

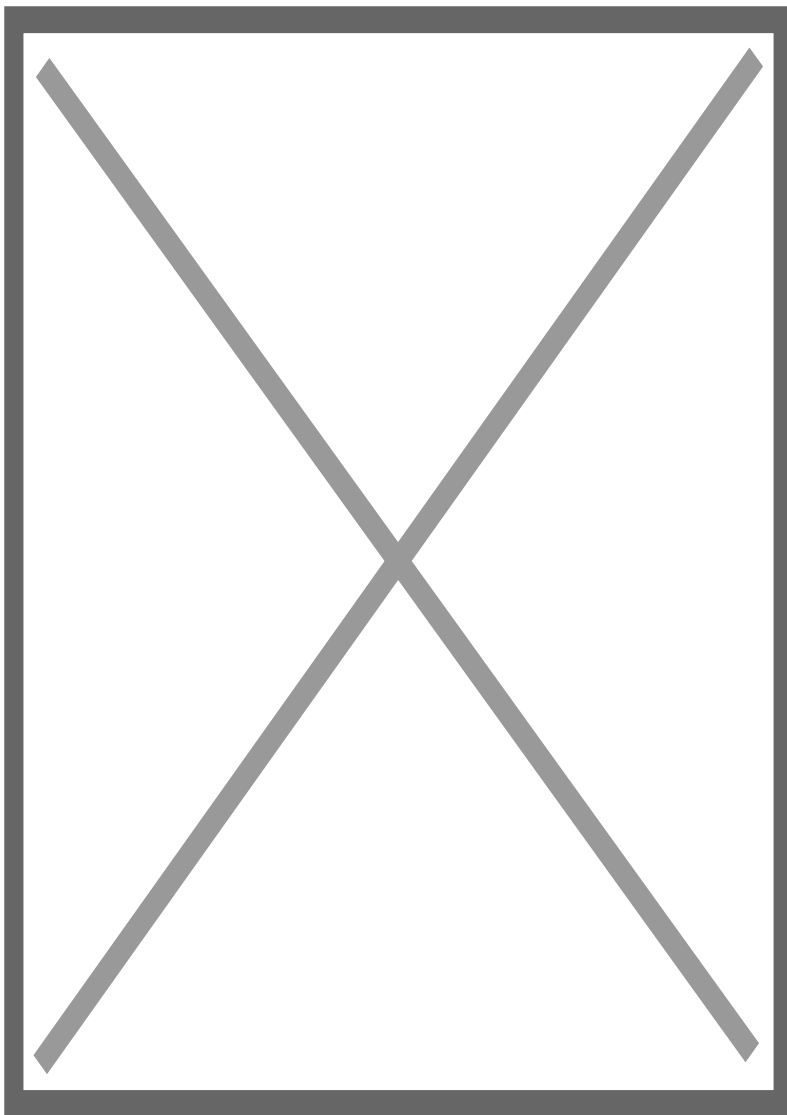


Con đường đưa tới cái thấy biết vượt thoát của Bụt

ISSN: 2734-9195

17:14 28/12/2021

Tác giả: **PIYADASSI** Dịch: **Huyền Cường Lê Trọng Cường**



Hơn hai ngàn năm trăm năm trước một vị thái tử người Ấn Độ ở tuổi hai mươi chín, đang độ tuổi rực rỡ của thời thanh xuân, đã từ bỏ vương miện hứa hẹn quyền lực và vinh quang để sống lẻ loi, ẩn dật trong rừng nhằm khám phá phương cách chữa lành chứng bệnh chung của loài người: kiếm tìm tâm thái

yên bằng cao nhất, vượt thoát mọi ràng buộc trong lòng người. Đó là tâm thái Niết Bàn (tiếng Pali: Nibbāna; tiếng Phạn: Nirvana).

