



Kinh Giáo giới Cấp Cô Độc - Góc nhìn về giáo hóa người bệnh theo tinh thần Phật giáo

ISSN: 2734-9195

09:05 14/11/2024

Ngoài các liệu pháp điều trị thuộc về tâm lý học Phật giáo thì tiến trình hoạt động điều trị bệnh cũng phải tuân theo các chỉ định từ bác sĩ chuyên môn, kết hợp các dược liệu đúng liều lượng, cân nhắc đối với các thuốc giả thuốc chứa các chất độc hại nguy hiểm cho con người,...

Tác giả: **NS.Thích nữ Huệ Tĩnh**

Học viên Thạc sĩ khóa VI, Học viện PGVN tại Tp.HCM

Tạp chí Nghiên cứu Phật học **Số tháng 11/2024**

***“Này các tỳ kheo,...vị nào có thể phục vụ ta (bằng sự thực hành theo lời giáo huấn và giảng dạy của Ta), vị ấy có thể phục vụ người bệnh”*(1)**

Tóm tắt: Kinh Giáo giới Cấp Cô Độc (M.143; Anathapindikovadasutta) là bài kinh số 143 thuộc Trung Bộ kinh(2), bản kinh tương đương trong Trung A-hàm là Giáo hóa bệnh kinh.(3) Nội dung bài kinh đề cập đến sự kiện trưởng giả Anathapindika (Cấp Cô Độc) thân lâm trọng bệnh, trong những giây phút cuối cùng của cuộc đời và được trưởng lão Sariputta (Xá-lợi-phất) động viên khích lệ thông qua bài pháp thoại liên hệ đến những giáo lý nền tảng của đạo Phật. Sau khi đã lĩnh hội những lời giáo giới từ tôn giả Sariputta về tinh thần “không chấp thủ”, ông Anathapindika đã nếm được những mỹ vị ngọt ngào của chính pháp và tự tại hóa sinh vào cõi trời Tusita. Thông qua việc tìm hiểu ý nghĩa của bài kinh sẽ cho chúng ta thêm một góc nhìn nhận về giáo hóa người bệnh theo tinh thần Phật giáo.

Từ khóa: Cấp Cô Độc, không chấp thủ, giáo hóa người bệnh,...



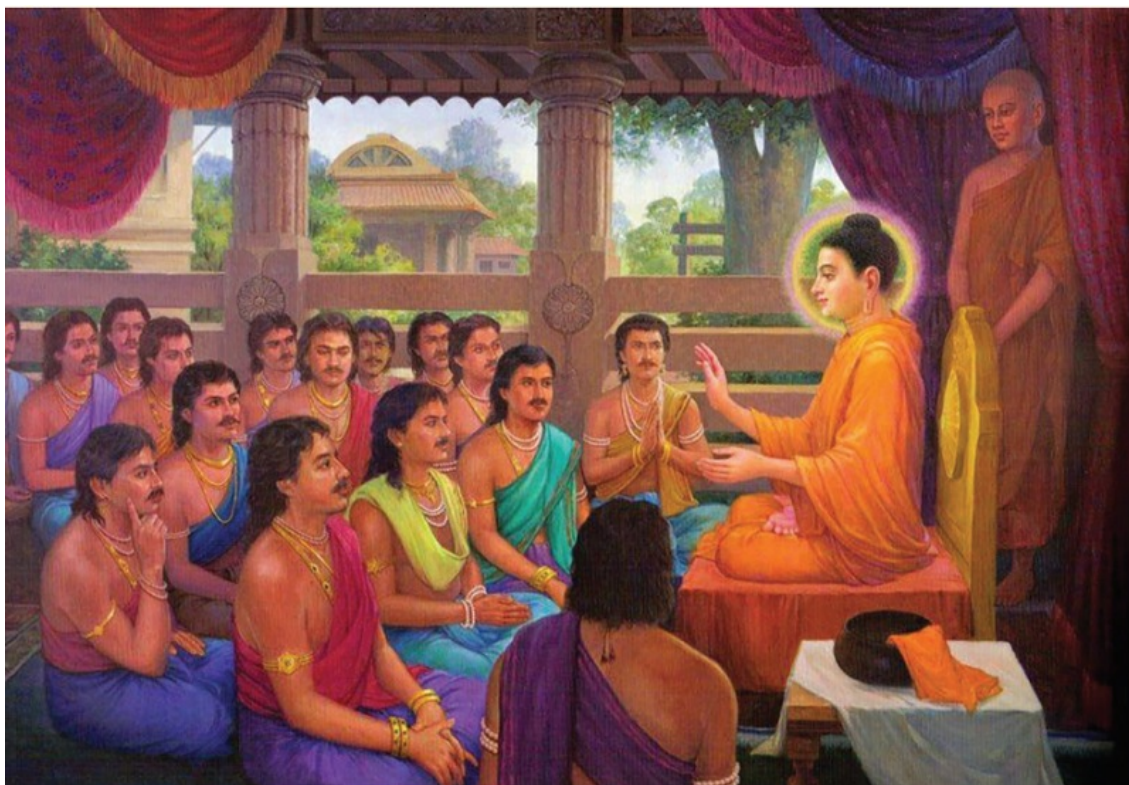
Đối diện với bệnh tật và nỗi sợ hãi về cái chết

