những gì xảy ra trong phạm vi nhận biết của sự tỉnh thức. Dầu chúng có là những niềm vui hay bất cứ trạng thái đối lập nào cũng chỉ là từng cảm nghiệm thôi, những bóng khói hình sương đi qua vùng ý thức của chúng ta. Cứ lặng lẽ gặp gỡ khách quan với chúng, chúng sẽ tự biến mất. Tại sao thế? Vì đó là bản chất của chúng. Hành trình trên đây là con đường thể hiện của Định học và Tuệ học. Niềm an lạc thật sự của chúng ta được khai sinh chỗ này đây.

Trí tuệ của Đức Phật dù vẫn được xem là vô lượng nhưng vẫn cứ là Chánh Tri Kiến. Nhất Thiết Trí của Ngài có ý nghĩa rốt ráo là nhìn thấy tất cả bằng một nhận thức như thật về Tam Tướng (Khổ, Vô thường, Vô ngã). Cái hiểu biết của chúng ta về mọi sự sở dĩ không được trung thực là vì trí tuệ chúng ta còn bị khiếm khuyết. Sở hữu được một khả năng trí tuệ đúng mức, ta sẽ hiểu biết được cách buông bỏ mọi thứ, từ một lòng tham muốn, chấp thủ đến những ảo tưởng nông nổi. Chúng ta hãy tập sự bỏ đi những khuynh hướng tư tưởng có nguy cơ dẫn tới một cái Tôi ngộ nhận.

Cái Tôi thực ra chỉ là một giả lập đời thường. Ngày chào đời, chúng ta đâu có danh tánh gì đâu. Rồi có ai đó đặt cho chúng ta một chuỗi tên họ, cái tên gọi được sử dụng từ đó và chúng ta bắt đầu bận tâm về nó, đem nó gắn liền vào những cái Tôi. Của Tôi như một cái gì riêng tư thật sự tồn tại giữa đời, rồi bỏ ra cả đời theo đuổi nó. Đức Phật là người hiểu biết trọn vẹn con đường thoát ly cái tôi này cùng tất cả những thứ được thoát thai từ nó: Những sở hữu, thành kiến, định kiến, quan điểm, lập trường. Sự hiểu biết này có ý nghĩa đình chỉ mọi cơ hội khai sinh của đau khổ và tạo điều kiện cho ta nhìn thấy được nội dung như thật của mọi sự.

Như vậy, tu tập Bát Thánh Đạo là phát triển toàn bộ những giá trị chín chắn cần thiết cho một con người. Bằng vào đời sống lấy Tam Học làm lý tưởng, ta có thể dung thông mọi thực tại. Bát Thánh Đạo là một hành trình mà chúng ta nhất thiết phải đi qua để giải quyết mọi vấn đề liên quan đến cái Tôi để có được một nếp sống chín chắn và một tri kiến đứng mức về con đường Trung Đạo. Hãy nghiêm cẩn tu học, thành quả luôn nằm ngay trước mặt chúng ta đấy.

Mới tuần lễ vừa rồi thôi, trong một phút giây tụng đọc trở lại bài Kinh Chuyển Pháp Luân, tôi đã bất chợt thấm thía cái giá trị của giáo lý Bát Thánh Đạo một cách sâu sắc. Mấy dòng kinh sau đây đã khiến tôi bàng hoàng: Cakkhukaramì Nànakaranì upasamàya abhinnà sambodhàya nibbànàya samvattati - Đạo lộ này chính là căn bản của Pháp Nhãn, Thánh Trí là hành trình dẫn tới sự tịch tịnh, thấu suốt, giác ngộ và cứu cánh Níp Bàn .

Giáo lý Bát Thánh Đạo là con đường toàn thiện mà Đức Phật đã vạch ra. Đi đúng con đường này, chúng ta sẽ nhìn thấy được Chánh pháp và trở thành Chánh Pháp, bản thân

sẽ thành tựu Pháp Thân. Khả năng đó Phật gọi là Pháp Nhãn, sự quán triệt trọn vẹn bản chất Tam Tướng của vạn pháp.

Đọc lại kinh văn truyền thống, ta sẽ thường xuyên bắt gặp đoạn kinh sau đây: "Khi Pháp Nhãn được mở ra, chứng ngộ các pháp là các pháp, vị ấy trở thành bậc Nhập Lưu, người chính thức có mặt trong cảnh giới các bậc Thánh". Chỉ có trí tuệ được thành tựu từ con đường Bát Thánh Đạo mới có thể giúp ta đoạn trừ phiền não, thành tựu tịnh lạc và chấm dứt tất cả đau khổ. Trí tuệ đó chính là cái quan yếu nhất của đời sống. Nhưng nhớ đấy, Bát Thánh Đạo dù có công năng ra sao cũng chỉ là con đường mà ta phải tự mình bước đi, một công phu mà từng cá nhân phải nỗ lực thực hiện.

Lời dạy của Đức Phật được tu tập ra sao luôn tùy thuộc vào khả năng hiểu biết của mỗi chúng ta. Giáo lý của Ngài đối với mỗi người từ đó cũng có giá trị không giống nhau. Hãy cố gắng khám phá toàn bộ ý nghĩa của lời dạy Đức Phật để xác định giá trị những lời dạy đó đối với đời sống bản thân.

-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.