

Giáo lý nhà Phật

Huỳnh Văn Niệm

[02]

Định

Con bướm bay lượn trên các thứ hoa, lựa hoa nào hương thơm ngát, đập xuống say sưa hút nhụy.

Người mộ đạo phải biết ý thức đầu là Chánh-giáo để thưởng thức mùi hương Vi diệu.

Một nhóm Đạo lữ thể *Nigantha* (Kì-Na-Giáo), cho rằng Đức-Phật không hạnh-phúc bằng Quốc-vương *Bimbisāra* (Bình-Sa-Vương) xứ *Magadha* (Ma-Kiệt-Đà), vì Ngài sống thiếu thốn về mọi mặt. Trong khi nhà vua có nhiều thể lực và thụ hưởng đầy đủ tiện-nghi vật-chất.

Đức Thế Tôn hỏi lại:

"Này các ông bạn, vậy các ông nghĩ sao? Vua *Bimbisāra*, xứ *Magadha* (Ma Kiệt Đà) có thể nào ngồi yên không cử động nói năng, không ăn uống trong thời-gian một ngày một đêm, mà vẫn hạnh-phúc chăng?"

"Không sao thể được".

"Còn Như-Lai, thì có thể ngồi yên không cử-động nói năng, không ăn uống chẳng những trong một một ngày một đêm, mà cho đến hai, ba, bốn, năm, sáu, bảy ngày bảy đêm mà vẫn an vui tự tại. Vậy giữa Vua *Bimbisāra* và Như-Lai, ai hạnh-phúc nhiều hơn?"

"Bạch Thầy *Gotama* đáng kính, nếu vậy thì Ngài có hạnh-phúc nhiều hơn Vua *Bimbisāra* xứ *Magadha* (Ma-Kiệt-Đà) rồi!" (*Majjhima Nikāya* - 14)

Đức-Phật kể câu chuyện trên đây để chứng-minh rằng hạnh-phúc cao-thượng, chỉ tìm được trong Chánh-Định. Vì cái tâm yên-tĩnh, vắng lặng, hằng đem lại mùi vị tuyệt vời của Đạo, khác hơn hạnh-phúc tương đối thế-gian chỉ là bề trái của các niềm thống khổ.

Nào ai có thể quả quyết rằng mình sống hạnh-phúc, trong khi chưa diệt được thâm họa: sanh, già, đau, chết! Khi còn phải gánh vác số nghiệp quả trái ngang, khi còn bị dục-vọng xô đẩy mình vào vòng tội-lỗi trong sinh-hoạt hằng ngày để bảo toàn mạng sống? Của cải, tiền tài, sự nghiệp, danh vọng, hay cả đến vợ con đôi khi cũng chỉ là tạm bợ.

Có khi ngủ một giấc đến sáng, tất cả đều không còn, khi nhắm mắt lia đời cũng chẳng đem theo được gì. Tay trắng lại hoàn toàn tay trắng. Bởi vậy Đức-Phật ví những thứ đó là bọt nước, là chớp trên không là mây trời giả hợp.

Đức-Phật thuyết:

"Này hỡi các thầy Tỳ-Khuru! Người đời có thể thỏa-mãn về vật-chất, no cơm ấm áo, thân hình khoẻ-mạnh trong một năm, hai năm..., cả trăm năm hoặc lâu hơn nữa nhưng chẳng ai tránh khỏi chúng bệnh tinh-thần trong giây lát, ngoại trừ những bậc đã bứng tận gốc rễ những điều

ô nhiễm bên trong, đã loại trừ tất cả phiền não từ ngoại cảnh đưa vào... Những bậc đã thoát ly trần-tục (A-La-Hán)". (*Anguttara Nikāya*)

Đây là hạnh phúc trường-cửu vững-bền của Phật-Giáo. Một thứ hạnh-phúc thành đạt nhờ tâm từ-bi hỷ-xả, trong đó không có sợ hãi, xung chướng, dị biệt, tham lam, thù hận... mà chỉ có tình thương rộng lớn phủ trùm lên vạn-vật. Các Bậc hiền triết đã thấu-triệt cái Chân-lý tuyệt đối cho rằng thế-gian là ảo ảnh, huyền hóa, thay đổi triền-miên, gây ra vô số khổ đau so với vài hạnh-phúc mong-manh ngắn ngủi.