Bệnh tật là một tất yếu của sự sống mà không ai có thể tránh khỏi, do đó thái độ tiếp nhận và đối đầu với bệnh tật là một trong những kỹ năng cần thiết để có thể an lạc ngay trong nghịch cảnh bệnh duyên. Trong những hoàn cảnh bệnh tật người bệnh mới có thể có những chiêm nghiệm sâu sắc về bản thân hay về cuộc đời. Sự xuất hiện của hình bóng tăng - già mang lại sự ấm áp, như một điểm tựa tâm linh an toàn, ngoài ra lời dạy của đức Phật về năm uẩn, duyên sinh, vô thường, vô ngã,... nếu được người bệnh áp dụng quán chiếu vào trong lúc đó thì hiệu quả tu tập sẽ càng tăng tiến.

Một trong những sự thật mà mỗi con người phải trải qua, đó là tiến trình sinh hóa tuần hoàn của vũ trụ theo quy luật sinh-trụ-dị-diệt, theo đó, bệnh tật và cái chết là một trong những vấn đề trọng đại nhất của cuộc đời. Con người cũng là một thành phần trong vũ trụ đó, vì thế mà Phật giáo đề cập đến vấn đề cốt lõi của đời sống con người chính là sự vượt qua “sinh, già, bệnh, chết” và tiến đến Niết bàn. Chính tri kiến và chính tư duy là một trong những nền tảng nhận thức quan trọng, vì nó sẽ giúp chúng ta có khả năng nhìn nhận và đánh giá mọi sự vật hiện tượng trong hay ngoài thân dưới cái nhìn tuệ quán. Chấp nhận những cảm thọ do bệnh tật gây ra và kiểm soát những cảm xúc của cơ thể trong lúc bệnh đó cũng chính là một sự thực tập về tuệ quán:

Thật sự là vậy, này gia chủ. Thân của gia chủ là bệnh hoạn, ốm đau, yếu ớt. Ai mang cái thân này lại tự cho là không bệnh, dù chỉ trong một giây phút, người ấy phải là người ngu. Do vậy, gia chủ cần phải học tập như sau: ‘Dù cho thân tôi có bệnh, tâm sẽ không bị bệnh.’ Như vậy, gia chủ cần phải học tập.(4)

Một nhận thức đúng đắn sẽ làm giảm thiểu các phát sinh không mong muốn và có thể điều tiết hoặc làm chủ các cảm thọ đau khổ, nghĩa là mặc dù “thân bệnh nhưng tâm không bệnh”. Tuy nhiên nhận thức này cần phải được rèn luyện hằng ngày ngay cả khi trong những lúc khỏe mạnh tâm trí minh mẫn. Trong trường hợp người bệnh đang đấu tranh khốc liệt với bệnh tật và tâm trí không còn minh mẫn thì việc hướng dẫn các phương pháp an tâm cho người bệnh có thể gặp trở ngại.



