

CUỘC ĐỜI CỦA ĐỨC PHẬT VÀ SỰ THỰC HÀNH PHÁP CỦA CHÚNG TA

Dzongsar Khyentse Rinpoche

Nhờ căn cứ vào cuộc đời của Đức Phật, chúng ta có thể hiểu được những khía cạnh nền tảng của sự thiền định và cách hành xử như một hành giả Pháp. Mặc dù nhiều người chỉ nhìn cuộc đời của Đức Phật như một câu chuyện lịch sử, nhưng cuộc đời ấy có thể đem lại cho ta một sự hứng khởi nào đó, tuy nhiên họ không vượt qua được cái nhìn thông thường ấy.

Tuy thế, cuộc đời của Đức Phật là một mẫu mực tượng trưng cho mỗi một và mọi người chúng ta. Nếu ta phân tích tiểu sử của Ngài và suy niệm về nó thì ta có thể thấy được nó bao gồm những giáo lý và khuôn mẫu để chúng ta noi theo ra sao.

Khi được sinh ra, Đức Phật là một thái tử của Ấn Độ cổ xưa. Vào lúc đó, xã hội Ấn Độ có bốn giai cấp chính. Dĩ nhiên giai cấp cao nhất là giai cấp Bà La Môn (các tăng lữ). Giai cấp thứ hai là giai cấp của vua chúa cầm quyền và các chiến sĩ; Đức Phật thuộc giai cấp thứ hai này.

Cuộc đời Ngài là một mẫu mực cho chúng ta, nó gởi tới các hành giả một thông điệp rất quan trọng. Đức Phật được sinh ra như một người bình thường và tự xuất hiện theo cách đó. Ngài không là một vị trời hay một ai đó tương tự. Thay vào đó Ngài là một con người bình thường mà nhờ sự thực hành đã trở nên một hiện thể đặc biệt. Trước hết, Ngài xuất hiện như một người không giác ngộ, điều này rất quan trọng.

Ngay bây giờ chúng ta cũng là những người đàn ông và đàn bà bình thường. Nếu Đức Phật luôn luôn là một hiện thể đặc biệt, là bậc sinh ra “đã giác ngộ,” thì tiểu sử của Ngài sẽ không đặc biệt! Khi ấy tiểu sử của Ngài sẽ không có ý nghĩa bởi chúng sinh bình thường như chúng ta sẽ mãi mãi bị dính cứng trong vị trí của một chúng sinh tầm thường; ta sẽ chẳng bao giờ đạt được giác ngộ.

Vì thế Đức Phật đã xuất hiện trong thế gian, được sinh ra là Siddharta Guatama (Tất Đạt Đa Cổ Đàm.) Ngài đã sống với chủ đích làm một gương mẫu cho chúng ta noi theo.

Tất Đạt Đa không chỉ xuất hiện như một con người, ngài cũng hành xử như một Thái tử bình thường. Ngài ăn, ngủ, nhận một nền giáo dục và lập gia đình. Vào thời đại ấy ở Ấn Độ, một Thái tử có tới hàng ngàn vị phối ngẫu.

Lối sống vương giả của Thái tử Tất Đạt Đa đầy ắp những lạc thú thế gian. Có những thớt voi và những trò chơi. Những vũ nữ và rượu luôn luôn sẵn sàng được phục vụ. Gia đình ngài rất giàu có, vì thế mọi sự thật lộng lẫy, xa hoa. Thậm chí những bông hoa cũng được thay đổi từng giờ đến nỗi Thái tử chẳng bao giờ nhìn thấy những

bông hoa khô héo và tàn tạ. Thế giới mà Thái tử Tất Đạt Đa biết được thì rất đáng yêu, huy hoàng và tuyệt đẹp.

Tuy thế, một ngày kia thái tử Tất Đạt Đa bàng hoàng khi thấy được cách thức các sự vật biến đổi. Ngài đã chẳng bao giờ biết rằng một bông hoa bắt buộc phải héo úa. Làm thế nào một bông hoa rục rở và sinh động có thể trở nên nhăn nhúm và rời rã thành từng mảnh? Một sự thật như thế làm ngài choáng váng. Khi ấy Thái tử bắt đầu tự hỏi có bao nhiêu điều ngài chưa biết tới và thế giới bên ngoài cung điện của ngài ra sao?