Mỗi Tôn-giáo trên thế-giới đều có những phương-pháp tu-thiền riêng rẽ của mình. Nhiều nhóm tà-đạo cũng sành sỏi trong thiền-định. Nhưng thiền-định có phạm có thánh, có chánh có tà, nên chỉ người hành-đạo sáng-suốt, phải tự mình trải nghiệm hoặc nhờ những bậc Tôn-Sư có nhiều kinh-nhiệm thực-hành chỉ dẫn mới mong thoát khỏi lầm đường lạc lối, lắm khi phải điên loạn tới mê, gia tăng sân-hận, tham lam.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Cũng như người kia tìm bắt rắn độc. Nhưng khi gặp được con vật, người ấy lấy tay chụp nhằm khúc giữa hay khúc đuôi. Con rắn quay đầu lại mổ vào tay, làm cho người phải bỏ mạng.

Này các thầy Tỳ-Khuru mà tại sao vậy? Vì người bắt rắn không nắm con vật đúng cách". (*Majjhima Nikāya*)

Lẽ đó, hành giả cần phải thận trọng, vì khi người bám dính, cố chấp một thứ định tâm bất chính nào rồi thì sau khi chết, sẽ bị lọt vào cảnh giới khổ đau tà kiến, khó bề trở lại con đường chánh đáng.

Đức-Phật dạy rằng sự khổ xuất phát những điều ô nhiễm tiềm tàng (*āsava*) và những phiền não (*Kilesa*), do si mê, ái dục đưa vào thiêu đốt thường xuyên tâm não, không cho con người thành thoi an nghỉ dù là trong khoảnh khắc.

Muốn khảo cứu chính xác khoa Thiền Định, trước nhất cần hiểu danh từ *Bhāvanā* trong phạm ngữ Pāli là thế nào?

Bhāvanā có nghĩa là gieo trồng, phát triển, khai sáng, củng cố, để thanh lọc nội tâm cho sáng lạn, sắc bén, hầu soi thấu vực sâu của các điều ô nhiễm bên trong và chặt đứt tất cả phiền não do bên ngoài tác động.

Như thế, mục đích hành thiền của Phật-Giáo là hủy-diệt si, mê, ái dục và chỉ khi nào người Giới-từ ý thức mình đỡ khổ trong các nghịch cảnh, tinh thần an vui thơi thới, bớt tham lam, sân-hận, thấu rõ tội-lỗi của sắc-trần, biết sống trong hiện tại, chừng đó mới nhận thức được mức công hiệu của Chánh-Pháp là thế nào?

Trong cuộc đời khôn-khó dồn dập hiện nay, số người muốn khám phá thế giới tâm linh thật nhiều vô kể. Các đường lối tu thiền khác nhau được chú trương, số Thiền-sư cũng gia tăng. Kể mong thoát khổ như bệnh nhân hồi-hấp, gặp được ông lang nào cũng để hết niềm tin, hy vọng được người cứu mạng, nên lắm lúc phó thác mình cho bạng môn tà đạo, cho những Thiền sư giỏi về lý thuyết hơn thực hành, để rơi sâu thêm xuống hầm tà kiến.

Đức-Phật là bậc Thiên-Nhân Sư đã dọn sẵn món ăn tinh thần vô giá là Pháp môn "Tứ Niệm Xứ" dạy hành giả cố gắng quan-sát chính bản thân, để tìm ra Chân-lý và hãy luôn luôn "Sống trong hiện tại"

Trả lời câu hỏi của một người tại gia Đức-Phật thuyết:

"Các thầy Tỳ-Khuru con của Như-Lai sinh-hoạt giản-dị, chỉ ăn mỗi ngày một bữa, nhưng vẫn thanh-thần, an-nhàn, vô tư lự, vì các vị ấy biết sống trong hiện tại không hồi tiếc quá khứ, không nghĩ đến vị lai, không bận tâm vì thế sự.

Trái lại kẻ nào mãi suy tư về dĩ vãng, ước vọng đến tương lai, kẻ ấy phải ốm o tiêu tụy, âu sầu như đám cỏ lau bị chặt bỏ phơi ngoài nắng". (*Samyutta Nikāya*)

Người không tu Thiền Định hằng ngày ít nhớ tới hành vi, ý tứ của mình, mà thường để tu-tướng tự-do quay về quá khứ hay chạy theo những ảo-vọng vị lai và không chịu sống trong hiện tại.

Đang làm việc này, tâm trí họ lại bâng quơ về những chuyện đầu đầu, hoặc đã qua rồi, hoặc sắp xảy ra, nên việc làm sơ sót thất bại, rồi đâm ra sâu muộn.

Tứ-Niệm-Xứ là Pháp môn sống trong hiện tại, gồm cả ba giai đoạn toàn hảo Giới - Định - Tuệ của Đức-Phật, là đường lối chính đáng nhất để đưa tới mục đích cuối cùng, như nhà học Phật *Georges GRIMM* đã nhận định.

Bước vào thế giới Thiền

Một Thiền-sư Ấn-Độ nói rằng: phần đông tu sĩ ví như kẻ bẻ cây củi gãy làm hai. Một khúc đem về đốt lửa nấu món ăn. Khúc kia lại dành để đuổi chó, đuổi mèo. Người để một phần tâm-trí nghĩ về đạo-đức, phần khác thì lo lắng những chuyện thế gian.

