

Chết có thật đáng sợ không?

Hòa thượng K. S. Dhammananda
Thích Tâm Quang dịch Việt

Nguyên tác: "[Is death really frightening?](#)"

MỤC LỤC

Lời Giới Thiệu
Lời Người Dịch
Tiểu Sử Tác Giả

PHẦN I

Chết Có Thật Đáng Sợ Không?
Sợ Chết
Bệnh Và Chết
Danh Thơm Còn Mãi
Triết Lý Đạo Phật
Nguyên Nhân Của Khổ Đau
Ai Cũng Phải Chết
Năm Uẩn.
Tái Sanh.
Nguyên Nhân Cái Chết
Đương Đầu với Biến Cố
Chết Không Tránh Được
Bốn Phận và Trách Nhiệm
Ái Dục và Vô Minh
Suy Gẫm về Cái Chết
Chết Là Một Phần Của Đời Sống.
Sống Có Ý Thức
Chết Xứng Đáng.
Chết Nhẹ Nhàng
Ngày Hôm Nay Tôi Chết

PHẦN II

Người Phật Tử Nên Làm Gì?
Bốn Phận Cha Mẹ
Khóa Lẽ Cầu Phước Cho Các Em
Tại Sao Nương Tựa Nơi Phật
Giáo Dục Và Văn Hóa Người Phật Tử
Hôn Nhân.
Nghĩ Thức Tôn Giáo.
Những Điều Cấm Kỵ
Bùa Chú Và Ma Thuật
Hình Ảnh, Nước Thánh, Xâu Chuỗi.

Ôm Đâu.
Chết
Trước Tang Lễ
Tang Lễ
Chôn Và Hòa Táng
Luu Giữ Tro Cốt
Thời Gian Để Tang.
Nghỉ Thức Sau Tang Lễ.
Bổ Thí Cúng Đường.

Kết Luận

-ooOoo-

LỜI GIỚI THIỆU

Nếu quý vị vượt qua sự sợ hãi thì có thể vượt qua tất cả. Nếu quý vị không sợ chết thì sẽ đối diện với cái chết một cách bình tĩnh. Cuốn sách: "*Chết Có Thật Đáng Sợ Không?*" của Hòa Thượng Tiên-Sĩ K. Sri Dhammananda do Thầy Thích Tâm Quang chuyển ngữ với lời văn trong sáng, nhẹ nhàng, giản dị, dễ hiểu và thu hút người đọc từ trang đầu đến trang cuối, sẽ đem lại cho quý độc giả những điều cần biết khi từ già cõi đời này.

Quyển sách nhỏ này sẽ dẫn dắt người đọc đi một hành trình thật xa từ sự sống để chuẩn bị cho sự chết nhẹ nhàng, bình tĩnh không than van không khóc lóc. Chúng ta đến cuộc đời này một cách hân nhiên thì chúng ta ra đi một cách bình thản. Người ở lại cũng phải đối diện với sự thật của cuộc đời rồi cũng sẽ lần lượt tới phiên mình. Biết về sự chết không phải để bị quan, nhưng để chúng ta làm điều thiện, tránh điều ác bởi vì sau khi chết chúng ta chỉ mang theo hành vi thiện ác mà chúng ta đã làm.

Chết không phải là hết mà chỉ là sự thay đổi; vậy thì tại sao chúng ta lại sợ chết? Chắc chắn quyển sách này sẽ đem lại cho quý độc giả một chút suy tư. Thần chết không từ chối một ai, không phân biệt tuổi tác, nam hay nữ, vậy thì tại sao chúng ta không chuẩn bị cuộc hành trình ra đi vĩnh viễn ngay từ bây giờ?

Đọc "*Chết Có Thật Đáng Sợ Không?*" và chuyển quyển sách này đến những người thân của chúng ta để cùng đọc, để cùng có thái độ bình thản lúc ra đi không sợ hãi, không lo âu, và người ở lại không đau đớn vì chết là sự hiển nhiên không ai tránh khỏi.

Chúng tôi chân thành cầu nguyện Chư Phật Mười Phương gia hộ cho Thầy Thích Tâm Quang mọi điều tốt đẹp, sức khỏe đầy đủ để tiếp tục sứ mạng hoằng pháp lợi sanh và hy vọng cuốn sách nhỏ này sẽ được hưởng ứng nồng nhiệt của các Phật Tử khắp nơi trên thế giới.

Mùa Xuân Năm Đinh Sửu 1997
KIỀU MỸ DUYỄN

-ooOoo-

LỜI NGƯỜI DỊCH

Cái chết có thật đáng sợ không? Thông thường con người chúng ta, ai cũng sợ chết. Nhưng thực ra cái chết không đáng sợ như chúng ta tưởng. Cuốn sách nhỏ này do Hòa Thượng Tiên Sĩ K. Sri Dhammananda là một cuốn sách có giá trị, đáp ứng được những câu hỏi như chết đi về đâu và chết rồi đã hết khổ chưa, muốn tránh khỏi sợ hãi cái chết chúng ta phải làm gì vân vân ..

Ngoài phần nói về cái chết, phần hai của cuốn sách này Hòa Thượng Tiến Sĩ K Sri Dhammada hướng dẫn người Phật Tử chúng ta phải làm gì trong những trường hợp vui như sanh con, cưới hỏi và những trường hợp buồn như đau yếu và tang lễ. Vì người Phật Tử chúng ta còn cố chấp, còn giữ nhiều những tập tục truyền thống trái với giáo lý của Đức Phật và làm các tôn giáo khác hiểu lầm nên những nhận xét cùng những phương pháp rất thực tiễn và cần thiết nêu lên tại đây giúp chúng ta củng cố nền móng của Phật Giáo và tránh được sự ngộ nhận.

Nhận thấy cuốn sách mang nhiều lợi ích thiết thực, tuy tự biết khả năng yếu kém, nhưng với tấm lòng nhiệt thành, chúng tôi cố gắng dịch ra Việt Ngữ, hy vọng đóng góp một phần nhỏ nhoi trong kho tàng Văn Hóa Phật Giáo Việt Nam.

Chúng tôi xin chân thành cảm tạ Chư Tôn Đức đã khích lệ, góp nhiều ý kiến bổ ích. Đặc biệt các Đạo Hữu đã góp phần công đức trong việc ấn hành dịch phẩm này.

Chúng tôi xin hồi hướng công đức hồng pháp này lên ngôi Tam Bảo và cầu nguyện Hồng Ân Tam Bảo thù từ gia hộ Quý Vị cùng Bửu Quyên thân tâm thường an lạc và hạnh phúc.

Sau cùng chúng tôi kính mong Chư Tôn Thiên Đức, các bậc thức giả cao minh, các bậc thiện trí thức, các bạn đạo ân nhân hoan hi bỏ chính những sai lầm thiếu sót để cuốn sách được hoàn chỉnh hơn trong kỳ tái bản.

