

Đạo và đời nhân mùa Phật Đản 2018

Hôm nay, khóa học ba ngày về Bát Nhã Tâm Kinh tổ chức cho Canadian senior citizens tại chùa Từ Ân chấm dứt (ảnh đính kèm). Tất cả học viên mong được tiếp tục học thêm về kinh điển cũng như thiền định, nhưng tôi đã không trả lời dứt khoát, vì bận rộn quá. Hai tuần nữa lại có một khóa cũng về kinh Bát Nhã cho một nhóm học viên mới cũng là Canadian senior citizens. Những học viên này rất siêng năng. Tất cả đều ngồi trên ghế khi thiền định, vì không một người nào có thể ngồi xếp bằng theo kiểu kiết già (full lotus posture) hay bán già (half lotus posture) vì tuổi đã cao, tuy vậy tinh thần quyết học của họ rất mạnh.



Tôi chia lớp học thành hai phần, một tiếng đầu là thiền định và giờ còn lại là học về kinh Bát Nhã, tổng cộng hai giờ mỗi ngày. Một giờ thiền định học viên ngồi im lặng, rất định tâm. Một học viên nhìn có vẻ lớn tuổi nhất, lưng hơi còm nhưng ngồi rất định, sau giờ thiền nói cười rất vui vẻ. Ngày xưa, nhất là khi còn bé, tôi cứ ngỡ là khi thiền phải ngồi hoặc kiết già hoặc bán già, nhưng khi sang tu học tại Miến Điện – nước Burma cũ nay gọi là Myanmar – mới nghe nói đến câu “ngồi thiền theo kiểu Myanmar”, có nghĩa là ngồi thế nào cho thoải mái trong suốt một thời gian dài khoảng một tiếng đồng hồ thì cứ ngồi, chứ không bắt buộc ngồi kiểu kiết già hay bán già, mặc dù nếu ngồi được hai kiểu này thì tốt hơn. Trong lúc tọa thiền nên nhắm mắt lại. Để tập nhận biết hơi thở vào hay ra từ hai ống mũi, mắt thiền sinh không có nhiệm vụ gì cả, vì khi mở mắt, tâm của người đang tập thiền chắc chắn sẽ bị phân tán. Tóm lại thiền sinh có thể thiền định trong bốn tư thế đi, đứng, nằm, ngồi một cách oai nghi. Tuy nhiên, không nên lợi dụng sự dễ dàng rồi nằm

thiền như vua Ngọa triều, hay nằm rồi ngáy pho pho như hò dò mà tôi vẫn thường thấy ở các khóa thiền.



Sở dĩ tôi chọn Bát nhã Tâm kinh để dạy cho thiền sinh người Tây phương vì kinh này rất thực tế, mục đích giúp người học nhận thức được đúng đắn rằng trong chúng ta không có cái gọi là “tôi” hay “bản ngã”. Phần đông người Tây phương rất thực tế, nói viển vông hay mang màu sắc mê tín dị đoan thì họ ít chấp nhận. Nói như thế không phải người Tây phương nào cũng như vậy. Tôi biết rất nhiều người Canadians ca ngợi hết mực nghi thức cúng tế của đạo Phật Tây tạng. Trong những khóa dạy và những lần thuyết trình về đạo Phật cho sinh viên người Tây phương, nhiều người đã hỏi tôi về đạo Phật Tây tạng, tôi chần chừ vài giây, và cuối cùng phải trả lời rằng tôi không tin đạo Phật Tây tạng lắm, chỉ tin phần nào thôi. Riêng phần các vị Lạt Ma tái sinh rồi được một bộ phận chuyên môn tìm ra, huấn luyện để làm lãnh đạo của Tây tạng thì tôi chẳng tin tí nào. Đạo Phật chẳng có những cái rắc rối như thế. Có lần tôi đọc trong một sách do chính đức Đạt Lai Lạt ma viết, rằng chỉ có đạo Phật Tây tạng mới là truyền thừa chính thống từ Phật Thích Ca. Tôi nghĩ Đức Đạt Lai Lạt ma có vẻ xem thường người nghe, và ngài có vẻ như đang thừa thắng xông lên múa may trên hiện trường đạo Phật tại phương Tây. Tôi không chối cãi rằng ngài Đạt Lai Lạt Ma rất hiền từ và đạo đức, vì thế có nhiều người cho rằng ngài là hiện thân của đức Quán thế Âm, vị bồ tát có lòng từ bi trong đạo Phật đại thừa; cũng có người xem ngài như một vị Phật sống. Theo tôi, không chỉ riêng đức Lạt ma, tất cả chúng ta đều có khả năng là bồ tát Quán Thế Âm nếu chúng ta có môi trường sống và thực tập như ngài, và tất cả chúng ta đều là những vị Phật sẽ thành, như Đức Thích Ca Mâu Ni đã tuyên bố. Trong cái nhìn của tôi, nói đến đạo Phật Tây tạng, tôi nghĩ ngay đến những màu sắc rực rỡ lồng trong những nghi thức rườm rà phức tạp chẳng nhằm mục đích gì ngoại trừ quyền góp tiền nuôi sống nhiều nghìn tăng chúng đang tạm cư tại Dharamshala, Ấn Độ. Tôi nghiên tâm rất nhiều và thực tập thâm sâu về đạo Phật, chưa bao giờ thấy trong lịch sử thời Đức Phật còn tại thế có những loại nghi lễ rườm rà như vậy.