Họ lại ước mơ đắc quả Thánh-Nhân trong vài ngày hay vài tháng vì quá tin nơi câu "Tu Nhất Kiếp, Ngộ Nhất Thời" Pháp môn Đốn giáo của Lục Tổ-Huệ-Năng, hay gián tiếp là của Đạt-Ma Tổ-Sư mà quên rằng chính Đức-Phật Thích-Ca *Gotama* đã phải trải qua một thời-gian tu tập dài vô tận mới đạt thành Chánh-Quả (Chánh-Đẳng Chánh-Giác). Ngài phải mất 4 A Tăng Kỳ và 100 ngàn Đại kiếp, tu 4 lần mau hơn Đức-Phật Di Lạc (16 A Tăng Kỳ và 100 ngàn Đại kiếp). Còn muốn được nhập lưu tức đắc quả Tu-Đà-Hườn cũng phải tạo đủ mười Pháp Ba-La-Mật chứ không phải dễ dàng như chúng ta lầm tưởng.

Hơn nữa phần đông người tu Thiền không được kết quả theo sở nguyện, vì thiếu chuẩn bị phước Huệ. Cũng như người làm vườn không thể được mùa nếu không làm đất, làm cỏ, vun phân tưới nước, thì hột giống làm sao đâm chồi, đâm bông trở trái.

Đã có rất nhiều kinh sách nói về Thiền *Samatha* (Tĩnh Tâm) và *Vipassanā* (Thiền Minh Sát).

Nơi đây chỉ đề cập một cách sơ lược những gì cần phải chuẩn bị chu đáo trước khi bắt tay vào Thiền định và cũng là yếu tố tối cần để tiến hoá.

Luận đề "Bước vào thế-giới Thiền" được kết hợp một phần rút từ bài thuyết của Thiền Sư *Yatiswarananda* tại Đức vào năm 1933 và phần lớn là những chi tiết các Phật-Ngôn trong Tam-Tạng Pāli, để công hiến thêm nhiều tài liệu hữu ích cho những người bắt đầu thực hành Thiền Định.

Rèn nhân cách

Người không hoài bão về đạo đức khi ở ngoài đời, dù có rời bỏ gia đình, rút sâu vào rừng vắng cũng chẳng lợi ích gì. Thảm họa của Thế nhân là phần đông tự cho mình thông minh, học rộng, cao kiến, hiểu biết tất cả, học hay nói giỏi. Nhưng chẳng khác chi loài quạ bay cao thét lớn, nhưng đôi mắt lại nhắm chúm những xác chết trong đồng rác thối tha. Người đời hui hui tự đắc về sức khoẻ tiền bạc của mình nên hằng đắm say trong dục lạc, cho rằng còn sống lâu nên chẳng vội gì tu tập.

Nhưng thời gian rất nguy hiểm. Kéo dài cuộc sống thị dục chỉ làm cho những nét hư tật xấu gia tăng. Các bậc Hiền triết thường dạy rằng đạo thoát khổ không lần lựa ngày giờ, không hẹn mai hay một, mà phải cấp tốc thực hành.

Vua *Milinda* chăm biếm Đại Đức Na Tiên khuyên người giữ giới để tránh gây ra nghiệp dữ:

"Bạch Đại-Đức, tại sao Phật-giáo lại dạy các tín-đồ cần phải cẩn-thận giữ mình trước khi xảy ra điều ác? Như vậy phải chăng các Ngài muốn vẽ vờ ra cho có chuyện?"

Đức Na Tiên hỏi lại:

"Tâu Đại-Vương, còn tại sao Đại-Vương lại chọ đào hào, đắp lũy trước khi giặc đến bên thành? Tại sao Ngài ra lệnh cho dân quê đào giếng trước khi hạn hán?"

Tư cách trong sạch thanh cao, dững tâm bền chí là điều kiện tiên quyết cho người, muốn bước chân vào đạo. Kẻ ích-kỷ, công cao chẳng mong gì tiền hóa và ân-huệ thiêng liêng chỉ được ban bố đến những ai lòng dạ chân thật nhiệt thành.

Trạng thái giác ngộ không phải là một triết thuyết có thể giải thích bằng danh từ hay ngôn ngữ, mà là trình độ viên mãn cần phải đạt thành bằng công phu kiên nhẫn trong nhiều đời nhiều kiếp. Muốn trở thành bậc Siêu-nhân, cần gội rửa thân tâm đúng theo nhân cách. Hoa thơm trái ngọt không thể sản-xuất từ vùng đất cằn cỗi, đá sỏi đầy cỏ dại.

