Huong vi Phap Bao - 02

Hương Vị Pháp Bảo

Huong vi Phap Bao - 02

[BuddhaSasana] [Unicode Fonts]

Hương Vị Pháp Bảo

Thiền sư U Silananda

(2)

Bát Chánh Đạo

Q ua bài giảng về Bát Chánh Đạo hôm nay, Sư muốn quý vị hiểu và tin tưởng vào pháp hành Thiền Minh Sát - Vipassana. Tất cả những ai dù phát nguyện theo Bồ-tát đạo để tiến Phật đến Phật quả hay theo con đường Thánh Đạo của chư vị A-la-hán đều phải hành pháp thiền nầy.

Kinh điển có ghi rằng các vị Bồ tát cũng đã hành Thiền Minh Sát, nhưng không đến chỗ rốt ráo của Đạo và Quả mà thôi. Điều nầy có nghĩa là nếu chư vị Bồ tát hành thiền đến mức viên mãn thì họ cũng thành đạt quả vị giải thoát Giác ngộ như một vị A-la-hán chứ không như là một vị Phật. Chư vị Bồ tát chỉ dừng ngang mức sắp bước vào Thánh Đạo để tiếp tục thực hiện lý tưởng Bồ tát, viên thành các hạnh Ba-la-mật mà mình đã phát nguyện hành trì. Trong kinh Pháp cú có nhiều câu kệ từ kim khẩu Đức Phật truyền dạy về Bát Chánh Đạo. Kinh Pháp Cú là quyển kinh sưu tập những lời dạy của Đức Bổn Sư trong nhiều trường hợp khác nhau. Kinh nầy gồm 423 câu kệ nằm trong 26 phẩm được kết tập ngay sau khi Đức Thế Tôn nhập diệt 3 tháng nên có tính chất rất chính xác, rất nguyên thủy. Các tích truyện dẫn đến trường hợp thốt lên những câu kệ trên đều đã xảy ra thực sự vào thời Đức Phật tại thế và đã lưu truyền từ thế hệ nầy sang thế hệ khác. Khoảng một ngàn năm sau khi Đức Phật nhập diệt, ngài Phật Minh (Buddhagosa) đã viết quyển Chú giải về kinh Pháp cú đầy đủ các tích truyện dẫn từ các câu kệ trên.

Tích truyện 273 kể lại một thời nọ, tại Kỳ Viên Tự, thành Xá-vệ chư tăng đang tụ tập trao đổi câu chuyện về đường sá như đường nầy ngắn, đường kia dài, lối nầy gồ ghề, lối kia bằng phẳng. Đức Phật đến bên nọ, ngồi lên chỗ dành cho Ngài và hỏi họ đang bàn chuyện gì. Khi biết là chư tăng đang bàn với nhau về đường sá thì Đức Phật dạy rằng đó chỉ là những con đường thông thường của thế gian. Ngài khuyên các tỳ kheo nên nói về Con Đường mà Ngài đã khám phá và chỉ dạy lại cho nhân gian. Con đường nầy là Bát Chánh Đạo và sau đó Đức Phật đã thốt lên câu kệ sau:

"Bát Chánh, đường thù thắng

Tứ Đế, lý thù thắng

Ly dục, pháp thù thắng

Giác nhãn, người thù thắng"

Sư muốn quý vị quen thuộc với những lời phán dạy nầy dù rằng Đức Thế Tôn đã dùng loại ngôn ngữ cổ xưa.

Đức Phật đã xác quyết rằng Bát Chánh Đạo là con đường cao diệu nhất. Trên thế gian nầy có nhiều giáo chủ đã truyền giảng nhiều đạo khác nhau. Riêng Bát Chánh Đạo, còn gọi là Thánh đạo, thì được Đức Phật khai sáng và đem dạy cho chúng sanh. Bát Chánh Đạo được thể hiện rõ rệt nhất trong pháp môn thiền quán của Phật giáo. Vì vậy khi ta hành Thiền Minh Sát là ta đang đi theo con đường Bát Chánh Đạo. Làm sao ta biết được là ta đang đi trên con đường nầy? Muốn vậy cần phải nắm vững các yếu tố của Bát Chánh Đạo để có thể hiểu ta đang làm gì khi hành Thiền Minh Sát.