Bây giờ nói chuyện về ngày sanh của Phật Thích Ca Mâu Ni. Vì không có sự thống nhất về ngày sanh của thái tử Tất Đạt Đa (Shidharta), nên trước năm 1963 tại Việt nam, truyền thống đại thừa tổ chức Phật đản vào ngày mùng 8 tháng 4 âm lịch trong khi truyền thống nguyên thủy thì chọn ngày 15 tháng tư âm lịch để cử hành lễ Phật đản. Sau đại hội Phật giáo thế giới tại Tích Lan (Sri Lanka) tất cả các hệ phái đều đồng ý chọn ngày rằm tháng tư âm lịch để cử hành lễ Phật đản. Truyền thống đại thừa xem lễ Phật đản là ngày ra đời của thái tử Shidharta, trong khi truyền thống nguyên thủy gọi ngày Phật đản là ngày lễ Vesakhapuja, để kỷ niệm ngày sanh, ngày thành đạo và ngày Phật nhập niết bàn (ngày mất) vì theo truyền thống Nguyên thủy ba biến cố trên đều xảy ra vào ngày trăng tròn tháng tư âm lịch. Theo truyền thuyết, khi vừa sanh ra thái tử Sidharta bước bảy bước, dưới mỗi bước chân nở ra một đóa sen, một tay chỉ trời, một tay chỉ đất, ngài tuyên bố “Thiên thượng thiên hạ duy ngã độc tôn.” Chúng ta không nên ngần ngại để thấy ngay rằng, đây chỉ là một truyền thuyết không có thật. Không thể có một đứa bé vừa chào đời lại có thể bước đi và tuyên bố một câu xanh rờn như thế được. Thái tử vừa ra đời đã bước bảy bước cũng giống như lịch sử chúng ta là con rồng cháu tiên, nguồn gốc chúng ta từ 100 cái trứng, hay Phù Đổng Thiên vương mấy năm nằm hoài trong nôi, chẳng hé miệng nói một chữ bỗng dung nhảy lên ngựa sắt, ngựa sắt hóa thành ngựa thật, nhảy tung mây khói, phun lửa đốt cháy quân Tàu, sau đó thì bay lên trời biến mất. Những chuyện như thế không thể là chuyện có thật được. Nhưng chúng ta chấp nhận những truyền thuyết đó để nắm bắt một cái gì khác mang một ý nghĩ thanh cao hơn. Thái tử Sidharta không chỉ nói một câu như thế, ngài nói như sau, bằng tiếng Hán:

*Thiên thượng thiên hạ
Duy ngã độc tôn
Nhất thiết thế gian
Sanh lão bệnh tử*

Hai câu đầu được dịch ra tiếng Việt như sau “trên trời dưới trời chỉ có ta là hơn hết” (*Giác Ngộ Online, HT Thích Thanh Từ, <https://giacngo.vn/PrintView.aspx?Language=vi&ID=364240>*). Tôi thắc mắc, chữ ngã trong câu thứ hai được dùng như một chủ từ hay như một danh từ? Nếu là danh từ thì phải dịch là *chỉ có cái ta là được tôn quý hơn hết*. Nên nhớ là chúng ta đang bàn luận đến một chuyện chẳng có thật tí nào cả. Chúng ta chỉ tìm ý nghĩa phía sau câu nói mà người ta gán cho là câu nói của một vị thái tử vừa sanh ra đã đi bảy bước và tuyên bố vài câu để đời. Tôi chẳng phải là một nhà ngôn ngữ học tiếng Hán để có thể phân tích ngữ vựng, văn phạm của câu nói. Nhưng qua kinh nghiệm của cuộc sống, tôi nhận thấy ý nghĩa chỉ có cái ta là được tôn quý có vẻ sát với thực tế hơn. Cả đời, độc giả thử nghĩ xem, chúng ta sống để phục vụ cho cái bản ngã của mình, người ta khen, mình vui, người ta chê, mình buồn. Cái gì trong thân thể, mình cho đó là mình, ngoài thân thể thì mình cho đó là của mình (I, me and mine), vợ tôi, anh tôi, tiền của tôi, xe của tôi, con tôi, v.v. Cái mà mình cho là “tôi” hay “của tôi” đức Phật, khi trả lời câu hỏi của một đệ tử, cho

rằng đó là một loại “flawed assumption” hay là một nhận thức sai lầm, có nghĩa chúng ta lầm tưởng đó là cái “bản ngã” của mình, nhưng thật ra chẳng có gì để được gọi là “cái ta” cả (Majjhima Nikaya, 109, *Mahapunnama Sutta*). Theo đức Phật con người gồm hai phần, thân và tâm. Thân tức là thân xác bằng xương bằng thịt của mình. Trong phần tâm có 4 nhóm: *cảm giác, nhận thức, hiện tượng tâm lý và sau hết là ý thức*. Mặc dù bốn nhóm này không ngừng thay đổi, chúng ta vẫn lầm cho rằng chúng trường tồn mãi và nghĩ rằng thân và 4 nhóm vừa kể là cái ta, cái bản ngã của chính mình. Tới đây độc giả có thể nhận thấy tại sao rất dễ để trao đổi với học viên người Tây phương về kinh Bát Nhã. Khi dạy, tôi tổng hợp kinh với ngành tâm lý học và luận lý học để làm sáng tỏ vấn đề. Cuối khóa, nhiều học viên cho biết đã có một nhận thức khác về chính con người của họ và hiện tượng chung quanh. Thuyết “duyên sanh” đã làm cho họ phải suy nghĩ. Chỉ cần như thế khóa học đã đạt được mục đích. Học Bát Nhã xong không phải để mong không còn thấy cảnh người nghèo kẻ giàu, không còn cảnh bất công trong xã hội, nhưng để có được một cái nhìn đúng về **thực tại như nó đang là**, chứ không phải như chúng ta **muốn như nó đang là**. Nhìn được như thế chúng ta sẽ bớt khó chịu, bớt thắc mắc, la ó, nguyên rủa đời, v.v. vì nhờ kinh Bát Nhã chúng ta thấy được tất cả mọi hiện tượng, từ bản thân ra đến bên ngoài là sản phẩm của vô số những điều kiện, yếu tố khác nhau, chứ không phải do một yếu tố hay nguyên nhân duy nhất nào cả, danh từ mà chúng ta thường hay nghe nói đến là “nhân duyên” (nhân duyên có nghĩa là điều kiện), hay thuyết duyên sanh.