Đức Vua Tịnh Phạn, phụ thân của Tất Đạt Đa, trở nên lo lắng. Tất Đạt Đa mong muốn được du hành ở bên ngoài cung điện, nơi mà trước đó ngài chưa bao giờ bước chân tới. Khi còn là một em bé, một nhà tiên tri đã cho phụ mẫu của Thái tử biết rằng Tất Đạt Đa hoặc sẽ trở thành một Đại Đế hoặc thành một bậc Đại Thánh. Dĩ nhiên là phụ thân của ngài mong muốn Tất Đạt Đa trở thành một Chuyển Luân Thánh Vương. Giống như nhiều người khác, phụ thân của ngài bị thúc đẩy như thế là bởi sự tham muốn tiền của và thế lực.

Cuối cùng Đức Vua cho phép Tất Đạt Đa viếng thăm bên ngoài hoàng cung. Triều đình ra lệnh cho mọi người phải quét sạch đường xá, làm đẹp thành phố và che dấu mọi cảnh tượng xấu xí. Mọi người đều tuân theo chỉ thị của Đức Vua.

Thái tử Tất Đạt Đa rời hoàng cung và lần đầu tiên bắt đầu nhìn thấy một vài sự việc. Mặc dù mọi người đã nỗ lực che dấu những cảnh tượng xấu xí nhưng một người già đã xuất hiện. Khi nhìn thấy ông già này Tất Đạt Đa hết sức kinh ngạc. Lần đầu tiên ngài gặp một người đầu rụng tóc, già nua và xấu xí.

Thật tuyệt vọng, Tất Đạt Đa van nài người đánh xe của ngài là Xa Nặc. Ngài hỏi tại sao người đàn ông này có bộ dạng như thế? Cuối cùng Xa Nặc giải thích rằng điều đó được gọi là tuổi già, mọi người sau khi được sinh ra, sống khá lâu, sẽ đi tới tuổi già này.

Một lần nữa Tất Đạt Đa bị choáng váng, ngài hỏi: “Nếu họ sống khá lâu thì sao?” Xa Nặc bị buộc phải giải thích là chúng ta sẽ chết. Tất Đạt Đa cảm thấy đau khổ và trở về hoàng cung, suy nghĩ về những gì nhìn thấy.

Sau vài ngày Thái tử và Xa Nặc lại đi ra ngoài. Lần này Thái tử nhìn thấy một tử thi, nó nhợt nhạt và lạnh ngắt như một hòn đá. Ngài không thể tưởng tượng được rằng chỉ vừa mới đây thôi cái xác còn là một người còn sống đi lại trên mặt đất. Ngài hỏi Xa Nặc là có phải điều này xảy ra cho tất cả mọi người hay không. Mặc dù vậy, Tất Đạt Đa không cảm thấy hài lòng.

“Có phải điều này xảy đến ngay cả với ta, một Thái tử?” ngài vẫn tiếp tục hỏi. Xa Nặc phải giải thích rằng tất cả mọi người, Đức Vua, Hoàng hậu, các quan thượng thư, ngay cả người có địa vị cao tột nhất đều phải đối diện với cái chết. Cùng cách thức như thế, nhờ việc rời khỏi hoàng cung mà Tất Đạt Đa cũng khám phá rằng sự sinh và bệnh cũng hiện hữu.

Sau khi nhìn thấy sự sinh, lão, bệnh, tử, Tất Đạt Đa suy nghĩ thật sâu xa. Ngài thấy việc trở thành một vị vua chẳng có chút ích lợi nào. “Một ngày kia ta sẽ làm vua, ngày hôm sau ta sẽ giống như một hòn đá lạnh lẽo, bị thiêu đốt thành tro bụi. Việc bám chặt vào địa vị của ta chẳng có ý nghĩa gì.”

