Tu Dieu De - 01

Tâm & Đạo (Ajahn Sumedho)

Tu Dieu De - 01

[BuddhaSasana] [Unicode Fonts]

Tứ Diệu Đế - Ajahn Sumedho

Dương Vĩnh Hùng dịch Việt

Nhập Đề

Cả ta và các người đã phải lê bước qua cuộc hành trình luân hồi dài triền miên này là vì không tìm ra và thấu đạt bốn chân lý. Bốn chân lý đó là gì? Đó là: Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế.

[Kinh Trường Bộ, 16]

T rong nhiều năm qua tôi đã dùng những lời dạy của Đức Phật về Tứ Diệu Đế trong Chuyển Pháp Luân Kinh làm sự tham khảo chính cho sự hành đạo của mình. Tứ Diệu Đế là bài giảng đã được dùng ở tu viện của chúng tôi ở Thái Lan. Giáo phái Tiểu Thừa của Phật Giáo xem giáo lý này là tinh hoa căn bản của lời Phật dạy. Giáo lý này chứa đựng tất cả những gì thiết yếu cho sự hiểu biết về Phật Pháp và sự giác ngộ.

Mặc dầu Chuyển Pháp Luân Kinh được coi là bài thuyết pháp đầu tiên của Đức Phật sau khi đắc đạo, thỉnh thoảng tôi nghĩ Ngài đã giảng bài này khi gặp một vị tăng khổ hạnh trên đường đến Varanasi. Sau khi đắc đạo tại Bồ Đề Đạo Tràng (Bodh Gaya), Đức Phật nghĩ: 'Đây là một giáo lý cao siêu, thâm diệu. Ta không thể nào truyền đạt bằng lời những gì ta đã khám phá. Và như vậy ta không thể nào giảng giải được. Ta sẽ chỉ ngồi dưới cội Bồ Đề suốt quãng đời còn lại.'

Tôi cho đây là một ý nghĩ khó mà cưỡng lại được - cứ tách riêng sống một mình, không phải đối phó với những vấn đề của xã hội. Tuy vậy trong khi Đức Phật đang suy nghĩ theo chiều hướng này, Brahma Sahampati, Đấng Tạo Hóa của đạo Hindu, đã đến và thuyết phục Đức Phật nên đi truyền bá và giảng giải. Brahma Sahampati đã thuyết phục Đức Phật tin rằng những chúng sanh, chỉ vướng nhiễm chút ít bụi trần trong cái nhìn của họ, sẽ hiểu được. Như vậy lời Phật dạy đã chỉ hướng đến một số người vướng nhiễm ít bụi trần trong cái nhìn của họ - tôi cả quyết rằng Ngài đã không nghĩ giáo lý này sẽ trở thành một phong trào lớn có tính chất đại chúng.

Sau cuộc hội ngộ với Brahma Sahampati, Đức Phật liền rời Bồ Đề Đạo Tràng (Bodh Gaya) lên đường đến Varanasi. Trên đường đi Ngài đã gặp một nhà tu khổ hạnh. Người này đã rất cảm kích dáng mạo rạng rỡ của Đức Phật. Vị khất sĩ này hỏi 'Người đã tìm ra được điều gì?' và Đức Phật đã trả lời: 'Ta là Đức Phật, người đã đắc đạo một cách toàn diện'

Tôi cho đây là lời dạy đầu tiên của Ngài. Lời dạy này đã không thành vì người bạn đồng hành sau khi nghe xong đã cho rằng Đức Phật vì hành đạo khổ công đã đánh giá quá

cao về mình. Nếu một người nào đó nói những lời như vậy đối với chúng ta, tôi tin rằng chúng ta cũng phản ứng một cách tương tự. Bạn nghĩ sao nếu tôi nói, 'Tôi đã đắc đạo một cách toàn diện?'

