



Con đường thiền định mà Thế Tôn đi qua

ISSN: 2734-9195

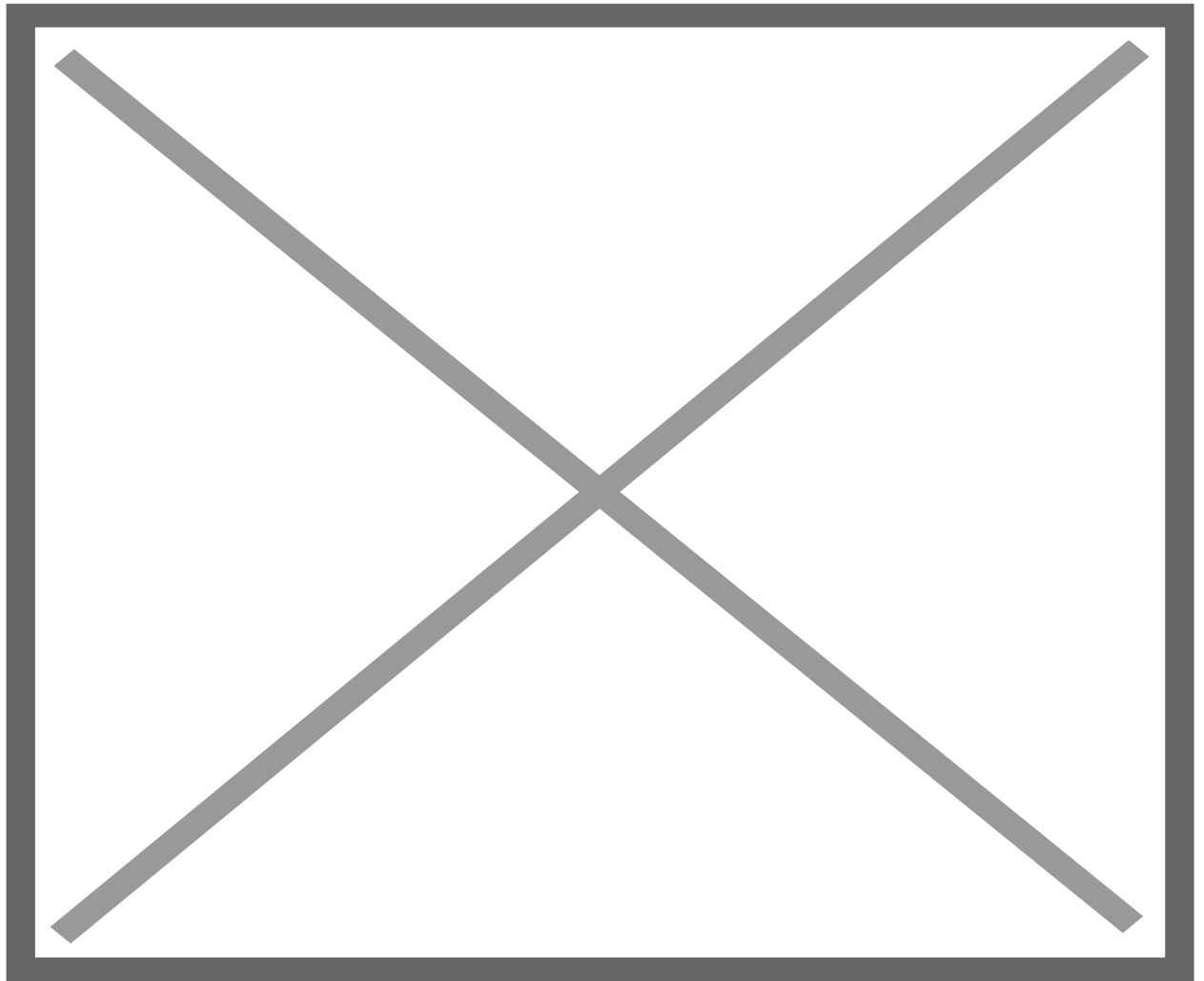
16:33 17/06/2024

Chúng ta phải trở về con đường Thiền định của Thế Tôn. Chân lý và con đường về chân lý chỉ được sáng ở dưới cội Bồ-đề...