Tất Đạt Đa nhận ra rằng ngài phải tìm ra một con đường để thoát khỏi sinh, lão, bệnh và tử.

Thái tử cảm thấy rằng là một vị vua ngài có thể bố thí tiền của cho người nghèo, cung cấp nhà ở cho mọi người và cho người bệnh thuốc men. Nhưng ngài vẫn không phải là vị vua tốt lành nếu ngài không thể giải thoát thân dân của ngài khỏi nỗi khổ của sinh, lão, bệnh và tử.

Vì thế Tất Đạt Đa trốn khỏi hoàng cung, quyết tâm tìm ra một phương pháp chấm dứt nỗi khổ của thế gian. Sau khi thực hiện điều đó, sau nhiều năm thực hành và tìm kiếm, ngài thành Phật, hoàn toàn sáng tỏ sự thật về thế giới.

Đức Phật tượng trưng cho mỗi người trong chúng ta ở đây. Chúng ta có thể không có một lâu đài to lớn, nhưng chúng ta có “cung điện” của riêng ta, tâm thức được rào kín của riêng ta với những ý niệm và bản ngã. Ta có thể không có những con ngựa và những thớt voi, nhưng ta có xe đạp và xe hơi. Ta có “Vương quốc” của riêng ta, “Hoàng hậu” của riêng ta và mọi thứ khác.

Hầu hết chúng ta không bao giờ dám bước ra ngoài “cung điện” của ta. Chúng ta cố gắng phủ nhận bệnh tật và cái chết. Ngay cả xã hội cũng làm thế. Nếu tôi yêu cầu tất cả những người ở đây viết di chúc, họ có thể đồng ý với lời yêu cầu. Nhưng nếu tôi yêu cầu những cậu bé làm điều đó thì mọi người sẽ khó chịu và cho rằng điều này không thể chấp nhận được. Có quá nhiều vô minh ở đây, phải chăng người lớn luôn luôn chết trước người trẻ? Một đứa trẻ mười một tuổi có thể qua đời trước một ông già chín mươi.

Chúng ta tiến gần tới cái chết trong từng giây phút, trong từng hơi thở. Khi ta già, những vết nhăn còn nhiều hơn nữa. Nhưng thật là vô minh, ta vẫn phủ nhận cái chết. Vì thế, nếu bạn là một môn đồ của giáo lý của Đức Phật, bạn không cần phải thường xuyên đi chùa và tụng các thần chú – điều bạn phải làm là ra khỏi “cung điện” của bạn. Hãy vượt thoát khỏi nó, tất nhiên là một cách ẩn dụ.

Hãy thừa nhận rằng cái chết có ở đó, đừng phủ nhận nó. Một ngày kia, ngay cả tôi (Khyentse Rinpoche) cũng chỉ còn là “lich sử,” chỉ còn lại vài tấm hình và những cuộn băng ghi âm. Gia đình có thể đưa tên bạn lên một bàn thờ vát ở lòng thành kính, nhưng bạn có thể là một con chim ở đâu đó và không biết rằng cái chết thậm chí vẫn đang tiếp diễn.

Cốt tuỷ của Phật Giáo là thấu hiểu cuộc đời. Bạn nên thấu hiểu ý nghĩa đích thực của nó. Chúng ta thường gật đầu và miệng thì đồng ý rằng cuộc đời thì vô thường. Nhưng ta vẫn cho rằng cái chết xảy ra cho người khác chứ không xảy ra với ta.

Đôi khi người ta được thông báo về những điều các Phật tử nói về cuộc sống và cái chết. Họ có thể nói rằng chúng ta luôn luôn mang lại tin tức xấu. Nó không phải là tin xấu hay sự bi quan, nó là sự thật. Chúng ta không thể phủ nhận sự thật, chúng ta phải suy niệm nó. Nếu không, chúng ta sẽ bị choáng váng và thất vọng. Sau này ta sẽ còn đau khổ hơn nữa nếu bây giờ chúng ta bác bỏ nó.