Thật ra, lời dạy đầu tiên của Đức Phật rất chính xác và cô động. Đó là lời dạy hoàn chỉnh, nhưng chúng sinh khó mà am hiểu nỗi. Họ có khuynh hướng hiểu lầm và nghĩ rằng nó bắt nguồn từ cái tôi bởi vì người ta luôn luôn diễn đạt mọi việc từ cái tôi của mình. 'Tôi đã đắc đạo một cách toàn diện' nghe có vẻ như một lời nói nặng về cái tôi, nhưng điều đó không phải hoàn toàn siêu việt sao? Lời nói ấy: 'Ta là Đức Phật, người đã đắc đạo một cách toàn diện', rất lý thú để nghiền ngẫm bởi vì nó gắn liền cách dùng của 'Ta là' với sự toàn giác và đắc đạo tột bực. Trong bất cứ tình huống nào, kết quả lời dạy đầu tiên của Đức Phật là người nghe sẽ bỏ đi vì đã không hiểu được.

Sau đó, Đức Phật đã gặp năm người bạn cũ đồng tu tại Vườn Lộc Uyển. Năm vị này đều rất thuần thành đối với đời sống khổ hạnh khắt khe. Họ đã có thành kiến đối với Đức Phật trước đây bởi vì họ cho rằng Ngài đã không còn tuân thủ trong cách hành đạo. Chuyện này xảy ra vì trước khi ngộ đạo, Đức Phật đã bắt đầu nhận ra rằng sự khổ hạnh ép xác không là con đường dẫn đến giác ngộ. Vì thế Ngài đã không còn hành đạo theo cách này nữa. Năm người bạn này đã cho rằng Ngài đã quá dễ dãi với chính mình. Có lẽ họ đã mục kích Ngài đang ăn cơm sữa, những gì có lẽ so sánh được với việc ăn cà-rem ngày nay. Nếu bạn là một người tu khổ hạnh và bạn thấy một vị thầy tu đang ăn cà-rem, có lẽ bạn sẽ mất lòng tin ở người ấy vì bạn nghĩ rằng thầy tu đáng lẽ phải ăn cháo loãng. Nếu bạn thích thuyết khổ hạnh và thấy tôi đang ăn một đĩa cà-rem, bạn sẽ không tin ở đại đức Ajahn Sumedho nữa. Đó là chiều hướng suy nghĩ của con người. Chúng ta có khuynh hướng cảm phục những kỳ công của sự tự hành hạ và hy sinh. Khi họ mất niềm tin ở Ngài, năm vị đệ tử đã rời bỏ Đức Phật. Điều này đã cho Ngài cơ hội ngồi đến lúc giác ngộ dưới cội Bồ Đề.

Khi họ gặp lại Đức Phật tại Vườn Lộc Uyển, ban đầu cả năm vị cho rằng, 'Chúng ta biết y như thế nào rồi. Đừng để nhọc tâm với y nữa'. Nhưng khi Ngài đến gần, tất cả như cảm thấy có một điều gì đặc biệt về Ngài. Họ đứng dậy để nhường chổ cho Ngài ngồi xuống và nơi đó Ngài đã thuyết pháp về Tứ Diệu Đế.

Lần này, thay vì nói 'Ta đã đắc đạo', Đức Phật nói: 'Có đau khổ. Có nguyên nhân sinh ra đau khổ. Có sự chấm dứt đau khổ. Có đường dẫn ra khỏi đau khổ.'. Trình bày bằng cách này, sự truyền đạt của Ngài không đòi hỏi sự chấp nhận hay bác bỏ. Nếu Ngài nói 'Ta là Đức Phật đã đắc đạo', chúng ta sẽ bị bắt buộc phải đồng ý hay không đồng ý - hay chỉ hoang mang ngơ ngác. Chúng ta sẽ không biết phán xét thế nào về lời nói ấy. Tuy vậy, bằng cách nói: 'Có đau khổ. Có nguyên nhân sinh ra đau khổ. Có sự chấm dứt đau khổ. Có đường dẫn ra khỏi đau khổ.', Ngài đã đưa ra điều để ta nhận xét và suy gẫm: 'Vậy thì Ngài có ý muốn nói gì đây? Ngài muốn nói gì khi nêu ra sự đau khổ, nguyên nhân của nó, sự diệt trừ và lối ra?'