Ngày 9 Tháng 03 Năm 1997
Tỳ Kheo THÍCH TÂM QUANG

-ooOoo-

TIỂU SỬ ĐẠI LÃO HÒA THƯỢNG TIẾN SĨ K. SRI DHAMMANANDA MAHA NAYAKA THERA

Đại Lão Hòa-Thượng Tiến sĩ K. Sri Dhammananda, Trưởng Lão Tăng Giã Mã Lai Á, phục vụ Phật Giáo Mã Lai trên 42 năm trong các chức vụ như một vị lãnh đạo tinh thần, một học giả, một cố vấn và một thiện hữu. Ngài sanh ngày 18 Tháng Ba Năm 1919 tại làng Kirinde, Tỉnh Matara phía nam Sri Lanka (Tích Lan).

Ngài khởi đầu việc học hành theo nền giáo dục thể tục khi Ngài được 7 tuổi và tuy còn nhỏ Ngài đã phát triển mối quan tâm đặc biệt đến Phật giáo. Được sự giúp đỡ của một người cậu là Sư Trưởng tại ngôi chùa địa phương và người mẹ tận tâm của Ngài, Ngài thọ Sa Di giới vào năm 12 tuổi. Ngài được đặt pháp danh là "**Dhammananda**" có nghĩa là "**Người chứng nghiệm hạnh phúc qua Phật Pháp**".

Sau mười năm tu học chuyên về giáo lý Đức Phật, năm 26 tuổi Ngài tốt nghiệp văn bằng Ngôn Ngữ Học, Triết Lý, và Quy Tắc Pali Viện Đại Học Vidyalankara Pivirivena. Ngài tốt nghiệp Cao Học Triết Lý Ấn Độ năm 1949 tại Viện Đại Học Benares (Ba-Lã-Nại). Sau khi phục vụ 3 năm tại Sri Lanka, Ngài được tuyển chọn đi hoàng Pháp tại Mã Lai.

Vào các thập niên 50 và 60, Phật Giáo bị giới trí thức Trung Hoa tại Mã Lai coi rẻ và nghĩ rằng Đạo Phật chỉ là mê tín dị đoan. Qua Hội Truyền Bá Giáo Lý Phật Đà, Ngài đã phát hành các tài liệu, các loại sách về mọi phương diện của Phật Giáo và kết quả một số đông đã nhận thức được giáo lý chân chính của Đức Phật. Ngài đã phát hành các cuốn sách rất phổ thông như "Người Phật Tử Tin Gì", "Làm Thế Nào Để Sống Khỏi Sợ Hãi và Lo Lắng", "Hạnh Phúc Lửa Đồi", "Nhân Loại Tiến Về Đâu" và "Thiên Định-Con Đường Duy nhất".

Tuy không phải là một nhà truyền giáo hùng biện, nhưng Ngài đã thành công cảm hóa tư tưởng của cả giới thanh niên lẫn trí thức với một lối trình bày Giáo Pháp của Đức Phật một

cách rõ ràng, đơn giản và khoa học. Ngài nhận được các Văn Bằng Tiến Sĩ Danh Dự của nhiều Đại Học trên thế giới và cũng được ân thưởng Tước Vị Johan Setia Mahkota bởi Hoàng Đế Mã Lai. Ngài cũng có, như Đức Phật mô tả, Bảy Đức hạnh cao quý của một Đại nhân trong Kinh Sakha Sutta (A.N. 4:31): Ngài là người đáng yêu, đáng kính trọng, học thức, là một cố vấn, một người nhẫn nại chịu nghe, thâm trầm trong đàm luận, và không bao giờ có xúy một cách vô căn cứ.

BENNY LIOW WOON KHIN

-ooOoo-

PHẦN I

CÁI CHẾT CÓ THẬT ĐÁNG SỢ KHÔNG?

MẠNG SỐNG MONG MANH - CÁI CHẾT LÀ ĐIỀU CHẮC CHẮN

Đó là câu châm ngôn nổi tiếng trong Đạo Phật. Biết rõ cái chết là điều chắc chắn và là một hiện tượng tự nhiên mà mọi người phải đương đầu, chúng ta không nên sợ chết. Theo bản năng, tất cả chúng ta đều sợ chết vì chúng ta không biết làm sao để tránh khỏi nó. Chúng ta thích bám víu vào đời sống, vào thân xác của chúng ta, vì vậy trở nên đầy tham dục và luyến ái.

Một đứa nhỏ ra đời đem niềm vui và hạnh phúc cho những người thân yêu. Dù người mẹ đau đớn cũng cực lúc sanh nhưng vẫn vui mừng và thích thú ngắm nhìn đứa con mới sanh. Người mẹ cảm thấy được đền bù xứng đáng sau nhiều khó khăn đau đớn phải chịu đựng. Tuy nhiên đứa trẻ lọt lòng ra đã khóc hình như nó muốn nói ra nó cũng phải chịu đau khổ của kiếp người. Đứa trẻ trở thành một thiếu niên rồi trưởng thành, tạo các loại hành vi tốt và xấu. Rồi nó trở nên già nua, và cuối cùng từ già cõi đời này, bỏ lại bạn bè và thân quyến đau buồn: Đó là bản chất cuộc sống của một con người. Con người cố gắng tránh khỏi nanh vuốt của tử thần nhưng không một ai có thể thoát khỏi. Đến lúc gần chết, đầu óc liên tưởng đến của cải tích lũy, và lo sợ quá đáng về những đứa con thân yêu của mình. Cuối cùng, nhưng không kém phần quan trọng, con người lo lắng quá sức về thân xác quý báu của mình; mặc dù với sự chăm sóc chu đáo và cần trọng nhưng nay đã suy nhược, kiệt quệ và tan rã. Thật đau đớn khi phải xa lìa thân xác. Không thể chịu đựng được thế nhưng không tránh nổi. Đó là tâm trạng của mọi người khi từ già cõi đời này với than van rên rĩ. Sự đau đớn về cái chết thật là khủng khiếp, đó là thái độ của kẻ do ngu muội mà ra.

SỢ CHẾT

Con người lo âu không phải vì ngoại cảnh mà vì hy vọng và tưởng tượng về đời sống tương lai của mình. Cái chết, chẳng hạn, tự nó không khủng khiếp và khiếp sợ hay kinh hãi chỉ do tâm trí của chúng ta tưởng tượng mà ra. Chúng ta thường không đủ can đảm để đối đầu với ý tưởng về cái chết. Với những kẻ không dám đối đầu với thực tế, khổ đau thật sự khủng khiếp và không thể chấp nhận được. Nhưng nếu chúng ta biết đương đầu với sự thật, nó sẽ làm dịu bớt hay loại trừ cái khủng khiếp của sự sợ hãi. Đời sống ví như một viên đạn lao tới mục tiêu, tức là cái chết. Hiểu như vậy, chúng ta phải can đảm trực diện với hiện tượng tự nhiên này. Muốn được tự do trong đời sống, chúng ta phải không sợ chết. Sợ hãi chỉ đến với những kẻ không hiểu quy luật thiên nhiên. **"Dù ở đâu đi nữa, nếu có phát xuất, thì sợ hãi chỉ phát xuất nơi người mất trí điên khùng và không bao giờ phát xuất nơi người khôn ngoan"**. Đó là lời Đức Phật dạy trong Kinh Anguttara Nikaya. Sợ hãi chỉ là trạng thái của tâm thần. Khoa học cho ta thấy quá trình của một cái chết ra sao? Cái chết chỉ là sự hao mòn sinh lý của cơ thể con người. Chúng ta đừng sợ hãi và tưởng tượng hay tiên đoán về những sự khủng khiếp không bao giờ đến để tìm cách chống lại. Một thầy thuốc nổi tiếng, Sir William Osler

nói như sau: "**Theo kinh nghiệm hành nghề của tôi, tôi thấy hầu hết những người chết không đau đớn và sợ hãi**".