Công phu thiền định nhọc nhằn liên tục là phương thức để cải hóa con người từ hạ tiện trở thành cao cả, đưa lên tới khả năng thấu triệt vấn đề nhân-loại khổ đau. Chúng ta phải chọn giữa hai con đường đưa về cõi sống và cõi chết. Không thể chú tâm cùng một lúc về thể sự và con đường thánh thiện. Như vậy chẳng khác nào người đứng hai chân trên hai chiếc thuyền bị giòng nước cuốn đi và phải sẩy chân chìm xuống đáy.

Muốn sống trong đạo đức, ta phải thường xuyên kiểm soát vận hành của tư-tưởng và các phản ứng do ngoại cảnh đưa vào. Mỗi con người sanh trên cõi thế, khi chưa liễu đạo đều mang theo ác chủng tử tại hại: Tham lam, Sân hận, Si mê. Có người Tham nhiều, Sân ít hoặc tối Mê sân-hận mà không Tham cũng có. Nhưng ít ai để ý đến bản tánh của mình và lắm lúc lại tìm cách bào chữa cho tật xấu, nói cần phải làm vậy để tranh đấu với đời, vì mình con đang sống giữa giòng đời, khôn mới sống, dại thì chết.

Khi tâm trí còn mơ mộng, còn bị lớp sương mù che phủ, thì đạo giải thoát hãy còn xa. Quan sát kỹ cái tâm, cho thấy chúng ta không có lý-tưởng nhất-định. Tất cả đều mờ mịt, xung chường, khác-khe. Những trạng thái đó theo nhau vây hãm phình gạt, khuấy rối, cản ngăn bước tiến cho rằng hạnh phúc tinh thần không quan trọng bằng thú vui trần tục. Lẽ đó hành giả phải có nhiều nghị lực nhẫn nại tập trung ý chí vào hoài bảo của mình, quyết tâm đi tới mục đích cuối cùng. Cũng như Đức-Phật thường ví hành giả trong Phật giáo như anh chiến sĩ ngoài mặt trận thì mới mong thắng nổi trận giặc lòng. Chỉ có sự kiên chí thực hành thì mới tìm ra lối giải thoát.

Từ thiên vạn cổ, nhân loại không ngớt tìm kiếm cái trạng thái viên mãn tốt cùng, bằng cách thu thập nhiều kinh nghiệm, ký ức, kiến thức, cố suốt thông nhiều học thuyết siêu hình, nhiều luận đề hấp dẫn, nhưng cũng không sao thoát khỏi thế gian. Đức-Phật nói cần khôn vũ trụ có thể vượt bằng thân thông. Nhưng khó lòng thoát khỏi cái thế giới nhỏ hẹp là thân xác con người, là sanh tử, khổ đau, trừ phi chuyển hóa được tư-tưởng để tách rời bản ngã với tứ đại giả hiệp, phá sập cái nhà Ngũ-uẩn không trường tồn này.

Đứt bỏ - Đơn giản hóa cuộc sống tự do

Đức Vua *Bhadhya* tham Thiền dưới cội cây phát tâm thỏa thích hô to:

"Hạnh phúc thay! Hạnh phúc thay! Khi ngự tại hoàng-cung, có cung lính hầu hạ, tường thành kiên cố, nhưng ta nào đâu yên giấc. Hiện nay ta chẳng còn lo sợ gì cho bản thân và cuộc sống. Bất cứ ở nơi nào ta cũng được tự do yên ổn." (*Majjhima Nikāya*)

Ông Hoàng *Mahānāma* đến than phiền với Đức-Phật, nói mình chưa diệt được phiền-não, Ngài đáp:

"Này *Mahānāma*, đó là do người chưa chịu dứt bỏ nếp sống xấu xa hư hỏng trong gia đình. Vì ở nhà người mới tự do tham muốn, đòi chi được nấy. Còn rời khỏi gia đình ắt người không được ăn no nê theo sở thích." (*Majjhima Nikāya*)

Ngày nào chúng ta không chịu từ bỏ nếp sống thường tình, vẫn còn tham lam, ích-kỳ thì không thể đạt được Chân-lý một cách dễ dàng. Người đạo hạnh cần dứt tâm luyến-ái vật chất nhỏ nhen để cảm thông với tất cả chúng-sanh. Ngoài tâm từ ái không thể tìm được cuộc sống tinh thần siêu thoát. Chỉ có tư cách vô tư, bình thân mới có thể đưa người lên đỉnh cao tột của tình thương với lối nhìn đứng theo thực tại.