Do đó, Phật giáo nhấn mạnh việc phát triển nhân cách, đạo đức tâm linh hướng thượng đối với một con người bình thường, đầy đủ khả năng tiếp thu và có khả năng thực hành: “Ta giảng sự diệt tận các lậu hoặc cho người biết, cho người thấy, không phải cho người không biết, cho người không thấy”(5); “có nhân, có duyên, các tướng của con người sinh và diệt. Chính do sự học tập, một loại tướng sinh, chính do sự học tập, một loại tướng diệt”(6) và “tướng khởi trước, trí mới khởi sau, do tướng sinh trí mới sinh”.(7) Chính nhờ sự luyện tập, nuôi dưỡng và phát triển các ý niệm sơ khởi, tức các tướng (saññā) thiện lành trên nền tảng chính tri kiến rồi từ đó chính trí sẽ xuất hiện.

Đối với bệnh nhân nhẹ, vẫn có khả năng nhận thức và hành động như một người bình thường thì cần phải hướng dẫn họ về việc quy y Tam bảo, giữ gìn các giới đã thọ, phát tâm bố thí cúng dường, tu tập thiền quán,... Riêng đối với những bệnh nhân trong những giây phút cuối đời, với Phật pháp đã có một trình độ thâm nhập nhất định như trường hợp của ông Cấp Cô Độc, bởi vì ông đã chứng được quả Dự lưu.(8) Do đó, trong trường hợp này, tôn giả Sāriputta khi

thăm bệnh chỉ cần nhắc nhở về sự vô thường, duyên sinh của ngay tấm thân này và hướng dẫn họ đến với một trạng thái không sợ sệt, không còn chấp thủ.

Xu hướng tâm lý chung của con người đó là thích các cảm giác dễ chịu và ghét các cảm giác đau khổ khó chịu, trong khi đó, bệnh tật thường đi kèm với các cảm thọ đau đớn về thân xác. Trong Kinh Mũi tên,(9) đức Phật đưa ra ví dụ về cảm thọ của một người không có sự tu tập (vô văn phàm phu) và một người có sự tu tập (thánh đệ tử), khi một cảm thọ (lạc thọ, khổ thọ, trung tính) xảy đến sẽ xuất hiện hai khuynh hướng tâm lý: phản kháng – đau khổ và tỉnh giác chấp nhận – an lạc.

Vì vậy, đối với người học Phật do nhờ năng lực của sự tu tập tích lũy các phản xạ trước các nghịch cảnh nghịch duyên. Tuy nhiên, khi đối diện với bệnh tật, không phải ai cũng có khả năng kiểm soát thân và tâm của chính mình. Do đó, đối với những ai chưa từng có sự thực hành tuệ quán thì khả năng mất bình tĩnh, không tự chủ, sợ hãi,... là một điều tất yếu. Ngoài ra, các vấn đề phát sinh đối với người bệnh như: Các nỗi lo về kinh tế tài chính, ám ảnh về cái chết, đau đớn, căng thẳng,... là những tâm lý không thể nào tránh khỏi.

Như vậy, bên cạnh các bài pháp thoại khích lệ cổ vũ tinh thần để hỗ trợ đưa tới trạng thái vô chấp, vô trụ với người bệnh, ngoài ra, các hành động thiết thực cũng cần phải có: Hỗ trợ về tài chính, hỗ trợ về các nhu yếu phẩm, các trang thiết bị cần thiết, cung cấp một không gian chữa lành cho người bệnh,...

Giáo hóa người bệnh theo tinh thần Phật giáo

Tuy đời sống tại gia của ông Anāthapindika (Cấp Cô Độc) luôn bận bịu tất bật với những công việc kinh doanh của đời sống gia đình. Nhưng không vì những lý do đó mà có thể ngăn cách hay cản trở tấm lòng nhiệt huyết chân thành của ông đối với Phật pháp. Tản mác trong kinh điển thường xuyên ghi nhận lại những lần ông đến diện kiến đức Phật và các vị đệ tử để lắng nghe tiếp nhận và thực hành những pháp ngữ cao quý. Mặc dù là một thương gia có tiếng tăm, nhưng thái độ cung kính tôn trọng Tam bảo cùng với đức tin trong sáng đã tạo nên một cốt cách Anāthapindika với đầy đủ các tố chất của một vị cư sĩ hộ pháp mẫu mực.

