Tim vao thuc tai - 05

Tìm Vào Thực Tại

Tim vao thuc tai - 05

Times font

Tìm Vào Thực Tại

Thích Chơn Thiện, 1997

Chương V

Sự Khác Biệt Giữa Thiền Định Phật Giáo

Và Thiền Định Ngoại Đạo

Q ua các tài liệu lịch sử về đức Phật, và qua các kinh nói đến quảng đường xuất gia tu hành của Ngài, có một sự kiện lịch sử đánh mạnh vào sự chú ý của chúng ta là: Thoạt tiên Thế Tôn tu tập Thiền định với hai ngoại đạo sư là Alàra và Uddaka (xem "Phật Học Khái Luận", cùng soạn giả) chứng đắc đến định Vô Sở hữu và Phi tưởng phi phi tưởng, cảnh giới định cao nhất của ngoại đạo. Bây giờ Thế Tôn đã thấy rõ các định ấy còn bị vướng mắc vào sanh tử, Ngài đã một mình từ giả con đường tu chân chánh dẫn đến đoạn tận khổ đau.

Sau sáu năm khổ hạnh dò dẫm, Thế Tôn lại thấy rõ đây cũng không phải là Chánh đạo. Sau cùng, Ngài đã trải qua bốn tuần lễ Thiền quán dưới cội Bồ-đề ở Ưu-tâu-lần-hoa (Uruvelà) và chứng đắc Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

Điều đó nói lên con đường Thiền định Phật giáo do Thế Tôn khai mở hoàn toàn khác biệt với các lối Thiền định của ngoại đạo đương thời. Chúng ta hãy đi thẳng vào nội dung của sự khác biệt này.

Trước khi Thế Tôn ra đời và trong thời Thế Tôn tại thế, tại Ấn Độ đã có 62 học thuyết ngoại đạo chủ trương khác nhau về con người và thế giới. Có một số ít học thuyết là kết quả của các suy luận thuần lý đầy tham ái và chấp thủ kiến. Những chủ trương khác còn lại là do kinh nghiệm thực tại có giới hạn của các nhà khởi xướng, và do tham ái và chấp thủ kiến của họ. Do vì họ tu tập Thiền định qua ngõ đường: "Nhiệt tâm, tinh tấn, cần mẫn, không phóng dật, chánh ức niệm nên tâm nhập định". Do tâm nhập định họ biết được nhiều đời sống quá khứ, nhiều thành kiếp hoại kiếp, nhiều trăm ngàn thành kiếp, hoại kiếp, và họ chấp thủ vào cái thấy qua ký ức giới hạn ấy. (Kinh Phạm Võng, Trường Bộ Kinh I). Thế Tôn đã xác nhận, "các kiến chấp của họ là do xúc phạm các căn", do "cảm thọ qua các định" và "do bị tham ái chi phối" mà có (Trường Bộ Kinh I, Kinh Phạm Võng).

Như vậy nội dung và kết quả tu tập Thiền định của ngoại giao là do tu tập thuần túy Thiền chỉ và thiếu sự giác tỉnh về vô ngã tính, duyên sinh tính của các pháp nên rơi vào tham ái và chấp thủ, dù họ có thể vào đến định Phi tưởng phi phi tưởng và thấy được rất xa các đời quá khứ về con người và thế giới.

Con đường Thiền định của Thế Tôn cũng thấy được tất cả những gì mà ngoại đạo thấy, còn thấy xa và nhiều hơn thế nữa. Thế Tôn ngoài phần Thiền chỉ, còn hành sâu Thiền quán và thường giác tỉnh các pháp là duyên sinh vô ngã, vô thường, khổ đau mà rời khỏi hết các tham ái và chấp thủ nên đoạn trừ hết nhân sinh tử, chứng đắc Niết-bàn.

Từ đó, ta rút ra hai điểm khác biệt chính, rất nền tảng, giữa hai ngã đường Thiền định trên.