Khi cử hành lễ Phật đản, thường các chùa có tổ chức lễ tắm Phật. Một tượng Phật sơ sinh, tay chỉ trời tay chỉ đất được đặt trong một bồn nước. Phật tử sắp hàng, khi đến phiên thì lấy ly hay gáo múc nước xối lên tượng Phật. Có chùa thì cho xối từ đầu xuống, có chùa thì hướng dẫn Phật tử xối nước từ hai vai. Chùa Từ Ân nơi tôi đang sinh hoạt, Phật tử sẽ dùng ly múc nước từ một bồn đựng nước đặt kế, rồi từ từ đổ lên hai vai của thái tử bé Sidharta. Lễ tắm Phật xuất hiện rất lâu bên Ấn Độ, từ thời Brahmin tức là Bà La Môn giáo. Vào những ngày lễ kỷ niệm các vị thần, người Ấn độ mua hoa, mang những bình nước mát, trong sạch đến để tắm các vị thần ấy. Trong truyền thuyết về lịch sử của đức Phật, khi vừa sanh ra đời, có rồng hiện ra phun hai vòi nước, một nóng một lạnh xuống để tắm gội sạch sẽ cho thái tử. Rồi từ đó truyền thống tắm Phật được tiếp tục thực hiện cho đến ngày hôm nay. Nếu Phật tử nghĩ rằng tắm Phật sẽ có nhiều công đức thì tôi khẳng định là chẳng có công đức gì cả. Lấy ly múc nước xối lên đôi vai của một bức tượng làm bằng đất hay thạch cao hay bằng gì gì đó thì có công đức gì? Tôi nhớ ngày còn bé, lúc đang làm điệu tại chùa tịnh hội, nhóm chúng tôi gồm năm chú điệu cùng tu học chung với nhau. Chúng tôi hay đùa giỡn rượt bắt nhau. Một buổi trưa hè, tôi đang chạy đuổi nhau, ngang qua một vườn rau, nơi có nhiều giây căng phơi quần áo. Bỗng thầy kêu tôi “Quảng Hạnh.” Tôi dừng lại, khúm núm chấp hai tay lại, nhìn thầy. Thầy tôi bảo, “mi đến đây!” Thầy nhỏ nhẹ bảo tôi, khi chạy ngang những giây treo quần áo, nếu thấy áo quần đang rơi xuống đất thì phải lượm treo lại lên giây. Hay nếu “mi đi cầu thấy không ai dội cầu thì mi dội cho sạch cho những người sau được hưởng những sạch sẽ, đó là mi đã tạo những công đức vô lượng, chứ không phải mi mang cơm cho ta ăn, hay cho ta tiền là

tạo công đức đâu.” Sau này trên con đường tu học, tôi hiểu thêm rằng, khi làm một điều gì mà “tay phải không biết tay trái đang làm” như tôi đã đọc được trong một thánh kinh Tân ước, lúc ấy công đức mới thật sự vô lượng, chứ làm hay bố thí bằng sự tính toán, bằng cái tâm phân biệt thì chẳng lợi ích gì cả. Trong nhận thức của tôi, khi tẩm Phật cũng như thế, lúc tưới nước trên hai vai của thái tử Sidharta chúng ta phải tâm niệm rằng khi sanh ra đến khi chúng ta nhắm mắt, con người lúc nào cũng sống trong mâu thuẫn, như Trịnh Công Sơn nói trong bài hát “Một cõi đi về” trong ta lúc nào cũng “trên hai vai ta đôi vàng nhật nguyệt”, chính mình với mình mà đã đầy đối nghịch như mặt trời với mặt trăng, đức Phật dạy chúng ta hãy sống với thực tại vì quá khứ đã qua mà tương lai thì chưa tới, vậy mà chúng ta khi “nghe mưa nơi này lại nhớ mưa xa” rồi đôi khi mơ mơ màng màng trở về được với thực tại chừng vài giây thì “trong khi ta về lại nhớ ta đi...” Chúng ta sống trong một môi trường mà người này phán xét người kia, so sánh mình với tha nhân và cuối cùng thì chính mình khổ chứ chẳng phải ai ngoài mình cả. Khi tẩm Phật chúng ta phải thấy như thế và phải tự hỏi ngay mình có bị rơi vào con đường lẩn quẩn đó hay không, nếu có, phải đi tìm ngay con đường để thoát ra. Tôi nghĩ, đức Phật nếu còn tại thế, ngài sẽ nhắc chúng ta con đường ngài đã tìm ra để giúp con người vượt thoát khổ đau, ngài sẽ nói ta có còn tại thế đâu mà tẩm cho ta, và lại nếu ta còn tại thế ta đâu còn là con nít nữa đâu mà các con cứ tẩm cho ta hoài vậy. Những ngày lễ như thế này để các con nhớ lại con đường mà ta đã đi qua và những gì ta đã để lại nhằm giúp các con tu tập vượt thoát đau khổ.

