



TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

T 13

THÍCH NHẬT TỪ

# Hạnh phúc GIỮA ĐỜI THƯỜNG



NXB PHƯƠNG ĐÔNG

# ***HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG***

## TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

Chủ nhiệm & biên tập: Thích Nhật Từ

*Tủ sách Đạo Phật Ngày Nay* do Thầy Nhật Từ chủ biên bao gồm các Nghi thức tụng niệm thuần Việt và trên 200 đầu sách nghiên cứu và ứng dụng về Phật học, thuộc loại sách gối đầu giường cần thiết cho mọi đối tượng độc giả.

*Tủ sách Đạo Phật Ngày Nay* đã xuất bản trên 100 CD về Đại tạng kinh Việt Nam và nhiều tác phẩm Phật học dưới dạng MP3. Đây là ấn bản đầu tiên trên thế giới về thể tài này. Tủ Sách đã xuất bản hàng trăm sách nói Phật giáo, CD và VCD tân nhạc, cải lương và tiếng thơ Phật giáo. Ngoài ra còn có hàng ngàn VCD pháp thoại của Thầy Nhật Từ và các vị pháp sư khác về nhiều chủ đề từ gia đình, xã hội đến đạo đức và tâm linh.

*Quý tác giả, dịch giả muốn xuất bản sách nghiên cứu và ứng dụng Phật học, quý Phật tử muốn ấn tống kinh sách Phật giáo, các đại lý cần nhận sách phát hành, xin vui lòng liên hệ:*

### **NHÀ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY**

Chùa Giác Ngộ, 92 Nguyễn Chí Thanh, P.3, Q.10, TP. HCM

ĐT: (028) 3839-4121

[www.daophatngaynay.com](http://www.daophatngaynay.com) | [www.chuagiacngo.com](http://www.chuagiacngo.com)

TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

THÍCH NHẬT TỪ

# HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

*Phiên tả:*

Hoàng Chương, Diệu Đồng, Thủy Tiên, Liên Trần  
Đồng Quang, Hoàng Oanh

*Hiệu chỉnh:*

Giác Minh Duyên

(Tái bản lần 2)

NXB PHƯƠNG ĐÔNG



# MỤC LỤC

<b>Chương 1: Tìm kiếm hạnh phúc</b> .....	1
Nghĩ đến người nghèo khó.....	3
Làm phước báu với tâm rộng lượng.....	5
Hạnh phúc và trung đạo.....	12
Thời gian đạt hạnh phúc.....	17
Hạnh phúc là thực tập.....	19
Ba lần quy y Tam bảo.....	23
<b>Chương 2: Thuật sống hạnh phúc</b> .....	29
Dẫn nhập kinh Kandaraka.....	31
Lời tán thán của du sĩ Kandaraka.....	32
Nhận định của Pessa.....	36
Xác quyết của Đức Thế Tôn.....	40
<b>Chương 3: Hạnh phúc giữa đời thường</b> .....	59
Không có dục tưởng.....	61
Không có sân tưởng và hại tưởng.....	66
Biết đủ và thanh cao.....	69
Giả từ cơ hội dính đời.....	74
Tự lực tinh tấn.....	76
Chìa khóa tu tập.....	80
Vượt qua tâm dục.....	81
<b>Chương 4: Khổ đau và hạnh phúc</b> .....	87
Khổ đau và hạnh phúc.....	89
Hạnh phúc qua kinh nghiệm.....	93

## vi • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Hiện tại vui, tương lai khổ .....	98
Hiện tại khổ, tương lai khổ.....	106
Hiện tại khổ, tương lai vui .....	108
Hiện tại vui, tương lai vui .....	110
<b>Chương 5: Tối thượng và hạnh phúc nhất .....</b>	<b>115</b>
Sơ lược chủ đề kinh.....	117
Không có toàn trí trong mọi lúc .....	120
Hiện tại là phép mầu .....	122
Giáo hóa là phép mầu.....	126
Duyên khởi và tương tác .....	130
Cái gì là tối thượng.....	133
Yếu tính hạnh phúc .....	138
Con đường hạnh phúc .....	141
Chướng ngại và thực trạng.....	148
<b>Chương 6: Nghệ thuật chặt đứt mắc xích khổ đau .....</b>	<b>153</b>
Xả ly tham ái .....	155
Hết dục còn gì? .....	156
Chuyển hóa nhu cầu tính dục .....	159
Mượn xa nói gần .....	165
<b>Chương 7: Nghệ thuật chặt đứt mắc xích khổ đau .....</b>	<b>169</b>
Nhận diện mắc xích.....	171
Hai khuynh hướng tâm linh.....	172
Nhận diện sai lầm.....	175
Vai trò của tâm thức .....	179
Vật chất và tinh thần .....	185
Thực phẩm cho luân hồi.....	190

# Chương 1

## TÌM KIẾM HẠNH PHÚC (KINH BỒ ĐỀ VƯƠNG TỬ)

*Giảng Kinh Trung Bộ tại chùa Xá Lợi, ngày 25-11-2007*  
Phiên tả: Hoàng Chương







## NGHĨ ĐẾN NGƯỜI NGHÈO KHÓ

Kinh *Bồ Đề Vương Tử* là bài kinh 85, thuộc kinh Trung bộ, giới thiệu các quan điểm và cách thức mưu cầu hạnh phúc. Thông qua bài kinh này, có hai quan điểm nổi bật về bản chất hạnh phúc. Một bên đại diện cho Bà la môn giáo, bên kia đại diện tông chỉ và ý tưởng tâm linh của đạo Phật.

Theo Bà la môn giáo, con người phải trải qua quá trình khổ hạnh ép xác mới đến được đỉnh cuối cùng của hạnh phúc thật sự. Trong khi đó, đức Phật hướng dẫn cần chuyển hóa tâm thức làm cho nổi đau, phiền não, nghiệp chướng không còn sức sống, lúc đó chúng ta mới đạt được hạnh phúc thật sự.

Bài kinh bắt đầu bằng sự kiện liên hệ đến vị vương tử Bodhi, nghĩa gốc là Giác Ngộ. Vương tử Bodhi là thái tử của một tiểu bang phát triển lúc bấy giờ, đồng thời cũng là một Phật tử thuần thành. Mặc dù là Phật tử thuần thành, nhưng các yếu tố thuộc phong tục tập quán tín ngưỡng của Bà la môn giáo, trước khi đến với đạo Phật, vẫn còn in đậm trong tâm thức của ông. Khi vừa xây xong tòa lâu đài nguy nga tráng lệ, ông đặt tên cho nó là Kokanada, sau đó chuẩn bị buổi lễ khánh thành. Ông thỉnh mời đức Thế Tôn và tặng chúng đến động thổ khai đất, vì nghĩ rằng phước báu, hạnh phúc, bình an, thịnh vượng sẽ có mặt một cách lâu dài trong tòa lâu đài này.

Ông truyền lệnh cho gia nhân đến ngõ lời thỉnh mời đức Phật và tặng chúng đến để chúng minh trong lễ cúng dường trai tăng khánh thành lâu đài. Đức Phật đã im lặng nhận lời. Ba lần thỉnh mời được hồi đáp bằng ba lần nhận lời không lên tiếng.

Trước ngày cúng dường trai tăng, vương tử Bodhi chuẩn bị mọi thứ trang nghiêm hoành tráng. Ông ra lệnh mua các loại vải vóc màu trắng sang trọng nhất trải dài từ thềm thang

#### 4 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

đến ngưỡng cửa bước vào tòa lâu đài. Trang trí nội thất cũng lấy màu trắng làm nền tảng.

Sáng hôm đó, sau khi mọi thức ăn thượng vị được chuẩn bị xong, ông chủ đảo sai gia nhân đến thỉnh đức Phật. Đức Thế Tôn đáp y, cầm bát cùng tăng chúng từng bước thành thoi đi vào thành và dừng lại ở tòa lâu đài của vương tử Bodhi. Để thể hiện lòng tôn kính của mình, vương tử Bodhi đã đứng chờ ngoài cửa từ sáng sớm. Mặc dù biết đức Phật chỉ có thể đến vào giờ thọ trai, nhưng vì lòng tôn kính, cho nên ông và gia quyến đứng đợi từ sáng mà không hề cảm thấy bất kỳ sự mỏi mệt hay khó nhọc nào.

Khi đức Thế Tôn vừa đến, ông cùng gia quyến đánh lễ, vẫn an sức khỏe ngài rồi đích thân dẫn đường mời đức Thế Tôn và tăng chúng đi tham quan. Sau khi đi hết phần sân vườn, lên đến thềm cầu thang, đức Thế Tôn đã dừng chân tại chỗ khá lâu, ngài không đi nữa.

Bấy giờ vương tử Bodhi mới trình thưa đức Thế Tôn: *“Bạch Thế Tôn, gia đình chúng con biết ngài bận nhiều Phật sự, nhưng vì thương chúng con cho nên ngài đã quá bước qua đây, xin ngài hãy đi lên trên tám vải lụa trắng này để gia đình chúng con được phước báu, hạnh phúc, bình an lâu dài”*. Thỉnh mời ba lần, đức Thế Tôn vẫn lặng thinh không trả lời.

Sự im lặng trong tình huống này khác hẳn với sự im lặng khi được thỉnh mời đến lâu đài. Thông thường, trong ngữ cảnh văn hóa Phật giáo, im lặng là đồng ý. Khi được trình thưa một vấn đề gì đó, nếu chúng ta không có ý tưởng nào khác thì biểu tỏ sự đồng tình bằng im lặng. Tất cả các ngữ quyết trong sinh hoạt tăng đoàn, trước khi đưa ra một quyết định hay một thông bạch Phật sự nào đó, cũng được biểu quyết ba lần bằng sự đồng thuận im lặng.

Nhưng trong tình huống này, sự im lặng của đức Phật lại có ý nghĩa hoàn toàn khác. Ngài hướng ánh mắt từ ái sang thị giả Anan. Anan là người gần gũi đức Phật gần hai mươi lăm năm, nên hiểu rất rõ những gì đức Phật muốn thể hiện.

Anan nói với vương tử Bodhi: “*Hãy cuộn tấm vải này lại, đừng hoang phí nó vì đức Thế Tôn đang nghĩ đến vô số người nghèo khổ không có cơm ăn áo mặc*”.

Nghe lời Anan dạy, vương tử Bodhi cho gia nhân cuộn những tấm vải lại và hạ hết tất cả những món trang hoàng lộng lẫy mà theo đức Thế Tôn là không cần thiết cho buổi lễ cúng dường trai tăng. Sau đó đức Thế Tôn mới từng bước trên các thềm thang, đi vào phía ngôi nhà và ngồi vào chỗ đã được sắp đặt sẵn.

### LÀM PHƯỚC BÁU VỚI TÂM RỘNG LƯỢNG

Tình tiết của câu chuyện mở ra một quan điểm về phước báu. Không riêng những người theo đạo Phật, mà tất cả những người theo tôn giáo Bà la môn và các tôn giáo khác của Ấn Độ lúc bấy giờ, đều có cái nhìn và cách ứng xử tương tự rằng muốn được hạnh phúc bình an thì phải thỉnh mời các nhà tâm linh tôn giáo đến. Để bày tỏ lòng tôn kính nhất của mình, vương tử Bodhi và gia quyến đứng từ sáng đến trưa chờ đón đức Phật. Đứng rất lâu dưới cái nắng nóng của thời tiết vào thời điểm sau mùa an cư kiết hạ, mồ hôi nhễ nhại, nếu không vì lòng tôn kính thì không thể nào thực hiện được. Ông chuẩn bị khá chu đáo, vì nghĩ rằng việc cúng dường như vậy sẽ mang lại phước báu cho gia đình.

Một lưu ý nhỏ trong phong tục tập quán của Ấn Độ, đó là khi cầu phúc, đặc biệt là cầu tự, muốn sinh con trai để kế ngôi hoặc tiếp nối gia tài sự nghiệp ông bà tổ tiên để lại,

## 6 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

người ta phải trang trí toàn màu trắng thì nguyện ước đó sẽ thành tựu. Trong tinh huống này, vương tử Bodhi đã làm đúng theo phong tục tập quán.

Câu phát biểu của ngài Anan rất ấn tượng: “*Vì Như Lai Thế Tôn nghĩ đến những người nghèo khổ*”. Thông qua tình tiết nhỏ này, chúng ta có thể hiểu để có được phước báu thì điều quan trọng là dần thân phục vụ cộng đồng xã hội và tha nhân theo tông chỉ của đức Phật “*phụng sự chúng sinh tức là cúng dường chư Phật*”. Nếu muốn hưởng những sự sang trọng thì đức Thế Tôn đã không trở thành một hành giả tâm linh mà trở thành một quốc vương giàu có, đầy quyền lực. Những người tu cũng vậy, xả tất cả gia tài sự nghiệp, danh phận của mình trong xã hội để trở thành một người giản đơn, nhận lại những phẩm vật cúng dường của đàn na tín thí.

Đức Phật nói ngài nghĩ đến những người nghèo khổ với mong muốn vương tử Bodhi trong những dịp khánh thành này hãy gieo trồng phước báu cho những mảnh đời bất hạnh đang cần đến bàn tay chăm sóc và sự chia sẻ. Còn người tu sĩ thì không cần những loại xa phẩm ấy.

**Cúng dường:** Đức Thế Tôn muốn chia sẻ rằng không cần phải tốn kém những thứ xa xỉ phẩm để tạo ra phước báu. Người Phật tử và tín đồ nói chung, vì muốn có phước báu, đã làm rất nhiều thứ để cúng dường trai tăng mà bản kinh nêu ra là các loại thực phẩm thượng hạng nhất trong vương thành lúc bấy giờ. Trên thực tế, tu sĩ ăn uống rất giản đơn, cúng càng thịnh soạn chừng nào, càng làm hư tu sĩ chừng đó. Thông thường khi cúng dường trai tăng, chúng ta muốn tăng ni tham dự lễ trai tăng hài lòng để mình được phước. Bày biện thịnh soạn, dâng cúng phẩm vật không đúng cách là làm sai hạnh tu tập, hành trì của người xuất gia.

Đức Phật dạy người xuất gia khi ăn không đặt nặng khẩu vị, hưởng thụ, thưởng thức như người tại gia, vì sự đắm nhiễm thông qua lưỡi sẽ làm cho chánh niệm tỉnh thức không còn có mặt trong tâm thức của người hành trì. Ăn uống giản đơn để duy trì sức khỏe tu tập có kết quả, đền đáp tấm lòng và sự cúng kính của bá tánh đàn na. Bày biện thịnh soạn mâm cao cỗ đầy, nhưng phần tiêu thụ chỉ khoảng ba mươi phần trăm, bảy mươi phần trăm còn lại sẽ là một sự dư thừa.

Ngày xưa tại Ấn Độ, cách thức ăn uống liên hệ đến phong tục tập quán và được nâng lên thành nền văn hóa ẩm thực. Đức Phật và chư tăng ăn uống giống như bao người bình thường, tay phải được đặt ước dùng để bốc thức ăn, còn tay trái dùng vệ sinh cá nhân. Cái bát vừa với sức chứa của bao tử, đủ nuôi sức khỏe một ngày cho các hành giả, cho nên trong lúc ăn, hành giả không được lựa chọn món ngon ăn trước dẫn đến tình trạng đào, xốc, bới, trộn qua trộn lại mà phải ăn theo thứ tự, món nào cúng sau thì ăn trước, vì nó nằm bên trên. Không được chê ngon dở, vì như thế là đắm nhiễm vào vật thực.

Người Phật tử dâng cúng phẩm vật cho các vị xuất gia cũng nên nhớ tinh thần của đức Phật. Đừng làm thịnh soạn, bởi vì bảy mươi phần trăm còn lại sẽ bị vứt đi một cách hoang phí. Hãy cúng giản đơn như rau, quả, đậu hũ hay nắm kho, vừa đảm bảo sức khỏe mà tiền tốn chẳng bao nhiêu.

Quan niệm muốn có phước báu và hạnh phúc thì phải phát tâm cúng dường. Như vậy mối liên hệ giữa phát tâm cúng dường và phước báu thuộc về tiến trình nhân quả. Phát tâm hay tôn kính là nhân, và quả đạt được là phước báu. Dĩ nhiên, đó là một tiến trình rất tự nhiên. Tuy nhiên, vấn đề đặt ra là làm cái gì để có ý nghĩa, có giá trị. Nếu không để ý, để

## 8 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

tâm, thì dù chúng ta đầu tư khối lượng lớn các phẩm vật cúng dường, nhưng kết quả đạt được chẳng là bao.

Phật tử khi phát tâm cúng cũng phải thiết thực. Nhiều người cúng dường trai tăng bằng những phẩm vật như bàn chải đánh răng, kem đánh răng, tập, viết,... trong ba tháng an cư nếu ai cũng cúng như vậy thì có lẽ dùng mười năm chưa hết. Chúng ta nên cúng những thứ cần cúng, không nên cúng thừa, cũng như cúng trùng lặp, để giá trị cúng của chúng ta mới có chỗ phục vụ.

Nếu học theo tinh thần của bài kinh này thì mỗi lần cúng dường trai tăng, chúng ta sẽ tiết kiệm khá nhiều tiền. Mua thực phẩm thượng vị có thể tốn năm mười triệu, nhưng làm thực phẩm giản đơn chỉ tốn vài chục ngàn. Chùa Giác Ngộ gồm gần ba mươi thành viên, một ngày đi chợ sáng, trưa và chiều chỉ có 150 ngàn không tính gạo thóc và các gia vị. Quân bình, mỗi khẩu phần ăn chỉ có 5.000 đồng cho sáng, trưa và chiều. Nhiều chùa khác còn tẻ hơn như thế. Nhưng tăng ni Phật tử vẫn thấy rõ rằng người tu với chế độ ăn uống khiêm tốn mà vẫn khỏe mạnh bình thường.

Ăn quá nhiều thực phẩm được bào chế thông qua các công nghệ hóa chất thì chắc chắn bệnh tật sẽ gia tăng. Cúng dường như thế chưa chắc được phước. Do đó, chúng ta phải biết chút ít về y học, nhất là những dược chất trong các thực phẩm mà chúng ta cúng. Muốn vậy thì phải gặp bác sĩ để được tư vấn nấu món dễ tiêu thụ, hỗ trợ việc hành trì có kết quả.

Như vậy việc cúng dường cầu phước báu chính là một trong những cửa ngõ dẫn đến hạnh phúc, và đó là điều không thể phủ định, nhưng phải biết cách thì kết quả đạt được mới cao.

Nhiều Phật tử tôn trọng tăng ni đã dâng hết những món ngon vật lạ cho nhà chùa, trong khi cha mẹ ruột của mình

ở nhà không được cúng kính gì cả. Làm như thế là sai lầm. Đức Phật nhấn nhủ qua lời nói của Anan: “*Như Lai Thế Tôn nghĩ đến những người nghèo khổ*” có nghĩa rằng muốn có phước báu và hạnh phúc lớn thì trong những dịp khai trương thế này, hãy làm những việc có ý nghĩa và giá trị thiết thực.

**Phóng sinh:** Nhiều Phật tử có khuynh hướng mua chim cá để thả và mong cầu phước báu, tuổi thọ, bình an, phú quý về cho gia đình. Việc làm đó cũng có giá trị nhưng không thiết thực, việc phóng sinh không nên đặt mà hãy làm một cách tự nhiên. Chẳng hạn khi chúng ta đi và phát hiện đâu đó có sự giam cầm chim lồng cá chậu, cảm nhận nỗi đau mất tự do của các chủng loại này, chúng ta phát lòng từ bi và gieo hạt giống, mở cửa cho chúng trở về trời xanh, trở về biển cả, sông ngòi, đó là việc làm ý nghĩa. Còn đặt hàng chim cá để phóng sinh với mưu cầu hạnh phúc cho bản thân lại không có giá trị. Việc đặt hàng khiến người ta phải đi giăng bẫy bắt, như vậy chúng ta vô tình khuyến khích người khác làm những việc không hay. Cho nên, việc phóng sinh phải tùy duyên, gặp là làm liền chứ không cần chờ đợi.

Lại có nhiều Phật tử khác vào buổi sáng, mang lồng chim nhỏ xíu chứa đựng cả trăm con đê đầu cuồi cổ nhau. Vì niềm tin tín ngưỡng rằng phải có một bài kinh tụng niệm thì phước báu mới gia tăng, nên họ đợi đến trưa, sau thời kinh cúng ngọ, mới mở lồng ra, số chim trong lồng khi đó đã chết vài chục con. Vì vậy, hiểu tinh thần của việc phóng sinh, chúng ta phải làm ngay tức khắc.

Không cần thỉnh mời quý thầy tụng kinh bái sám trong lễ phóng sinh, chỉ cần mở tâm và lòng từ bi thật lớn, tâm niệm rằng “*chúng tôi ý thức rất rõ tình trạng chim lồng cá chậu rất khổ đau và tự do là hạnh phúc lớn nhất. Mong quý vị sau động tác*



## 10 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

*mở cửa của tôi hãy bay về trời xanh, trở về sông ngòi sống hạnh phúc và không còn bị tật ách rơi vào tình trạng thế này lần thứ hai. Mong sao hết kiếp này quý vị trở lại làm người có phước báu để làm những việc đáng làm với tâm lòng chí thành và tha thiết*". Tâm niệm trong lúc phóng sinh như thế, phước báu thật sự gia tăng, mặc dù chúng ta không màng đến. Còn tình huống trong kinh, đức Phật không dạy phóng sinh mà ngài dạy hãy nghĩ đến những người nghèo khó.

Năm 1994, khi có mặt tại Ấn Độ, chúng tôi đã đi tham quan bốn Phật tích được vài lần. Đến năm 1998, trở lại thì thấy phong tục phóng sinh bắt đầu có mặt, bởi đó là nhu cầu của nhiều du khách Việt Nam, Trung Quốc, Đài Loan với niềm hy vọng rằng phóng sinh tại đây thì ân đức của đức Phật với bốn thánh tích lịch sử sẽ tạo ra phước báu lớn hơn. Cho nên, người Ấn Độ nghèo khó vốn rất thương yêu các loài động vật và gia súc, không muốn giam nhốt chúng, nhưng vì chén cơm manh áo mà tạo ra phong tục mới chẳng tốt đẹp gì. Đó là bắt giam, giăng bẫy, lưới cá để đáp ứng du khách Phật tử ở những nước Châu Á. Phong tục đó hoàn toàn trái với tinh thần nhà Phật.

**Bổ thí:** Nếu trong thời đại của đức Phật, địa điểm bốn Phật tích là nơi trù phú, là trung tâm văn hóa và phát triển kinh tế thì trong thời hiện đại nó là nơi nghèo nhất của đất nước Ấn Độ. Các phái đoàn hành hương đến đây đều được hướng dẫn phải đổi tiền lẻ trước. Tuy nhiên, dù có đổi mấy trăm triệu ra tiền bạc các, chúng ta vẫn không thể phát hết, và đoàn sẽ không thể cất bước đi được khi người dân nghèo khó báo tin cho nhau lũ lượt kéo đến rất đông. Chính vì thế, những người hướng dẫn du lịch tâm linh có kinh nghiệm sẽ khuyên không nên đổi tiền lẻ.

Để thể hiện sự giúp đỡ một cách có hiệu quả và thiết thực, thay vì ban phát một cách rời rạc và thiếu tổ chức,

dẫn tới tình trạng nhón nháo, giành giật, thậm chí giẫm đạp lẫn nhau thì chúng ta chỉ cần liên hệ với những bộ lão hoặc trưởng làng, tập hợp và giao họ phần ủng hộ này. Như vậy sẽ đảm bảo trật tự và ai cũng nhận một cách đồng đều và công bằng nhất.

Vào những ngày rằm tháng giêng, rằm tháng tư, rằm tháng bảy, rằm tháng mười các ngôi chùa cũng thường xảy ra tình trạng ồn ào náo nhiệt. Bá tánh đàn na giành giật nhau đồ cúng, vì nghĩ rằng những phẩm vật đó mang lại phước báu. Điều đó làm mất đi ý nghĩa xã hội đạo đức, cho nên chúng ta chỉ cúng tượng trưng và tìm những gia đình nghèo khó để giúp đỡ một cách tập thể, có tổ chức thì kết quả đạt được sẽ cao. Trong phần giúp đỡ này, chúng ta nên chia sẻ pháp thoại, truyền đạt điều đức Phật đã dạy trong kinh để giảm bớt nỗi đau và sức ép căng thẳng mà cái nghèo mang lại cho họ. Được như thế mới đúng với lời đức Phật ám chỉ trong bài kinh này, khi được vương tử Bodhi thỉnh mời cúng dường trai tăng, với những phẩm vật vô cùng sang trọng.

**Từ thiện:** Chẳng hạn, việc cứu tế các nạn nhân gặp thiên tai lũ lụt tại miền Trung hàng năm. Gia súc bị chết, lúa nảy mầm, gạo không có để ăn, bệnh dịch tả, thổ tả lan truyền khắp nơi như một hệ quả kéo theo của lũ lụt. Mọi công ăn việc làm bị đình chỉ hoàn toàn. Nhiều đoàn từ thiện mua rất nhiều loại phẩm vật có không gian to như mì gói, chi phí xe vận chuyển khá nhiều. Nếu chúng ta mang bao thư tiền, vừa nhẹ nhàng vừa tiết kiệm chi phí vận chuyển, để có thể cứu giúp thêm một số gia đình. Trước khi phát tâm gửi đến những tặng phẩm, chúng ta cũng cần phải diễn đạt ý nghĩa và giá trị xã hội một cách súc tích, cô đọng để cùng chia sẻ nỗi khổ niềm đau, giúp họ vượt qua khó khăn của chính bản thân mình.

## 12 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Mấy năm trước khi thiên tai xuất hiện tại Ấn Độ, con đồng đất đã làm cho mấy chục ngàn người tử vong và hàng ngàn ngôi nhà bị sụp lở. Một phái đoàn Phật giáo Úc châu đã đến nhờ chúng tôi hướng dẫn đoàn. Điều đầu tiên chúng tôi đề nghị là chỉ nên mua nhà, dù cho các nạn nhân ở tạm trong giai đoạn chưa có sự trợ cấp chính thức từ chính phủ. Sau đó là các thùng nước thật to, vì trong động đất nước bị ô nhiễm, người ta đã được di dời đến khu đất trống an toàn; kế đến là nồi niêu xoong chảo và những thực phẩm khô, kèm theo phong bì. Phải hiểu rõ dạng thiên tai nào cần những loại sơ cấp cứu nào để đáp ứng nhu cầu bức thiết, như vậy chúng ta mới xoa dịu được nỗi đau cho quần chúng. Nếu là phái đoàn đến sau, thì việc mua những thứ này trở nên dư thừa. Cho nên, phải dựa vào thời điểm và bản chất của từng sự việc mà quyết định phương thức gì để giá trị đóng góp của chúng ta sẽ không trở nên vô ích.

Ban từ thiện và ấn tống Đạo Phật Ngày Nay do chúng tôi chủ xướng trong mấy năm qua, cũng có chính sách rõ ràng cho việc ấn tống và giúp đỡ. Không phải chùa nào có nhu cầu gởi thư đến là được đáp ứng. Chúng tôi chỉ gửi chùa nào có nhu cầu tụng niệm, còn chùa có nhu cầu nhận để làm tặng phẩm cho bá tánh Phật tử vào những dịp lễ lớn thì không. Bởi vì làm như thế bá tánh sẽ mang quyền kinh đó về đặt bàn thờ cầu phước lộc, thay vì phải đọc tụng và hành trì.

### HẠNH PHÚC VÀ TRUNG ĐẠO

Sau khi nhận phẩm vật cúng dường, vương tử Bodhi đã đặt câu hỏi liên hệ đến bản chất của hạnh phúc: “*Bạch đức Thế Tôn, theo con hạnh phúc không có mặt do chính nó, hạnh phúc có mặt là do có khổ đau*”.

Triết lý này bao gồm hai vế. Vế đầu phản ánh học thức duyên khởi rằng mọi sự vật hiện tượng tồn tại tương duyên, tương thuộc, ảnh hưởng tác động chi phối lẫn nhau. “*Hạnh phúc không có mặt trong chính nó*”, nó phải được hỗ trợ, tác động với duyên, môi trường, điều kiện thì mới mang lại niềm vui thật sự.

Vế thứ hai, vương tử khẳng định “*hạnh phúc có mặt là do có khổ đau*”. Như Lai Thế Tôn đã trả lời: “*Ta đã từng suy nghĩ như thế và sau thời gian tu tập trung đạo, ta đã nhanh chóng thừa nhận và thấy rõ rằng đó là một quan điểm sai lầm*”.

Vế thứ hai tương tự câu “*sau cơn mưa trời lại sáng*” mang tính chất khích lệ rằng khổ đau phải trải qua là điều cần thiết và hạnh phúc nào cũng cần phải trả giá cho nên hãy nỗ lực đi tới phía trước, đừng bỏ cuộc giữa chừng. Nhờ lời khích lệ mà người ta vượt qua được khó khăn, nhưng sẽ là sai lầm khi cho rằng phải trải qua như thế thì mới thực sự được hạnh phúc.

Điều đức Phật muốn dạy, đó là có những cách thức nêu thực hiện đúng phương pháp thì không cần phải trải qua bất cứ khổ đau nào cũng dẫn đến thành công. Vấn đề ở chỗ nhận định và thể hiện có đúng đắn hay không. Nhiều người nỗ lực năm lần bảy lượt, thất bại lần này, nỗ lực lần khác, ấy thế mà đâu cũng hoàn đổ, không có bất kỳ một tiến bộ và thay đổi nào, vì không nắm vững phương pháp luận.

Cách đây vài hôm, có hai nhà doanh nghiệp trẻ đến gặp chúng tôi tâm sự họ vừa bị phá sản vì chứng khoán. Họ đến yêu cầu nhà chùa cho họ một cái phép hay lá bùa để về gỡ gạc những gì đã thua lỗ. Chúng tôi suy nghĩ một vài phút rồi mở tủ lấy hai tượng Phật, một tượng Quan Âm và một tượng Phật Di Lặc. Chúng tôi tặng tượng Quan Âm cho anh

## 14 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

lớn, tặng tượng Di Lặc cho anh nhỏ và nói: “*Đây là bùa hộ mạng của hai anh, hãy về tôn vinh, thờ phượng các ngài và phát nguyện mỗi ngày rằng sẽ làm việc chân chính, dùng thân vào thị trường chứng khoán thì Phật mới gia hộ*”. Dĩ nhiên hai anh hơi thất vọng khi được chúng tôi khuyên từ bỏ chứng khoán. Con đường hạnh phúc phải tạo dựng bằng phương pháp luận. Dùng phương pháp, dùng phước báu thì mới có công đức chứ không chỉ ngồi cầu nguyện Phật gia hộ, có bùa có phép mà xong.

Câu chuyện trong kinh, đức Phật không muốn vương tử Bodhi thất vọng vì phong tục tập quán của dân gian, quan niệm rằng muốn có phước báu thì phải thỉnh mời tăng chúng đến ban phước. Ngài ám chỉ một cách khéo léo rằng ngoài những công việc cúng kính để có phước báu, cần phải thể hiện bằng những công việc cụ thể thì mới thành công.

Trở lại câu nói của Bodhi “*hạnh phúc có mặt là do có khổ*”. Đức Thế Tôn đã từng bị câu nói này ám ảnh suốt sáu năm trời. Ngài đã từng trở thành nhà khổ hạnh nổi tiếng nhất lúc bấy giờ. Kinh mô tả mỗi ngày ngài ăn vòn vụn bảy hạt mè. Dĩ nhiên mô tả đó chỉ mang tính biểu tượng. Mè có dương tính cao, có thể tạo được sự cường tráng cho cơ thể, điều chỉnh lại những chức năng thoái hóa xương, bệnh đau nhức xương khớp có thể được trị liệu phần nào nhờ chế độ ăn này. Sau suốt sáu năm trời khổ hạnh, có lẽ nhờ vậy mà đức Phật vẫn đảm bảo được tuổi thọ đến tuổi tám mươi.

Sở dĩ đức Phật đã chọn con đường khổ hạnh ép xác là vì khi học đạo với các nhà tâm linh Bà la môn giáo quan niệm phải đi đọt các giác quan, làm cho chúng không còn mơ ước hưởng thụ các khoái lạc nữa, lúc đó dòng cảm thụ chết hoàn toàn thì hạnh phúc mới bắt đầu có mặt. Lầm

tưởng như thế nên rất nhiều người đã thực tập theo và cuối cùng kết quả là bệnh tật, khổ đau và chết yểu diễn ra. Phần lớn các nhà khổ hạnh của Bà la môn giáo chết ở tuổi bốn mươi cho đến năm mươi.

Đức Phật là người duy nhất sống đến tám mươi tuổi nhờ ngài nhanh chóng thay đổi đi trên con đường trung đạo, lấy con đường trung đạo làm nền tảng cho việc thăng bằng cảm xúc, thăng bằng đời sống, thăng bằng vật thực. Đức Phật nói, từ khi tìm ra con đường trung đạo, ngài mới thực sự nếm được mùi hạnh phúc của giác ngộ. Khổ hạnh ép xác không đưa ngài tới đâu dù trong thời gian ngắn, ngài đã chứng được quả vô sở hữu xứ và phi tướng phi phi tướng xứ.

“*Vô sở hữu xứ*” là tầm nhìn quán chiếu rằng không có gì trên cuộc đời là tự có. Ở phương diện này hay phương diện khác, khổ đau có mặt do chúng ta đấng thức hóa nó là chính mình. Cách quán tưởng đó là một loại thuốc gây mê trị liệu trong khoảng cách thời gian nhất định chứ không thể có giá trị trị liệu lâu dài, vì sau khi xuất thiền định, chúng ta vẫn đối diện với thực tế khổ đau khác. Khổ đau vẫn hoàn khổ đau.

Còn “*phi tướng phi phi tướng xứ*” là trạng thái thiền định không để cho dòng tưởng tượng và ý niệm khống chế. Khổ đau bám vào dòng cảm xúc bị vô hiệu hóa. Dĩ nhiên cách thức này cũng là một sự trị liệu nửa vời, nó có giá trị hỗ trợ nhất định chứ không thể là một giải pháp cuối cùng.

Từ đó đức Phật thấy rõ sự khổ hạnh ép xác không đưa ngài tới đâu. Ngài tìm đến bờ sông, tắm lấy lại sức khỏe và ngồi thiền định với quyết tâm cao độ “*nếu không chứng đắc được đạo quả bồ đề quyết sẽ không rời khỏi nơi này*”. Kết quả sau bốn mươi chín ngày thực tập đúng phương pháp với con đường trung đạo, ngài đã đạt được sự giác ngộ lớn nhất.

### *Thực tập thiền*

Đức Phật đã phân tích với Bodhi rằng “*không cần phải ném mùi khổ đau mới có được hạnh phúc mà chỉ cần thực hiện đúng phương pháp*”. Ngài nêu ra con đường thiền quán. Thiền khác yoga. Trong khi yoga đặt nặng vấn đề sức khỏe của thân thể vật lý, giúp cơ thể cường tráng để có một tinh thần minh mẫn thì thiền huấn luyện tâm thức để phóng thích và loại trừ những ức chế tâm lý, những nỗi khổ niềm đau trong cuộc đời. Như vậy trọng tâm của thiền là sự buông xả để không đồng hóa nỗi đau với mình, không đồng hóa nghịch cảnh với nhiều chướng duyên và xem mình là một nạn nhân. Nhờ thực tập thiền quán với hơi thở nụ cười, thông dong, tự tại, tùy duyên, mà hành giả đạt được trạng thái vượt lên trên thuận và nghịch. Đó chính là tiến trình giúp hành giả có được hạnh phúc cao.

Thứ hai, sau khi thực tập thiền quán, hành giả bắt đầu có được trạng thái hỷ lạc của sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền. Trạng thái hỷ lạc đó không phải là phản ứng giác quan. Ai đạt được trạng thái này mới có thể cảm nhận được bản chất thật của nó. Nó không phải là sự rung động của giác quan mà là sự tĩnh tại nhẹ nhàng sâu lắng mà trong kinh thường ví như trong mùa hè nóng nực, oi bức bỗng dưng được ngâm mình dưới dòng suối mát trong. Trạng thái hỷ lạc cũng tương tự như vậy, và còn sâu lắng hơn, vì nó không mang tính điều kiện mà là kết quả của việc chuyển hóa tâm thức khi lòng tham, lòng sân, lòng si đã được lột dỡ. Hành giả sẽ có được sự chứng đắc nhẹ nhàng thư thái của quả tâm, đây mới chính là hạnh phúc đích thực.

Thứ ba, nếu muốn có hạnh phúc sâu sắc hơn, và thách đố với tính thời gian vô thường hơn, thì hãy chọn con đường xuất gia để vượt qua các khoái lạc của giác quan, đặc biệt là

tính dục. Bởi vì khoái lạc giác quan là phản ứng hóa chất diễn ra trên não trạng mang đến cho chúng ta những đê mê với tính lệ thuộc. Chúng ta càng chạy theo sự thỏa mãn đó, càng biến mình trở thành nô lệ. Phàm cái gì khiến chúng ta trở thành nô lệ và lệ thuộc thì không thể gọi đó là hạnh phúc đích thực.

Cho nên ở mức độ sâu và cao thì hạnh phúc đối với người xuất gia chính là việc giải phóng nỗi ám ảnh và những ức chế tâm lý về tính dục. Người làm chủ được mình và nâng năng lực tính dục trở thành năng lực của lòng từ bi phục vụ tha nhân thì người đó được hạnh phúc lớn hơn. Còn đối với người tại gia, thực tập thiền quán ở mức độ ban đầu của người xuất gia là đã có thể hạnh phúc sâu lắng hơn những hạnh phúc bình thường.

#### THỜI GIAN ĐẠT HẠNH PHÚC

Sau khi nghe đức Thế Tôn trình bày, vương tử Bodhi đã hỏi: *“Bạch đức Thế Tôn, phải cần thời gian tối thiểu bao lâu thì mới có thể đạt hạnh phúc như ngài vừa trình bày?”*

Đức Phật không trả lời, ngài đưa ra một ví dụ về nghề luyện voi. Ngài hỏi vương tử Bodhi: *“Một người học cưỡi voi, luyện voi, nếu thiếu niềm tin, có quá nhiều bệnh tật, gian trá, biếng nhác và dằn dộng thì có thể thành công hay không?”* Vương tử Bodhi trả lời bằng kinh nghiệm của mình rằng *“chỉ cần vấp phải một trong năm điều vừa nêu thì việc luyện voi và cưỡi voi đã không thành công, huống hồ có đủ cả năm”*.

Thời xưa, các vị vương tử thuộc giai cấp Sát Đế Lợi đều có cơ hội học luyện voi để sử dụng voi trong các cuộc chiến. Ngoài ra họ còn học đánh kiếm, bắn cung để bảo vệ ngay ngài vàng và sự nghiệp quân sự của chính mình, bởi vì ngày xưa chân lý lệ thuộc vào quân sự và sức mạnh. Kinh nghiệm luyện voi, cưỡi voi được các vương tử nắm rất vững.



## 18 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Người luyện voi thiếu niềm tin sẽ không thể điều được con voi dữ. Voi càng dữ chừng nào thì giá trị phục vụ của nó cao chừng đó. Do đó phải có niềm tin. Thứ hai, người luyện voi cần sức khỏe để có thể chịu đựng và vượt qua những cú té ngã. Thứ ba, loài voi cũng rất nhạy cảm giác quan, biết cảm nhận thái độ ghét bỏ và hành hạ của chủ nhân, nếu người luyện voi có tính man trá, không thật tâm dùng kinh nghiệm của mình mà chỉ muốn trừng trị con voi thì nó sẽ kháng cự, do đó việc luyện voi khó có thể thành công. Nhiều người nài voi đã chết vì cá tính giận dữ và ghét bỏ các loài voi hơn là muốn huấn luyện nó trở thành một con voi giỏi. Thứ tư, biếng nhác là không thể thành công. Người biếng nhác chỉ làm việc theo cao hứng, nhất thời, do đó không sử dụng được năng lực vốn có. Sự thành công đòi hỏi quá trình nỗ lực bền bỉ lâu dài và đều đặn thì mới đạt kết quả. Cuối cùng, nếu không có trí thông minh, khôn ngoan thì dù cho có ý nguyện, có thao thức, có mong muốn cũng không thể nào có kết quả tốt.

Sau khi nghe vương tử Bodhi giải trình kiến thức về việc luyện voi, đức Phật mới nói: *“Người học đạo muốn có được kết quả hạnh phúc, bất luận là người tại gia hay xuất gia, phải hội đủ năm yếu tố. Khi năm yếu tố này có mặt thì đờng bạn tâm đến tính thời gian. Bảy năm, bảy tháng, bảy ngày, hay bảy tích tắc, hoàn toàn lệ thuộc vào phương pháp luận”*.

Thiết thực hiện tại là một trong những nét đặc sắc của giáo pháp đức Phật. Do đó, khi hành trì, dù theo bất kỳ pháp môn nào, chúng ta cũng đừng nghĩ rằng sau khi chết sẽ sinh về Tây Phương cực lạc hưởng thụ. Trông chờ như thế là sai lầm. Phải thấy rằng trong mọi động tác hành trì lời Phật dạy, chúng ta có hạnh phúc ngay tức khắc. Sáng làm, chiều có kết quả, thậm chí có những tình huống trong lúc làm, chúng ta đã

đang hưởng kết quả của sự lợi lạc. Nếu tu tập lâu mà không được hạnh phúc thì biết rằng chúng ta đã đi sai đường, cần phải điều chỉnh thông qua sự tư vấn và hướng dẫn của một nhà tâm linh có trình độ chuyên môn về lĩnh vực pháp môn mà chúng ta đang thực tập.

### HẠNH PHÚC LÀ THỰC TẬP

***Thứ nhất, phải tin rằng đức Phật không phải là thượng đế hay thần linh.*** Đây là điều chúng ta không tìm thấy trong các kinh thánh vốn quan niệm thượng đế là đấng sáng tạo có ba đức tính: toàn năng, toàn bi và toàn trí. Vì toàn năng nên ngài tạo dựng ra vũ trụ, vì toàn bi nên ngài thương các chủng loại với lòng bác ái, vì toàn trí nên ngài làm được những việc khó làm. Đức Phật nói, đó là những tuyên bố rỗng của con người tín ngưỡng nắn tạo ra các thượng đế hơn là thượng đế nắn tạo ra con người.

Đức Phật khuyên con người tin rằng ngài cũng là một con người như chúng ta. Nhưng thông qua quá trình vận động, phấn đấu của tự thân một cách đúng phương pháp, theo con đường trung đạo cho nên ngài có kết quả của an nhiên và giải thoát. Do đó ngài khuyên hãy tin vào chính ngài, đừng bao giờ mặc cảm tự ti bản thân mình. Đây là yếu tố tiên quyết.

***Thứ hai, cần có sức khỏe và ít bệnh hoạn.*** Kinh *Pháp Cú* có câu tuyên ngôn của đức Phật: “*Ít bệnh là phúc báu lớn nhất*”. Rất nhiều người giàu sang phú quý nhưng bệnh tật liên miên, bao nhiêu tiền tài sự nghiệp đổ dồn vào thuốc thang, bệnh viện và bác sĩ, ăn không ngon, ngủ không yên và do đó nổi đau hành hạ suốt cả cuộc đời. Như vậy, muốn thành công, muốn có được hạnh phúc thật sự thì đừng để thân thể này vương vào bệnh tật. Chúng ta phải thực tập thiền, đi kinh hành, làm Phật sự, sám hối và gieo trồng thật nhiều để sức

## 20 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

khỏe được đảm bảo. Điều chỉnh chế độ ăn uống, ngủ nghỉ, làm việc một cách khoa học, quân bình thì sức khỏe mới dẻo dai và đường trường mới có thể có mặt.

***Thứ ba, phải có tinh thần trung thực với lý tưởng Phật pháp và sự hành trì mình đã theo.*** Trong tình huống này, trung thực hay trung thành đều có ý nghĩa tương đương. Trung thực trong mỗi quan hệ, trung thành đối với chánh pháp, nghĩa là dù bị người dụ dỗ, áp đặt hay cưỡng bức phản bội lại chánh pháp, chúng ta vẫn kiên quyết duy trì, vì chánh pháp là hạnh phúc, bình an, chánh pháp mang lại giá trị cho cuộc đời. Phải có bản lĩnh không sợ hãi thì mới trung thành với chánh pháp của đức Phật được. Trung thực nghĩa là ngang ngay sỗ thẳng, không man trá, không ứng xử mang tính cách xã giao mà sống bằng trái tim, bằng tấm lòng, làm việc gì cũng rõ ràng, minh bạch, lấy lợi ích của tha nhân lên làm chuẩn, nỗ lực, dần thân và đi tiên phong; thành quả, hưởng thụ thì nhường lại cho người khác. Người có tính trung thực, liêm khiết được kinh điển nhà Phật gọi là bậc chân nhân. Người chân nhân là người sẽ thành công và hạnh phúc trong cuộc đời.

***Thứ tư, siêng năng bỏ ác và thực tập điều lành.*** Rất nhiều người không muốn đến với đạo Phật, vì nghĩ mình chưa từng làm điều ác, như thể ai đến với đạo Phật đều là những người tội lỗi. Trên thực tế, không làm điều xấu thì không bị luật pháp trừng trị, nhưng không có phước. Muốn có phước báu thì phải gieo trồng những việc lành. Cho nên, “*lành ác làm lành*” phải được thực hành một cách đồng bộ. Việc ngừng điều xấu giúp chúng ta không phải chịu những hậu quả trong tương lai. Gieo việc lành là để bỏ đi những điều xấu trong quá khứ, và thay đổi vận mệnh của cuộc đời.

***Thứ năm, phải có trí tuệ, biết về sự sinh diệt và vận hành của mọi sự vật hiện tượng.*** Mặc dầu được đặt ở vị trí thứ năm, nhưng nó là yếu tố quan trọng hỗ trợ cho bốn yếu tố vừa nêu.

Đức Phật nói, trí tuệ là sự vận hành, sinh diệt của mọi sự vật và hiện tượng. Khi chúng ta biết phát huy trí tuệ thì sẽ không còn niềm tin mê tín vào thần linh, thượng đế, định mệnh mà thấy rất rõ rằng mọi thứ trong cuộc đời là một tiến trình trôi chảy như dòng sông. Đã là một tiến trình trôi chảy, chúng ta có thể thay đổi nó theo ý muốn, theo nỗ lực, theo hành động và theo sự chuyển hóa của bản thân.

Khi đạt tuệ giác về mọi sự vật hiện tượng, chúng ta sẽ trở nên năng động và tích cực, không bàng quan, không tiêu cực, không ỷ lại mà làm thật nhiều để có kết quả cao. Trí tuệ về mọi sự sinh diệt trong đời sống là trí tuệ về vô thường, vô ngã, và duyên khởi. Đây là ba trọng tâm dẫn đến con đường tâm linh và tuệ giác của nhà Phật.

Không có trí tuệ về sự sinh diệt thì không thể hạnh phúc một cách lâu dài. Khi đối diện tang thương, mất mát, sinh lý tử biệt, nhờ trí tuệ sinh diệt này mà chúng ta không bị chao đảo, tổn thất.

Vừa qua, một gia đình dẫn cậu thanh niên ngoài hai mươi tuổi rất khôi ngô đến gặp chúng tôi. Họ hoài nghi đứa con bị ma nhập. Cậu này rơi vào tình trạng bị nổi ám ảnh quá lớn từng diễn ra trong thời gian cậu ăn chơi vô lối. Nổi khùng hoảng làm cho cậu bị mất trí, không biết mình là ai. Khi chúng tôi hỏi cậu tên gì, cậu nói tên một người phụ nữ; hỏi năm nay bao nhiêu tuổi, cậu ta trả lời đã chết lâu rồi. Chúng tôi hỏi chết khi nào? Tại sao chết? Thì cậu lắc đầu không biết. Hỏi cha mẹ của cậu là ai, cậu chỉ người cha ngồi kế bên.

## 22 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Qua những câu trả lời, chúng tôi xác định cậu không bị ma nhập. Nếu bị ma nhập, cậu không thể chỉ người kẻ bên là cha ruột của mình mà phải nói cha là một hương linh nào đó chết cách đây bao nhiêu năm, vì cậu ta đã là một hương linh.

Sự rối loạn chức năng thần kinh làm cho người này không biết mình là ai. Khi vừa gặp chúng tôi, cậu tỏ ra vô cùng sợ hãi, cặp mắt mất thần, xanh mét ôm chầm lấy cha cậu và nói: *“Thầy ơi, đừng tiến lại gần tôi, thầy ơi, đừng tiến lại gần tôi”*. Chúng tôi phải dừng lại, không tới nữa. Đúng 6 giờ chiều, đồng hồ treo tường trong phòng chúng tôi vang: *“keng, keng, keng”* thì cậu ta vùng bỏ chạy.

Chúng tôi đã yêu cầu gia đình không nên dẫn đi thầy pháp, thầy cúng. Hãy đưa cậu đến bệnh viện tâm thần trị liệu. Tình cảm của người thân trong tình huống này là rất cần thiết, nếu không thể hiện kịp thời thì cậu ta từ việc khủng hoảng, rối loạn chức năng cái tôi, sẽ dẫn đến tình trạng trở thành kẻ điên loạn lâu dài.

Chúng tôi đề nghị cậu ta một bài thực tập nhỏ, khi thờ ra vào hãy ý thức rõ rằng: *“Tôi không sợ hãi, tôi đang hạnh phúc, tôi được bình an, tôi sống khỏe mạnh, không ai làm thương tổn đến tôi”*. Cậu ta phải mất nửa tiếng mới thuộc được câu này. Một tuần sau, gia đình cho chúng tôi biết tình trạng của cậu đã tương đối khá hơn.

Do đó cần phải hiểu gốc rễ của từng vấn đề, tức là sự sinh và kết thúc của nó là sự diệt. Có kiến thức về nguyên nhân và kết quả của mọi vấn đề mà đức Phật gọi là trí tuệ về sự sinh diệt, thì chúng ta sẽ giải quyết nó một cách nhanh chóng. Bằng không, với phán đoán sai lầm, thì càng trị liệu càng làm cho vấn đề bế tắc nhiều hơn.

## BA LẦN QUY Y TAM BẢO

Sau khi nghe đức Phật thuyết giảng, vương tử Bodhi rất tâm đắc đánh lễ đức Phật. Người gia nhân thanh niên ngạc nhiên, vì từ xưa đến giờ hễ ai tâm đắc điều gì với đức Phật, người đó sẽ phát nguyện trở thành đệ tử của ngài. Người gia nhân thưa: *“Thưa vương tử, sao ngài không trở thành đệ tử của đức Phật? Đây là cơ hội rất quý báu, ngài đã thỉnh mời đức Phật đến để cúng dường trai tăng thì việc quy ngưỡng đâu còn gì khó khăn. Đừng đánh mất cơ hội quý báu này”*.