Một nữ y tá lão thành nói: "Hình như tâm kịch lớn nhất đối với tôi là mọi người suốt đời bị nỗi sợ chết ám ảnh. Khi chết đến, ta thấy rằng nó cũng tự nhiên như bản chất cuộc sống. Rất ít người sợ chết khi đã sống trọn cuộc đời. Theo kinh nghiệm của tôi, tôi chỉ thấy có một người có vẻ sợ hãi - một phụ nữ đã làm một điều dữ cho người chị nay đã quá trẻ để hối cải".

"Một điều lạ lùng và đẹp đẽ sẽ đến với dù là đàn ông hay đàn bà khi họ đã sống trọn đời. Tất cả sợ hãi, khiếp đảm đều biến mất. Tôi thường ngắm thấy tia sáng bình minh hạnh phúc trong ánh mắt của họ khi họ nhận thức điều đó đúng. Đó là tất cả ơn huệ của Tạo Hóa".

Vì tham sống nên sự sợ chết được hình thành một cách thiếu tự nhiên. Nó tạo sự lo âu trong đời sống. Vì vậy, con người sẽ không bao giờ dám mạo hiểm làm điều gì cho dù đó là lẽ phải. Họ sống trong sợ hãi, lo lắng về bệnh tật và các tai nạn có thể xảy ra cướp mất mạng sống quý giá của mình. Nhận thức chết là điều không tránh nổi, kẻ yêu đời sống trần thế sẽ đắm trong nhiệt thành cầu nguyện với niềm hy vọng linh hồn sẽ được lên thiên đàng. Không một ai có hạnh phúc giữa cơn lốc của sợ hãi và hy vọng như vậy. Đúng thật khó có thể coi thường hay không lưu ý đến những bộc phát tự nhiên của bản năng để tự bảo vệ. Tuy nhiên có một phương pháp để vượt qua sự sợ hãi. Hãy quên đi quan niệm về cái 'tôi'; hãy đem tình thương vị kỷ hướng ra ngoài có nghĩa là làm lợi ích cho nhân loại và tỏ tình thương với người khác. Bất cứ ai không quên sự thật rằng một ngày nào đó mình sẽ chết và cái chết không thể tránh khỏi, sẽ hằng hái chu toàn nhiệm vụ với đồng loại trước khi chết, làm được như vậy thì bây giờ cũng như mai hậu mọi người chắc chắn sẽ chiêm ngưỡng kính phục. Say mê phục vụ người khác, chẳng bao lâu chính bạn sẽ thoát khỏi cái tự kỷ luyện ái nặng nề, mơ ước, kiêu căng, tự phụ, và tự tôn.

BỆNH VÀ CHẾT

Bệnh và chết là việc xảy ra tự nhiên trong đời sống của chúng ta, và chúng ta phải chấp nhận điều đó với sự hiểu biết. Theo thuyết tâm lý hiện đại, nguyên nhân căng thẳng tinh thần là do việc không dám đương đầu và chấp nhận sự thực ở đời. Nếu không vượt qua hay khắc phục được sự căng thẳng đó sẽ gây nên bệnh tật. Trong khi bệnh hoạn mà quá lo lắng hay thất vọng chỉ làm cho bệnh tăng lên. Đối với những người có tâm hồn và hành động trong sạch, chết chẳng có gì đáng sợ. Mạng sống của chúng ta gồm có tâm trí và thể xác hợp thành và vì vậy tâm trí và thể xác không chết riêng. Nghiệp báo do những hành động xấu của chúng ta đã gây nên trong đời trước theo chúng ta vào lúc tái sanh khiến chúng ta phải chịu những khổ đau trong đời này. Những khổ đau đó có thể tránh khỏi nếu chúng ta cố gắng tạo công đức, sống một cuộc đời đạo hạnh, và có những hành động tốt bất cứ ở đâu hay bất cứ lúc nào. Làm như vậy, chúng ta có thể đương đầu với cái chết một cách can đảm và thực tế. Theo lời Phật dạy, chúng ta không nên tin tưởng vào một vị "cứu tinh" nào có thể lãnh gánh nặng, và cứu vớt chúng ta khỏi hậu quả do những hành động sai lầm của chúng ta. Chúng ta luôn luôn nhớ tới lời khuyên của Đức Phật: "**Hãy tin vào mình để tự cứu, hãy gắng sức và chuyên cần**".

Người Phật Tử không sầu thảm và bi thương trước cái chết của thân nhân và bạn bè. Không có cái gì có thể ngăn cản được bánh xe nhân quả. Khi một người chết, nghiệp do họ tạo nên sẽ theo họ đến cuộc đời mới. Kẻ quen, người thân, bạn bè và thân quyến chỉ có thể tiễn đưa người chết đến huyết mà thôi trong khi người chết mạng theo những hành động tốt hay xấu của mình. Những người còn sống nên chịu đựng sự mất mát trong bình tĩnh và hiểu biết. Chết là một tiến trình không thể tránh khỏi ở thế gian này. Đó là một điều chắc chắn trong vũ trụ này. Cánh rừng có thể trở thành đô thị và đô thị có thể trở thành bãi cát. Núi có thể biến thành hồ. Sự biến dạng có thể xảy ra ở khắp nơi duy chỉ có cái chết là điều không đổi. Tất cả mọi thứ chỉ là tạm bợ. Chúng ta có cha ông, và cha ông của chúng ta cũng có cha ông, nhưng bây giờ họ ở đâu? Tất cả đều đã quá vắng.

Đừng nghe kẻ nguy biện cho rằng chúng tôi đang trình bày một quan niệm yếm thế bi quan. Đó là quan điểm thực tế nhất của chủ nghĩa hiện thực. Tại sao chúng ta lại không thực tế mà mù quáng trước những sự kiện thực tế đó? Có phải cái chết thiêu đốt mọi thứ? Đúng vậy! Nhưng đừng quên điều này: Cái chết khiến mọi người hiểu rõ số phận của mình là dù cao sang đến đâu, hay kỹ thuật và y khoa tiên bộ đến đâu đi chăng nữa cái chết vẫn như nhau: Hoặc ở trong quan tài hay trở thành một quan nấm tro tàn. Sống và chết là một quá trình liên tục cho đến khi chúng ta trở nên toàn hảo.