1. Thiền định ngoại đạo chỉ có Thiền chỉ (nhiệt tâm, tinh cần, không phóng dật và nhiếp niệm tập trung) mà không có Thiền quán (quán vô ngã, vô thường tan rã, hoại diệt) như ở Phật giáo.

2. Do ngoại đạo chỉ có Thiền chỉ giới hạn, không nhận rõ lý Duyên sinh, Vô ngã của các pháp nên dẫn hành giả vào sâu hướng tham ái và chấp thủ. Con đường Thiền đinh Phật giáo thường nuôi dưỡng chánh niệm tỉnh giác (thấy rõ vô ngã, vô thường và khổ đau của các pháp) lìa khỏi các tham ái và chấp thủ.

Từ hai điểm khác biệt lớn trên dẫn đến hai kết quả tu tập thật là khác biệt:

- Phật giáo nhờ hành Thiền quán, giác tỉnh, ly tham ái, ly chấp thủ mà dẫn đến kết quả đoạn tận khổ đau, dứt trừ nhân sinh tử.

- Thiền định ngoại đạo, do vì bị vướng mắc vào cảm thọ, vào xúc, vào chấp thủ và tham ái nên dẫn hành giả chạy vòng quanh trong sinh tử, vướng mắc sinh tử, tuyệt nhiên không thể dứt trừ được sinh tử, đoạn tận khổ đau.

Do đó, con đường ngoại đạo dừng lại ở định Phi tưởng phi phi tưởng mà không bao giờ thoát qua khỏi định này.

Tu tập theo Phật giáo, hành giả có thể từ Tứ thiền sắc định, hành Thiền quán để vào thẳng Diệt thọ tưởng định hay chứng đắc các Thánh quả (từ đệ nhất đến đệ Tứ Thánh quả). Cũng có thể từ Tứ thiền phát triển mạnh Thiền quán để dứt trừ hết các lậu hoặc chứng đắc A-la-hán. Cũng có thể từ Vô sở hữu xứ định hành Thiền quán hay Bốn vô lượng tâm để vào thẳng Diệt thọ tưởng định và đắc Thánh trí giải thoát. Cũng có thể bằng Thiền quán đi vào Phi tưởng phi phi tưởng xứ định rồi xuất khỏi định này để vào Diệt thọ tưởng định và chứng ngộ Niết-Bàn.

Trong một số trường hợp đặc biệt, đối với các đệ tử của Thế Tôn có trí tuệ siêu việt, có thể từ Sơ thiền, Nhị thiền hay Tam thiền vào thẳng các Thánh quả và dứt trừ vô minh lậu hoặc bằng Thiền quán.

Nói tóm lại, Thiền định ngoại đạo chỉ có Thiền chỉ (Samatha) thiếu hẳn Thiền quán (Vipassana) -- chánh kiến và chánh tư duy, nên chỉ có thể đưa hành giả vào tâm giải thoát và dẫn đến các quả vị cao nhất là Thiên nhĩ thông, Tha tâm thông và Thần túc thông. Thiền định Phật giáo gồm đủ Thiền chỉ và Thiền quán nên dẫn đưa hành giả vào tâm giải thoát và tuệ giải thoát, chứng đắc Lục thông - Thiên nhĩ thông, Thần túc thông, Tha tâm thông, Thiên nhãn thông, Túc mệnh thông và Lậu tận thông. Ở đây hành giả hoàn toàn thoát khỏi sanh tử, chứng đắc Niết-bàn.

Từ các điểm khác biệt căn bản trên đưa đến một số điểm khác biệt liên hệ khác về các mặt nhận thức và tu tập của hành giả.