Vương tử Bodhi lạy đức Phật thêm một lạy nữa rồi mỉm cười với gia nhân: *“Thực ra ngày hôm nay ta chưa kịp quy y chứ không phải không quy y. Đây không phải là lần quy y đầu tiên mà là lần quy y thứ ba. Lần đầu tiên, ta quy y trong lúc còn nằm trong bào thai mẹ. Lần thứ hai, khi được ba bốn tuổi, người vú nuôi là một Phật tử thuần thành đã xin phép vương phụ và hoàng hậu đưa ta đến bái kiến đức Phật. Và đây là lần thứ ba”*. Sau đó vương tử kính cẩn thưa với đức Phật: *“Xin ngài rộng lòng từ bi nhận con làm đệ tử tại gia của ngài từ đây cho đến trọn đời”*. Đức Phật đã nhận lời.

Thông qua tình tiết này, chúng ta thấy rằng người Phật tử có thể quy y lại trong những tình huống cần thiết. Nếu thầy tổ vẫn còn sống thì chúng ta không cần thiết phải quy y lại, vì như thế có thể dẫn đến sự hiểu lầm. Chúng ta được quyền cầu đạo, học đạo với bất kỳ vị thầy tâm linh nào ngoài thầy mình. Đây là lời khuyên tấn theo tinh thần nhà Phật. Thiện Tài Đồng Tử đã từng đi tham vấn đến năm mươi hai vị thầy khác nhau. Chính đức Phật Thích Ca, trong kinh *A Di Đà* đã giới thiệu đệ tử của mình, tức là chúng sinh trong cõi ta bà với đức Phật A Di Đà và mong đức Phật A Di Đà hãy giáo huấn, hộ độ cho họ. Trong kinh *Dược Sư*, đức Phật khuyên tấn tất cả các hành giả hãy học theo hạnh trí tuệ tâm linh của

## 24 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

đức Phật Dược Sư. Đức Phật Thích Ca không ôm hết tín đồ về phía mình mà mong rằng tất cả những vị pháp hữu của ngài giúp ngài giáo hóa những người hữu duyên.

Theo tinh thần của đức Phật, các bậc thầy cũng không nên cấm kỵ học trò của mình đến học các vị thầy giỏi bằng hoặc hơn mình.

Quy y khi còn trong bào thai hay khi còn quá nhỏ tuổi, chúng ta chỉ mới tiếp nhận được phần phước báu và sự hỗ trợ từ phía người thân chứ chưa trực tiếp hiểu giáo nghê cao siêu huyền diệu và những đời sống đạo đức thông qua việc quy ngưỡng tâm linh ở đạo Phật. Lúc đó việc quy y lại là cần thiết, giúp chúng ta hiểu sâu sắc hơn những lý tưởng, những tinh thần và sự hành trì. Trong tình huống này, mặc dù đã từng quy y, thầy chúng ta vẫn còn sống nhưng chúng ta vẫn có thể xin phép quy y lại với một vị thầy khác hữu duyên.

Số lần quy y nhiều hay ít không quan trọng mà quan trọng rằng đó là cơ hội hâm nóng, nhắc nhở rằng chúng ta là người Phật tử và do đó mọi ứng xử, lời nói việc làm phải thể hiện chất liệu của sự giác ngộ để có được hạnh phúc lâu dài.

Bài kinh muốn ám chỉ, quy ngưỡng Phật Pháp Tăng chính là một trong những cửa ngõ của hạnh phúc. Chưa chọn một vị thầy lý tưởng thì hãy nên quy ngưỡng Tam bảo, vì tinh thần của nhà Phật không phải vì chúng ta kính ngưỡng cá nhân một vị thầy, vị sư cô mà chúng ta đến với đạo Phật với lòng kính ngưỡng Phật, kính ngưỡng giáo pháp của ngài thông qua sự hành trì mang lại lợi lạc cho chúng ta. Chủ nghĩa thần tượng hoàn toàn đi ngược với tinh thần nhà Phật, cho nên quy ngưỡng Phật pháp là quy ngưỡng con đường hành trì. Đây là trọng tâm khác biệt căn bản giữa đạo Phật với các tôn giáo tín ngưỡng và phong tục tập quán khác.

Truyền thống Phật giáo Trung Hoa có vị tổ tên là Tiêu Lục Sư, ba mươi lần học giới luật nhà Phật về một bản văn mà ngài đã nắm rất nắm lòng. Học lại ba mươi lần như thế để cho các vấn đề về giáo luật, đạo đức và sự hành trì trở thành như là hơi thở, là phản ứng tự nhiên và vô điều kiện.

Chúng ta có khuynh hướng khi đã biết rồi thì sinh nhầm chán. Biết là một lẽ nhưng biến nó thành một phần của sự sống lại là chuyện khác. Học đi học lại nhiều lần không có gì để thấy chán, vì chưa chắc chúng ta đã hiểu thấu đáo. Hoặc giả có hiểu thấu đáo thì chưa chắc đã thực tập một cách trọn vẹn. Cho nên mỗi lần học lại một lời kinh, chúng ta nên phát huy tư duy và làm mới chính nó.

Tùy theo tình huống tâm lý, nhận thức, hoàn cảnh môi trường chúng ta sống mà sự tiếp nhận nó được thể hiện theo cách thức này hoặc cách thức nọ. Sẽ không bao giờ gọi là cũ và nhầm nếu chúng ta biết đọc kinh bằng tinh thần tư duy và khám phá như vừa nêu. Hòa thượng Thích Trí Tịnh, năm nay ngoài chín mươi tuổi, lãnh đạo Phật giáo, là một nhà phiên dịch thành công kinh điển Đại Thừa, xuất gia từ lúc nhỏ tuổi, đến nay ngày nào Hòa thượng cũng vẫn đọc kinh.

\*\*\*

Nói tóm lại, phương pháp hạnh phúc là làm những việc phước báu bằng tâm hồn rộng lượng đáp ứng các nhu cầu của những hoàn cảnh bất hạnh.

Thứ hai, bản chất của hạnh phúc liên hệ đến con đường trung đạo chứ không phải trải qua những nỗi khổ niềm đau để có được nó.

Thứ ba, thời gian để đạt hạnh phúc lệ thuộc vào phương



## 26 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

pháp và sự hành trì. Nếu đi đúng thì thời gian có thể rất ngắn, bằng ngược lại, có thể phải mất vài chục năm nhưng cũng chẳng đi tới đâu.

Thứ tư, phương pháp hạnh phúc phải gắn liền việc thực hành bát chánh đạo, có lòng tin, sức khỏe, sự trung thực, siêng nỗ lực làm lành, và trí tuệ về sinh diệt của sự vật hiện tượng thì chúng ta mới có được giá trị an lạc trong đời sống hiện tại này.

Cuối cùng, phương pháp thứ năm là dù có giỏi, có thông minh cũng không nên bỏ lỡ cơ hội quy y Tam Bảo.

Có một số Phật tử vô danh đọc kinh rất nhiều, hành trì rất hay nhưng vì kén và không kính phục Tam Bảo nên không muốn quy y. Họ cho rằng mình giỏi hơn các quý thầy thì không cần quy y. Thực chất quy y không liên hệ đến giỏi hay dở mà quy y để tìm cái đích đến.

Đối với đức Phật, chúng ta chỉ là hạt cát so với núi Tu Di, là một con đom đóm sáng lập lòe so với ánh sáng mặt trời, là một giọt nước so với đại dương. Cho nên quy ngưỡng ngài là cơ hội quý báu để học được rất nhiều điều ở ngài, và trở thành ngài trong tương lai. Còn quy ngưỡng giáo pháp để có năng lực hành trì. Lấy giáo pháp làm thầy, chúng ta không còn rơi vào chủ nghĩa thần tượng cá nhân dẫn đến tình huống có thể bị sụp đổ thần tượng. Người xuất gia cũng nên xem Tam Bảo là thầy chứ không chỉ riêng người tại gia. Chúng ta cần mạnh dạn điều chỉnh quan niệm sai lầm rằng “*tôi là đệ tử của thầy A, tôi là học trò của sư cô B*” mà phải sửa lại là “*tôi là đệ tử của Tam bảo*”.

Kinh điển từ Nam tông đến Bắc tông không câu nào mặc ước việc chúng ta quy y thầy A, thầy B thì phải là đệ tử của thầy đó. Vị thầy đó chỉ là người khai tâm mở đạo và hướng

dẫn chúng ta trở thành đệ tử của tất cả những người xuất gia chân chính. Có như thế, chúng ta sẽ không còn có những tinh thần mười hai sứ quân: Thầy của ta, giáo pháp của ta, pháp môn của ta, ngôi chùa của ta,... mà là thầy của tất cả, giáo pháp của tất cả,... và cùng làm việc vì lợi ích chung. Đây là tinh thần chủ đạo mà đức Phật đã nêu trong bài kinh này.

\*\*\*



## Chương 2

# THUẬT SỐNG HẠNH PHÚC

(KINH KANDARAKA)

*Giảng Kinh Trung Bộ 51 tại chùa Xá Lợi, ngày 12-11-2006*

Phiên tả: Diệu Đồng - Tuyết Hạnh





**DẪN NHẬP KINH KANDARAKA**

Nghệ thuật sống hạnh phúc trong bài kinh Kandarakā thứ 51, thuộc kinh *Trung Bộ*, bao gồm hai vế thực hiện.

- Vế thứ nhất: Muốn có hạnh phúc, đừng bao giờ gieo trồng các hạt giống khổ lụy cho mình và tha nhân.

- Vế thứ hai: Xây dựng hạnh phúc bằng chính những hạt giống của hạnh phúc một cách có nghệ thuật và phương pháp.

Kịch tính của bản kinh này nêu ra: “*Rất nhiều khát vọng, tìm tòi, mong đợi hạnh phúc nhưng lại vướng víu và nắm lấy khổ đau*”. Nếu hạnh phúc bắt đầu bằng lòng đam mê, tinh thần trách nhiệm, sự nỗ lực kiên trì bền bỉ, thì đó mới chỉ là một số yếu tố cần thiết chứ chưa phải yếu tố quan trọng và quyết định. Phương pháp luận, hành trì và con đường chuyên hóa tâm linh chính là những thước đo cho đời sống hạnh phúc thật sự. Bài kinh là cuộc trao đổi đạo lý giữa đức Phật và cha con du sĩ Kandarakā về bản chất của tôn giáo và chân lý. Thông qua cuộc đối thoại ngắn ngủi, đức Phật đã giới thiệu nếp sống văn hóa tâm linh, nhằm tiếp thêm sức mạnh giải phóng khổ đau cho con người.

Thông thường, hạnh phúc được đánh đồng với những thỏa mãn khoái lạc giác quan, chẳng hạn khát được uống, đói được ăn, được may quần áo mới, được thỏa mãn nhu cầu trang sức và sức khỏe vật lý. Đánh đồng những khoái lạc với hạnh phúc làm cho rất nhiều người hy sinh hạnh phúc bản thân, để tìm kiếm những giá trị vật chất, mà trong đó các hạt sạn vật dục của chủ nghĩa toàn cầu hóa về kinh tế nếu không biết sàng lọc sẽ có thể làm cho hạnh phúc của con người mất đi. Như vậy, đề cập đến hạnh phúc, đạo Phật giới thiệu đến một góc độ của tâm thức gắn liền với đời sống đạo đức là làm thế nào để đời sống đó mang lại những giá trị nhân văn cũng

## 32 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

như giá trị an vui cho bản thân, không gây bất kì một phương hại nào đến người khác. Chất liệu của hạnh phúc được đạo Phật gắn liền với bản chất của cái gọi là “*thiện*”. Định nghĩa “*thiện*” liên hệ đến hai nội dung:

\* Thứ nhất, mang lại lợi ích về đạo đức cho mình, cho người. Giá trị và hiệu ứng lợi ích đạo đức đó không chỉ ở hiện tại mà còn ở tương lai. Đây là thước đo cơ bản của cái gọi là “*thiện*”. Tương tự, đức Phật gắn liền bản chất của cái thiện đó với những hành vi dẫn đến cái gọi là hạnh phúc. Các khoái lạc giác quan, những sáng khoái nhất thời, những niềm vui về vật chất, những phương tiện, những điều kiện dẫn đến đời sống thoải mái không thuộc về bản chất của hạnh phúc, vì nó chỉ đáp ứng một phần rất nhỏ trong hiện tại, sau đó nó phải bị thách đố với qui luật của thời gian. Trong tương lai, nó chưa chắc có mặt một cách tương đồng, và đôi lúc có mặt một cách đối lập.

\* Thứ hai, trong mưu cầu sinh nhai tìm kiếm những phương tiện đánh đồng với hạnh phúc, nhiều người đã vi phạm luật pháp, bỏ rơi đời sống đạo đức. Đó không được gọi là hạnh phúc. Hạnh phúc theo quan niệm của Phật giáo phải gắn liền với đời sống đạo đức và sự chuyển hóa tâm linh.

Bài kinh được diễn ra theo ba lớp: thứ nhất là tuyên bố của du sĩ Kandaraka về bản chất giáo dục của Phật pháp; thứ hai là tuyên bố của Pessa - con trai vị du sĩ này - về đời sống đạo đức, bản chất khổ đau hạnh phúc của cuộc đời; và thứ ba là tuyên bố của đức Phật. Ba lớp tuyên bố tạo nên cái nhìn bao quát về hạnh phúc nói chung và con đường chuyển hóa tâm linh của đạo Phật.

### LỜI TÁN THÁN CỦA DU SĨ KANDARAKA

Một thời gian nọ, đức Phật sống trên bờ hồ Gaggara, thuộc vùng Campa, một thanh niên bánh trai tên Pessa, cùng

cha mình là Kandaraka, đến thăm viếng Như Lai. Nhìn cảnh tượng mấy ngàn vị xuất gia đang ngồi tĩnh tọa dưới các gốc cây trong trạng thái im lặng tuyệt đối, khiến hai cha con thần phục và cảm thấy không còn bất kì lời khen tặng nào có thể diễn đạt được lòng tôn kính của họ đối với sự huấn luyện giáo dục đạo đức và tâm linh của đức Phật dành cho người xuất gia. Du sĩ Kandaraka đã phát ngôn: *“Bậc giác ngộ thật là vi diệu, thật là hy hữu. Tất cả các vị xuất gia dưới sự hướng dẫn tâm linh của Ngài đã đạt được những giá trị hoặc thánh quả hoặc đang trên con đường đạt thánh quả”*. Bản kinh Pali gọi bằng hai thuật ngữ chuyên môn là *“đạt trình độ vô học”* và *“đạt trình độ hữu học”*.

Khái niệm *“vô học”* là thuật từ chuyên môn, diễn tả người hoàn thiện giáo dục đạo đức, không còn bất kì nhu cầu huấn luyện đạo đức và tâm linh nào cần thiết nữa. Người đó không còn tái nghiệp đời sống tại gia, không trở lại tính cách phạm phu lẫn lộn giữa hạnh phúc khổ đau, không còn bị thế giới của thăng trầm, vinh nhục khống chế và chi phối.

Trong khi đó, khái niệm *“hữu học”* ở đây không phải là học rộng hiểu nhiều, mà là khái niệm diễn tả người đang trên con đường hoàn thiện giáo dục, đạo đức và tâm linh. *“Đang trên con đường”*, có nghĩa là người đó không còn bị thói chuyể, ngày càng thăng tiến đến lúc không còn gì để tu tập và chứng đắc được nữa. Một hành giả đạt quả thánh được diễn đạt trong văn mạch Pali là *“Các phiền não khổ đau rơi rụng, sự tu tập đời sống cao thượng được thành tựu. Những việc nên làm, những điều nên tránh đã được vượt qua. Gánh nặng khổ đau sinh tử được đặt xuống. Thành tựu lý tưởng tu tập, tận trừ tất cả mọi trói buộc của tâm lý và nhận thức. Đã giải thoát một cách chân chính bằng tuệ giác, không còn trở lại trạng thái khổ đau”*.



### 34 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Đó là những mệnh đề diễn tả bản chất của một bậc hành giả đạt quả thánh, và đó là kết quả tất yếu của tiến trình tu tập có phương pháp trên con đường tìm kiếm giá trị hạnh phúc, từ bỏ nỗi khổ niềm đau. Trong khi đó, những bậc hữu học được bản kinh nêu ra là người “*đang đi trên con đường đạo đức*” với hệ thống giới luật như những cơ sở phòng hộ cho các giác quan, mà nhờ đó hành giả có thể sống một cách sáng suốt, khéo an trú trong bốn phương pháp quán niệm về thân, tâm, cảm xúc và các ý niệm (hay được gọi là pháp).

Người Phật tử nếu thực tập các phương pháp quán niệm như đức Phật đã nêu, thì vẫn có khả năng chứng đắc thánh quả như những vị xuất gia. Cơ hội trở thành người cao thượng rộng mở cho tất cả mọi đối tượng. Vấn đề ở chỗ, phương pháp tu tập và hành trì như thế nào? Đây là tuyên ngôn về bản chất giáo dục của đức Phật như là con đường hoàn thiện tâm linh mà Ngài được ca ngợi là một nhà giáo dục đạo đức và giáo dục tâm linh. Đó là sự ca ngợi khéo léo, nhân sự kiện hai cha con du sĩ nhìn thấy mấy ngàn vị xuất gia im lặng một cách tuyệt đối dưới sự hướng dẫn tâm linh của đức Thế Tôn trong khu rừng.

“*Im lặng tuyệt đối*” rất khó thực hiện. Có hai trạng thái im lặng.

\* Im lặng trong phát ngôn về phương diện ngôn ngữ: người đó có thể không nói, không giao tế, không bày tỏ thái độ, kiến thức, quan điểm, ý tưởng của mình về bất cứ vấn đề gì. Sự im lặng đó có thể là thái độ đồng tình, nhưng cũng có thể là thái độ phản đối. Đó không phải là “*im lặng tuyệt đối*”. Người rơi vào trạng thái im lặng đồng tình thì trong lòng họ sẽ khởi lên những cuộc đối thoại về sự tùy hỷ, tán thán, qui ngưỡng. Ngược lại, đối với những người phản đối, thì họ sẽ trở thành người độc thoại. Họ lý luận, tạo kịch tính; họ đóng

vai trò vừa là người chính diện vừa là người phản diện, vừa là bản thân vừa là đối thủ; họ có thể lý luận đập bẻ những quan điểm của người mà họ không đồng quan điểm. Sự im lặng đó là cách thức nói rất nhiều trong đầu, nói độc thoại.

\* “*Im lặng tuyệt đối*” được các hành giả Phật giáo huấn luyện là nghệ thuật đặt tâm vào bốn đối tượng quán niệm. Trước hết, ý thức về sự hiện hữu của con người ngay trong giờ phút sự quán niệm diễn ra. Theo dõi các động tác, sự vận động của toàn thân làm cho tâm người đó không còn ý niệm gì hướng về bất kỳ một đối tượng hay sự vật xung quanh. Từ đó, tâm trở nên lắng dịu. Dòng cảm xúc con người thường tồn tại một cách tương thuộc với thân. Nếu không biết cách huấn luyện, thì dòng cảm xúc đó có thể “*du ngoạn*” đây đó, hoặc bị vướng bận đến bất kì vấn đề nào liên hệ các giác quan.

Người có sự tu tập quán niệm sẽ giữ dòng cảm xúc một cách quân bình và thăng bằng, nhận rõ được bản chất của nó để giữ nó về với mấu chốt của hiện tại. Cho nên ý niệm của người đó không còn những buồn vui lẫn lộn. Tâm của hành giả bắt đầu được kiểm soát, tất cả những máy động về tốt xấu, tham và không tham, sân hay không sân, mê mờ hay sáng suốt đều được hành giả thấy rõ sự vận hành nên nó trở thành những phương tiện để bảo hộ cho sự tu học của hành giả. Ý niệm xuất hiện sau khi các giác quan tiếp xúc với đối tượng trần cảnh của nó đã được hành giả kiểm soát tuyệt đối.

Bốn phương pháp quán niệm này làm cho hành giả trở nên im lặng vì cảm nhận được chất liệu an lạc, tĩnh tại, sâu lắng bên trong. Hành giả không còn đam mê hứng thú với các khoái lạc giác quan. Cho nên trong im lặng, họ đạt được những giá trị an nhiên và tĩnh tại thể hiện qua ánh mắt, gương mặt, sắc thái, cách biểu đạt trong tư thế đi, đứng, nằm, ngồi.

## 36 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Trong khi người im lặng, đồng tình hoặc phản đối, chỉ có thể giữ và duy trì trạng thái này trong thời gian nhất định. Sự im lặng tuyệt đối nhờ vào tu tập thiền quán có thể kéo dài trạng thái an nhiên theo ý muốn.

Các hành giả xưa có khuynh hướng khởi và tiến tới trình độ làm lắng dịu hoàn toàn dòng cảm xúc và ý niệm quán để có thể kéo dài trạng thái bất động trong vài ngày, vài tháng, vài năm.

“*Im lặng tuyệt đối*” là một trong những phương tiện rất cần thiết để con đường tâm linh được khai mở. Các khóa tu thiền của Phật giáo ngày nay tại Ấn Độ và khắp nơi trên thế giới, thường yêu cầu hành giả, bất luận là người của tôn giáo nào hay không có tôn giáo, khi vào thiền thì trước nhất phải giảm tối đa những lý luận, trao đổi, thảo luận không cần thiết. Chỉ có thể thảo luận những vấn đề liên hệ đến bản chất của sự hành trì, con đường chuyên hóa cảm xúc, những vấn nạn hay những bế tắc diễn ra trong quá trình tu tập của bản thân.

Hạn chế nói năng là cách thức giúp con người quay trở về với chính mình. Người nói nhiều là người có khuynh hướng ly tâm, khuynh hướng xã hội hóa, tạo niềm vui giác quan thông qua việc tiếp xúc và đối thoại với những người xung quanh. Trong khi đó, người có chất liệu an lạc, tĩnh tại lại có khuynh hướng dành nhiều thời gian để soi rọi tâm tư, cảm xúc và hành vi của bản thân mình. Hai khuynh hướng hướng nội và hướng ngoại khác nhau tạo ra hai hướng đi đến bản chất khổ đau và hạnh phúc cũng khác nhau.

### NHẬN ĐỊNH CỦA PESSA

Sau khi Kandarakka tán thán bản chất giáo dục của đức Phật là giáo dục tâm linh và đạo đức, thì con trai của ông, một người có tiềm năng về đạo Phật, đã có ba lời nhận định.

1. Pessa khẳng định: “*Phương pháp quán niệm tâm, thân, cảm xúc, và ý niệm có thể giúp hành giả vượt qua mọi nỗi khổ niềm đau trên cuộc đời này. Nó có năng lực làm hành giả trở nên thanh tịnh, chiến thắng mọi sầu khổ, đạt trí tuệ và chứng ngộ Niết Bàn*”.

Nhưng khi kết thúc việc nhận xét phương pháp của Tứ Niệm Xứ, anh ta lại nói: “*Thỉnh thoảng người tại gia như chúng con cũng có hành trì, nhưng vì không có nhiều thời gian nên kết quả đạt được chẳng là bao so với những vị xuất gia đang có mặt và thực tập dưới sự hướng dẫn tâm linh của đức Phật tại khu rừng này*”.

Nhận định bản chất phương pháp Tứ Niệm Xứ ở đây rất phù hợp với trọng tâm những gì đức Phật dạy. Sử dụng thiền để chuyển hóa bản chất của cảm xúc như một phương tiện. Thiền có hai vấn đề cần được nhận diện: thứ nhất là phương diện công cụ; thứ hai là giá trị tĩnh tại đạt được sau khi sử dụng đúng phương pháp các phương tiện và công cụ này. Nếu hành trì thiếu phương pháp và thiếu công cụ, thì lòng mong cầu hạnh phúc và ý niệm về hạnh phúc đó có thể không đạt như ý muốn. Các phương tiện và công cụ ở đây được nêu ra gồm bốn đối tượng: thân, cảm xúc, tâm và pháp (tức ý niệm).

Thông thường, ý thức con người lao theo những giá trị thẩm mỹ của thân. Người đặt nặng ngoại hình hay chủ nghĩa hình thức, thường để ý về tướng chung, tướng riêng, hình thái, màu sắc, tướng đi, dáng vẻ, thời trang, thẩm mỹ... Gắn như cuộc đời của người đó bị cuốn theo sự mất hút của chủ nghĩa ngoại hình, và do đó, tâm thức của người đó bị phóng dăng ra ngoài, mất đi năng lực quán chiếu bản thân. Dòng cảm xúc của con người như dòng thủy triều lên xuống. Ý niệm về hạnh phúc khổ đau thường chạy song hành với thủy triều lên xuống của cảm xúc. Mỗi lần dòng cảm xúc dâng

## 38 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

trào thì người đó có thể vui, thể hiện qua những nụ cười hoan hỷ, khoái trá. Nhưng khi dòng cảm xúc đó bị lắng dịu xuống thì nỗi khổ của niềm đau, sự khốc lóc, buồn rầu, lo sợ bắt đầu có mặt và không chừa. Mượn đối tượng của dòng cảm xúc như một công cụ để quán chiếu thì hành giả sẽ nhìn thấy được tính tương đối của bản chất cảm xúc và từ đó không để chúng khống chế. Tương tự, hành giả áp dụng cho tâm nhìn thấy các dấu chân đi, các cử động, các đối thay, động cơ, thái độ, khuynh hướng và mục tiêu của nó hướng về tốt hay xấu, nên hay không nên, giá trị hay phi giá trị, đạo đức hay phi đạo đức để từ đó uốn nắn nó trở về phục vụ cho những giá trị hạnh phúc chân chính.

Các ý niệm thường tạo ra vô vàn rắc rối đối với những người thiếu sự kiểm soát của tâm. Có những tiếp xúc bằng mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, con người không có ấn tượng sau khi trở về với những hồi ký hoặc những mơ tưởng, nhận định đánh giá về giá trị và phi giá trị của những điều mắt thấy tai nghe đó làm cho con người có thái độ. Các thái độ này làm cho họ hoặc đánh mất chính mình trong quá khứ hoặc đánh mất chính mình trong sự hướng vọng về tương lai, bỏ quên bản chất và giá trị của hiện tại. Cho nên thân, cảm xúc, tâm và các ý niệm là bốn đối tượng giúp hành giả thiết lập trạng thái tĩnh tại của tâm. Hành giả sẽ có được sự yên lặng, nói những điều cần nói, những điều có ích và dành hết năng lực để quán chiếu, thấy rõ bản chất của đời sống, từ đó thoát ra khỏi những ách nạn của nỗi khổ niềm đau.

2. *“Thế tôn là người hiểu được bản chất của hạnh phúc và bất hạnh trong thế giới loài người vốn rối ren, cạnh bã và xáo quyet”.*

Lời nhận định này làm cho nhiều người phải rùng mình. Chỉ có đức Thế Tôn mới hiểu rõ được bản chất của hạnh phúc

và khổ đau thật sự trong thế giới mà con người bị vương mắc trong sự chấp trước đối với các giác quan. Nó là thế giới của tất cả sự xảo quyệt, con người lừa lọc, hãm hại lẫn nhau, tranh chấp quyền lợi, bất chấp hạnh phúc khổ đau của người khác, nó là căn bã của sự nô lệ những phong tục tập quán sai lầm, những lối mòn không có nội dung mang lại hạnh phúc, làm cho con người đóng bít cửa ngõ của sự sáng tạo và phát minh trên con đường tâm linh và đạo đức v.v...

Nhận định của Pessa đã xác quyết rằng, con đường giáo dục của đức Thế Tôn là để mở tầm nhìn của con người, làm cho các hành giả tu tập ngày càng tuệ giác hơn, sáng suốt hơn, vượt qua những thách đố đối với bản thân. Chỉ có ai tin lời đức Thế Tôn mới phát huy được tiềm năng lớn nhất vốn có ở người đó. Tiềm năng là vô tận, bản chất bình đẳng tiềm năng ở mọi người là ngang nhau, nhưng niềm tự tin và phương pháp luận khai thác sẽ làm giá trị con người khác nhau trời và vực. Vấn đề ở chỗ là sử dụng tiềm năng đó nhờ phương pháp khai thác như thế nào, là điều cần quan tâm.

3. So sánh bản chất của con người với loài thú, Pessa đã nói: *“Rối ren thay là thế giới của loài người, cõi mở thay là thế giới của loài thú vật”*.

Sau khi tuyên bố câu nói đó, Pessa đã so sánh *“với tư cách là người từng huấn luyện voi thành công, con có thể nhiếp phục những con voi dữ và cả các con voi rừng, con có thể nhận diện được tính gian dối, xảo trá của nó một cách rất dễ dàng để đưa nó trở thành một con voi thuần thực phục vụ cho xiếc múa và các lễ hội văn hóa. Điều đó tất cả những nhà luyện voi có kỹ thuật đều có thể đạt được, nhưng con không thể nào nhìn thấy rõ được tâm, hành vi, lời nói một cách tương thích của con người. Nhìn thấy được tâm và hành vi rõ của con người là điều khó vô cùng. Đó là thế giới của sự rối ren”*.

## 40 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Ở đây Pessa muốn nói, có thể nhìn thấy bề ngoài của con người chứ không ai thấy được tâm tính của người đó. Hành động, lời nói, tất cả những biểu đạt bên ngoài có thể tương đồng ở một mức độ nhất định đối với những gì được suy nghĩ trong tâm, nhưng nó cũng có thể trái ngược hoàn toàn. Nói cách khác, lời nói và việc làm của con người hiếm khi tương thích và đồng đẳng với nhau. Chính nó là cạm bẫy, là những điều làm con người rơi vào chủ nghĩa cảm tính, đánh mất chính mình trong các mối quan hệ.

Pessa nêu sự kiện cụ thể, ngay cả những nô lệ trợ giúp anh trong việc huấn luyện voi, hằng ngày khi được yêu cầu làm việc nào, họ đã trả lời răm rắp và cam kết sẽ làm đúng theo yêu cầu. Nhưng trên thực tế, họ lại làm khác hoàn toàn. Người ta có thể nói rất tốt nhưng lại làm rất dở, họ nói rất có phương pháp nhưng lại làm rất tùy tiện. Do đó, khoảng cách giữa lời nói và việc làm, giữa kiến thức và hiện thực, giữa phương pháp và kết quả, giữa những điều mong đợi và những cái đạt được trở thành thách thức lớn đối với những người tìm kiếm giá trị của sự thành công.

### XÁC QUYẾT CỦA ĐỨC THẾ TÔN

#### *Hãy nắm bắt cơ hội thăng hoa giá trị tâm linh*

Sau khi nghe trình bày ba nhận định, đức Phật đã hỏi Pessa: “*Trên cuộc đời này có bốn hạng người ông thích hạng người nào nhất? Thứ nhất là người tự hành khổ mình; thứ hai người hành khổ người khác; thứ ba người tự hành khổ mình và hành khổ người khác; thứ tư người không hành khổ mình và cũng không hành khổ người khác?*”.

Pessa trả lời: “*Bạch Thế Tôn, ba hạng người đầu chúng con đã gặp rất nhiều trong cuộc sống, trong giao tế, con không thích trở thành một trong ba loại người đó. Bởi vì con*

*nhìn thấy rất rõ, ngay cả bản thân chúng con và những người như thế, khao khát hạnh phúc nhưng lại nắm lấy khổ đau vì đi thiếu phương pháp, thiếu người hướng dẫn. Điều con tâm đắc nhất là loại người thứ tư, loại người không tự hành khổ mình, không tạo cho mình nỗi khổ niềm đau, không biến mình trở thành gánh nặng xã hội, không làm cho cuộc đời phải bận tâm, lo lắng về hành vi, lời nói và việc làm của mình”.*

Trả lời xong câu hỏi của đức Phật, hai cha con xin phép ra về với lý do có rất nhiều việc cần phải làm. Như Lai đã tạ từ họ. Hai cha con đi một lúc, bấy giờ đức Thế Tôn gọi tất cả vị Tỳ kheo đến. Ngài nói: “Trong hai cha con, Pessa là người có tiềm năng của nhận thức và tuệ giác, là người có năng lực thực hành điều lành do hiểu những phương pháp. Nhưng rất tiếc, nếu hai cha con ngồi và lắng nghe Như Lai phân tích cặn kẽ về bốn hạng người nêu trên thì có lẽ con đường tuệ giác và năng lực của Pessa sẽ tiến xa hơn rất nhiều so với những gì mà anh đang có”.

Ở đây điều đáng đề cập là cơ hội bị bỏ rơi vì kén sinh nhai. Cha con du sĩ Kandarakka đối diện trước đức Thế Tôn, đối thoại liên hệ đến bản chất tôn giáo và chân lý, đạo đức và phi đạo đức, hạnh phúc và khổ đau, ấy thế mà họ lại đánh mất cơ hội dành thời gian cần thiết để hấp thu những tinh hoa về con đường tâm linh mà đức Thế Tôn sẽ cống hiến.

Cơ hội bị bỏ lỡ không phải vì cơ hội không đến, mà phần lớn không mấy ai sẵn lòng tiếp nhận. Đôi lúc chân lý đến gõ cửa, ta lại vẫy tay chào. Hoặc có nhiều người nhiệt tình đến giúp đỡ, ta lại đặt nghi vấn về sự nhiệt tình đó. Chủ nghĩa hoài nghi thiếu sáng suốt về nhân quả và cách thức đặt vấn đề sai phương pháp đã làm cho rất nhiều người đánh mất cơ hội. Hoặc khi được quan tâm góp ý hay thảo luận nhằm tháo gỡ những bế tắc ta đang vấp phải, lòng mặc cảm dưng trào



## 42 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

khi cho rằng cái dở, cái xấu, cái chưa hoàn thiện của mình bị người khác biết nên ta cố tình đóng kín cửa ngõ, không tiếp xúc, sẵn sàng phủ định và không sẵn lòng tiếp nhận con đường mà người khác có thể cống hiến cho ta. Cơ hội bị đánh mất là do bản thân con người không sẵn sàng đón nhận.

Ai cũng bề bộn công việc, nhưng nếu biết cách đến ngôi chùa có những hoạt động giảng về Phật pháp, các lớp giáo lý, con người vẫn có thể dành cho bản thân ít nhất một tuần vài giờ để trau dồi đời sống tinh thần và tâm linh. Mặc dù con đường đạo đức và những phương pháp hành trì, người Phật tử dễ dàng cập nhật do đọc kinh, nghe băng giảng, đọc sách vở, tham khảo trên net, nhưng việc đến giảng đường hoặc có mặt tại ngôi chùa, tham dự một khóa tu lại có giá trị lâu lan tâm lý, giúp hành giả tinh tấn vượt qua trở ngại một cách dễ dàng và thành công. Tu một mình ở nhà đôi lúc sinh buồn chán kéo theo những biện hộ để bỏ lỡ cơ hội thăng hoa giá trị cho bản thân.

Ở đây hai cha con Kandaraka chỉ biết ca ngợi đức Thế Tôn, nói đúng bản chất của chánh pháp và xác quyết con đường đó là con đường mang lại giá trị hạnh phúc. Nhưng đến thời điểm đức Thế Tôn chia sẻ và phân tích cặn kẽ hơn, thì hai cha con lại xin hẹn Ngài vào dịp khác.

### *Phân tích bốn loại người*

*Người tự làm khổ mình:* Phương cách sống khổ hạnh ép xác của nền văn hóa Ấn Độ cổ xưa bao gồm bốn loại:

**a. Tu lỗia thể:** Đó là sự sai lầm trong phương pháp tu tập, vì nghĩ rằng sự sống lỗia thể, khổ hạnh, đè nén cảm xúc, trừ đập thân thể vật lý có thể giúp diệt trừ mọi khát vọng về tính dục và sự hưởng thụ đời sống tại gia, nhờ đó con đường giải thoát bắt đầu có mặt. Sự sai lầm về phương pháp luận đã làm

cho rất nhiều người nỗ lực tu tập mà không có kết quả. Bản thân đức Phật Thích Ca cũng đã trải qua phương pháp hành trì tu tập như vậy, nhưng cuối cùng Ngài nhận ra sự vô ích của nó. Tu tập lõa thể và các phương pháp khổ hạnh làm cho thân thể vật lý tăng trưởng bệnh tật. Tâm và thể chất tinh thần bị sa sút, tuệ giác sẽ kém cỏi. Người đó khó phát huy được năng lực chuyển hoá tốt nhất có thể đạt được. Người sống lõa thể còn có thể gieo những nhân trở thành người nghèo trong tương lai: có áo quần lại không mặc, có vật thực lại không ăn.

**b. Hành giả tu hành ép xác ăn theo chu kỳ thời gian tùy theo sức chịu đựng:** Có người hai ngày, bảy ngày chỉ ăn một bữa, hoặc thậm chí có người cả tháng chỉ ăn vài hạt mè để chứng tỏ năng lực chịu đựng và giải quyết được tất cả nhu cầu ăn uống tạo ra khoái lạc giác quan. Họ cho rằng đạt năng lực đó là được giải thoát. Hoặc có nhiều người chỉ ăn cỏ, lúa, rong biển hoặc ăn phân bò. Đức Phật cho rằng tu tập theo phương pháp đó chẳng những không được giác ngộ mà có khuynh hướng khi tái sinh trở thành các loại động vật và gia súc. “*Nhân nào quả nấy*”.

**c. Liên hệ đến chủ nghĩa ăn mặc:** Nhiều hành giả chỉ mặc vải gai, vải thô, vải tấm liệm xác chết (y phẩn tảo) hoặc lấy vỏ cây, cỏ, tóc dài của phụ nữ bện lại làm quần áo. Cách sống như vậy không bao giờ mang lại giá trị hạnh phúc cho hành giả. Nó chỉ làm cho người đó trở nên thô kệch, chống chọi lại với sự khắc nghiệt của khí hậu và thời tiết.

**d. Người hành xác:** Ngâm mình dưới sông Hằng vào mùa lạnh giá, nhổ tóc bằng các phương tiện có thể có, suốt ngày đêm chỉ đứng mà không ngồi, nhiều người dùng gai, đinh, kềm đâm vào thân thể cho rỉ máu để không còn bất cứ niềm đam mê nào trong cuộc đời.

#### 44 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Nói chung, tất cả phương pháp hành trì đó đều thiếu cơ sở và kết quả của sự an vui không bao giờ có mặt. Giới thiệu về những con người tự hành khổ mình trong truyền thống văn hóa tâm linh đạo Phật là một trong những cửa ngõ để cứu vớt tín đồ của các tôn giáo này. Vì rất nhiều người do thần tượng các nhà khổ hạnh nên họ đã bắt chước làm theo.

Tiến trình tu tập của Bà la môn giáo trải qua bốn giai đoạn. Giai đoạn thứ tư là giai đoạn khổ hạnh trong rừng. Sau khi trải qua giai đoạn thứ ba là lập gia thất, khi con cháu an bề sự nghiệp thì người đó phải trở thành một tu sĩ. Như vậy cuộc đời của những người Bà la môn truyền thống bế tắc ở giai đoạn thứ tư vì họ trừ dập thân thể, làm cho thân thể đau nhức bằng nhiều cách thức khác nhau mà lại cho rằng nó là bản chất của hạnh phúc.

Trong rất nhiều bài kinh, những phê bình phân tích cho thấy, đức Phật lập đi lập lại sự vô ích của pháp môn hành trì này. Nhưng rất tiếc những người theo đạo Bà la môn và ngay cả người Ấn Độ hiện đại mỗi khi nhìn thấy, tiếp xúc được với những nhà khổ hạnh thì họ lại vô cùng thần tượng, vì trên thực tế đó là những việc rất khó làm, đòi hỏi khổ luyện nhưng kết quả của sự luyện tập này không phục vụ cho bất kì một lợi ích liên hệ đến an vui và hạnh phúc nào.

Trong thời hiện đại, hạng người tự làm đau khổ cho bản thân bằng nhiều hình thái khác nhau. Chẳng hạn vì chú trọng thể hình nên người ta cố gắng giữ eo, kiêng ăn tuyệt đối. Năm 2006, một siêu mẫu thế giới đã qua đời vì cô kiêng cử quá mức để trở thành siêu mẫu, siêu gầy kỷ lục thế giới. Nhu cầu tiêu thụ của cơ thể phải thích ứng với năng lượng làm việc của con người. Nếu việc cung và cầu không cân bằng thì bệnh tật có thể phát sinh. Vấn đề ở chỗ là cần lao động, thể thao, sinh hoạt thích hợp thì việc đưa vào cơ thể những

dưỡng chất cần thiết cho sự sống và sức khỏe là điều không thể thiếu. Những người quá chuộng chủ nghĩa hình thức đã đành lòng không tạo cơ hội cho thân thể có đủ dưỡng chất duy trì sức khỏe một cách lâu dài. Cách thức như vậy cũng là tự tạo nỗi khổ niềm đau cho bản thân một cách tình nguyện.

Trường hợp kể đến là những người tiêu thụ các độc tố. Chẳng hạn ăn thực phẩm có hại cho sức khỏe, uống rượu chè, hút sách hoặc tiêu thụ ma túy. Thỏa mãn khẩu vị nhất thời nhưng lại chấp nhận chịu khổ, chịu đau với rất nhiều bệnh tật khác nhau.

Trường hợp khác, đó là những người hà tiện, không dám chi tiêu và cũng không giúp đỡ người khác. Giá trị của đồng tiền đó không được dùng để phục vụ cho bản chất của hạnh phúc đời sống. Đó cũng là một trong những cách thức tự hành xác.

*Người làm khổ người khác:* Có ba loại hình căn bản.

**a. Người giết hại sinh linh:** Đức Phật nêu ra những trường hợp cụ thể như người làm nghề đồ tể, giết các loài động vật và gia súc để phục vụ thực phẩm cho chợ búa và người ăn. Hoặc những thợ săn bắt chim, lưới cá, câu cá, tiền công đạt được chẳng là bao so với tội và nghiệp mà người đó tạo ra cho các loài vô tội. Cho nên mỗi người phải đưa lên cân cân giữa lợi và hại để chọn nghề nghiệp thích hợp cho bản thân.

Thế giới phương Tây ngày nay có những trường dạy câu cá nghệ thuật. Người học câu cá phải tốn khoản tiền vài ngàn đô, mỗi tháng lại đóng thêm vài lần khoản tiền cơ bản để được ra các sông có nhiều cá để câu. Việc câu cá này không phải để ăn mà để tạo ra giá trị tiêu khiển, chứng tỏ sự sành điệu trong cung cách câu cá. Khi bắt được cá, họ tháo gỡ móc câu và thả cá trở lại dòng sông. Những trò mua vui như vậy cũng tạo ra nghiệp rất nặng cho bản thân.

**b. Người vi phạm các tội hình sự của hệ luật pháp trong một quốc gia nào đó:** Chẳng hạn trộm cắp; làm nghề bất lương; chế tạo vũ khí, độc dược; làm thuốc giả gây ra cái chết, sự bất hạnh cho nhiều người vô tội.

**c. Người xử tử các tử tù, người cai ngục, người làm công việc an ninh sẵn sàng bắn giết trừng phạt người phạm tội và phạm pháp nói chung:** Đức Phật nói loại người thứ ba này khá phức tạp, vì nếu thiếu những người đó thì luật pháp sẽ không được đảm bảo và sự an ninh cho quần chúng sẽ khó được thiết lập. Tuy nhiên, những người này nếu không được huấn luyện về đời sống đạo đức và nhân quả, họ thực hiện công việc bằng tâm sân hận, tâm trừng phạt, tự cho mình quyền được hành hạ, hà hiếp người khác và do đó tội và quả xấu mà người đó phải chịu là điều tất yếu.

Do đó các nhà làm công việc xét xử tử tù, các thẩm phán hay những người mà sự phân định của họ có thể dẫn đến cái chết và sự sống của người khác cũng cần phải tu tập lòng từ bi, phát triển nhận thức và nhân quả, thấy rõ đúng sai để hạn chế những tình trạng giết oan, giảm thiểu cảm phẫn, hận thù đối với những phần tử tiêu cực để hành động và nghề nghiệp xét xử mang lại hòa bình và hạnh phúc. Dĩ nhiên trong tình huống tâm tư làm việc như vậy, họ vẫn gieo nghiệp sát, nhưng nghiệp sát này nhẹ hơn rất nhiều lần so với những người thiếu sự chuẩn bị và huấn luyện một cách có nghệ thuật.

**Người tự làm khổ mình và làm khổ người khác:** Đức Phật nêu ra tình huống cụ thể, đó là truyền thống tế lễ thần linh và thượng đế một cách mê tín dị đoan. Theo truyền thống Bà la môn giáo cổ xưa, các vị vua muốn tại vị lâu dài, quan to chức lớn muốn được bổng lộc hậu hĩnh cần phải giết rất nhiều loài

gia súc, động vật để hiến tế cho thượng đế và thần linh. Mục tiêu của họ muốn quả phúc nhưng việc làm lại đi ngược với quả phúc. Kết quả, họ phải gánh chịu nghiệp sát sinh giảm tuổi thọ. Cho nên, theo qui luật nhân quả của đức Phật, các vị vua tế lễ thần linh nhiều chừng nào thì thời gian tại vị lại ngắn chừng đó.

Sự kiện này nêu ra, một vị vua nhờ các Bà la môn xây dựng tế đường nguy nga tráng lệ. Theo truyền thống tế lễ của Bà la môn giáo, nhà vua cạo bỏ hết râu tóc, mặc chiếc áo thô sơ, thân thể tô trét dầu, khi bị ngứa không được dùng tay mà phải dùng sừng nai để gãi. Vua và vị Bà la môn tế lễ nằm trên bãi cỏ bên cạnh một con bò sữa. Chỉ có bốn đối tượng được phép có mặt trong lễ tế đó. Các gia nhân và những người giai cấp thấp phải phục vụ một cách bị cưỡng bức để buổi tế lễ được diễn ra thành công. Có bốn cái vú bò được phục vụ trong lễ tế đó. Họ quan niệm mỗi giọt sữa trong lễ hiến tế này mang lại quả phúc lâu dài. Vua là người đầu tiên được quyền hưởng sữa từ vú thứ nhất, vị Bà la môn tế lễ hưởng sữa từ vú thứ hai, hoàng hậu hưởng vú thứ ba và những người còn lại chia nhau hưởng vú thứ tư. Sau đó vị tế lễ Bà la môn ra lệnh giết các loại bò, cừu, nai, dê. Số lượng được giết trong tế lễ là 500 con (kinh tạng Pali đặt số 500 tượng trưng cho số nhiều, tức là rất nhiều loại gia súc và động vật bị giết để hiến tế thần linh). Những nông dân nghèo khó, đặc biệt giai cấp nô lệ không thích giết động vật. Bản kinh mô tả, họ đã khóc lóc khi buộc làm việc đó, nhưng họ phải giấu nỗi khổ niềm đau, vì nếu sự khóc lóc và kháng cự bị phát hiện thì họ sẽ bị trừng phạt nặng nề.

Đây là phong tục tập quán sai lầm nhưng đến nay tại Ấn Độ, truyền thống này vẫn tiếp tục diễn ra. Do đó, chuyển hóa một phong tục sai lầm có thể mất hàng thế kỷ, hàng kiếp.

## 48 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Nhưng gieo trồng một phong tục sai có thể dễ dàng trong vài ba năm, nếu người gieo phong tục sai đó có vai trò vị trí xã hội lớn tạo ảnh hưởng cho những người khác. Người ta quan niệm “*đông là chân lý*”, cho nên đôi khi cái sai được phổ biến, cái đúng lại hiếm khi được ca ngợi tán thán. Đức Phật nói, nhà vua và các vị Bà la môn tế lễ hiểu sai phong tục tập quán, hành trì sai nghệ thuật tạo ra quả phúc, cho nên đã tự hành hạ bản thân, đồng thời tạo công nghiệp giết tập thể các loài gia súc và động vật, buộc những người phục dịch làm những việc mà họ không muốn với những giọt nước mắt khổ đau. Hành động đó là mang lại khổ đau cho mình và cho người khác.

Nếu liên hệ đến đời sống hiện tại, thì loại người làm khổ mình và khổ người rất nhiều. Ở đâu cũng có, dưới nhiều hình thái khá tinh tế, người hiểu sai kinh thánh Koran cho rằng việc giết người khác đạo là cách thức mua “*visa và hộ chiếu*” nhập cảnh vào nước Chúa trời. Tự hiến thân trở thành bom tự sát gây khủng bố phá hoại an ninh ở những nơi công cộng là tự làm khổ đau bản thân trước nhất, kế đến là thân bằng quyến thuộc và những nạn nhân vô tội. Nạn khủng bố những năm cuối thế kỷ XX đã làm mất đi hạnh phúc của cuộc đời và thế giới này. Đâu đâu cũng có nỗi lo sợ, khổ đau rình rập. Nhiều người quá sợ hãi không bao giờ dám có mặt ở những nơi đông đúc trong những dịp hội hè lễ tiết, những nơi có cơ hội của tự sát khủng bố để tìm kiếm điều kiện thích hợp gây thách thức về chính trị và những yêu cầu buộc một quốc gia hay chính thể nào đó phải phục tùng.

Có thể thấy các chính sách sai lầm của một chính thể ở bất kỳ giai đoạn lịch sử nào đó cũng đem lại nỗi khổ niềm đau cho bản thân người tạo ra chính sách và cho tất cả thân dân của quốc gia. Nỗi khổ niềm đau đó lớn hơn nhiều, vì nó mang tính công nghiệp giai đoạn lịch sử, công nghiệp của

một triều đại, của một dân tộc. Cho nên chính sách sai, nỗi khổ niềm đau gia tăng rất lớn.

Cuối năm 2006, chúng tôi thăm viếng trung tâm từ thiện Phật Quang tỉnh Kiên Giang, nơi nuôi nấng gần 150 trẻ em xuất thân từ hoàn cảnh mồ côi, bỏ nhà đi bụi. Tuổi đời các em từ 6-17, ấy thế mà trong số đó có nhiều em đã từng phạm tội hình sự vì không được giáo dục, cha mẹ không quan tâm. Một số trường hợp dù được cha mẹ quan tâm nhưng các em theo bè bạn hư nên trở thành những gánh nặng cho xã hội. Trung tâm đã thuyết phục chính quyền địa phương và gia đình đưa các em vào chùa dạy dỗ đạo đức, tạo điều kiện cho các em học phổ thông, ngoại ngữ, học nghề để các em định hướng tương lai chính mình. Do đó, tình huống những đứa con hư không chỉ gây đau khổ cho bản thân, đánh mất tương lai tuổi trẻ mà còn gây khổ đau cho cha mẹ và người thân.