Thái tử đã tìm đến sự hướng dẫn của các vị thầy nổi tiếng về thiền định thời bấy giờ, hi vọng họ sẽ chỉ ra cho mình con đường đưa tới tỉnh thức và giải thoát. Thái tử đã thực hành tập trung chăm chú (*samatha* hoặc *samādhi*; ‘*tam muội*’ hoặc ‘*định*’) và đã đạt tới những thành tựu cao nhất có thể có theo pháp môn này. Tuy vậy điều ấy chẳng làm thoả mãn chút nào lòng khát khao của thái tử. Đó là tìm kiếm Sự Tỉnh Thức Và Giải Thoát Trọn Vẹn. Dẫu sao phạm vi hiểu biết của các vị thầy này và giới hạn của họ về kinh nghiệm tâm linh còn chưa đủ để giúp thái tử thành tựu mục tiêu mà ngay từ ban đầu thái tử đã nhằm tới. Bởi vậy thái tử đã chia tay họ và tiếp tục lên đường tìm kiếm điều mình chưa biết.

Từ xa xưa ở Ấn Độ - mà cho đến ngày nay vẫn còn - có một niềm tin trong số các nhà tu khổ hạnh rằng sự thanh lọc và sự giải thoát cuối cùng khỏi chứng bệnh chung của cuộc đời có thể thành tựu được nhờ việc tự hành xác (tự mình hành hạ xác thân mình) một cách ráo riết và thái tử quyết định thử nghiệm tính xác thực của niềm tin đó. Thái tử bắt đầu gắng sức sống một cách khắc khổ dài ngày nhằm khuất phục thân thể mình với hi vọng rằng tâm trí mình sẽ bứt ra khỏi sự ràng buộc của thân thể và có thể vượt lên những đỉnh cao giải thoát. Thái tử đã chịu đựng sự hành xác một cách bền bỉ và hăng hái nhất, đã sống trên những đồng lá khô và những rễ cây, giảm dần nhu cầu về thức ăn, khoác những mớ giẻ rách lượm từ những bãi rác thải đầy bụi đất, ngủ trong đám xác chết và trên một chiếc đệm gai. Việc ăn uống kiêng khem và sống cực kỳ gian khổ ấy đã đưa thái tử đến suy sụp về thể chất.

Gắng sức như vậy trong suốt sáu năm ròng rã thái tử đã đến ngưỡng cửa của cái chết, mà Ngài tự thấy mình vẫn chẳng tiến thêm được một bước nào tới gần mục tiêu đã chọn. Qua kinh nghiệm của mình thái tử thấy rõ tính chất hoàn toàn phù phiếm của lối tự hành xác này, và cuộc thử nghiệm tìm giải thoát theo cách này của thái tử đã hoàn toàn thất bại. Chẳng hề nao núng, tâm trí còn đủ tỉnh táo và vững vàng của thái tử cố gắng tìm kiếm đường lối khác nhằm đi đến mục tiêu tha thiết ban đầu của mình. Thái tử quyết định từ bỏ việc tự hành xác và ăn kiêng quá kham khổ để trở lại với các thức ăn bình thường. Thân thể gầy mòn của thái tử dần dần được hồi phục, sức khoẻ và dáng vóc cường tráng trước đây của thái tử mau chóng trở lại bình thường.

Thái tử nhận ra muốn thực hiện niềm khát khao tha thiết ban đầu của mình thì không thể đi theo đường lối bất kỳ nào khác, mà phải quay vào trong mình để khám phá chính tâm trí mình. Với quyết định dứt khoát dựa vào lòng trong sáng và sức bền bỉ dẻo dai của mình, chẳng có sự giúp đỡ của bất kỳ vị thầy nào,

cũng chẳng có ai cùng đi (năm người bạn cùng tu khổ hạnh trước đây với thái tử đã từ chối, không đi cùng thái tử nữa) vị Bồ Tát nguyện một mình làm một cuộc tìm kiếm cuối cùng.

‘Bồ Tát (tiếng Pali: Bodhisatta; tiếng Sanskrit: Bodhissattva) nghĩa là người nguyện một lòng theo (P: Satta; S: Sattva) và gắn bó với lý tưởng tỉnh thức (P và S: Bodhi; Giác Ngộ). Đó là người biết rõ Bốn Lẽ Thật Sâu Mầu (Tứ Diệu Đế). Theo nghĩa này từ ‘Bồ Tát’ có thể áp dụng cho bất kì ai nguyện một lòng, không lùi bước, nhằm tới tỉnh thức (Người Nguyện Một Lòng Theo Tỉnh Thức). Từ ‘Bồ Tát’ còn được đặc biệt để chỉ Người Nguyện Một Lòng Đạt Tới Tỉnh-Thức-Đúng-Đắn-Cao-Nhất (Sammā-Sam-Bodhi: Chính-Đẳng-Chính-Giác)’.