DANH THƠM CÒN MÃI

Đức Phật dạy: "Thân xác của con người tuy thành tro bụi nhưng danh tiếng của họ vẫn còn". Ảnh hưởng của kiếp trước đôi khi rất sâu và mạnh hơn ảnh hưởng của thân xác đang sống với một số khả năng hạn hẹp. Đôi khi chúng ta cảm nghĩ và hành động theo tư tưởng của những người mà xác thân đã thành tro bụi. Tư tưởng đó rất quan trọng trong mỗi hành động của chúng ta. Mỗi người sống là một phần thân xác của tổ tiên đã khuất. Trong ý nghĩ này, chúng ta có thể cho rằng những bậc anh hùng thời đại, những triết gia vĩ đại, các hiền triết, những thi nhân và nhạc sĩ của mỗi dân tộc đang sống với chúng ta. Vì chúng ta liên hệ đến những liệt sĩ và những nhà tư tưởng trong quá khứ, chúng ta có thể chia sẻ những tư tưởng khôn ngoan, những lý tưởng cao quý, và cả đến âm nhạc bất diệt qua nhiều thời đại. Dù rằng thân xác đã chết, nhưng ảnh hưởng của họ vẫn còn. Xác thân chẳng là gì cả, nó chỉ là sự tổng hợp trừu tượng, một hỗn hợp luôn luôn thay đổi của các thành phần hóa học. Con người phải hiểu rằng đời sống của mình như một giọt nước trong một con sông đang chảy và nên vui vẻ đóng góp một phần của mình cho dòng sông cuộc sống.

Không hiểu rõ bản chất của đời sống, con người sẽ bị chìm đắm trong vũng bùn ngu muội của thế gian và rên rỉ khóc than. Nhưng khi hiểu được thực chất của mình, con người sẽ từ bỏ tất cả những cái tam bợ và tìm trạng thái Vĩnh Cửu. Trước khi đến trạng thái Vĩnh Cửu, con người phải đương đầu với cái chết này đến cái chết khác. Vì cái chết không nghĩa lý gì, con người không nên ngăn chặn sự tiếp diễn không ngừng cái vòng sanh tử.

Theo Đạo Phật, không có kiếp sống đầu và kiếp sống cuối cùng của chúng ta trên thế gian này. Nếu bạn làm điều thiện với lòng tin tưởng, bạn sẽ có một kiếp sau tốt đẹp hơn. Mặt khác, nếu bạn cảm thấy bạn không muốn tái sanh mãi mãi, và muốn đi đến cứu cánh đó, bạn phải cố gắng phát triển tâm trí, loại bỏ mọi tham dục và tình thân ô trược .

TRIẾT LÝ ĐẠO PHẬT

Một vị Thánh cao thượng đã đạt đến mức toàn hảo không khóc than khi những người thân và những người gần gũi qua đời vì Ngài đã hoàn toàn quét sạch hết mọi cảm xúc. Ngài A Na Luật, một vị A La Hán, không khóc than khi Đức Phật qua đời. Tuy nhiên Ngài A Nan lúc đó chỉ là một Tu Đà Hoàn mới đạt được quả vị thứ nhất trong các bậc Thánh, đã không kìm giữ được khóc than. Các tỷ kheo than khóc phải nhớ quan điểm của Đức Phật về những hoàn cảnh có bản chất như vậy:

"Ông A Nan! Có phải Đức Phật đã dạy chúng ta rằng những gì sanh ra, những gì tồn tại và những gì duyên hợp đều đi đến tan rã (Thành, Trụ, Hoại, Diệt)? Đó là tính chất của duyên hợp. Khi duyên hợp xuất hiện rồi lại mất đi - có thành thì phải có hoại - Và khi những duyên hợp đó hết, Tịch Tĩnh hiện tiền".

Những lời dạy trên đây mô tả nền móng cấu trúc của Triết Lý Phật Giáo.

NGUYÊN NHÂN CỦA KHỔ ĐAU

Nguyên nhân của các buồn phiền và khổ đau là do Luyến Ái dưới mọi dạng thức. Nếu chúng ta muốn tránh khổ đau, chúng ta phải bỏ luyến ái - không phải chỉ luyến ái người mà luyến ái

của cái nữa. Đó là sự thực căn bản, là bài học mà cái chết dạy ta. Luyện ái cung cấp cho chúng ta nhiều thứ để thỏa mãn cảm xúc của chúng ta, và dẫn ta vào con đường trần tục. Nhưng cuối cùng luyện ái trở thành nguyên nhân của đau khổ. Nếu không học điều này, cái chết có thể tấn công và khủng bố chúng ta. Sự kiện này đã được Đức Phật soi sáng rõ ràng. Ngài dạy: "Cái chết sẽ mang con người đi khỏi dù người đó cố bám lấy con cái và của cải, giống như một trận lụt lớn cuốn sạch cả ngôi làng đang ngủ".

Lời dạy này ngụ ý là nếu ngôi làng đó tỉnh thức và cảnh giác thì có thể tránh khỏi sự tàn phá của lũ lụt.

AI CŨNG PHẢI CHẾT

Chúng ta hãy nghiên cứu Đức Phật giải quyết vấn đề cho hai người, vì luyện ái mà cái chết làm cho đau khổ. Một người là Bà Kisagatomi. Đứa con trai duy nhất của bà ta bị rắn cắn chết. Bà ta bỗng đưa con trai chết đến cầu cứu Đức Phật. Đức Phật bảo Bà hãy đem đến cho Đức Phật một vài hạt giống cái (mù tạc) của một gia đình không có ai chết, Đức Phật sẽ chữa cho. Nhưng Bà ta không thể tìm thấy một gia đình nào mà không có người chết. Tất cả các gia đình mà Bà đã đến thì không nhà nào là không khóc than hay đã khóc than về cái chết của người thân vào một lúc nào đó. Bà đã hiểu sự thực đắng cay: cái chết rất phổ biến. Cái chết giáng xuống tất cả mọi người và không chừa ai cả. Buồn đau là đi sản đối với mọi người.

Một người khác được Đức Phật dạy là Patacara. Trường hợp của Bà này buồn thảm hơn. Chỉ trong một thời gian ngắn, Bà mất hai đứa con, chồng, anh em, cha mẹ và tất cả của cải. Buồn đau đến mất trí, Bà đã lóa lổ chạy như điên như dại trên đường phố cho đến khi gặp Đức Phật. Đức Phật đã giúp Bà trở lại bình thường bằng cách giảng giải cho Bà nghe là cái chết là một hiện tượng tự nhiên của tất cả mọi người.