Hoặc là người có khuynh hướng ăn chơi sa đọa, thấy những giá trị vật dục trong hưởng thụ là hạnh phúc lớn nhất. Họ tự làm khổ bản thân, không màng đến trách nhiệm gia đình, trách nhiệm hôn nhân, làm cha, làm mẹ,... để lại nỗi khổ niềm đau cho người khác. Nói chung, các hình thức hại mình và hại người rất đa dạng.

*Người không làm khổ mình và không làm khổ người khác:*  
 Đây là loại người lý tưởng nhất. Đức Phật nói số lượng người này chỉ chiếm khoảng 10% dân số thế giới. Họ ý thức và làm có phương pháp nên dễ dàng thành công. Có thể 90% còn lại của thế giới cũng có những khao khát tương tự, nhưng vì tiếp cận tôn giáo không đủ năng lực hướng dẫn con đường hạnh phúc, hoặc tiếp cận với “*thầy tà bạn dữ*”, điều kiện môi trường thiếu thốn, các cám dỗ đã làm cho họ đánh mất cơ hội trở thành người sống an vui hạnh phúc.



## 50 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Đối tượng được đức Phật nêu trong bản kinh này bao gồm các hiệp tăng sĩ, các cư sĩ sống và hành trì đạo đức theo lời Phật dạy. Trước nhất, người tu sĩ vượt và chuyển hóa năng lực tham dục, trở thành năng lực của lòng từ bi, cho nên các ức chế tâm lý về đời sống vật dục không còn nữa. Họ tuy sống độc thân, nhưng lại có năng lực phục vụ và đem lại lợi ích cho đời sống xã hội một cách tích cực mà không hề có những biến chứng về bệnh tật hay tâm lý. Còn đối với người tại gia, họ không xem giá trị hưởng thụ tính dục là cứu cánh của hạnh phúc, thấy được hôn nhân gia đình như phương tiện cần thiết trong giai đoạn đầu, nhưng về sau nó có thể trở thành trở ngại rất lớn, nếu cả hai bên không thấy và hạn chế nó ở mức độ nhất định để tạo ra giá trị hạnh phúc thật sự lâu dài.

Đó là yêu cầu chung của đời sống vượt lên trên các năng lực tham dục. Bất kì người tại gia hay xuất gia, khi quán chiếu bốn phương pháp quán niệm (Tứ Niệm Xứ), tâm của người đó trở nên mát mẻ, an lạc. Người đó có khuynh hướng hướng về nội tâm, không chạy theo và trở thành nô lệ của dục vọng bản thân. Do đó họ có cơ hội tiếp cận hạnh phúc dễ dàng hơn.

Sau đó, đức Phật nói: “*Những người như vậy cần sống trong một thế giới được gọi là ‘phạm thế’*”. “*Phạm thế*” là khái niệm chuyên môn, có nghĩa là hòa đồng với thể tính của Phạm Thiên, nếu dịch theo nghĩa đen. Nghĩa đen này có thể làm cho nhiều người hiểu sai rằng đạo Phật bị ảnh hưởng bởi Bà la môn giáo, yêu cầu các tiểu ngã hay tự ngã của con người hợp nhất với đại ngã của Phạm Thiên, tức là Chúa trời. Nhưng trong triết học Phật giáo, đức Phật thường dùng cụm từ “*an trú trong Phạm Thiên*” không phải là đồng nhất với thể tính của Chúa trời, tiểu ngã hợp với đại ngã mà là an trú bốn năng lực quan trọng nhất có thể mang lại cho con người hạnh phúc:

đó là lòng từ ban vui cho người khác; lòng bi nhỏ khổ đau của người khác; lòng hỷ vui với thành công của người khác; lòng xả buông tất cả khổ đau và vướng lụy của cuộc đời.

Bốn năng lực này được đấng thức hóa như giá trị của Chúa trời và Phạm thiên. Nếu cao nhất là Chúa hay Phạm Thiên, thì Chúa và Phạm Thiên đó chính là bốn năng lực: Từ, bi, hỷ và xả. Hai khái niệm này hoàn toàn khác nhau. Các tín đồ tôn giáo quan niệm Chúa là tối quyền uy. Vì sợ Chúa nên phải làm lành. Như vậy, sự làm lành đó phát xuất từ nỗi sợ bị trừng phạt, hay nói cách khác, sự làm lành có mục đích cá nhân. Trong khi đó, đạo Phật dạy con người làm lành lánh dữ để thăng hoa giá trị đạo đức cần thiết nhất trong mỗi con người, hay nói cách khác là để phục vụ giá trị hạnh phúc cho người khác. Nó hoàn toàn vượt ra khỏi các yếu tính của sợ hãi và sự trừng phạt đối với bản thân, và nó là một nhu cầu để hoàn thiện nhân cách đạo đức.

Nếu so sánh với câu “*khách hàng là thượng đế*” thì chủ nghĩa tiêu thụ thỏa mãn nhu cầu khách hàng sẽ làm cho sản phẩm đó chiếm lĩnh thị trường. Muốn vậy thì phải tăng giá trị của sản phẩm bằng nghệ thuật quảng cáo thu hút khách hàng. Khi thu hút được, khách hàng sẽ bị vướng câu của lòng tham. Hiện nay, rất nhiều hình thức khuyến mãi đã làm cho khách hàng phải dính câu, mua và đem về nhà những thứ không cần thiết. Trong khi đó, nhà Phật có câu: “*Nếu có Thượng đế thật sự thì Thượng đế đó chính là lòng từ, bi, hỷ và xả*”. Đó là bốn đức tính cao nhất cần được tôn thờ, ai sống với sự tôn thờ đó chắc chắn sẽ hạnh phúc. Điều này không đòi hỏi phải là người giàu có, mà chỉ đòi hỏi người có ý thức về hạnh phúc, nỗ lực trên sự tu tập và hành trì.

***Giới thiệu các đối tượng và phương pháp trở thành loại người thứ tư: Không làm khổ bản thân và người khác***

## 52 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Sau khi giới thiệu bao quát về bản chất con đường hạnh phúc, không hành khổ bản thân và người khác, đức Phật nói có ba đối tượng đạt được giá trị này:

- Các đức Phật đạt trình độ giác ngộ bằng nỗ lực bản thân không nương tựa bất kì tha lực của thần linh nào, sau đó phát nguyện bằng lòng từ bi vô ngã truyền bá con đường cho người khác đạt được giá trị tương tự như mình.

- Các bậc Thánh, A La Hán và Bồ Tát.

- Những con người phạm phu đang hành trì con đường thiện, phát triển đời sống đạo đức nhân cách, đạt được những giá trị tương tự như Phật trong tương lai.

Con đường và nghệ thuật sống hạnh phúc được đức Phật nêu ra gồm ba bước:

*Bước 1. Hoàn thiện đời sống đạo đức bản thân:*

Đức Phật nêu rõ:

- Bỏ sát sinh, thay thế bằng lòng từ bi.

- Không trộm cướp, thay thế bằng lòng bố thí, cúng dường, giúp đỡ.

- Không ngoại tình, hưởng thụ tính dục, thay thế bằng sự chung thủy.

- Không nói láo, thay thế bằng tuyên ngôn chân lý.

- Không gây chia rẽ, thay thế bằng thái độ và cách sống hòa hợp.

- Không nói lời độc ác, thay thế bằng lời nói cảm thông và đẹp lòng người.

- Không nói những lời vô ích, thay bằng thái độ và những phát ngôn có lợi.

- Không trang sức lòe loẹt, thay thế bằng cách sống giản dị thanh cao.

- Không nuôi gia súc, nhận nô tì, làm môi giới, gian lận, hối lộ, gian trá, lừa đảo, thay thế bằng thái độ trái tình thương, xem mọi chúng sinh bình đẳng về quyền sống, thấy giá trị của sức lao động và quyền lợi của con người là chính đáng, ngang bằng với hạnh phúc của bản thân.

- Không nắm giữ tướng chung, tướng riêng trong quan hệ giao tế với người khác phái, thay thế bằng giữ gìn các giác quan trong đi đứng nằm ngồi, nhờ đó chế ngự lòng tham, vượt qua sầu bi, chiến thắng cái ác và cái dữ. Tỉnh giác trong cử động, ăn uống, ngay cả trong trạng thái thức và ngủ.

Đây là những yếu tố và bước đi cơ bản của đời sống hoàn thiện đạo đức. Hoàn toàn không có điều kiện đầy đủ về gia tài sự nghiệp, danh vọng, địa vị, chức tước, quyền quý, đời sống vật chất nói chung. Nói cách khác, nhà Phật nhìn thấy rất rõ, tất cả những thứ đó chỉ là phương tiện cần cho hạnh phúc, đôi lúc có thể trở ngại nếu sử dụng sai. Nó không phải là yếu tính của hạnh phúc. Yếu tính của hạnh phúc chính là đời sống đạo đức của bản thân. Đức Phật xác quyết rằng “*người sống đạo đức sẽ không bao giờ có nỗi sợ hãi về luật pháp và do đó trạng thái tĩnh tại, an lạc có mặt mọi lúc mọi nơi*”.

*Bước 2. Hành giả phải huấn luyện tâm để có được ý thức chân chính diễn ra trong mọi cử chỉ: bước này phải bao gồm 2 điều:*

\* **Phát huy trợ duyên:** Đức Phật khuyên hành giả thỉnh thoảng tìm những nơi thanh vắng, những nơi có giá trị tâm linh như: đạo tràng tu tập, ngôi chùa giúp sự lắng xãng của con người lắng dịu xuống và sống đời sống an nhàn, tự tại. Thọ trai xong nên đi kinh hành, dành giờ phút lặng lẽ ngồi

## 54 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

kiết già, an trú trong chánh niệm, bút tâm ra khỏi sự cuốn hút vào đời sống vật dục, đừng để bị trôi chảy và lệ thuộc vào những điều kiện giác quan. Đó là những điều kiện trợ duyên cần thiết.

Chính vì thế việc đến chùa tham dự các khóa tu là điều không thể thiếu, dù ở nhà các Phật tử có thể đầy đủ điều kiện như ở chùa. Vì môi trường tâm linh có một cộng hưởng hỗ trợ và tạo chất liệu lay lan tâm lý, khuyến khích sự tinh tấn, giúp hành giả vượt qua sự giải đãi, để duôi một cách rất thành công.

\* **Chuyển hóa năm đối tượng:** Các hành giả cần nỗ lực chuyển hoá năm đối tượng làm trở ngại đời sống thiền định đó là:

- Chuyển hóa lòng dục tha bằng thái độ buông xả.
- Chuyển hóa lòng sân hận bằng tình thương yêu.
- Chuyển hóa thái độ hôn trầm bằng phương pháp hương và quán tưởng về ánh sáng. Quán vào ánh sáng thì tất cả sự hôn mê sẽ được tan biến, người lãng xãng thì thay thế bằng thái độ trầm lắng, không nói trước những dự án kế hoạch của mình. Có thể lấy phương châm của nhân dân Việt Nam là “*nói trước bước không qua*” để tạo chất liệu sâu sắc, tránh những tình huống bị cản phá, trở ngại. Người có chiều sâu sẽ thấy rõ giá trị con người nằm ở kết quả phục vụ cho hạnh phúc, chứ không phải nằm ở chỗ mình sẽ làm gì và cho người khác biết việc mình đang làm.
- Chuyển hóa thái độ nuôi tiếc, bút rút, ăn năn dẫn đến dần xé lương tâm, mặc cảm tội lỗi, thay thế bằng sự hướng thiện, “*hồi đầu thị ngạn*”, thực hiện những hành vi tích cực hơn.
- Chuyển hóa thái độ nghi ngờ bằng quyết định sáng suốt. Ước lười bảy lần trước khi nói, đắn đo bảy lần trước khi làm, là những cách thức làm con người đánh mất cơ hội khó có

thể đến lần thứ hai. Người có nhận thức sáng suốt về nhân quả và phương pháp luận sẽ thấy rõ trong phán đoán đầu tiên. Các bậc Thánh thường có phán đoán trực giác, bởi vì nó không cần có sự can thiệp của ý thức về tốt và xấu, nên và không nên. Mọi phán đoán và nội dung của sự phán đoán này đều hướng về chân thiện mỹ. Để phát huy được tuệ giác, thì tất cả mọi phản ứng và quyết định của con người không bao giờ làm người đó phải nuối tiếc. Cho nên những trạng thái chân chừ do dự, không dứt khoát, lừ khừ, chậm chạp, giải đãi sẽ được vượt qua một cách thành công.

Sau khi vượt qua bước thứ hai, đức Phật nói “*hành giả đã đạt trạng thái thiên định*”. “*Thiên*” là phương tiện để đạt “*định*”. “*Định*” là năng lực giúp hành giả có được trạng thái của một bậc giác ngộ hay một người tuệ giác.

*Bước 3. Thành tựu được tuệ giải thoát:*

“*Trí tuệ*” được hiểu đồng nghĩa với “*giải thoát*”. Trong bản kinh thứ 51 này, và các kinh tạng Pali nói chung, bước cuối cùng các hành giả lần lượt chứng đắc bốn cảnh giới thiên. Kết quả các hành giả không hướng tâm về trạng thái lắng dịu hoàn toàn mọi ý niệm và dòng cảm xúc, mà chuyển tâm về ba tuệ giác lớn đó là:

\* Trí tuệ biết được quá khứ của bản thân để từ đó nhân quả bản thân trở thành bài học làm cho họ không bao giờ lý giải vấn đề dưới góc độ thân quyền, mê tín dị đoan và họ không bao giờ rơi vào sự sai lầm dẫn đến những hậu quả nuối tiếc về sau.

\* Trí tuệ thấy được sinh tử của chúng sinh trong tương lai. Ai gieo hạnh nghiệp gì, việc làm nào, thái độ ra sao, động cơ thế nào, quả phúc hay quả khổ, bản chất của nhân quả trong tiến trình tái sinh đó được diễn ra rõ mồn một như trong lòng bàn tay.

## 56 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

\* Trí tuệ thấy rõ mọi phiền não, khổ đau đã không còn gốc rễ và tàn dư của nó. Năng lực thứ ba này làm cho hành giả trở thành một vị thánh. Nhiều người chứng đắc, nhưng lại không biết mình chứng đắc, thì sự chứng đắc đó không phải là sự chứng đắc đúng đạo Phật. Người có năng lực chứng đắc sẽ thấy rõ gánh nặng đã được đặt xuống, việc nên làm đã làm xong, trạng thái thành tựu đời sống đạo đức đã kết thúc, cho nên không còn trở lại nỗi khổ niềm đau. Thái độ nhận thức đó diễn ra một cách sáng suốt, người đó không bao giờ còn thối chuyển trong vòng luân quần của nỗi khổ niềm đau.

Phần lớn chúng ta đôi lúc phần chấn tinh tấn khi nghe một bài kinh, đọc một lời kệ hoặc nghe một bài giảng. Ta cảm thấy hân hoan hạnh phúc và nghĩ rằng từ đây cho đến trọn đời mình sẽ không làm gì để khổ đau, nhưng sau đó vài ngày mọi việc trở lại như trước. Lúc đó ta biết rằng mình chưa đạt được trình độ làm lắng dịu phiền não và nỗi khổ niềm đau một cách trọn vẹn và tuyệt đối .

Tóm lại, bài kinh dạy về nghệ thuật sống hạnh phúc bắt đầu bằng đời sống đạo đức gồm hai bước:

Bước 1: Không gieo phiền lụy cho bản thân, không tạo nỗi khổ cho người khác.

Bước 2: Phát huy các năng lực sâu sắc hơn nhờ quán chiếu vào thiên quán.

Hành giả lần lượt làm cho các tàn dư của nỗi khổ niềm đau dưới sự trói buộc của tâm lý, nhận thức, thói quen và phong tục tập quán bị nổ tung, làm họ trở thành con người hoàn toàn an lạc, thanh thoi, vững chãi. Từ đó họ phát huy năng lực tuệ giác lớn nhất và sau khi đạt được năng lực này thì mọi giá trị hạnh phúc sẽ có mặt một cách rất lâu dài.

Nghệ thuật hạnh phúc được nêu tương đối đơn giản. Nếu có niềm tin và thực hành thì chắc chắn kết quả sẽ đến bất kể người tại gia hay xuất gia. Đừng rơi vào thái độ sai lầm như chàng Pessa khi nói rằng: “*Chúng con thỉnh thoảng vẫn tu tập Tứ Niệm Xứ nhưng rất tiếc không có nhiều thời gian để thực tập*”. Đó là lời biện hộ.

Thực tập Tứ Niệm Xứ, dù là công dân trong bất cứ nghề nghiệp gì, quán thân, thọ, tâm và pháp mọi nơi mọi chốn, tu mọi nơi và mọi chốn thì kết quả sẽ mang lại hạnh phúc lâu dài. Đừng nghĩ rằng đến lúc đối diện trên điện Phật có thời gian và không gian thích hợp thì mới tu được. Đừng bắt chước ca dao:

“*Đến chùa gặp Phật mới tu  
Về nhà gặp mẹ công phu không đành*”.

“*Về nhà gặp mẹ*” phải công phu nhiều hơn nữa: Công phu về lòng hiếu thảo, trách nhiệm bản thân, những hạnh phúc cần phải đạt để cùng chia sẻ.

\*\*\*





## Chương 3

# HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

*Giảng Kinh Trung Bộ 124 tại chùa Xá Lợi, ngày 01-03-2009*

Phiên tả: Thủy Tiên





## KHÔNG CÓ DỤC TƯỜNG

Chủ đề chính của bài kinh 124 là “*Hạnh phúc trong đời thường*” dưới cái nhìn của người xuất gia. Bài kinh này khác với rất nhiều bản kinh *Trung Bộ* ở chỗ tác giả của nó không phải là đức Phật mà là một vị tôn giả tên Bakkula, phiên âm trong Hán Việt là Bạc Câu La. Bài kinh được thuyết giảng vào lúc tôn giả tối thiểu một trăm tuổi, theo mô tả của bản văn có lẽ sau khi đức Phật nhập Niết bàn khá lâu.

Trong lúc có mặt tại tịnh xá Trúc Lâm, nơi các loài sóc sống hòa bình với con người, một vị tu theo hạnh Kỳ Na Giáo, tức lửa thể, tên Kassapa (Ca Diếp) đến thăm viếng Bạc Câu La, người bạn thân khi còn là cư sĩ của mình. Câu hỏi đầu tiên sau phần xã giao về lễ nghi tôn giáo và văn hóa là: “*Này tôn giả Bạc Câu La, trong mấy chục năm tu học của ngài, có khi nào và bao nhiêu lần ngài đã thực hiện sự hành dâm?*”.

Đó là một câu hỏi rất trực tiếp và cũng hết sức tế nhị. Để đi đến câu hỏi đó, vị tu sĩ lửa thể này đã hỏi “*ngài tu được bao nhiêu năm rồi?*”. Tôn giả Bạc Câu La trả lời, tám mươi năm. Tu hiểu theo nghĩa tỳ kheo là một giới hạnh, cộng với tuổi đời tối thiểu là hai mươi năm thì tổng cộng tối thiểu một trăm năm. Còn nếu tu theo dạng đồng ấu xuất gia, năm bảy tuổi vào chùa thì sau tám mươi năm, vị này có thể gần chín mươi tuổi. Như vậy, tối thiểu tuổi đời của tôn giả Bạc Câu La là chín mươi đến một trăm. Trong khoảng thời gian dài hành trì dưới sự hướng dẫn tâm linh của đức Phật, liệu có khi nào ông phạm vào giới hành dâm, và nếu có thì bao nhiêu lần. Tôn giả Bạc Câu La trả lời: “*Thật không thích hợp cho một người tu có kết quả chuyển hóa thân tâm với câu hỏi có hành dâm không và hành dâm bao nhiêu lần trong tám mươi năm. Chỉ có thể đặt ra câu hỏi rằng trong thời gian tám mươi năm tu học đó có khi nào ngài khởi lên một ý niệm dục tưởng hay*

## 62 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

chưa và nếu có thì bao nhiêu lần”. Đó là lời đề nghị hết sức tế nhị của tôn giả Bạc Câu La.

Vị Sa môn lỏa thể liền tán công bằng một câu hỏi khác: “Tôi xin đặt lại câu hỏi vừa được gợi ý là trong tám mươi năm tu học, có bao nhiêu lần ngài khởi lên dục tưởng?”. Câu trả lời là “chưa từng có vì tôi đã chuyển hóa và chuyển hóa thành công vấn đề này”. Lỏa thể Kassapa tán thán đây là chuyện hy hữu chưa từng có trong đời.

Mấu chốt của câu hỏi và lời đối thoại được đặt ra đó là người xuất gia theo tinh thần Phật dạy có thành công trong việc chuyển hóa điều quan trọng nhất, tế nhị nhất và khó nói nhất không. Nếu câu trả lời có thì việc tu tập được xem là thành công. Nếu không thì việc tu tập còn nhiều vấn đề cần phải nỗ lực hơn nữa.

\* Tại khóa tu Một ngày an lạc ở chùa Phỏ Quang vừa rồi, với đề tài *Hạnh xuất gia*, chúng tôi đã nhận khoảng năm chục câu hỏi về đề tài này cùng mối quan tâm của người tại gia về xuất gia, nội dung tu tập, cách thức hành trì, nghệ thuật vượt qua những khó khăn thách đố, trở duyên như thế nào. Trong đó có một câu rất đáng được quan tâm, đó là “*Tại sao có hiện tượng trứng cá, bông xoài trong người xuất gia? Nếu xuất gia giúp bản thân trở thành viên ngọc tâm linh thì tại sao có hiện tượng rơi rụng giữa chừng như thế?*”. Trước tiên, chúng tôi muốn chia sẻ ý nghĩa từ “*trứng cá*”, không phải là trứng của con cá mà là cây trứng cá cho quả rất xum xuê nhưng chỉ cần dùng tay lắc nhẹ, hoặc gió mạnh thổi qua, các quả trứng cá sẽ rơi rụng ào ào. Cây trứng cá được trồng phổ biến ở miền Tây Nam Bộ, vì người dân nơi đây thích tạo bóng mát, gần gũi với đời sống nông dân. Còn cây xoài đến mùa, toàn thân cây chỗ nào cũng có bông. Hễ chỗ nào có nhánh, có tược là có bông, nhưng trụ lại thành trái

nguyên vẹn để trở thành sản phẩm cung ứng ra thị trường thì chưa được mười phần trăm.

Chúng ta nên hiểu rằng, tâm linh là một hiện tượng tinh hoa, phàm cái gì là tinh hoa thì luôn có tiến trình loại trừ. Hiện tượng này được sánh ví như hình ảnh kim tự tháp, để là một đường kính rất to, thân teo hẹp lại, còn đỉnh là một phần rất nhỏ. Cho nên, để có kết quả cuối cùng qua một tiến trình lọc, chúng ta phải chấp nhận sự rơi rớt giữa đường.

Thử hình dung xem cái gì dẫn đến sự rơi rớt? Thứ nhất, đối với trứng cá thì đó là động tác lắc cây, gió thổi, hay một cái gì đổ sập lên nó. Còn đối với người tu thì “*lắc cây*” đó là các động tác nghịch duyên, là sự tương tác xã hội giữa người xuất gia và môi trường xung quanh bao gồm những người tại gia. Sự tương tác đó diễn ra theo cách có lợi cho cả hai bên. Người tại gia có cơ hội gieo trồng phước báu, lắng nghe lời pháp thoại, chuyển hóa được nỗi đau trong tâm bên cạnh những khó khăn của đời sống vật chất. Người xuất gia tiếp nhận điều này và phải thấy rằng trên đời vai mình có trọng trách lớn hơn để không cô phụ tấm lòng và sự thương kính của quần chúng dành cho mình. Do đó, sự nỗ lực phấn đấu trở nên nghiêm túc hơn. Nhưng nếu môi quan hệ xã hội tương tác giữa người tại gia và xuất gia không đặt trên căn bản vừa nêu, thì càng tiếp xúc nhiều chừng nào, sự mất kiểm soát tâm sẽ diễn ra chừng đó. Và rồi, hiện tượng rơi rụng giữa chừng là điều khó có thể tránh khỏi.

Thứ hai, dù có tương tác hay không tương tác với người tại gia, thì các giác quan có sức lọc của gió thổi qua cuộc đời người xuất gia về phương diện nội tâm rất nhiều. Tài sắc danh thực thù, sắc thanh hương vị xúc, dù hiểu theo Nam tông hay Bắc tông, cá lẻ hay tập thể đều là những thách đố trở ngại cho người xuất gia. Những cạm bẫy cám dỗ, chướng

## 64 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

duyên, buộc chúng ta phải nhìn thấy lý tưởng cao thượng hơn để vượt qua một cách thành công. Bằng không, khi mất thấy tai nghe, chúng ta có thể dễ dàng bị chao đảo và quên đi lý tưởng cao thượng nhất mà mình đang hướng tới cùng với sự hy sinh tất cả khoái lạc giác quan, thậm chí hạnh phúc gia đình, và mối quan hệ tình thâm.

Thứ ba, môi trường tương tác bao gồm thầy hay bạn giỏi, hoặc thầy không hay bạn tiêu cực đều có thể góp phần tạo chúng ta thành một bản sao, dẫn đến khủng hoảng niềm tin, bế tắc về nhận thức và những hệ lụy kéo theo.

\* Một trong các câu hỏi được đặt ra là: “*Một vị xuất gia trẻ phát tâm trở thành người tu chân chính vì cảm phục hạnh tu của vị thầy mà sau này trở thành bốn sư của mình. Nhưng bỗng vị bốn sư đó bị chao đảo bởi hiện tượng trùng cá bông xoài, thành người thế tục. Không tin những gì mắt thấy tai nghe, vị sư trẻ rơi vào tình trạng khủng hoảng niềm tin, tâm linh và phải làm gì để vượt qua được?*” Có ba nhận thức cần lưu tâm.

Thứ nhất, phải thấy rằng sự khai tâm điểm trí của vị thầy tâm linh trong giai đoạn ban đầu chỉ là một hỗ trợ duyên tích cực và cần thiết chứ không phải là tất cả. Rất nhiều người rơi vào chủ nghĩa thần tượng cá nhân, nghĩ rằng thầy mình là trên hết, đến khi thầy không còn nữa thì người đó ngã quy theo. Đó là sự sai lầm về nhận thức cần phải được điều chỉnh.

Thứ hai, phải hiểu được trong tiến trình tu, giai đoạn đầu nương tựa vào thầy, sự giúp đỡ của những người bạn tu đồng lứa là hỗ trợ tích cực. Nhưng khi đã hiểu đường chánh nên đi, đường tà nên tránh thì chúng ta phải tự tu, tự chèo vào bờ chứ không nương tựa vào ai cả. Dĩ nhiên, lời khích lệ, sự hướng dẫn, giám sát của những người đi trước có kinh nghiệm vẫn là bài học có ý nghĩa nhưng không nên xem đó là tất cả, vì

nếu bị suy sụp thì sự tất cả này làm chúng ta đổ nát và ngã quy theo.

Điều thứ ba, giới tướng, tức là điều khoản đạo đức mà chúng ta phát nguyện tiếp nhận trong giới trường vẫn còn nguyên vẹn, dù thầy còn sống hay đã mất, tiếp tục tu hay ra đời, thanh tịnh phạm hạnh chân chánh hay có sự sút mẻ nào đều không ảnh hưởng. Về phương diện tâm linh, những rung động đầu đời trong việc tiếp nhận từng giới phẩm ở giới đường phải là cái luôn được duy trì trong ta, dù có thầy bên cạnh hướng dẫn hay không. Nhà Phật gọi là “*sơ phát tâm*”. Động cơ và lý tưởng phát tâm đó rất mạnh và cần thiết. Nó là dưỡng chất kéo dài đời sống một cách bền bỉ. Cho nên, không được nghĩ rằng giới tướng và giới tánh đó bị ảnh hưởng. Chúng ta phải tiếp tục đi, ai ngã phía sau cứ ngã, ai rơi rụng cứ rơi, nếu chúng ta không đủ sức để nâng đỡ người kia thì không còn cách nào khác phải mạnh dạn bước thẳng tiến trên con đường tâm linh của mình, đừng để sự khủng hoảng đó làm chao đảo.

Kể từ lúc phát tâm xuất gia cho đến gần một trăm tuổi, Tôn giả Bạc Câu La nhờ sự hướng dẫn tâm linh của đức Phật, hầu như ý niệm về dục tướng chưa từng có mặt. Đó là vì ông thấy rất rõ giới hạn của việc hành dục, mang lại niềm vui khoái lạc giác quan là tạm thời chóng vánh. Mộng và thực, bền bỉ và tạm thời, có thể dẫn đến những phản ứng chấp trước của lòng tham, kháng cự của lòng sân trong việc tư hữu hóa nó, khiến chúng ta bị truong phồng cái tôi theo hướng tham sân si là điều cần nhận diện để không bị đắm nhiễm với tư cách người xuất gia. Từ nhận thức chân chính đó, tôn giả Bạc Câu La đã chuyển hóa được dục tướng, những ý niệm, những ám ảnh, nổi đam mê về tính dục không còn ngự trị trong tâm và hành động của ngài. Cho nên, nếu hỏi



## 66 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

một người xuất gia chân chính rằng ý niệm đó có khởi lên hay không là việc vừa phải, còn hỏi một cách lộ bạch rằng có thực hiện điều đó hay không thì luật và giới của nhà Phật nhất quyết không cho phép người đó tồn tại dưới hình thức một người tu khi đã vi phạm vào.

Đức Phật nêu ra một ẩn dụ như cây Sala, loại cây giống cây dừa Việt Nam, khi đã bị chặt ngọn thì không bao giờ tái sinh ngọn lần thứ hai, sức sống của nó coi như chấm dứt. Người xuất gia dù bị cám dỗ, sức ép, hay không vượt qua được bản năng của người tại gia, lỡ vướng vào giới luật thì được xem là không thể phục hồi về tính mạng của người tu. Họ có thể tồn tại với tư cách là người tại gia, hành trì năm giới đạo đức, nhưng không thể là người xuất gia, vì đã làm cho niềm tin của quần chúng sụp đổ, ảnh hưởng đến đời sống tăng đoàn. Ai nhận thức được điều này thì sẽ dễ dàng vượt qua những cám dỗ. Tôn giả Bạc Câu La đã thành công, dục tưởng còn không có huống hồ là hành động về dục. Đó là một sự hy hữu, hiếm có và mâu nhiệm trong đời sống của người tu.

### KHÔNG CÓ SÂN TƯỞNG VÀ HẠI TƯỞNG

Trước lời chia sẻ trên của tôn giả Bạc Câu La, vị lỏa thể Kassapa đã tán thán với niềm kính trọng: *“Thật mâu nhiệm, thật hiếm có trong cuộc đời”*.

Qua cuộc đối thoại ngắn gọn, chúng ta thấy bản chất và nội dung tu tập của người xuất gia theo đạo Phật là chuyển hóa tham, sân, si. Khi nỗ lực chân chính về phương pháp luận có sự hướng dẫn và đồng hành của thầy giỏi, bạn tốt thì dù có những động tác lắc, sự cố tình hoặc hiện tượng tự nhiên gió thoảng ngang qua, chúng ta vẫn sừng sững hiên ngang không hề hấn. Nếu đổ lỗi cho hoàn cảnh, quy trách nhiệm cho tha nhân và tạo nhiều lý do biện hộ cho mình mà

trên thực tế bản thân chưa nỗ lực một cách nghiêm túc trong hành trì, chúng ta sẽ bị rơi rớt như hiện tượng “*trúng cá bông xoài*”. Còn nếu vững chí thẳng tiến, thì những khó khăn gian truân chỉ là thách đố. Mỗi con lốc đi ngang qua sẽ trở thành bài học cho bản thân và người khác vượt qua ở hiện tại và tương lai.

Nỗi niềm sân có thể xuất hiện bởi nhiều lý do khác nhau. Sự không hài lòng, bất mãn cũng là một động cơ, nguyên nhân. Sự mất mát một số tài sản sẽ làm chúng ta không hài lòng và khởi lên kháng cự. Đối với người xuất gia, dù động cơ, hoàn cảnh tác động, nhân duyên ảnh hưởng tiêu cực nào, chúng ta phải thấy việc khởi lòng sân là điều không nên. Phải nỗ lực tự kiểm soát, vì sân sẽ kéo theo tâm lý tiêu cực là hại tướng, tức là ý niệm hại người khác, bao gồm giết, làm giảm uy tín và ảnh hưởng đến lợi lộc của họ đối với cộng đồng để hình ảnh của mình được nổi bật hơn. Việc nói xấu, nói điều tiêu cực, không hay không tốt về người khác thuộc về hại tướng, mấu chốt của nó là lòng sân. Đồng hành với lòng sân là lòng tham, vì muốn được độc quyền. Và ý niệm độc quyền của cái tôi chính là lòng si.

Cho nên, trong rất nhiều hành động, nếu không khéo phân tích, chúng ta thể hiện cả ba bộ mặt của tham, sân, si, thì dù tu hàng trăm năm trong chùa hay mấy mươi năm dưới tư cách Phật tử, chúng ta vẫn dậm chân tại chỗ ngoài cái tôi ngày càng trương sinh lớn mạnh, không chế chi phối tác động tiêu cực đến bản thân, mà cứ tưởng rằng mình đã trở thành người giác ngộ. Phải hết sức lưu tâm xem ba đối tượng đó được chuyển hóa hay chưa thì mới được xem là thành công trên con đường tu tập.

Bạc Câu La: “*Trong tám mươi năm từ khi xuất gia, tôi không bao giờ nhận thấy có dục tâm, sân tâm, hại tâm khởi lên*”.

## 68 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Tâm là quá trình tìm kiếm đối tượng để gá tâm vào. Nó có thể hết sức tinh vi, cũng có thể hết sức cụ thể, công khai. Con người luôn luôn muốn có gì đó để bám vào, tình trạng bám vào gọi là “tâm”. Trong khi “tưởng” có thể là ý nghĩ thoáng chốc xuất hiện trong đầu rồi vụt qua, thì “tâm” là tiến trình kéo dài như một cơn đói khát, sự thỏa mãn, bản năng hay thói quen. Cho nên, ảnh hưởng tiêu cực của dục tâm, sân tâm, hại tâm nhiều hơn dục tưởng, sân tưởng và hại tưởng. Tôn giả Bạc Câu La nói rằng, ngài chưa từng bị những điều đó trở thành nỗi ám ảnh và sự khao khát, vì ngài tu tập Tứ diệu đế.

Tứ diệu đế, như ta biết, là sự nhận diện về bết tắc buộc chúng ta không được quyền nhắm mắt làm ngơ. Trong kinh *Phổ Môn* có câu: “*Chúng sinh nào nặng về dục tưởng, sân tưởng, hại tưởng, nếu tự mình không vượt qua được thì hãy niệm Bồ Tát Quan Thế Âm. Nhờ thần lực của sự niệm đó mà không chế được tham, sân, si*”. Nếu hiểu câu này một cách đơn giản là niềm tin vào lòng từ bi hóa độ của đức Phật sẽ giúp người vượt qua khó khăn, thì chúng ta không thể nào dứt được gốc rễ của ba yếu tố về đời sống tâm linh này. Quán chiếu là gọi nhận thức, là tuệ giác, đỉnh cao để chúng ta đạt được. Tham, sân, si có mặt khi tuệ giác chưa có, cho nên khi niệm danh hiệu đức Quan Thế Âm, bậc Quán Tự Tại, là tuệ giác đã phát sinh ở mức độ cao nhất thì không lý gì tâm chúng ta bị chao đảo vương vào dục, sân và hại.

Còn nếu chân thật hiểu bậc Quán Tự Tại thì sự hiểu biết, nhận thức, tình trạng cảm thông sẽ là mấu chốt của sự hành trì trong tình huống này. Lúc đó, chúng ta không còn trách cứ để tạo lòng sân, không còn giận dữ để tạo lòng si, cũng không còn khó chịu với những người mà ta mong mỏi, nhưng họ chưa đạt được tầm vóc đáp ứng yêu cầu cần phải có.

Như vậy khởi niệm từ lòng từ bi, sự hiểu biết cảm thông sẽ bắt đầu có mặt. Tri danh hiệu Bồ Tát Quan Thế Âm, dưới góc độ quán thế âm, thì chúng ta sẽ không còn tham sân si nữa. Đừng hiểu theo nghĩa chỉ cần niệm thành tâm là Bồ tát sẽ giúp đỡ. Nếu thực sự đơn giản như thế, người ta chỉ cần mua một máy niệm Phật với danh hiệu Bồ Tát Quan Thế Âm bằng nhiều loại khác nhau, chắc chắn sẽ không còn tham sân si và chứng được quả. Hoàn toàn không đơn giản như vậy.

### **BIẾT ĐỦ VÀ THANH CAO**

Tôn giả Bạc Câu La chia sẻ rằng ngài chưa từng thấu nhận bất cứ một chiếc y nào của người cư sĩ tại gia, chưa từng nhờ một cư sĩ tại gia nào cắt may y, và cũng chưa từng nhờ bất cứ một người tại gia nào nhuộm y cà sa cho mình mặc, dù đó chỉ là sự ca ngợi và khích lệ công đức như là thước đo về thành quả tu học của ngài. Đó là hiện tượng vô cùng hiếm có. Như vậy, ai đã làm cho ngài? Câu trả lời là tôn giả Bạc Câu La tự làm cho chính mình.

Nói cách khác, với tư cách một người tu, đó là nghệ thuật kiệm phước, là một phương tiện hạn chế sự tương tác xã hội với người tại gia ở mức độ cao nhất, để dễ dàng làm chủ được các giác quan khi mình chưa cảm thấy an tâm hay tự tin vào các giác quan tiếp xúc với đối tượng trần cảnh không rơi vào nhiễm đắm của tham sân si. Hạn chế tương tác xã hội càng nhiều thì kết quả tu học với niềm an vui hạnh phúc tỷ lệ thuận càng lớn. Tôn giả Bạc Câu La đã không thấu nhận tặng phẩm cúng dường của bất cứ ai, không nhờ ai may y phục hay giúp đỡ vật chất cho mình. Có lẽ ngài thấy rất rõ rằng cục đá mài công đức của ngài có thể bị bào mòn nếu tương tác xã hội và nhận quá nhiều sự cung kính của quần chúng. Cho nên, để cục đá công đức đó không mòn và sự tu tập đạt kết quả ở mức độ cao, ngài đã chọn giải pháp tự lập một trăm phần trăm.

## 70 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Trong tiến trình của sự tự lập, nếu biết cách chúng ta vẫn không bị mất thời giờ. Sau ngộ trai, thay vì theo lời khuyên của đức Phật đi phạn thực kinh hành, để thực phẩm được tiêu hóa dễ dàng, công đức tu tập tăng cao và phước báu hồi hướng cho quần chúng được lợi lạc thì tôn giả Bạc Câu La sử dụng thời gian đó cho những việc tự may y áo cho chính mình. Như vậy, kết quả và thời gian đầu tư cho tu tập không bị ảnh hưởng. Vấn đề ở chỗ, quản trị thời gian như một nghệ thuật, quản trị công việc như một phương pháp thì chúng ta sẽ toại thành tất cả nguyện ước và nội dung tu tập chân chính. Đó là bài học tham khảo có ý nghĩa xã hội và tâm linh.

Đối với tôn giả Bạc Câu La: *“Trong tám mươi năm từ khi xuất gia, tôi không bao giờ nhận thấy có thân nhận lời mời cúng dường trai tăng hay thọ phẩm vật cúng dường ở bất kỳ nơi nào, từ gia hay từ một người tại gia nào. Tôi cũng không bao giờ khởi lên ý niệm mong nhận những tặng phẩm, vật dụng từ bất cứ ai”*.

Đó là điều hết sức khó. Nếu không khéo trong quá trình tu học, người xuất gia cứ nghĩ mình là ruộng phước, là cục đá mài công đức, cho nên quần chúng muốn có phước thì hãy cúng dường bằng cách này hay cách khác. Không chừng người tại gia nhà ra những thành quả lao động chân chính từ chánh nghiệp và chánh mạng, người xuất gia lại nhai nuốt vào, đây là điều cần phải xem xét lại. Với khối óc và bàn tay chân chính, dưới góc độ từ thiện, nếu không đi tu, chúng ta có thể làm được nhiều việc bằng cách chia sẻ tặng phẩm cho những người tại gia, thì không có lý do gì sau khi đi tu, chúng ta lại đắm nhiễm vào thứ vật dụng trên nền tảng sự phát tâm cúng dường của người tại gia.

Ở đây, chúng ta phải hiểu sự giao hoán hai chiều:

*“Tài thí, pháp thí thi thành công,  
Phước huệ lưỡng toàn phương tác Phật”.*

Là sự hỗ trợ có lợi cho cả hai. Thay vì tự lao động để có được chén cơm manh áo, vật dụng cần thiết, để rồi phải bận tâm vào đời sống kinh tế, đầu óc bị bê tông hóa, tiền bạc hóa, chúng ta đầu tư vào con đường tu tập trọn vẹn hơn, thì cũng đừng nên đắm nhiễm trên tặng phẩm cúng dường và hãnh diện tự hào về nó.

Mỗi khi có cơ hội chia sẻ với người xuất gia về nghệ thuật hoằng pháp trong hôn quan tang tế, chúng tôi thỉnh thoảng đề nghị như thế này: *“Đừng bận tâm vào cúng dường của đàn na thí chủ, quý vị cứ đi năm bảy ngày làm lễ cầu siêu. Người ta có thể phát tâm cúng dường hồi hướng cho người quá cố, nhưng xin đừng nhận. Làm như vậy, chúng ta sẽ giúp cho cả gia quyến của người đó trở thành Phật tử một cách lâu dài với tâm phục khẩu phục rằng chúng ta đi không phải vì tiền, tặng phẩm mà vì nghệ thuật hoằng hóa, rằng ở đây có một nỗi đau cần phải vượt qua trong mát mát, rằng ở đây có một nỗi đau cần được chữa trị để vượt qua chấp ngã và chấp thường của mình, rằng ở đây cần có nhu cầu vun bồi đời sống tâm linh và đạo đức trong nỗi đau cùng cực nhất của cái chết”.* Những lời khuyên, thuyết giảng chân thành từ trái tim và nhận thức của nhà hoằng pháp sẽ làm cho những người kể cả ngang đầu cứng cổ nhất cũng phải rung động, làm cho người chưa từng có niềm tin về đời sống kiếp sau, đời sống người xuất gia tu tập sẽ phải đặt lại vấn đề về nhận thức của mình đối với đạo Phật. Đó là con đường tốt nhất để làm đạo. Còn không khéo và dễ dàng rơi vào các lợi nhuận, chúng ta sẽ khiến nhiều người phải vấy tay chào với ngôi chùa. Nhiều người Phật tử sa sút niềm tin khi đến một ngôi chùa nào đó mà ông thầy ra giá tụng kinh *A Di Đà*, kinh *Địa Tạng* v.v...

tụng mấy thời trong một ngày thì bao nhiêu tiền, như một loại mậu dịch. Cho dù được gán ghép bằng một từ mậu dịch tâm linh hay phát tâm cúng dường công đức v.v... để hồi hướng vẫn không thể gây niềm tin vững chãi với ba ngôi tâm linh mà ở đây Tăng bảo là một trong ba. Nếu có phát tâm cúng dường thì phát tâm sau lễ tang trong nhân duyên Phật sự nào đó, còn cúng dường ngay lễ tang sẽ tạo hình ảnh “*tiền trao cháo múc*”, mất hết ý nghĩa. Một số tu sĩ Phật giáo nếu lỡ đến chỗ nào không có phát tâm cúng dường là lần sau nhất quyết không đi khi được thỉnh mời. Đó là một nỗi buồn và là một trong những nguyên nhân làm cho Phật pháp suy vong.

Trong bài kinh này, hạnh nguyện của tôn giả Bạc Câu La hết sức ấn tượng, chưa từng nhận tặng phẩm cúng dường ở bất cứ nơi nào. Dĩ nhiên, chúng ta đừng nên hà khắc, buộc tất cả người tu phải như vậy. Một trong những hạnh nguyện đối lập với ngài Bạc Câu La là ngài Tân Đầu Lô Phả La Đa, gọi tắt là Tân Đầu Lô, ngài không bao giờ từ chối nhận phẩm vật cúng dường, ai cúng gì ngài đều nhận hết. Sau đó ngài chia sẻ lại cho những người đồng tu phạm hạnh, không có được quần chúng phát tâm, vì nhiều đời kiếp trước họ đã gieo hạt giống phá của, phá phước, trộm cắp, keo kiệt nên hậu quả đời này không được ai phát tâm giúp đỡ. Chia sẻ với những người đồng tu như thế giúp họ vượt qua khó khăn, không phải bận tâm vào đời sống vật chất để tu một cách hoan lạc. Hòa thượng Hồng Đạo ở quận 8 nhiều năm cũng nổi tiếng về hạnh này. Hòa thượng tu rất tốt, nơi nào có cúng dường trai tăng, giỗ tổ, người ta đều thỉnh mời Hòa thượng đến ban đạo từ, vì lời đạo từ của Hòa thượng súc tích và ấn tượng. Hòa thượng nhận hết phẩm vật cúng dường, có lúc một ngày hòa thượng phải đi ban đạo từ tới hai ba lần, trong khi đức Phật dạy mỗi một tu sĩ phải “*nhất tọa thân*”, chỉ ăn ngồi một lần,

đã đứng lên là không được ngồi xuống ăn tiếp, huống hồ đi hai ba lần ở hai ba ngôi chùa khác nhau. Tích và giữ tất cả những tặng phẩm cúng dường như thế, đến gần cuối cuộc đời, hòa thượng tổ chức lễ đại trai đàn bố thí cúng dường bình đẳng, mời hàng trăm hàng ngàn các vị Hòa thượng chú tiểu. Hòa thượng Hồng Đạo để phong bì ngang nhau, phong bì của Hòa thượng tu sáu mươi năm cũng bằng với phong bì của chú tiểu tu hai ba ngày, nhằm dạy chúng ta đừng nên câu chấp vào phẩm trật trong giáo hội và đời sống người tu, không nên có những phân biệt ứng xử mà phải hiểu các hạt giống nhỏ càng phải được chăm sóc nhiều hơn.

Phần lớn Phật tử thường nghĩ cúng dường các Hòa thượng được công đức phước báu lớn, trong khi đó các hạt giống đang được gieo trồng trong các trường Phật học cần sự hỗ trợ sách vở, tài liệu nghiên cứu học hỏi để sau này trở thành nhà hoằng pháp, nhà giáo dục tâm linh thì lại ít được quan tâm. Cách đây không lâu, có một Phật tử ở Long An đến nhờ chúng tôi tư vấn sau khi đọc một tác phẩm tâm đắc và muốn cúng dường các vị Hòa thượng. Cô xin được cung cấp địa chỉ và số điện thoại của tất cả các vị giảng sư tại thành phố Hồ Chí Minh để đích thân đến cúng dường, ngoài ra cô còn phát tâm cúng dường các vị giảng sư mới bắt đầu ra trường. Chúng tôi khuyên cô rằng, cúng dường cho một vị đại pháp sư lỗi lạc không làm tăng giá trị đóng góp bao nhiêu, vì hiện nay các vị Hòa thượng, Thượng tọa, Ni sư đã nhận biết bao tặng phẩm cúng dường của thiên hạ, các ngài còn phải đi làm từ thiện ở những nơi khác. Còn cúng những vị giảng sư mới ra trường thì thiết thực hơn. Chúng tôi cũng đề nghị cô đổi lại đối tượng, chẳng hạn các tăng ni đang theo học ở trường sơ đẳng Phật học, trung cấp, cao đẳng Phật học, cao cấp giảng sư, trung cấp giảng sư và cử nhân Phật học. Những người



## 74 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

như thế đang cần con mưa về hỗ trợ vật chất, cụ thể là kinh điển, tài liệu nghiên cứu, giúp các vị đó học đến nơi, hành đến chốn và đem thành quả tu học của mình phục vụ thiên hạ. Chúng tôi phải mất mấy tiếng đồng hồ mới thuyết phục được người Phật tử này chọn giải pháp thứ hai.

Nhiều người đến chùa thấy các chú tiểu dễ thương, ăn mặc rách rưới, không có tiền bạc, bèn cho vài ngàn. Vì có tiền cho như thế là thiếu phương pháp, các chú sẽ đi ăn bánh, ăn kẹo, có chú còn lén ra ngoài ăn mặn do không vượt qua nổi cơn ghiền tại gia, có chú ra các quán internet chơi game, điện tử rồi xao lãng tu học. Cho như thế là làm hư các chú. Chúng ta nên cúng dường các ngôi chùa, trung tâm giáo dục để sử dụng một cách có nghệ thuật cho các hạt giống tâm linh được trưởng thành chứ không phải cho riêng là tốt. Dù sao đi nữa, ngài Tân Đầu Lô và ngài Bạc Câu La đều là hai bài học mà sự sử dụng giá trị của hành trì trong tình huống khác nhau, thậm chí đối lập, có ý nghĩa tâm linh và đạo đức rất lớn mà chúng ta cần học hỏi và tham khảo.

### GIÁ TỪ CƠ HỘI DÍNH ĐỜI

Bạc Câu La: *“Trong tám mươi năm từ khi xuất gia, tôi không bao giờ nhận thấy có thấu nhận thỉnh mời vào nhà với sự trân trọng và cao quý nhất. Tôi không vì một lý do nào đó, có mặt trong nhà họ để giảng kinh thuyết pháp, dù họ giàu hay nghèo, mến phục hay thần tượng, tôi đều không bước đến. Trong tám mươi năm đó, tôi không bao giờ tạo cơ hội đặc biệt nào cho những người khác phái như nữ nhân, quý bà, mệnh phụ phu nhân để giúp họ đến với đạo Phật theo một yêu cầu hết sức cá nhân. Tôi cũng không bao giờ tạo ưu quyền đặc lợi gì cho các Tỳ Kheo Ni, Thích Xoa Ma Na Ni, Sa Di Ni hay những cư sĩ Phật tử nữ”*.

Khi có đủ duyên, họ mời đến chùa, chia sẻ Phật pháp, góp phần giúp họ thông qua các tư vấn chân chính là những cách thức mà tôn giả Bạc Câu La đã ứng dụng. Nói một cách nôm na, theo ngôn ngữ đời thường rằng người xuất gia chân chính không thuyết pháp dạo mà chỉ thuyết pháp công khai. Tại sao phải thuyết pháp công khai?

