Thien hoc Nam truyen - 11

Thiền Học Nam Truyền

Thien hoc Nam truyen - 11

[BuddhaSasana] [Unicode Fonts]

Thiền học Nam Truyền

Giác Nguyên dịch Việt

Chương 11

Hiểu biết về Nghiệp Lý:

Con đường đến Tự do

C òn có một trình độ hiểu biết khác về nghiệp lý mà không hề liên quan đến vấn đề tái sinh. Chẳng hạn một thứ kiến thức về nhân quả báo ứng để ta từ đó đầu tư những thiện sự mang ý nghĩa dẫn sanh vào các sinh thú cao cấp như thiên giới hoặc nhân giới với những điều kiện sống tuyệt với. Kiến thức về nghiệp lý ở đây cần được hiểu là một con đường đưa đến một khả năng tâm linh thật sự tự tại giữa đôi bờ tương đối của sự sống và cái chết, sanh và diệt.

Tinh hoa của đạo Phật chỉ nằm trong trí tuệ nội quán về qui luật Vô Ngã. Trong giáo lý tuyệt vời mà đồng thời cũng là cốt lõi này của Phật giáo có nội dung là phủ nhận một cái tôi ảo vọng. Tất cả những cấu tố tâm sinh lý vẫn làm nên sự có mặt của chúng ta, chúng luôn thay đổi và biến tướng một cách nhất định. Cái mà chúng ta vẫn gọi là thực thể, cái tôi,... đều chỉ là một khối tổng hợp của từng thành phần tâm vật lý nương nhau mà hiện hữu thông qua một khối quan hệ hữu cơ. Phật giáo vẫn gọi chung các cấu tố đó là Ngũ Uẩn (Khandha).

Uẩn hay cấu tố đầu tiên trong năm uẩn chính là những nguyên tố vật chất (Sắc uẩn) mà chúng ta có thể cảm nhận qua các quan sinh lý, dưới nhiều hình thái cảm nghiệm: Thô ráp, mềm mại, nóng lạnh, rung động, nặng nề, nhẹ nhàng... Uẩn thứ hai vẫn được gọi là Thọ uẩn , bao gồm tất cả những cảm giác và xúc động tốt xấu như buồn, vui hay sự hờ hững thản nhiên mà từ ngữ thông thường vẫn gọi là tình trạng tâm lý vô cảm. Uẩn thứ ba tức Tưởng uẩn , cũng thuộc lãnh vực tâm lý như hai uẩn vừa kể trên và với một định nghĩa nôm na thì đó là những quan niệm, những liên tưởng tập quán mang tính phân biệt và kinh nghiệm về các đối tượng sở tri. Chẳng hạn, chính nhờ có nó, khi nghe một tiếng động, ta lập tức nhận ra ngay rằng đó là tiếng còi xe hay tiếng chó sủa. Hồi ức là một trong những chức năng đặc trưng của tưởng uẩn. Uẩn thứ tư chính là những hình thái tư tưởng tích lũy tất cả những cấu tố tâm lý ngoài thọ uẩn và tưởng uẩn, những uẩn mà theo đặc tính có thể được xem là độc lập. Uẩn thứ tư này bao gồm tất cả những hình thái ý thức sai biệt và có di hậu những phản ứng nhất định nào đó trong tương lai bất luận là tốt hay xấu. Chúng là những cấu tố tâm lý có hiệu quả xây dựng và qui định nhân cách cũng như hướng đi của mỗi chúng sanh. Gọi theo thuật ngữ phật học thì Uẩn thứ tư chính là Hành uẩn , nội dung có thể là tam độc (tham, sân,

si) hoặc tam học (giới, định, tuệ). Uẩn thứ năm tức Thức uẩn là cái biết đơn thuần, vô tư, vô cảm đối với tất cả đối tượng sở tri bất luận thuộc tâm lý hay vật lý, một cái biết đơn giản chưa thông qua cũng như chưa bị định trị (đánh giá) bởi bất cứ lăng kính ý thức nào hết. Chúng ta thật ra chỉ là một thành phẩm được cấu hợp từ sự tương tác của năm uẩn. Những khái niệm tôi, anh, nam, nữ, người, thú... chỉ là những ngôn ngữ mang ý nghĩa phương tiện để diễn dịch những hình thái vận động nhất định của các uẩn mà thôi.