"Con đã đau khổ nhiều lần như thế này, chứ không phải lần này thôi, Patacara; con đã đau khổ nhiều lần trong những tiền kiếp của con. Đã lâu, con đau khổ vì cái chết của cha, mẹ, con cái và những người thân của con. Khi con đau khổ như vậy, nước mắt của con thật nhiều hơn nước ở biển cả".

Cuối cùng, Patacara nhận thức được cái vô thường của cuộc đời. Patacara và Kisagotami hiểu rõ cái khổ và cả hai đều cảm nhận được sự đau khổ của cái chết. Bằng cách hiểu sâu xa Đề Thứ Nhất của Tứ Diệu Đế về "khổ" thì ba Đế còn lại cũng hiểu được. Ngài nói: "Này các tỷ kheo, đây là khổ, nguyên nhân của khổ, đây là diệt khổ, và con đường dẫn đến chấm dứt khổ?".

NĂM UẨN

Chết là sự tan rã của Uẩn. Những Uẩn này là thọ, tưởng, hành, thức, và sắc hay vật chất. Bốn nhóm đầu thuộc về tinh thần hay nama, hợp thành đơn vị của thức. Nhóm thứ năm, rupa là vật chất hay vật lý uẩn. Sự phối hợp của tâm vật lý đó theo quy ước được đặt cho một cá nhân, một con người hay cái Tôi. Cho nên những cá thể hiện hữu như thế không phải là những cá nhân nào mà là hai thành phần cấu tạo cơ bản của tinh thần và vật chất, thành phần này là những hiện tượng hiếm. Chúng ta không coi năm uẩn là những hiện tượng mà là một thực thể vì lẽ do cái tâm tự lừa dối của chúng ta, do ham muốn bẩm sinh của chúng ta cho những thứ nói trên là của ta để thỏa mãn cái Ngã quan trọng của chúng ta.

Chúng ta sẽ thấy được bộ mặt thật của sự vật nếu chúng ta chịu nhẫn nại và có ý chí. Nếu chúng ta quay vào nội tâm và quán chiếu bề sâu của tâm khảm, chú tâm và nhận xét một cách khách quan, không hề liên tưởng đến bản ngã trong một thời gian như Đức Phật dạy trong kinh Sati Patthana, chúng ta sẽ thấy năm uẩn, không phải là một thực thể mà là một loạt các tiến trình vật chất và tinh thần. Rồi chúng ta không còn lăm lăm cho cái bề ngoài là thật. Chúng ta sẽ nhìn thấy năm uẩn này phát sanh và biến đi liên tục nhanh chóng. Chúng luôn

luôn biến đổi từng phút từng giây, không bao giờ Tĩnh mà Động, không bao giờ là Thực Thể mà luôn luôn Biến Hiện.

TÁI SANH

Bốn uẩn hay thức và ba nhóm của yếu tố tinh thần (Thọ, Tưởng, và Hành), tạo thành Nama hay đơn vị của thức, biến chuyển không ngừng, nổi lên rồi biến đi không cùng một khuôn mẫu vì những khuôn mẫu đó cũng biến hóa luôn. Chúng phải lập lại ngay một nền tảng tự nhiên mới (Sắc) - một lớp vật chất tươi tốt như trước - để hoạt động điều hòa. Nghiệp quả hành động như một định luật, và định luật này điều khiển việc sắp xếp năm uẩn sau khi chết. Kết quả là "tái sanh" .

YẾU TỐ VÀ NĂNG LƯỢNG

Tóm lại, sự phối hợp của năm uẩn gọi là sanh và sự hiện hữu của những uẩn đó được gọi là đời sống. Sự tan rã của chúng gọi là chết (tử), và sự tái phối hợp của những uẩn ấy gọi là tái sanh. Tuy nhiên, một người bình thường không dễ dàng gì hiểu được tại sao những cái gọi là uẩn đó lại có thể tái phối hợp. Chúng ta cần hiểu rõ bản chất của các yếu tố (năm uẩn), năng lượng tinh thần (hay sức mạnh tinh thần), định luật về nghiệp quả, và sự song hành của năng lượng vũ trụ (Khí) rất quan trọng. Một số người cho rằng cái chết là sự tan rã của năm uẩn và sau đó, chẳng còn gì tồn tại nữa. Có người lại cho rằng chết có nghĩa là sự chuyển tiếp linh hồn từ một thân xác này đến một thân xác khác; và với một số người khác nữa, chết là sự kìm giữ vĩnh viễn một linh hồn chờ đợi ngày Xét Xử.. Tuy nhiên với người Phật Tử, chết chẳng là gì cả mà chỉ là tạm chấm dứt một hiện tượng tạm thời. Chết chưa phải là một sự hủy diệt hoàn toàn của cái được gọi là chúng sanh.

NGUYÊN NHÂN CÁI CHẾT

Theo Đạo Phật, Chết xảy ra do một trong bốn nguyên nhân sau đây:

- I. Mạng căn (hay thọ mạng) của chúng sanh mỗi loài đã hết. Cái chết này là mạng triệt (Ayukkha)
- II. Sức hành của Nghiệp tạo nên đời sống đã kiệt. Cái chết này gọi là Khammakkhaya (Nghiệp dĩ)
- III. Sự chấm dứt cùng một lúc của hai nguyên nhân trên - Ubbayakkhaya .
- IV. Cuối cùng có thể do những hoàn cảnh bên ngoài như tai nạn, biến cố bất ngờ, hiện tượng thiên nhiên, hay Nghiệp quả từ kiếp trước không đề cập tại điều II. Cái chết này gọi là Upacchedake.

Có một sự tương đồng rất đúng để giải nghĩa bốn trường hợp chết trên đây: Một ngọn đèn dầu có thể tắt do một trong bốn nguyên nhân:

- I. Bấc trong ngọn đèn đã cháy hết. Điều này giống như cái chết vì thời gian cho một kiếp đã hết.
- II. Dầu đã cạn giống như Nghiệp lực đã hết.
- III. Dầu và bấc đã cháy hết cùng một lúc giống như cái chết do cả hai nguyên nhân phối hợp đề cập tại I và II.
- IV. Hiệu quả của các yếu tố bên ngoài như gió thổi làm đèn tắt - giống như chết do các nguyên nhân ngoại cảnh.

Cho nên, Nghiệp quả không phải là nguyên nhân duy nhất của cái chết. Có những nguyên nhân bên ngoài gây ra cái chết. Giáo lý của Đức Phật minh định rõ ràng Nghiệp quả không thể giải thích tất cả những việc xảy ra trong đời sống của chúng ta.

ĐƯƠNG ĐẦU VỚI BIẾN CỐ

Làm sao chúng ta có thể đương đầu với các điều không tránh được này một cách tốt nhất? Nên tiên liệu và suy nghĩ là cái chết trước sau cũng phải đến.. Điều này không có nghĩa là người Phật Tử quan niệm cuộc đời là âm đạm. Chết là một sự thực, và ta phải đương đầu - và Phật Giáo là tôn giáo của lý trí huấn luyện các đệ tử trực diện với các sự kiện, dù các sự kiện này làm ta không hài lòng. Trưởng Giáo Nanak, vị khai sáng ra Đạo Sikh nói: "Thế gian sợ chết, với tôi, chết đem niềm vui". Thật rõ ràng những vĩ nhân và những người cao thượng không sợ chết và sẵn sàng chấp nhận nó. Nhiều vĩ nhân đã hy sinh mạng sống của mình để người khác được hạnh phúc. Tên tuổi của các vị này đã được lưu truyền trên bảng vàng lịch sử thế giới cho hậu thế.