Vì cùng ngồi trong một giảng đường với một đề tài pháp thoại, sự tôn kính Phật pháp phải được dâng trào ở mức độ cao nhất và do đó mỗi câu hỏi cá nhân sẽ trở thành mối quan tâm chung của tất cả người có mặt. Cũng một thời gian, tâm huyết đầu tư đó, chúng ta mang lại lợi lạc cho nhiều người. Nhiều Phật tử khi điện thoại hay nhắn tin đều chỉ trích rằng: “Thầy Nhật Từ chảnh quá, gọi điện không bắt máy, bắt máy nói vài ba câu, gửi email thì chẳng thấy trả lời, nhắn tin cũng im luôn”. Nếu trả lời thì còn thời gian đâu để làm Phật sự, nghiên cứu, tu học? Cho nên chúng ta hãy thông cảm, lịch các buổi thuyết giảng đều đăng trên báo Giác Ngộ hay trang web, chúng ta đặt câu hỏi lên trang web hay trong các buổi pháp thoại còn có thể giúp nhiều người cùng chia sẻ và tham khảo, hơn là trả lời riêng lẻ cho từng cá nhân. Sau thời gian tiếp xúc với chúng tôi, nhiều người vẫy tay chào, vì cảm thấy chán và không được tiếp đón một cách chu đáo, trân trọng. Nếu ai đã nghĩ như thế thì hãy hoan hỷ, đừng hiểu lầm, vì chúng tôi thực sự không có thời gian.

Ở đây, bài học của tôn giả Bạc Câu La là đừng nên phí phạm thời gian vào những việc mà ta tưởng nó là Phật sự, thực tế sự tương tác xã hội này có thể đẩy chúng ta rơi vào hiện tượng bông xoài trúng cá. Các Phật sự phải được thực hiện đúng chỗ, đúng thời gian và đối tượng. Tình cảm mà mình hiểu như lòng từ bi là một sự sai lầm, trong sự tương

tác, nó chính là cản lực rất lớn, trở ngại cho cả người tu lẫn người tại gia. Vị tôn giả Bạc Câu La hoàn toàn không chánh, ngài biết thể hiện đúng chỗ thì giá trị mới cao. Thiền viện lớn nhất thế giới Dhamma Kaya gần thủ đô Bangkok, Thái Lan, có giảng đường với sức chứa khoảng một triệu chỗ ngồi, thiền đường khoảng năm trăm nghìn chỗ ngồi, đáp ứng vào những ngày lễ lớn, khách thập phương đến rất đông. Mỗi lần thuyết giảng của vị sư trụ trì ở đây đều được truyền hình trực tiếp, cùng khoảng thời gian và công sức đó, họ có thể đóng góp và giúp biết bao nhiêu người. Cho nên, quý Phật tử khi phát tâm cúng dường đừng đòi hỏi ưu tiên và quyền lợi riêng tư. Làm như thế sẽ không giúp cho hạt giống tâm linh mình đầu tư được trưởng thành đúng theo cách thức của nó. Hãy để cho trời xanh mây bạc có mặt trong thế giới tự do của nó. Ép khuôn trong một bức tranh đồng nghĩa giết sự tự do của trời xanh mây trắng. Mây phải bay, bầu trời luôn được trong xanh quang đãng, còn làm với hình thức khác là chúng ta nén những hạt giống đầu tư không được trưởng thành. Được lợi lạc cho bản thân, nhưng đồng thời ảnh hưởng tiêu cực đến người khác là điều không nên.

### TỰ LỰC TINH TẤN

Bạc Câu La: *“Trong tám mươi năm từ khi xuất gia, tôi không bao giờ nhận thấy có xuất gia, thọ đại giới và nhận làm y chỉ cho ai, tôi không bao giờ nhận sa di hậu hạ sức khỏe và thuốc thang cho mình, tôi không bao giờ nhờ ai xoa bóp hỗ trợ, cũng không bao giờ lấy yếu tố bệnh làm điều kiện để được quyền uy tôi thượng. Tôi ý thức rất rõ rằng tự tu và làm cho mình được trọn vẹn là yếu tố không thể thiếu. Nhờ quan niệm như thế nên tôi mới có được ngày hôm nay”*.

Vì mỗi người có nghiệp riêng và nghiệp chung, lời chia sẻ cuối cùng mới là quan trọng để chúng ta thấy việc tu của

ngài không phải là sự cực đoan. Nhiều loại nghiệp riêng phải sử dụng phương pháp tu riêng mới có thể vượt qua được. Nếu chúng ta là người dễ vui, dễ cảm lòng, chột dạ thì phải nêu quyết tâm phát nguyện hết sức cứng rắn như tôn giả Bạc Câu La, trở thành người thành công trong tu tập.

Ngài không nhận người xuất gia không có nghĩa là giới hạnh của ngài chưa được tròn vẹn và có sót mẻ. Ngài không trở thành giới sư hay y chỉ sư của bất kỳ ai, không có nghĩa ngài không đủ tư cách đạo đức và tuệ giác để hướng dẫn, mà vì ngài muốn đầu tư trọn thời gian cho việc tu tập hành trì, hoằng hóa những người khác.

Vào năm 2005, chúng tôi nhớ lại buổi chia sẻ lần đầu tiên giao lưu giữa thiền sư Nhất Hạnh và Hòa thượng Thích Từ Thông, cũng như giáo thọ của Làng Mai và gần một ngàn năm trăm tăng ni vốn là tăng ni sinh của trường cao đẳng, trung cấp Phật học tại chùa Vĩnh Nghiêm. Bắt đầu buổi chia sẻ pháp thoại, Hòa thượng Nhất Hạnh quay sang Hòa thượng Từ Thông nói: *“Thầy Từ Thông, có lẽ thầy nhớ rằng mấy chục năm trước anh em mình từng phát nguyện không cần xây chùa, độ đệ tử mà chỉ cần trở thành vị giáo thọ giỏi, hướng dẫn đệ tử của các huynh đệ đồng tu là đủ. Mỗi người là một hạnh nguyện đóng góp sở trường và đầu tư tâm huyết cho con đường chân chính mà mình đã đi. Sau mấy mươi năm làm việc đó tại hải ngoại, tôi thấy phải điều chỉnh lại nhận thức này”*. Gần như đến tuổi sáu mươi lăm, Hòa thượng Nhất Hạnh mới bắt đầu lập tu viện và độ người xuất gia. Trước đây, phương pháp tu nhập thế của thiền sư Nhất Hạnh dựa trên nền tảng của những người cư sĩ tại gia. Họ dần thân dưới những góc độ dân sự, len lỏi vào các ngõ ngách của cuộc đời để người ta tiếp nhận một cách dễ dàng. Hiện nay, thiền sư thấy rằng với tư cách của người tu, chúng ta mới

## 78 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

đầu tư trọn thời gian và tâm huyết, còn với tư cách tại gia dù sao vẫn còn trách nhiệm gia đình xã hội, trách nhiệm vợ chồng, cha mẹ, con cái, v.v... Kể từ khi Làng Mai thành lập, số lượng người xuất gia gia tăng, đạo tràng của Làng Mai có mặt khắp gần bốn mươi lăm quốc gia khác nhau, cho hơn một trăm quốc tịch, ngày càng tăng trưởng và lớn mạnh.

Cho nên, vấn đề không phải đúng hay sai, theo ngài Bạc Câu La hay theo người có hạnh nguyện độ chúng, xây dựng chùa chiền, phát triển đạo tràng mà vấn đề nằm ở chỗ sở trường của bản thân mình là gì. Có sở trường như ngài Bạc Câu La thì tại sao chúng ta không bắt chước theo ngài. Nếu sở trường là tiếp tăng độ chúng, mở trường Phật học, làm từ thiện thì chúng ta không nên cực đoan bắt chước ngài Bạc Câu La mà phải bắt chước những vị dẫn thân nhập thế có giá trị ở hiện tại nhưng không bị lui sụt trên con đường đạo giải thoát. Đúng và sai không là vấn đề, mà đúng và sai là phương pháp luận, căn cơ cũng như sự tu tập của chúng ta ở mức độ an toàn dẫn đến sự phát triển tuyệt đối với giá trị phụng sự nhân sinh. Hòa thượng Từ Thông hiện nay vẫn không tiếp tăng, không độ chúng, xây chùa. Bá tánh cúng cho Hòa thượng mấy mẫu đất ở Tân Uyên, Bình Dương, Hòa thượng vẫn không xây chùa, người ta lại tiếp tục cúng cả chục mẫu trên Lâm Đồng Đà Lạt, Hòa thượng vẫn chỉ làm cái thất nhỏ, không xây chùa. Đó là hạnh nguyện, chúng ta không thể nói đúng hay sai, tiêu cực hay tích cực, vì mỗi người có cách tu riêng. Chúng ta cũng không nên vì đi con đường này mà buộc mọi người phải đi theo cách thức của mình, đó mới là sai lầm. Cái đúng là tùy hạnh nguyện sở trường, miễn sự dẫn thân mang lại lợi lạc.

Một nội dung chia sẻ về hạnh phúc trong đời thường khác là trong tám mươi năm tu tập, lý tưởng duy nhất của tôn giả

Bạc Câu La là mong đạt sự giác ngộ, chia sẻ sự giác ngộ bằng tinh thần vô ngã cho nhiều người. Cho nên, ngài không bận tâm với những tương tác xã hội và ngài đã có kết quả. Ở tuổi gần một trăm, ánh sáng tuệ giác và lòng từ bi độ lượng chúng vẫn tỏa chiếu khắp mọi nơi, dần thân phụng sự không có giới hạn. Cho đến khi gần nhắm mắt lìa đời, ngài vẫn không độ người xuất gia, vì ngài biết làm việc đó, ngài phải bận tâm chia thời gian cho những đệ tử của mình, đầu tư cho đệ tử của người khác cũng mang ý nghĩa tương đương. Ở đây, ngài đã làm hết bổn phận.

Sau khi nghe chia sẻ về hạnh phúc đời thường của một người xuất gia vốn là bạn khi còn là cư sĩ của mình, nhà lữ giả Kassapa đã rất cảm động và chấn động tâm thức chưa từng có. Ông từ bỏ tôn giáo của mình trở thành người xuất gia. Dĩ nhiên, người độ cho ông không phải là bạn đồng tu ngày xưa mà là tăng đoàn của Phật giáo nói chung. Sau thời gian ngắn xuất gia, kinh mô tả Kassapa đã an trú độc cư, sống đời sống viễn ly không phóng dật, diệt tâm, tinh cần tu tập ngày đêm và đã chứng đắc giác ngộ ngay đời sống hiện tại. Ngài thấy rõ sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm, không còn trở lại đời sống sanh tử tại gia nữa, đó là một sự may mắn.

Rất nhiều người từ bỏ tôn giáo của họ đến với đạo Phật và đã có được kết quả ngay vài tháng, vài năm, trong khi đôi lúc chúng ta phải mất vài chục năm thậm chí đến vài kiếp. Tuy nhiên, đừng vì thế mà chán nản, hạt giống và cấp độ tâm linh ở mỗi người qua tiến trình sanh tử rất khác nhau. Nhiều người như ly nước đầy, thêm một giọt là tràn. Nếu ly của chúng ta chẳng có giọt nào thì phải tích tụ. Đừng so sánh theo kiểu mình vào chùa thành Phật tử cũng năm tháng ngày giờ như người kia nhưng họ lại đạt được kết quả

## 80 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

còn mình thì không, dẫn đến tâm lý chán nản bỏ cuộc. Biệt nghiệp tốt xấu ở mỗi người khác nhau, kết quả trong một bối cảnh xúc tác giống nhau không thể tỷ lệ thuận về khối lượng thành công được.

### CHÌA KHÓA TU TẬP

Đoạn cuối bài kinh mô tả tôn giả Bạc Câu La bắt đầu một hạnh nguyện mới, rày đây mai đó. Ngài không trụ lại ở tịnh xá Trúc Lâm, đi tới đâu ngài cũng dạy một nội dung rằng: *“Này tất cả các vị pháp hữu, này tất cả các vị xuất gia trẻ, đây là chiếc chìa khóa, các vị hãy cầm chìa khóa này mà ra đi đến nhiều nơi, giúp đỡ nhiều người, đã đến lúc tôi phải nhập vô dư Niết Bàn”*.

Lời di chúc này đối với các đệ tử của ngài khá đặc biệt. Dĩ nhiên ngài không hề có chìa khóa vật lý nào. Trước khi qua đời, ngài tặng lại gia tài tâm linh bằng cả cuộc đời tu tập với định tuệ và giải thoát ở đời sống hiện tại. Chìa khóa đó là chìa khóa tu tập có mục đích, giá trị tâm linh phụng sự đúng người, không để cho những mưu cầu nhỏ nhoi làm bận tâm cõi lòng. Phải để đời sống người xuất gia như bầu trời bao la khôn cùng tận, như đại dương sâu thẳm, mặt đất cứng dày. Chúng ta phải quan niệm như thế mới trở thành người xuất gia chân chính và xứng đáng là điểm tựa tâm linh, viên ngọc quý cho tất cả người tại gia. Đó là chiếc chìa khóa của phụng sự không mệt mỏi, không chấp trước, mở cửa tuệ giác, mở cửa giác ngộ giải thoát. Gần trăm tuổi đời, tám mươi năm xuất gia tu tập, Bạc Câu La làm việc tích cực không ngừng nghỉ. Trong khi người tại gia đến tuổi sáu mươi có thể nghỉ hưu hưởng nhàn thì người xuất gia vẫn dần thân phụng sự đến hơi thở cuối cùng.

Tôn giả Bạc Câu La đã tịch diệt theo tư thế ngồi an tọa giữa đại chúng mà nhập vào vô dư Niết bàn. Hiện tượng

này vô cùng hiếm, vì phần lớn chúng ta chết nằm, chết trên giường bệnh trong sự đau đớn của thân thể vật lý, còn ngài thì nói rằng: “*Xin vẫy tay chào với tất cả anh em, những người đồng tu, các vị hãy tinh tấn nhiều hơn nữa trong phụng sự và tu tập, tôi xin vẫy tay chào các vị*”. Nói xong ngài nhắm mắt trong tư thế đang nhập thiền định.

Trong mấy năm trước, Hòa thượng Giác Chánh của hệ phái khất sĩ cũng ra đi trong tư thế ngồi. Nhiều thiền sư Trung Hoa cũng chết trong tư thế tương tự. Mỗi người có hạnh nguyện, phát nguyện riêng, có người phát nguyện chết với tư thế nằm, người khác lại phát nguyện chết trong tư thế đứng. Chúng ta không nên lấy đó làm thước đo chuẩn cho mọi tình huống. Điều muốn nói ở đây rằng khi tu tập đúng phương pháp, lời phát nguyện sẽ là một dấu chứng niềm tin cho những người khác phát nguyện noi gương hành trì, tu tập tinh tấn theo, không vì bất cứ lý do gì mà tổn thất niềm tin hay thoái thác tâm bồ đề.

Tôn giả Kassapa trở thành người xuất gia và chứng đạo nhờ vào tôn giả Bạc Câu La. Ngài tán thán cuộc đời tôn giả Bạc Câu La là một sự hy hữu và mẫu nhiệm hiếm có. Đó là giá trị mà chúng ta học suốt cả đời vẫn chưa xong. Hy vọng mỗi người phải tự suy nghĩ, đánh giá và cố gắng thực tập để trở thành Bạc Câu La hiện tại và tương lai.

### VƯỢT QUA TÂM DỤC

Người tại gia hiện nay muốn trở thành người xuất gia nhưng chưa vượt qua được tâm dục, một số áp dụng phương pháp quán bất tịnh, quán tâm lý lia ham muốn... nhưng tình dục và nổi khao khát vẫn y nguyên như một sự ám ảnh?

*Thứ nhất, chúng ta phải thừa nhận sự khác biệt về tính dục căn bản ở các chủng loại con người và động vật. Theo kinh Địa Tạng, chim bồ câu và uyên ương có nhu cầu giao*



## 82 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

tiếp tính dục một ngày đến vài chục lần, và xem đó là hiện tượng bình thường. Có nhiều loài động vật phải kéo dài thỏa mãn như một khát khao bản năng đến vài tiếng thì mới được xem là bình thường. Con người, mặc dù có giáo dục, nhưng còn nặng hơn các loài động vật, chẳng những ban ngày trong phòng the, thậm chí đôi lúc ở mọi nơi mọi chốn. Chúng ta cần tu tập phát triển ý thức dần thân vào các loại hình lao động chân chính, các nghệ thuật trong cuộc đời để chuyển hóa chúng ở phương diện nhất định, vượt ra khỏi bản năng mà các loài thú vốn bị ám ảnh không thể vượt qua. Cho nên, sự thay thế là một trong những phương pháp rất an toàn. Ở đây, khi tính dục quá nhiều mà chúng ta quán bất tịnh sẽ không bao giờ hiệu quả.

Thông thường, sự ăn uống với chất kích thích tố như hành, hẹ, tỏi nén, hương cù và các thực phẩm mặn làm cho chúng ta dù quán cỡ nào đi nữa nếu không biết dừng, cũng không thể vượt qua được thói quen hưởng thụ. Người ta thường nói người nữ dơ, do những chu kỳ như là tiến trình tự nhiên của cơ thể, nhưng trên thực tế người nữ biết khéo léo giữ cơ thể sạch sẽ hơn người nam. Không có cái vớ và giày nào của người nam mà không có mùi hôi, trong khi phái nữ không có tình trạng này. Như vậy, về phương diện trang sức và chăm sóc sắc đẹp bản thân, người nữ rất thành công, nếu chúng ta quán bất tịnh làm sao vượt qua. Thời trang, thể dục thẩm mỹ, thể dục dụng cụ, các phương tiện giải phẫu thẩm mỹ, nước hoa, lụa là gấm vóc, v.v... bao nhiêu phương pháp làm trẻ đẹp, làm sao chúng ta có thể quán nó thành bất tịnh được. Quán bất tịnh phải tùy tình huống và đối tượng chứ không phải là phương pháp duy nhất. Đặc biệt trong thời đại bùng nổ thông tin, việc quán như thế làm mất đi tác dụng thật sự. Cho nên, ngoài phương pháp quán bất tịnh, chúng ta còn phải nỗ lực bằng nhiều phương pháp khác.

*Thứ hai, hạn chế chủ nghĩa tiêu cực, vì nó tăng kích thích tố và các phản ứng hoocmon, dù muốn vượt qua chúng ta vẫn bị đầu hàng một cách vô điều kiện.* Hạnh, hey, tôi nén, hương cừ là thực đơn của thần tình ái, kích thích tố về tính dục trong chúng rất cao. Đó là lý do các tổ Trung Hoa khuyến khích người xuất gia không nên tiêu thụ chúng bằng một giải thích hết sức tín ngưỡng rằng chúng tạo mùi hôi, do đó các thần thiện sẽ vẫy tay chào và không gia hộ. Vì muốn chư thiên ủng hộ mình, nên người ta đã không tiêu thụ ngũ vị tân này. Nhờ đó, kích thích tố không tăng trưởng tạo ra những phản ứng hoocmon đòi hỏi tính dục nên người tu được an toàn. Trong thời hiện đại, các lý giải trên đôi lúc không còn thuyết phục. Cho nên chúng ta cũng phải giáo dục tính dục đối với người xuất gia để họ có thể chuyên hóa, vững tin mà khắc phục từng bước một cách có phương pháp.

Một lần, tại quán café Dáng Xưa ở quận 6, chúng tôi được mời thuyết trình về đề tài “*Cha mẹ thời @*”. Chúng tôi đã chia sẻ hai quan tâm rất lớn mà gần như các bậc phụ huynh thời nay, thời đại bùng nổ thông tin, đã mất dần sự kiểm soát con em mình về tự do dân chủ ở chúng, vốn đã được luật pháp thừa nhận ở mức độ cao nhất. Thứ nhất là khuynh hướng hưởng thụ tính dục, thứ hai là con nghiện game online và trở thành game thủ nổi tiếng với những phần thưởng hết sức hứa hẹn. Trong phương diện một, chúng tôi đã đưa ra hai tình huống có thật như là một cú sốc toàn cầu buộc chúng ta phải suy nghĩ lại nghệ thuật hợp tác giữa giáo dục gia đình, nhà trường và các nhà có trách nhiệm quản trị quốc gia.

Trường hợp thứ nhất là đôi vợ chồng trẻ Patten ở Dorset, Anh, chồng mười ba tuổi, vợ mười lăm tuổi, họ đã quan hệ tình dục hai năm trước. Tiêu chí trong dân gian Việt Nam và Trung Hoa là “*nữ thập tam, nam thập lục*” của mấy mươi

## 84 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

năm trước đã phải xét lại. Tâm sinh lý con người thay đổi đến mức độ làm cho phần lớn cảm thấy mình đã trưởng thành, tò mò với những gì diễn ra, mặc dù bị cấm đoán, và càng nghiêm cấm chừng nào thì nội dung cấm đoán càng có khuynh hướng bị phá vỡ chừng đó. Dưới tác động của bùng nổ thông tin và sự mất kiểm soát dần quan hệ giữa cha mẹ con cái, tuổi trẻ với những phản ứng hoocmon do tiêu thụ các phương tiện thông tin trở thành người lớn hơn tuổi thực của chúng. Chúng tôi đã lấy những bức ảnh do tạp chí *The Sun* chụp và ẩn hành để minh họa, khiến nhiều người phải sốc vì ngạc nhiên. Cậu bé mười ba tuổi với chiều cao khoảng 1,3m, thân thể loắt choắt bé xíu đứng cạnh cô vợ mười lăm tuổi với dáng dấp một thanh nữ cao lớn trưởng thành, nếu nhìn sơ, dễ nhầm tưởng hai mẹ con. Em bé của họ sinh ra nặng ba ký. Theo luật của Thiên Chúa giáo, con cái là phần thưởng của Thượng đế dành cho con người, ai phá thai hay dẫn đến những cái chết dưới nhiều hình thức khác nhau được xem là tuyên chiến với quyền độc tôn về thụ tạo của Thượng đế. Vì lý do đó, người ta phải giữ em bé này. Kết quả họ trở thành đôi cha mẹ trẻ nhất trong lịch sử loài người được thừa nhận bằng luật. Nếu nhìn vào tấm ảnh, cậu bé mười ba tuổi đó còn ngơ ngác vô cùng, chưa đủ tâm sinh lý để trở thành một người cha. Nhưng khi các tạp chí phỏng vấn thì cậu ta trả lời: *“Tôi tưởng làm cha khó lắm, đâu có ngờ làm cha cũng khá dễ dàng”*. Đó là công án mà các nhà giáo dục, làm luật, phụ huynh học sinh cần tự xem xét, cũng là tiếng chuông báo động buộc chúng ta không thể không quan tâm về việc hưởng thụ internet tại nhà của con em mình.

Trường hợp thứ hai, một cặp vợ chồng mười lăm tuổi vốn là bạn học của nhau, vừa sinh đôi hai bé gái vào ngày 20 tháng 2 năm 2009, sau bảy tháng mang thai. Do thiếu tháng

nên hai bé gái phải được nuôi dưỡng trong lồng kính. Đó là tiếng chuông báo động thứ hai xảy ra trên nước Anh. Có thể trên vũ trụ này đã xảy ra hàng trăm ngàn tình huống tương tự nhưng báo chí chưa biết, chưa đưa tin, hoặc vì phong tục tập quán mà người ta ém nhẹm đi.

*Thứ ba, quán tính thân.* Tính dục là nỗi ám ảnh lớn nhất với các chủng loại sinh vật. Theo đức Phật, nó là từ trường của sanh tử, là bản năng của đời sống đẩy con người vào quỹ đạo sống và chết. Kinh *Bốn mươi hai chương*, đức Phật nói, dù phải trèo non lội suối vượt đèo, đối diện trước hang hùm miệng sói, nhiều người cũng tình nguyện hy sinh để thỏa mãn tình yêu và chứng tỏ mình sống trọn vẹn vì nó. Lời tuyên bố của đức Phật hoàn toàn không quá đáng, vì chúng ta cũng từng nhiều lần chứng kiến những việc như thế diễn ra hằng ngày hằng giờ. Cho nên, ngoài phương diện nhận thức, quán bất tịnh, tìm nghệ thuật thay thế để quên nó thì theo đạo Phật, chúng ta phải quán tính thân rằng tất cả những người khác giới tính là cha mẹ, chú bác, cô dì để tránh lâm vào tình trạng đời sống hưởng thụ sai phương pháp và trước tuổi. Quán tính thân giúp năng lượng tính dục dù sôi sục, chúng ta vẫn phải kiềm chế.

Báo Công An đưa tin cách đây mấy tháng, tòa đã phán xử một giáo sư, về hưu bảy mươi hai tuổi, cưới một cô thiếu nữ mười bốn tuổi làm vợ bằng cách mua năm chục triệu đồng từ người mẹ ruột ba mươi lăm tuổi của cô thiếu nữ này. Cuộc thanh toán không sòng phẳng cho nên người mẹ ba mươi lăm tuổi đã thưa kiện. Cuối cùng ông giáo sư về hưu phải ngồi tù vì hành vi giao cấu với trẻ em vị thành niên.

Năng lượng tính dục khiến người ta quên đi tất cả, dù đó là giáo sư từng dạy cao học ở nhiều trường đại học tại thành

## 86 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

phố Hồ Chí Minh. Cho nên, quán tình thân rất có lợi. Hãy nhìn tất cả những người nữ là thím, dì, mẹ, bác gái, chị gái, em gái, cháu gái của mình; người nam là cha, ông, cậu, em trai, cháu trai... Đó là nghệ thuật để vượt qua.

*Thứ tư, nhận thức hạnh phúc của bản năng tính dục không phải là tất cả.* Rất nhiều người tuy độc thân vẫn không màng đến đời sống tình yêu hôn nhân và vẫn sống hạnh phúc với niềm vui nụ cười trong cuộc đời. Hãy bắt chước những người đó một phần hoặc nhiều phần, xem họ như sự tham khảo, đối chiếu cho bản thân.

Sự giáo dục và đào luyện từ góc độ đạo đức và tâm linh cho thấy không nên tin rằng số phận của mình là phải hưởng thụ nó, bằng không sẽ chết, ức chế, khủng hoảng, bế tắc... Một trong những phương pháp khác là phải quán chuyển đổi nó thành năng lượng của lòng từ bi để trở thành người cao thượng hơn, phụng sự cho rộng rãi đối tượng hơn, không còn phân biệt vợ chồng hay người tình của mình. Lòng thương yêu không bờ bến, không giới hạn đó phải là chất tố tột vời cho hạnh phúc tối thượng, hạnh phúc đó dù có vẻ đơn sơ giữa đời thường nhưng rất đáng trân trọng. Quán tưởng về những điều cao thượng, như ánh mặt trời chiếu soi không gian bao la vô tận, không phân biệt đối xử giúp chúng ta nhận thức sống làm sao ý nghĩa với cuộc đời, còn bản thân mình nếu có thiệt thòi cũng không hề hấn.

Nói chung, có rất nhiều phương pháp tu tập, quán tưởng để vượt qua tâm dục một cách thành công. Có nỗ lực, có con đường, có kết quả thì chúng không còn là nỗi ám ảnh mà là một thách đố để sự thành công của chúng ta có giá trị thiết thực và ý nghĩa hơn.

## Chương 4

# KHỔ ĐAU VÀ HẠNH PHÚC

(Tiểu Kinh Pháp Hành)

*Giảng Kinh Trung Bộ 45 tại Chùa Xá Lợi, 24-11- 2006*

Phiên tả: Liên Trần





## KHỔ ĐAU VÀ HẠNH PHÚC

Trong bài kinh này đức Phật phác họa khái quát bốn tình huống của “*khổ đau và hạnh phúc*” lệ thuộc hoàn toàn vào khuynh hướng tâm thành, khuynh hướng hành động của mỗi cá nhân theo khung thời gian của hiện tại và tương lai. Phác họa bốn tình huống “*khổ đau, hạnh phúc*” để xác lập niềm tin về nhân quả và các giá trị hành vi trong cuộc sống hàng ngày. Bài kinh gián tiếp trả lời câu hỏi “*Tại sao có nhiều tình huống làm xấu, làm ác mà không bị quả báo xấu ác ngay hiện tại, ngược lại có rất nhiều người làm việc thiện, việc lành lại phải lãnh lấy những biểu đạt của nhân quả toàn là bất hạnh?*”.

Có một số lẫn lộn giữa thiện ác, tốt xấu nên nhiều người không đủ niềm tin đã từ bỏ con đường sống đạo đức mà họ từng đi, vì nghĩ rằng nhân quả là một cái gì đó thuộc về định mệnh, được sự sắp đặt bởi Thượng đế hay thần linh nào đó. Quan niệm sai lầm này đã làm cho con người đánh mất phương hướng và đôi lúc làm giảm thiểu tư cách cũng như khuynh hướng đời sống thiện lành mà họ đã gieo trồng trong mấy mươi năm có mặt trên cuộc đời.

Khái niệm Pháp Hành trong kinh *Trung Bộ* đặc biệt bài kinh này được dịch từ tiếng Pali “*Dhamma Samadana*”, vì nghĩa không rõ của nó, nếu dịch sát nghĩa theo các bản Hán dịch là “*cách thức hành trì pháp*” thì sẽ gây khó hiểu. Khái niệm này nên được hiểu một cách đơn giản như là bốn khuynh hướng nỗ lực, nỗ lực cho đời sống thiện ích và nỗ lực cho một thiện ích bất kỳ. Các khuynh hướng đó dẫn đến thành quả. Nói cách khác, bản chất của thành quả đã nằm trong chiều kích của khuynh hướng. Mỗi khuynh hướng cho thấy bản chất của một loại hình nhân quả khác nhau và tính thời gian của nhân quả trên bản chất đó.



## 90 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Có rất nhiều quan điểm khác nhau khi đề cập đến “*khổ đau và hạnh phúc*”. Chúng ta tạm phân chia thành ba khuynh hướng nhận định về nhân quả.

Có khuynh hướng cho rằng: *Khổ và vui thuộc về quan niệm*. Khi ta nghĩ cái gì đó khổ thì nó trở thành khổ, cho nó là vui thì nó trở thành vui. “*Khổ và vui*” không có thước đo, không có cán cân phân định rõ ràng và bản chất của nó lệ thuộc vào quan điểm của cá nhân, văn hóa, phong tục tập quán, cộng đồng hay của các chính thể khác nhau.

Đặt giá trị của “*khổ và vui*” trên nền tảng của quan niệm rất thuận lợi nhưng cũng không ít bất lợi.

Thuận lợi là nếu một người có cá tính lạc quan yêu đời thì tất cả mọi việc xảy ra trong cuộc đời, họ không quan niệm như nỗi bất hạnh mà xem đó như những thách đố, những điều kiện tất yếu để rèn luyện đức tính, rèn luyện bản lĩnh, rèn luyện những năng lực đặc biệt, làm cho họ sung sức hơn. Quan niệm này làm cho đời sống dù khó khăn trở thành lợi lạc, dù bất hạnh trở thành hạnh phúc.

Chẳng hạn có nhiều Phật tử khi nghe con em mình phát tâm muốn xuất gia, chẳng những không cho mà còn bàn ra khiến con em nản lòng thối chí “*Đi tu làm gì? Vô chùa khổ lắm, ... hết đời hay sao mà vô chùa ở?*”. Một số người nhiệt tình đến độ trích dẫn một vài câu chuyện mà họ nghe đâu đó về các vị tu sĩ thiếu lập trường, vì gặp vài nghịch cảnh nhỏ nhỏ bỏ luôn cả đời tu. Nắm bắt những sự kiện như vậy, nhiều người mất hết niềm tin, lý tưởng cao đẹp, thay vì “*tu là cõi phúc*”, một số Phật tử lại cho rằng “*tu là khổ*”, từ đó không dám cho con cháu của mình đi tu.

Bất lợi khi quan niệm “*khổ và vui*” thuộc về cái nhìn cá nhân. Tiêu chí về khổ được đặt ra trên nền tảng không

được hưởng thụ, không được tự tung tự tác làm những gì mình thích mà phải đặt trong quy luật của đời sống đạo đức, của khuynh hướng tâm linh và của sự hành trì chuyển hóa. Những người có khuynh hướng như vậy cho rằng họ đang rơi vào cảnh trạng rất khổ đau.

Ai cũng có những giới hạn, muốn được hoàn thiện cần phải có sự hỗ trợ của đời sống đạo đức, của giới luật, của thân tâm, của những người đi trước v.v... Quan niệm đó làm cho con người cảm thấy hạnh phúc mỗi khi được ai nhắc nhở. Vì biết rất rõ mình không nhìn thấy được mình, như chiếc gương không thể tự nhìn thấy nó, nên mỗi khi nhận góp ý chân thành mà không cảm thấy tự ái, khổ đau. Đó là một trong những cách thức quan niệm “*khổ và vui*”.

Một gia đình gồm hai vợ chồng và một đứa con trai sống khá hạnh phúc. Buổi sáng nọ, người chồng thức dậy thấy con trai đang ăn sáng một mình, mẹ nó đã đi vắng. Ông loạng choạng mắt nhắm mắt mở sờ lên bàn và nắm lấy một lá thư. Ông dụi mắt vài cái rồi đọc, “*Anh ơi, hãy ăn sáng đi, em đi chợ nhé. Chúc anh một buổi sáng an lành*”. Người chồng rất đỗi ngạc nhiên trước cử chỉ quan tâm đặc biệt khác mọi ngày của vợ mình. Nhìn lên giường, ông thấy bộ quần áo vừa được ủi mới cẩu cạnh, giày đã được đánh bóng, đồ đạc trong nhà ngăn nắp một cách khác thường. Ông cố nhớ chuyện gì đã xảy ra tối hôm qua, nhưng vì tối qua quá say nên ông không tài nào nhớ được. Ông bèn hỏi con trai và được cậu bé kể lại: “*Khuya hôm qua ba về nhà với bộ dạng say mèm, nôn ói và làm vỡ đồ đạc khắp nhà. Mẹ đã phải dìu ba vào giường. Khi mẹ chăm sóc, cởi áo thay cho ba thì ba ngăn mẹ lại và nói: ‘Cô ơi, hãy tránh ra, tôi đã có vợ rồi!’*”. Đến đây, ông đã hiểu tâm trạng của vợ ông có lẽ vô cùng hạnh phúc khi nghe những lời nói chân thật từ trái tim vốn không dễ giấu

## 92 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

giếm trong trạng thái say xỉn. Người vợ mặc dù biết chồng mình có thói quen uống rượu sau khi tan sở, lẽ ra đối với rất nhiều gia đình tình trạng này sẽ mang lại nỗi khổ niềm đau, nhưng trong tình huống ở đây người vợ lại cảm thấy vô cùng hạnh phúc.

Quan niệm hạnh phúc trong tình huống này thuộc về cá nhân. Người ta cố gắng giữ vững một gia đình chung thủy, nhưng bản chất của hạnh phúc thật lại không nhiều, vì trong sinh hoạt, dòng cảm xúc của vợ và chồng không được chia sẻ, và con cái không được chăm sóc trong sự chia sẻ này. Trong tình huống câu chuyện, người chồng đi tìm khuynh hướng riêng cho mình. Ông nghĩ rằng chén rượu và những người bạn nhậu chính là nỗi niềm và đối tượng của hạnh phúc, còn vợ con và sinh hoạt gia đình chỉ là trách nhiệm hay nói cách khác là một gánh nặng. Quan niệm đó làm cho nhiều đàn ông không còn trách nhiệm với gia đình. Mỗi lần về đến nhà là cảm thấy đầu óc nặng nề, còn ra ngoài uống rượu với bạn bè thì lại cảm thấy thoải mái. Sai lầm trong quan niệm về “*khổ và vui*” đã dẫn đến sự mất phương hướng ở rất nhiều người. Trong khi đó, vừa là một người vợ đảm đang, và vừa là một người mẹ gương mẫu, thì bà vợ này đã quan niệm rằng nếu chồng mình không có những thói hư tật xấu ngoài nghiện rượu, bà vẫn có thể chiêm chước được. Vì thế bà làm tất cả mọi thứ cho ông, vì nghĩ rằng hạnh phúc lớn nhất của bà là được người chồng chung thủy.

Quan niệm cá nhân về hạnh phúc đôi lúc đẩy con người vào trạng thái không còn sự lựa chọn và tự an ủi rằng mình vẫn còn may mắn hơn những tình huống bi đát của gia đình khác. Sự an ủi để vượt qua cảm xúc khổ đau có thể là một phương pháp trị liệu giúp có được trạng thái tâm an, hay hạnh phúc nhất thời nhưng nó không phải là hạnh phúc thật.

## HẠNH PHÚC QUA KINH NGHIỆM

Có người cho rằng: *Hạnh phúc có thể được biểu đạt qua những kinh nghiệm.* Nói đến kinh nghiệm là nói đến cái gì thuộc phạm trù cá nhân, chỉ có ai nằm trong tình huống đó mới biết được bản chất thật của nó. Nhà Phật mô tả: “*Tương tự người uống nước mới biết nước nóng hay lạnh, mức độ của cái lạnh và cái nóng ra sao, người khác không thể nào cảm nhận đúng như bản chất mà sự nóng và lạnh đang diễn ra*”. Quan niệm “*khổ và vui*” thuộc về kinh nghiệm như thế. Dĩ nhiên nó có phần chủ quan ở chỗ tùy theo tình người mà quan niệm, và giá trị của quan niệm đó ảnh hưởng một mức độ có hạn tới con người.

Tuy nhiên, Kinh điển nhà Phật đặc biệt có bản kinh *Na Tiên Tỷ Kheo*, có đoạn nêu rõ: Không nhất thiết phải trải qua kinh nghiệm, con người vẫn có thể có được kiến thức về một vấn đề nhất định nào đó. Người ta có thể vận dụng những phương pháp diễn dịch, quy nạp, loại suy, tổng hợp để biết được một sự kiện khá chuẩn xác như người trong cuộc.

Na Tiên Tỷ Kheo hỏi nhà vua Di Lăng Đà rằng: “*Đại vương là người cầm cân nảy mực của một quốc gia. Mỗi khi đại vương ra hình phạt với một tử tội nào đó, làm thế nào Đại Vương biết được người tử tội đó rất khổ đau đến độ Đại Vương cho đó như bài học điển hình để thị uy với tất cả thần dân còn lại? Điều gì đã làm cho Đại Vương có một quan điểm để dẫn đến quyết định thị uy đó?*”.

Nhà Vua trả lời: “*Thưa đại đức, khi một tử tù được đưa ra pháp đình, cây đao xử trảm vừa chạm đến cổ, nếu quan sát chúng ta sẽ thấy mắt của người đó nhắm lại, cố gắng dùng hết sức lực đẩy nổi đầu và muốn phủ định nổi đầu đang hiện hữu. Khi đao đi hết đường lực của nó, đầu rơi khỏi cổ, cái chết bắt đầu xuất hiện, lúc đó ta sẽ thấy thân thể của người*

## 94 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

*từ từ giãy giụa, có khi anh ta bám hai tay vào gông cùm, cái bàn hay cái ghế để truyền nỗi đau qua vật mà mình đang có bên cạnh. Điều đó chứng tỏ người từ từ phóng thích nỗi đau qua cách thức biểu đạt của tiếng la hét, của mắt nhắm lại, của gương mặt nhăn nhó, của thân thể giãy giụa, của sự đập bàn xô ghế và bám víu vào cái gì đó, và người quan sát có thể biết chắc chắn được cái khổ đang diễn ra trong dòng cảm xúc của người này”.*

Đại đức Na Tiên lý giải: “Cũng vậy thưa đại vương, người đạt an vui hạnh phúc sẽ cảm nhận được chất liệu hạnh phúc của Niết Bàn như thế nào. Sự biểu đạt của ngôn ngữ, cách thức đi đứng nằm ngồi, sinh hoạt hàng ngày, ta thấy có cái gì đó rất thư thái khác biệt hoàn toàn với người giả tạo. Hạnh phúc của Niết Bàn và giá trị an lạc phải được thể hiện một cách thư thái tự nhiên, không có sự gắng gượng hay làm dáng nào cả. Do đó người quan sát có kinh nghiệm vẫn có thể biết được một nhà sư hay vị hành giả nào đó đã đạt được trạng thái an lạc thật sự hay không. Chỉ cần quan sát cách biểu đạt về ngôn ngữ, cơ thể di chuyển đi đứng, nằm, ngồi, cách giao tế sinh hoạt hàng ngày thì có thể biết được, nhất là trong tình huống mà người đó hoàn toàn không biết mình đang được để ý, quan sát”.

Bản chất của “hạnh phúc và khổ đau”, nếu nói rằng nó chỉ đơn thuần là chủ nghĩa kinh nghiệm thì không hẳn đúng. Có những cái thuộc về phán đoán trực quan, có thể cảm nhận bằng cái nhìn, sự suy nghĩ hoặc dựa vào biểu đạt của ngôn ngữ hay biểu đạt của thân thể mà người ta có thể diễn dịch, loại suy, quy nạp, tổng hợp để đi đến kết luận rằng người A, người B, người C đang vui hay đang buồn. Ví dụ, một câu thủ sút bóng vào khung thành của đối phương, hàng ngàn người vỗ tay, reo hò. Khắp nơi trên thế giới nếu đang theo

dõi trên màn ảnh nhỏ cũng đều vui mừng, có người không nén được đã chạy đến ôm tivi... Tóm lại, các cách biểu đạt này đi đến kết luận rất đơn giản rằng họ đang vui. Cũng trong tình huống đó, quan sát những người không có thiện cảm với đội banh vừa ghi bàn thắng, họ sẽ buồn lặng người. Niềm vui và nỗi buồn xuất hiện trên những gương mặt ở cùng thời điểm, cùng sân vận động, thậm chí trong cùng một ngôi nhà giữa cha con, vợ chồng, giữa những người thân với nhau, nếu có hai quan niệm khác nhau về sự đồng thuận và ủng hộ.

Khổ thuộc về cảm xúc, vui cũng thuộc về cảm xúc. Nói đến cảm xúc là nói đến cái gì đó vừa có quán tính của nghiệp, vừa có quán tính của văn hóa, quán tính của phong tục, và của đời sống cá nhân. Nó là một tập hợp của cái gì đó vừa chủ nghĩa kinh nghiệm, vừa những quan niệm, những quy luật thuộc về tổng hợp, diễn dịch, quy nạp, loại suy v.v... Cho nên nhà Phật nhận định đánh giá bản chất của khổ và vui trên mấu chốt của dòng cảm xúc. Nếu vận dụng mô hình toán học để biểu đạt thì cảm xúc có thể được diễn ra như một hình Sin với đường cong gợn sóng. Khi đường Sin lên đến mức độ cao nhất thì nó tạm được mặc định là bản chất của niềm vui. Đường Sin đi xuống độ cong thấp nhất, nó biểu đạt cho dòng cảm xúc khổ đau. Vậy bản chất của “*đường Sin cảm xúc khổ và vui*” này luôn luôn là đường biến thiên không bao giờ tồn tại mãi. Dòng cảm xúc này cứ thay đổi liên tục đến nỗi con người mãi miết chạy theo nó mà vẫn không theo đuổi kịp, nếu người đó có khuynh hướng lệ thuộc vào nó.

Xác quyết bản chất của “*khổ và vui*” gắn liền với dòng cảm xúc là để giúp các hành giả không lệ thuộc vào dòng cảm xúc, vì bản chất của dòng cảm xúc lệ thuộc rất nhiều vào tính điều kiện, môi trường, hoàn cảnh, người giao tế, thời

tiết, khí hậu. Tất cả những thứ đó tạo ra các duyên thuận và nghịch làm cho cảm xúc con người cũng trong tình huống đó có khi trở thành vui, có khi trở thành buồn.

Chẳng hạn kỳ thi giáo lý toàn thành phố Hồ Chí Minh vào ngày chủ nhật 17/09/2006 vừa qua tại hội trường Nhà Văn Hóa Phật Giáo TP.HCM có gần 1.500 thí sinh từ hai mươi mốt quận huyện tham dự, vui buồn lẫn lộn. Nhiều hành giả nghĩ rằng có mặt trong hội thi là một niềm vui, vì họ tự tin sau khi đã đạt điểm tiên tiến trở lên từ các hội thi cấp quận huyện cách đó hơn một tháng. Một số người khác đi thi với niềm ao ước giành giải quán quân, thủ khoa đem danh dự về cho chùa mình, lớp mình hay thầy mình. Kết quả không như ý, khiến các hành giả thất vọng, buồn bã và lảng trí. Một số thí sinh ra khỏi phòng thi biết chắc kết quả kỳ thi sẽ không chuẩn xác, vì chỉ có mấy chục giám khảo chấm khoảng ba nghìn bài thi nên mức độ may rủi và sai sót không thể tránh khỏi. Nhiều nhóm thí sinh tụ họp suy luận đánh giá đề thi kỳ này khó và rất nhiều bẫy. Hoặ một số nghi vấn đặt ra khi người học Phật từ năm đến mười năm chưa chắc làm đúng bằng những người nhỏ tuổi mới học Phật, phải chăng họ được hỗ trợ từ ô dù nào đó v.v...

Hàng loạt bình luận đánh giá bên lề cuộc thi, khổ và vui bắt đầu xuất hiện, dòng cảm xúc theo đó cũng dâng trào lên xuống. Nếu những thí sinh có mặt tại hội thi quan niệm rằng thi là cơ hội trải nghiệm kiến thức Phật pháp mình đã học, qua đó rút tía vài nét tinh hoa đưa vào đời sống thực tế, thì kết quả cao thấp không bao giờ khiến họ bận tâm. Họ chỉ đặt vấn đề tại sao mình trả lời sai câu hỏi đó, lẽ ra chịu khó suy nghĩ thì đâu bị rơi vào cái bẫy. Nhờ đúc rút kinh nghiệm, họ có thể học thêm kiến thức mới mà trước đây chưa từng học. Quan niệm đó là quan niệm cầu tiến trong tu học, cho nên kết

quả chỉ là thứ yếu. Do đó đỗ đạt điểm cao không làm họ vui, điểm không như ý cũng không bao giờ làm họ buồn lòng. Đó là quan niệm làm chủ được dòng cảm xúc của mình.

Mong sao cho tất cả những ai có dịp tham dự hội thi nên quan niệm như vậy, vì trong thi cử mức độ may rủi rất cao. Mỗi giám khảo chấm thi có thang điểm thống nhất riêng, năm bảy chục người chấm thi sẽ có đến năm bảy chục kiểu chấm, chưa kể tình huống các phòng thi Phật giáo không đúng với tiêu chuẩn của phòng thi, do thiếu phương tiện nên tổ chức trong chùa với khuôn viên chật hẹp. Thí sinh ngồi gần sát nhau dễ dàng nhìn sang trái, sang phải, phía trước, phía sau trao đổi bài. Số báo danh tuy được dán trên bàn, ghế nhưng nhiều thí sinh cũng không ngồi đúng số báo danh của mình mà ngồi theo nhóm. Cho nên một người học bài là cả những pháp hữu xung quanh đều làm được bài, không có gì tuyệt đối. Dĩ nhiên, khi tổ chức những hội thi như vậy, chư tôn đức của Ban tổ chức đều thấy rõ những giới hạn của phòng thi, những giới hạn về công việc tổ chức và xem rằng đây là phong trào vực dậy tinh thần học hỏi của người Phật tử vốn bị tắt lịm mấy mươi năm.

Trước đây, phong trào học Phật có mặt khắp các trường trung học Bồ Đề, và các trường đại học. Bên cạnh các nhà sư tri thức, còn có rất nhiều cư sĩ Phật tử tri thức dần thân vào xã hội trong các ngành nghề khác nhau. Họ có thể đem kiến thức từ các trường Phật học như một tôn chỉ để phục vụ văn hóa và dân tộc. Sau năm 1975, đất nước không có cơ hội này. Cho nên phong trào thi cử trong vòng hai năm qua là một nỗ lực rất đáng khích lệ của Ban hoàng pháp Trung ương và Ban hoàng pháp các tỉnh thành. Nó dẫn đến sự nỗ lực kế tiếp là sẽ thiết lập các trường giáo lý giành cho cư sĩ tại gia để giúp xã hội có thêm những thành phần tri thức đứng trên



## 98 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

nền tảng và tư tưởng nhà Phật. Dự kiến trường Đại học Phật giáo mà hiện nay vẫn còn danh xưng là Học Viện Phật Giáo Việt Nam tại TP.HCM vào năm 2008 sẽ tuyển sinh một cách rộng rãi cho các đối tượng là quần chúng Phật tử và không Phật tử, chứ không chỉ dành riêng cho đối tượng tăng ni. Dĩ nhiên bản chất của các lớp Phật học không hề muốn giới hạn trong phạm vi tu sĩ. Hy vọng trong tương lai chúng ta sẽ có rất nhiều người cư sĩ tri thức.

Vì vậy, trong những nỗ lực thi cử, thành công và thất bại không khéo sẽ trở thành hạnh phúc và khổ đau. Cứ xem mỗi cuộc thi là một cơ hội để được học hỏi thêm những giáo lý đã học hoặc chưa được học đến nơi đến chốn. Làm bài sai, chúng ta có cơ hội nhớ lâu nhớ dai hơn, còn khi làm đúng dễ dẫn đến tình trạng ỷ lại. Do đó quan niệm “*khổ và vui*” là một cảm xúc, con người có thể làm chủ được bản thân mình trong những tình huống thuận và nghịch khác nhau.

### HIỆN TẠI VUI, TƯƠNG LAI KHỔ

Khái niệm “*tương lai*” bao gồm những gì sẽ diễn ra khi con người có thể có thêm mấy mươi năm có mặt trên cuộc đời. Nó cũng có thể bao gồm luôn khái niệm chỉ đời sau, kiếp sau. Bản kinh đưa ra hai quan niệm chính về sự hưởng thụ năm dục:

*Quan niệm của một số Sa Môn và Bà La Môn có khuynh hướng hưởng thụ năm dục lạc và có tà ý khi nghĩ rằng không có lỗi gì trong sự hưởng thụ các dục.*

Khái niệm Sa môn và Bà La Môn trong bản kinh này ám chỉ cho tất cả thành phần tu sĩ. Sa môn trong thời đại đức Phật bao gồm ba thành phần chính: Những vị tu sĩ của Kỳ Na giáo; những vị tu sĩ có khuynh hướng của chủ nghĩa duy vật cổ sơ; và các vị Sa môn Thích tử, tức những người xuất gia theo đạo Phật.