Chẳng hạn khi ta nghe tiếng động thì sự ghi nhận ban đầu về âm thanh đó chính là Thức uẩn (ở đây là nhỉ thức). Thần kinh thính giác và âm thanh kia là Sắc uẩn. Những cảm xúc tiêu cực hay tích cực trước âm thanh đó, chính là Thọ uẩn. Sự nhận ra (bằng kinh nghiệm quá khứ) rằng đó là âm thanh, tiếng động gì thì đây là Tưởng uẩn; và tất cả những phản ứng tâm lý mang tính đầu tư, định trị bằng các tình trạng tâm lý thương hoặc ghét hay hiểu biết (bằng trí tuệ) thì chính là sự hiện hữu, tồn tại của Hành uẩn.

Trong một bộ kinh quan trọng của Phật giáo là Milindapanha (Milinda Vấn Đạo) có nhắc đến một đoạn đối thoại giữa nhà vua Hy lạp tại Ấn Độ tên Milinda (hậu duệ của A-lịch-sơn Đại Đế) với Ngài Nàgasena (Na-tiên), một vị thánh tăng bác học thời danh, về giáo lý vô ngã. Nhà vua yêu cầu Ngài Nàgasena hãy giải thích rõ hơn cho mình về vấn đề giáo lý thâm sâu mà cũng vô cùng tế nhị này. Nhà vua đặt vấn đề với tư cách một người đứng trên lập trường chủ trương một cái Tôi. Ngài Nàgasena trỏ vào chiếc long xa của nhà vua rồi hỏi:

- Thưa đại vương, ở đây cái gì được gọi là cổ long xa? Có phải chăng từng món phụ tùng được lắp ghép vào đây đều có thể được gọi là chiếc long xa hay không, chẳng hạn như các món đùm xe, trục xe, căm xe, thùng xe, mui xe, rèm xe,...?

- Tất nhiên, nếu kể ra từng món một thì không có món nào có thể được gọi là cổ long xa cả! Vua Milinda trả lời.

Đến đây, nhà vua Milinda coi như đã thấu suốt được giáo lý vô ngã một cách sâu sắc và sinh động qua chính hình ảnh về cổ long xa mà Ngài Nàgasena đã tạm mượn làm một thí dụ để trình bày về một giáo lý vô ngã xuyên qua phép diễn dịch về đặc tính nương đỡ và tương quan hữu cơ như một qui luật sinh tồn của vạn pháp: Không có sự góp mặt của các món phụ tùng cần thiết thì chẳng có một chiếc xe nào cả. Vẫn bằng phương thức suy luận tương tự, cái mà chúng ta vẫn gọi là "tôi, của tôi" thật ra chỉ là một khái niệm giả lập để chỉ cho môi trường gặp gỡ, tương ngộ của các uẩn luôn sanh diệt triền miên trong từng chớp mắt. Bản chất và đặc tính cố nhiên của chúng là luôn luôn thay đổi, phân hóa, biến tướng và bất thường.

Chúng ta hãy quan sát mọi sự trong từng ngày như người ta vẫn tự nhìn ngắm mình trong tấm gương soi. Tình trạng hiện hữu của các uẩn hôm nay qua đến ngày mai sẽ đổi khác nhiều lắm. Mọi thứ luôn trôi qua đi và tự đnh mất khuôn mặt cũ của mình, cái còn gọi có chăng chỉ là tên gọi. Bằng vào những khái niệm tập quán ngộ nhận, trong đó có cả thói quen định danh (gọi tên), chúng ta vẫn luôn tự ám ảnh mình bằng một niềm