Cứ như thế mà ta bắt đầu suy nghĩ và nghiền ngẫm về điều Ngài đã nói. Với lời cả quyết: 'Ta đã hoàn toàn đắc đạo', chúng ta có lẽ chỉ đặt dấu hỏi về nó. 'Ngài có thật sự

đắc đạo hay không?'... 'Tôi không nghĩ vậy đâu'. Chúng ta chỉ đặt nghi vấn vì chưa sẵn sàng lãnh hội một lời dạy quá trực tiếp. Đương nhiên, bài thuyết pháp đầu tiên của Đức Phật đối với những người đã vướng quá nhiều bụi trần trong cái nhìn của họ vẫn sẽ không có kết quả. Chính vì vậy trong trường hợp thứ nhì, Ngài đã quyết định giảng về Tứ Diệu Đế.

Bây giờ Tứ Diệu Đế là: có khổ; có nguyên nhân gây ra hay là nguồn gốc của khổ; có sự chấm dứt của khổ; và có đường dẫn ra khỏi khổ hay còn gọi là Bát Chánh Đạo. Mỗi chân đế có ba luận điểm và như vậy tập hợp thành mười hai sự tự chứng. Trong giáo phái Tiểu Thừa, chứng nhập quả vị A-La-Hán (Arahant), là người đã thấu đạt Tứ Diệu Đế với ba luận điểm và mười hai sự tự chứng đó. A-La-Hán là người đã chứng ngộ chân lý. Điều đó thường được dùng để giảng giải về Tứ Diệu Đế.

Trong Diệu Đế thứ nhất (Khổ Đế), 'Có đau khổ' là sự tự chứng đầu tiên. Sự tự chứng này là gì? Chúng ta không cần diễn đạt nó một cách cao siêu; chỉ cần một sự công nhận rằng: 'Có đau khổ'. Đó là một sự tự chứng căn bản. Người vô minh nói, 'Tôi đau khổ. Tôi không muốn đau khổ. Tôi hành thiền và tìm nơi ẩn dật để thoát ra khỏi đau khổ, nhưng tôi vẫn đau khổ và tôi không muốn đau khổ... Làm sao tôi có thể thoát ra khỏi sự đau khổ? Tôi làm gì để diệt nó đi?' Nhưng những điều đó không phải là Diệu Đế thứ nhất. Không phải là: 'Tôi đang đau khổ và tôi muốn chấm dứt nó.'. Sự tự chứng ở đây chính là, 'Có đau khổ'

Hiện tại bạn đang nhìn vào cảm thọ của chính mình về những bực mình và thống khổ - không phải từ viễn quan 'Đó là tôi' mà từ một phản ánh: 'Có đau khổ, do chữ dukkha mà ra'. Sự nhìn nhận và tự chứng này đã được phản ánh từ chỗ 'Đức Phật nhìn thấy Pháp'. Sự tự chứng đơn thuần chỉ là sự công nhận rằng có đau khổ và đau khổ này không chỉ hiện diện riêng cho một ai. Sự thừa nhận này là một sự tự chứng vô cùng quan trọng; chỉ cần nhìn thấy sự thống khổ về tinh thần và những đau đớn về thể xác để hiểu đó chính là dukkha thay vì coi đó như là sự khổ sở cá nhân - chỉ cần thấy được đó chính là dukkha và đừng phản ứng chống lại nó theo thói quen.

Tự chứng thứ nhì của Khổ Đế là: 'Phải nên hiểu được cái khổ'. Sự tự chứng thứ nhì hoặc luận điểm này của mỗi chân lý phải gắn liền với chữ 'phải': 'Nó phải được hiểu'. Như vậy sự tự chứng thứ nhì là: dukkha cần phải được hiểu. Ta phải hiểu dukkha, không phải chỉ cố gắng để loại bỏ nó.