Khái niệm Sa môn được sử dụng như thuật ngữ đánh dấu sự cách mạng về phương diện tư tưởng của hành trì tôn giáo khi các nhà chủ trương này đã công khai và chính thức không thừa nhận Phạm Thiên của Thượng đế là đấng sáng tạo. Họ cũng đã đồng lúc phủ định Kinh Điển Vệ Đà như là Thánh kinh mang lại chân lý bất di bất dịch. Họ cho rằng con người cần phải có những nỗ lực bản thân để tìm kiếm hạnh phúc cho riêng mình chứ không nên lệ thuộc thần linh. Nói cách khác, các tu sĩ Sa môn có khuynh hướng tự lực, trong khi các tu sĩ Bà La Môn lệ thuộc hoàn toàn vào truyền thống Kinh điển Vệ Đà và ân sủng của Thượng đế. Họ chấp nhận bốn giai cấp được an bày như bốn bánh xe tách biệt, đáp ứng cho các căn cơ khác nhau, làm cho bộ máy xã hội được vận hành như ý muốn. Dĩ nhiên, cách lý giải giai cấp như chức nghiệp cần thiết ứng với các sở trường. Nhìn bên ngoài của logic học có vẻ rất hợp lý, nhưng nhìn vào bên trong của giai cấp thống trị thì cách thức lý giải đó chỉ là một sự biện hộ để bênh vực cho quyền lợi của giai cấp thống trị là vua chúa và những người làm công tác tôn giáo Bà La Môn.

Mặc dù những vị Sa môn có khuynh hướng sống tự lực, nhưng cũng có rất nhiều người lại có khuynh hướng hưởng thụ năm dục lạc mà không nghĩ rằng nó có thể gây trở ngại cho sự tiến triển của đời sống tâm linh. Khái niệm trong Phật giáo, lạc là hạnh phúc, dục có thể hiểu theo hai nghĩa. Nghĩa một là Kamaa (hoạt động tính dục). Trong nghĩa một này thì “*dục lạc*” là hạnh phúc từ việc hưởng thụ tính dục. Nghĩa hai là Chandaa (ước muốn), dục là mong muốn. Hạnh phúc là sự thể hiện thành công những ước muốn, theo đuổi những mong mỏi, sống gia thât với người thương, đeo đuổi một chức nghiệp đúng sở trường, làm một công việc yêu thích. Đó được gọi là hạnh phúc đối

## 100 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

với rất nhiều người. Dù giới hạn trong ý nghĩa tính dục, dục lạc vẫn là cách sống đặt bản chất của hạnh phúc lên trên sự hưởng thụ những giá trị của sự khoái lạc. Nói cách khác, nếu không có chủ nghĩa hưởng thụ thì hạnh phúc đối với người ở thế gian không còn nữa.

Rất nhiều Phật tử tỏ ra lo sợ khi nghe con em muốn xuất gia “*Đi tu làm chi, vô chùa khổ lắm. Ăn chay nằm đất, bốn giờ sáng phải dậy công phu. Mỗi ngày phải tụng bốn thời kinh. Không được đến rạp xem phim, không được đi chơi đây đó, muốn làm gì cũng phải để ý để từ cho đúng khuôn phép, không gì khổ bằng*”. Người Phật tử nhận thấy Tam Bảo như viên ngọc quý, cúng dường hàng ngày hàng giờ với tất cả niềm tôn kính mà lại phát biểu “*đi tu là khổ*” như vậy chẳng lẽ việc cúng dường bấy lâu nay xuất phát từ tình cảm tội nghiệp người xuất gia sao? Khi phân tích ra, chúng ta sẽ thấy còn rất nhiều quan niệm chưa chuẩn. Trước nhất, người đi tu chẳng những không khổ mà còn rất sung sướng. Xét trên phương diện hài hước, đầu không tóc khỏi phải tốn tiền dầu gội, chống gàu, cắt tỉa tóc, chạy theo thời trang. Quanh năm chỉ hai ba bộ áo, rách lại may mới, giản tiện vô cùng. Ăn uống cũng đơn giản, mỗi bữa khoảng hai bát cơm là đủ. Thức ăn rau củ nhẹ nhàng. Giường chiếu đơn sơ nằm đâu cũng được, đi đâu cũng ngủ được, không bị lạ chỗ, không bị dị ứng mùi thời gian, không có những nỗi lo, nỗi buồn thì còn gì hạnh phúc bằng.

Đối với các vị Sa môn và Bà La Môn có khuynh hướng tà kiến sai lầm như vậy, thì sự hưởng thụ đối với năm dục lạc có thể là sự say đắm vào sắc, thanh, hương, vị và xúc.

**Sắc:** Say đắm vào sắc có thể làm cho vị tu sĩ có khuynh hướng mặc trang phục của người tại gia, sử dụng những trang sức phẩm và có đời sống sinh hoạt như một gia đình. Phần

lớn các tôn giáo xưa nay, trừ đạo Phật, ít nhiều gắn liền với khuynh hướng hưởng thụ sắc. Các tu sĩ để tóc, mặc áo đời để dễ hòa nhập. Khuynh hướng hòa nhập đó làm họ khó giữ được bản thân, vì khi không ai biết mình là tu sĩ, nếu không có sự đề cao cảnh giác và ý thức muốn chuyển hóa tâm linh thì họ dễ dàng bị sa ngã trong chủ nghĩa hưởng thụ.

*Thanh:* Đối với sự hưởng thụ thanh, một số các tu sĩ Bà La Môn, Sa môn có khuynh hướng thích nghe nhạc đời, nhạc tình, nghe âm thanh của phim ảnh v.v... mua casset loại đắt tiền. Họ không có khuynh hướng thích nhạc tôn giáo.

*Hương:* Sự hưởng thụ về hương bao gồm trang sức, nước hoa, xà phòng thơm, son phấn, nữ trang, hay ngọc ngà châu báu, san hô, hồ phách nói chung gọi là bầy báu, được sử dụng để làm đẹp cho cơ thể.

Tu sĩ các tôn giáo khác mặc sắc áo khác với áo hoại sắc giản dị của các nhà sư Phật giáo. Áo hoại sắc là loại áo có màu hỗn hợp giữa đen, nâu, xám. Vì đây là màu sắc cũ kỹ nên lâu bền hơn. Đức Phật khuyên các vị xuất gia nửa tháng chỉ nên tắm một lần. Sự thu hút giới tính còn nằm ở chỗ thân thể quá sạch sẽ và sang trọng. Có lý giải cho rằng: “*Ấn Độ xưa khan hiếm nước, cho nên đức Phật khuyên nửa tháng tắm một lần*”. Lý giải đó sai lầm, khu vực đức Phật hoằng pháp là Ma Kiệt Đà, trung tâm văn hóa lớn của Ấn Độ thời cổ đại, là một nơi rất trù phú, không có núi cao, nước rất đầy đủ. Đức Phật có dụng ý khi yêu cầu các vị xuất gia nửa tháng vệ sinh cá nhân một lần là để ngăn chặn khuynh hướng hưởng thụ hương sắc. Lúc đó người xuất gia cảm thấy mình trở thành một vị thanh bần lạc đạo nhẹ nhàng, thư thái trong cái giản đơn mà có giá trị thanh cao về phương diện đạo đức. Vì vậy, đánh giá tu sĩ Phật giáo dựa trên hình thức sẽ có thể dẫn tới sự sai lầm.

## 102 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

*Vị*: Sự hưởng thụ về vị liên hệ đến văn hóa ăn uống, cao lương mỹ vị hay những loại có chất bổ v.v... Ăn uống gắn liền với cá tính và nhu cầu cảm xúc. Người có loại cảm xúc nào thường thích ăn những loại thực phẩm ứng với cảm xúc đó. Thí dụ người lao động tay chân và những ngành thể thao, nhu cầu ăn uống của họ phần lớn là thực phẩm mặn, ăn rất nhiều thịt và cá để tăng lượng Calogies, giúp họ có thể đáp ứng được nhu cầu cơ bắp và các công việc liên hệ đến cơ bắp.

Có thể dựa vào những loại hình thực phẩm được chọn để biết được văn hóa tâm linh của người đó. Thực phẩm cũng có thể là trở ngại cho sự tu tập. Ngũ vị tân: Hành, hẹ, tỏi, nén, hương cừ được giới luật của nhà Phật Trung Hoa yêu cầu không nên sử dụng, đặc biệt đối với các giới tử thọ giới Bồ Tát, thọ giới Tỳ Kheo. Các vị tổ Trung Hoa giải thích “*Mỗi giới phẩm có năm vị thần hộ pháp theo bảo hộ. Sự tiêu thụ các loại ngũ vị tân sẽ làm cho cơ thể hôi hám, các thần không hộ vệ nữa*”. Rất nhiều người muốn có sự bảo hộ trên con đường tu tập nên từ bỏ chúng. Thực ra đó chỉ là phương tiện.

Bản chất của “*ngũ vị tân*” là thực đơn của thần tình ái, vì yếu tố kích thích hoocmon trong chúng rất cao. Đức Phật khuyên người xuất gia không nên sử dụng để giảm thiểu năng lực hoocmon, làm cho dòng cảm xúc không đòi hỏi như những người tại gia.

*Xúc*: Hưởng thụ về xúc có thể là những cơn nghiện hoặc những thói quen về sự ôm ấp, âu yếm như bước đầu của tình yêu. Đức Phật khuyên người xuất gia phải chuyển hóa phương diện này. Ngài nêu rõ, đối với những vị Sa môn và Bà La Môn có tà kiến cho rằng không có bất cứ trở ngại gì đối với sự hưởng thụ các dục. Từ đó họ hưởng thụ như người tại gia. Hiện đời họ vui trong hưởng thụ, nhưng tương lai gần

hay xa, đời này hay kiếp sau, sự hưởng thụ trong mấy mươi năm với hình thức tu sĩ sẽ làm cho họ phải trả báo vì mang vác nợ của đàn na tín thí cúng dường.

Các vị Tổ Trung Hoa dùng hình ảnh “*mang lông đội sừng*” để đền đáp công ơn của đàn na tín thí đối với những người xuất gia Phật giáo. Ngoài ra các Tổ còn dùng hình ảnh ẩn dụ khác rằng những người xuất gia khi nhận phẩm vật cúng dường của đàn na tín thí hãy quan niệm mình như viên đá mài. Sự cúng dường phát tâm với lòng tôn kính của người tại gia như lưỡi dao hay vật liệu kim loại đang cần sự sắc bén. Mỗi lần cúng, họ có cơ hội mài con dao hay kim loại đó lên viên đá mài của ta, dao và các dụng cụ kim loại đó sẽ được sắc bén, còn viên đá mài sẽ mòn dần.

Chính vì thế, đức Phật khuyên người xuất gia phải tu tập tốt, học Phật vững để giúp người tại gia vượt qua những khó khăn. Một bên hỗ trợ vật thực, bên kia hỗ trợ phương diện tinh thần và tâm linh. Sự giao hoán trong tình huống này làm cho cả hai bên được lợi lạc, cả hai trở thành chuyên môn. Người tại gia giỏi kinh tế, người xuất gia giỏi tâm linh, hai bên hỗ trợ nhau và không bên nào nợ bên nào. Đó là một sự bù trừ. Nếu không được như vậy thì phải trả những sự vay mượn, mặc dù dưới hình thức cung kính và cúng dường. Quan niệm này giúp tu sĩ có đời sống hành trì tốt hơn, tích cực hơn và rất “*dè xén*” phước báu khi phải sử dụng nó, nhờ đó kết quả tu tập sẽ đạt được.

Quan niệm của người cư sĩ tại gia đắm nhiễm vào trong sự hưởng thụ các dục lạc và cho rằng đó là bản chất của hạnh phúc, họ vui trước mắt nhưng trong tương lai thì nỗi khổ đang chào đón.

Theo tinh thần nhà Phật, hạnh phúc thuộc về cảm xúc. Thấy điều nào đó thích hợp thì nó sẽ là hạnh phúc, còn thấy

## 104 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

điều đó không thích hợp thì nó có thể trở ngại. Hiện tại là khổ, vì nhiều người nghĩ rằng hưởng thụ là hạnh phúc, chính vì thế để hưởng thụ họ sẵn sàng làm tất cả mọi thứ bất chấp luật pháp và lương tâm, và đặc biệt khi có quan niệm tà kiến cho rằng không có lỗi lầm gì trong sự hưởng thụ các dục lạc. Dĩ nhiên, đối với người tại gia, việc hưởng thụ dục lạc theo tinh thần pháp luật và lương tâm cho phép dưới khuyến hướng của nhân quả là không có lỗi. Họ không có nhu cầu trở thành nhân vật Thánh, không có nhu cầu trở thành những bậc tầm vóc về tâm linh. Họ chỉ cần có hạnh phúc, những ước mơ được thực hiện, một mái ấm gia đình, một nghề ổn định, có bạn hữu, các phương tiện vui chơi giải trí. Sự hưởng thụ đối với họ chẳng những được mà còn phải xem như những nhu cầu không thể thiếu.

Sự hưởng thụ năm dục lạc của người tại gia có thể dựa vào những lỗi hỏng pháp luật. Nhờ sự hỗ trợ từ quyền lực, địa vị hay sự khéo che đậy một cách thuận duyên, nên kết quả xấu của họ không trở ở hiện tại khiến nhiều người khác bất mãn trước tình trạng người làm điều xấu lại hạnh phúc, còn người liêm chính thì lại khổ đau. Họ không biết rằng quy luật nhân quả lệ thuộc rất nhiều vào duyên. Trong tình huống này, người ta đã dùng những duyên tích cực để che đậy, cái xấu chưa có dịp trở ngay trong hiện tại mà trở ở đời sau, ở cuối cuộc đời, cuối sự nghiệp khi các phước lực đã được sử dụng một cách mòn mỏi và khô kiệt.

Sự kiện cuộc đảo chính năm 2006 diễn ra tại thủ đô Bangkok trong khi Thủ tướng Thái Lan Thaksin đang dự cuộc họp của Liên Hiệp Quốc tại New York, Hoa Kỳ, đã làm ông phải lưu vong qua Anh. Các Bộ trưởng và đoàn tùy tùng của ông cũng lưu vong theo. Cái gì đã tạo ra những biến cố đó? Đứng về góc độ phân tích nhân quả theo

nội dung của tình huống thứ nhất là “*hiện tại vui và tương lai khổ*”. Mấu chốt của cuộc đảo chính nằm ở chỗ cách đây gần năm năm, thủ tướng Thaksin đã lấy quyền Thủ Tướng của mình làm cho thương vụ buôn bán giữa ông và một công ty Singapore với tổng giá bán gần hai tỷ đô la nhưng không đóng thuế một đồng nào. Khi các Đảng đối lập phát hiện một Thủ Tướng thuộc hàng tỷ phú giàu nhất ở Thái Lan lại là người trốn thuế, trong khi các thường dân khác phải đóng thuế, nên họ đã kích người dân chống ông. Từ đó, cuộc khủng hoảng về chính trị ở Thái Lan đã diễn ra từ năm 2005 đến 2006, và kết thúc là cuộc đảo chính.

Khi đang tại vị ở vai trò lãnh đạo thì sai sót của người đó có thể được bung bít, che đậy. Tòa án tối cao cũng không dám đụng vào. Nhưng khi cái thể hết thì đó cũng là dấu hiệu phước bắt đầu giảm. Các yếu tố che đậy lúc bấy giờ không còn đủ sức giữ lại những sai lầm đã gây ra. Người đó sẽ phải đối diện trước pháp luật.

Những người làm nghề đồ tể trong mấy mươi năm có thể kiếm rất nhiều tiền. Nhưng khi về già họ bắt đầu ngã bệnh, họ thường bị ảo giác những gia súc bị giết xuất hiện lờn vờn như để đòi mạng. Nghe âm thanh của các loài vật bị chết, thấy hình tượng chúng đòi trả thù làm cho những người này khủng hoảng và khổ đau nghiêm trọng. Nhiều người tru như heo, thay vì đau và rên khóc. Họ thường có những tiếng rên, tiếng tru y hệt loài vật mà trước đây họ đã từng giết và sát hại hàng ngày. Đến giờ phút cuối của cuộc đời, khi nghiệp xấu dâng cao độ thì người đó sẽ nhận lãnh tất cả.

Có những nhân gieo ở hiện tại mà cuối cuộc đời hoặc đời sau mới gánh lấy hậu quả. Phân tích về điều này, đức Phật đã trực tiếp trả lời cho rất nhiều người có nỗi do dự “*Tại sao*



## 106 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

*suốt cuộc đời làm lành mà không lãnh được quả báo tốt, ngược lại có những người làm xấu mà sống nhơn nhơ?”*

### HIỆN TẠI KHỔ, TƯƠNG LAI KHỔ

Bản văn nêu, nhiều hành giả tự hành khổ bản thân ở đời này và kết quả đời sau họ tiếp tục bị khổ. Đức Phật đưa ra hai trường hợp:

1. *Các hành giả tu theo hạnh lửa thề.* Họ không mặc áo, phải chịu đựng cái nóng lạnh của khí hậu và thời tiết vốn rất khắc nghiệt tại miền bắc Ấn Độ. Mùa đông, nhiệt độ có thể xuống 0°C, mùa hè có thể từ 43°C đến 47°C, không hề sử dụng bất kì phương tiện làm mát hay làm ấm, họ cho việc trở về với trạng thái vi úy là cách thức đạt được hạnh phúc và thể hiện đúng bản chất của con người, còn tất cả những loại ăn mặc, cư xử chỉ làm cho con người bị đắm nhiễm trong sự hưởng thụ các khoái lạc.

Bản chất của các nhà tu sĩ lửa thề đều là những người hành trì nghiêm túc, họ không màng đến khoái lạc giác quan, cũng không màng đến những hạnh phúc của trần đời. Họ có nhu cầu tìm kiếm những giá trị tâm linh cao. Nhưng bất hạnh thay, họ rơi vào một phương pháp sai lầm, cho nên hiện đời mấy mươi năm hành trì, họ tự dày đọa thân thể. Đức Phật đã nhận định, *“Đó là không thể hiện lòng từ bi với thân”*. Vào mùa lạnh xuống đến 0°C, vào lúc năm giờ khuya, các vị tu sĩ lửa thề này xuống sông Hằng tắm để mong rửa hết tất cả những trần uế của thế gian. Trần uế đâu chưa thấy rửa sạch, ngược lại sau này họ đều nhiễm chứng bệnh thấp khớp và nhiều chứng bệnh nguy hiểm khác.

Tại Ấn Độ, cho đến bây giờ vẫn còn truyền thống tu tập theo lửa thề này. Họ nghĩ rằng đó là phương pháp tu tập đúng. Đức Phật nói *“Ai nỗ lực tu tập suốt cả cuộc đời khổ*

*hạnh ép xác như vậy thì kết quả nếu tái sinh trong đời sau cũng trở thành một người nghèo khổ, nhân nào quả nấy... Nếu tu hạnh con bò thì đời sau sẽ thành con bò. Nếu tu hạnh con chó, đời sau sẽ thành con chó. Người có miệng không nói, quả tối đa là câm”.*

Người Phật tử cũng không nên tịnh khẩu theo kiểu không nói. Có miệng là để nói những gì chân chính, tuyên ngôn những gì có lợi, truyền bá những gì có ích, khuyến tấn giúp người khác vượt dậy từ nỗi khổ niềm đau. Bốn mươi chín năm hoằng pháp của đức Phật là bốn mươi chín năm nói. Ngài nói rất nhiều, cả mấy vạn bài kinh. Không một nhà giáo chủ tâm linh nào đã nhiệt tình nói nhiều như thế, vì ngài thấy được rằng con người có năng lực truyền thông bằng ngôn ngữ vượt trội hơn tất cả các loài động vật khác. Dĩ nhiên, thỉnh thoảng khi bắt đầu thực tập thiền, người ta có khuynh hướng lập cư và do đó sự giao tế xã hội bằng ngôn ngữ sẽ được giảm thiểu khá nhiều trong suốt thời gian tu tập.

Khi đó nỗi khổ niềm đau, theo quan niệm nhà Phật là không nên đi nói đầu này, góp ý đầu kia, chia rẽ đầu nọ. Đức Phật nói làm như thế là mang lửa nhà mình đốt cháy sự an tịnh và hạnh phúc ở những người khác. Hãy bình tĩnh tìm gốc rễ vấn đề để chuyển hóa nó. Chia sẻ tâm sự với nhiều người chẳng những không có lợi mà đôi lúc còn có hại cho chính bản thân. Dĩ nhiên, việc tâm sự với những người bạn tâm đắc cũng có tác dụng giúp vượt qua được nỗi khổ niềm đau.

Ngày nay có những dịch vụ tư vấn tâm lý rất hữu ích. Chúng ta có thể đến chia sẻ mà yên tâm rằng họ có chính sách bảo mật và tuyên thệ bảo mật đời sống riêng tư của khách hàng. Còn chia sẻ tâm sự một cách vô tội vạ, chẳng những họ không giúp được chúng ta mà có thể họ tuyên truyền lung tung, làm sự việc trở nên căng thẳng và phức tạp hơn.

## 108 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

2. *Những người sống với tà kiến và tà giới.* Tà kiến là những cái nhìn sai lầm về bản chất của nhân quả, bản chất của cuộc đời, không nhìn thấy nó liên hệ đến vô thường, vô ngã; đến những cái nhìn cho rằng vũ trụ này được Thượng đế tạo ra, con người có mặt như một vận mệnh không thể nào vùng vẫy khỏi. Tất cả những quan niệm định mệnh, ngẫu nhiên, vô cơ đều thuộc về tà kiến.

Sự hành trì của người có quan niệm tà kiến gọi là tà giới. Giới là sự hành trì đạo đức. Sự hành trì đó không phục vụ cho giá trị hạnh phúc, chẳng hạn như tu lỏa thể, tu hạnh con bò, hạnh con chó, tu á khẩu, hay tu những hạnh về mê tín dị đoan, thờ thần mặt trời, thờ lửa, thờ rắn, thờ bò, thờ các loài gia súc, thờ các biểu tượng vật linh v.v... Tất cả đều thuộc về tà kiến và tà giới.

Trong năm 2006, báo chí trên thế giới đã đưa tin thủ lĩnh một giáo phái mới ở Nhật Bản vừa bị tuyên án tử hình. Vị thủ lĩnh này cho rằng ngày tận thế đã đến và khuyên người khác tự tử để tìm kiếm con đường hạnh phúc. Ông từng đến một ngôi nhà gồm mười hai thành viên. Sau khi ông ra về, mười hai thành viên đó cùng đốt nhà tự tử. Sau đó làn sóng tự tử diễn ra rất nghiêm trọng trong vòng một thập niên. Đến năm 2006, người ta tuyên án tử hình ông, nhân vật tà kiến dẫn đến tà hạnh. Quan niệm sai lầm về pháp môn hành trì dẫn đến sự hành trì rất sai lầm kéo theo nỗi khổ niềm đau. Cho nên hiện tại khổ, tương lai cũng khổ, không đạt được kết quả nào.

### HIỆN TẠI KHỔ, TƯƠNG LAI VUI

Nhiều người mới sinh ra có những hạt giống của lòng tham, lòng sân và lòng si, nhưng họ ý thức được những giới hạn nên nỗ lực hành trì để chuyển hóa. Kết quả là họ

chuyển hóa được nỗi khổ niềm đau. Tất cả những vị xuất gia đều ít nhiều ảnh hưởng tập quán trước khi tu còn chưa tốt, và đã nỗ lực chuyển hóa. Có người thành công, người thất bại. Người thế gian cũng vậy, mặc dù được giáo dục, huấn luyện trong môi trường tốt vẫn có thể phạm sai lầm, bởi vì bản tính, hay nói theo cách nhà Phật rằng các hạt giống xấu trong quá khứ của họ còn quá nhiều. Năng lực mới của giáo dục chưa đủ sức tẩy rửa nhận thức họ, nên họ vẫn thể hiện những điều xấu.

Hiểu được điều này để không phê bình, chỉ trích bất cứ ai mà ngược lại cảm thông trước giới hạn của con người. Hễ còn là phàm phu thì còn có những giới hạn và sự sai lầm là thuộc tính phàm phu. Ở hiện tại, ai có những giới hạn chưa bằng những người khác trong các lĩnh vực thành công thì hãy nỗ lực, đừng chán nản, đừng ganh tỵ, đừng mặc cảm, tự ti. Hãy nỗ lực thật nhiều, phấn đấu thật nhiều, kết quả sẽ như ý muốn. Còn mặc cảm, tự ti chỉ làm cho tiềm năng ngày càng chết đi. Ganh tỵ, ghen ghét sẽ mất phước báu. gương mặt người ghen tỵ thường không bao giờ đẹp được, họ luôn già trước tuổi, vì nỗi đau lúc nào cũng đè nặng lên não.

Trong khuynh hướng “*Hiện tại khổ, tương lai vui*”, quy luật nhân quả được diễn ra theo tiến trình của thời gian. Có những hạt giống gieo tốt ở hiện tại nhưng nó đòi hỏi ba mươi năm sau hoặc nhiều đời sau mới trở quả. Sự trở quả nhanh hay chậm lệ thuộc rất nhiều vào duyên. Cả cuộc đời hành thiện, nhưng quá khứ làm điều bất lương, hạt giống xấu quá nhiều, giành giật vai trò vị trí nên những điều thiện chưa có cơ hội trở quả.

Kinh *Tăng Chi*, đức Phật đưa ra một ẩn dụ, nếu chúng ta quấy một muỗng đường vào ly nước nhỏ, khi uống, ta có cảm giác nước rất ngọt. Cũng muỗng đường đó, ta bỏ vào thau nước, với dung tích gấp trăm lần ly nước này, thì chắc chắn

## 110 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

rằng vị ngọt trước đó không còn nữa, có chăng cũng chỉ là vị ngọt lờ lợ. Nếu khuấy muối đường này vào nước biển, vị mặn của biển sẽ làm mất tính chất ngọt trong nước. Muối đường đó chỉ có thể tạo vị ngọt trong dòng nước trong vốn không mùi vị.

Cũng vậy, nếu từ nhiều kiếp, một người nào đó vốn trong trắng như ly nước khoáng thì quả của việc làm thiện ở đời này sẽ được trở theo kiểu “*sáng làm chiều có*”. Nhưng nếu từ nhiều kiếp, người ấy tạo nhiều sai trái, “*thìa đường*” của việc thiện kia không đủ sức mang “*vị ngọt*” phước báu đến ngay trong hiện tại. Hãy quan niệm rằng, những việc tạo phước chưa trở quả như khoản tiền đầu tư tiết kiệm, sẽ được sử dụng trong tương lai. Việc phước thiện đem lại quả phước nhanh, hưởng hết quả phước ấy sẽ chẳng còn gì.

Quan niệm như vậy để không bị rơi vào trạng thái mỗi mòn chờ đợi dẫn đến thất vọng. Các nỗ lực không nhất thiết phải mang thành quả theo chiều kích thời gian mong đợi, mà bản chất của kết quả tỉ lệ thuận với tổng số lượng các duyên, giữa tốt và xấu ở hiện tại và quá khứ. Hãy hiểu rằng khi có cơ hội làm việc thiện, con người lại tăng thêm một phần giá trị và tránh được vòng nghiệp xấu ác. Dù quả có trở ở đời sau hay không không quan trọng, quan trọng là trở thành một người có tư cách đạo đức.

### HIỆN TẠI VUI, TƯƠNG LAI VUI

Kinh Phật đưa ra tình huống rất nhiều người do tu tập nhiều đời nhiều kiếp, khi sinh ra, các năng lực của hạt giống thiện, căn tu có sẵn nên lòng tham, lòng sân, lòng si không nhiều. Nếu họ sinh ra trong môi trường tốt, phát triển đời sống tâm linh, dù không đi tu thì cũng trở thành những người gương mẫu trong xã hội, làm rất nhiều việc, dần thân phục vụ

mà không hề kể công, ý lại hay thỏa mãn tự hào. Họ trở thành con người hoàn toàn vô ngã với tấm lòng rất bao la.

Đối với lòng tham: Hành giả luôn theo khuynh hướng “*y vũ bất năng khuất*”, dù bị cưỡng bức, bị hăm dọa, dù cho cái chết trước mắt, họ cũng không sợ hãi, đầu hàng để rơi vào chủ nghĩa hưởng thụ.

Đối với lòng sân: Họ không bao giờ kích động khi bị người nói xấu, phê bình, chỉ trích, hay nhận định đánh giá không thiện chí. Đức Thế Tôn quan niệm rằng “*không có chỗ để nhận những phần quà của lòng sân, thì người mang quà đến tặng phải tự đem về*”. Về thân nhiên, dửng dưng, không phản ứng sẽ làm đối phương cạn hứng. Nổi nóng là tự rơi vào bẫy. Càng thể hiện sự giận dữ là càng sai lầm.

Đối với lòng si: Hành giả có khuynh hướng sáng suốt trong mọi nhận định đánh giá để giải quyết vấn đề. Vấn đề khi giải quyết không bao giờ kéo theo sự nuối tiếc, thất vọng, vì nó đều mang lại kết quả như ý. Đức Phật nói, bên cạnh những hạt giống như là tiềm năng về điều thiện, điều tốt, điều tăng ích, họ còn có những sở trường về các ngành nghề trong xã hội, có nhiều năng lực đặc biệt mà không cần phải vất vả như những người khác. Họ học một hiểu mười, thậm chí là không học vẫn hiểu, nhưng họ không thỏa mãn và dừng lại ở những thành quả đó mà nỗ lực học thêm, học mãi.

Đối với những vị tu tập, ngoài những khuynh hướng thiện ích về đời sống tâm linh, họ còn có khuynh hướng nỗ lực liả và buông xả tất cả các hoạt động tính dục và những khuynh hướng hưởng thụ dục. Họ thường không bao giờ rơi vào khuynh hướng làm điều xấu, điều tội lỗi, dù bị cưỡng bức hay cám dỗ. Họ tu tập về thiên, dần thân hành trì chuyên hóa cảm xúc để làm cho các thú vui không ảnh hưởng. Họ có thể lắng tâm vào niềm vui

## 112 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

của chánh pháp, niềm vui của thiên định, niềm vui của hành trì, niềm vui chuyển hóa, niềm vui của từ thiện, niềm vui của dẫn thân phục vụ. Nói chung là thay thế bản tính của niềm vui đó bằng những niềm vui cao thượng hơn, có ý nghĩa hơn để những sự hưởng thụ thông thường không còn dịp chinh phục. Cuối cùng, khi đạt được trạng thái thiền, vắng bật mọi ý niệm của “*khổ và vui*”, không còn những loạn và động trước mọi tình huống khác nhau, họ thân nhiên, vô tư và không còn chao đảo với mọi biến cố thịnh suy, thành bại, hơn thua của cuộc đời. Đạt được trạng thái như vậy, giá trị của an vui hạnh phúc sẽ có mặt. Cho nên, là những người đã có năng lực tích cực, việc tu tập sẽ có kết quả lâu dài hơn.

Nhiều người khi được khuyến khích xuất gia lại phân vân không biết mình có căn tu hay không. Nghĩ rằng có căn mới đi tu sẽ không bao giờ tu được. Có căn nghĩa là có gốc rễ, có hạt giống, có tiềm năng, có năng khiếu, tu sẽ dễ. Nhưng người chưa có căn dĩ nhiên nếu nỗ lực vẫn đạt được kết quả tương đương. Quan niệm sai lầm rằng “phải có căn mới tu” nên khi tu tập gặp những khó khăn, người ta dễ dàng quy kết vì không có căn tu. Thay vì nỗ lực để thành công, họ chọn giải pháp ra đời. Thực tế phần lớn người xuất gia ở tuổi thanh niên có kiến thức, trình độ, nghề nghiệp lương bổng ổn định, nhưng không màng đến, họ phát tâm xuất gia và tu bền, làm nhiều Phật sự hơn những vị xuất gia từ bé, chưa biết gì về thế gian. Vì khi xuất gia ở tuổi thanh niên, họ đi bằng lý tưởng, bằng nhận thức sáng suốt, đi bằng ý thức tự giác, do đó khi đã không màng những cám dỗ thế gian thì sự nỗ lực tu tập của họ đạt mức độ cao hơn. Đối với những vị xuất gia ở tuổi ấu niên, dĩ nhiên cơ hội làm điều xấu không nhiều, vì sống trong chùa từ nhỏ, nhưng nhờ căn ở đời trước là một tu sĩ nên họ có mặt trên cuộc đời tiếp tục với hình thức một tu sĩ. Hạt

giống đó cứ bình bình và kéo dài, họ trở thành những người hiền lành, đạo mạo trong tu tập, nhưng những đóng góp hiếm khi xuất chúng. Hòa thượng Thiện Hoa tu từ nhỏ, ba tuổi đã vào chùa, sau này ngài trở thành vị đại sư trong phong trào chấn hưng Phật giáo. Hiếm tìm thấy một vị tương tự.

Như vậy, ở hiện tại gieo trồng những hạt giống tốt thì đời sau sẽ có những kết quả an lành. Ở hiện tại đã có sẵn những tiềm năng tốt, cũng không nên cảm thấy hài lòng, hãy nỗ lực phát triển nhiều hơn để kết quả tốt ngày càng gia tăng.

Trong tình huống thứ ba và tình huống thứ tư, gián tiếp giải thích cho câu hỏi “*Tại sao suốt cuộc đời làm lành mà cuộc đời lại gặp quá nhiều gian truân thử thách?*”. Sự phân tích về bốn tình huống nhân quả: “*Hiện tại vui, đời sau khổ*”, “*Hiện tại khổ, đời sau vui*”, “*Hiện tại khổ, đời sau khổ*”, “*Hiện tại vui, đời sau vui*”, cho thấy rằng mọi thứ khổ và vui, hạnh phúc và bất hạnh đều thuộc vào nỗ lực của từng cá nhân. Hay nói cách khác, bản chất của nhân quả lệ thuộc vào hành vi của mỗi con người. Không có Thần linh, Thượng đế nào có thể chứng giám, can thiệp. Mỗi người định đoạt, phác thảo, đạo diễn và gánh lấy. Kinh *Địa Tạng*, đức Phật nói đầu cho là thân thuộc với nhau như cha mẹ có muốn chịu khổ cho con cái thì cũng không thể nào chịu khổ cho nhau. Bản chất của nhân quả là vậy. Bài kinh mặc dù rất ngắn, nhưng nêu rõ cái nhìn và niềm tin bất thoái về nhân quả, làm cho hành giả không bao giờ có những hoài nghi về những việc làm tốt hoặc hậu quả xấu của một việc làm không lành ở hiện tại. Tất cả đều có tuổi thọ ngắn và dài, lệ thuộc rất nhiều vào yếu tố của duyên.





## Chương 5

# TỐI THƯỢNG VÀ HẠNH PHÚC NHẤT

(Kinh Thiện Sanh Ưu Đà Di)

*Giảng Kinh Trung Bộ 79 tại chùa Xá Lợi, ngày 07-10-2007*

Phiên tả: Đồng Quang





## SƠ LƯỢC CHỦ ĐỀ KINH

Chủ đề chính của bài kinh gồm hai nội dung: *tối thượng* và *hạnh phúc nhất*. Bài kinh xoay quanh cuộc đối thoại giữa hai nhà tâm linh: đức Phật, bậc đạo sư tâm linh của đạo giác ngộ; và du sĩ thiện sanh Ưu-đà-di, một nhà tâm linh của truyền thống Sa môn. Cuộc đàm đạo diễn ra trước sự chứng kiến của tất cả tín đồ du sĩ Ưu-đà-di.

Thông qua cuộc đàm đạo, đức Phật đã xác định rằng người được mệnh danh đạt “*nhất thế trī*”, nghĩa là có được trình độ toàn trí trong lúc thức và ngủ, theo sự tôn xưng và thần tượng hóa của dân gian không bằng một phần mười giá trị người hiểu đạo lý nhân quả và duyên khởi.

Nội dung thứ hai, đó là sự khác biệt quan điểm của đạo Phật và Sa môn về con đường dẫn đến hạnh phúc nhất. Sa môn cho rằng, con đường hạnh phúc nhất là sự chấm dứt tất cả những hành vi phi đạo đức, hay nói cách khác, con đường đạo đức là con đường hạnh phúc nhất. Trong khi đó, đức Phật lại xác định rằng, con đường đạo đức chỉ là một phần bắt đầu rất quan trọng và nền tảng, chứ không phải là tất cả của con đường hạnh phúc, do đó những hành giả trên con đường tâm linh bên cạnh việc hoàn tất các giá trị đạo đức bản thân, cần phải hoàn tất luôn các giá trị thiên định. Đó là hai nội dung căn bản được nêu ra trong bài kinh này.

Từ bài kinh thứ 75 trở đi, chúng ta thấy có sự đồng nhất về lối dẫn nhập vào nội dung bằng những cuộc đối thoại. Đặc biệt, những cuộc biện luận về tất cả các vấn đề thế sự một cách sôi nổi bỗng dừng lại khi đức Phật có mặt để mở đầu cho cuộc đàm đạo giữa đức Phật và các vị du sĩ diễn ra. Từ đó chúng ta gián tiếp nhận biết rằng các nhà du sĩ ngoại đạo theo truyền thống Sa môn có tinh thần tôn trọng những gì thuộc về tôn giáo ở mức độ

## 118 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

khá cao. Điều họ được học từ truyền thống của mình và những gì nghe đồn đại từ truyền thống tâm linh của đạo Phật có những điểm tương đồng nhưng cũng có những điểm dị biệt. Tuy nhiên khi có cơ hội tiếp xúc với những điểm dị biệt đó thì họ mở lòng một cách rất thoải mái, không hề mang theo định kiến, thành kiến về những gì khác với mình.

Có thể nói phong trào Sa môn giáo, bao gồm đạo Phật, là một phong trào tự do dân chủ thật sự về phương diện tâm linh. Vì điểm xuất phát của phong trào Sa môn giáo là sự kháng cự về phương diện nhận thức luận và tôn giáo, không muốn thừa nhận tất cả những giá trị chân lý được định đặt và tuyên bố trong hệ thống kinh điển Vệ Đà, ly khai từ truyền thống Vệ Đà vốn đặt nặng vấn đề giai cấp và tất cả các định chế xã hội xoay quanh chủ nghĩa giai cấp này. Các nhà Sa môn giáo đã trở thành những con người tự do thật sự, phóng khoáng và nỗ lực tìm kiếm con đường tâm linh mới, bù đắp lại những khoảng trống trong con đường tâm linh của Bà la Môn giáo nói chung. Nhờ thái độ không hài lòng, không thỏa mãn với những định chế tôn giáo có sẵn cho nên phần lớn đi theo con đường Sa môn giáo, học và tiếp thu được tinh thần phóng khoáng này. Đây chính là điểm xuất phát của con đường tâm linh.

Đến với con đường tâm linh, nếu chỉ đơn thuần thông qua tín ngưỡng thì giá trị đạt được chỉ là những định chế. Giá trị chân lý đúng sai của nó lệ thuộc hoàn toàn vào các định chế này. Thông qua góc độ tiếp cận tín ngưỡng, nếu các định chế đó thuận với đạo đức, hợp với tâm linh thì sự quy ngưỡng của chúng ta thông qua góc độ tiếp cận tín ngưỡng sẽ mở ra chiều hướng tích cực. Bằng ngược lại chúng ta sẽ trở thành những người tích tập thêm những quan niệm tôn giáo mà sự dẫn thân sâu sắc vào nó có thể làm cho mình bị trói buộc, đánh mất hạnh phúc đích thực.

Đức Phật Thích Ca là một trong những nhà Sa môn giáo. Con đường tâm linh của Ngài khác hoàn toàn ở chỗ, Ngài đã trải nghiệm qua tất cả những gì được xem và đồn đại. Khi tự mình là bộ phận đang trải nghiệm chất liệu và chất lượng tâm linh đó, thì Ngài đã đánh giá được rằng giá trị đích thực của nó hoàn toàn khác với những gì đồn đại. Giã từ truyền thống Sa môn giáo, Ngài bắt đầu đi theo cách riêng, tìm kiếm con đường trung đạo, vượt ra hết tất cả mọi chấp trước về chủ nghĩa hưởng thụ vốn có thể làm cho con người bị lún sâu trong con đường tha hóa; và con đường khổ hạnh ép xác, vốn có thể làm cho con người trở nên bệnh tật, tuy đạt phần tâm an tĩnh nhưng tuệ giác và sự sáng suốt không có cơ hội được thấp sáng. Dẫn thân như vậy, Ngài thấy rất rõ những hạn chế trong con đường tâm linh mới của Sa môn giáo này. Mặc dù nó có giá trị đóng góp là kháng cự lại trên tinh thần tự do dân chủ về những gì không nên, không đáng tin theo, dù nó có gốc rễ văn hóa truyền thống mấy ngàn năm.

Đây chính là một trong những tiền đề quan trọng mở ra sự cách tân và đổi mới, con đường tâm linh Phật giáo khuyến khích khám phá những giá trị tâm linh hơn là chỉ thừa hưởng nó một cách tiêu cực ở chỗ tất cả những gì được nêu ra, chúng ta tin theo một cách vô điều kiện. Niềm tin vô điều kiện vẫn có giá trị xác lập tính thực tập vào giáo pháp một cách nhanh chóng dẫn đến sau khoảng thời gian hành trì, trạng thái an lạc của tâm có mặt ngay tức khắc. Tuy nhiên, với niềm tin vô điều kiện, sự phát khởi tuệ giác như là con đường cứu cánh để tháo gỡ những bế tắc là vấn đề hoàn toàn khác, đòi hỏi đến sự kiểm nghiệm tri thức xem có đích thực mang lại an lạc lâu dài hay không.

Rất may mắn và thành công, đức Phật đã tạo ra một thước đo mới cho con đường tâm linh. Khi Ngài có mặt thì cuộc

## 120 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

đàm luận sôi nổi đang diễn ra trở nên trang nghiêm yên lặng tuyệt đối. Ở những bài kinh trước, các vị du sĩ chỉ gặp được những đệ tử của Ngài như Xá lợi Phất, Mục kiền Liên, A Nan hoặc thỉnh thoảng gặp các vị cư sĩ Phật tử. Đây là cơ hội rất hiếm có, mặt đối mặt với Như Lai Thế Tôn mà trước đó các dữ liệu về giá trị tâm linh của Ngài được lan truyền và người ta bán tín bán nghi về những lời đồn đại đó có đích thực hay chỉ là một lời tuyên truyền trống rỗng. Cho nên, để xác quyết được nội dung, sa môn du sĩ Thiện Sanh Ưu-đà-di đã yêu cầu tất cả du sĩ học trò của mình và những người cư sĩ có mặt lúc bấy giờ hãy giữ sự trang nghiêm và im lặng tuyệt đối, vì đây chính là tông chỉ của đức Phật. Nếu không gian bất yên tĩnh thì cuộc đàm đạo sẽ không được diễn ra. Nghe theo lời khuyên, tất cả mọi người hướng tâm về đức Phật.

### KHÔNG CÓ TOÀN TRÍ TRONG MỌI LÚC

Câu hỏi đầu tiên mà du sĩ Ưu-đà-di đặt ra với đức Phật là: *“Thưa Ngài, con rất thắc mắc và hoài nghi về những lời đồn đại về tính toàn trí của Nigantha Nataputta khi ông tự nhận mình có tri kiến không dư thừa ‘khi ta đi, khi ta đứng, khi ta ngủ và khi ta thức, tri kiến được tồn tại liên tục thường hằng’, nhưng khi con hỏi về quá khứ thì ông lại tránh né, trả lời lạc đề và tỏ ra phân nộ, sân hận?”*

Nigantha Nataputta, tiếng Việt gọi là Ni Kiền Tử, giáo chủ của Kiền Na giáo. Người được hiểu là giác ngộ trước đức Phật khoảng sáu năm, sống cùng thời và trước đức Phật khoảng vài năm. Cuộc đàm đạo này là gián tiếp, thay vì nội dung câu hỏi đặt ra dành cho đức Phật Thích Ca, du sĩ Ưu-đà-di lại đề cập đến một vị đạo sư khác. Đây là cái bẫy tâm linh. Nếu lúc đó đức Thế Tôn phê bình, chỉ trích, tấn công và nói những điều sai quấy của Ni Kiền Tử thì chắc chắn rằng vị sa môn khôn khéo này sẽ đánh giá những lời đồn đại về

đức Thế Tôn chỉ là sự trống rỗng. Bản chất của một bậc tuệ giác, dù thấy rõ hạn chế của người khác nhưng không vạch lá tìm sâu, không tấn công khi có người nào đó chằm mồi, mà cố gắng trình bày vấn đề có tính cách xây dựng và nội dung của nó hướng tới mục tiêu cao thượng hơn. Các nội dung tâm linh giữa sự thực và lời đồn đại luôn được các vị du sĩ Sa môn giáo đàm luận mỗi khi họ có cơ hội gặp nhau trong rừng sâu, trên núi cao v.v... và phần lớn không được thỏa mãn. Vì là nhà tự do tư tưởng, các du sĩ Sa môn giáo thích rày đây mai đó, mỗi khi nghe danh vị đạo sư nào có tầm vóc về tâm linh là họ đến khẩn cầu để tìm kiếm những giá trị mới cho mình. Có những sự tầm cầu mang đến thái độ thỏa mãn, nhưng cũng có những sự tiếp xúc dẫn đến thất vọng vô cùng.

Cái bấy đưa ra ở đây rất sâu sắc và câu trả lời của đức Phật cũng hết sức sâu sắc. Ngài nói: *“Việc trả lời câu hỏi vừa nêu đảm bảo tính thỏa mãn hay không phụ thuộc vào hai tiêu chí, đó là: cuộc đàm thoại đó phải diễn ra giữa hai người đạt túc mệnh minh và sanh tử trí. Còn bằng không, nó sẽ trở nên vô nghĩa”*. Trong truyền thống tâm linh của đạo Phật, túc mệnh minh là người có năng lực hồi ức về quá khứ, không chỉ đời kế cận mà trải về thời gian xa tít, không thể tính đếm được. Người đó sẽ thấy chi tiết trên nền tảng đại cương trong mỗi một kiếp sống như tên tuổi, họ tộc, hôn nhân, vị trí xã hội, hạnh phúc khổ đau, giàu hay nghèo, các cảnh hưởng giao tế sinh hoạt của chính mình. Trong khi đó định nghĩa về thiên nhân minh được hiểu là năng lực thấy rõ từ đại cương đến chi tiết các nhân quả của con người ở hiện tại nối kết với tương lai. Làm những hành động A thì sẽ tiếp nhận các kết quả A+ hoặc A-, đôi lúc nó có thể bị triệt tiêu và trở thành phản ứng nghiệp, trở thành trung lập hay trung hòa. Tất cả cơ chế hoạt động của nhân quả được xem như biệt nghiệp của



một con người, và nhân quả như hệ thống cộng nghiệp của một cộng đồng, một dân tộc, một quốc gia được các nhà có năng lực chứng đắc thiên nhãn minh thấy rất rõ.

Nếu cuộc đàm đạo không được diễn ra với những đối tượng như thế thì làm thế nào người nghe có thể kiểm nghiệm điều được trình bày là đúng hay sai. Cho nên ý đức Phật muốn nói là, sẽ trở nên vô ích khi đặt trọng tâm đề cập đến năng lực toàn trí của sa môn Ni Kiền Tử có thật sự như lời đồn đại hay chỉ là một tuyên bố rỗng. Hơn nữa, những cuộc thảo luận khi vắng mặt, người thứ ba sẽ trở thành vô nghĩa, thậm chí nếu không khéo sẽ được hiểu như là sự khai tử hay nói xấu người mà người đó không có cơ hội biện hộ cho mình. Như vậy, câu trả lời của đức Phật đã thoát khỏi cái bẫy tranh luận mà du sĩ Ưu-đà-di đặt ra cho Ngài.

### HIỆN TẠI LÀ PHÉP MÀU

Sau đó, đức Phật lái chủ đề cuộc đàm đạo qua một hướng rất có ý nghĩa thiết thực: *“Điều quan trọng hơn cả mà tôi muốn chia sẻ với hiền hữu là hãy quên quá khứ và cũng hãy quên đi tương lai, hãy nhớ rằng chúng ta đang sống ở hiện tại”*.

Dù đối với người nào đề cập đến câu chuyện đã diễn ra tức là chúng ta đang bàn thảo về chuyện quá khứ. Giá trị của quá khứ có mặt trong giai đoạn của quá khứ, với những người trực tiếp hay gián tiếp liên hệ, trong khi đó chúng ta lại thảo luận với nhau về nội dung không dính líu gì đến cả hai người, ngôi thứ nhất và ngôi thứ hai, thì phỏng có giá trị gì. Còn đề cập đến tương lai mà bản chất của nó biến dịch theo chuỗi nhận thức của tâm dẫn đến sự phản ứng của các hành vi trong đời sống là chuyện cũng không gì chắc chắn. Cho nên đức Phật đã kéo du sĩ Ưu-đà-di từ việc biện luận như cái bẫy liên hệ đến một sự kiện, một con người đã qua trở thành

phải đối diện trực tiếp với Ngài; và nội dung trọng tâm của cuộc đàm đạo ở đây phải xoay quanh những vấn đề như thế.

Ở đây, chúng ta có thể học tập và áp dụng. Thường khi có dịp ngồi tâm sự trò chuyện với nhau, chúng ta không nói chuyện của hai người mà nói chuyện thiên hạ. Càng nói chuyện về người thứ ba thì khuynh hướng nhận xét, đánh giá nhân vật đó sẽ dẫn đến thái độ không hài lòng của hai người đang có mặt, và từ tình bạn, tình thân có thể dẫn đến tình trạng mâu thuẫn, đối nghịch. Chính vì thế mà việc đặt trọng tâm giữa hai người đang có mặt như thực tại “*đang là*” là yếu tố giải quyết gút mắc. Nói một cách khác, trọng tâm cuộc đối thoại theo đề nghị của đức Phật phải là trọng tâm của “*đang là*”, và phương pháp đối thoại: “*nói với*” chứ không “*nói về*”. Chúng ta nói với một người nào đó, người đó đang lắng nghe và ngược lại. Như vậy, tính cách được lắng nghe làm cho người giải bày thảo luận cảm thấy nội dung trở nên nghiêm túc, hơn là nói về một người khác.

Bản chất một sự kiện thuộc về quá khứ hay tương lai không thể tạo ra dưỡng chất nào cho tâm linh cũng như giá trị thực tế của hai người. Do đó, khi có mặt sinh hoạt trong gia đình giữa quan hệ vợ chồng, con cái, anh em và người thân quyến thuộc, thì chúng ta nên học theo cách thức của đức Phật. Nếu ai đó đem câu chuyện phiền toái ở công sở cho nhận thức của mình thì người Phật tử phải biết lái vấn đề về với những gì đang diễn ra. Thay vì quan tâm đến chuyện con cái của thiên hạ, hãy quan tâm con cái của mình; thay vì bàn đến chuyện người dung nước lã, chúng ta nên bàn đến chuyện của hai người; thay vì dẫn chứng chuyện này chuyện nọ mà tính chất liên hệ hoàn toàn vô bổ, thì chúng ta hãy đưa ra những vấn đề đang trăn trở để tìm giải pháp. Như vậy tính chất sinh hoạt gia đình được thiết lập trong nội dung các cuộc

đàm thoại với nhau, nhờ vậy an vui hạnh phúc sẽ đạt ở mức độ khá cao. Học đức Phật, chúng ta cố gắng quay vấn đề trở về hiện thực giữa những người đang có mặt hơn là những người đang vắng mặt, vì chân lý đúng sai liên hệ đến người vắng mặt trong quá khứ hay những giả định người vắng mặt ở tương lai đều không có cơ sở biện hộ và do đó việc đi sâu, tiến xa nội dung trở nên vô bổ.