Người hành thiền cần phải giữ gìn thể xác khoẻ-mạnh để nâng đỡ đời sống tâm linh. Nhưng phải ăn uống có điều độ, tránh các món kích thích khó tiêu hoá. Không nên ăn quá no, không nên quá chịu xác thân, luyến ái sắc trần thường phát sanh mạnh với người bệnh hoạn, làm trở ngại công phu hành đạo. Lễ độ cần giữ cơ thể luôn luôn tráng kiện.

Vậy trước khi bước vào giai đoạn thực hành, ta cần thanh lọc thân tâm, giản dị nếp sống, loại trừ các điều quá dính mắc về xác thân trước.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Khi thừa vải bị hoen ố rồi, người thợ nhuộm đem nhúng vào nước xanh, nước đỏ, nước vàng hay nước tím, nó cũng không ăn màu tươi thắm đẹp đẽ bao giờ.

Mà tại sao vậy?

- Vì thừa vải không sạch sẽ.

Cũng như thế ấy khi tâm tư ô trược, thì cũng chẳng đạt được Chân-lý cao siêu, đạt được Trí-Huệ để đi đến sự hoàn toàn Giác-Ngộ".

Người thiếu nhân cách, tâm trí chứa đầy tham vọng, còn say mê theo Sắc Dục, thì không thể tu Thiền Định được.

"Giới-từ ví như thốt voi rừng, bị người thợ săn bắt đem về giao cho tên nài khiển tập. Lâu năm chầy tháng nó quên hẳn tánh dã man nơi rừng rú trở nên dễ dạy và được Đức-Vua trọng dụng thế nào! Cũng như thế ấy, thầy Tỳ-Khuru buộc chặt mình vào bốn cây trụ niệm tưởng của Pháp môn Tứ-Niệm-Xứ, vất bỏ các tật xấu xa của người Thế-tục, thoát ly ra khỏi dục vọng trần gian, không còn buông lung ngoan cố, trở nên khả ái dịu hiền, an vui vắng lặng trong đạo quả Niết-Bàn". (*Majjhima Nikāya III - 243*)

Muốn sáng tạo trong lãnh vực tâm linh, điều cốt yếu là con người phải làm cách nào cho thân tâm mình được hoàn toàn tự do, ra ngoài mọi trói buộc. Thiếu tự do thì chẳng thể thấu rõ đâu là Chân-lý, đâu là lầm lẫn. Không tự do thì cuộc sống trở nên cạn cợt, chẳng có mục đích, lý tưởng. Người thiếu tự do hằng lệ thuộc mọi ảnh hưởng, mọi áp lực do gia đình, tài sản, bạn bè, xã hội, sự sống chết... Vậy cần phải rèn luyện cách nào để chuyển hóa tư-tưởng khác hẳn thường lệ hầu khai mở một tâm thái trong đó chẳng còn sợ hãi, ước mơ, tham muốn. Chính sự tích lũy đủ loại kiến thức, đủ thứ học thuyết và tật hay phê phán, xét đoán những việc vô can, làm ta mất tự-do. Tự do thật sự chỉ ở trong con người thanh bạch, có nếp sống giản dị, ngày

thơ như đứa trẻ, không dính mắc trong khao khát đục lạch, không bị trói buộc bởi bất cứ việc gì.

Tư cách dứt bỏ để sống cuộc đời tri túc, cũng là điều kiện tối cần để đưa người vào nếp sống tự do. Dứt bỏ cũng là nguyên nhân đem lại tình thương cao cả. Đức Bồ-Tát Sĩ-Đạt-Đa xa lia tất cả, đi tìm phương thuốc cứu nguy cho nhân loại. Ngài bắt chấp hiểm nguy dám chống lại cô tục sai lạc, để cứu nhân loại ra khỏi sự ràng buộc. Ngài chú nguyện: "Mong sao tất cả sự bất an khôn khổ, tất cả những ngang trái, bất bình hãy đến cho ta! Miễn sao cho chúng-sanh khỏi khổ".

Các bậc Hiền-triết quý trọng tự do hơn mạng sống của mình, chẳng để thế lực nào uy hiếp, không chú trọng tiền tài danh lợi, sống đơn giản nhưng vô cùng hạnh phúc.

Năm 326 trước Tây lịch, Đại đế *Alexandre* xứ Hy-Lạp, xua quân vào Ấn-Độ. Khi tới xứ *Taxila* thuộc miền Bắc Ấn, Ngài nghe nói tại đây có một số hiền giả tu hành ẩn dật nơi rừng núi, sống thiếu thốn, nhưng là những nhà bác học uyên thâm, có nhiều phép lạ, đoán được tương-tướng con người và được dân chúng tôn sùng hơn vua chúa. Đại-Đế liền sai viên võ quan *Onesicritos* mang nhiều lễ vật vào tận rừng sâu, tìm cho ra một nhân vật phi thường như vậy đưa về kinh-đô *Macédoine* làm cố vấn cho mình. Nhưng vị đạo-sĩ khước từ và nói: "Xin đại quan trở về tàu lại rằng bản đạo rất cảm kích sự chiêu mộ của Hoàng thượng. Nhưng các bảo vật Ngài ban cho bản đạo cũng bằng thừa, vì bản đạo chẳng thiếu thốn chi cả. Đây là mớ cỏ khô, trái thành chiếu giường êm ái, những lá cây chằm lại làm áo quần cho lão che nắng che mưa, rễ trái trong rừng thừa thái để nuôi mạng sống, gần bên là con suối trong mát giúp lão đỡ khát khi cần. Như vậy đủ lắm rồi".