tin vào những sự vật nào đó miên viễn và hằng tại, trường cữu, thậm chí dù có tận mắt nhìn thấy những hiện tượng vô thường, đổi thay, ta vẫn cứ xem chúng hiện hữu, vận động, biến tướng vì một quyền sở hữu hay dưới sự điều hành của ai đó, cái gì đó. Nhưng nếu bằng một cái nhìn nghiêm túc, trung thực, khách quan và tỉnh thức, thông qua trí tuệ thiền định vốn đã được trao luyện thuần thục, thì ta sẽ thấy rằng ngay bản thân của ý thức (ở đây là tứ danh uẩn, các uẩn thuộc tâm lý) tự bản thân chúng chỉ là một qui trình vận động luôn mang tính vô thường và bất cứ cái gì vẫn được gọi là bản ngã hay cái tôi cũng chỉ là một chuỗi dài đổi thay liên tục của ngũ uẩn mà không hề có một thực thể bất biến, vĩnh hằng nào nấp kín đàng sau hay tàng ẩn bên trong chúng cả.

Dòng sinh diễn cố nhiên của ngũ uẩn tuyệt đối không xảy ra một cách ngẫu nhiên, tình cờ, đột biến, đột xuất hay hỗn độn, thiếu trật tự. Nó sinh hóa trên một hệ thống hẳn hoi, mang tính thừa tiếp hữu cơ, tuân theo qui luật vận động tất yếu của các pháp tự muôn đời. Những qui luật có điều động tất cả những mối quan hệ tương thuộc của các cấu tố tâm vật lý làm nên sự tồn tại, vận động của các pháp và ta cóthể học hỏi thấu suốt vấn đề này trong tạng Vi Diệu Pháp (Abhidhamma-pitaka), một hệ thống giáo lý có nội dung chủ yếu là về tâm lý học (từ ngữ này ở đây nên hiểu theo định nghĩa chiết tự chứ không mang ý nghĩa thông thường ở các bộ tự điển). Theo tạng Vi Diệu Pháp thì ý thức của chúng ta là một chuỗi dài của những đơn vị cảm nghiệm tâm lý mà gọi theo từ chuyên môn của Phật học là các Tâm lộ. Trong hình thái vận động này các đơn vị ý thức tuyệt nhiên không diễn ra trong một tình trạng hỗn mang hay xơ cứng, dính dấp đến từ ngữ văn tự, mà thay vào đó mỗi tâm lộ bao gồm một loạt tối đa mười bảy đơn vị ý thức, gọi theo thuật ngữ của tạng Vi Diệu Pháp là mười bảy Sát-na Tâm. Giả dụ như khi ta nghe một tiếng động, các đơn vị ý thức tương ứng lập tức nối đuôi nhau hình thành ra một tâm lộ với số lượng tối đa là mười bảy Sát-na để tập trung vào một đối tượng sở tri, mà ở đây là âm thanh mà mình vừa nghe qua.

Đối với trường hợp cảm nghiệm (ghi nhận, đón bắt) các đối tượng ý thức khác như hình ảnh, hương vị hay đối tượng xúc giác, tư tưởng nào đó, tất cả cũng đều diễn ra theo qui trình này: Tính ở mức tối đa, mỗi lộ tâm gồm có mười bảy sát na và thời gian tồn tại của mỗi một sát na là cực ngắn (tạm hiểu là một phần tỷ của mỗi giây đồng hồ) và trong suốt đời sống chúng ta, các Tâm lộ luôn liên tục thế chỗ cho nhau. Trong mỗi Tâm Lộ như vậy, có một số Sát-na chỉ đơn giản có ý nghĩa là hậu quả thừa tiếp từ các tiền nghiệp quá khứ. Thuật ngữ của tạng Vi Diệu Pháp gọi chúng là những Sát-na Tâm Quả. Chúng hiển hiện trong lộ tâm dưới hình thức của những cảm giác tốt xấu (Thọ uẩn). Chẳng hạn như khi chúng ta bị nghe phải những câu nói, những âm thanh khó chịu thì đó chính là lúc lộ diện của Sát-na tâm quả bất thiện vốn đã được đầu tư từ một hành động ác xấu tương ứng nào đó trong quá khứ. Còn đối với các Sát-na tâm còn lại trong một tâm lộ thông thường thì chúng có chức năng gây tạo ra những tác động mà nãy giờ ta vẫn gọi là quả và nhân tố tác nghiệp hay sức mạnh tác động của chúng hoàn toàn tùy thuộc vào thái độ phản ứng tâm lý của chúng ta trước các đối tượng sở tri. Như khi nghe một câu nói, một âm thanh dễ gây bất mãn thì thay vì chúng ta chỉ đơn giản ghi nhận nó là quả xấu của một tiền nghiệp bất chánh để rồi bình thản nhìn ngắm và bỏ mặc cho nó trôi qua, nhưng nếu ta lại đón nhận nó bằng một sự bất mãn thì vô