Nhìn được *thực tại như nó đang là*, chứ không phải như chúng ta muốn như nó đang là sẽ giúp người thực tập sống an lạc. Đây là điều có thật mà tôi đã trải qua, chứ không phải là một lý thuyết suông. Để có nhận thức đó, chúng ta không cần diệt ngã hay lấy cái ngã, cái ta vứt đi đâu cả. Chúng ta chỉ cần nhận thức và thấy đúng về cái ngã chính nó không có thực thể mà chỉ là một nhận thức sai lầm, “a flawed assumption”. Để kết luận bài viết nói về lễ Phật Đản 2018, tôi xin nhắc lại một đoạn nhỏ của pho truyện Tề Thiên Đại Thánh mà theo tôi người Việt nào cũng đã một lần đọc qua.

Tôn Ngộ Không, tay cầm thiết báng múa may quay cuồng, đứng bằng một chân trong lòng bàn tay của Phật Thích Ca, nói “ngài có mắt cũng như mù, ta đây có thể đặng vân trong vài giây là đến được cuối chân trời.”

“Vậy hãy đặng vân cho ta xem.” Phật trả lời.

Tôn Ngộ Không cười mây nhảy mây cái thật xa, nhìn chung quanh chỉ thấy toàn mây, nhìn ngoái lại không còn thấy Phật Thích Ca đâu nữa. Lòng nghĩ thầm, mình phải đặng vân thật xa mới được, cho tới cuối chân trời luôn cho chắc ăn để cái lão Thích Ca này hết coi thường mình. Nghĩ thế, Ngộ Không đặng vân xa hơn nữa cho đến khi thấy năm trụ đồng bao chung quanh. Miệng mỉm cười, Ngộ Không xoắn quần đái vào dưới chân mấy trụ đồng, lòng tự nhủ “ta phải đái vào đây đánh dấu là đã đến cuối chân trời chứ không

thì lão Thích Ca lại nghĩ lão Tôn đây nói láo.” Trở về, nhìn thẳng vào mặt đức Phật, Ngô Không khoe khoang thành tích và còn thách thức Phật nếu không tin cứ nhìn những vũng nước đá của mình dưới năm trụ đồng chống đỡ trời. Đức Phật mỉm cười với lòng từ bi, ngài bảo “Con khi lếu láo kia, mi đâu có nhảy khỏi lòng bàn tay của ta đâu mà khoe khoang.” Và ngài đưa cho Ngô Không xem dấu nước đá mà Ngô Không đã để lại trong lòng bàn tay của Phật.

Chúng ta cũng như Tôn Ngô Không, lúc nào cũng nghĩ mình hay hơn người khác, nên sống trong tự đại, khoe khoang và coi trời bằng vung. Nhưng rồi cuối cùng cũng không thoát ra được năm nhóm mà đức Phật đã chỉ cho chúng ta: thân, cảm giác, nhận thức, hiện tượng tâm lý và ý thức như trong kinh điển có ghi chép lại. Chúng ta vì vô minh cho rằng năm nhóm ấy là cái ta của mình nhưng may mắn thay Đức Phật lại chỉ cho chúng ta sự nhầm lẫn mà chúng ta có bấy lâu. Ngài đã chỉ con đường, bây giờ chúng ta chỉ cần ngồi xuống, siêng năng thiền định để nhìn lại vào bên trong, chứ không phải tay cứ gõ mõ, miệng tụng ê a cho thật nhiều kinh, vì cứ ê a thì cả đời chúng ta sẽ không bao giờ nếm được hương vị giải thoát. Giải thoát chỉ đến khi chúng ta phát triển được trí tuệ qua thiền định và từ đó có được cái nhìn đúng về tính “vô ngã.” Cái nhìn đúng đó – tức là chánh kiến -- chỉ có thể thể nghiệm được từ thiền định, như chính đức Phật đã nói trong kinh “Bốn lĩnh vực quán niệm: đây là con đường **độc nhất** đưa đến thanh tịnh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết bàn...” (Kinh số 10, Satipatthana, Majhima Nikaya). Tôi tô đậm hai chữ “độc nhất” trong bài kinh.

Huệ Quang (Ngô Nhật Tân)
huequanggh@gmail.com