Thái tử ngồi bắt chéo chân (tư thế kiết già hoặc bán già) bên gốc cây pipala - sau này được gọi là cây bồ đề (cây bodhi; cây tỉnh thức) - trên bờ sông Nirājarā (Ni Liên Thuyền) ở Gayā (nay là Buddhagayā), một địa điểm thích hợp để làm dịu các cảm xúc và làm kích hoạt tâm trí, để thực hiện những nỗ lực cuối cùng với lòng kiên định không thể lay chuyển. Vị Bồ Tát phát nguyện: *“Dẫu chỉ còn da, gân và xương thôi; dù cho máu cạn, thịt khô ta nguyện không rời khỏi chỗ ngồi này cho đến khi đạt tới Tỉnh Thức Đúng Đắn Cao Nhất”*. Với sự gắng sức không biết mệt mỏi và ý chí sắt đá như vậy thái tử quyết một lòng tìm kiếm sự thấu hiểu Lẽ Thật Của Cuộc Đời và đã đạt tới Tỉnh Thức Đúng Đắn Cao Nhất.

Ngài đã thăm dò vào những ngõ ngách sâu kín nhất của lòng mình, đồng thời tìm ra một phương pháp thiền định mới, đưa Ngài đến Yên Bằng, Tỉnh Thức Và Vượt Thoát Trọn Vẹn. Trước hết Ngài thực hành phép chăm chú dõi theo hơi thở vào và ra (ānāpānasati) mà Ngài đã thực tập mở mang từ thuở còn trẻ và Ngài lắng mình vào và ở yên trong tâm thái thiền (Jhana; Dhyana) thứ nhất. Rồi Ngài lần lượt lắng mình vào và ở yên trong các tâm thái thiền thứ hai, thứ ba, và thứ tư. Quá trình đó đã giúp dần dần lọc sạch tâm trí của Ngài khỏi những thói dữ và tật xấu. Với tâm trí đã được lọc sạch như vậy Ngài bắt đầu bên bờ thực hành phép Thiền Thấy Biết Thấu Suốt (gọi tắt là Thiền Thấu Suốt; vipassanā bhāvana; Thiền Minh Sát Tuệ). Phép Thiền Thấu Suốt này cho phép người tu thấy biết mọi sự vật trên đời (Vạn Pháp) một cách đúng đắn như thật, có nghĩa là thấy rõ ba đặc điểm hoặc là ba dấu vết của vạn pháp, đó là: 1/ Tính chẳng còn mãi (anicca; Vô Thường), 2/ Tính chẳng thoả mãn (dukkha; Đau Khổ) và 3/ Tính không có Cái Tôi (anattā; Vô Ngã). Nhờ vậy cái vỏ cứng của sự nhận biết sai lầm về thực tại đã tự vỡ bung, giúp Ngài thấy biết một cách trọn vẹn Bốn Lẽ Thật Sâu Mầu (đau khổ; nguyên nhân của đau khổ; tâm thái hết đau khổ và đường lối đưa tới chấm dứt đau khổ).

Với cái thấy biết thấu suốt như vậy tâm trí Ngài thoát khỏi hẳn những thói dữ, tật xấu của con người, như tìm cách thoả mãn những khoái lạc giác quan (kāma-āsava), dính mắc vào sự trở thành (bhava-āsava) và dính mắc vào thói mê lầm (avijjā-āsava). Tâm trí đã được giải thoát ấy đã giúp Ngài biết rõ rằng mình đã được giải thoát và Ngài hiểu rằng: *“Cái thấy biết thấu suốt đã bừng sáng trong ta, sự giải thoát tâm trí ta là không thể đảo ngược. Đây là lần sinh cuối cùng của ta, từ nay chẳng còn gì để trở thành nữa, chẳng phải tái sinh nữa”*. Đó là Cái Thấy Biết Vượt Thoát của một người tỉnh thức (Bụt).