Dừng quá khứ và dừng tương lai rất quan trọng. Các nhà lịch sử, các nhà khảo cổ đang nỗ lực kéo chúng ta về quá khứ để giúp chúng ta trau dồi kiến thức văn hóa, phong tục tập quán. Những kiến thức này sẽ trở nên kinh nghiệm nếu sử dụng nó đúng đắn. Ý nghĩa hỗ trợ cho việc xúc nhân kiến thức rất cao, dĩ nhiên nó phải được phân tích có phương pháp để tạo bài học lịch sử, hơn là chỉ nêu ra những sự kiện lịch sử thường tình rồi định đoán phản ứng kéo theo sau. Do đó, nghiên cứu lịch sử là để đúc rút kinh nghiệm, tránh vết xe sai lầm, phục vụ chính mình ở hiện tại hoặc tương lai để không trở thành nạn nhân tương tự. Nếu đứng từ phương diện nhà Phật, giá trị của lịch sử bao gồm khảo cổ và những vấn đề tương tự nằm ở chỗ này.

Ở đây, cuộc đàm luận của Ưu-đà-di đi về khuynh hướng khác, bất mãn trở nên thất vọng vì những gì được đồn đại liên hệ đến năng lực toàn trí của nhà đại tâm linh Ni Kiền Tử. Tuy nhiên, thông qua cách ông đặt vấn đề, chúng ta thấy việc xác nhận ai là bậc toàn trí nằm ở chỗ kiến thức hoàn hảo về quá khứ và tương lai có được thiết lập đầy đủ với những minh chứng hay không. Nếu câu trả lời là không, thì lời đồn đơn thuần chỉ là một lời đồn, tệ hơn nữa có thể dẫn đến chủ nghĩa thần tượng, mê tín cá nhân và niềm tin mù quáng phần lớn có mặt trong rất nhiều tôn giáo hữu thần, nhất thần hay đa thần nói chung.

Tuyên bố về một nhân cách toàn trí đặt trên nền tảng người đó không phạm sai lầm, mọi thứ diễn ra trong cuộc

đòi đều được người đó biết một cách chuẩn xác, tuyên bố thì dễ nhưng xác quyết lại khó hơn. Ưu-đà-di đề cập đến quá khứ không phải của mấy mươi năm về trước mà là của kiếp trước và câu trả lời của nhà đạo sư Ni Kiên Tử hoàn toàn bị bế tắc, bởi ông không có năng lực này nên đã cố tình tránh né. Và khi đề cập đến tiến trình tái sinh trong tương lai thì sự bế tắc của ông cũng diễn ra tương tự. Cũng như thế, chúng ta áp dụng cho những người được gọi là tiên tri. Khi hỏi đến bất kỳ sự kiện nào, đặc biệt những sự kiện liên hệ chính bản thân, người đó hoàn toàn không biết; nếu chuyện bản thân ngày mai như thế nào mà không trả lời được thì lời đồn đại rằng: “*Tôi có thể biết được chuyện của thiên hạ, chuyện của nghìn năm sau*” là điều không có cơ sở logic.

Đây chính là thước đo căn bản để đong đo, tính đếm chiều sâu của một nhà đạo mệnh danh là toàn tri hay toàn trí. Các tôn giáo thường đề cao và cường điệu hóa năng lực toàn trí của người sáng lập ra đạo mình. Nhưng thực tế, nếu phân tích trên các sự kiện được mô tả chính từ kinh Thánh của tôn giáo đó thì hai yếu tố quá khứ và tương lai không đảm bảo cho niềm tin rằng đó là nhân vật có nhân cách như thế. Do đó, khi nghe ai quảng cáo về năng lực này, chúng ta chỉ cần lấy hai điều về quá khứ và tương lai là có thể xác minh được rằng họ thực sự có năng lực hay chỉ sử dụng nó như một lời đồn che đậy cho mục tiêu nào đó. Vì vậy trong kinh, đức Phật đã khuyến nhắc những vị xuất gia, dù đạt năng lực này cũng không nên biểu diễn, ngoại trừ tình huống vì mục đích giáo dục, giúp con người tin nhân quả và hướng tâm về con đường chân chính. Các mục tiêu thi thố tài năng xuất chúng của mình làm cho quần chúng quay về nương tựa mình và xa lánh những người còn lại là điều cấm kỵ. Ai cố tình vi phạm là phạm luật Đột kiết la, tức là đáng quở trách. Cho nên, ai tự

xung mình chứng Thánh, có năng lực siêu nhiên, siêu phàm, có những sở trường đặc biệt thế này thế nọ thì chúng ta biết những tuyên bố như thế không đúng với tinh thần nhà Phật. Nhà Phật dạy, hãy thực thi hơn nói. Hạn chế sử dụng phép màu càng nhiều càng tốt, vì điều đó dẫn đến chủ nghĩa thần tượng cá nhân. Mê tín dị đoan cũng phát sinh theo nó rất cao.

### GIÁO HÓA LÀ PHÉP MÀU

Đức Phật đã đưa ra khái niệm mới trên nền tảng của chơi chữ: “*Giáo hóa thần thông được xem như phương pháp giáo dục có giá trị nhất mà tất cả những nhà giáo dục và các nhà hoàng hóa Phật giáo cần phải thực tập theo*”. Giáo hóa thần thông không có nghĩa là sử dụng thần thông của mình để lôi kéo người khác tin vào năng lực siêu nhiên, siêu phàm. Giáo hóa là năng lực dùng phương pháp thấy rõ sở trường, sở đoản, căn tánh, những phiền não cũng như tiềm năng giải quyết phiền não của người nào đó đang đến với mình như một nhu cầu. Nhờ nắm rõ tâm lý cũng như cá tính của người đó mà việc hướng dẫn họ trở về với đạo Phật có kết quả ở mức độ khá cao. Ai làm được công việc giáo dục như thế thì được xem đang thi thố phép màu. Tức là bản thân việc giáo dục là một phép màu. Việc chuyển hóa con người từ tiêu cực đến tích cực, từ khổ đau đến hạnh phúc, từ suy sụp trở nên phấn chấn vươn lên là một phép màu. Mà việc giáo dục này đòi hỏi rất nhiều kỹ năng khác nhau. Có người chỉ mất vài ngày, vài ba tháng là có thể đạt được hiệu năng của sự giáo dục, nhưng cũng có người mất đến cả một kiếp người mới có thể chuyển hóa được đối tượng của mình. Cho nên giáo dục, đặc biệt giáo dục thiện, đạo đức và tâm linh là phép màu. Chính vì thế nhà Phật bao gồm những vị có năng lực sáu phép thần thông hiếm khi sử dụng nó.

Trong truyền thống tâm linh nhà Phật, chỉ có ngài Mục Kiền Liên sử dụng thần thông trong một vài tình huống rất hy hữu. Mặc dù có năng lực thần thông vào bậc nhất, vượt trội hơn rất nhiều nhà tâm linh Bà La Môn giáo, nhưng ngài không hề muốn sử dụng nó mà dùng cách giảng kinh, thuyết pháp để giúp con người quay về với đạo lý có ý nghĩa hơn. Đây là điều mà chúng ta cần phải suy nghĩ, nó có thể vất vả nhưng mỗi khi chuyển hóa thành công thì giá trị của nó rất lâu bền.

Quần chúng Phật tử lại không thích như thế, phần lớn đến với chùa thông qua sự huyền bí hoặc những phép mầu. Nghe đồn đại ở đâu có phép mầu là đổ xô nhau đi, chẳng hạn niềm tin Bà Chúa Xứ ở Châu Đốc có năng lực phù hộ bình an, làm ăn khấm khá. Trước đây, mỗi năm chỉ có một ngày vía Bà, sau đó kéo thành một tuần, đến nay có mùa vía Bà đến sáu tháng, đến độ một vài chùa phải đặt tên Châu Đốc 2, Châu Đốc 3. Thay vì đi xuống Châu Đốc mất sáu tiếng đồng hồ, chỉ cần đi vài quận ở TP. Hồ Chí Minh, chúng ta có được Châu Đốc 2, Châu Đốc 3 với giá trị tương đương. Ưa chuộng năng lực phép mầu siêu nhiên gia hộ phản ánh chúng ta có quan điểm không muốn nỗ lực, muốn làm ít mà đạt kết quả nhiều, nên nơi nào nhiều hứa hẹn, chúng ta đến nơi đó hơn là những nơi nói về giá trị nhân quả.

Ngoài ra còn một lý do dễ hiểu rằng, trong đời sống, nhiều người đã từng nỗ lực hết mình nhưng không thành công; thất điên bát đảo rồi phải bị đau đớn, thất bại cho nên họ mất niềm tin vào năng lực chính mình. Do đó nghe nói nơi nào có phép mầu, có sự gia hộ, người ta đến nhiều hơn.

Phép mầu trong đạo Phật chính là nhân quả. Năng lực tri thức để hiểu và sống với nhân quả một cách có phương pháp không rơi vào chủ nghĩa định mệnh, chủ nghĩa ngẫu nhiên, thái độ đổ thừa, trách trời, trách đất, than mình, than người

## 128 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

v.v... chính là phương pháp giải quyết vấn đề trên nền tảng nhân bản trong đạo Phật.

Đức Phật đã quay Ưu-đà-di trở về với hiện tại và yêu cầu giải quyết các vấn nạn trong nội dung của hiện tại. Nội dung đó là gì? Đức Phật nói tiếp: *“Này Ưu-đà-di, điều mà ta muốn chia sẻ với ông đó là học thuyết liên kết. Mọi liên hệ được xem là biện chứng giữa các sự vật, sự kiện, giữa con người với con người, giữa con người với môi trường, giữa con người với các loài động vật và giữa chúng với nhau. Hễ cái này có tạo tiền đề cho cái khác có mặt; hễ cái này không có, tạo tiền đề cho cái khác vắng mặt”*.

Nhân quả là đa chiều của hình học không gian, thay vì chúng ta chỉ hiểu đơn thuần như mặt phẳng. Nhân quả mặt phẳng là nhân quả ngớ ngẩn chỉ có giá trị khuyến tấn đạo đức theo kiểu: *“Giết một con gà thì kiếp sau đầu thai thành con gà và bị giết lại”*, hoặc *“trộm cắp của người khác thì kiếp sau hay đời này bị người ta trộm cắp lại”*. Nghĩ như thế là phá hoại nhân quả. Dụ ngôn trong kinh *Tương Ưng* có chiều sâu cần suy nghĩ. Đức Phật nói: *“Một hoàng tử và một thường dân phạm luật pháp của triều đình, ai sẽ bị xử tội nặng hơn?”* Rõ ràng tội của hoàng tử sẽ được bung bít, che đậy, nếu xử lý cũng chỉ là nội bộ, đôi lúc ém nhẹm đi. Còn là kẻ thường dân, tội đó sẽ bị phanh phui, thậm chí có thể dẫn đến tru di tam tộc. Hiện tượng nhân quả như vậy làm cho người ta không tin nhân quả là cán cân công bình.

Đức Phật phân tích tiếp, bởi vì nền tảng phước báu ở từng con người gắn liền với vai trò, vị thế xã hội mà người đó có. Cho nên cùng là đồng phạm nhưng có người bị xử nặng, người bị xử nhẹ. Xã hội nào không đặt trên chế độ pháp trị dẫn đến ô dù và cách thức xử lý nội bộ sẽ tạo tiền đề cho người ta vi phạm pháp luật nhiều hơn. Lúc nào thế thân và

dù che của người đó không còn nữa thì người đó bị đem ra “*thí chớ!*” trong những cuộc thanh trừng giữa các đảng phái, hoặc trong một đảng có hai thành phần cấp tiến và thủ cựu. Thành phần cấp tiến sẽ cố gắng phanh phui những điểm sơ hở của những kẻ thủ cựu bằng cách đem xử lý một người nào đó nhằm dẫn đến tình trạng liên đới trách nhiệm lẫn nhau. Do đó, tính chất liên hệ về nhân quả phải được hiểu là liên hệ đa chiều. Cũng là một tình huống, nếu có phước báu, vấn đề sẽ trở nên nhẹ hơn bởi sự triệt tiêu giữa nhân quả với nhau là một quy luật. Làm việc xấu, nếu không có phước báu nào gieo trồng trước đó thì việc xấu này sẽ trở quả nhãn tiền. Còn nếu chúng ta có bề dày lịch sử của thành tích, công trạng về điều thiện thì luật pháp cũng sẽ rất cẩn trọng, đặc xá trong một vài tình huống.

Như vậy, phước này tạo ra năng lực triệt tiêu về hành động xấu mà chúng ta đang làm ở hiện tại. Nhân quả đó được gọi là nhân quả đa chiều, nhân quả của hình học không gian. Thực tế là như vậy. Sự kéo theo của cái này dẫn đến cái khác là sự kéo theo đa chiều tương tác lẫn nhau. Dĩ nhiên trong bối cảnh cách đây 26 thế kỷ, lời tuyên ngôn như vậy là tiếng sét đánh. Bởi vì từ xưa đến nay người ta hiểu rằng mọi thứ từ con người, sơn hà, vũ trụ, chuyện lớn, chuyện nhỏ, năm, tháng, ngày, giờ, no hay đói, hạnh phúc hay khổ đau đều do Chúa an bài, đấng Phạm Thiên sắp xếp cả. Các tôn giáo nhất thần có mặt đồng thời, trước hay sau Bà La Môn giáo, dù ở Châu Á, Châu Âu, Châu Phi, hay bất cứ nơi nào trên hành tinh cũng đều có quan niệm tương tự. Trong khi đó, đức Phật nói rằng nó là một mối tương tác đa chiều giữa các sự vật, sự kiện, giữa con người, môi trường, sự sống với nhau tạo ra hệ quả tất yếu trong tự thân của nó. Không ai đứng cán cân phân định đúng sai theo kiểu suy nghĩ của nhân dân Trung



## 130 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Hoa rằng có thần chứng giám hành động, lời nói, suy nghĩ của chúng ta rồi phân định tốt xấu và cho chúng ta đầu thai tái sinh làm thế này thế nọ.

### DUYÊN KHỞI VÀ TƯƠNG TÁC

Tính tương tác N chiều với nhân quả sẽ tạo dựng mọi thứ trên cuộc đời này một cách mâu nhiệm, đôi lúc chúng ta nghĩ rằng phải có bàn tay siêu nhiên nào đó mới làm được. Câu hỏi đặt ra, nếu có năng lực siêu nhiên đó thì ai đã tạo ra năng lực này? Bế tắc, không có câu trả lời. Đã là siêu nhiên thì phải là phi tạo, phi duyên khởi. Cái gì không bị tạo tác thì không thể bị hoại diệt, tức là chúng ta tạo ra một chân lý tuyệt đối như là nguyên nhân đầu tiên khởi tạo ra mọi thứ và chúng ta chấp nhận đó là điều bất khả xâm phạm không thể sai lầm, không được quyền đặt vấn đề. Trả lời như vậy là chúng ta đang “*cả vú lấp miệng em*”.

Chân lý trong thực tế không cho phép như vậy. Nó cho phép chúng ta truy gốc theo công thức duyên khởi “*cái này tạo tiền đề cho cái kia, cái kia có mặt tạo cơ sở xúc tác cho cái nọ*”, quy luật kéo theo là sự tương tác đa chiều và do đó không có nguyên nhân đầu tiên. Nó có nhiều nguyên nhân: nguyên nhân chính, nguyên nhân phụ, nguyên nhân trực tiếp, nguyên nhân gián tiếp chứ không hề có một nguyên nhân duy nhất. Đây là điểm khác biệt căn bản mà đức Phật muốn du sĩ Ưu-đà-di cùng nhiều đồ chúng nắm và hiểu được vấn đề. Mặc dù các nhà Sa môn kháng cự lại tinh thần áp đặt của Bà la môn giáo như là một định mệnh, nhưng họ bị bế tắc trong việc giải quyết và tìm kiếm những câu trả lời thỏa đáng, trả lời cho nhân quả, trả lời cho sự khác biệt một cách rất khó hiểu về thế giới sinh hoạt, đặc biệt là con người. Cho nên họ phủ định cái họ không chấp nhận, nhưng lại không tạo ra cái mới thuyết phục hơn. Đó chính là điểm bế tắc của

các nhà Sa môn. Đức Phật đã kéo Ưu-đà-di trở về vấn đề này hơn là biện luận về chuyện của người A trong quá khứ, hoặc suy luận đến một giả tưởng trong tương lai vốn không có giá trị thiết thực trên con đường tâm linh tìm kiếm giá trị an vui hạnh phúc.

Ưu-đà-di nói: *“Thưa Ngài, bản thân con từ những chuyện đại cương cho đến chi tiết còn không nhớ, chuyện hôm qua còn không nhớ hết huống hồ là của một đời, hai đời đến nhiều đời quá khứ. Thế nên khi nghe Ngài nói về tính duyên khởi tương tác đa chiều của nhân quả con càng cảm thấy không rõ bội phần”*.

Đây là lời tâm sự chân thành và liêm khiết về tri thức. Thông thường, các nhà tâm linh được quần chúng tô trét bằng vàng hào quang sáng chói, và được thần thánh hóa bằng nhiều cách thức khác nhau, nhưng ở đây chúng ta thấy nhân cách của Ưu-đà-di rất đáng kính trọng. Ông không muốn thừa nhận những gì được người ta ca tụng về mình, ông rút ra hết bởi vì nó không giúp ông an vui hạnh phúc. Ông muốn sống với thực tại, với sự mời gọi của đức Phật là hãy quên đi quá khứ, quên tương lai. Phải sống với hiện tại rằng: tôi và ông đang đối thoại về tâm linh, đạo đức, hạnh phúc, an lạc và giải quyết nó như thế nào. Nhờ vậy họ đã nhập cuộc với nhau một cách rất tâm đắc.

Dám rũ bỏ vàng hào quang được tô trét lên mình và thừa nhận rằng mình đang bị bế tắc, thái độ đó mở cửa cho trí tuệ được phát sinh. Trong đối thoại, vấn đề đúng sai, thắng bại không quan trọng, mà quan trọng là cơ hội để tiếp cận chân lý hay phát minh ra chân lý mới là cốt lõi. Ưu-đà-di là con người có nhân cách như vậy. Ông không mặc cảm cũng không cảm thấy bị xúc phạm hay tự ái vật, vì những thái độ đó là tiến trình tự sát về phương diện lương tri và tri thức.

## 132 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Cho nên ông thừa nhận vấn đề mà đức Phật vừa nêu hoàn toàn ngoài tầm hiểu biết của ông, và mong cầu được lắng nghe đức Phật về vấn đề này.

Như vậy, giữa toàn trí và duyên khởi, chúng ta thấy duyên khởi có giá trị quan trọng hơn. Toàn trí, toàn trí theo lời đồn đại gắn liền với sự tôn trọng, cung kính, tô trét hào quang của tha nhân vốn không có lợi ích gì cho bản thân. Giả sử có năng lực toàn trí thực sự đi nữa thì đức Phật cũng không khuyên chúng ta khuyến cáo theo kiểu sơn đông mãi võ. Bậc có chiều sâu tâm linh không cần phải nói ra lời, khi tiếp xúc người khác có thể cảm nhận được.

Hiểu duyên khởi, hiểu nhân quả N chiểu, giải quyết và giúp chúng ta tháo gỡ rất nhiều bế tắc của bản thân, người thân, gia đình, cộng đồng, thế giới, thậm chí là của liên thế giới không chỉ ở đời này mà còn ở quá khứ, tương lai. Cho nên hiểu nhân quả là phải hiểu trên nền tảng của những gì đang ở hiện tại. Lấy hiện tại làm trục xoay chứ không phải là quá khứ.

Hiện nay, người ta làm giàu trên quá khứ và rất nhiều nghề nghiệp trưởng thành từ quá khứ. Ví dụ những cuộc bán đấu giá bức tranh của danh họa Picasso có thể làm giàu đến hàng triệu đô la, trong khi bản thân Picasso còn sống thì nghèo xơ nghèo xác, không ai coi ra gì, tranh của ông cũng không ai để ý đến. Nhưng sau khi ông chết, người ta mới tô hồng giá trị của những bức tranh đó như thượng đế, thần linh. Ai có cơ hội treo bức tranh của ông trong nhà thì cảm thấy mình là người có tri thức. Dĩ nhiên, chúng ta không phủ định giá trị của nó mở ra một trường phái với phong cách rất ấn tượng mà trước đây chưa từng có, nhưng nó không đến mức như người ta đã từng ca tụng. Hàng triệu đô la cho một bức tranh trong khi thực tế hàng trăm triệu con người đang chết đói, chết khát hàng giờ hàng giây không ai giúp. Treo bức tranh đó để được

khen tặng rằng mình có năng lực thưởng thức giá trị tri thức của quá khứ. Nhà Phật thấy những vấn đề đó chỉ phục vụ cho rất ít các đối tượng trong cuộc đời, nó không phục vụ cho số đông, trong khi sự có mặt của đức Phật được miêu tả trong kinh là mang lại hạnh phúc cho số đông, tức là giá trị thực tiễn của nó rất cao. Do đó phải dám thừa nhận những bẽ tắc và sở đoản của mình thì chúng ta mới có cơ hội đạt được sở trường, dù không ở hiện tại thì cũng trong tương lai, vấn đề là phương pháp và thời gian.

### CÁI GÌ LÀ TỐI THƯỢNG

Sau khi phân tích học thuyết duyên khởi, đức Phật bắt đầu xoay cuộc đối thoại qua nội dung khác để giúp Ưu-đà-di nhận ra rằng ông cần phải cập nhật tiềm năng tuệ giác, bằng không, bẽ tắc sẽ vẫn là bẽ tắc. Đức Phật hỏi: *“Đạo sư của ông có dạy thế nào là tối thượng nhất trong cuộc đời hay không? Và nếu có thì đối tượng đó là cái gì?”* Ưu-đà-di trả lời: *“Thưa ngài Gotama, bậc đạo sư của con cho rằng sắc này là tối thượng. Khi không có thứ nào tối thượng hơn thì nó là tối thượng”*. Ưu-đà-di chỉ nói như vậy mà không giải thích gì thêm.

Chúng ta thấy trong cách thức định nghĩa một vấn đề thỉnh thoảng rơi vào vòng luẩn quẩn. Gọi là định nghĩa nhưng lại không nói thêm một cái gì mới giữa chủ từ và thuật ngữ, cụm từ được giải thích chỉ là một đồng cách với nhau, ví dụ: định nghĩa thiện tức là không ác, không ác tức là thiện, ngoài ra không nói được điều gì hơn.

Trong rất nhiều tôn giáo, nhiều triết học thậm chí các học thuyết chính trị chỉ nêu ra được sản phẩm hấp dẫn mà nội dung của nó lại chẳng có gì. Khi được đề cập và yêu cầu định danh nội dung của sản phẩm hấp dẫn đó, người ta tránh né bằng nhiều cách. Họ chỉ dùng những mỹ từ gây mê quần

chúng, còn nội dung của nó ra sao chẳng quan trọng. “*Tiền nào của đó*” là mỹ từ. Một sản phẩm được nâng giá trị lên gấp mười lần và tiền của giá trị đó cũng phải được nâng lên gấp mười lần, trong khi giá trị thực tế chỉ là một. Nhưng vì là những người giàu có, chúng ta thích chứng tỏ mình, thay vì sản phẩm A chỉ đáng giá 10.000\$ nhưng chúng ta sẵn sàng bỏ ra 100.000\$ rồi nói: “*Tiền nào của đó*”, cuối cùng chúng ta bị mắc lừa. Có những giá trị sản phẩm tương đương nếu biết khai thác, chúng ta không phải tốn số tiền quá cao. Hiểu được vấn đề này, chúng ta sẽ không chạy theo danh và tướng.

Kinh Kim Cang, đức Phật tuyên bố một câu rất sâu sắc “*phàm sở hữu tướng, giai thị hư vọng*”, tất cả mọi tướng trạng, mọi danh xưng, thậm chí những mỹ từ trong tướng trạng và danh xưng này đều là hư vọng, không có thực trong tính chất và giá trị của nó. Tuy nhiên, xã hội lại thích chỗ này, sản phẩm tốn gần như từ 50 đến 70% chi phí quảng cáo, giá trị thực của nó chỉ khoảng 10%. Cho nên chạy theo chủ nghĩa danh tướng là “*tiền mất tật mang*”. Phải lấy những thước đo cụ thể về tính giá trị, chúng ta mới biết nó có thực hay chỉ là một lời tuyên bố rỗng.

Ưu-đà-di hoàn toàn không định danh thế nào là sắc tối thượng, nên khi được hỏi tiếp thì ông nói rằng nếu không có cái gì tối thượng hơn thì nó được gọi là sắc tối thượng. Tạo ra một ma trận của ngôn ngữ mà người đối thoại khi dẫn bước vào ma trận này không có lối thoát. Dùng thuật từ những nội dung mà việc định nghĩa không được rõ ràng làm chúng ta bị luẩn quẩn từ chỗ này qua chỗ khác, cuối cùng chúng ta buộc phải chấp nhận cái mà người đó không định danh được. Trong logic của triết học, các phán đoán mang những nội dung luẩn quẩn như thế là một điều cấm kỵ, vì nó không đưa chúng ta đi đến đâu. Khi nói rằng: tôn giáo nào cũng dạy con

người lánh ác làm lành, thì vấn đề quan trọng không phải là danh từ “*lánh ác làm lành*”, mà cái nội hàm trong khái niệm lánh ác làm lành này là cái gì? Nếu lánh ác được hiểu là không làm những việc ác và làm lành được hiểu đơn thuần, không làm ác được gọi là làm lành, thì khái niệm như thế quá sơ đẳng, không có chiều sâu. Cho nên không nên đăng thức hóa những khái niệm đồng nhau về phương diện hình thức, đến việc chấp nhận và cho rằng nội dung của nó là một.

Nhân dân Việt Nam có những câu đi ngược với quan điểm đó như là một trí tuệ “*mía sâu có đốt, nhà dột có nơi*”. Đừng vì một đốt mía sâu mà bỏ cả cây mía, cũng đừng vì chỗ dột mà bỏ cả căn nhà. Quy nạp cảm tính đặt trên nền tảng của mặc cảm, thành kiến, cố chấp, bảo thủ để đồng hóa từ một hiện tượng cá lẻ dẫn đến phổ quát hóa rồi nâng nó lên thành quy luật, xem tất cả mọi thứ đều giống như nhau, đó là sự sai lầm về phương pháp luận mà nhận thức cần phải tránh.

Đức Phật nói rất nhẹ nhàng với du sĩ Ưu-đà-di rằng: “*Điều mà ông vừa giải thích là vô nghĩa, nó không làm cho ai hiểu được. Cũng như cách nói: tôi yêu say đắm một người thiếu nữ đẹp, nhưng khi được hỏi thiếu nữ đó đẹp như thế nào? Đẹp về ngoại hình hay đẹp về tâm tính, vai trò vị thế xã hội thì đều không trả lời được. Nói người đó đẹp, mình yêu say đắm mà không biết gì về người đó. Lời định nghĩa như vậy không dẫn chúng ta đi tới đâu, mà còn chứng tỏ rằng mình là kẻ hời hợt trong tiếp xúc, đánh giá một con người và một vấn đề. Nếu nội dung của sự đánh giá đã được thân tượng hóa thì những niềm tin đó trở thành mù quáng, chẳng mang lại giá trị gì cho đời sống thực tế*”.

Ưu-đà-di đưa ẩn dụ chứng minh việc định danh cái tối thượng là “*sắc*”, tuy nhiên ẩn dụ ông đưa ra lại “*gậy ông đập lưng ông*”. Đức Phật thường tuyên bố: “*Người trí nhờ ví dụ,*

*so sánh mà hiểu biết*”, không cần phải nói huých toẹt từ đầu đến cuối, vì như thế sẽ không có chiều sâu và không tạo ấn tượng. Chỉ nên nói hàm nghĩa để người có kiến thức hiểu và để tự người đó tham gia phát minh nội dung mà chúng ta muốn ám chỉ. Chỉ khi nào họ phát hiện sai thì chúng ta mới chỉ điểm mà thôi. Đây cũng là phương pháp giáo dục ở thế giới phương Tây hiện tại. Nếu thầy cô giáo giảng rõ mọi thứ thì học trò chỉ là một bản sao hay nói cách khác, bộ não học trò trở thành thư viện tích tập kiến thức, thay vì phải sử dụng tri thức của mình xử lý các dữ liệu, phát minh những cái mới. Phương pháp giáo dục của đức Phật rất hay ở chỗ tạo cơ hội để người khác tham dự vào với những suy nghĩ có thể phát minh ra một cái gì đó mới hơn.

Ưu-đà-di cũng đưa ra ví dụ như sau: *“Vi như một hạt ngọc lưu ly đẹp để có tám mặt trong suốt khéo dũa khéo mài đặt trên một tấm màn màu nhạt, tự nó sáng lên; với sắc như vậy, tự ngã là không bệnh sau khi chết”*. Ông nói hoàn toàn lạc đề.

Trong khi đức Phật hỏi cái gì nhất đối với ông, thì ông trả lời là sắc, hỏi sắc đó nhất như thế nào thì ông trả lời nếu trong đời không có cái gì đặc biệt hơn thì cái đó được gọi là nhất. Ông trả lời những điều hiển nhiên ai cũng biết. Đến khi hỏi nội dung của nó thì ông so sánh như viên ngọc lưu ly đặt trên một tấm vải xoàng xĩnh, cái đẹp nổi bật trong tình huống này là chuyện thường. Ở đây, Ưu-đà-di đưa hình ảnh viên ngọc là định danh sắc, nhưng nghĩa tối thượng thì lại không nói được, và về thứ hai hoàn toàn lạc đề. *“Tự ngã hoàn toàn không có bệnh sau khi chết”*, dĩ nhiên chúng ta vẫn hiểu ý ông muốn nói sắc, cái tối thượng trên cuộc đời này, chính là tự ngã, là *“cái tôi”*, là hãnh diện, tự hào... được trân trọng như viên ngọc lưu ly. Nếu như thế thì còn gì là tâm linh nữa? Bởi vì *“cái tôi”* đó là hàng rào đình gai, sỏi đá. *“Cái tôi”*

là vực thăm chú không phải là tôi thượng. Ai xem nó là tôi thượng thì sau khi chết, “*tự ngã*” của mình được khỏe mạnh không có bệnh hoạn, nghĩa là biết tôn nó thì không có bệnh, còn ngược lại, sẽ bị nó nghiêm trị ở một cách thức nào đó.

Thấy rõ Ưu-đà-di đang dùng công thức “*gậy ông đập lưng ông*” rằng người trí nhờ ví dụ mà hiểu biết, đức Phật cũng dùng cùng công thức này và xoay vấn đề về phương pháp so sánh hấp dẫn hơn. Đức Phật hỏi: “*Màu sắc của con đom đóm so với màu sắc của ngọc lưu ly thì cái nào hơn?*”. Ưu-đà-di nói: “*Dĩ nhiên ngọc lưu ly phải hơn*”. Phật hỏi tiếp: “*Lửa của con đom đóm so với lửa của đèn dầu thì cái nào sáng hơn?*”. Ưu-đà-di đáp đèn dầu sáng hơn. Tương tự như thế, sau mỗi lần so sánh, ông thừa nhận sao mai sáng hơn đèn dầu, mặt trăng sáng hơn sao mai, mặt trăng rằm sáng hơn mặt trăng khuyết, mặt trời sáng hơn mặt trăng, mặt trời đứng bóng giữa trưa sáng hơn mặt trời buổi sáng và chiều. Dĩ nhiên khi dẫn dụ như vậy, đức Phật đang tạo ra bài toán so sánh giữa một cái nhỏ so với một cái lớn, cái lớn vừa sẽ nhỏ hơn cái lớn hơn. Cứ như thế cuối cùng cái lớn nhất là độ sáng của mặt trời đứng bóng. Sau đó đức Phật xoay Ưu-đà-di vào chỗ so sánh ánh sáng mặt trời và ánh sáng trí tuệ của con người, cái nào hơn. Ưu-đà-di không trả lời.

Trong ngữ cảnh của bài kinh, đức Phật dùng chữ Deva, tức là chư Thiên, nghĩa gốc của “*Deva*” là người phát quang. Từ đó chủ nghĩa giai cấp Ấn Độ đặt nặng màu sắc làn da, ai có nước da đen bị xem là không có trí tuệ, hạng cùng đinh mặt hạng trong xã hội và chỉ xứng đáng làm công việc nặng nhọc tay chân, do đó cơ hội tiến thân bị bế tắc. Còn những người có nước da trắng được xem là tượng trưng cho hào quang sáng chói cho nên mức độ tri thức của họ cũng được tỷ lệ thuận và tăng dần. Thay vì hiểu trên nghĩa đen và nghĩa



## 138 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

bóng như Bà La Môn giáo đã hiểu, đức Phật sử dụng nó bằng ý nghĩa của biểu tượng và triết lý, hào quang không phải là ánh sáng mà là trí tuệ. Trí tuệ con người sáng chiếu không biên giới, không bị giới hạn bởi năm tháng ngày giờ. Người có trí tuệ lúc nào cũng có thể soi sáng cả cuộc đời, làm cho mọi người xung quanh có cơ hội đến với mình để cùng hưởng giá trị tâm linh tương tự. Cho nên, nếu có một thứ chói sáng và đẹp nhất, đó không phải là ngọc lưu ly mà chính là trí tuệ, là nhận thức đạo đức, ứng xử phù hợp nhân quả, giải quyết mọi vấn đề không trách người, trách trời, trách đất, trách phận, không chấp nhận vận mệnh, không chấp nhận sự ngẫu nhiên. Người như thế được gọi là người sáng chói nhất, sáng chói hơn cả mặt trời, huông hồ chỉ là thứ ánh sáng lấp lánh lờ mờ mắt của viên ngọc lưu ly đơn thuần.

Như vậy, theo định nghĩa của đức Phật, thì trí tuệ là tối thượng. Nhờ nó mà mọi bế tắc được giải quyết. Người trí tuệ có thể là người dư tài sản, hay không có một tấc đất trong tay nhưng lời nói, việc làm, suy nghĩ, giao tế ứng xử và những gì phổ biến chắc chắn phải mang lại lợi lạc và hạnh phúc nhất.

### **YẾU TÍNH HẠNH PHÚC**

*Năm điều đạo đức đưa đến hạnh phúc theo lời dạy của đức Phật và quan điểm của Sa môn giáo.*

Sau khi Ưu-đà-di im lặng không trả lời được câu hỏi giữa ánh sáng trí tuệ và ánh sáng mặt trời đứng bóng, cái nào sáng hơn, thì đức Phật bắt đầu xoay vào nội dung quan trọng, đó là con đường hạnh phúc. Trí tuệ không phải chỉ được sử dụng ngay trong hiện tại để tạo hạnh phúc vốn là niềm mong mỏi của con người. Hạnh phúc liên hệ đến hiện tại chứ không phải ở cảnh giới xa xôi nào đó sau khi chết.

Đức Phật hỏi Ưu-đà-di: “*Con đường duy nhất dẫn đến hạnh phúc là gì?*” Ưu-đà-di trả lời: “*Đạo sư của con từng dạy phải từ bỏ sát sinh, không lấp liếm bàn tay vào trộm cắp, cũng không nên ngoại tình, không nên nói dối, đồng thời phải thực hành khổ hạnh ép xác*”. Đây là năm điều đạo đức được các nhà Sa môn chủ trương lúc bấy giờ. Bốn điều đạo đức đầu hoàn toàn phù hợp và đồng với đức Phật về phương diện khái niệm nhưng có phần khác nhau về nội dung.

Trong việc từ bỏ sát sinh, đối tượng nhắm đến của các nhà Sa môn giáo chính là con người, chứ không nội hàm theo nghĩa quan trọng và tích cực hơn là yêu chuộng hòa bình và xây dựng hòa bình. Một số loài thú có khả năng tạo ra chiến tranh nhưng đó là chiến tranh bản năng không tính toán, chiến tranh đó chỉ dẫn đến sự tồn vong và vật thực không bằng chiến tranh mà con người tạo ra, có thể hủy hoại cả chủng loại loài người. Các cuộc chiến liên quốc gia hay liên minh các chủ nghĩa học thuyết, liên minh thế giới hay liên con người, với mấu chốt vẫn nằm trong điều không tôn trọng chủ quyền độc lập và những vấn đề liên hệ trực tiếp đến nó. Cho nên đức Phật dạy, bên cạnh việc giữ đời sống đạo đức thì cần phải xây dựng hòa bình, bên cạnh việc không sát hại cần phải phóng sinh và tạo mạng sống, bên cạnh không hủy hoại môi trường phải làm và xây dựng môi trường một cách hài hòa, phù hợp giá trị chân lý mà chúng ta đang cần.

Thứ hai, ngoài việc không trộm cắp thì phải làm từ thiện, bố thí, giúp đỡ. Không trộm cắp phải đính kèm theo là làm từ thiện.

Thứ ba, bản thân không vi phạm luật một vợ một chồng mà còn phải tán dương người khác như mình và tạo cơ hội cho những sinh hoạt đó được diễn ra.

Thứ tư, bên cạnh không nói dối, cần thực tập tuyên bố

## 140 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

chân lý, nói những lời mang tính xây dựng hài hòa từ những đổ nát, và nói những điều có ích cho xã hội cộng đồng.

Chúng ta thấy nội dung hoàn toàn vượt lên trên. Bốn điều đạo đức này chỉ đồng nhất ở phần nêu ra cái ác, nhưng xây dựng và hướng dẫn về thiện thì các học thuyết đạo đức của các tôn giáo khác không nhấn mạnh.

Điểm khác biệt thứ năm là khổ hạnh ép xác như con đường dẫn đến hạnh phúc nhất thì theo đức Phật xác quyết không phải như thế. Đức Phật đã từng là nạn nhân của phương pháp thực tập này, tuy nhiên, Ngài chưa vội phân tích cho Ưu-đà-di thấy điều đó. Đức Phật hỏi tiếp: *“Kết quả thực tập năm điều đạo đức như vừa nêu có thể mang lại con đường hạnh phúc đích thực hay nó là một sự tổng hợp giữa cảm xúc khổ đau?”*. Suy nghĩ một lúc, Ưu-đà-di trả lời: *“Theo con, nó không phải là hạnh phúc thuần nhất mà nó có tình huống khổ và tình huống vui”*.

Chúng ta thấy rõ đây là nhận thức rất chuẩn xác. Không làm bốn điều ác: Sát sinh, trộm cắp, ngoại tình và nói dối thì chúng ta sẽ có được niềm vui không bị luật pháp trừng trị, bị nguyên rủa hay bị ray rứt lương tâm. Niềm vui đó rất tự nhiên, nhưng điều chúng ta cần quan tâm là câu trả lời về về thứ năm: khổ hạnh. Quả thực như thế. Có đầy đủ mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý mà không hưởng thụ nó theo nghĩa tích cực hưởng thượng, có đạo đức, giúp mình và người được an vui thì phỏng có giá trị gì? Các nhà khổ hạnh cảm nhận được sự đau khổ nhưng họ tự an ủi rằng trải qua sự đau khổ này họ sẽ được hạnh phúc vĩnh viễn. Mặc cả về nhân quả như thế là sai lầm.

Điều sâu sắc là đức Phật gợi ý chúng ta phải tự suy nghĩ để tự đưa ra kết quả dẫn đến phán đoán chân lý đúng sai. Nếu đức Phật nói huych toẹt rằng phương pháp này sai lầm,

không nên theo thì chắc gì Ưu-đà-di tin nghe. Cho nên Ngài phải làm cho Ưu-đà-di tự nhận định đánh giá. Chỉ khi nào chúng ta tự bản thân cảm nhận với sự nghiêm túc và liêm khiết về tri thức thì lúc đó chúng ta mới bắt đầu mở mắt lần thứ hai, và tái sinh bằng tuệ giác lần thứ hai trong cuộc đời.

Đức Phật nói, con đường đích thực dẫn đến hạnh phúc không chỉ dừng lại ở những hành động không làm ác mà bên cạnh đó phải gieo trồng những hạt giống thiện. Nhiều bài kinh trong kinh *Trung Bộ* cũng đã nói, con đường thiện dẫn đến hạnh phúc trong nhà Phật bao gồm ba vế. Vế đầu: Dứt ác hoàn toàn; vế thứ hai: Xây dựng thiện một cách tuyệt đối; vế thứ ba: Phải thanh lọc tâm thông qua việc huấn luyện động cơ và thái độ trong khi thực hành điều thiện. Nếu hành thiện với dụng tâm cầu danh, cái tôi mà làm một cách bắt đấm dĩ thì đó là tâm không cao thượng, dù cho việc thiện có diễn ra đi nữa thì ý nghĩa xã hội của nó cũng không cao.

Con đường tâm linh của Sa môn giáo chỉ đạt được vế đầu là dứt ác, nhưng chưa đề cập đến làm lành. Làm lành được họ hiểu là khổ hạnh ép xác, tự hành hạ cơ thể của mình, cho nên việc thanh lọc tâm khó được thực hiện. Khi tâm đang khổ do thân bị khổ thì làm sao tìm được an vui. Phương pháp tâm linh đó hoàn toàn bế tắc.

### CON ĐƯỜNG HẠNH PHÚC

Đức Phật nói: “*Con đường hợp lý để đưa đến hạnh phúc chính là thiên thứ nhất, thiên thứ hai và thiên thứ ba*”. Ở đây đức Phật đã dùng khái niệm tương đối “*con đường hợp lý*” chứ Ngài không nói thực tập thiên một, hai, ba là tương đương và đồng hóa với hạnh phúc.

Vừa rồi có một Phật tử tâm sự với chúng tôi rằng cô bị ma nhập gần hai mươi năm. Khi nghe nói đây là con ma thiện

có thể giúp cô được hạnh phúc nên cô chấp nhận cho nó bên cô suốt mấy chục năm. Nó bảo tụng kinh thì cô tụng kinh, bảo ngồi thiền thì cô ngồi thiền và nó bảo đừng thì cô đừng. Chúng tôi liền hỏi “*nếu là ma thiện sao lại bảo cô đừng tụng kinh, đừng ngồi thiền?*”, cô trả lời bởi vì khi đối thoại, con ma này nói “*còn ngồi thiền, còn tụng kinh, còn tu tập là còn động niệm. Phải tu làm sao vô niệm, vô tu, vô chứng mới tốt*”. Từ đó cô sợ quá bỏ hết tất cả mọi thứ. Cái bàn cơm với những thực phẩm tâm linh ăn hàng ngày hàng giờ được hạnh phúc mà bây giờ chỉ vì bệnh tướng với hình ảnh của một con ma chỉ đạo chi phối rồi từ bỏ hết mọi thứ! Sau đó, phải mất gần hai tiếng chúng tôi mới giúp cô nhận ra mình đang trong trạng thái bệnh tướng.

Cho nên ở đây, đức Phật nói rất tương đối và tương đối chính là chân lý. Vì bản chất của vũ trụ là duyên khởi, mọi thứ đều tương đối cho nên đức Phật mới dùng cụm từ “*đây có thể là con đường hợp lý*”. “*Hợp lý*” và “*dẫn đến*” là hai điều kiện.

Thứ nhất nó phù hợp với sự thật đang diễn ra. Thứ hai, nó có khả năng dẫn đến. Nếu hai yếu tố này không thành tựu thì dù chúng ta có thực tập vẫn không đạt kết quả. Do đó, tính phương pháp và điều kiện không thể tách rời nhau. Kết quả sự thực tập nào cũng phải lệ thuộc vào phương pháp. Tu không có phương pháp, tuy vào chùa vài chục năm nhưng chúng ta vẫn chỉ dậm chân tại chỗ, có chăng “*cái tôi*” lớn dần. Không có trí tuệ, “*cái tôi*” sẽ trưởng thành rất nhanh, thành tích công trạng nhiều chừng nào, “*cái tôi*” lớn nhiều chừng ấy.

*Thiền thứ nhất là ly dục và ly bất thiện pháp.* Dục, nặng nhất là dục tính và đơn thuần là dục thân. Hai yếu tố này tác động cho lòng tham và lòng si phát triển. Nơi nào có dục

là nơi đó có lòng si, bảo thủ, cưỡng đoạt dẫn đến lòng sân. Tham sân si đồng hành thì khổ đau có mặt. Bất thiện pháp bao gồm hành động, lời nói, ý nghĩ. Hành giả muốn chứng đắc thiên thứ nhất, trước tiên phải thực hiện hai nội dung: dứt ác làm lành; và chuyển hóa năng lực tính dục.

*Thiền thứ hai là dứt tâm và tứ.* Đây là phương pháp vay mượn điều thiện nào đó làm đối tượng cho tâm mình đặt để, tạm quên đi những phiền muộn, vượt qua những nỗi đau, không bám víu vào những điều xấu và hướng tới con đường tâm linh tốt. Đây là phản ứng rất tất yếu, là phương pháp thay thế như cái nệm để tâm dừng yên một chỗ, lắng dịu, nhẹ nhàng, vững chãi thanh thoi. Tiến trình mang các tính chất an lạc như vừa nêu luôn luôn diễn ra trong lúc chúng ta thực tập cùng một đối tượng.

Trong kinh điển nhà Phật, có nhiều đối tượng chúng ta có thể nương vào như từ bi hỷ xả, vô tham, vô sân, vô si... nói chung là các giá trị đạo đức dùng để quán chiếu và nhờ đó vượt qua được phiền muộn. Hoặc chúng ta có thể nương vào hào quang ánh sáng, không gian năm thág, hay đất nước gió lửa... miễn là sở trường sở thích của mình hợp thì nó sẽ trở thành công cụ và điều kiện giúp chúng ta đạt tịnh chỉ, vượt qua được những nỗi đau.

Dựa vào công thức này, các thiền sư Trung Hoa đã sáng tạo ra một công án sau khi chuyển hóa khai tâm mở trí cho một thiền sinh đạt kết quả. Từ đó người ta đã áp dụng cho rất nhiều tình huống khác nhau, và kết quả đạt được cũng tương tự. Còn những câu tham thoại đầu chưa có điển tích, điển cố thì được sử dụng tùy theo khuynh hướng sở trường của các vị thiền sư ứng với căn tánh của từng vị thiền sinh cụ thể, để giúp họ phá vỡ cấu trúc chấp trước của mình. Như vậy, nếu

## 144 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

câu thoại đầu đó có giá trị ở mức độ cao và được nhiều người sử dụng thì nó bắt đầu trở thành một công án. Cho nên tất cả mọi câu tham thoại đầu là bước đầu của một công án, và công án hay tham thoại đầu cũng chỉ là phương tiện Tầm, tức là theo đuổi đối tượng và Tứ là đặt lên trên một đối tượng.

Hơi thở, nụ cười quán chiếu danh hiệu đức Phật A Di Đà, hay câu thần chú trong Mật tông cũng đều có giá trị tương tự. Đó là một cái nệm cho tâm thức không còn loạn tưởng và vọng động. Thực tập như vậy, hành giả sẽ bắt đầu thăng tiến từ thiền thứ nhất hướng đến thiền thứ hai. Định nghĩa của thiền thứ hai là dứt bỏ Tầm và Tứ như những phương tiện, tức là sau khi đã đạt được mức độ vay mượn và thành công trong sự vay mượn thì chúng ta phải tháo gỡ sự vay mượn đó. Cũng như giàn giáo của một căn nhà, muốn cất căn nhà hai tầng thì giàn giáo cũng phải cao hai tầng trở lên. Sau khi hoàn tất căn nhà, chức năng căn nhà sẽ không có tác dụng nếu không tháo gỡ giàn giáo. Cho nên các phương tiện cần được vượt qua, các công cụ sử dụng như là phương pháp thay thế cần phải được buông bỏ. Kinh Kim Cang có câu: “*Chánh pháp còn phải bỏ huống hồ là phi pháp*”. Phi pháp gồm những việc sai quấy, bất thiện, phi đạo đức, những chuyện hý luận, phiền não, hơn thua, thù hận trong cuộc đời đương nhiên phải từ bỏ. Còn chánh pháp cũng phải bỏ là điều hơi khó hiểu, nếu không hiểu đúng ngữ cảnh của nó. Sử dụng chánh pháp như một chiếc bè đưa người sang sông và sẽ trở nên vô nghĩa nếu chúng ta đội chiếc bè đó trên đầu vì lòng biết ơn. Phải buông bỏ nó sau khi đã đến bờ bên kia. Phải rũ bỏ các phương pháp, trả phương pháp đó về bên bờ khổ đau cho những người khác được đi qua. Nếu bám víu sẽ trở thành bòn xén về tri thức.

Người Trung Hoa rơi vào nạn bòn xén này khá nhiều. Gia truyền là một loại bòn xén về kiến thức. Do đó phải từ bỏ Tầm

và Tứ như là phương tiện thiết lập tâm được an lành thì chúng ta mới có cơ hội đang sống và an trú ở tầng thiên thứ hai.

*Thiên thứ ba là ly hỷ diệu lạc.* Phải buông bỏ những hỷ lạc nhỏ nhỏ, mặc dù nó chỉ mới bắt đầu lảng lảng nhẹ nhàng thư thái trong tầng thiên thứ nhất, thứ hai. Lúc đó chúng ta mới đạt cái diệu lạc, tức là hạnh phúc sâu lắng hơn, cũng như muốn lên lầu ba thì phải quay lưng với lầu một, lầu hai. Hãy buông xả các hỷ lạc bên dưới thì mới đạt được tầng thiên cao hơn. Ở đây đức Phật nói rất khiêm tốn và tương đối rằng “*đây có thể là những con đường hợp lý để dẫn đến hạnh phúc*”.

*Thiên thứ tư “xả niệm thanh tịnh” là mục tiêu cốt lõi mà đức Phật muốn nhắm đến.* Đức Phật quay sang các bậc du sĩ và tín đồ của Ưu-đà-di đang có mặt lúc bấy giờ và hỏi rằng: “*Các vị có ý kiến gì không?*” Tất cả đồng loạt trả lời: “*Chúng con không biết gì hơn, ngoài những gì được nghe từ vị đạo sư của chúng con đang có mặt tại đây, những gì đạo sư nói là thay lời chúng con muốn nói*”.