Về lý thuyết để giảng dạy cho đại chúng thì Bát Chánh Đạo có 8 chi được kể theo thứ tự: Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh Tấn, Chánh Niệm và Chánh Định. Nhưng đối với người hành thiền thì thứ tự nầy có hơi thay đổi. Và khi ta đang hành thiền thì tám yếu tố trên vận hành một cách hài hòa trong tâm người hành giả.

Mỗi buổi sáng, việc đầu tiên trong ngày hành thiền là thọ giới, hoặc năm giới hoặc tám giới. Khi nguyện không phạm các giới đã xin là ta đang hành trì 3 chi: Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng của Bát Chánh Đạo: cố giữ lời nói chân chánh, hành động chân chánh và mạng sống chân chánh.

Khi hành thiền ta cố gắng giữ tâm chú niệm trên đề mục. Sự cố gắng nầy được gọi là Chánh Tinh Tấn , nếu không có nó tâm sẽ không ở yên trên đối tượng. Bằng sự cố gắng nầy, tâm sẽ bắt được đối tượng, đó gọi là Chánh Niệm . Chánh Tinh Tấn sẽ giúp Chánh niệm an trụ và đi sâu vào đối tượng chứ không hời hợt bên ngoài, đó là Chánh Định .

Khi tâm bám chắc và đi sâu vào đối tượng, hay nói cách khác là tâm được Định, được tập trung mạnh mẽ thì sẽ sanh khởi một sự hiểu biết, một sự xuyên thấu về đối tượng. Ta sẽ thấy đối tượng một cách rõ rằng và đúng đắn, thấy chúng sanh lên rồi diệt đi từng giây phút và do đó thấy bản chất vô thường, khổ và vô ngã của đối tượng. Đó gọi là Chánh Kiến , là sự hiểu biết đúng đắng là thấy được sự vật như nó là vậy. Để tâm có thể bắt được đối tượng, cần phải có một tâm sở đưa tâm đến đối tượng gọi là Chánh Hướng Tâm hay Chánh Tư Duy. Trong pháp hành Chánh Tư Duy không có nghĩa là suy tư chân chánh nhưng là một yếu tố, một tâm sở đưa dẫn tâm hướng đến và bắt lấy đối tượng. Nếu không có tâm sở nầy thì sẽ không có chánh niệm, chánh định và chánh kiến. Vậy trong mỗi giây phút hành thiền tốt đẹp, tâm ý được tập trung thì 5 yếu tố trên đang diễn tiến một cách nhịp nhàng, hòa hợp trong tâm ta, giúp ta có thể thấy được thực tướng của đối tượng. Cộng với 3 yếu tố đầu về giới, ta thấy rõ rằng khi hành thiền quán là ta đang thực hành ba chi của Bát Chánh Đạo. Và mới thấy ta thật may mắn biết mấy khi được hành trì pháp bảo, vì Đức Phật đã phải bỏ biết bao nhiêu, không chỉ là tháng năm mà bao nhiêu kiếp sống để khám phá ra Bát Chánh Đạo, tự thực hành và tự thân chứng, cuối cùng thành đạt quả vị Chánh Đẳng Chánh Giác.

Đối với Phật tử chúng ta, được hành pháp thiền nầy cũng giống như được ăn một món ngon có người dọn sẵn cho. Đây là cơ may hiếm có được thừa hưởng được một pháp

môn quý báu đã được ghi lại trong Kinh điển được lưu truyền qua sự chỉ dạy của các vị thầy môn đệ của Đức Phật, một pháp môn được mô tả là cao diệu nhất trong tất cả các pháp môn. Ngay trong cả nước Miến Điện, số người biết hành Thiền Minh Sát cũng rất ít, chỉ khoảng một phần hai mươi mà thôi.