Chúng ta phải trở về con đường Thiền định của Thế Tôn. Chân lý và con đường về chân lý chỉ được sáng ở dưới cội Bồ-đề, mà không phải là những nơi nào khác. Tại đó, chân lý sẽ rực sáng một lần và sẽ rực sáng mãi mãi. Đây là nơi quy hướng của chúng ta trong việc học hỏi Pháp, hiểu Pháp và hành Pháp. Đây cũng là nơi quy hướng của những ai tự nhận mình là Phật tử, dù đang ở phương hướng nào trên trái đất. Tại đây, rực sáng hào quang của Duyên khởi và Tứ niệm xứ, và hào quang đó vẫn còn tỏa sáng ở mốc điểm phân ranh giữa sinh tử và giải thoát, giữa con đường chính và con đường tà.

Tác giả: **Thích Chơn Thiện**

Trước khi giác ngộ, Thế Tôn nhận thấy con đường xuất ly là an tịnh, nhưng lại không cảm thấy phần khởi. Khi Thế Tôn suy nghĩ đến cùng về sự nguy hiểm của các dục thì sự hưng khởi của tâm xuất ly khởi sinh, và tâm của Thế Tôn thấy "*Đây là an tịnh*". Sau đó Thế Tôn an trú Sơ thiền. Trong khi trú Sơ thiền thì các tướng đi đôi với dục vẫn có mặt, bấy giờ các tướng này trở thành bệnh hoạn, nó cũng gây ra đau khổ.



Thế Tôn liền ngưng tâm và tứ, và chứng Nhị thiên; nhưng Thế Tôn lại không thấy hứng khởi và giải thoát. Sau đó, Thế Tôn suy nghĩ đến cùng về sự nguy hiểm của tâm và tứ thì Thế Tôn liền thấy hứng khởi, giải thoát, biết "*Đây là an tịnh*". Nhưng khi trú Nhị thiên thì các tướng cùng đi với tâm, tứ vẫn có mặt, bấy giờ chính các tướng này là bệnh.

Thế Tôn liền rời khỏi hỷ và chứng đắc Tam thiên. Thoạt đầu Thế Tôn không cảm thấy hứng khởi và giải thoát của Tam thiên, Ngài liền suy tư đến cùng sự nguy hiểm của hỷ thì Thế Tôn liền cảm thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát, biết rằng "*Đây là an tịnh*". Sau một thời gian trú Tam thiên, các tướng đi đôi với hỷ vẫn xuất hiện, bấy giờ chính các tướng này là bệnh.

Thế Tôn liền từ bỏ hỷ, từ bỏ lạc và chứng đắc Thiên thứ tư. Buổi đầu trú ở Thiên này, Thế Tôn không cảm thấy hứng khởi, an trú, giải thoát. Sau đó, Thế Tôn tư duy đến sung mãn về sự nguy hiểm của lạc thì Ngài cảm thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát của xả niệm trú (Tứ thiên), biết rằng "*Đây là an tịnh*". Trong khi an trú Tứ thiên, xả lạc, xả khổ, thì các tướng đi đôi với xả lạc vẫn hiện hành, bấy giờ đối với Ngài, các tướng này là bệnh.