Đặc biệt trong bài kinh Giáo giới Cấp Cô Độc, đã ghi nhận lại những giây phút cuối cùng của cuộc đời ông Anāthapindika cùng với những lời giáo giới từ kim khẩu của trưởng lão Sāriputta về tinh thần không chấp thủ.

Với tâm từ bi vô hạn lượng, trưởng lão Sāriputta cùng với tôn giả Ānanda ân cần đến bên giường bệnh nhẹ nhàng với những lời thăm hỏi động viên đầy chân tình: “Này cư sĩ, ta mong rằng ông có thể kham nhẫn, ta mong rằng ông có thể

chịu đựng! Ta mong rằng khổ thọ được giảm thiểu, không gia tăng, sự giảm thiểu được rõ rệt, không có gia tăng!”.(10) Tấm chân tình của một vị tôn túc trong tăng đoàn đã khơi dậy những xúc cảm trào dâng dù cho không thể cản ngăn được những cơn đau đang hành hạ trong thân xác: “Thưa Tôn giả Sāriputta, con không thể kham nhẫn, con không thể chịu đựng. Sự thống khổ của con gia tăng không có giảm thiểu, sự gia tăng rõ rệt không có giảm thiểu”.

Bởi vì ông đang đứng bên bờ vực của cái chết, tuy nhiên lúc này, Anāthapindika đã chứng quả Dự Lưu trước đó rồi, cho nên có khả năng ông chỉ đau đớn về thể xác nhưng về tinh thần ông vẫn minh mẫn và có thể sẵn sàng tiếp nhận những lời giáo giới, chỉ dẫn từ tôn giả Sāriputta.



Tôn giả Sāriputta đã tuyên thuyết một pháp thoại thâm sâu và thích hợp với hoàn cảnh cũng như đối tượng đang hiện diện. Ngài đã tuyên dạy về sự không chấp thủ vào sáu căn, sáu trần, sáu thức, sáu xúc, năm uẩn,...: “Do vậy, này cư sĩ hãy học tập như sau: “Tôi sẽ không chấp thủ con mắt, và tôi sẽ không có thức y cứ vào con mắt”....“Tôi sẽ không chấp thủ những gì được thấy, được nghe, được cảm thọ, được nhận thức, được hy cầu, được tư sát với ý, và tôi sẽ không có thức y cứ vào các pháp [nói trên]...”.(12)

Ngài Sāriputta đã giảng dạy về giáo lý “không chấp thủ” (na upādiyissāmi) cho Cấp Cô Độc trong xuyên suốt bài kinh, bao gồm:

1. Không chấp thủ 18 giới (dhātu). Trong đó, 18 giới là sự kết hợp giữa sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý), sáu trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) phát

sinh sáu thức (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, tức cái biết của mắt, của tai, mũi, lưỡi thân và ý thức). Đây được xem như là toàn bộ thế giới quan mà trong khả năng giới hạn con người có thể nhận thức được thông qua căn, trần, thức.

2. Không chấp thủ 6 xúc (phassa). Sáu xúc bao gồm: nhãn xúc, nhĩ xúc, tỷ xúc, thiệt xúc, thân xúc và ý xúc.

3. Không chấp thủ vào các thọ (vedanā) được sinh khởi thông qua sự tiếp xúc của các giác quan với đối tượng của chúng.

Vedanā hay “cảm thọ” tạm hiểu là sự cảm nhận hay cảm giác của con người qua quá trình sáu căn tiếp xúc với đối tượng của chúng, làm duyên nung tủa khởi sinh ra 6 sự nhận biết tương đương. Các thọ có thể là lạc (thích), khổ (không thích), bất lạc, bất khổ thọ (không thích, không ghét) đối với tùy từng đối tượng.

4. Không chấp thủ 6 đại giới (mahābhūtā). Sáu đại giới gồm có: địa giới, thủy giới, hỏa giới, phong giới, hư không giới và thức giới.