Trong các chân lý, Tứ Diệu Đế là chân lý cao thượng nhất. Có nhiều loại chân lý. Chân lý là cái gì có thật cho dù nó tốt hay là xấu. Trong Phật giáo Giác ngộ là từ sự chứng nghiệm được Tứ Diệu Đế gồm sự thật về khổ, sự thật về nguyên nhân khổ, sự thật về chấm dứt khổ và sự thật về con đường đưa tới chấm dứt khổ. Con đường đây cũng là Bát Chánh Đạo hay Trung Đạo.

Trong tất cả các trạng thái, không tham đắm ly dục là trạng thái cao đẹp nhất. Đức Phật nói đây là điều thiện hảo nhất của thế gian. Chắc quý vị cũng khó mà đồng ý điều nầy. Ai ai cũng muốn thành công về gia đình, về lợi danh, về sự nghiệp, về lý tưởng... được coi là những điều kiện tốt đẹp nhất của thế gian. Làm sao thoát được tham ái vào những điều kiện nầy? Ở đây không tham đắm có nghĩa gột rửa được các trạng thái ô nhiễm trong tâm.

Trong tất cả các chúng sanh hữu tình, bậc Giác Nhãn (chỉ Đức Phật) là người cao cả nhất đã thành đạt sự toàn giác.

Chính Đức Phật đã nói " Bát Chánh Đạo là con đường độc nhất để thanh lọc chánh kiến, chứng ngộ Niết Bàn ". Có nhiều người không thích câu nầy dạy rằng không có con đường nào khác ngoài Bát Chánh Đạo, vì họ tin rằng có nhiều con đường khác đưa đến sự giải thoát, Giác ngộ. Họ nói rằng có đến tám vạn bốn ngàn pháp môn tu tập. Nhưng ta phải hiểu rằng tất cả các pháp môn trên không thể đi ra ngoài Bát Chánh Đạo được. Ví dụ như khi hành thiền Tứ Niệm Xứ, ta có thể bắt đối tượng hoặc là hơi thở, cảm thọ, tâm hoặc là các đối tượng của tâm. Nhưng tất cả đều phải áp dụng chánh niệm, tức là cũng nằm trong Thiền Minh Sát mà thôi. Có thể những người nói trên không hiểu mất về sự thực hành Bát Chánh Đạo nên không tin rằng nếu hành trì đúng đắng Bát Chánh Đạo theo lời chỉ dẫn của Đức Bổn Sư, họ có khả năng thành đạt Giác ngộ.

Ngoài ra Đức Phật cũng luôn nhấn mạnh rằng đức tin suông sẽ không bao giờ mang lại kết quả trên. Ngài không bao giờ nói rằng Ngài sẽ hành trì giúp cho các đệ tử của Ngài hoặc giúp cho những ai tin tưởng Ngài được thành tựu chánh trí như Ngài mà không phải tu mình thực hành giáo pháp. Tại sao Đức Phật không thể tặng cho ai món quà Giác ngộ của Ngài? Bởi vì điều đó không thể có được. Giác ngộ là sự tẩy trừ hoàn toàn những bợn nhơ, phiền não trong nội tâm của mỗi người. Đức Phật cho dù với tâm Đại Bi của Ngài, vẫn không thể đi vào tâm từng người để gột rửa giùm các ô nhiễm trong tâm họ. Chỉ khi nào chính họ đi theo con đường Bát Chánh Đạo, tự thực hành đúng theo phương pháp, cách thức chỉ dạy của Đức Phật, họ sẽ kinh nghiệm, thành đạt những gì mà Đức Phật đã từng kinh nghiệm thành đạt:

"Như Lai đã tự biết con đường nầy, và sẽ chỉ dạy cho các người đi con đường nầy, con đường giúp nhổ tận gốc rễ nọc độc của tham sân si, con đường đi đến sự chấm dứt mọi khổ đau. Các người phải tự nỗ lực mà đi. Như Lai chỉ là người dẫn đường mà thôi".

Qua câu trên, Đức Phật đã tự xác định Ngài chỉ là vị đạo sư, sẵn sàng ban dạy cho chúng ta những lời hướng dẫn, phương pháp thực hành chứ không thể nào hành trì thay giùm chúng ta, giống như thầy giáo chỉ dạy học trò lý thuyết và cách thức làm bài, chính học trò phải tự làm bài lấy mới thực sự có tiến bộ.