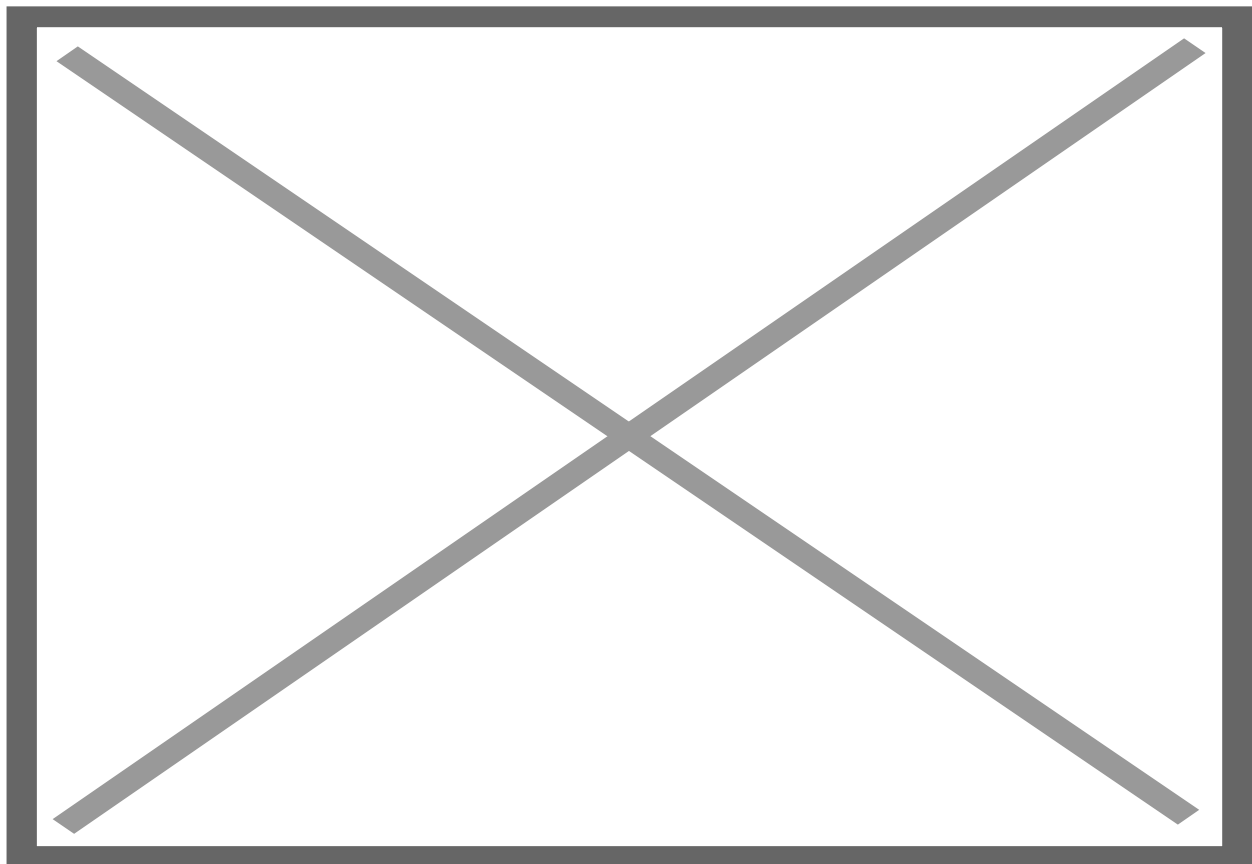
Rồi Thế Tôn đi ra khỏi các sắc tướng, chấm dứt hoàn toàn các sắc tướng, không tác ý đến các tướng sai biệt. Bấy giờ Thế Tôn chứng đắc "*Không vô biên xứ định*". Lúc đầu chứng đắc Thiền cảnh này, Thế Tôn không cảm thấy hứng khởi và không có giải thoát đối với Thiền này.

Thế Tôn liền suy nghĩ đến nguy hiểm của các sắc, thấy nguy hiểm này đến cùng độ thì Thế Tôn liền cảm thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát đối với Không vô biên xứ, biết rằng "*Đây là an tịnh*". Sau một thời gian an trú trong Không vô biên xứ định, các tướng cùng đi với các sắc vẫn còn hiện hữu. Thế Tôn thấy đây là chứng bệnh, như là khổ đau phát khởi ở người đang sung sướng. Thế Tôn lại từ bỏ hoàn toàn Không vô biên xứ định, và chứng đắc "*Thức vô biên xứ định*" (Thức là vô biên).

Ban đầu của sự chứng đắc này, Thế Tôn không cảm thấy hứng khởi, không cảm thấy an tịnh và giải thoát đối với Thức vô biên xứ, Ngài bèn tư duy đến sự nguy hiểm của Không vô biên xứ định, thấy sung mãn sự nguy hiểm này, Ngài liền thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát đối với Thức vô biên xứ định, các tướng có mặt của Không vô biên xứ vẫn hiện hành, đây là chứng bệnh đối với Ngài, như là nỗi khổ đau khởi lên giữa lúc đang sung sướng.

Thế Tôn lại từ bỏ hoàn toàn Thức vô biên xứ định và đạt được "*Vô sở hữu xứ định*" (biết rằng không có gì cả). Buổi đầu của sự chứng đắc Thiền này, Ngài không cảm thấy phấn khởi, an tịnh và giải thoát, Ngài bèn tư duy đến sự nguy hiểm của Thức vô biên xứ định cho đến khi thấy sung mãn sự nguy hiểm của cảnh giới Thiền đó, Ngài mới cảm thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát đối với Vô sở hữu xứ.