CÁI CHẾT KHÔNG TRÁNH ĐƯỢC

Thật là một nghịch lý khi chúng ta thấy cái chết đã cướp đi biết bao sinh mạng của nhân loại nhưng chúng ta ít khi nghĩ đến cái ý tưởng đó là chúng ta cũng thế, trước sau cũng trở thành nạn nhân của tử thần. Vì quá lưu luyến với cuộc đời, chúng ta không muốn mang trong lòng tư tưởng yếu đuối, nhưng thực tế cái chết là một sự thật hiển nhiên. Chúng ta muốn chấm dứt ý nghĩ ghê gớm đó và tự lừa dối mình rằng chết là một điều xa vời, một điều không cần phải lo lắng. Chúng ta phải có đủ can đảm để đương đầu với biến cố ấy. Chúng ta phải sẵn sàng trực diện với sự thực trần trụi này. Chết là điều có thật. Nếu chúng ta nhận thức được như vậy, và biết rằng cái chết không tránh khỏi; chúng ta hãy coi nó như một sự bình thường chứ không phải là một biến cố đáng sợ đề khi nó đến, chúng ta sẽ đương đầu với nó một cách bình tĩnh, can đảm và tự tin.

BỐN PHẬN VÀ TRÁCH NHIỆM

Biết rằng một ngày nào đó, cái chết sẽ cướp mạng sống của ta, chúng ta phải bình tĩnh, can đảm và tự tin để làm tròn bốn phận và trách nhiệm với gia đình. Chúng ta không nên chân chủ chu toàn trách nhiệm và bốn phận của chúng ta. Những việc gì có thể làm được hôm nay, đừng để đến ngày mai. Chúng ta không nên phí phạm thì giờ và sống một cách hữu ích. Những bốn phận đối với vợ, chồng và con cái đứng hàng ưu tiên phải được thi hành đúng lúc. Để tránh gây căng thẳng và khó khăn cho gia đình, chúng ta đừng chờ đợi đến phút cuối cùng mới viết di chúc. Cái chết có thể đến với chúng ta bất cứ lúc nào - nó không chừa ai cả và không chờ đợi. Chúng ta nên can đảm trực diện với biến cố tối hậu này với hy vọng và tin tưởng rằng chúng ta đang chuẩn bị cho đời sống kế tiếp.

ÁI DỤC VÀ VÔ MINH

Có thể chế ngự được cái chết không? Câu trả lời là Có! Có chết vì có sanh. Sự tiếp diễn không ngừng của cái sanh được gọi là luân hồi. Nếu chu trình của sự sống ngưng lại, cái chết có thể chấm dứt ngay tại giai đoạn Vô Minh (Avijja) và Ái Dục (Tanha) - Đó là gốc rễ của cái vòng sanh tử cần phải tiêu diệt. Cho nên, nếu cắt được Ái Dục và Vô Minh, sanh được chế ngự, chết bị chinh phục, luân hồi siêu thoát, và Niết Bàn hiện tiền.

Chúng ta phải hiểu là mọi vật trong vũ trụ này đều không có thật, và cuộc sống chỉ là ảo mộng. Nếu chúng ta dùng khoa học hay triết lý để phân tách, cuối cùng chúng ta khám phá thấy không có gì cả mà chỉ là hư không. Gandhi đã từng nói:

"Sợ chết chẳng khác gì sợ bỏ một cái áo cũ đã rách". Vì luyến ái, chúng ta rất đau khổ khi mất người mình thương yêu. Việc này xảy ra cho Bà Visakha, một đệ tử hết lòng trong thời Đức

Phật. Khi đứa cháu gái yêu dấu của Bà chết, Bà tìm đến Đức Phật để yêu cầu Đức Phật giải cứu cho Bà khỏi phiền não.

"Này Visakha, người có muốn có nhiều con nhiều cháu như số trẻ trong thành phố này không?" Đức Phật hỏi Bà.

"Thưa vâng, bạch Đức Thế Tôn, dĩ nhiên là con thích".

"Này Visakha, nếu vậy, người sẽ khóc khi chúng chết phải không? Những ai có một trăm thứ yêu dấu, những người đó có một trăm điều phiền não. Kẻ không có thứ gì yêu dấu, kẻ đó không có phiền não. Người như vậy mới thoát khỏi phiền não".

Khi chúng ta mang lòng luyến ái, chúng ta phải chuẩn bị chịu đựng phiền não trong lúc chia ly.

Tham sống đôi khi làm cho người ta sợ chết. Chúng ta không dám chấp nhận rủi ro thậm chí vì một lý tưởng chính đáng. Chúng ta sợ hãi là bệnh tật hay tai nạn sẽ chấm dứt cuộc đời hình như quý giá của chúng ta. Biết rằng chết là điều tất nhiên, chúng ta hy vọng và cầu nguyện cho linh hồn được lên Trời để xác thân chúng ta được yên ổn và gìn giữ. Tin tưởng như vậy bắt nguồn từ những tham vọng mãnh liệt, muốn có một đời sống trường cửu.

Mỗi người, mỗi cá nhân phải biết rõ vai trò của cái chết nó định đoạt số phận của mình. Dù là hoàng tộc hay bình dân, giàu hay nghèo, mạnh hay yếu, nơi an nghỉ cuối cùng của thân xác con người là ở trong quan tài chôn sâu sáu tấc, hoặc trong bình đựng tro cốt, hoặc ở dưới nước.

Tất cả nhân loại phải đương đầu và chịu chung một số phận. Vì ngu si không hiểu thực chất của đời sống, chúng ta thường rên rỉ khóc than. Khi ta hiểu được thực chất của đời sống, chúng ta có thể nhìn thẳng cái vô thường của tất cả mọi duyên hợp và tìm cách giải thoát. Nếu chúng ta không thoát khỏi những trói buộc của cuộc đời, chúng ta sẽ phải đối mặt với cái chết mãi mãi. Về phương diện này, vai trò của cái chết thật rõ ràng. Nếu người ta không chịu nổi cái chết, thì họ phải hết sức cố gắng để vượt qua cái vòng sanh tử, tử sanh.