tình ta đã lại đầu tư thêm một ác nghiệp mới nữa trong tương lai. Tất cả chỉ vì thái độ đối kháng tệ hại của chúng ta mà thôi.

Nói một cách khác đi, ta đã đối diện và xử lý một cách thiếu thông minh trước đối tượng sở tri. Và ở đây có một qui luật mà có lẽ ai cũng biết, đó là "Nhân nào quả nấy": Cơn nóng giận hôm nay sẽ cho ra những nổi buồn khổ ở ngày mai. Ngược lại, với một thái độ phản ứng và xử lý ngoại cảnh bằng tất cả những giá trị tinh thần như tỉnh thức, bao dung và một trình độ thấu đáo về nghiệp lý thì dầu bất cứ ở tình huống nào, đối với bất cứ một đối tượng sở tri nào tốt xấu bất luận, ta đều có cơ hội để vun bồi và gieo hạt cho những hạnh phúc mai sau.

Tất cả những cảm xúc tâm sinh lý dù tốt xấu đều là hậu quả của tiền nghiệp. Những phản ứng của chúng ta hôm nay đều luôn có thể tạo nên những hậu quả trong tương lai mà mình sẽ phải chấp nhận, thưởng thức hoặc chịu đựng. Qui luật về nghiệp lý là cả một vòng tuần hoàn luân lưu: Từ một hạnh nghiệp quá khứ sẽ tạo ra những hậu quả trong hiện tại và chính những thái độ phản ứng, xử lý tốt hoặc xấu đối với chúng, lại tiếp tục tạo ra những hậu quả mới... Cứ thế và cứ thế. Vòng tuần hoàn nghiệp lý báo ứng này đã qui định nên cuộc luân hồi của tất cả chúng sanh và tất cả chỉ nằm vỏn vẹn trong từng sát na tâm.

Giáo lý thiền quán đặc biệt nhấn mạnh hai vấn đề lớn là sự thức tỉnh trong mỗi thái độ xử lý của ta đối với nó. Bởi chính điều này là cội nguồn cho tất cả hạnh nghiệp của chúng ta. Mỗi phút giây cảm nghiệm thực tại đều có thể trở thành một tác nhân cho một báo ứng nào đó trong ngày sau. Tất cả đều tùy thuộc ở chúng ta, mỗi người đều có quyền chọn lựa cho mình một thái độ sống: Để mặc cho từng phút giây đối diện và xử lý thực tại bị cuốn hút vào trong vòng tuần hoàn của nghiệp lý vay trả triền miên, hay chỉ ngắm nhìn từng thực tại một cách tự do, vô hệ lụy, không đầu tư một hạt giống nhân quả xuẩn động nào.

Con đường tối ưu để chúng ta vực mình ra khỏi vòng tuần hoàn mù mịt vô cực của nghiệp lý chính là chánh niệm hay thái độ tỉnh thức. Đó là một trình độ nội tâm nằm ngoài tất cả phân biệt hẹp hòi, luôn phơi mở và khách quan đón nhận tất cả những gì xảy đến, không thương ghét mà cũng chẳng vô tâm lãnh đạm, hờ hững và thiếu trách nhiệm. Một khi có được cái bản lãnh chào đón mọi cảm giác vốn là hậu quả của tiền nghiệp, bằng tất cả bình tâm thì coi như chúng ta đã tự tạo được cho mình những điều kiện giác ngộ, những nhân tố giải thoát thật sự rồi đó!