Sau một thời gian an trú trong Thiền Vô sở hữu xứ này, các tướng có mặt của Thức vô biên xứ vẫn hiện hành như là hiện hành của khổ đau đối với người đang sung sướng. Với Ngài, đây là một chứng bệnh cần được loại bỏ.



Thế Tôn lại ra đi, ra đi nữa. Ngài từ bỏ hoàn toàn, chấm dứt hoàn toàn tướng Vô sở hữu, và chứng đắc "*Phi tướng phi phi tướng xứ định*". Dù biết rằng "*Đây là an tịnh*" nhưng lúc đầu Ngài vẫn không thấy hứng khởi, an tịnh và giải thoát đối với Thiên này.

Ngài chuyển qua tư duy về nguy hiểm của Vô sở hữu cho đến khi thấy sung mãn sự nguy hiểm này thì sự cảm nhận hứng khởi, an tịnh và giải thoát đối với "*Phi tướng phi phi tướng*" định đến với Ngài. Sau một thời gian trú Phi tướng phi phi tướng, các tướng có mặt của Vô sở hữu lại khởi lên như là khổ đau khởi lên với người đang sung sướng. Đối với Ngài, đây là một chứng bệnh cần được đoạn trừ.

Rồi Thế Tôn lại ra đi nữa, từ bỏ hoàn toàn Phi tướng phi phi tướng định và chứng đắc "*Diệt thọ tướng định*". Dù có biết rằng "*Đây là an tịnh*", trong buổi đầu chứng đắc Thiên này, Thế Tôn vẫn không có hứng khởi, an trú và giải thoát đối với Thiên ấy.

Ngài bèn suy nghĩ đến nguy hiểm của Phi tướng phi phi tướng xứ định, cho đến khi thấy rõ sự sung mãn của sự nguy hiểm ấy, Ngài thường thức được lợi ích của Diệt thọ tướng định với tâm hứng khởi, an trú và giải thoát. Thế Tôn thấy "*Đây là an tịnh, thật an tịnh*". Sau một thời gian an trú ở Diệt thọ tướng định, với trí tuệ Thế Tôn thấy rằng, tất cả các lậu hoặc đều đi đến tận diệt.

Sau khi thuận thứ và nghịch thứ chứng đắc, an trú và xuất khởi nhuần nhuyễn chín cảnh giới Thiền trên, Thế Tôn mới tuyên bố Ngài đã chứng đắc "*Vô Thượng Chính Đẳng Chính Giác*".

Trên đây là lộ trình tu chứng chín cảnh giới định của Thế Tôn. Đây là lộ trình liên tục ra đi, liên tục từ bỏ những gì chứng đắc, liên tục giác tỉnh, biết rằng các Thiền định (từ sơ khởi đến Phi tưởng phi phi tưởng định) là các pháp do nhân duyên sinh, là hữu vi, là vô thường, là khổ đau, liên tục khởi lên ưu tâm tìm vào giải thoát chân thực.

Ưu tâm ở đây lại là cần thiết để không bị dính mắc, đắm trước vào các Thiền cảnh, là sức mạnh của từ bỏ hết thấy các pháp bị tác thành. Ưu tâm ở đây chính là sự có mặt của tuệ giác, của khả năng thấy sự vật như thật.

Chúng ta có thể rút ra từ kinh nghiệm của Thế Tôn một bài học vô vàn quý giá rằng: "*nếu hành giả luôn luôn giữ chính niệm tỉnh giác trên ý nghĩa như thật của các pháp hữu vi: vô ngã, vô thường, và khổ đau thì hành giả sẽ vượt nhanh qua được các cảnh giới Thiền định, dễ dàng xuất khởi khỏi các Thiền cảnh để hướng về "Diệt thọ tưởng định", nơi mà các lậu hoặc sẽ hoàn toàn được đoạn trừ, các cảm thọ lạc, khổ và các tưởng đi đến các cảm thọ lạc, khổ sẽ hoàn toàn được tịnh chỉ*".

Chúng ta cũng có thể rút ra một bài học kỳ diệu khác rằng: tinh hoa của việc tu tập Thiền nằm ở chỗ an trú trong chính niệm về khổ, vô thường, vô ngã của các pháp để xả ly tham ái và chấp thủ. Sự giải thoát khổ đau có mặt ngay trong sự xả ly đó.