SUY GẪM VỀ CÁI CHẾT

Tại sao chúng ta phải nghĩ về cái chết? Tại sao ta phải suy gẫm nó? Đức Phật không những chỉ khuyến khích chúng ta nói về cái chết, Ngài cũng khuyến chúng ta suy gẫm nó và nghĩ đến nó thường xuyên. Đó là có sanh thì có chết. Tinh thần và thể xác được tạo nên trong lúc thai nghén, phát triển, lớn lên và trưởng thành. Nói một cách khác chúng theo tiến trình già nua. Đầu tiên, chúng ta gọi tiến trình đó là lớn lên, rồi già đi. Thật ra đó chỉ là một tiến trình của sự lớn lên, phát triển, trưởng thành và cuối cùng là cái chết không sao tránh được.

Ngày nay, theo thống kê trên thế giới, mỗi ngày có hai trăm ngàn (200,000) người chết hay độ 70 triệu mỗi năm.

Chúng ta không quen suy gẫm về cái chết hoặc đã động đến nó. Điều chúng ta thường làm là tránh nghĩ về cái chết và sống như thể chẳng bao giờ phải chết cả. Chừng nào mà chúng ta còn sợ chết, chúng ta không bao giờ sống một cuộc đời đầy đủ và tốt đẹp nhất. Cho nên một trong những lý do chính yếu để suy gẫm cái chết là để chúng ta hoàn toàn tinh thức để khỏi sợ hãi. Suy gẫm về cái chết không làm cho chúng ta chán nản hay không lạnh mạnh, mà chỉ có mục đích giúp cho chúng ta thoát khỏi sợ hãi.

Lý do thứ hai suy gẫm về cái chết sẽ thay đổi lối sống và thái độ của chúng ta với cuộc đời. Giá trị trong cuộc sống hoàn toàn thay đổi một khi chúng ta không nghĩ rằng chúng ta sống mãi ở đời, chúng ta sẽ bắt đầu một lối sống khác hẳn.

Lý do thứ ba là để có khả năng làm quen đương đầu với cái chết một cách xác đáng và yên lành.

Suy gẫm về cái chết có ba điều lợi ích:

- bớt sợ hãi
- đem lại phẩm chất mới cho đời sống để chúng ta sống cuộc đời có giá trị thích đáng và
- giúp chúng ta chết trong vinh dự.

Những lợi ích trên giúp chúng ta sống lương thiện và chết có phẩm giá.

Suy gẫm về cái chết chúng ta còn cần gì nữa?

Đạo Phật khuyến khích suy gẫm về những nhân tố sau đây:

- Tôi sống với tuổi của tôi, tôi không lo già;
- Bệnh tật là lẽ thường, tôi không quá nghĩ về nó;
- Tôi gánh chịu Nghiệp quả của tôi và tôi không thoát khỏi Nghiệp lực;
- Chết là lẽ thường tôi không quá lo nghĩ về cái chết và
- Tất cả những gì dễ thương và thích thú của tôi sẽ thay đổi và bỏ tôi.

Khi chúng ta bình tâm suy gẫm về những thực trạng ấy, và giữ trong tiềm thức, nó sẽ có tác dụng mạnh mẽ để khuất phục sợ hãi, tuổi già, bệnh tật, cái chết, và chia ly. Điều này không phải là làm chúng ta kém lạnh mạnh mà chính là giúp chúng ta thoát khỏi sợ hãi. Cho nên tại sao chúng ta suy gẫm về cái chết? Không phải là chúng ta mong mỏi cái chết đến mà chúng ta không muốn sống hay chết trong sự sợ hãi.

CHẾT LÀ MỘT PHẦN CỦA ĐỜI SỐNG

Chết đến với tất cả mọi người và là một phần của cái vòng sinh tử. Người chết trẻ, kẻ chết già, chẳng ai không chết. Chẳng ai mời chúng ta đến thế giới này, và cũng chẳng ai bảo chúng ta từ già. Tôi không tránh được cái chết, và mọi người, mọi cỏ cây, mọi hình thức, mọi chúng sanh đều theo con đường đó. Thu về, lá rụng. Chúng ta không khóc vì cuối mùa lá rụng là điều tất nhiên. Cái chết của loài người cũng thế.

Những người có đạo hạnh, ít sợ chết hơn những người thế tục vì lẽ họ chỉ muốn sống để thỏa mãn năm giác quan của họ.

Theo quan niệm của Nhà Phật, chết chưa phải là chấm dứt, và sanh cũng không phải là bắt đầu. Thực ra, chết chính là sự bắt đầu (một kiếp sống mới), và sanh là sự chấm dứt (kiếp sống cũ). Cái chết chỉ là một phần trong tiến trình sanh tử, từ sanh. Nếu chúng ta hiểu được tiến trình đó, cái chết không làm ta khiếp sợ bởi vì chết chưa phải là hết. Nó chỉ là đoạn cuối của cái vòng sanh tử, đi hết vòng này lại đến vòng khác, và tiếp diễn không ngừng tì như là lia cành chưa phải là hết. Chúng vào lòng đất và nuôi rễ cây, sang năm cây lại có lá mới. Đời sống của con người cũng như vậy. Cái chết làm nhân duyên cho sự tái sanh. Hiểu biết được nguyên tắc căn bản đó, chúng ta sẽ nhẹ bớt sợ hãi.

SỐNG CÓ Ý THỨC

Chúng ta sống một cách điên rồ, không nghĩ rằng mình đã tốn biết bao nhiêu thì giờ cho những việc vô bổ. Hôm nay, chúng ta phí thì giờ lo cho những chuyện năm tới, cho 20 năm tới, và lo lắng cho tương lai đến độ chúng ta chẳng sống trọn vẹn mỗi ngày?

Và giá trị trong đời sống của chúng ta sẽ thay đổi. Đời sống có gì quan trọng? Những gì thúc đẩy chúng ta? Những gì lôi cuốn chúng ta? Nếu chúng ta thực sự suy gẫm cái chết, chúng ta sẽ xét lại giá trị của chúng ta. Có nhiều tiền, chúng ta không thể đem theo được. Thân xác chúng ta phải bỏ lại để mai táng bằng cách này hay cách khác. Chỉ còn lại nắm xương tàn vô giá trị. Chúng ta không thể mang theo ngay cả cái xác thân quý giá với chúng ta khi chúng ta lia bỏ cõi đời này.

Phẩm chất của cuộc đời quan trọng hơn sự thù đắc vật chất. Phẩm chất của cuộc đời trước tiên là phẩm chất của tâm trí chúng ta. Chúng ta sống thế nào ngày hôm nay quan trọng hơn nhiều ngoại vật khác. Chết là điều kiện để tái sinh. Điều kiện cho sự tái sinh là cái chết và phẩm chất tâm trí, cái độc nhất mà chúng ta mang theo. Đó là cái gia tài để chúng ta thừa hưởng mà không để lại cho người khác:

- Tôi tạo Nghiệp, tôi phải thọ Nghiệp.
- Nghiệp sanh ra tôi, tôi phải tôn trọng và gánh chịu.
- Nghiệp lành hay Nghiệp dữ tôi tạo ra, tôi đều phải gánh chịu hết, do đó tôi là người thừa kế .