Hãy nhớ rằng ngay cả đối với một người đã hoàn mãn túc duyên giác ngộ (thậm chí đến cả chư Phật) cũng phải chấp nhận những ác quả từ các tiền nghiệp mà mình đã tạo. Dĩ nhiên các Ngài cũng vẫn có thể thọ lãnh tất cả những thiện quả đã được gieo trồng từ quá khứ. Ở đây chúng ta có lẽ ai cũng biết đến câu chuyện về một tay sát thủ khét tiếng trong thời Đức Phật, tên là Angulimàla. Số nạn nhân của chàng ta lên đến chín trăm chín mươi chín người. Sở dĩ tay sát thủ này được gọi tên như vậy vì bởi vì chàng ta chỉ giết người để lấy trên bàn tay của mỗi nạn nhân một ngón tay rồi xâu lại thành chuỗi đeo trên cổ. Nạn nhân cuối cùng mà Angulimàla nhắm tới, chính là bà mẹ

ruột của mình. Bằng Phật trí, Đức Thế Tôn biết được mọi sự và Ngài đã kịp thời xuất hiện để can thiệp. Nhìn thấy Đức Phật, Angulimàla liền thay đổi đối tượng truy sát và bằng tất cả sức chạy vốn chưa có đối thủ, Angulimàla đã dốc sức rượt đuổi Đức Phật trong khi Ngài vẫn từng bước thong thả như không có gì xảy ra. Như ta đã biết, tay sát thủ khát máu này không cách nào theo kịp Đức Phật, cuối cùng khi đã kiệt sức, Angulimàla lớn tiếng bắt buộc Đức Phật dừng bước.

Trước thái độ hung hăn của Angulimàla, Đức Thế Tôn từ tốn trả lời: "Thực ra Như Lai đã đứng lại từ lâu lắm rồi, chỉ có ngươi mới là người chưa chịu dừng bước đó thôi, Angulimàla ạ!"

Và Angulimàla đã dừng bước, dừng bước thật sự và bị tác động mãnh liệt bởi chính phong thái đại hùng, đại bi của Đức Phật. Sau đó, Angulimàla xuất gia và trở thành một vị A La Hán. Theo như kinh sách ghi lại, trong những đoạn đời còn lại của mình, ngài Thánh Tăng Angulimàla đã phải trả giá cho những ngày tháng khát máu của mình bằng những nếm trải cay đắng trên suốt những nẻo đường du hóa vị tha: Hầu như ở bất cứ nơi nào Ngài cũng đều bị nguyền rủa, hành hung một cách tàn nhẫn. Nhưng dĩ nhiên đối với trí tuệ của một bậc A La Hán, ngài đã mĩm cười đón nhận tất cả với một tấm lòng bao dung vô hạn. Bởi đó chính là một trong những nét đặc trưng cho trí tuệ của một bậc thánh: Trí tuệ về nghiệp lý, chấp nhận nghiệp quả mà không đầu tư thêm nghiệp nhân. Các bậc thánh bình thản cảm nhận tất cả những báo ứng của mình như một người đang có mặt tại kịch trường để quan sát những vỡ kịch, mà ở đây là những vở bi hài kịch của tuồng nghiệp lý!