Sự từ bỏ đến ngay sau khi sự thấy rõ nguy hiểm của những gì đang ràng buộc chúng ta, đang trói buộc tâm thức chúng ta; sự chứng đắc một cảnh giới Thiền định cao hơn lại đến ngay sau sự từ bỏ cảnh giới đang là; sự an trú cảnh giới chứng đắc là kết quả của sự thấy sâu sắc cái nguy hiểm của cảnh giới vừa đi ra.

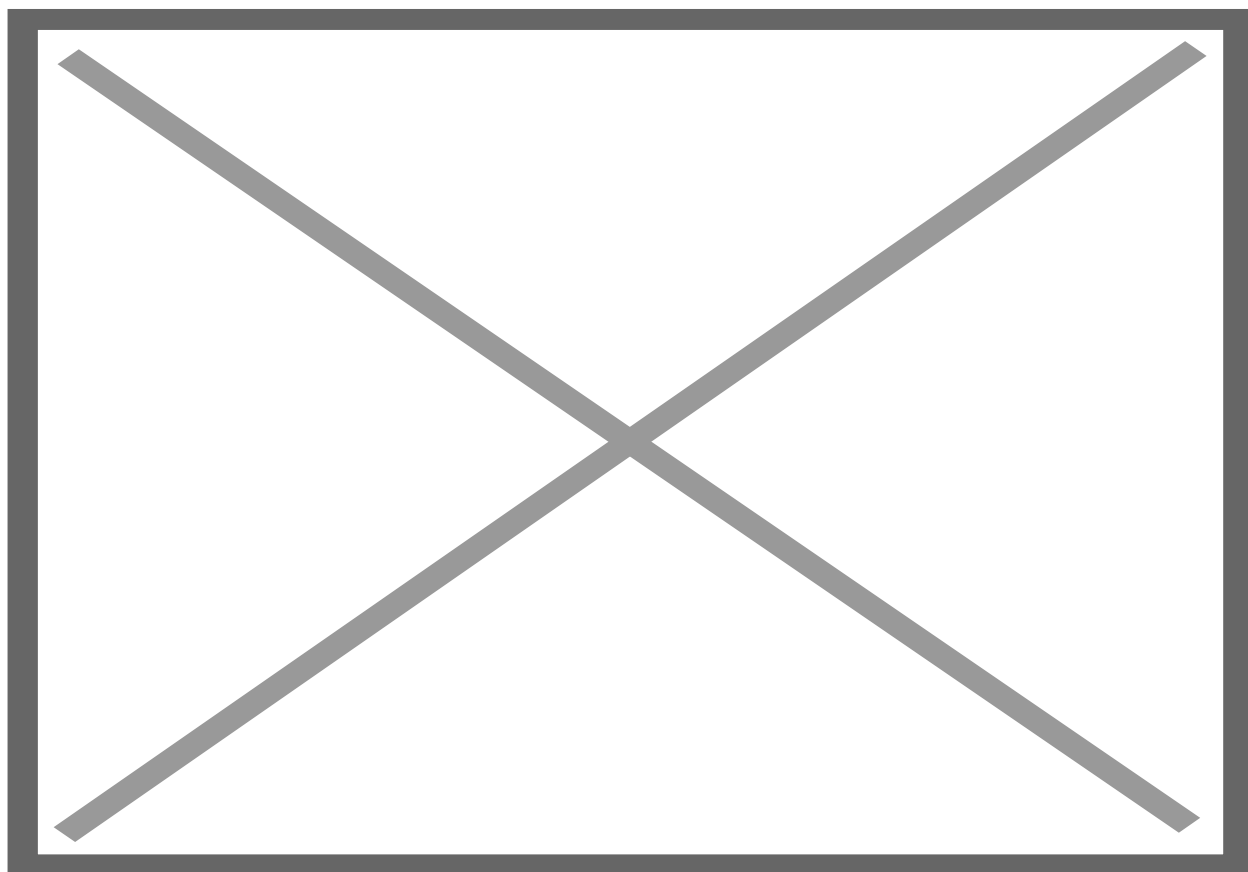
Cứ thế, lộ trình tu tập giải thoát là sự trải qua của những quá trình thấy rõ khía cạnh vô thường, nguy hiểm và khổ đau của các pháp, và sự từ bỏ những gì được làm ra, được tác thành. Hành giả không mỗi mội, đi những bước đi đầy giác tỉnh, hứng khởi, an tịnh và giải thoát. Con đường phải đi này là con đường Thiền định chính thống của Phật giáo. Khác đi là đường đi của ngoại đạo.