5. Không chấp thủ năm uẩn (khandha). Năm uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành và thức.

6. Không chấp thủ Tứ không định (Hư không vô biên xứ, Thức vô biên xứ, Vô sở hữu xứ, Phi tướng phi phi tướng xứ).

7. Không chấp thủ thế giới này, và các thế giới khác.

8. Không chấp thủ các sở kiến, sở văn, sở xúc, sở cầu, sở tri (chấp cái chỗ mà mình biết).

Không chấp thủ vào chúng tức là không đồng hóa những vật chất, cảm giác, tư tưởng, nhận thức,... là của mình hay có thật thể bản ngã, do không chấp thủ nên không có bám víu, do không có bám víu mà được an lạc giải thoát khỏi khổ đau. Trong một bài kinh khác, Phật cũng đã xác nhận về giáo lý của Ngài liên hệ đến mục đích không chấp thủ: “Lành thay, lành thay, này tỳ kheo! Lành thay, này tỳ kheo! Ông hiểu pháp Ta dạy là với mục đích tịch tịnh hoàn toàn, không có chấp thủ”.(13) Một đoạn kinh khác ghi nhận rằng: “Này các tỳ kheo, nếu thức đối với ngoại [trần] không tán loạn, không tản rộng, tâm không trú trước nội [căn], không bị chấp thủ quấy rối, sẽ không có tập khởi, sinh khởi của khổ về sinh, già, chết trong tương lai.”(14) Theo mắt xích của vòng 12 nhân duyên, do ái mà sinh ra thủ, vì chấp thủ nên sinh ra hữu và kéo theo vòng tái sinh luân hồi. Do đó, thái độ luyến ái sẽ sinh ra sự bám víu chấp thủ, vì thế sự cởi mở, xả bỏ những níu kéo bám chặt về những yêu ghét liên hệ đến bản thân cũng như những thứ liên quan phát sinh từ thân và tâm, điều này sẽ dẫn đến sự giải thoát

tự do không còn chấp thủ. Như vậy có thể nói rằng đây cũng chính là một trong những biện pháp tâm lý có khả năng đưa cá nhân vượt qua những giới hạn của tự ngã để tiến đến một sự giải thoát không còn chấp thủ, đồng nghĩa với sự phá vỡ một trong 12 mắt xích của vòng nhân duyên.

Điều đặc biệt trong bản kinh thuộc Tăng nhất A-hàm, trước khi ngài Sāriputta thuyết giảng về bài pháp Vô chấp thủ, tôn giả khuyên ông Cấp Cô Độc hãy nên nhớ tưởng đến Phật, Pháp, Tăng thì chắc chắn sẽ được sinh về cõi lành, cõi trời hoặc trong loài người,(15) ngài Sāriputta cũng nói rõ về vòng nhân duyên và ngài xác định rằng: “Đây là pháp tu bậc nhất về nghĩa không” liên hệ đến tinh thần vô chấp thủ.(16)



Sau khi nghe được bài pháp đầy ý nghĩa cao sâu, Anāthapindika đã xúc động và rơi lệ bởi vì ông cho rằng đây là bài pháp vi diệu mà từ trước đến giờ mới được nghe tôn giả thuyết như vậy.(17) Ông Anāthapindika khẩn khoản xin tôn giả hãy phổ biến giáo thuyết này ra đối với hàng cư sĩ bởi vì “có những thiện gia nam tử sinh ra với cấu uế không nhiều, nếu không được nghe pháp, sẽ bị đọa lạc; nhưng nếu được nghe họ có thể biết được [Chính] pháp”.(18) Qua đó thể hiện tấm lòng vị tha cao cả của Anāthapindika khi mình đã được pháp lạc và mong muốn cho mọi người cũng hưởng được vị ngọt của Chính pháp.

Cuối bài kinh, Anāthapindika sau đó mạng chung với tâm thái an nhiên tự tại và hóa sinh vào cõi trời Tusita (Đâu - suất - đà - thiên). Sau khi trở thành một vị trời, thiên tử Anāthapindika với dung sắc chói sáng thù thắng đã trở lại tịnh xá Jetavana đánh lễ đức Thế Tôn, rồi dùng bài kệ tán dương và cảm niệm những ân

đức của Tam bảo. Anāthapindika chính là một trong những gương mặt tiêu biểu và đại diện cho hàng cư sĩ tại gia, soi sáng cho lý tưởng dẫn thân phụng sự nhân sinh, tốt đời đẹp đạo.