Hơn nữa, Đức Phật luôn nhắc các đệ tử phải nỗ lực thực hành giáo pháp chứ không chỉ hiểu chỉ nhớ suông giáo pháp mà thôi.

Trong thời Đức Phật, có một đại sư tên Potthila nổi tiếng uyên thâm kinh điển, là vị thầy của 18 nhóm đệ tử khác nhau. Nhưng chỉ thuyết pháp thôi mà không thực hành gì về những điều mình giảng dạy. Đức Phật biết vậy nên muốn khuyến cáo vị nầy. Mỗi khi Sư Potthila đến thăm Ngài, Ngài thường nói: "Đại đức Potthila rỗng không đấy à?" hay "Hãy ra về Đại đức rỗng không!". Vị Sư nghe vậy, thầm nghĩ "Ta vốn là một pháp Sư biện tài vô ngại và tinh thông kinh điển, đã giáo hóa cho biết bao nhiêu đệ tử trong biết bao nhiêu năm nay, nhưng tại sao Đức Bổn Sư lại gọi ta là 'rỗng không'? Chắc là Ngài ngụ ý ta không thực hành giáo pháp. Vậy ta phải làm theo tôn ý của Ngài".

Sáng sớm hôm sau, không cho ai biết, Sư ra đi cùng với người đệ tử cuối cùng của Sư đến một tu viện thật xa có 20 vị tỳ kheo A-la-hán thường trù ở đó. Quyết tâm tu tập, Sư đến vị trưởng lão tu viện, thỉnh cầu Ngài chỉ dạy thiền. Vị nầy trước kia vốn cũng là đệ tử của Sư, trả lời rằng "Đại đức là người làu thông kinh điển, lẽ ra tôi đây mới là người thỉnh giáo Đại đức, làm sao tôi có thể chỉ dạy cho Ngài?". Mặc dầu Sư cố sức nài nỉ nhưng vị nầy cũng không nhận vì thấy Sư Potthila còn ngã mạn rất cao. Sau đó Sư thỉnh cầu các vị khác nhưngg ai cũng từ chối. Cuối cùng Sư phải xin một vị sa di A-la-hán mới 7 tuổi dạy thiền. Vị nầy nói "Tôi chỉ là một sa di làm sao dám dạy Sư. Nhưng nếu quả thật Sư quyết chí muốn học, Sư phải chịu tuân theo lời yêu cầu của tôi". Sư nói dù có phải nhảy vào lửa, Sư cũng tuân theo.

Hai người đi đến một hồ nước. Vị sa di bảo Sư Potthila để nguyên y áo dầm mình xuống nước. Sư Potthila sẵn sàng làm theo. Vị sa di biết Sư Potthila đã chịu dẹp bỏ cái ngã của mình rồi nên mới bắt đầy dạy Sư hành thiền. Vị sa di nói: "Giả sử một gò mối có 6 lỗ. Nếu có một con cắc kè chui vào gò mối nầy và Sư muốn bắt nó ra, Sư phải đóng bớt 5 lỗ, chỉ chừa một lỗ, Sư sẽ theo dõi lỗ đó để bắt cho được con cắc kè. Cũng như vậy, khi hành thiền Sư phải đóng 5 cửa giác quan lại, chỉ chừa một cửa để theo dõi đối tượng mà thôi". Đại đức Potthila vốn tinh thông giáo pháp nên hiểu ngay ngụ ý của vị sa di. Sư đi đến một nơi thanh vắng để hành thiền. Lúc đó Đức Phật dùng hào quang phóng đến nơi Sư đang ngồi thiền cùng với câu kệ sau:

"Tu thiền, trí huệ sanh

Bỏ thiền, trí huệ diệt

Hãy tự mình nỗ lực

Khiến trí huệ tăng trưởng"

(Câu 282, kinh Pháp Cú)

Do đầy đủ phước trí và Ba-la-mật nên khi câu kệ vừa chấm dứt thì Sư Potthila đắc được đạo quả giải thoát A-la-hán.