Vạn hữu, từ các tầng địa ngục sâu nhất cho đến những cảnh giới phạm thiên cao nhất cũng chỉ đều là những hình thái hiển thị của ý thức, nội tâm chúng sanh. Có hiểu được nghiệp lý, tức những qui luật điều hành và qui định sự tồn tại của mọi loài thì coi như ta đã có thể tự chọn cho mình một hướng đi, một sinh thú. Chúng ta không cần phải lo âu trước con đường tử sinh dường như có vẻ đáng sợ này. Chúng ta có thể tự có cho mình một con đường tràn đầy trí tuệ và an lành; bằng vào sự thấu suốt vấn đề nghiệp lý một cách chi li, sâu sắc qua sự vận động của tâm lý ở cấp độ tế vi của khái niệm về mỗi sát-na tâm, xâu chuỗi luân hồi hữu cơ của chúng ta xem như có cơ may được cắt đứt. Và với sức mạnh của chánh niệm, của thái độ vô cầu, vô chấp và độc lập đối với tất cả thực tại sở tri, chúng ta có thể phá vỡ vòng luân lưu của cuộc sinh tử tuần hoàn, đồng thời có thể phơi mở được cho mình một cảm giác tự do thật sự.

J. K.

Hướng dẫn thực tập Chiêm ngắm ý hướng hành động Để hiểu được nghiệp lý, điều căn bản và cốt lõi là việc nhìn thấy phương thức vận động hoặc những khuynh hướng ý thức mang tính quy định một chủng tử tạo quả trong tương lai trong chính hành động mà mỗi người thực hiện. Từ đó suy ra, một sở hành (trong tam nghiệp) được điều động bằng thiện tâm thì kết quả tất yếu của nó sẽ là các quả lành. Bằng ngược lại một sở hành được điều động bởi các phiền não thì hậu quả dĩ nhiên của nó sẽ là tất cả những gì cay đắng chua chát trong tương lai. Có điều là các quả nghiệp không phải luôn luôn

là nhãn tiền nên ta phải nói rằng thật không dễ dàng gì nhìn thấy được quá trình quan hệ tương thuộc giữa nhân và quả.

Tuy nhiên trong đời sống thường nhật ta vẫn có lắm dịp để thấm thía một cách dễ dàng và trực tiếp vấn đề nghiệp lý xuyên qua trường hợp khẩu nghiệp, những ngôn ngữ đối giao với mọi người xung quanh. Chúng ta hãy làm một thử nghiệm bằng cách bỏ ra đôi ba ngày ghi nhận cẩn thận và trung thực từng động lực tâm sinh lý của mỗi lời nói mà mình phát biểu. Hãy cố gắng nhìn thẳng vào từng phút giây tâm não trạng gắn liền với ý muốn phát ngôn, nhìn thẳng vào những động lực, phản ứng tâm lý vào cả sự chọn lựa ngữ ngôn của mình. Hãy cố gắng tỉnh thức để nhận diện tất cả những gì thúc đẩy ta nói, bất luận đó là một thứ tâm trạng thô tế, tốt xấu ra sao. Đại khái, càng tỉnh thức càng tốt, đối với tất cả hình thái ý thức và những gì thật sự có tác động đến khẩu nghiệp của mình.

Ta chỉ nhìn ngắm thôi, một cách khách quan về đáy sâu thật sự của nội tâm mình, không thông qua một toan tính khuôn sáo nào cả. Hãy đơn giản ghi nhận các vận động sai biệt của ý thức cùng những ngôn ngữ mà chúng điều động.

Sau chừng đó nỗ lực, ta hãy tiếp tục ghi nhận ảnh hưởng của mỗi lời nói mà mình phát biểu: Ta sẽ phải nhận lấy những gì từ thế giới chung quanh khi ngôn ngữ của mình được phát biểu bằng một nội tâm nhỏ nhen, vị kỷ, cao ngạo,...? Người khác sẽ có phản ứng ra sao trước những câu nói đầy tình thương?

Qui luật nghiệp báo luôn buộc ta phải tự chịu trách nhiệm về tất cả những tác động của mình (mà mỗi người có thể chọn lựa) đối với thế giới chung quanh trong từng giây phút. Với sự khám phá tinh vi và kỳ thú về những năng lực nội tại này ở mỗi người cũng giúp ta tự qui định lấy điều kiện sinh tồn ngoại tại: Ta có thể chọn lấy cho mình một hướng đi an lành, giải thoát.

[Chương trước][Mục lục][Chương kế]

[Main
Index]
Last
updated: 01-06-2000
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.