Ho da nghi nhu the - 18

Họ Đã Nghĩ Như Thế

Ho da nghi nhu the - 18

Times font

Họ đã nghĩ như thế

Giác Nguyên dịch Việt

[18]

Đại đức Thanavaro Đ ịnh nghĩa về hạnh phúc

Tiểu sử:

Đại đức Thavanaro (Giuseppe Proscia) sinh năm 1955 tại miền Đông Bắc nước Ý. Từ bé, sớm có năng khiều về nghệ thuật và từ đó đại đức đã theo học các bộ môn âm nhạc, khiêu vũ và kịch nghệ. Trong thời gian đi lính, đại đức đã gặp được đệ tử của một vị Lạt Ma Tây Tạng và được giới thiệu đại khái về Phật Giáo. Khi giải ngũ, đại đức sang Luân Đôn học nhạc và làm việc tại một nhà hàng ăn uống. Trong một lần về lại Ý, đại đức tình cờ đọc được một cuốn sách viết về các trung tâm Phật giáo ở Anh Quốc và đặc biệt là được nghe kể về ngài Sumedho. Quay lại Anh Quốc, đại đức tìm đến gặp mặt Ngài Sumedho tại trung tâm Phật Giáo Oakenholt gần Oxford nơi có nhiều vị sư Phật giáo đang lưu trú.

Vào tháng 10 năm 1977 đại đức vào làm giới tử ở chùa Hampstead Vihàra đúng một năm rồi tu sa di. Năm 1979 đại đức đã thọ giới tỳ kheo với hòa thượng tiến sĩ Saddhatissa trên một chiếc tàu giữa dòng sông Thames. Như vậy đại đức Thanavaro là vị Tăng thiền sinh da trắng đầu tiên của Ngài Ajahn Chah xuất gia tại Anh quốc.

Đại đức Thanavaro đã sống tại hai chùa Chithurst và Harnham suốt sáu năm trời trước khi tháp tùng với đại đức Viradhammo sang Tân Tây Lan năm 1985 để xây dựng một ngôi chùa tại Wellington.

Bài viết sau đây là câu trả lời Phật pháp của đại đức trong một buổi công giảng tại Palmerston North (Tân Tây Lan) năm 1988 mà nội dung vốn được trích từ bài kinh Đại Kiết Tường (Mahàmangalasutta) trong tập Suttanipàta (thuộc Tiểu Bộ Kinh).

Định Nghĩa Về Hạnh Phúc

Thiền định là một con đường đem lại cho chúng ta cái khả năng tỉnh thức nhìn ngắm tất cả mọi biến dịch. Bất cứ cái gì trên đời này cũng chỉ đều là những chuỗi dài biến dịch. Vấn đề đơn giản lắm. Khi thiếu đi khả năng trí tuệ để thanh thản nhìn ngắm các chuỗi biến dịch đó, thì ta chỉ còn có mỗi một cách sống duy nhất là đối kháng cuộc sống, đối kháng với tất cả những gì mà mình cảm thấy không muốn chịu đựng. Hậu quả tất nhiên của thái độ sống này chỉ là những thất vọng và cực lòng. Chúng ta hầu như cứ suốt đời sống tuân theo những thói quen và tự đánh mất cái khả năng tự do mà lẽ ra mình được quyền có. Chúng ta cứ chất đầy trong đầu mình hàng trăm ngàn thứ

vấn đề để tự cho chúng là nan giải rồi cứ vậy mà đau khổ một cách tự nguyện.

Cuộc sống sẽ đẹp biết bao nếu cứ mỗi buổi sáng chúng ta rửa sạch khuôn mặt của mình rồi đồng thời rửa luôn trong lòng tất cả những gì là bận bịu để tâm hồn có được những cảm giác tươi tắn, mới mẻ, trong lành. Nhưng liệu nội tâm của chúng ta có thể được rửa sạch được một cách dễ dàng như mặt mày tay chân của chúng ta hay không?

Dĩ nhiên nội tâm của chúng ta không giống như thân thể của chúng ta, nhưng thật ra ta vẫn có cách tẩy sạch được nó. Đó chính là con đường tự gây tạo trong đời sống bản thân những hạnh phúc cao khiết. Nhưng chúng ta đã biết gì về con đường đó? Tôi nghĩ rằng hầu hết chúng ta đều có ít nhiều bỡ ngỡ về vấn đề này. Có người quan niệm rằng kiếm được thật nhiều tài sản là cách duy nhất để đầu tư hạnh phúc. Nhưng chúng ta thấy đấy, không phải lúc nào tiền bạc cũng có thể mua được hạnh phúc. Thứ hạnh phúc mà tôi đang muốn nhấn mạnh ở đây phải là những hạnh phúc có được từ sự hiểu biết, chúng đến một đời sống năng động chín chắn. Có được một đời sống chín chắn thì cũng có nghĩa là chúng ta đang được hạnh phúc. Trong kinh điển, Đức Phật đã đề nghị chúng ta những nếp sinh hoạt khả dĩ mang lại cho mọi người những niềm hạnh phúc thật sự. Những lời đề nghị của Đức Phật mà chúng tôi vừa nhắc đến, đúng là những quy tắc căn bản luôn có giá trị mọi nơi mọi lúc mà không ai có thể phủ nhận.