Chúng ta có thể nhìn vào chữ 'hiểu'. Một chữ rất bình thường nhưng, trong tiếng Pali, 'hiểu' còn có nghĩa là thật sự chấp nhận cái đau khổ, đứng dưới hoặc ôm ấp nó hơn là chỉ phản ứng lại nó. Dưới bất cứ hình thức nào của sự đau khổ - thể xác hay tinh thần - chúng ta thường chỉ phản ứng, mà không hiểu biết rằng ta có thể thật sự nhìn thấy đau khổ; thật sự chấp nhận nó, thật sự giữ nó và ôm ấp nó. Đó là luận điểm thứ nhì, 'Chúng ta phải hiểu sự đau khổ'

Luận điểm thứ ba của Khổ Đế là: 'đau khổ đã được hiểu'. Khi bạn đã thật sự quen dần với đau khổ - nhìn nó, chấp nhận nó, biết nó và mặc kệ nó - chính lúc đó đã có sự hình thành của luận điểm thứ ba, 'đau khổ đã được hiểu', hay, 'Dukkha đã được hiểu'. Như

vậy những điều đã được nêu ra như trên chính là ba luận điểm của Khổ Đế: 'Có dukkha', 'Dukkha phải được hiểu', và, 'Dukkha đã được hiểu'.

Đây là khuôn mẫu của những luận điểm trong mỗi chân lý của Tứ Diệu Đế. Trước hết là sự thừa nhận, sau đó là sự thực hành giải pháp và cuối cùng là kết quả của sự thực hành. Người ta có thể cũng sẽ nhận ra nó từ những chữ Pali pariyatti, patipatti, và pativedha. Pariyatti là lý thuyết hay sự thừa nhận, 'Có đau khổ'. Patipatti là sự thực hành - thực sự thực hành với nó; và pativedha là cái kết quả của sự thực hành. Chúng ta gọi đây là khuôn mẫu đã được quán chiếu và chứng nghiệm; và bạn đang thực sự phát huy cái tâm của bạn với tinh thần đó. Tâm Phật là cái tâm có đối chứng và nhận biết mọi sự thể như nó đang là.

Chúng ta vận dụng Tứ Diệu Đế cho sự rèn luyện bản thân. Chúng ta áp dụng nó vào những điều tầm thường trong cuộc sống, đến những ràng buộc và sự ám ảnh tầm thường của tâm trí. Với những chân lý này, chúng ta có thể khảo sát những ràng buộc để có được sự tự chứng. Qua Diệu Đế thứ ba (Diệt Đế), chúng ta có thể nhận thức được sự diệt trừ, chấm dứt của đau khổ, và thực hành Bát Chánh Đạo cho đến khi có được sự thấu đạt. Một khi Bát Chánh Đạo đã được khai triển một cách hoàn toàn, hành giả sẽ ngộ đạo, chứng nhập quả vị A-La-Hán. Bốn chân lý, ba luận điểm (ba chuyển), mười hai sự tự chứng (mười hai tưởng) - những điều này nghe qua có vẻ rắc rối nhưng thật ra chúng rất đơn giản. Nó là công cụ giúp cho chúng ta hiểu được khổ và lìa khổ.

Trong thế giới Phật Giáo, nhiều phật tử không biết rõ về Tứ Diệu Đế, ngay cả ở Thái Lan. Nhiều người nói, 'ồ, Tứ Diệu Đế - thứ vở lòng'. Rồi họ có khi dùng tất cả những loại pháp trực quán thiền (vipassana) và bị ám ảnh với mười sáu giai đoạn trước khi họ đến với những chân lý này. Tôi thấy giật mình lo sợ rằng trong thế giới Phật Giáo, một giáo lý thật cao siêu đã bị gạt bỏ, coi như là một luận thuyết sơ đẳng: 'Thứ đó chỉ dành cho trẻ con, những người mới bắt đầu. Giáo lý cao cấp phải là ...'. Họ cứ thế chạy theo những lý thuyết và những tư tưởng phức tạp - mà quên đi cái pháp môn thâm sâu, mầu nhiệm nhất.

Tứ Diệu Đế là một sự đối chứng suốt đời. Không phải chỉ là vấn đề hiểu được Tứ Diệu Đế, ba chuyển và mười hai tưởng để trở thành chứng quả vị A-La-Hán an trú một nơi - để rồi đi lên một cảnh giới cao hơn. Tứ Diệu Đế không phải dể dàng như thế. Tứ Diệu Đế đòi hỏi một thái độ cảnh giác không ngừng bởi vì nó cung cấp cái phạm trù cho sự khảo nghiệm của cả cuộc đời.

[Mục lục][Chương kế]

[Thư
Mục chính]

Last
updated: 29-06-2006
Web
master: budsas@gmail.com

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