Từ bỏ, hay buông xả trong Thiền định của Phật giáo đồng nghĩa với sự an trú trong chính niệm tỉnh giác và đồng nghĩa với an tịnh, giải thoát của Thiền định. Nói khác đi, buông xả là buông xả tham ái và chấp trước mọi pháp được tác thành, được làm ra.

Nếu có ai chủ trương giữ tâm Không (hay Không tâm) khi tu tập Thiền định của đạo Phật, thì phải hiểu tâm Không chính là chính niệm tỉnh giác rời xa mọi tham ái, chấp trước ở đời. Hành giả hành Thiền định Phật giáo thì không có mơ màng chờ đợi gì ở cách thở hay thế ngồi, hoặc bất cứ một kỹ thuật tu tập nào, ngoại trừ việc hàng phục chính vọng tâm của mình.

Chúng ta phải trở về con đường Thiền định của Thế Tôn. Chân lý và con đường về chân lý chỉ được sáng ở dưới cội Bồ-đề, mà không phải là những nơi nào khác. Tại đó, chân lý sẽ rực sáng một lần và sẽ rực sáng mãi mãi.

Đấy là nơi quy hướng của chúng ta trong việc học hỏi Pháp, hiểu Pháp và hành Pháp. Đấy cũng là nơi quy hướng của những ai tự nhận mình là Phật tử, dù đang ở phương hướng nào trên trái đất. Tại đấy, rực sáng hào quang của Duyên khởi và Tứ niệm xứ, và hào quang đó vẫn còn tỏa sáng ở mốc điểm phân ranh giữa sinh tử và giải thoát, giữa con đường chính và con đường tà.



Hướng về Duyên khởi và Tứ niệm xứ là thắp sáng giáo lý của Thế Tôn giữa cuộc đời này. Chúng ta hãy lắng nghe lời dạy sau đây của Thế Tôn về nhơn duyên của diệu pháp không được tồn tại lâu dài, hay được tồn tại lâu dài: *"Này Bà-la-môn, do bốn niệm xứ không được tu tập, không được làm cho sung mãn sau khi Như lai nhập diệt, nên diệu pháp không tồn tại lâu dài. Do bốn niệm xứ được tu tập, được làm cho sung mãn, này Bà-la-môn, sau khi Như lai nhập diệt, diệu*

pháp được tồn tại lâu dài". (Tương Ưng V, tr. 183)

Cho đến đây, chúng ta có một kết luận rõ ràng là vấn đề chủ yếu của một giáo hội Tăng già hưng thịnh và Phật giáo hưng thịnh hay tồn tại, chính là vấn đề học hỏi Phật pháp và tu tập Giới, Định, Tuệ của các Phật tử xuất gia cũng như tại gia. Các vấn đề khác chỉ là thứ yếu. Thời đại của một xã hội Phật giáo hưng thịnh như dưới thời vua A-dục (Asoka) phải là thời đại mà quần chúng Phật tử học hỏi nhiều về giáo lý và thực hành giáo lý, đặc biệt là Thiền định (Tứ niệm xứ).

Cho đến khi nào mà các Thiền viện được phát triển mạnh hơn các lãnh vực gọi là "*tín ngưỡng*" khác của Phật giáo, thì cho đến khi ấy, chúng ta mới có niềm tin lạc quan rằng Phật giáo hưng thịnh, hay đang đi vào hưng thịnh. Phải chăng cần chuyển công phu thực hành Tứ niệm xứ thành buổi công phu sáng hay chiều của hàng xuất gia, và thành công phu thay thời công phu Tịnh độ của hàng Phật tử tại gia để diệu pháp được tồn tại lâu dài hơn ở đời? Đó là câu hỏi mà người Phật tử cần trầm tư sau khi thông hiểu giáo lý Tứ niệm xứ ...

Tác giả: **Thích Chơn Thiện** ("Phật Học Khái Luận", Sài Gòn, 1993)