Viên võ quan dọa dẫm: "Nếu Ngài không tuân lệnh, Đức-Vua sẽ trừng trị nặng nề và có thể nguy đến tánh mạng?"

Đạo-sĩ mỉm cười đáp: "Nếu được vậy càng tốt. Mỗi ngày bản đạo luôn luôn tham thiền về cái chết và chẳng thiết tha gì với kiếp sống. Nhà vua giết lão là ban ân huệ cho lão rảnh nợ đời!"

Người tự do tuyệt đối là kẻ đã thấu triệt chân-lý, về mối tương quan giữa mình và vạn vật, đã hủy-diệt bản-ngã, không còn bị mây may gì ràng buộc hay khống chế nữa.

Tự do là thông thả theo sở thích theo sở kiến của mình, không tùy theo kẻ khác. Dù được người giúp đỡ thành đạt, mình cũng vẫn nô lệ cho kẻ thi ân. Sống theo hoàn cảnh địa vị của mình là tự do. Sống theo điều kiện của người là nô lệ. Hành động theo thể này hay thể khác để được tự do, đó là tự do giới hạn. Chỉ có bậc Hiền-triết tâm tư vắng lặng, không rung động là tự do thật sự.

Vui với đạo

Một việc làm miễn cưỡng hay do áp lực, không sao được hoàn hảo. Người tu cũng thế, nếu có can đảm rời bỏ cuộc đời thế tục, thì cũng cần có đủ nghị lực tạo cho mình một niềm vui trong đạo đức.

Nhưng rất ít người thực tâm thích thú với cuộc sống cô-đơn giản-dị, biết ý thức lợi ích tối cao của đời phạm hạnh. Vào tu rồi họ vẫn mang theo nhiều nét hư tật xấu của đời, cũng còn ích-kỷ, tham lam, sân-hận. Vì đó mà chính giáo phải suy bại lu mờ.

Đời Phạm hạnh không phải để cho quần đại quần chúng, mà được dành riêng cho những ai có dũng tâm và các điều kiện thuận tiện tức những kẻ hữu duyên. Trong một số người, họa may mới có vài người mà tâm tư luôn hướng về nếp sống đạo đức, mong tìm được chân-lý tối cao.

Về khoa Thiền định, phần đông hành-giả sau một thời gian hăng-hái công phu rồi đứt gánh, bỏ cuộc giữa đoạn đường dài. Trong trường hợp này Đức Thế Tôn có thuyết: "Chùng nào thầy Tỳ-Khuru biết bảo dưỡng đức tin kiên cố, chùng đó người vẫn tiến hóa chứ không thối chuyển". (*Samyutta Nikāya*)

Để khỏi chán nản, hành giả phải suy nghĩ liên tục về những trạng thái mộng ảo của thế gian, về những Ân-Đức Tam-Bảo và phước báu được sanh làm người tu Phật.

"Khi nào các thầy Tỳ-Khuru năng quán tưởng về tướng Vô-Thường của vạn-vật, khi đó người sẽ tiến hóa chứ không thối chuyển.

Khi nào các thầy Tỳ-Khuru thường quán tưởng về tướng Vô-Ngã của các Pháp, khi đó người sẽ tiến hoá chứ không thối chuyển.

Khi nào các thầy Tỳ-Khuru hằng chú tâm về các điều tai-hại của Ngũ-Trần, cố xa lánh việc dữ, nhớ đến nguy cơ của tội-lỗi, răn dứt bỏ tham-vọng Thế-gian, không muốn tạo nghiệp, khi đó người sẽ tiến hoá chứ không thối chuyển". (*Anguttara Nikāya II - 23*)

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Đây là hai điểm quan trọng, mà người xuất gia cần phải ghi nhớ:

- Không nên Tự Mãn về thành Quả đã đạt được.
- Không ngừng Phấn Đấu để đi tới Mục đích cuối cùng.

Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Trong trường hợp này, khi hãy còn là một vị Bồ-Tát, Như-Lai thường nghĩ như vậy: Ta rất toại dạ vui lòng, dù thân xác phải rã rời, dù huyết quản phải khô cạn, nếu còn chút nghị lực, ta vẫn quyết tâm chiến đấu để thành đạt những pháp cao siêu mà con người có thể thành đạt.

Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Vì quyết tâm như thế. Ta đã đi tới giác ngộ và đã thoát khỏi vòng nô lệ. Vậy các người cũng nên kiên trì tâm trí như vậy dù phải thịt nát xương tan, huyết quản khô cạn, cũng không để các Thiện Pháp giảm suy". (*Samyutta Nikāya II - 27-29*)

"Như-Lai không cho rằng đạo quả có thể thành đạt trong khoảnh-khắc, mà chỉ đến sau thời gian công phu, khó nhọc không thối chuyển, sau tiến trình Đạo đức được triển khai từng giai đoạn.

Trong điều này, một người nọ, tìm đến nghe giáo pháp, răn ghi nhớ nằm lòng, nhận xét giá trị của Đạo lý rồi phát tâm thỏa thích. Sau khi cân nhắc lợi hại, phải quấy và niềm ước vọng cao siêu phát sanh trong trí não, người đó liền cố gắng thực hành và khi có tâm quả quyết như thế, người đã bắt đầu bước lên đường giác ngộ". (*Anguttara Nikāya*)

Thầy Tỳ-Khuru cần giữ tinh thần vắng lặng, thu thúc lục căn, đó là tấm gương Đạo hạnh, Đức-Phật thuyết:

"Này Xá Lợi Phất, người nên suy nghĩ như vậy: Ta phải làm cách nào cho giác quan yên lặng, cho tâm trí yên lặng?

Này Xá Lợi Phất, mà tại sao vậy?

Vì khi nào giác quan yên tĩnh, thì những hành động do khẩu, do ý cũng yên tĩnh thanh cao?

Rồi người nên nghĩ thêm: Thực hành được như vậy, ta đã ban bố cho những bạn đồng hành một món quà quý báu, một tấm gương đạo hạnh tuyệt vời". (*Anguttara Nikāya - 331-332*)

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Trên cõi đời này, có nhiều thặng cảnh ngoạn-mục, nào là đền đài, huê-viên, công-trường, đồng quê bát-ngát, hồ nước trong veo. Nhưng còn nhiều vô số kẻ là: Non cao nguy hiểm, rừng vắng hoang vu, hồ hang rừng rợn,... Thì như thế ấy, rất ít chúng-sanh được mang kiếp người, còn nhiều vô số kẻ thọ sanh vào những cảnh giới khác. Được sanh làm người rồi, rất ít có kẻ thông minh, đạo đức, còn quá nhiều người tối mê, lầm lạc. Lại rất ít người được nghe Giáo Pháp, chăm chỉ thực hành để sống theo đạo đức, còn nhiều kẻ khác không làm như vậy. Rất ít hành-già được nếm hương vị giải-thoát và rất nhiều còn dính mắc trong vòng phàm tục". (*Vinaya - I - 8*)

Cõi trời Phạm-Thiên và Vô-Sắc chưa phải là mục đích cuối cùng. Phần lớn tôn giáo trên Thế giới chủ trương các cõi trời là những nơi an-nghỉ hoàn toàn hạnh phúc. Đức Bồ-Tát Sĩ-Đạt-Ta đã đắc bốn bậc Thiên Vô-Sắc khi theo học với hai thầy Đạo-sĩ *Alara, Uddaka*, thầy rằng với thiên này chưa diệt tận bản ngã, chưa chấm dứt nguồn sanh tử, nên đã rời bỏ hai thầy đi tìm đạo một mình.

Đức-Phật khiển trách Đại-Đức Xá-Lợi-Phất, dạy một người Bà-La-Môn phương thức hành đạo để lên tới cõi trời Phạm Thiên (*Brahma*):

"Này Xá-Lợi-Phất, tại sao ngươi chỉ dạy người Bà-La-Môn đó cách thức để lên cõi trời sắc giới thôi! Vì đó chưa phải là giải thoát. Còn rất nhiều việc phải làm mới đi tới mục đích cuối cùng". (*Samyutta Nikāya - 100*)

Gần Gũi Bạn Lành

Giao du với bạn-bè cũng là yếu tố quan-trọng đối với người tu Thiền Định. Người bạn có thể là ông thầy dìu-dắt mình trở nên cao- thượng mà cũng có thể trở thành kẻ xấu-xa, xô mình xuống vực sâu.

Đưa trẻ bắt đầu cuộc sống giữa cha mẹ, anh em và chịu ảnh-hưởng của gia-đình. Khi lớn lên, vào lớp nhờ sự dạy-dỗ của thầy và ảnh-hưởng tánh-tình của bạn-bè. Lúc thành nhân được gia-nhập vào sinh-hoạt xã-hội, phải giao-dịch với nhiều giới quen thuộc, thu-thập được nhiều kiến-thức, kinh-nghiệm tình-cảm của những kẻ bao quanh và thâm nhiễm nhiều tật xấu có, tốt có.