Về mặt nhận thức, một Phật tử luôn luôn đi với Chánh kiến và Chánh tư duy trên suốt lộ trình giải thoát (xem thêm "Phật Học Khái Luận" của cùng soạn giả). Phật tử khởi đầu bằng nhận thức cuộc đời là vô thường và khổ đau, gốc của khổ đau là tham ái và chấp thủ; con đường diệt tận khổ đau là hành Thiền định để loại trừ tham ái và chấp thủ các tướng. Từ đó, họ rời khỏi tham ái ngũ dục để vào Sơ Thiền, rồi Sơ Thiền để vào Nhị Thiền..., họ từ bỏ các pháp bị tác thành bởi các nhân duyên cho đến khi Chánh trí giải thoát xuất hiện thấy rõ mình đã lìa hết tham, sân, si, thể nhập Niết-bàn. Trên đường đi, Phật tử giữ gìn các hành động của thân, khẩu, ý phù hợp với hướng ly tham và ly thủ ấy. Có nghĩa là họ niệm tưởng đến vô tham, vô sân,vô si, vô hoại ấy. Họ vào định, vận dụng định để phát triển tâm lý về vô tham, vô sân, vô si, vô hại mà không phải để hưởng thụ các lạc thú Thiền định hay để chấp chặt những gì đang có. Họ luôn luôn, dù ở trong định nào, giác tỉnh rằng Năm Uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) là duyên sinh; vì duyên sinh nên chúng vô ngã, vô thuờng, khổ đau nên không nhìn chúng là ta, là của ta hay là bản ngã của ta. Nhìn với sự giác tỉnh như thế, họ đoạn trừ được lòng tham ái Năm uẩn và lòng chấp thủ Năm uẩn, đi vào tối thắng tịch tịnh. Ở đâu Chánh trí giải thoát phát khởi.

Còn hành giả ngoại đạo vì không có Chánh kiến và Chánh tư duy nên đi đến chỗ không có Chánh niệm, Chánh tinh tấn và Chánh định. Ở định nào, họ cũng thiếu mặt Chánh kiến và Chánh tư duy. Do thiếu mặt Chánh kiến và Chánh tư duy họ rơi vào chấp thủ và tham ái. Họ từ bỏ dục lạc để nắm giữ và thụ hưởng lạc Sơ thiền; họ từ bỏ Sơ thiền đó nắm giữ và thụ hưởng lạc Nhị thiền ... . Dừng lại ở cảnh Thiền nào thì họ cho cảnh Thiền ấy là có thật, là thường hằng, còn các cõi thấp hơn là không thật. Bởi vì họ chấp Năm uẩn là họ, là của họ, là tự ngã của họ cho nên cái thấy của họ luôn luôn bị giới hạn bởi những gì họ đang có và đang là (như 62 chủ trương học thuyết ngoại đạo được trình bày ở kinh Phạm Võng, Trường Bộ Kinh I). Chính vì tham ái và chấp thủ là nhân tố của sinh tử, nên việc nắm giữ tham ái, chấp thủ đã giữ chặt họ trong vòng sinh tử. Họ có vào định, nghĩa là có tâm giải thoát, nhưng thiếu tuệ nên ở cảnh Thiền nào họ cũng xa rời chân lý, sự thật vô ngã của các pháp. Vô minh phủ dày suốt lộ trình Thiền định ngoại đạo đó.

Từ điểm khác biệt về chánh kiến ở trên đưa đến hiện tượng hai kết quả tái sinh khác nhau. Do có Chánh kiến, một người được sanh Thiên. Sau khi hết tuổi thọ ở cõi trời đó, người ấy được tiếp tục thác sanh trên cõi Trời cao hơn; cứ thế, người ấy đi dần đến giải thoát. Do thiếu Chánh kiến, một người có phước báo sanh Thiên, sau khi hết phước báo ở cõi trời, người ấy thác sanh xuống cõi thấp hơn, có thể rơi vào ba đường dữ. Chính nhờ có Chánh kiến mà người trước xa lìa dục vọng nên được thác sinh đi lên; chính vì thiếu Chánh kiến, nên người sau đắm chìm vào hưởng dục, nên thác sinh đi xuống địa ngục, bàng sinh (Theo kinh Đại Nghiệp Phân Biệt, Trung Bộ Kinh III).