Trong kinh tạng Nguyên thủy có một bài kinh mà nội dung chính là những gì mà chúng tôi vừa giới thiệu. Trong đó, Đức Phật nhắc đến một đời sống hạnh phúc được thực hiện qua những qui tắc dễ hiểu, dễ thực hiện.

Trước hết, Ngài dạy người Phật tử hãy biết chọn bạn mà giao du: Gần người tốt xa người xấu. Cái ít nhất mà nếp sống này có thể mang lại cho chúng ta chính là đức tính khiêm tốn. Ta dĩ nhiên tôn trọng người mình chọn làm thầy, làm bạn và chính thái độ này đã là một niềm hạnh phúc cho chúng ta.

Đức Phật dạy rằng sống ở một trú xứ tốt cũng là nguồn hạnh phúc. Điều này dễ thấy thôi: Chúng ta khó mà có được một đời sống an toàn, tiến bộ khi cư ngụ ngay những nơi ồn ào, phức tạp hoặc thiếu điều kiện tu tập và học hỏi với các cao nhân.

Cứ vậy, bài kinh lần lược nhắc đến ba mươi tám quy tắc cơ bản mà lúc nào chúng ta cũng có thể vận dụng để đem vào đời sống của mình. Từng điều trong ba mươi tám điều đó luôn có đủ hai giá trị tự lợi và lợi tha. Chẳng hạn như Đức Phật dạy người Phật tử phải có tinh thần trách nhiệm với những người thân, phải biết trao đi với người khác để san sẻ hoặc tiếp nhận những kinh nghiệm cần thiết. Chúng ta không thể sống một mình nếu tinh thần tự lợi và lợi tha luôn là cần thiết. Và bên cạnh đó, ở bất cứ nơi đâu và lúc nào ta cũng có thể tự tìm thấy cho mình một nguồn hạnh phúc bởi cái hạnh phúc thật sự chỉ đơn giản là khả năng tỉnh thức về chính bên trong tâm hồn của mỗi chúng ta. Tất cả 38 điều được xem là qui tắc sống trên đây thật ra chỉ tập trung trong một vấn đề duy nhất, đó là khả năng tự tĩnh, mà tự tĩnh là một tên gọi khác của thiền định. Chúng ta hãy tự hỏi lòng mình, tự trắc nghiệm mình xem đã có thể sống được với lý tưởng thiền định hay chưa. Thiền định là một con đường thanh lọc nội tâm. Khi nội tâm chưa được trong sáng thì có nghĩa là nó vẫn còn tiếp tục bị nhiễu động, ngăn trở.

Trong tình trạng đó, đầu óc chúng ta chỉ có thể cảm nhận được những vấn đề rắc rối, cái này chồng chất lên cái kia. Mãi cho đến khi nào chúng ta sống được với một nội tâm thanh thản bao dung, tháo gỡ được những gì vẫn được xem là "vấn đề" thì khi đó tự nhiên chúng ta sẽ đi đến một giai đoạn tạm gọi là Bùng Vỡ Ý Thức. Thế là đã quá đủ rồi. Bùng Vỡ Ý Thức là công đoạn giải thoát của hành trình tu tập, mang ý nghĩa tẩy sạch những cấu uế của nội tâm.

Thực ra cụm từ Bùng Vỡ Ý Thức chính là cụm từ đã được thầy tôi là Ngài Ajahn Sumedho sử dụng khi giải thích về thiền định. Đó là một giai đoạn mà chúng ta sống trong sự tự điều phục, tự mình làm thầy cho mình và kiểm soát bản thân. Có đi đến giai đoạn đó, quý vị sẽ tự biết thôi. Tôi dĩ nhiên không thể đem trường hợp của mình để ngồi kể lại cho các vị. Điều quan trọng nhất là tôi muốn các vị hãy biết rằng, Theo Phật giáo, trên suốt hành trình tu tập của mỗi người, trước khi đạt đến cứu cánh giải thoát tức khả năng hoàn toàn thức tỉnh, thì từng người trong chúng ta luôn bị ngăn trở bởi ba thứ phiền não Tham, Sân, Si. Nói gọn lại như vậy nhưng ba thứ phiền não này luôn ẩn hiện trong trăm ngàn hình thức tư tưởng. Thậm chí đã có người còn nói nôm na rằng có bao nhiêu pháp môn trong kinh Phật thì có đến chừng ấy những biến thể của một trong ba phiền não đó. Hay nói một cách rốt ráo hơn, gần như từng dòng tư tưởng của chúng ta điều có sự hiện diện của phiền não. Có thể đó là suy nghĩ về một viên kẹo, ý thức về tiếng muỗi bay hay một quan điểm chính trị, văn hóa, tôn giáo... nào đó!

Một ý nghĩa khác của thiền định là sự vượt qua các khuynh hướng cực đoan. Bản thân sự vượt qua đó chính là từng bước của công phu thiền định, từng bước để chúng ta tự giải thoát chính mình. Có ai trong số các vị ở đây muốn đặt nghi vấn nào đó với tôi về bài giảng này hay không?

-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.