Ý nghĩa và giá trị thực tiễn

Có thể nói rằng, mối quan hệ hữu cơ giữa người tu sĩ và cư sĩ là một trong những mối liên hệ tương quan, tương hỗ, không chỉ trong thời đại nay mà chúng đã có từ thời đức Phật. Người xuất gia tuy từ bỏ đời sống gia đình nhưng không thể sống tách biệt đối với người cư sĩ tại gia. Bởi vì, người tại gia là người cung cấp những nhu yếu phẩm (tứ vật dụng) cần thiết cho người tu sĩ. Ngược lại, những vị tu sĩ là người đem đến cho người cư sĩ những kinh nghiệm về pháp học và pháp hành, những liệu pháp tâm linh đối trị nỗi khổ niềm đau của kiếp nhân sinh. Đây cũng chính là một trong những ý nghĩa của một Bikkhu đó là ý nghĩa Khất sĩ, trên cầu giáo pháp của Phật và đem giáo pháp đó để hóa độ chúng sinh.

Ngoài các liệu pháp điều trị thuộc về tâm lý học Phật giáo thì tiến trình hoạt động điều trị bệnh cũng phải tuân theo các chỉ định từ bác sĩ chuyên môn, kết hợp các dược liệu đúng liều lượng, cân nhắc đối với các thuốc giả thuốc chứa các chất độc hại nguy hiểm cho con người,... Việc cải thiện môi trường sống, tức là các yếu tố từ bên ngoài cũng có thể tác động ít nhiều đến bệnh tật, do đó, nếu có thể được một không gian xanh sạch cho người bệnh thì hiệu quả điều trị càng cao.

Như vậy, chúng ta nhận thấy rằng toàn bộ giáo pháp của đức Phật giảng thuyết có 2 phạm trù lớn: Nói lên khổ và con đường chấm dứt khổ. Bệnh tật cũng là một biểu hiện của khổ (dukkha) và nó cũng là một tiến trình sinh lý tự nhiên của con người. Bằng tất cả sự tin yêu với trái tim từ bi và tấm lòng vị tha vô ngã, những vị xuất gia chân chính thực hiện con đường lý tưởng Bồ - tát đạo đem Phật pháp vào đời, đem đạo Phật đến bên giường bệnh.

Trong xã hội hiện đại, bệnh tật là một trong những gánh nặng to lớn của xã hội, chính vì vậy đối với cộng đồng Phật giáo nói chung và những vị xuất gia nói riêng, nếu thực hiện tốt vai trò trách nhiệm của mình đối với tâm nguyện độ sinh này sẽ đem đến nhiều lợi lạc và pháp Phật sẽ mãi mãi là nguồn ánh sáng an lành cho chúng sinh muôn đời nương tựa.

Tác giả: **NS.Thích nữ Huệ Tĩnh**

Học viên Thạc sĩ khóa VI, Học viện PGVN tại Tp.HCM

*Tạp chí Nghiên cứu Phật học **Số tháng 11/2024***

CHÚ THÍCH:

- (1) Đại Phẩm II, TK Indacanda dịch, NXB Hồng Đức, 2021, tr217
- (2) Kinh Trung Bộ, Thích Minh Châu dịch, NXB Hồng Đức, 2020, tr1083-1087 (3) (CBETA 2023.Q4, T01, no. 26, p. 458b28-29)
- (4) Kinh Tương Ưng Bộ, Kinh Nakulapitu, Thích Minh Châu dịch, NXB Hồng Đức, 2020, tr1218
- (5) Kinh Trung Bộ, Kinh tất cả lậu hoặc, sđd, tr7
- (6) Kinh Trường Bộ, Kinh Potthapāda, Thích Minh Châu dịch, NXB Hồng Đức, 2020, tr145
- (7) Kinh Trường Bộ, Kinh Potthapāda, sđd, tr147
- (8) Kinh Tương Ưng Bộ, Kinh Anāthapindika thứ hai, sđd, tr1271
- (9) Kinh Tương Ưng Bộ, Kinh Với mũi tên, sđd, tr868
- (10) Kinh Trung Bộ, Kinh Giáo giới Cấp Cô Độc, sđd, tr1084
- (11) Kinh Trung Bộ, Kinh Giáo giới Cấp Cô Độc, sđd, tr1084
- (12) Kinh Trung Bộ, Kinh Giáo giới Cấp Cô Độc, sđd, tr1084-1085