Những gì theo ta là những phẩm hạnh có ở trong ta: phẩm hạnh của tâm trí, của tinh thần, cùng những phẩm hạnh tốt hay xấu. Đó là tất cả những thứ chúng ta được thừa hưởng. Đó là điều kiện quyết định việc tái sinh và tương lai của chúng ta. Đến lượt những phẩm hạnh đó đem lại một giá trị cho đời sống của chúng ta. Chúng ta có thể vui về bạc triệu mà chúng ta đã kiếm được nhưng điều quan trọng hơn là chúng ta cần sống yên ổn và trau dồi đạo đức. Điều này có tác dụng tốt vào lối sống của chúng ta, và vào những giá trị mà chúng ta phát triển. Không phải là vấn đề thành công, mà là vấn đề làm sao để thành công.

CHẾT XỨNG ĐÁNG

Sau khi đã suy xét các điều trên, nếu chết không còn là một sự đe dọa mà là một kinh nghiệm thực tế, chúng ta có thể trực diện nó với lòng tin tưởng. Chúng ta không chỉ theo những điều nói trên mà còn cần có nhiều hành động khác để chết một cách xứng đáng. Nếu chúng ta sống lương thiện, chúng ta chết dễ dàng hơn. Dù đã sống sung sướng hay đau khổ, chúng ta phải cố gắng chết một cách xứng đáng. Đề đương đầu với cái chết phải đến, chúng ta hãy nỗ lực trong việc phát triển phẩm hạnh không sợ hãi.

Có một số người sợ chết hơn sợ đau đớn và sợ chia lìa người thân hơn là những thứ đáng sợ khác. Khi một người sắp chết, nên gọi lòng can đảm và trấn an họ. Nhưng trước tiên, mình phải trấn an mình đã. Dĩ nhiên, đau đớn sẽ hành hạ và không thể chịu đựng nổi. Nhưng ngày nay, nhờ những tiến bộ y khoa, những đau đớn của chúng ta được giảm thiểu trước khi chết. Đau đớn không còn là một điều sợ hãi không tránh được nữa.

Tôi thường trấn an người sắp chết, như trường hợp một người không còn sống nổi vì ung thư: người ta không để bạn phải đau đớn vì việc điều trị nhanh chóng sẽ giảm bớt đau đớn. Kết quả quan trọng là người bệnh được thoải mái và chết nhẹ nhàng.

Một số người khác lo âu vì sợ mất của cải. Nhưng nếu họ biết suy gẫm về cái chết thì không có gì phải lo. Chúng ta hiểu có hợp thì có tan. Nếu một người sắp từ trần không suy gẫm được điều này, chúng ta cần ân cần khuyến khích và trấn an họ là con cái và những người thân quyến còn lại sẽ được chăm sóc. Cần giúp họ an lòng là mọi việc sẽ đều tốt đẹp, có bạn hữu lo

lắng cho họ, họ cần có sự động viên can đảm để được thoải mái, an tâm, và tất cả mọi việc sẽ được lo lắng chu đáo.

Trọng tâm của việc này là gọi lòng can đảm của người sắp chết để họ được an lòng. Làm thế nào để chết xứng đáng? Theo Phật Giáo là tạo một bầu không khí bình an trong phòng người sắp ra đi. Không ích lợi gì nếu có người gào thét, kêu la và khóc lóc. Có gì quan trọng hơn đối với một người sắp chết là việc phải chết? Làm như vậy, người sắp chết không an tâm ra đi. Điều tốt hơn là bạn bè và thân quyến có mặt cần chứng tỏ bằng sự hiện diện của họ rằng họ quan tâm, yêu mến, và sẵn sàng giúp đỡ người sắp ra đi.

"Biểu tượng tôn giáo rất hữu ích và tiện dụng trong lúc này. Nếu người sắp chết là một Phật Tử, một tượng Phật nhỏ cùng sự có mặt của các nhà Sư với những lời cầu nguyện êm dịu sẽ rất ích lợi và giúp người chết có niềm an lạc và phẩm hạnh cao quý nhất. Đó là điều tuyệt diệu giúp người ra đi, đi tìm cuộc sống mới trong đường lối tốt đẹp nhất" -- (Đại đức Ajahn Jagaro)

CHẾT NHẸ NHÀNG

Mọi người đều mong muốn chết êm ả sau khi đã làm tròn nhiệm vụ và bổn phận trong lúc sanh thời. Sự thật ra có bao nhiêu người đã sửa soạn cho cái chết này? Chẳng hạn, có bao nhiêu người đã chịu khó nhọc chu toàn nhiệm vụ với gia đình, thân nhân, bạn bè, xứ sở, đạo giáo và thân phận của chính mình? Họ sẽ không yên tâm ra đi khi họ không chu toàn được một trong những nhiệm vụ đó.

Chúng ta phải học cách vượt qua nỗi sợ chết, hiểu rằng các thần linh cũng phải chịu số phận như vậy. Những ai phung phí thời giờ vô ích, sẽ than van khi mình đến ngày tận số.

Khi con người nhìn thấy đời sống của mình chỉ là một giọt nước trong con sông dài, họ sẽ cố gắng để góp sức, dù là ít ỏi vào dòng đời vĩ đại đó. Người khôn ngoan đều hiểu rằng, muốn sống phải tìm cách giải thoát bằng cách tránh tội lỗi, làm điều thiện, và thanh tịnh tâm trí. Người hiểu đời sống theo Giáo Lý của Đức Phật không bao giờ lo lắng về cái chết. Cái chết không gây ra phiền não, nhưng thật sẽ đáng buồn nếu ta chết mà chưa kịp làm gì cho chính mình và cho người khác.

NGÀY HÔM NAY TÔI CHẾT

David Morris là một học giả Phật Giáo Tây Phương chết lúc 85 tuổi. ết lâu sau khi ông chết, kẻ viết tập sách nhỏ này nhận được lá thư của ông (hiển nhiên ông đã viết thư này trước đây và dặn thư này gửi đi khi ông chết). Thư như sau: 'ông sẽ vui khi biết tôi chết ngày hôm nay. Có hai lý do: Điều thứ nhất, ông sẽ yên lòng khi biết được sự đau đớn của tôi do bệnh tật cuối cùng đã hết. Điều thứ hai, từ khi tôi trở thành Phật Tử, tôi đã giữ năm giới một cách trung thực. Kết quả, ông biết kiếp tới của tôi sẽ không đau khổ.' Đời sống như một giấc mộng. Cái chết là một điều xảy ra thực tế và tái sanh là điều xuất hiện tự nhiên. Để trực diện với biến cố này, ta phải tiếp tục hay chấm dứt cái vòng sanh tử luân hồi để thoát khỏi khổ đau, đó mới chính là con người tri thức cần quan tâm.

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [Phần II](#)

*Chân thành cảm ơn Tỳ kheo Thích Tâm Quang, chùa Tam Bảo, California,
đã gửi tặng phiên bản điện tử (Bình Anson, 11-2001)*

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)
updated: 13-11-2001