

KHỞI ĐẦU LÀ TÂM

Cư Sĩ Nguyên Giác

Lời ngắn gọn về giáo pháp nhà Phật, có lẽ nên gọi đơn giản là “pháp tu tâm.” Và ngay cả, nếu có nhiều cách trình bày ngắn gọn khác, theo diễn giải của từng vị Thầy, nhưng chắc chắn vẫn không thể là tâm mà nói.

Đức Đạt Lai Lạt Ma đời thứ 14 cũng từng nói, “Đây là tôn giáo đơn giản của tôi. Không cần ngôi chùa nào; không cần triết lý phức tạp nào. Chính bộ óc chúng tôi, quả tim chúng tôi là ngôi chùa của chúng tôi; triết lý [chúng tôi] là từ bi.” (This is my simple religion. There is no need for temples; no need for complicated philosophy. Our own brain, our own heart is our temple; the philosophy is kindness.)

Như thế, khởi đầu phải là tâm. Nghĩa là, trước tiên phải từ nơi các hoạt động của tâm mà tu, phải thanh tịnh trước tiên là từ nơi niệm, suy nghĩ, nhận thức, lý luận, cảm xúc, tưởng tượng, ước mơ, ý chí...

Bởi vậy, khởi đầu trong Kinh Pháp Cú là lời Phật giảng về tâm. Từ đây sẽ là nền tảng cho mọi pháp tu về sau. Bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu về bài kệ đầu tiên này là:

“Ý dẫn đầu các pháp,

Ý làm chủ, ý tạo;

Nếu với ý ô nhiễm,

Nói lên hay hành động,

Khổ não bước theo sau,

Như xe, chân vật kéo.” (Kinh Pháp Cú, Phẩm I)

Nghĩa là, tất cả các pháp đều chiêu khởi từ tâm.

Truyện tích ghi lại trong tập “The Dhammapada: Verses and Stories” (nguồn: www.tipitaka.net), rằng khi Đức Phật ngụ ở tu viện Jetavana ở Savatthi, đã nói lên bài kệ này để giải thích về Trưởng Lão Cakkhupala, một vị A La Hán mù.

Một đêm, ngài Cakkhupala trong khi thiền hành đã sơ ý giẫm chết một số côn trùng. Buổi sáng, một số thầy tỳ kheo tới thăm trưởng lão, gặp côn trùng chết, mới suy nghĩ xấu về trưởng lão, và kể lại với Đức Phật. Đức Phật hỏi họ, có phải họ thấy Trưởng Lão Cakkhupala giết côn trùng không. Khi họ nói không thấy, Phật mới đáp, “Cũng như quý thầy không thấy trưởng lão đó sát sanh, vị trưởng lão đó cũng đã không thấy là tự mình đạp chết

côn trùng. Thêm nữa, vì Cakkhupala đã chứng quả A La Hán, nên không thể có ý định sát sanh, và do vậy không có tội.”

Khi được hỏi vì sao Cakkhupala bị mù, mặc dù là một vị A La Hán, Phật mới kể rằng Cakkhupala là một y sĩ trong một tiền kiếp. Một phụ nữ bệnh mắt, có hứa là nếu chữa, cô và các con sẽ làm nô lệ cho y sĩ này. Nhưng khi mắt chữa lành xong, cô sợ là cô và các con sẽ làm nô lệ như lời hứa, mới nói là mắt cô đang tệ hại thêm. Vị y sĩ biết cô nói dối, mới đưa thêm thuốc xức mới để làm cô mù mắt luôn. Vì làm ác như thế, y sĩ này đã bị mù mắt trong nhiều kiếp về sau. Kể xong, Phật đọc bài kệ trên. Nghe xong, ba mươi ngàn tỷ kheo đồng chứng quả A La Hán.

Như thế, tâm đã khởi lên nghiệp và từ đây dẫn tới thế giới chúng ta đang thọ

dụng. Ngắn gọn, tất cả các cảnh hôm nay là sinh khởi do nhân kiếp trước. Tất cả các pháp chúng ta thọ nhận đều từ tâm sinh khởi. Đó là lý do, khởi đầu Kinh Pháp Cú, Phật dạy là phải tin sâu nhân quả. Vì cảnh khổ đều từ tâm dẫn tới, và như thế, diệt khổ phải từ tâm mà tu mới là tận gốc. Tất cả không lìa nhân quả mà có.

Một điều ghi nhận, rằng một số vị Thầy có vẻ tránh nói tới nhân quả ba đời mà chỉ ưa nói tới an trú hiện tại, tránh nói tới “khổ” mà chỉ ưa nói tới “lạc,” tránh nói tới làm tâm lìa gốc ô nhiễm mà chỉ ưa nói tới hãy cảm nhận lạc thọ của thân tâm hiện nay.

Do vậy, khi nào hết nghiệp cõi người, và có tâm tương ưng với cõi trời, chúng ta có thể thấy cõi trời hiện ra. Như trường hợp ngài Dīpa Ma (1911 - 1989), nguyên

học Thiền Minh Sát từ Miến Điện và sau đã đi dạy nhiều nơi trên thế giới -- được kể trong sách “Knee Deep In Grace: The Extraordinary Life and Teaching of Dipa Ma” (sưu khảo của Amy Schmidt, bản Việt ngữ là “Ngập Sâu Trong Ân Sủng: Cuộc đời ly kỳ và Giáo pháp của Nữ Thiền sư Dipa Ma,” do Thiện Nhựt phỏng dịch).

Do vậy, các pháp không lìa tâm mà có. Thế giới này hiện ra với chúng ta là qua chúng ta nhận biết – vì chúng ta đang nhìn, nghe, ngửi, nếm, suy nghĩ, cảm thọ... Tâm chúng ta như tấm kính lớn, trong đó thế giới hiện ra. Mặt trời, mặt trăng, nhà cửa, núi, sông, vân vân hiện ra là qua nhận biết của chúng ta. Tiếng chim, tiếng suối reo, tiếng người, vân vân là hiện lên trong nhận biết của chúng ta. Và toàn bộ thế giới, là từ nghiệp mà hiện ra với thân ngũ uẩn này của chúng ta.

Thế nên, Đức Phật mới đọc bài kệ, khởi đầu Kinh Pháp Cú, rằng, “Ý dẫn đầu các pháp...” Ý, hay tâm, là mẹ của các pháp, và cần được giữ cho trong sạch.

Đó là lý do Đức Phật tóm gọn giáo pháp của Ngài bằng bài kệ:

“Không làm mọi điều ác,
 Thành tựu các hạnh lành,
 Tâm ý giữ trong sạch,
 Chính lời chư Phật dạy.” (Pháp Cú. 183)

Pháp tu “giữ tâm ý trong sạch” có thể thực hiện ngay trong đời thường của chúng ta. Trong khi đi, đứng, nằm, ngồi và trong mọi việc làm trong đời thường, chúng ta chỉ cần nhìn thấy tâm ý của mình lúc nào cũng “tỉnh giác và lặng lẽ.” Với thời gian, tâm sẽ thuần thực. Bạn có thể thử quan sát tâm ý mình như thế.

Và sẽ thấy gần như là tức khắc, cảm giác hạnh phúc sẽ hiện ra ngay trên thân tâm của bạn, khi hơi thở dịu dàng hơn, và khi tâm ý bắt đầu tỉnh giác và lặng lẽ. Từ sáng đến tối, hãy quan sát như thế.

Cư Sĩ Nguyên Giác

Bài kinh liên quan:

KINH PHÁP CÚ - HT. Thích Minh
Châu dịch Việt