Con đường tâm linh tôn giáo nhất thần là như vậy. Kiến thức của người học trò là bản sao kiến thức của ông thầy và không dám đặt bất cứ vấn đề nào dù có phương pháp, sáng suốt hay ít nhất là tương quan. Hầu như họ không hề có cơ hội phát minh ra cái mới.

Đức Phật quay sang Ưu-đà-di, Ưu-đà-di lắc đầu và xin thưa: “*Thế nào mới là con đường hướng tới hạnh phúc đích thực nếu như Ngài nói thiên thứ nhất, hai, ba chỉ là phương pháp hợp lý?*”. Đức Phật trả lời: “*Cần phải an trú vào thiên thứ tư. Có cơ hội đạt được tầng thiên này cũng như sống chung với những người đạt được tầng thiên này thì lúc đó hạnh phúc đích thực mới thật sự có mặt*”.



## 146 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Thiền thứ ba, diệu lạc vẫn chưa phải là hạnh phúc nhất bởi vì nó chỉ tồn tại trong lúc chúng ta đang ngồi thiền. Trong công thức của thiền thứ tư có hai phần: Xả niệm và Thanh tịnh.

Xả là buông đối tượng của sự nắm bắt hạnh phúc và khổ đau, hay trung tính giữa hạnh phúc và khổ đau. Khi thực tập thiền, giữ lại hạnh phúc, buông bỏ khổ đau là tiến trình diễn ra một cách bất buộc. Nếu không nắm lấy hạnh phúc thì khổ đau không có cơ hội được buông. Nhưng sẽ sai lầm nếu sau khi nắm lấy hạnh phúc để buông khổ mà lại an trụ vào trong hạnh phúc đó, thì đó sẽ là hạnh phúc có điều kiện, là hạnh phúc đối lập với khổ đau, không phải là hạnh phúc đích thực. Chính vì thế, chúng ta phải xả niệm, đừng bám vào nó vì bám vào là một sự trở ngại. Khi không còn bám víu, hành giả sẽ đạt được trạng thái thanh tịnh tuyệt đối về tâm thức. Tâm thức được chuyển hóa thành trí, trí rũ bỏ tất cả mọi chấp trước giúp hành giả làm chủ được dòng cảm xúc, nhận thức và làm chủ bản thân.

Đức Phật dạy: *“Khi con người xả niệm được thanh tịnh, rõ ràng nó không chỉ có giá trị tồn tại trong khi thiền hành mà còn luôn có mặt ở khắp mọi nơi”*, đây là điều đức Phật muốn chúng ta hướng đến. Đạt được trạng thái thiền thứ tư với hai nội dung xả niệm và thanh tịnh, chúng ta mới thực sự đang sống trong hạnh phúc chứ không phải đang hưởng bánh vẽ của hạnh phúc. Như người đếm tiền ngân hàng là đang hưởng bánh vẽ của tiền bạc và giàu sang; người đang nghe mô tả về các vật thực là đang ăn bánh vẽ của vật thực mà bản thân người đó không hề có giá trị no nê nào để giải quyết đói khát.

Đức Phật muốn chia sẻ với Ưu-đà-di không chỉ đơn thuần là đạt được tầng thiền thứ tư này, mặc dù đối với người tại gia, nó là hạnh phúc lớn nhất. Đức Phật xác quyết rằng: *“Các vị xuất gia chân chính trên con đường tâm linh của đạo Phật*

*không phải vì mục đích đạt được tầng thiên thứ tư như vừa nêu, mà họ còn có những mục tiêu cao thượng hơn”. Phật nêu rất rõ các mục tiêu đó: Túc mệnh trí, Sanh tử trí, Lậu tận trí. Ba mục tiêu này còn gọi là Tam minh.*

Túc mệnh trí là năng lực tri thức quá khứ của bản thân cũng là chủ nghĩa kinh nghiệm đích thực nhất, nói có sách mách có chứng và nó là bài học ở hiện tại cũng như tương lai để chúng ta không tái phạm. Nó chính là cơ hội để mở cửa cho sự không làm lỗi và cơ hội của quay đầu.

Thiên nhân trí là năng lực thấy được nhân quả của tha nhân và tái khẳng định kiến thức nhân quả ở chiều sâu hơn của tương lai. Trong khi nhân quả tự thân gọi là Túc mệnh trí, thì nhân quả của tha nhân ở tương lai thuộc về Thiên nhân trí. Như vậy người đạt hai trí tuệ vừa nêu sẽ có được tri thức nhân quả của mình và người.

Lậu tận trí, tức là năng lực tuệ giác thấy rất rõ phiền não nghiệp chướng trần ô uế nhiễm, tham, sân, si, cái tôi vị kỷ đã không còn chỗ đứng trong bản thân. Đây chính là kết quả cuối cùng của hành giả tâm linh theo đạo Phật.

Vì ba mục tiêu này mà những người xuất gia trở thành tu sĩ, chứ không phải để được cung kính tôn trọng, ngợi khen, phong chức tước trong một ngôi chùa hay một giáo hội. Khi đạt được Tam minh, phản ứng kéo theo đó là hành giả sẽ có được trí tuệ về Tứ diệu để giải thoát tất cả lũ lụt của dục, lũ lụt của tái sinh và của vô minh. Đức Phật khéo léo dùng từ “lữ” rất ẩn tượng biểu đạt hình ảnh cuốn trôi chúng ta chết chìm chết đuối.

Như vậy, mục tiêu căn bản nhất và quan trọng nhất mà hành giả Phật giáo thực tập là làm thế nào để chúng đắc được ba loại trí tuệ thì mới giải hết ách nạn trong cuộc đời. Thêm vào đó, mọi ứng xử sau khi chúng đắc sẽ đặt trên nền tảng trí

tuệ của Tứ diệu đế, tức là hai lớp nhân quả, do đó chúng ta sẽ không bị lầm lỡ và tái phạm.

### CHƯƠNG NGẠI VÀ THỰC TRẠNG

Sau khi nghe đức Phật trình bày, nhà đạo sư Ưu-đà-di cảm thấy thán phục vì những điều lần đầu tiên ông được nghe. Là một người liêm khiết về tri thức, đang mong cầu tâm linh thật sự nên ông có tinh thần rất khách quan trong nhận định đánh giá, không để những thành kiến trong quá khứ lôi cuốn, chi phối, ảnh hưởng, tác động. Do đó ông muốn phát nguyện trở thành đệ tử của đức Phật, mong trở thành vị xuất gia chân chính. Dĩ nhiên theo mật ước, người nào xuất thân là một giáo sĩ của các tôn giáo khác thì cần phải trải qua thời gian thực tập thử thách niềm tin, nhưng trong tình huống này, đức Phật lại nhận lời ngay vì biết rằng Ưu-đà-di đến với đạo Phật bằng thái độ tiếp cận chân lý và sống với chân lý, chứ không phải đi tìm một cái gì đó hư vọng, danh tước. Khi nghe đức Phật chấp nhận Ưu-đà-di là đệ tử xuất gia, các đệ tử du sĩ và cư sĩ của nhà tâm linh Ưu-đà-di vô cùng phẫn nộ. Họ nói rằng: *“Tôn giả Ưu-đà-di cũng giống như cái ghè nước bị chọc thủng, không chứa được một hạt nước nào. Chính ông mới là người trống rỗng chứ đạo sư của chúng ta, thầy tổ của chúng ta không phải là người trống rỗng”*. Khi nghe phản đối kịch liệt, Ưu-đà-di đã đánh mất cơ hội trở thành đệ tử xuất gia của đức Phật, mặc dù đức Phật vẫn đang trông chờ tiếp nhận ông.

Do bị giới hạn của nhận thức và tri thức, thỉnh thoảng chúng ta thấy những người thân thương vì thương kính mình, muốn bảo vệ, giúp đỡ mình mà cuối cùng lại trở thành hại mình. Cần ngăn không cho tiếp xúc với giá trị cao sâu hơn vì họ không muốn mất chúng ta. Nhà tâm linh Ưu-đà-di có đến hàng trăm ngàn đệ tử, nhưng ông không hề mặc cảm, hay xấu hổ khi thừa nhận đức Phật là thầy của mình, vì ông đã tìm

thấy được một nhà tâm linh đích thực và bản thân ông chưa phải là nhà tâm linh. Cũng trong hành động đó, ông muốn các đồ đệ của mình trở thành đệ tử của đức Phật tương tự. Không ngờ phản ứng đó quá mạnh khiến ông chao đảo. Cuối cùng ông trở thành một con người sống với chân lý, nhưng không trở thành một phần trong chân lý đó. Tức là ông vẫn duy trì truyền thống tâm linh cũ, mặc dù ông đã được khai tâm mở trí.

Nếu không may mắn phải sống chung với những người thân như đồ đệ của Ưu-đà-di, ắt chúng ta sẽ khổ. Vì thương yêu mà người thân bệnh vực, sợ hãi mất chúng ta. Quan hệ thân thuộc trong sự được và mất làm cho người ta phải trói buộc lẫn nhau. Cuối cùng, một người mù dẫn một đoàn mù. Nó giống như khi chúng ta không biết chèo thuyền, càng quấy nước mạnh chùng nào, thuyền càng dậm chân tại chỗ và quay vòng vòng chùng đó, nỗ lực vẫn không có kết quả.

Trong các khóa tu, rất nhiều câu hỏi được đặt ra với chúng tôi: *“Tôi muốn đi chùa nhưng vợ hoặc chồng không đồng tình vì sợ mất tôi”*. Tình huống khác lại kể rằng: *“Tôi muốn làm từ thiện, nhưng chồng và cha của tôi không cho phép. Họ nói, làm như thế là đại đột, tạo cơ hội cho kẻ khác lừa dối. Cứ để họ bị khổ đau, tự động họ tỉnh thức rồi sẽ giàu sang trong tương lai”*. Lý luận này có vẻ hấp dẫn nhưng thực tế nó không đúng chỗ. Dĩ nhiên có một số phần tử lợi dụng vào tình thương thiếu phương pháp của người làm từ thiện trở thành một kẻ lừa dối và lừa dối. Nhưng vẫn có những con người nếu không tức thời và kịp lúc nhận sự hỗ trợ thì họ vì khổ đau tiếc nuối tài sản bị mất do thiên tai mang đến, có thể chọn lấy cái chết.

Trong vô thường, chúng ta còn lại là tình thương. Khi mọi thứ bị mất hết thì tình thương được thiết lập. Sóng thần

## 150 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

dạy chúng ta những tình thương trong sự tang tóc tập thể mà phần lớn không ai muốn thừa nhận nó. Cuộc động đất làm chết hàng loạt, các tai nạn máy bay, chìm tàu v.v... đều là những bài học cho chúng ta ý thức vô thường và thiết lập tình thương. Theo cách nói tích cực, chúng ta có cơ hội để tình thương được gắn kết với nhau. Như thế không có nghĩa chúng ta van vái bất hạnh xảy ra để có tình thương, vì tạo tình thương trên nỗi đau còn tệ hại hơn không có tình thương nào từ chỗ không có nỗi đau. Do vậy, nếu không biết cách thương, chúng ta đang kéo lùi người thân của mình trở thành một kẻ tụt hậu trong hạnh phúc và an vui.

Đi chùa là đến với môi trường tâm linh cộng đồng, thực tập những điều thiện thì không có lý do gì phải sợ. Càng sợ lại càng dễ mất, đôi lúc chúng ta vô tình xiềng xích người thân trong ngục tù của cảm xúc mà mình không hay biết. Khi thấy người thân của mình làm những công tác tốt, sợ tổn tiền, nhiều người đã than thở: *“Trời ơi! Lúc này bà ấy ngu lắm, có bao nhiêu tiền đem cho thiên hạ ăn hết”*. Nghĩ như thế là nghĩ tiêu cực, một nhận xét bằng lời lẽ thiếu chín chắn đó làm cho chúng ta sợ hãi mà không dám dẫn thân. Hoặc khi nghe nói: *“Ôi! Việc đó chẳng có nghĩa gì, phải vô tu, vô chứng, vô niệ mới là tu tối thượng. Còn tu để có những thành quả phước báu công đức là tu tâm thường”*. Phước báu chưa có, tu sơ đẳng chưa có, làm sao có thể vô tu, vô chứng? Chúng ta phải tu chứng nhiều, sau đó, khi muốn chứng ở mức cuối cùng thì phải bỏ hết những cái chứng trước đó. Chúng ta phải hướng đến cái vô chứng để giải phóng sự chấp trước về thành quả. Còn chưa có gì mà tham vọng giải phóng thì giải phóng cái gì? Do đó, những bài kệ trong kinh *Pháp Bảo Đàn* như là con dao hai lưỡi, nếu không biết cách sử dụng sẽ *“tẩu hỏa nhập ma”*:

“Bồ đề bốn vô thọ  
Minh kính diệc phi đài  
Bản lai vô nhứt vật  
Hà xứ nhạ trần ai”.

Dịch nghĩa:

“Bồ đề vốn không cây  
Gương sáng chẳng phải đài  
Xưa nay không một vật  
Chỗ nào vương trần ai”.

Dành cho những căn cơ đã tu rất nhiều. Tu nhiều với nhiều thành quả bây giờ phải tâm niệm: “*Tâm chúng ta không phải là đài gương cho nên không cần phải nỗ lực mài chùi, miễn làm sao trở về “phản bốn hoàn nguyên” với tự tính thì chúng ta đạt được*”. Còn chưa đạt được tự tính thì vẫn phải nỗ lực. Nỗ lực là thái độ chuyên cần vun trồng cây bồ đề; dần thân làm tắt cả mọi thứ. Sau khi làm xong mới tâm niệm, chẳng qua là “*ta trở về với ta*” chứ không phải là đạt một cái mới.

Do đó, bài kệ của ngài Huệ Năng dành cho những người đã đạt trình độ tâm linh cao, còn bài kệ của ngài Thân Tú là dành cho tất cả chúng ta, những người đang trên con đường thực tập. Mới bắt đầu tu mà lấy theo tông chỉ của ngài Huệ Năng thì suốt cuộc đời chẳng có chút phước báu nào, vì không làm gì thì sao có phước. Chính vì thế, chúng ta phải ứng dụng lời kinh đúng tình huống. Sử dụng quá “đơ” tâm linh cũng giống như sử dụng thuốc quá liều. Uống thuốc mạnh để hết bệnh ngay tức khắc thì sau đó thuốc bình thường khác sẽ không còn tác dụng. Con đường tâm linh cũng vậy, sử dụng “đơ” vừa phải, hợp với căn tính.

## 152 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Do đó, thương người thân đúng phương cách thì chúng ta mới giúp họ đạt nhiều giá trị và làm cho họ xứng đáng với chính mình. Bất chước đồ đệ của nhà tâm linh Ưu-đà-di, chúng ta sẽ làm cho thầy mình, người thân của mình bị bế tắc theo. Trong xã hội, không hiếm những tình huống như vậy. Điều đáng buồn và đáng tiếc ở đây là một nhà tâm linh có liêm khiết về tri thức, rất trung trực trong việc nhận định, đánh giá tâm vóc tâm linh giữa mình và đức Phật, ấy thế mà lại bị chao đảo. Mặc dù kinh không đề cập, nhưng có lẽ sẽ có một chút nuối tiếc khi nghĩ *“mình là thầy của thiên hạ mà bây giờ lại trở thành đệ tử của người khác thật uổng phí”*. Trên thực tế, Ưu-đà-di đang sống với con đường tâm linh mới của đức Phật, nhưng ông lại không dám thừa nhận nó. Ông từ bỏ con đường mới này khi nghe có những người nói: *“Tôn giả là nhà đạo sư rồi thì đâu cần phải làm đệ tử của đức Phật, tôn giả chỉ là một cái ghè nước bị chọc thủng”*. Nghe đến đó, ông tự ái muốn chứng tỏ mình không phải là cái thùng rỗng. Cho nên tiếc nuối chính là sự trở ngại, là một hình thái của chấp trước, một bế tắc khiến chúng ta không có cơ hội thưởng thức những gì chúng ta cần phải được.

\*\*\*

## Chương 6

# NGHỆ THUẬT CHẶT ĐỨT MẮC XÍCH KHỔ ĐAU

(TIỂU KINH ĐOẠN TẬN ÁI)

*Giảng Kinh Trung Bộ 37 tại chùa Xá Lợi, ngày 09-04-2006*

Phiên tả: Hoàng Oanh







### XẢ LY THAM ÁI

Ngày nay người ta dùng biểu ngữ một cách phổ biến nhằm khuyên răn giới trẻ và mọi người trong xã hội từ bỏ con đường nguy cơ đưa đến những cơn bệnh của HIV và AIDS với những câu rất ấn tượng chẳng hạn “*Đừng chết vì thiếu hiểu biết*”. Biểu ngữ phản ánh thái độ chấm dứt vĩnh viễn hoặc khuyên con người đừng nên hưởng thụ các loại xì ke, ma túy bằng hình vẽ cái đầu sọ gạch chéo chữ x với câu tiêu đề bên dưới “*Đừng thử dù chỉ một lần*”. Một lần đủ mang đến cái chết, một lần đủ mang đến khổ đau, hối hận khó có thể thể làm mới lại cuộc đời. Đó là những thái độ rất dứt khoát giúp cho con người mạnh dạn chấm dứt khi thấy nó không phải là nhu cầu hạnh phúc cần thiết cho đời sống.

Đức Phật trong kinh cũng vậy, ngài đưa ra rất nhiều hình ảnh, biểu ngữ khuyên dạy hàng Phật tử đi đúng trên con đường đạo đức nhằm đạt an vui theo chánh pháp.

Hình ảnh Như Lai khuyên là “*hãy cài đặt yếu tố và thái độ buông xả trong bản chất của dòng cảm xúc hưởng thụ các khoái lạc giác quan*”. Chương trình “*xả ly tham ái*” được cài đặt có chức năng tìm kiếm nhu cầu của hoạt động tính dục, khống chế khoanh vùng, chuyên hóa những nhu cầu này giúp hành giả đạt được sự tu tập một cách lâu dài. Đối với những người tại gia, nhu cầu hoạt động tính dục được khoanh vùng trong phạm vi của luật pháp và đời sống hôn nhân cho phép. Sự buông xả có thể được hiểu như cách thức buông một gánh nợ, quẳng một gánh nặng trên vai, hay thoát ách kéo xe. Trạng thái nhẹ nhàng thoải mái không còn vướng víu trói buộc bởi bất cứ nhu cầu cảm xúc nào. Sự buông xả tạo giá trị thoải mái thông dong không vướng víu.

## 156 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Đối với người tại gia, có thêm những bóng hồng ngoài hôn nhân sẽ tạo sự ràng buộc, lén lút, mỗi mệt và căng thẳng. Còn đối với người xuất gia, có thêm nhu cầu của sự hưởng thụ khoái lạc giác quan, người đó sẽ đánh mất tất cả những gì mình dần thân cho đời sống tu học mấy mươi năm trên một lý tưởng nhất định nào đó. Nhìn thấy chúng như gánh nặng hay như sợi dây xiềng xích dè nặng có thể làm tan nát đời sống hạnh phúc thì sự buông xả, thoát ly, chuyển hoá nó mới có thể diễn ra một cách nhẹ nhàng mà không cần sử dụng bất kỳ một cưỡng lực nào để khống chế. Nhu cầu hưởng thụ khoái lạc giác quan có thể khởi lên bằng ý thức; bằng chương trình tự điều khiển, tự cài đặt với tinh thức cao độ; hoặc bằng sự hỗ trợ với những phương pháp quán tưởng rất có nghệ thuật.

### HẾT DỤC CÒN GÌ?

Đây là câu hỏi lớn được đặt ra bởi rất nhiều người tại gia hoặc những người không chấp nhận con đường xuất gia của tu sĩ Phật giáo chuyển hoá năng lượng tính dục, trong khi các tôn giáo khác vẫn cho phép các vị tu sĩ có đời sống gia đình. Đạo Phật là tôn giáo duy nhất khuyên người xuất gia không nên bận tâm và để ý đến đời sống tại gia như vậy. Do đó, câu hỏi được đặt ra *“liệu sau khi hết dục, con người còn giá trị sự sống hay không, vì đó là một bản năng rất tự nhiên?”*. Một câu hỏi khác tiếp tục được đưa ra: *“Nếu tất cả người nam và người nữ đều đi tu theo đạo Phật thì loài người có bị diệt chủng hay không?”*.

Dù tất cả mọi người đều tu theo đạo Phật, tình huống đó vẫn không tạo sự diệt chủng của con người. Vì trong tiến trình tái sinh vô bờ bến, người tu được chuyển hoá năng lượng tính dục sẽ trở thành những bậc thánh. Họ không tạo tiến trình nối tiếp hay nối dõi tông đường. Nhưng chúng

sinh, các loài động vật ở cõi Ta bà và các hành tinh khác sau khi trả hết kiếp đày đọa do nghiệp dẫn dắt, sẽ tái sinh làm con người. Qui trình chuyển hoá từ con người trở thành chư Thiên, những bậc thánh và từ các loài động vật trở thành con người là qui trình diễn ra hàng ngày, hàng giờ, hàng giây, hàng phút, mọi nơi mọi chốn. Có những chúng sinh ở hành tinh khác tái sinh làm con người ở hành tinh này, và ngược lại con người hành tinh này tái sinh làm con người ở hành tinh khác. Do đó, dù cả hành tinh này tu tập một cách có nghệ thuật và đúng theo lời Phật dạy, cũng không bao giờ có tình trạng bị diệt chủng nhân loại.

Đó là chưa kể đến số người xuất gia đi tu đang là con số rất nhỏ bé. Nhiều nhất là ở Tây Tạng thì tỷ lệ người xuất gia cũng khoảng 40%. Thái Lan khoảng 5 đến 6% dù người nam nào cũng phải trải qua đời sống tu tập khi trưởng thành. Do đó không nên đặt ra câu hỏi không bao giờ xảy ra trong hiện thực.

Quan điểm tiếp theo được đặt ra: *“Tôi cần nói dỗi tông đường, việc đi tu sẽ làm hạt giống chất xám trong tôi về kinh tế, nghệ thuật, và các lĩnh vực khác không có cơ hội phục vụ xã hội?”*. Bên cạnh đó, thế giới xuất hiện nhiều ngân hàng hạt giống của người nam, đặc biệt của các nhà khoa học, bác học, những nhân tài lỗi lạc. Người ta hy vọng những hạt giống tinh hoa đó khi được cấy đặt vào cơ thể người nữ sẽ tạo chất xám cho xã hội. Thực ra, cấu trúc và ảnh hưởng gien di truyền chỉ phát huy ở một mức độ giới hạn. Nghiệp lực quyết định gien di truyền, nghiệp lực tạo ra sự thay đổi vượt cấu trúc và bản chất của gien. Đó là điều không thể phủ định.

Có rất nhiều cha mẹ là nhà giáo lại sinh ra con cái đốt sách. Nhiều bậc phụ huynh đạo đức sinh con cái là kẻ bất trị. Cá tính con người liên hệ đến nghiệp lực. Nghiệp lực liên hệ

## 158 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

trực tiếp hay gián tiếp đến phong tục tập quán, truyền thống giáo dục, môi trường, hoàn cảnh, cách thức ứng xử giao tế,... Chỉ giien thì chưa đủ .

Do đó không nên lo sợ tình trạng diệt chủng. “*Hết dục*” rồi còn lại cái khác, đó là năng lượng được chuyển hoá. Năng lượng được bản kinh nêu rõ: “*Đạt được sự cứu cánh về đời sống an vui, thoát khỏi mọi khổ ách, tâm hành giả sẽ an ổn tuyệt đối. Hành giả sẽ đạt được thành tựu về đức tính của một bậc Thánh, trở thành bậc số một giữa cõi Người và cõi Trời*”. “*Hết dục*” không phải là mất đi, không phải bị diệt chủng, mà trở thành con người với giá trị đóng góp cao hơn, vĩ đại hơn và bền bỉ hơn.

Nhân tài Phật giáo thường là những đệ tử đến y chỉ mà không phải là những người xuất thân từ chính tông môn pháp phái đó. Một tông môn pháp phái có thể có hàng trăm ngàn đồ đệ, nhưng người kế thừa thường lại từ nơi khác đến. Trong đạo Phật, nhiều đệ tử đã y lại vào thầy mình có tên tuổi, ảnh hưởng, vị thế trong xã hội, tôn giáo hay cộng đồng. Thái độ y lại đó làm họ khó tiến thân lâu dài. Cho nên các vị cao tăng đã sẵn sàng độ cho những đệ tử đến từ tông môn pháp phái khác, mà vẫn có thể mang lại giá trị tương đương hoặc hơn đệ tử mình. Người tại gia cũng vậy, thông thường người ta muốn truyền bí quyết ngành nghề nào đó cho con ruột mình hơn là truyền cho người dung nước lã.

Ngày nay khuynh hướng đó ở phương Tây đã được thay đổi. Một số triệu phú, tỷ phú khi thấy con cái không có lòng hiếu thảo, sự truyền trao gia tài có thể làm cho chúng hư đốn, nhiều bậc cha mẹ đã giấu ngân khoản, tài khoản của mình. Họ lập di chúc khi còn khỏe mạnh để nếu vô thường ập đến thì số tiền trong tài khoản mặc nhiên được chuyển vào chương trình từ thiện hay ngân quỹ giáo dục, an sinh xã hội

nào đó. Vì họ thấy rõ giá trị của hạnh phúc không nằm ở việc “*nói dối tông đường*” mà nằm ở chỗ “*phục vụ cái gì? cho ai? như thế nào? và phạm vi ra sao?*”.

Đến lúc nào đó, con người quan niệm như vậy thì lòng từ bi bắt đầu được mở rộng. Không còn nhất nhất phải phục vụ cho người thân mà mở rộng cho những người không thân. Tình trạng tranh giành, lợi dụng, cạnh tranh hơn thua lẫn nhau sẽ giảm đi ở mức độ tối đa. Nếu chỉ chăm chút cho người thân, thái độ vị kỷ, ích kỷ có mặt. Khi mở rộng đối tượng, thái độ vị kỷ, ích kỷ đó sẽ được chuyển hóa.

### CHUYỂN HÓA NHU CẦU TÍNH DỤC

Bản kinh diễn tả nghệ thuật giúp người đồng tu là thiên chủ Sakka được chuyển hóa. Sakka đã đưa ra lời thỉnh cầu với đức Thế Tôn: “*Xin Ngài giảng cho con một bài pháp làm thế nào để chuyển hoá năng lượng tính dục ở người tu một cách vắng tắt*”. Ý ông muốn nói “*con không có nhiều thời giờ để nghe, con không đủ kiên nhẫn để học*”. Ngoài ra, ông không đến với đức Thế Tôn bằng thái độ tham cầu tu học như người xuất gia, vì bản chất vai trò địa vị của ông là hưởng thụ các hoạt động tính dục. Mặc dù bản kinh không nêu rõ dụng ý của ông, nhưng người ta có thể phán đoán dựa trên cách thức đặt câu hỏi và thái độ tiếp nhận lời giảng dạy rằng có thể Sakka muốn mình là người đồng tu của tôn giả Mục Kiền Liên, hoặc ông muốn sự hưởng thụ tính dục không làm ông đắm chìm để rơi từ cõi trời Ba Mươi Ba xuống những hành tinh thấp hơn.

Sau khi đức Thế Tôn trình bày bài kinh ngắn, Sakka đã đánh lễ và biến mất ngay tức khắc. Đây là cách thức né tránh, Sakka sợ đức Thế Tôn giảng quá dài khiến ông bị chinh phục dẫn đến các nhu cầu đời sống thế nhân của ông có thể bị đòi

## 160 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

sống xuất gia thay thế. Vì ông biết rõ đã có nhiều người đến bằng thái độ muốn chinh phục đức Thế Tôn nhưng chỉ sau một thời kinh hay một buổi đối thoại, người đó trở thành đệ tử của Ngài. Khả năng thần biến thông qua giáo dục tuyệt vời làm cho Sakka ý thức không muốn nán lại tiếp chuyện thêm với đức Thế Tôn. Nghe xong, ông biến mất ngay lập tức.

Từ xa, nhìn thấy cảnh tượng đó, ngài Mục Kiền Liên đã dùng sức thần thông thoát bay khỏi giảng đường và có mặt tại cõi trời Ba Mươi Ba. Ngài trông thấy Sakka đang hưởng thụ dục lạc với rất nhiều tiên nữ và thị nữ tại vườn Nhất Bạch Liên. Bên cạnh có năm trăm nhạc khí chư Thiên trỗi năm trăm loại nhạc du dương, trăm bông đẽ tạo cảm xúc tình cảm, phục vụ kéo dài các sự hưởng thụ khác nhau.

Thấy tôn giả Mục Kiền Liên xuất hiện, Sakka ngưng tất cả cuộc vui chơi và chào đón với lời lẽ rất lịch sự, quan cách. Ông mời tôn giả ngồi vào ngai của mình, còn mình ngồi ghế thấp hơn để bày tỏ lòng tôn kính, mặc dù tiền thân họ là bạn đồng tu.

Điều cần bàn thêm ở đây là dù mang tước vị vua chúa, quan tước, hay có vai trò vị trí xã hội lớn mức nào đi nữa thì đời sống tâm linh của người tại gia nói chung vẫn thấp hơn người xuất gia chân chính. Tôn trọng giá trị tâm linh chân chính là để tu bồi cho hạnh phúc của cuộc đời. Các chính thể nào muốn không chế vai trò tâm linh, chính thể đó khó tồn tại được lâu dài, bởi vì họ đánh mất cơ hội học được đời sống tâm linh và đạo đức ở những người xuất gia.

Vua chúa Thái Lan và những nước Phật giáo Nam tông đã quỳ và lạy người xuất gia, dù họ chỉ vừa xuống tóc vào buổi sáng. Truyền thống tốt đẹp đó vẫn còn giữ đến nay. Bản thân vua Thái Lan cũng từng xuất gia. Cứ vài năm một lần, nhà vua xuất gia ba tháng trong mùa an cư. Hiện nay, vua

Thái Lan là người rất mẫu mực, chỉ duy nhất một vợ. Khác với vị vua Mahidol, tại vị vào khoảng giữa thế kỷ 20, người tạo ra truyền thống cách tân của Thái Lan trong việc tiếp xúc với văn hoá phương Tây. Ông có rất nhiều vợ, gần trăm người con. Cuộc đời ông đã được Hollywood dựng thành hai bộ phim đều đoạt giải Oscar rất ấn tượng: “*The King and I*” và “*Anna and the King*”.

Trở lại bản kinh, sau khi được chào đón và nghinh tiếp, tôn giả Mục Liên giả vờ thăm dò tâm ý Sakka về bài pháp của đức Thế Tôn. Tôn giả nói “*thật diễm phúc nếu tôi được nghe một phần lời pháp nhiệm mầu mà đức Thế Tôn đã giảng vắng tắt cho ông khi này*”. Đó là nghệ thuật bắt mạch tâm trước khi hóa độ, hoặc nghệ thuật vận dụng tha lực, tha tâm thông để hiểu dòng cảm xúc người cần được hoá độ. Trước câu hỏi của tôn giả, Sakka khó có thể chối từ. Nhưng Sakka là người có chiều sâu và rất tâm lý, ông trả lời: “*Thưa tôn giả, tôi là người rất bận rộn với nhiều công việc khác nhau, bao gồm việc cho bản thân và cho cư dân ngôi trời Ba Mươi Ba này*”. Đây là lời biện hộ để nếu ông có quên thì đó cũng là sơ sót có thể dễ dàng thông cảm.

Về thứ hai, Sakka tán dương: “*Lời Thế Tôn giảng tôi rất lắng nghe, nắm vững, suy tư không thể nào quên được*”. Lời nói khiêm hạ nhưng ngầm mong đợi được ngợi khen rằng: Dù rất bận rộn với trăm công nghìn việc nhưng ông vẫn để tâm ghi nhớ lời dạy của Thế Tôn mà kể lại cho tôn giả Mục Liên, đó là việc vô cùng hy hữu.

Biện hộ cho tình huống “*quên*” là cách thông dụng để giải thoát mình ra khỏi những nhu cầu cần phải tu tập. Khi con người có thái độ viện lý do thì mọi việc làm trở nên ách tắc. Rất may ở về thứ hai, Sakka đã thể hiện tấm lòng lắng nghe, nhưng là sự lắng nghe có giới hạn, lắng nghe để tìm kiếm những kiến thức chứ không để dẫn đến sự hành trì.



## 162 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

Sau đó Sakka biểu lộ niềm hãnh diện, tự hào về những thành công ông đạt được. Dĩ nhiên ông biết rõ ông và tôn giả Mục Kiền Liên là bạn đồng tu. Ngài Mục Liên đã trở thành Thánh giả A La Hán, hỗ trợ đắc lực cho công trình hoằng pháp của đức Thế Tôn. Còn ông trở thành thiên chủ cõi trời Ba Mươi Ba, từng dẫn các đồ đệ của mình đến nghe đức Thế Tôn thuyết pháp. Nhưng niềm hãnh diện quá mức làm ông không thấy được giá trị tâm linh của tôn giả Mục Liên, dù ông đã thỉnh mời ngài ngồi trên ngai vàng của mình. Ông khoe: *“Lâu đài Tối Thắng Điện (Vessavana) mà tôi đã tạo ra là kết quả khai hoàn sau cuộc chiến quyết liệt giữa cảnh giới chư Thiên và thế giới A Tu La”*. Đây là hai cảnh giới có mặt ở hai hành tinh khác nhau.

Kinh mô tả, trong thế giới của A Tu La, người nam vốn rất xấu xí, trong khi người nữ lại rất xinh đẹp. Chư thiên thường thích các nữ A Tu La. Do đó mà cuộc chiến tranh giành nữ A Tu La đã từng diễn ra. Phần thắng thường thuộc về chư Thiên, vì trình độ khoa học, phương tiện chiến lược chiến thuật của họ cao hơn. Lòng sân đã làm cho người A Tu La trở nên nhỏ bé, xấu xí, mất hết trí khôn và sự sáng suốt.

Tiếp theo, ông mô tả *“tòa lâu đài có đến một trăm vọng tháp khác nhau, mỗi vọng tháp có bảy dinh thự hình tam giác, trong mỗi dinh thự hình tam giác có bảy tiên nữ, mỗi tiên nữ lại có bảy thị nữ hầu hạ”*. Nếu làm một bài toán thì tại cung điện này có đến 4.900 tiên nữ làm vợ ông và 34.300 thị nữ hầu hạ. Sakka mời tôn giả tham quan cung đài nguy nga tráng lệ, sáng rực sắc màu của bảy loại ngọc báu khác nhau. Tôn giả Mục Kiền Liên im lặng nhận lời với mục đích thân hành cùng ông để có cơ hội chuyển hóa thái độ cống cao ngã mạn. Niềm hãnh diện tự hào đã làm Sakka đánh mất các tiềm năng, hạt giống của đời sống

thoát tục mà ông đã gieo trồng ở những đời trước với tôn giả Mục Kiền Liên.

Thiên chủ Sakka và đại vương Vessavana nhường tôn giả Mục Kiền Liên đi trước. Bản kinh mô tả *“khi bước qua từng dinh thự tam giác, các vọng tháp, v.v..., rất nhiều tiên nữ và thị nữ cúi đầu một cách thẹn thùng, e lệ như cô dâu khi gặp cha chồng”*. Sự e lệ đó tạo vẻ đẹp kiêu diễm thu hút nhu cầu tình yêu và tính dục. Sống trong môi trường như vậy, con người khó có thể thoát khỏi sự hưởng thụ. Tôn giả Mục Kiền Liên vì đã chứng thánh quả nên những ngôn ngữ của tình yêu thể hiện tế nhị qua hình thái người nữ không đủ sức chinh phục Ngài như đã chinh phục thiên chủ Sakka.

Chiến thắng thường làm con người trở nên kiêu ngạo. Thông qua con đường thôn tín xâm lăng, các vị vua có tài dùng binh thao lược mở rộng biên cương bờ cõi thường là những vị vua rất cao ngạo, nghĩ rằng mình là thiên tài độc nhất vô nhị. Sakka cũng rơi vào trạng thái cao ngạo đó. Khi nhìn ngắm sự nguy nga tráng lệ của cung điện, ông đã nói với người bạn đồng tu: *“Ở cõi Ta Bà, khi con người có cơ duyên nhìn thấy được hành tinh nguy nga tráng lệ của chúng tôi đều biết rằng đó là cõi trời Ba Mươi Ba do thiên chủ Sakka tạo dựng. Các vị thiên chủ tiền nhiệm không thể làm được việc đó”*. Thái độ cao ngạo đã dẫn đến chủ nghĩa công thần, xem mình là người có công, đóng góp nhiều nhất.

Nếu tiền thân của Sakka không phải là người tu thì có lẽ nhu cầu của việc hưởng thụ các hoạt dụng giác quan sẽ còn lớn hơn rất nhiều. *“Biết”* tạo ra *“dừng”*, *“hiểu”* tạo ra *“sự kết thúc”*. *“Không biết, không hiểu”* có thể tạo dây mơ rễ má trong hưởng thụ. Ở đây Sakka vẫn còn biết thỉnh đức Phật giảng về nghệ thuật chuyển hóa năng lượng tính dục ở người tu, vì ông đã thất bại trong kiếp trước và ở đời

sống hiện tại, ông cũng lại hoàn toàn thất bại. Lạc thú quá nhiều dẫn đến khó tu.

Trước đây các nhà sư tu trên núi, trong rừng, ít có điều kiện tiếp xúc với môi trường, điều kiện vật chất nên các giác quan được không chế, chăm sóc, và chuyển hóa rất kỹ lưỡng. Còn hiện nay trong nền văn hóa lai tạp, hiệp chủng quốc đa dạng thì những yếu tố tương tác qua lại làm cho các biến thái được phát sinh, vì vậy sự tu tập để chuyển hóa nhu cầu cảm xúc khó có thể được thực hiện.

Tôn giả Mục Kiền Liên nhận thấy Sakka quá cao ngạo. Để đánh dứt ông ra khỏi sự cao ngạo này và muốn ông trở về đời sống không quá đam mê trong hưởng thụ, Mục Kiền Liên đã dùng thần thông tập trung vào đầu ngón chân ấn xuống đất. Cả lâu đài Vessavana rung chuyển. Trong khi thiên chủ Sakka và đại vương Vessavana hoảng hốt, tóc gáy dựng ngược, thì thần dân reo hô tung tuế trước sức thần thông kì diệu hiếm có của tôn giả. Họ càng tán phục thì Sakka lại càng hoang mang, vì sợ bị thay thế. Điều đó làm ông phải đối diện trước sự khủng hoảng về đời sống nội tâm. Ông bắt đầu khởi sinh tâm niệm rằng tất cả hạnh phúc giác quan có thể đối diện với vô thường. Ý niệm đó xuất hiện khiến ông sợ hãi. Và đây là một trong những nghệ thuật mà tôn giả Mục Kiền Liên đã cố tình cài đặt ý thức về vô thường vô ngã vào não trạng của thiên chủ Sakka nhằm đánh thức hạt giống tâm linh mà vị thiên chủ này đã từng gieo trồng ở kiếp trước với tư cách một hành giả tu tập. Cách thức đánh thức như vậy rất cần thiết và ý nghĩa.

Sau đó, ngài Mục Kiền Liên liền biến mất không lời từ biệt để lại sự ngạc nhiên vô tận của những người tán phục và nỗi lo sợ của Sakka. Chưa bình tĩnh trở lại thì các tiên nữ đã hỏi Sakka: “*Có phải người ấy chính là Như Lai Thế Tôn, bậc đạo sư của Thiên chủ, người mà Thiên chủ đã từng kể*

cho thiếp nghe không?”. Sakka lắc đầu: “Đó chỉ là người bạn đồng tu của ta”. Nhưng các tiên nữ không tin: “Thật là tốt lành nếu Thiên chủ có người bạn có sức thần thông lớn, có oai lực nhiệm màu như vậy. Chắc chắn vị ấy chính là Như Lai Thế Tôn, bậc đạo sư của Thiên chủ”. Thái độ ngờ vực càng thể hiện sự giới hạn của Sakka trước bạn đồng tu.

### MUỶN XA NÓI GẦN

Mục Kiên Liên trở về giảng đường Đông Viên Lộc Mẫu, thế giới Ta bà, đánh lễ quỳ bên đức Phật trước sự chứng kiến của rất nhiều vị xuất gia và cư sĩ đang có mặt. Ngài kể lại toàn bộ sự việc rồi thỉnh cầu đức Thế Tôn thuyết giảng lại bài kinh đó.

Cách thức “*muỵn chuyện trên trời để nói chuyện dưới đất*” là một trong những nghệ thuật hoàng pháp rất hay trong truyền thống kinh điển của Như Lai. Ở đây, khái niệm “*nói chuyện trên trời*” không phải là yếu tố hoang đường mà là chuyện rất hiện thực. “*Muỵn chuyện trên trời để nói những chuyện dưới đất*” là một trong những nghệ thuật tạo sự so sánh. Sự so sánh có thể dẫn đến cống cao ngã mạn, nhưng cũng có thể thôi thúc tiến lên phía trước, nỗ lực làm những gì mình chưa đạt được. Mở cửa so sánh để không bao giờ còn hãnh diện tự hào mình là số một. Tôn giả Mục Kiên Liên đã muỵn chuyện ở trên trời để nói chuyện ở dưới đất, dĩ nhiên ngài không nói, ngài chỉ kể. Tất cả mọi người có mặt đều nghe. Tác dụng tâm lý thôi thúc để tất cả người xuất gia chân chính thấy rằng, nhu cầu chuyển hoá khoái lạc giác quan có thể mang lại hạnh phúc cho con người. Nếu không, con người có thể rơi vào hạnh phúc bấp bênh, tạm bợ.

Hạnh phúc bấp bênh thường xảy ra trong mối quan hệ tình yêu, hôn nhân khi cảm giác nhầm chán bắt đầu xuất hiện sau thời gian gặp gỡ và chung sống. Khuynh hướng muốn

tìm kiếm người nào đó hấp dẫn hơn về ngoại hình, tài năng, kinh tế, và những nhu cầu khác có thể làm tan biến cảm giác hạnh phúc. Hạnh phúc đó rất tạm bợ. Khi chứng kiến ngài Mục Kiền Liên thi triển phép thần thông, các tiên nữ reo lên tán phục, đồng nghĩa với hình ảnh người chồng trở nên lu mờ và tầm thường. Nhu cầu của sự thay thế, đòi hỏi tạo thêm thế so sánh hơn thua với nhau. Đó là cách “*mượn chuyện trên trời để nói chuyện dưới đất*”. Trong tình yêu và hôn nhân, nếu so sánh theo cách thức đó, con người sẽ rơi vào trạng thái nuối tiếc, dẫn đến sống trong hoang tưởng, ảo giác không thừa nhận hiện thực đang có sẵn.

Đức Thế Tôn thường không thuyết giảng khi không có ai thỉnh cầu. Vì sự thỉnh cầu tạo ra hiệu ứng tâm lý ngóng đợi, mong mỏi và giá trị sự mong mỏi, ngóng chờ đó làm cho người nghe dễ dàng thâm nhập, sự tu tập mới diễn ra một cách tốt đẹp. Đức Thế Tôn đã kể lại bài kinh, và tất cả những người có mặt, đặc biệt tôn giả Mục Kiền Liên, vô cùng hoan hỷ, tin và hành trì theo.

Trong khi đó, đoạn đầu bản kinh mô tả, Sakka chỉ hoan hỷ đánh lễ đức Thế Tôn rồi biến mất, chứ không hề có tín thọ. “*Hoan hỷ*” không có nghĩa là “*tín thọ*”. Ông hoan hỷ sau khi được nghe giảng, cảm ơn rồi ra về. Còn việc tin và nghĩ rằng nó là triết lý để dẫn đến sự hành trì lại là vấn đề khác. Ở đây, hiệu ứng tâm lý từ bài kinh của đức Thế Tôn đối với Sakka, một Thiên chủ với nhiều phương tiện hưởng thụ, khác hoàn toàn đối với tôn giả Mục Kiền Liên cũng như những vị xuất gia đệ tử của đức Thế Tôn. Cái hiệu ứng tâm lý lớn nhất mà đức Thế Tôn cần, đó là sự hành trì ở những vị xuất gia không chỉ là hoan hỷ, mà phải là “*tín, thọ, phụng, trì*”.

- “*Tín*” là tin bằng niềm tin chân lý, bằng lý trí, nhận thức, phán đoán, và sự hiểu biết.

- “*Thọ*” là thực hành, tiếp nhận và đưa nó vào não trạng như một phương châm.

- “*Phụng*” là vâng giữ với tất cả lòng tôn kính.

- “*Tri*” là truyền bá, giữ với mình và truyền cho mọi người để mở rộng ra phạm vi lớn hơn.

Bài kinh đề cập hai hướng của đời sống.

Khuynh hướng thứ nhất là đắm chìm vào lạc thú, người nghe pháp chỉ nghe qua loa chiếu lệ, thiếu nghiêm túc trong hành trì, không hướng đến lý tưởng giải thoát, vì đối tượng, vai trò vị trí của họ không thể làm cho họ có nhu cầu lớn hơn. Giới hạn nghiệp thức tạo ra giới hạn của kiếp người, giới hạn nhận thức tạo ra giới hạn của hạnh phúc và khổ đau. Thiên chủ Sakka là người điên mấu. Ông nghĩ rằng mình là người chiến thắng. Tất cả những công trạng do ông tạo dựng làm ông trở thành người ba hoa, “*thấy sang bắt quàng làm họ*”.

Nhớ lại câu hỏi mà các tiên nữ dành cho ông: “*Có phải đây là Như Lai Thế Tôn mà chàng đã từng kể cho thiếp nghe không?*”. Ông đã kể rất nhiều về Thế Tôn cho các bà vợ của mình, thế nhưng, lại không bao giờ tạo điều kiện cho họ được gặp gỡ. Điều đó nói lên rằng ông muốn chứng tỏ chỉ có ông mới đủ tư cách cùng ngồi, nói chuyện, giao tế với những người sang trọng đặc biệt là vị bậc nhất về tâm linh và đạo đức, còn những tiên nữ và thị nữ thì không bao giờ có được cơ hội như thế. Đó là một cách thức tô vờ bản ngã. Khi tiếp xúc và giới thiệu tôn giả Mục Kiền Liên, một lần nữa thiên chủ Sakka muốn khoe mình có những người bạn thân biến có năng lực phi thường. Nghệ thuật ba hoa đã làm cho ông bắt quàng làm họ, tạo vị thế quan trọng ở mình mà người khác không có.

## 168 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

Ngày nay khi tiếp xúc với những nhà tâm linh và đạo đức, những vai trò vị trí xã hội lớn, không nên để yếu tố “*bất quàng làm họ*” xuất hiện. Hãy nghĩ rằng đây là cơ hội đồng đều để ta đóng góp cho người kia và người kia có thể giúp ta những việc cần. Người xuất gia không cầu cạnh chính quyền, không cầu cạnh những người có vai trò vị trí xã hội, mà hãy xem họ như người bình thường. Thực tế, đôi lúc người có vai trò vị trí xã hội đến chùa không được các vị trụ trì tiếp đón nồng hậu thì không muốn đến lần thứ hai. Họ muốn bản ngã được tôn vinh, còn các nhà sư muốn bản ngã của họ được chuyển hoá. Mục đích hai thái độ ứng xử khác nhau dẫn đến kết quả khác nhau.

Khuynh hướng thứ hai, đức Thế Tôn muốn người nghe giảng không phải để hiểu, để hãnh diện về kiến thức mình đạt được mà để hành trì và truyền bá. Vì con đường giác ngộ được thiết lập trên kiến thức đặt trên nền tảng của tư duy, thể hiện qua những biểu đạt của hành động cụ thể.

Mặc dù bản kinh chủ yếu dành cho người xuất gia nhưng người tại gia vẫn có thể học, đặc biệt những người quá nặng về sắc dục, cơn nghiện có thể làm tán gia bại sản, vợ chồng con cháu khổ đau. Áp dụng dù chỉ 30% lời dạy của Thế Tôn thì nhu cầu hưởng thụ đó sẽ giảm đáng kể. Sự thành công của người tu là chuyển hoá năng lượng này. Sau khi năng lượng tính dục được chuyển hoá, con người sẽ trở thành vô ngã vị tha, tấm lòng từ bi vô biên không bị giới hạn trong bất kỳ hình thái nào. Học bài kinh này để tăng cường thêm những hạt giống của sự tu tập, những hạt giống để gây dựng hạnh phúc trong hôn nhân, tình yêu và trong mọi lĩnh vực có thể liên hệ trực tiếp hoặc gián tiếp đến các giác quan.

## Chương 7

# NGHỆ THUẬT CHẶT ĐỨT MẮC XÍCH KHỔ ĐAU

(ĐẠI KINH ĐOẠN TẬN ÁI)

*Giảng Kinh Trung Bộ 38 tại chùa Xá Lợi, ngày 09-04-2006*

Phiên tả: Hoàng Oanh







## NHẬN DIỆN MẮC XÍCH

Đại Kinh Đoạn Tận Ái thứ 38, thuộc kinh *Trung Bộ* đề cập nghệ thuật chặt đứt “*mắc xích của khổ đau*”. Việc vận dụng hình ảnh “*mắc xích khổ đau*” để thay thế một cách chuyển thể khái niệm Tanhasankhaya trong Pali vốn được dịch là “*đoạn tận ái*” là do động tác “*đoạn tận*” gợi lên hình ảnh chặt đứt từ ngay gốc rễ; “*ái*” là thái độ ái trước về bản chất nổi khổ niềm đau và tất cả những hình ảnh liên hệ trực tiếp hay gián tiếp đến nó. Thay vì nói “*chặt đứt các mắc xích tham ái*”, người ta có thể nói “*chặt đứt mắc xích khổ đau*”, vì bản chất của tham ái là dẫn đến khổ đau.

Bản kinh bắt nguồn từ sự kiện một vị xuất gia tên Sati quan niệm sai lầm rằng “*Thần thức luân chuyển qua các cõi luân hồi không hề có một hình thái gì của sự thay đổi*”. Từ đó, đức Phật đã phân tích về thuyết “*duyên khởi*”, giải thích bản chất các điều kiện ảnh hưởng trực tiếp hay gián tiếp đến trật tự hoạt động của thân tâm. Qua đó, ngài hướng dẫn phương pháp chặt đứt tiến trình và mắc xích của khổ đau.