Vị Bồ Tát đạt tới Tỉnh Thức và Giải Thoát Trọn Vẹn vào lúc sao mai mới mọc trên bầu trời (khoảng từ nửa đêm đến 6 giờ sáng) ngày Trăng Tròn Tháng Năm Dương Lịch (Full Moon Day of May), tức là ngày rằm tháng Tư Âm lịch. Cái buổi sớm đẹp trời ấy trước đây hơn hai ngàn năm trăm năm đã ghi dấu một sự kiện trọng đại trong lịch sử loài người: Vị thái tử Ấn Độ đầy nghị lực, một nhân cách lớn, đã trở thành Bụt Thích Ca Mâu Ni (Sākya Muni Buddha; Thích Ca Mâu Ni Phật), Đức Như Lai (Tathāgata), vị thầy thuốc tài giỏi tuyệt vời có thể chữa lành chứng bệnh chung của cuộc đời, của loài người. Chính vào buổi sáng đáng ghi nhớ này thái tử Sĩ Đạt Tha (Siddhartha), vị Bồ Tát đáng kính của chúng ta, đã thành đạo. Từ ngày ấy Bụt Thích Ca có mặt trên thế gian này. (Như vậy ngày Bụt Thích Ca thành đạo và ngày Phật đản là một - ND).

Một tuần liền sau đó Bụt Thích Ca ngồi lại một mình dưới gốc bồ đề để trải nghiệm niềm hạnh phúc của tỉnh thức và giải thoát, và nghĩ về nguyên nhân của đau khổ. Rồi Ngài để sáu tuần tiếp theo ngồi một mình ở sáu vị trí khác nhau gần gốc bồ đề ấy để đi đến quyết định vào cuối tuần thứ bảy: Chuyển Bánh Xe Pháp. Ngài bắt đầu giai đoạn truyền giảng pháp (Pali: Dhamma; Sanskrit: Dharma) - sự khám phá của Ngài về Đường Lối Đưa Tới Tỉnh Thức Và Giải Thoát - mở đầu bằng buổi thuyết giảng cho những người bạn cùng tu trước đây của mình, năm nhà tu khổ hạnh. Biết họ vẫn còn trú ở gần Vārāṇasī (Ba La Nại) trong vườn nai ở Isipatana (Sarnath ngày nay), đang chìm đắm trong việc hành xác của phép tu khổ hạnh, Ngài đã rời Gayā đi bộ khoảng 150 dặm đến vườn nai xa xôi gặp lại họ.

Buổi chiều muộn Ngày Trăng Tròn Tháng Bảy Dương Lịch cùng năm đó, khi trăng vừa lên toả sáng bầu trời phương Đông, Bụt bắt đầu buổi nói pháp đầu tiên cho năm nhà tu khổ hạnh về điều cần thiết đối với các nhà ẩn tu là phải tránh hai điều quá đáng, đó là: 1/ Chiều theo ham muốn vật chất 2/ Tự hành xác. Hai điều này chẳng đem lại điều gì tốt lành cả. Đường Lối Giữa (Trung Đạo) mà Đức Như Lai đã khám phá mới có thể đưa người tu đến yên lặng và sáng suốt, đạt tới tâm thái Niết Bàn. Đó cũng chính là Tám Đường Lối Đúng, gồm: Thấy Hiểu Đúng; Nghĩ Nhớ Đúng; Nói Lời Đúng; Làm Đúng; Kiểm Sống Đúng;

Gắng Sức Đúng; Gom Tâm Đúng; Yên Lặng Đúng (Hán-Việt: Chính Kiến; Chính Tư Duy; Chính Ngữ; Chính Nghiệp; Chính Mạng; Chính Tinh Tấn; Chính Niệm; Chính Định). Sau đó Người Thầy Của Chúng Ta (Đức Bản Sư) truyền giảng về Bốn Lẽ Thật Sâu Mầu (Tứ Diệu Đế): đau khổ, nguyên nhân của đau khổ, tâm thái hết đau khổ và đường lối đưa tới chấm dứt đau khổ. Con đường đưa tới Cái Thấy Biết Vượt Thoát mà Bụt đã qua là như thế đó.

Tác giả: **PIYADASSI** Dịch: **Huyền Cường Lê Trọng Cường**