Về Mặt Tu Tập

Nhận thức hướng dẫn hành động. Nhận thức hữu ngả sẽ dẫn đến các hành động nuôi dưỡng ngã mạn, nuôi dưỡng dục, sân và chấp thủ kiến. Do chấp thủ kiến, dẫn đến hành động khen mình, chê người, không chấp nhận quan điểm khác, dù quan điểm ấy tốt đẹp hơn; thái độ sống này sẽ đưa đến tình trạng chậm tiến bộ.

Do hành Thiền chỉ, chỉ vận dụng được sức tập trung tư tưởng, nhiệt tâm và tinh cần qua động cơ ham muốn một cảnh giới cao hơn, bền vững hơn, nên năng lực xả ly các dục chậm và yếu hơn là do thấy thẳng vô thường tướng, khổ tướng và bất tịnh tướng của cảnh giới đang là.

Do không có hành Thiền quán, nên phạm vi tu tập bị thu hẹp lại. Với Thiền quán và Chỉ quán của Phật giáo, hành giả có thể thực hiện mọi lúc trong các thế đi, đứng, nằm, ngồi, miễn rằng giữ được Chánh niệm tỉnh giác. Bạn đang làm gì, bạn biết bạn đang làm gì về nhiếp phục tham ưu ở đời là đủ. Với phương pháp thực hiện này, các căn cơ đều có thể thích ứng, khác với Thiền định ngoại đạo (Thiền chỉ), chỉ thích ứng với với một số căn cơ phù hợp. Bạn có thể ngắm cảnh trời chiều, nhìn lá đổ, mây bay, hay đi chơi núi, chơi biển v.v... ở đâu bạn cũng có thể thực hiện Thiền quán và phát triển Thiền quán. Tiến bộ tâm lý của bạn đáng được ghi nhận là thấy rõ tướng vô thường và khổ đau ở trong bạn và xung quanh bạn để xả dần các dục ái và chấp ngã, đều hoàn toàn không có ở ngoại đạo.

Hẳn nhiên, hướng đi của hai con đường Thiền định khác nhau, còn nảy sinh ra nhiều thái độ sống và biện pháp thực hiện khác nhau nữa. Ở chương sách nhỏ này, người viết không có tham vọng đi sâu vào các điểm khác biệt ấy.

Đến đây, hẳn bạn đã thấy rõ danh từ Thiền định, định lực, và cả thế ngồi hoa sen, niệm hơi thở vào, hơi thở ra, chưa nói lên được gì cả về ý nghĩa như thế nào là Thiền định ngoại đạo. Chỉ ở nội dung của việc vận dụng tâm lý và chuyển đổi tâm lý nói lên được sắc thái của Thiền định mà bạn đang hành. Điều này chỉ có hành giả mới xác định được về mình cho chính mình.

Ngoài sự khác biệt về nội dung của Thiền định Phật giáo và Thiền định ngoại đạo như vừa được trình bày, các phương thức tu tập, thực hiện Thiền định Phật giáo ở các dòng văn hóa khác nhau vẫn biểu hiện khác nhau. Nói thế, có nghĩa là giữa phương thức thực hiện Thiền định Phật giáo truyền thống của đời đức Thế Tôn tại thế ở Ấn Độ hẳn là có khác biệt với phương thức thực hiện Thiền định Phật giáo ở Việt Nam ngày xưa và ngày nay.

Bây giờ, chúng ta đi vào chương sách tiếp theo: Thử tìm hiểu sắc thái của Thiền định Phật giáo Việt Nam của nhiều thế kỷ qua và thử nghiệm xem phương thực thực hiện nào sẽ thích ứng tốt nhất cho xã hội Việt Nam hiện đại theo hướng đi lên của lịch sử.

-oOo-

Chương trước | Mục lục | Chương kế

[Trở về trang Thư Mục]

update:30-10-2000

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