Từ bài kinh “*Người bắt rắn*” thứ 22, đức Thế Tôn đã giải thích về thái độ cho rằng “*sự hưởng thụ các hoạt động tính dục không làm cản trở con đường và đời sống tâm linh của người giải thoát*”, nhưng nói lên được đó là bản chất của dục hữu, chấp trước về tính dục. Ở bản kinh này, đức Thế Tôn dạy và phân tích bản chất của kiến thủ, thái độ chấp trước về sự sai lầm trong tu tập và quan niệm cũng không kém phần quan trọng dẫn đến nổi khổ niềm đau trong tiến trình sinh tử luân hồi. Sự chấp trước được quan niệm trong nhà Phật như là một mắc xích của trói buộc. Bám víu vào bất kỳ quan điểm nào, sự trói buộc bắt đầu có mặt.

Nếu nói rằng “*sống mà không có lập trường, cuộc sống trở nên vô nghĩa*”, thì “*lập trường*” ở đây cũng có thể được hiểu như một trong những thái độ “*chấp*”, chấp về cái đúng, chấp về đạo đức, về những giá trị tinh thần v.v... Mặc dù đó là những cái đúng, cái tốt, cái giá trị, nhưng sự bám víu vào nó cũng dẫn đến mắc xích của hệ lụy. Nhà Phật không bao giờ sử dụng khái niệm “*lập trường*” mà chỉ sử dụng “*con đường chân chính*”, “*đạo lý tâm linh*” có giá trị chuyên hoá mang lại an vui hạnh phúc cho con người. Nói cách khác, “*con đường chân chính*” và “*đạo lý tâm linh*” không phải để chấp trước, bám víu mà được sử dụng như một công cụ. Bản chất của công cụ mang tính điều kiện, có thể rất thích ứng trong tình huống này nhưng có thể trở nên vô nghĩa trong tình huống khác. Có thể trở thành sự lựa chọn rất lý tưởng của một người, nhưng cũng có thể trở nên rất vô nghĩa cho những người còn lại. Nó ứng với tính cách và trình độ nghiệp thức của con người. Vấn đề ở chỗ nhà Phật không bao giờ dạy các hành giả bám víu vào bất cứ cái gì dù đó là con đường, là đạo lý, mà hãy sử dụng con đường và đạo lý như phương tiện hiệu nghiệm có thể mang lại giá trị an vui hạnh phúc.

## HAI KHUYNH HƯỚNG TÂM LINH

***Khuynh hướng truyền thống Bà La Môn.*** Lấy khởi điểm từ kinh điển Vệ Đà, đồng hóa những gì được nêu trong bản kinh này là giá trị chân lý, mà tác giả của nó không ai khác hơn Thượng đế hay Phạm Thiên. Do đó, định chế xã hội tập cấp gồm nhiều thành phần đã bắt đầu có mặt dưới sự áp đặt quan điểm, làm cho mọi người không dám đặt vấn đề thay đổi chúng. Khuynh hướng đó mang lại nỗi khổ niềm đau cho rất nhiều người bên cạnh những nỗi niềm hạnh phúc của thượng tầng kiến trúc xã hội, bao gồm những thành phần

thượng lưu trí thức thuộc trường phái truyền thống Bà La Môn, cũng như truyền thống của vua chúa. 80% còn lại của cấu trúc xã hội Ấn Độ trở thành nạn nhân của quan niệm sai lầm. Quan niệm đó là thái độ kiến thủ, bám víu vào truyền thống sai, dẫn đến những hệ lụy cho thần dân của một quốc gia.

Truyền thống Bà La Môn được xem như thành trì vững chãi, có thời gian khá dài bị thách thức bằng truyền thống tâm linh mới, đó là truyền thống của Sa môn. Khái niệm Sa môn lúc đầu được sử dụng như một từ ngữ ám chỉ tất cả những người tu hành, không chấp nhận truyền thống tư tưởng của kinh điển Vệ Đà, thách đố lại những giá trị chân lý được nêu ra trong kinh điển này, không thừa nhận vai trò của Phạm Thiên sáng thế, không thừa nhận cấu trúc xã hội bất bình đẳng bốn giai cấp, không chấp nhận thái độ bất bình đẳng giữa nam và nữ, và nhiều tệ nạn xã hội khác. Những người tu hành đã đi tìm kiếm con đường tâm linh khác với truyền thống áp đặt lên họ. Nổi tiếng nhất có bốn truyền thống Sa Môn.

*Truyền thống Sa Môn tự nhiên:* Là những nhà tu hành vân du rày đây mai đó, sống cuộc đời kham khổ với niềm hy vọng nhờ đó, các giác quan mất đi khả năng thích ứng và không hề có những nhu cầu đòi hỏi về sự hưởng thụ. Con đường của tâm linh bắt đầu được bén mảng và xuất hiện.

*Truyền thống Sa Môn tu khổ hạnh:* Chẳng hạn đứng không nằm, ngồi; hoặc nằm trên gai, mỏm đá gồ ghề tạo cảm giác khó chịu trên toàn thân để đoạn trừ tất cả đam mê hứng thú. Truyền thống Sa Môn này cũng được liệt vào truyền thống Sa Môn tự nhiên.

*Truyền thống Sa Môn thuộc đạo Kỳ Na:* Là những nhà tu hành khổ hạnh ép xác không ăn mặn, không sát hại chúng sanh nhưng lại rơi vào trạng thái rất cực đoan: trở về nguồn

với nguyên ủy thiên nhiên khi con người mới vừa được ra đời, họ không mặc áo, cũng không sử dụng bất kỳ vật liệu nào để che thân.

\* Ba truyền thống tâm linh đã mở ra con đường mới thay thế và thách thức lại với truyền thống Bà La Môn giáo. Dĩ nhiên, trong tiến trình thay thế và thách thức, nội dung của nó không hoàn toàn được chấp nhận vì nhiều hạn chế. Chẳng hạn truyền thống Bà La Môn chủ trương về xã hội “*tập cấp*” trong khi truyền thống Sa Môn phủ định chế độ “*tập cấp*” này nhưng lại không đưa ra được cơ sở lý lẽ về phương diện đạo đức, phương diện tâm linh, phương diện xã hội và những phương diện khác có sức thuyết phục. Mặt khác, một số nhà “*Sa Môn tự nhiên*” bày tỏ thái độ chủ trương về duy vật cổ sơ, không thừa nhận có đời sống kiếp sau. Tiến trình của đời sống bị chặt đứt sau khi con người trở về với đất, nước, gió, lửa tạo ra quan niệm hết sức nguy hại cho đời sống đạo đức. Vì khi con đường nhân quả đạo đức giữa đời sống hiện tại và tương lai không được thiết lập, con người có thể trở nên bị ám độn, mất hết trách nhiệm cần thiết về hành vi của mình. Từ đó sự căm dỗ có thể len lỏi vào não trạng và hành vi dẫn đến tiến trình làm băng hoại tư cách đạo đức của bản thân và ảnh hưởng tạo ra nỗi khổ niềm đau cho cộng đồng.

*Truyền thống Sa Môn của Như Lai Thế Tôn*: Xuất hiện với nhiều giá trị và tạo sự thu hút mạnh mẽ về đời sống tinh thần. Ngài cũng là nhà Sa Môn nhưng vượt trội về phương pháp thực tập và giá trị hiện thực của phương pháp thực tập, đạt kết quả ấn tượng lâu dài bền bỉ mang lại sự chuyển hoá có thể nhổ tận gốc nỗi khổ niềm đau. Truyền thống đó trở thành mảnh đất tâm linh, thực phẩm tâm linh mới của Ấn Độ. Nhưng vì trong thời gian ngắn lại kết nạp quá nhiều vị xuất gia vào giáo đoàn của đức Thế Tôn nên dẫn đến tình trạng

hiều người chưa quên được các quan niệm sai lầm lúc còn là tu sĩ của truyền thống Sa Môn và Bà La Môn. Các quan niệm sai lầm đó tiếp tục ảnh hưởng và làm chao đảo quan điểm chân chính của những vị xuất gia đúng phương pháp, nhưng thiếu niềm tin và kiến thức vững chãi để nhận biết quan điểm phi truyền thống Phật giáo tác hại đến đời sống tâm linh tu tập. Một trong những người đó là Tỳ Kheo Sati. Phương pháp tu tập thường bắt nguồn từ nhận thức của tâm. Khi nhận thức của tâm sai lầm, tất cả mọi sự kéo theo, dù trực tiếp hay gián tiếp, đều có thể bị ảnh hưởng.

#### NHẬN DIỆN SAI LẦM

Bản kinh vừa mang tính giáo dục, vừa mang yếu tố của hoằng pháp mà các bậc phụ huynh có thể áp dụng nhằm giúp đỡ con em và người thân khi phát hiện ở họ có những yếu tố chưa được hoàn thiện về nhận thức, tính tình, khuynh hướng và đời sống. Đối với đức Thế Tôn, không hề có sự áp đặt và nâng vai trò chân lý trở thành một cái gì đó buộc người khác phải theo trong cách thức xác quyết và chuyển hoá quan điểm sai lầm.

Tỳ Kheo Sati, vốn xuất thân từ giai cấp thấp trong một gia đình làm nghề đánh cá, có quan niệm rằng *“thần thức là tiến trình dòng ruồi trong sáu cõi ba đường nhưng không có sự thay đổi về phương diện bản chất, nhận thức cũng như tâm lý dẫn đến hành vi hằng ngày”*. Quan niệm này được xem là quan niệm trọng tâm và cốt lõi của triết học Bà La Môn giáo. Họ cho rằng *“tâm thức con người không hề thay đổi”*, ai mang thân phận của Bà La Môn, thì nghìn đời kiếp sau sinh ra sẽ là Bà La Môn; ai mang thân phận xuất thân từ gia tộc vua chúa, các nhà chính trị cầm cân nảy mực một quốc gia, thì con cháu nhiều đời của họ sẽ tiếp thu truyền thống tâm linh đó. Ngược lại, người xuất thân từ giai cấp thấp, thần

thức này mang yếu tố, mang não trạng, khuynh hướng, hạt giống và năng lực của những gì thấp kém, cho nên vận mệnh của họ được gắn liền ngay thời điểm họ có mặt trong phôi thai của người mẹ. Đó là quan niệm dẫn đến chủ nghĩa định mệnh về cấu trúc xã hội và định mệnh an bày trong sinh hoạt thường nhật của người Ấn Độ đến nay vẫn diễn ra như một nỗi đau của kiếp người.

Tất cả những vị đồng tu khi biết Tỳ Kheo Sati có quan niệm sai lầm đã dùng rất nhiều phương pháp, ngay cả phương pháp chất vấn, phản biện nhằm chứng minh đó là quan niệm phi chính thống của nhà Phật.

Là người xuất gia theo Phật giáo, đừng bao giờ tuyên truyền và cho rằng giá trị của những cái phi Phật giáo là chân lý. Mỗi người được quyền tự do ý chí, tự do quan điểm và tự do học thuyết. Điều đó đức Phật tương cần nhưng khi nhân danh Phật tử và nói đây là lời dạy của đức Phật thì nội dung lời tuyên bố đó phải ứng với những gì đức Thế Tôn đã dạy. Không thể mạo nhận, đánh đồng hai quan điểm, hai học thuyết khác nhau giữa Bà La Môn giáo hay tôn giáo tiền thân trước khi có mặt trong giáo pháp của đức Như Lai rồi cho rằng nó chính là một phần giáo huấn của Ngài. Điều đó sẽ dẫn đến sự hiểu lầm lẫn lộn của hai nội dung hoàn toàn khác biệt.

Các vị đồng phạm hạnh đã khuyên Tỳ Kheo Sati không nên bám víu, chấp nhận và duy trì quan điểm sai lầm đó. Đức Thế Tôn đã từng tuyên bố *“Mọi sự vật hiện tượng trong đời này đều do nhân duyên hình thành. Thần thức con người cũng vậy. Nó là một tập hợp các điều kiện. Không có duyên hoặc thiếu duyên thì thức không thể nào tồn tại và hiện khởi”*. Ấy thế, Tỳ Kheo Sati vẫn cố chấp bảo thủ quan điểm. Đại chúng thấy rằng mình không đủ sức thuyết phục người đồng tu nên đã kính tường trình lại sự việc cho đức Thế Tôn.

Đức Thế Tôn mời gọi Tỳ Kheo Sati đến xác quyết có quan niệm đó không, hay vì bất đồng quan điểm, hiềm khích hoặc không thích nhau mà các vị đồng tu đã cố tình dựng chuyện không thật. Dĩ nhiên, với tha tâm thông và tuệ giác, đức Thế Tôn biết rất rõ ai có quan niệm gì, não trạng ra sao, khuynh hướng thế nào. Dòng tâm tưởng của tâm với những bước đi và cách thức của nó đều được Ngài nhìn thấy một cách rõ ràng. Nhưng về phương diện xã hội, Ngài vẫn dùng luật pháp trong đời sống để xác quyết minh bạch.

Như Lai biết Tỳ Kheo Sati có quan niệm sai lầm. Nhưng để nhân cơ hội thông qua sự giáo dục đó nhằm giúp người khác có quan niệm sai lầm tương tự tránh được khuynh hướng sai lầm lớn hơn, nghiêm trọng hơn, đức Thế Tôn đã tập hợp những vị đệ tử xuất gia và tại gia đến nghe Ngài giải thích cho Tỳ Kheo Sati.

Khi được hỏi, Tỳ Kheo Sati xác định rằng tất cả những gì được tường trình là sự thật. Đức Thế Tôn xác quyết rằng: *“Do nhận thức sai lầm, chưa hiểu trọn những gì đức Thế Tôn dạy về luân hồi, nghiệp báo, về tiến trình nhân quả và về trách nhiệm đạo đức của con người đối với các hành vi, mà Sati đã có quan niệm sai lầm. Nếu quan niệm sai lầm này không được chuyển hoá thì chẳng những Sati tự phá hoại đời sống hạnh phúc của mình mà tệ hơn nữa là tạo ảnh hưởng bất hạnh và đau khổ lên người khác. Đó là một trong những cách thức tự làm tổn đức cho bản thân”*.

Tỳ Kheo Sati tuyên bố một học thuyết và cho rằng đức Thế Tôn là người chủ trương của học thuyết này, tức là gán dựng một sự kiện mà đức Phật không hề có quan điểm, không hề giảng dạy và không hề truyền bá để mọi người hiểu sai học thuyết của Ngài. Từ đó, con đường tiếp cận tâm linh thông qua lời dạy của Ngài bị bế tắc. Vấn đề ở chỗ khi



## 178 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

đẳng thức hóa hai quan điểm khác nhau từ hai truyền thống tôn giáo khác nhau, thì người có truyền thống tâm linh Bà La Môn giáo lâu đời sẽ không thể nhìn thấy được những đặc điểm từ lời dạy của Ngài và không thể đi theo con đường mới này. Cho nên, khi tuyên bố và phổ cập một quan điểm sai lầm gán cho danh hiệu đức Thế Tôn thì ảnh hưởng và tác hại của nó rất lớn. Ngài nói, *“nếu dụng ý và cố tình xuyên tạc quan điểm của đức Thế Tôn, đó là một sự tổn đức”*. *“Tổn đức”* ở chỗ là mất lối trên con đường tuệ giác, kéo người khác không nhìn thấy đạo lý cao siêu huyền diệu. Ngài xác định rất rõ *“không thể nào có một tia lửa lóe lên từ ánh sáng nhận thức sai lầm rằng bản chất thần thức là cố định không hề thay đổi trong tiến trình sinh tử”*.

Quan niệm đó rõ ràng trong thời đại ngày nay, ai cũng có thể xem là đúng, bởi vì ngày nay người ta đã được trải qua rất nhiều tiến trình của sự giáo dục, được học hỏi đức kết kinh nghiệm từ những người đi trước, từ tôn giáo, triết học, đạo làm người v.v... Nhưng trong thời đại của đức Thế Tôn, đó là một cái gì đó rất xa lạ.

Trong tiến trình sinh tử, thần thức được thay đổi khi con người làm con người, chư thiên, các loài động vật, hay loài ngạ quỷ, chịu rất nhiều nỗi khổ niềm đau về cảm xúc, về nhận thức, ... Tất cả những cái đó ứng với khuynh hướng lời nói, ý nghĩ, việc làm ngay trong thời gian sống với hình thức con người hay các loại hình sự sống khác nhau. Tâm tư, ý niệm, tình cảm, khuynh hướng, cảm xúc, thái độ, lý tưởng và ý thức hệ thay đổi liên tục. Ngay cả những người có khuynh hướng, có lập trường bền vững nhất hay bảo thủ nhất vẫn có sự thay đổi trước hoặc sau, nhiều hoặc ít. Huống hồ trong tiến trình sinh tử, làm thế nào con người có thể duy trì được bản chất cố định đó. Như Lai muốn nhấn mạnh, *“nếu ta thấy*

*được rằng thân thức của con người luôn luôn thay đổi thì không thể có định mệnh của cảm xúc, định mệnh của nhận thức. Từ đó, không thể chấp nhận định mệnh của xã hội, định mệnh của con người*". Mâu chốt của lý luận, đức Thế Tôn muốn mọi người, đặc biệt những người chịu ảnh hưởng quá nhiều từ truyền thống tâm linh Bà La Môn giáo, thấy được điều này để các bất công trong xã hội có cơ hội được chuyển hoá và thay đổi.

### VAI TRÒ CỦA TÂM THỨC

Đức Thế Tôn yêu cầu Sati trình bày đề trên cơ sở đó ngài sẽ phân tích giảng giải về bản chất của nhận thức.

Tỳ Kheo Sati cho rằng *"chính tâm thức là tác nhân của nói, của cảm xúc, của tiếp nhận ở chỗ này, chỗ kia và cũng chính tâm thức là tác nhân làm con người chịu đựng tất cả mọi hành vi khổ ác hay những hành động nói chung"*.

Quan điểm này rất khó xác quyết về sự giống và khác giữa Phật giáo và Bà La Môn giáo. Thông thường khi nói *"trách nhiệm về hành vi đạo đức"*, người ta dễ hình dung có một tác nhân tạo nỗi khổ niềm đau hay an vui hạnh phúc. Con người là *"kiến trúc sư"* của nỗi khổ niềm đau hay an vui hạnh phúc, và cũng chính con người tự cảm nhận tất cả mọi hành vi tạo tác của mình. Về phương diện truyền thông, để hiểu tính trách nhiệm đạo đức, thì lời tuyên bố đó là một sự thật cần thiết giúp định vị giá trị hành vi và ảnh hưởng của nó trong đời sống con người. Nhìn từ góc độ triết lý sâu xa hơn, khái niệm *"tác nhân"* chỉ là khái niệm tạm mượn không có giá trị thật. Đức Phật chủ trương vô ngã, không có nghĩa là phủ định yếu tố con người mà nhằm xác quyết *"con người là tổ hợp tâm vật lý"*. Khi quan niệm con người là một tổ hợp tâm vật lý, thì dòng cảm xúc nhận thức, sự vận

## 180 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

hành của nghiệp và ý niệm hóa liên hệ trực tiếp hay gián tiếp đến nó có thể được thay đổi. Do đó, bản chất của cuộc sống không cố định mà là một dòng chảy của cảm xúc, nhận thức, hành vi; sự tác tạo hành vi là một dòng chảy; và kết quả tiếp nhận hành vi ảnh hưởng đến đời sống con người cũng là một dòng chảy. Nó là tiến trình biến dịch không dừng. Quan niệm đó giúp con người làm mới lại cuộc đời khi trong quá khứ đã từng làm điều xấu, từng tạo những hạt giống không vui, mang nỗi khổ niềm đau cho người khác. Còn việc cho rằng tác nhân đó là cố định, hành vi ảnh hưởng tác nhân không bao giờ thay đổi là tạo ra vận mệnh, định nghiệp cho con người, cho xã hội, và cho cộng đồng.

Theo quan niệm của Bà La Môn giáo, Tỳ Kheo Sati cho rằng *“thần thức dong ruổi không có sự đổi khác”*. Đức Thế Tôn nêu ra sự khác nhau giữa quan điểm nhân quả của Ngài và của Bà La Môn giáo.

Sati đại diện cho quan điểm Bà La Môn giáo: Khi làm việc A thì kết quả phải là A, không hề thay đổi, không tăng, không giảm, dù tâm lý tình cảm con người có thể thay đổi. Quan niệm định mệnh này tạo ra cấu trúc: *“Bắt phong trần phải phong trần/ Cho thanh cao phải đặng phần thanh cao”*, hoặc *“Con vua thì lại làm vua”*. Đức Thế Tôn thấy rất rõ quan niệm định mệnh này tạo ra bản chất của xã hội tập cấp Ấn Độ cổ đại. Chế độ tập cấp của Ấn Độ cổ đại là chế độ tình vi, được lý giải dưới góc độ phân công lao động. Họ cho rằng mỗi người sinh ra trên cuộc đời có một chức nghiệp. Tập hợp các chức nghiệp đó sẽ tạo ra cơ cấu vận hành. Mỗi người đóng một vai trò, một chức năng. Giá trị vai trò chức năng đó hỗ trợ bổ sung cho nhau. Không thể có tình trạng một người đa năng quán xuyên tất cả mọi tình huống. Vì vậy khi sinh ra là người lao động tay chân thì người đó cứ tiếp tục vai trò của

mình, người có năng khiếu về chính trị, có sở trường về giáo dục hay có những hạt giống của tu tập thì tiếp tục con đường và lý tưởng đó. Không thể thay đổi từ vai trò này sang vai trò khác. Ai ở vai trò vị trí nào cứ giữ nguyên vai trò vị trí đó.

Thời gian đầu, quan điểm học thuyết trên được xem như một chân lý. Mỗi người sinh ra có cá tính và năng lực khác nhau. Vai trò của giáo dục có thể làm thay đổi một phần nhưng khó có thể thay đổi một cách trọn vẹn vì chủ nghĩa định mệnh từ lâu đã áp đặt lên não trạng người Ấn Độ. Sự áp đặt đó được nâng thành giá trị chân lý nên họ tức thủ chấp nhận, không dám đặt vấn đề.

*Quan điểm của đức Thế Tôn: “Thức do duyên khởi. Không có yếu tố môi trường hoàn cảnh thì thức này không bao giờ có mặt”.*

Ngài đưa ra ẩn dụ ngọn lửa tùy theo nhiên liệu mà có tên gọi khác nhau: Lửa phát xuất từ củi thì được gọi là “*lửa củi*”; lửa phát xuất từ rơm gọi là “*lửa rơm*”; lửa phát xuất từ nhiên liệu của phân bò, trong truyền thống Ấn Độ được gọi là “*lửa phân bò*”; lửa do sấm sét gọi là “*lửa sấm sét*”,... Tùy theo phương tiện tạo ra mà chúng có tên gọi khác nhau, nhưng tất cả nói lên một điều: “*Bản chất của thức luôn luôn thay đổi cũng như hình ảnh của lửa*”. Không thể có sự vận chuyển từ hình thức lửa rơm với tro bụi do rơm bị cháy rụi tạo thành. Nếu có sự cố định thì lửa này không bao giờ tắt và rơm đó không bao giờ bị thiu rụi. Đức Thế Tôn muốn nhấn mạnh: Giả sử thần thức con người cố định trong tiến trình sinh tử thì không thể có tình trạng con người sinh ra bị già, rồi chết hoặc từ ngôi vị vua chúa bị lật đổ trở thành những thường dân, tù tội. Tất cả những điều đó nói lên sự vận chuyển thay đổi của điều kiện.

Đức Thế Tôn nói, thần thức của con người cũng vậy. Nếu có sự tiếp xúc giữa mắt với màu sắc, hình thái lớn nhỏ, vuông tròn..., thì cơ quan nhận thức đó được mệnh danh là nhãn thức, tức là sự nhận thức của mắt. Tương tự, tai với âm thanh được gọi là nhận thức của tai. Các giác quan khác và đối tượng nhận thức của chúng còn lại cũng có giá trị tương tự. Từ đó, con người có nhãn thức, nhĩ thức, thân thức, ý thức, thiết thức,... Hình dung một căn nhà có năm cửa sổ và một cửa cái. Ban đêm, thắp một ngọn nến hay một ánh đuốc, lập tức bốn phương bên ngoài của căn nhà tỏa màu sáng hừng lan từ cửa cái và năm cửa sổ. Người ta có thể nói: “*Đây là ánh sáng của cửa cái, ánh sáng của cửa sổ, cửa trái, cửa phải, cửa trong, cửa ngoài...*”. Điều đó không sai, nhưng bản chất trong ngôi nhà này chỉ có một ngọn đuốc hay một ngọn nến. Nói cách khác, đức Thế Tôn đưa ra ẩn dụ để minh chứng một điều: Khi gọi là nhãn thức, không có nghĩa là nó có một thần thức riêng, hoàn toàn độc lập với cái gọi là nhĩ thức. Tương tự, đối với thiết thức, thân thức, ý thức, v.v... Chỉ có một tâm thức chung với các chức năng khác nhau liên hệ với các giác quan mà con người và các loài động vật vốn có. Mỗi loài động vật có chức năng nhạy cảm giác quan khác nhau. Con người có thể phát triển khả năng giác quan của nhận thức thông qua tai mắt, sau đó ứng dụng từ các giác quan này để tạo tiến trình của giáo dục liên hệ đến lao động, truyền thông, kinh nghiệm, và sự tiếp nối các hạt giống năng lực. Trong khi đó, các loài động vật mặc dù có nhạy cảm giác quan, đôi khi nhạy bén gấp nhiều lần so với con người, nhưng chúng không thể tạo ra những tiến trình của giáo dục như con người. Vẫn có những giới hạn nhất định, dù là nhận thức của giác quan con người hay loài động vật. Tất cả không khác nhau mà chúng có một dòng tâm thức được thể hiện ra sáu cơ quan giác năng.

Có thêm hai cơ quan nhận thức, đó là cơ quan bảo thủ chấp trước dẫn đến nỗi khổ niềm đau là Mạt Na thức; và kho tàng tất cả các năng lực hạt giống được tích tụ nhiều đời nhiều kiếp là thức Alaya, còn gọi là kho tàng tâm thức. Chính kho tàng tâm thức này là nơi chứa đựng tất cả hạt giống của hành vi, thái độ con người trải qua nhiều đời nhiều kiếp. Đó là kho tàng phi vật lý, một dòng chảy của tâm, liên tục có mặt với con người và các loài chúng sinh qua tiến trình sinh tử luân hồi.

Quan niệm về sự có mặt lâu dài từ đời này sang kiếp nọ giữa Bà La Môn giáo và đạo Phật khác nhau ở chỗ: Đức Phật cho rằng nhận thức con người lệ thuộc vào tính điều kiện. Trong khi đó, Bà La Môn giáo cho rằng nó cố định bất biến, không thể thay đổi vận mệnh con người. Mỗi giác quan có chức năng nhận thức đánh giá riêng biệt. Các chức năng đó hỗ trợ cho hạnh phúc, nhưng đồng thời cũng tạo ra nhiều rắc rối khi giá trị của hạnh phúc vượt qua mức yêu cầu vốn có của nó.

*“Thức không phải là một thực tại vĩnh hằng mà là một dòng chảy”*. Truyền thống kinh điển Đại Thừa cho rằng nó là thác nước, nhìn từ xa như một mặt phẳng, một khối, nhưng nhìn gần, nó được nối kết bởi rất nhiều nguyên tử, phân tử của  $H_2$  và O. Con người, cấu trúc vật lý, cấu trúc nhận thức cũng vậy. Tất cả những gì thuộc về tâm vật lý con người là một tổ hợp được hình thành bởi nhiều điều kiện và yếu tố khác nhau. Khi các giác quan gặp trục trặc, chẳng hạn đau, mù, cận thị hay viễn thị thì khả năng nhận thức của mắt bị giảm. Các giác quan còn lại như tai, mũi, lưỡi, thân và não trạng cũng tương tự. Nghĩa là, giác quan tốt thì khả năng nhận thức tốt. Khả năng nhận thức tốt còn lệ thuộc vào điều kiện môi trường xung quanh như ánh sáng, khoảng cách, bản

chất phát quang trong nội tại của các vật chất v.v... thì nhận thức mới được thiết lập một cách khác nhau. Không thể nói “*có một nhận thức không thay đổi trong khi điều kiện ánh sáng thay đổi*”. Cũng là một vật, chẳng hạn đoá hoa màu vàng, dưới ánh sáng của đèn neon, màu vàng này không thật rực rỡ, nhưng dưới ánh sáng của đèn tròn, màu vàng sẽ nổi bật hơn. Nếu tắt tắt cả ánh sáng, màu vàng có mặt nhưng không thể tạo ra cảm giác nhận thức rằng nó là màu vàng, thậm chí không ai nhìn thấy nó. Do đó, bản chất của nhận thức luôn luôn thay đổi tùy thuộc vào điều kiện ánh sáng, vị trí góc độ, tầm nhìn, điều kiện nhận thức của mắt, các giác quan, sức khỏe v.v...

Thấy rõ bản chất nhận thức là một dòng chảy cho phép người ta tin tưởng những gì trong cuộc đời có thể được cách tân. Sự cách tân diễn ra theo hai chiều hướng tiêu cực và tích cực. Quan niệm tích cực dẫn đến chiều hướng tích cực, ngược lại quan niệm tiêu cực dẫn đến chiều hướng tiêu cực. Cho nên đừng ỷ lại vào thành quả tốt trong quá khứ. Muốn tương lai tốt đẹp thì ngay hiện tại phải nỗ lực phấn đấu không ngừng. Tình trạng suy thoái đạo đức, suy thoái nhận thức có thể diễn ra, tài năng con người có thể bị mai một. Việt Nam có câu: “*Lão lai tài tận*”. Khi tuổi cao, khả năng thích ứng với môi trường và phát minh mới chậm dần. Những kiến thức cũ trở thành một khối bám víu, làm con người khó tiếp thu những gì khác với mình, khác với truyền thống của mình. Họ trở nên lạc hậu và mất khả năng tiếp nhận những giá trị tốt hơn, cao hơn có thể có.

Đức Phật phân tích về tiến trình diễn ra từ nhận thức thông thường đến đời sống tuệ giác cũng là một dòng chảy lệ thuộc hoàn toàn vào nhận thức của tâm. Khi nêu bản chất của nhận thức và tâm thức nói chung không phải là một khối cố định

bất biến, đức Thế Tôn muốn ám chỉ và đưa ra phương châm cho con người hướng đến là biến đời sống thông thường trở thành đời sống tuệ giác. Tức là chuyển hóa nhận thức phàm phu trở thành tuệ giác của bậc thánh. Bản chất của giáo pháp đức Thế Tôn nằm ở điểm này. Ngài không lập học thuyết triết học thông thường để bình luận, nhận thức, đánh giá, so sánh, đối chiếu và đối thoại hơn thua. Học thuyết của Ngài phá vỡ mọi sự chấp trước của con người. Nó có thể được quan niệm như một truyền thống triết học, nhưng bản chất triết học của Ngài là triết học của sự chuyển hóa. Từ cách nhìn này, người ta có thể trở nên rất bình thản trước mọi áp đặt, định danh, dán nhãn của người khác về mình, vì bản chất nhận thức của người khác không phải là một. Người ta có thể có một cách, trăm cách, nghìn cách khác nhau để nhận thức nhưng bản chất của người được nhìn nhận cũng chỉ là một. Sự nhận thức và nội dung của cái bị nhận thức có thể khác nhau hoàn toàn. Do đó, đừng ngại khi bị dán nhãn, áp đặt những gì không đúng sự thật. Cũng không cần phải bận tâm làm những công việc thanh minh thanh nga, trừ khi có điều kiện và được người khác yêu cầu trình bày. Tiếp nhận sự trình bày ấy đúng hay không thuộc về người khác.

#### VẬT CHẤT VÀ TINH THẦN

Đức Thế Tôn đã hỏi Tỳ Kheo Sati và những người có mặt: *“Các vị có thể nhìn thấy các đối tượng đang diễn ra trước mắt các vị hay không? Chẳng hạn, một con vật đang đi, đứng, nằm, ngồi”*. Tất cả mọi người trả lời *“có”*. Đức Thế Tôn xác quyết tiếp quan điểm thứ hai: *“Các loài động vật trong đó có con người, tạo dựng ra mạng sống là nhờ nương vào các điều kiện, đặc biệt là thực phẩm. Không có thực phẩm, đời sống con người có thể kéo dài thêm vài năm, vài tháng là hết. Sự cấu thành đời sống con người nương tựa*



vào thực phẩm. Đời sống có hai dạng: Đời sống vật lý và đời sống tâm lý. Thực phẩm cũng có hai dạng: Thực phẩm vật chất và thực phẩm tinh thần”.

Đời sống vật chất: Liên hệ đến cấu trúc thân thể này được tạo ra bởi bốn yếu tố: Chất rắn, chất lỏng, chất không khí và chất vận chuyển, còn gọi là Tứ đại (đất, nước, gió, lửa). Đời sống vật lý và tuổi thọ của nó nương tựa vào thực phẩm: Cơm ăn, nước uống và các loại dưỡng chất khác liên hệ đến thực phẩm này. Trong khi đó, đời sống tinh thần rất quan trọng, đôi lúc không ai quan tâm.

Đời sống tinh thần: Bao gồm cảm xúc, nhận thức, ý niệm hóa, tinh thần tâm linh, đạo đức, các ý niệm, nghệ thuật v.v... Thực phẩm của nó là những cái thuộc về tinh thần. Đời sống tinh thần và vật chất hòa quyện nhau như bóng đèn và luồng điện. Tách luồng điện ra khỏi bóng đèn thì luồng điện vẫn hiện hữu, nhưng hiệu ứng của nó không cao. Nếu công tắc cầu dao hay tim bóng bị đứt, dòng điện vẫn truyền vào nhưng ánh sáng không được tỏa ra từ nó. Tương tự, muốn nhận thức “*luồng điện và ánh sáng*” có mặt thì thân thể vật chất “*bóng đèn*” và các yếu tố liên hệ trực tiếp với nó phải còn trong tình trạng tốt. Chính điều kiện này cho phép người ta tin tưởng một điều: Đừng bao giờ chủ trương chủ nghĩa duy vật hay chủ nghĩa duy tâm. Cả hai đều cực đoan nếu đứng từ góc độ một nguyên nhân khởi thủy dẫn ra mọi sự vật hiện tượng còn lại.

Khi cho rằng “*vật chất là nguồn gốc của mọi sự vật hiện tượng*” là quá đề cao vai trò của vật chất. Từ đó, dẫn đến khuynh hướng sống hưởng thụ, xem vật chất, tiền bạc, gia tài, sự nghiệp là tất cả. Trong khi đó, bản chất của hạnh phúc thuộc về dòng cảm xúc. Vật chất chỉ là một điều kiện, một phương tiện.

Khi cho rằng “*tâm là tất cả*” là rơi vào trạng thái cực đoan đối lập. Triết học nhà Phật không chủ trương duy tâm như người ta gán ghép. Đức Phật chủ trương duyên khởi, chủ trương điều kiện, tính tương thuộc tác động qua lại không có nguyên nhân khởi thủy, dù nó là tâm hay là vật. Cho rằng duy tâm hay duy vật là nhận thức sai lầm, tách rời mọi sự vật ra khỏi sự tương tác của nó. Đức Thế Tôn nói “*khi có nhận thức thông thường đi từ quan niệm cho rằng nó liên hệ đến tiến trình của các điều kiện, con người có thể sống một cách rất thoải mái*”.

Đức Thế Tôn nói “*đời sống tuệ giác bắt nguồn từ nỗ lực chuyển hóa tâm hoài nghi*”. Hoài nghi làm cho con người có cảm giác sợ hãi. Từ sợ hãi dẫn đến chế độ an ninh không cần thiết, những ràng buộc, những quy định, pháp quy, cách thức bảo hộ mạng sống v.v... Từ đó, người ta có thể có những thái độ khác chẳng hạn như sự đối lập, loại trừ, xung đột lẫn nhau. Tất cả cái đó đều bắt nguồn từ tâm lý hoài nghi: hoài nghi về bản thân, về người khác, về tôn giáo, triết học, tóm lại hoài nghi về bản chất của đời sống. Hoài nghi là thái độ tâm lý tạo năng lượng bám víu giống như tình trạng trói buộc người lại, thả xuống sông rồi bảo người đó phải bơi về tới đích. Làm sao tiến về phía trước được! Vì thế, hoài nghi là năng lực lôi kéo làm con người dậm chân tại chỗ trong cơn lốc của sự bảo thủ một quan điểm nhất định nào đó. Ai có nhiều thái độ hoài nghi, người đó khó có thể tu tập. Và nỗi khổ niềm đau mỗi khi được thiết lập sẽ có cơ hội được nuôi dưỡng, bảo bọc và chăm sóc, cho nên tiến trình của hạnh phúc là cái gì đó rất xa vời. “*Con đẽ*” của hoài nghi là lòng do dự, thái độ không dứt khoát bất kỳ một quan điểm nào. Trạng thái “*dậm chân tại chỗ*” làm cho người đó đánh mất cơ hội tiếp xúc với những cái khác hay hơn, tốt đẹp hơn.

Khi con người đã chuyển hoá tâm hoài nghi, trí tuệ bắt đầu được gieo mầm, lớn mạnh. Người có nhận thức sáng suốt sẽ có niềm tin vững chãi vào hạnh phúc bản thân, không mang tâm vọng cầu theo kiểu “*đứng núi này trông núi nọ*”. Nếu vọng cầu với thái độ hoài nghi thì những năng lực, tiềm năng, điều kiện vốn có đủ sức làm người đó hạnh phúc, nhưng họ lại không tin mà nghĩ rằng phải đi nơi nào thật xa, tìm kiếm nghề thật mới, nương tựa kẻ này người nọ thì mới có hạnh phúc lâu dài. Từ đó họ tự đánh mất sở trường, chạy theo sở đoản, là một sai lầm rất lớn từ tâm hoài nghi. Cần phải xác quyết những gì đang có với các điều kiện, tận dụng những cái đó để tạo lợi ích cho bản thân.

Giai đoạn sau năm 1975, rất nhiều thuyền nhân đã vượt biên tìm kiếm mảnh đất hứa. Đến xứ người, họ không còn sự lựa chọn nào, từ hai bàn tay trắng, họ phải dựng cơ nghiệp bằng tất cả sự nỗ lực tích cực. Cuối cùng, sau mười năm, hai mươi năm, họ có cơ ngơi sự nghiệp, giàu sang phú quý, có người thành công hơn người bản địa. Điều đó rất đáng tán thán! Vì khi ấy, họ chỉ có một con đường duy nhất là tiến tới phía trước, dù phía trước là núi cao vời vợi, nhưng nếu lui về sau sẽ rơi xuống vực sâu. Dĩ nhiên, leo núi không khéo có thể bị ngã, nhưng nếu khéo léo có phương pháp sẽ đạt tới đỉnh cao. Nhờ ánh sáng Phật pháp soi đường, rất nhiều Phật tử đã thành công sau nỗi đau của quá khứ với những ám ảnh của sự dấn vật do môi trường điều kiện chính trị xã hội đã tạo ra cho họ.

Sau đó, rất nhiều người Việt Nam cũng muốn tìm kiếm đời sống hạnh phúc tương tự. Họ vượt biên bằng con đường hôn nhân, hợp tác lao động hoặc nhiều phương tiện khác. Có người thành công nhưng cũng không ít người thất bại. Thậm chí nhiều người đã có công ăn việc làm, giàu sang phú quý

tại Việt Nam nhưng nghĩ rằng Hoa Kỳ, Pháp, Canada, Úc,.. là thiên đường nên bỏ tất cả sự nghiệp của mình để mong tìm kiếm một thiên đường mới. Sang đến nơi, sự thích ứng diễn ra rất chậm, vì bản thân họ là những người giàu có quen hưởng thụ. Cuối cùng nổi khổ niềm đau tràn về mỗi khi hồi tưởng những gì đã có. Nếu trở về Việt Nam thì sợ xấu hổ. Chỉ vì lý do sĩ diện mà họ phải chôn vùi cả cuộc đời mình. Ở đây điều được nhấn mạnh là: Thái độ xác quyết không do dự theo kiểu “*đứng núi này trông núi nọ*” sẽ giúp con người trở nên sáng suốt, không bị chi phối, ảnh hưởng, tác động từ bên ngoài để cuối cùng không đi tới đâu.

*Đức Thế Tôn gọi nhắc: “Muốn tâm không bám víu, chấp trước vào chân lý thì hãy hình dung và nhớ về dụ ngôn ‘chiếc bè’ mà Như Lai đã dạy trong bài kinh thứ 22 ‘Người bắt rắn’”.*

Bản chất của chánh pháp được giảng là để vượt qua nỗi khổ niềm đau, không phải để tôn thờ và nắm lấy. Tương tự, hình ảnh chiếc bè giúp vượt qua sông. Nếu sau khi qua sông, không chịu lên bờ, cùng chiếc bè rày đây mai đó thì chắc chắn giá trị hạnh phúc sẽ không được đảm bảo. Hoặc nếu tôn thờ khuôn vác nó trên vai, đội nó trên đầu, phỏng chẳng có giá trị gì mà còn ảnh hưởng tiêu cực đến những người đang cần chiếc bè để vượt qua sông. Nói cách khác, đừng bao giờ tôn thờ kinh điển trên bàn thờ, mà hãy tôn thờ nó bằng giá trị ứng dụng hành trì trong đời sống.

Tiến trình khởi thủy của tuệ giác bắt nguồn từ xác quyết của tâm trên nền tảng nhân quả, nhận thức, hiểu biết, và kinh nghiệm. Đức Thế Tôn xác định: Bản chất của tuệ giác là tạo thanh tịnh, an vui và hạnh phúc. Sẽ là một sai lầm, nếu ai đó có tâm lý muốn sở hữu giá trị tâm linh mình đạt được. Bản chất tâm linh là của chung, con đường an vui giải thoát cũng

## 190 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐỜI THƯỜNG

là của chung. Đừng bao giờ sở hữu nó cho tông phái, ngôi chùa, gia đình hay cho bản thân mình. Ai muốn sở hữu hoá chân lý, người đó sẽ bị khổ đau. Lòng hãnh diện tự hào bắt đầu có mặt trong thái độ sở hữu hoá này. Bản chất của sự tu tập theo nhà Phật là chuyển hoá các góc ngách, gai góc của cái tôi bao gồm sự hãnh diện, sĩ diện, tự hào, mặc cảm tự ti, thái độ rụt rè, lòng do dự, sự nghi kỵ, sự sợ hãi, chủ trương độc nhất, thái độ độc quyền chuyên chế v.v... Cho rằng mình là đỉnh cao của chân lý, tất cả mọi cái, mọi người là phụ thuộc. Những quan điểm đó tạo ra gai góc của cái tôi. Chấp trước và bám víu chân lý cũng dẫn đến thái độ hãnh diện tự hào tương tự, rằng “*tôi tu đúng, người khác tu sai, pháp môn của tôi là số một, pháp môn còn lại là sai lầm*”. Từ đó huynh đệ cùng một bậc thầy tâm linh tuệ giác đức Thế Tôn lại trở thành những người xa lạ với nhau. Rất may trong truyền thống tâm linh nhà Phật, có nhiều tông môn pháp phái, pháp môn hành trì nhưng hành giả Phật tử chưa bao giờ xem nhau là kẻ thù, tôn vinh mình là chân lý duy nhất.

### THỰC PHẨM CHO LUÂN HỒI

*Cách thức ngừng cung cấp thực phẩm của luân hồi cho đời sống theo lời dạy của đức Thế Tôn. Có bốn loại thực phẩm được xem là dưỡng chất của sinh tử, dưỡng chất của khổ đau. Nó là cơ sở dữ liệu giúp chúng sinh trưởng thành lớn lên khi có mặt. Nó là yếu tố và điều kiện cần thiết để giúp chúng sinh sẽ bắt đầu có mặt sau tiến trình qua đời ở một cảnh giới, một sự sống nhất định nào đó.*

\* *Đoàn thực, Kabalinkàro*: Đoàn thực là thực phẩm được đưa vào cơ thể thông qua miệng và cơ thể vật lý nói chung. Chẳng hạn ăn, truyền nước biển, tiêm thuốc bỏ vào cơ thể v.v... đều được gọi là đoàn thực.

Khái niệm “*đoàn thực*” xuất phát từ văn hoá Ấn Độ. Nền văn hoá này người ta ăn bốc, không dùng đũa muỗng. Các thực phẩm muốn đưa vào miệng dễ dàng mà không lem luốc, người ta thường trộn thức ăn rồi dùng tay nghiền nát, sau đó vò thành viên rồi đưa vào miệng. Bản chất của “*đoàn thực*” giúp con người lớn mạnh, trưởng thành. Nơi nào thiếu thực phẩm nơi đó bị còi xương, sự sống giảm, bệnh tật gia tăng. Cho nên, chăm sóc tuổi thọ con người phải chăm sóc từ thực phẩm. Phải biết sử dụng những thực phẩm cần thiết cho đời sống, từ đó, giảm thiểu chủ nghĩa tiêu thụ ảnh hưởng đến thể chất, thể trí và tinh thần của con người. Đức Thế Tôn nói: “*Chỉ trong cách thức ăn uống, con người có thể giảm đi bệnh tật mấy mươi phần trăm*”. Ai đã từng bị bệnh cũng cảm nhận được điều này. Các bác sĩ, dược sĩ cũng thường yêu cầu bệnh nhân thực hiện chế độ ăn uống tùy theo từng tình trạng bệnh để làm giảm, không chế, và khoanh vùng cơn bệnh. Bản chất của “*đoàn thực*” là tạo sức khoẻ cho tuổi thọ được kéo dài.

\* *Xúc thực, Phassàhàro*: Xúc thực là loại thực phẩm tiếp xúc các giác quan với đối tượng trần cảnh của nó. Dĩ nhiên, nó không có giá trị kéo dài mạng sống như “*đoàn thực*”, nhưng nó làm thăng hoa các giá trị cuộc đời, tạo thêm những ý vị, chẳng hạn nhu cầu giải trí. Xem phim là “*xúc thực*” của mắt. Đi du lịch ngắm cảnh cũng thuộc về “*xúc thực*”. “*Xúc thực*” có thể được hiểu như các hương liệu, gia vị. Quan trọng nhất, nguy hại nhất đến tiến trình sinh tử đó là đời sống sinh hoạt vợ chồng với nhu cầu xúc thực là thực phẩm. Thiếu loại thực phẩm này, đời sống hạnh phúc vợ chồng có thể bị tan vỡ. Vì bản chất của nó tạo ra những thói quen và cơn nghiện. Ai đầu tư hoặc quá lệ thuộc vào thực phẩm “*xúc thực*” liên hệ đến các giác quan và đối tượng trần cảnh của nó thì người đó sẽ trở thành nô lệ của những thói quen, những sự ràng buộc, ức chế, và những cái không thể nào vùng vẫy nổi.

## 192 • HẠNH PHÚC GIỮA ĐÒI THƯỜNG

\* *Tư niệm thực, Manosancetanàhàro*: Tư niệm thực liên hệ đến ý chí, tác ý, ý niệm của con người, như một loại thực phẩm kéo dài mạng sống, tuổi thọ của con người. Ý chí có thể kéo dài tuổi thọ. Chẳng hạn, một người bệnh nằm liệt trên giường, nếu có một sự kiện, một sự việc nào đó chưa được hoàn tất thì lòng mong mỏi muốn thực hiện nó sẽ làm cho họ sống dài thêm một khoảng thời gian. Hoặc việc thương tưởng đưa con thơ trẻ sẽ giúp người bệnh kéo dài tuổi thọ thêm vài tháng. Khi giá trị của tuổi thọ đã hết, bản chất của sự níu kéo về ý chí, nguyện vọng, ... sẽ kéo dài tuổi thọ thêm một thời gian ngắn.

Hiểu được nguyên tắc tâm lý này, muốn ra đi một cách nhẹ nhàng thì hành giả và những người đang bị cơn bệnh khổng chế, chi phối, cần phải từ bỏ nó một cách có nghệ thuật và đừng tiếc nuối.

\*\*\*

## SÁCH MỚI, XUẤT BẢN – THÁNG 11 - 2010

1. Nandasena Ratnapala., *Xã Hội Học Phật Giáo*, Thích Huệ Pháp dịch. Sài Gòn: NXB Văn Hóa Sài Gòn, 2010, tr. xvi + 230.

2. Thích Huệ Thông., *Đức Phật và Con Đường Tuệ Giác*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. xiv + 420.

3. Thích Thiện Phụng., *Chân Thật Niệm Phật Cực Lạc Hiện Tiền*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. xii + 228.

4. Thích Phước Sơn., *Thanh Tịnh Đạo Luận Toàn Yếu*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr.270.

5. Thích Phước Sơn., *Một Số Vấn Đề Giới Luật*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. 300.

6. Thích Phước Sơn., *Luật Học Tinh Yếu*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. 320.

7. Thích Thông Triệt., *Thiền Luận Vấn Đáp*. Sài Gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. 128.

8. HT. Thích Trí Chơn., *Các Học Giả Anh Quốc Và Phật Giáo Âu Mỹ*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. xiv + 143.

9. Thích Trí Siêu., *Dòng Đời Vô Tận*. Sài Gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. viii + 168.

10. Dalai Lama., *Con Đường Đến Tĩnh Lặng*, Tuệ Uyên dịch, Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. x + 142.

11. Dalai Lama., *Tinh Thần Tuệ Giác Văn Thù*, Tuệ Uyên dịch, Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. x + 102.



12. Thích Nhật Từ., *Chuyển Hoá Cảm Xúc*. Sài gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. vi + 112.

13. Thích Nhật Từ., *Hiếu Thương và Tuỳ Hỷ*. Sài gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. vi + 174.

14. Thích Nhật Từ., *Khủng Hoảng Tài Chánh Toàn Cầu Qua Cái Nhìn Phật Giáo*. Sài gòn: NXB Hải Phòng, 2009, tr. vii + 152.

15. Thích Nhật Từ., *Không Có Kẻ Thù*. Sài Gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. vi + 121.

16. Thích Nhật Từ., *Chuyển Hóa Sân Hận*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 180.

28. Thích Nhật Từ., *Đối Diện Cái Chết*. Sài gòn: NXB Thời Đại, 2010, tr. vi + 169.

17. Thích Nhật Từ., *Quay Đầu Là Bờ*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 202.

18. Thích Nhật Từ., *Con Đường An Vui*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 168.

19. Thích Nhật Từ., *Hạnh Phúc Giữa Đời Thường*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 194.

20. Thích Nhật Từ., *Phép Lạ Từ Cuộc Sống*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 167.

21. Thích Nhật Từ., *Đôi Dép Triết Lý Về Hạnh Phúc Hôn Nhân*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. viii + 178.

22. Thích Nhật Từ., *Hạnh Phúc Tuổi Già*. Sài Gòn: NXB Phương Đông, 2010, tr. vi + 120.