Trí huệ thực sự chỉ có thể phát sanh từ công phu tu hành, và từ kinh nghiệm thực chứng, chứ không từ sự nghe, đọc giáo pháp, không phải là những kiến thức vay mượn từ các lời giảng, sách vở hay kinh điển. Cho nên muốn thực có Giác ngộ, giải thoát, ta không thể không hành thiền.

Ở đây Sư muốn nói thêm là khi vị sa di dạy Sư Potthila hãy đóng năm cửa giác quan và canh giữ cửa thứ sáu, điều nầy có nghĩa là gì? Có phải là hành giả phải nhắm mắt bịt tai che mũi lại? Làm cách nào để đóng 5 cửa giác quan?

Đóng lại ở đây có nghĩa là không để cho các tâm bất thiện có điều kiện chen vào các cửa giác quan nầy, khi ta thấy hình ảnh nào, nghe một âm thanh hoặc ngửi nếm đụng chạm một vật gì. Ý nghĩa trọn vẹn nhất của việc thu thúc ngũ quan nầy là sự ngưng lại tại cái thấy khi ta trông thấy một vật, sự ngưng lại tại cái nghe khi ta nghe một âm thanh... đừng cố gắng đi tới kinh nghiệm vật thấy hay âm thanh nghe đó.

Trong một bài kinh khác, Đức Phật có dạy "Hãy ngưng ngay ở sự thấy, sự nghe mà không để tâm đến sự phân biệt, phán đoán đối tượng". Vậy làm thế nào để đóng cửa các giác quan lại hoặc ít ra có thể ngăn chận các tâm bất thiện trong ý nghĩ đó? Thực tập chánh niệm! Đúng vậy! Với chánh niệm ta có thể đóng cửa các giác quan hoặc ít ra có thể ngăn chận các tâm bất thiện sanh khởi qua các cửa đó. Vậy Thiền Minh Sát có khả năng thu thúc được ngũ quan để tâm có thể theo dõi hữu hiệu ở cửa thứ sáu là cửa của tâm ý.

Mục đích của Sư khi kể tích truyện Đại đức Potthila là để khuyến khích quý vị hành thiền chứ không phải để coi thường hay chỉ trích những ai không hành thiền. Điều nầy rất quan trọng! Trong một bài kinh Đức Phật có dạy là các học giả và các hành giả không nên chỉ trích lẫn nhau mà phải biết tôn quý và kính trọng lẫn nhau. Vị hành giả có thể nghĩ rằng: "Nhờ các học giả uyên thâm, các Pháp Sư lỗi lạc mà mình thông suốt hơn về Phật pháp, công đức họ thật vô cùng hữu ích cho mọi chúng sanh". Còn các vị học giả có thể nghĩ rằng: "Thật may mắn có các vị Thiền Sư, thiền giả thực hành giáo pháp, thành đạt Giác ngộ. Nhờ đó mình mới hiểu rõ và tin chắc hơn vào lợi lạc của pháp hành".

Tóm lại Đức Phật đã nhiều lần, bằng nhiều cách dạy chúng ta rằng Bát Chánh Đạo là con đường cao diệu nhất trong tất cả các con đường, là phương pháp duy nhất để thanh lọc chánh kiến và thành tựu chánh trí. Ngài muốn chúng ta không chỉ thông hiểu giáo pháp mà phải biết đem cốt tủy của sự hiểu biết đó ra thực hành để có thể thực sự hưởng lợi lạc của pháp bảo.

Chúng ta thật sự có phước báu được gặp và được hành pháp môn Thiền Minh Sát nầy. Ta hành thiền quán là ta đang hoàn toàn làm đúng theo lời dạy bảo và sự mong ước của một bậc Giác ngộ. Hành thiền là công việc và bổn phận của người đệ tử Phật phải làm và phải hoàn thành. Và hành thiền cũng là thực sự đi đúng con đường Bát Chánh Đạo mà Đức Phật đã khai mở và truyền dạy lại cho tất cả chúng sanh.

SADHU! SADHU! SADHU!

Khóa Thiền tại San Francisco, 28-07-1990

[Chương trước][Mục lục][Chương kế]

[Thư
Mục chính]
Last
updated: 10-07-2000
Web
master: binh_anson@yahoo.com
binh_anson@hotmail.com

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