Bạn lành về phương diện đạo-đức, không phải ám chỉ mối tương giao huynh-đệ, cư xử đúng cách giữa những con người vì quyền lợi hay tình-cảm, mà là những Thiện trí-thức đồng lý tưởng với mình có nếp sống thanh bạch, giàu kinh-nghiệm tâm-lý và nhất là có tâm thỏa-thích hành đạo, có thể giúp đỡ, nhắc-nhở ta trên đường Thánh-Thiện. Đức-Phật thuyết:

"Người Thiện trí-thức là người không làm mười điều ác, có tâm từ ái, không tà-kiến là người thấu rõ lợi-ích của các nghiệp lành trong kiếp hiện tại và vị-lai". (*Dhammapada*)

Đức-Phật rất ngợi khen sự thân-cận các bạn lành, cho đó là nguyên do đưa tới đạo-đức thanh-bạch.

"Hỡi này các thầy Tỳ-Khuru! Cũng như bình minh báo hiệu mặt trời sắp lộ dạng, tinh thần hữu với người thiện trí-thức báo hiệu bảy nhân làm phát sanh trí-tuệ (Thất Giác Chi) sẽ đến với kẻ tu hành". (*Samyutta Nikāya V-101*)

"Này Xá-Lợi-Phất, quả đúng như vậy! Thân-cận bạn lành là điều kiện tối cần của đời sống Phạm hạnh. Thầy Tỳ-Khuru nào, thường hay tìm gặp các Thiện trí-thức, có nhiều hy-vọng làm phát-triển con đường Siêu-Việt (Bát Chánh-Đạo) và nhờ đó, từ là nạn nhân của những thảm họa Sanh, Già, Bệnh, Chết, người khỏi khổ đau, than-van thất-vọng". (*Samyutta Nikāya*)

Ít Bận Rộn

"Bậc Thánh-Nhân gọi con người luôn luôn bận việc, hết buông cái này thì bắt tới cái kia, dù có lợi ích hay không là kẻ nào động, tâm trí bôn chôn xao-xuyến như con khi nhảy-nhót không ngừng và đó là trở ngại lớn cho người hành-đạo. Một Thiền-Sư nói chẳng thà đi ngủ còn tốt hơn bận rộn vô-ích".

Lần nọ, Đức-Phật đi kinh hành đến gần Tịnh-xá gặp Chư-Tăng đang họp nhau bàn-luận về Đạo-Đức, Ngài khen ngợi:

"Này các thầy Tỳ-Khuru, vậy mỗi khi các người hội-họp với nhau, tốt hơn là bàn về giáo-lý, nếu không thì nên giữ sự yên-lặng thanh-cao. Suy tưởng về các Pháp". (*Majjhima Nikāya*)

Người hành đạo cũng bận rộn nhưng bận rộn lo tham thiền nhập định, bận rộn để hủy diệt phiền-não.

Tránh Xa Tình Dục và Giữ Tâm Chân Thật

Tình dục kích-thích mạnh-mẽ giác quan, khuấy động tâm trí, làm cho con người thường tối mê, điên-đảo, không sao tiến hóa trong việc tu-hành. Nhà hiền triết *Ramakrishna* gọi người phụ nữ là Mẹ. Bà vợ được cha-mẹ cưới cho lúc chưa đầy mười tuổi, theo phụng sự ông suốt thời-gian 30 năm nhưng hầy còn trinh tiết.

Nết hạnh chân-thật cũng rất thiết yếu đối với người hành đạo. Không những thành-thật đối với tha nhân, mà tốt nhất là phải chân-thật với chính mình. Trong mỗi giờ, mỗi phút người nên dòm xét bản-thân, để tẩy trừ các nết hư tật xấu, những ý nghĩ tà vạy, những tham-vọng vô bờ bến. Phải có can-đảm chấp nhận lỗi mình trong bất cứ hoàn cảnh nào. Đức-Phật dạy rằng con người từ lúc mới chào đời đã mang theo tội-lỗi. Vì phải gánh lấy xác thân tạo thành bởi cái tâm tham sống từ kiếp trước.

Người không thể chân-thật nếu hàng ngày vẫn lo dòm ngó lỗi người, chỉ trích, phê-phán. Phương ngôn có câu: *Người hay chỉ trích chính là kẻ đáng chỉ trích nhất.*

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [01](#) | [02](#) | [03](#) | [Mục lục](#)

Chân thành cảm ơn Bác sĩ Nguyễn Tối Thiện đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 04-2002)

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

updated: 14-04-2002