Cuộc đời thật quý báu. Nếu bạn muốn sống trường thọ, bạn có thể uống nhân sâm. Nhưng chúng ta sẽ chết. Vì thế giờ đây ta phải vui hưởng cuộc đời và sống cuộc đời đó một cách đúng đắn. Nếu bạn có một giờ để sống thì bạn hãy dùng thực phẩm ngon lành và uống nhân sâm của bạn. Ngay bây giờ ta nên biết thưởng thức cuộc đời bởi nó vô thường.

Mọi điều ta làm trong cuộc đời đều đáng để ăn mừng, dù nó là việc trở về nhà một cách an toàn hay ăn mà không chết vì mắc nghẹn. Chúng ta nên ca ngợi cuộc đời trong từng giây phút và đừng lãng phí nó, bởi lẽ cuộc đời ta thật vô thường.

Như vậy ta làm gì một khi thoát khỏi “cung điện” của ta? Ta ngồi thẳng lưng, hít thở và thiền định.

Việc hát tụng có thể gây hứng khởi và tạo ra lòng sùng mộ trong khi thiền định. Nó giống như khi một người muốn nói rằng mình yêu ai đó, anh ta có thể cầm chiếc đàn ghi ta và hát. Nó làm cho tâm trạng thêm phần lãng mạn và tạo thêm cảm xúc. Như thế là việc hát tụng làm cho bầu không khí thiền định trở nên đậm đặc hơn và có thể mang lại lợi lạc cho sự thực hành của ta.

Ta cần có được trí tuệ từ những người khác. Ta cần một vị Thầy thấu suốt chân lý và có thể giúp ta thoát khỏi đau khổ. Cũng giống như một bà mẹ có trí tuệ và ngăn cản không cho đứa con nhỏ của mình chạm vào sắt nóng. Một đứa trẻ sùng mộ sẽ nghe lời mẹ nó, nhưng nếu đứa trẻ không sùng mộ, nó có thể rờ vào sắt nóng và bị phỏng.

Đức Phật biết rằng sự sân hận thiêu đốt chúng ta, sự đam mê thiêu đốt chúng ta, sự vô minh thiêu đốt chúng ta. Chúng ta giống như những đứa bé cần được ban cho trí tuệ của Đức Phật để không bị thiêu đốt bởi những phiền não này. Một số người trong chúng ta ngoan cố và phải chịu sự tác động của chúng.

Việc chứng ngộ bản tánh của tâm là điều không thể giải thích bằng ngôn từ mà chỉ có thể được thành tựu nhờ sự thiền định. Chúng ta nên phát triển lòng từ bi và tránh giận dữ.

Chính nguyên nhân của sự đại hỉ lạc đã khiến cho mọi người làm việc cực nhọc, đặc biệt là để tạo nên Trung tâm Pháp này. Đây không phải vì nó là trung tâm Pháp của tôi. Chính là bởi giáo lý của Đức Phật hết sức quý báu và sâu xa. Thậm chí nếu có một lời giảng dạy của Ngài lọt vào tai của người nào đó thì điều đó thật ích lợi; nó cũng tương tự như thể người đó thoáng nhìn thấy một tượng Phật.

Những hoàn cảnh này là nền tảng cho việc thực hành Pháp. Chúng để lại một dấu vết và mối liên hệ với cá nhân. Việc bố thí Pháp cho mọi người có rất nhiều công đức.

Việc tích tập công đức không nhất thiết có nghĩa là bạn phải cúng dường một ngọn đèn bơ hay tặng một món quà hào phóng cho người nghèo. Công đức tuyệt hảo nhất là tặng cho bản thân bạn và những người khác cơ hội lắng nghe và thực hành Pháp.

Bất hạnh thay, rất ít người bố thí tặng phẩm Giáo Pháp này; tặng phẩm này là suối nguồn duy nhất của sự Giác ngộ, nó nhổ bật gốc rễ mọi sự trong sinh tử.

Tôi không loại trừ rằng những người lập nên một trung tâm Pháp là những Bồ Tát thập địa viên mãn. Tôi loại trừ mười hay hai mươi người cùng tụ hội. Có thể có một vài điều không toàn hảo và thiếu hòa hợp .

Tuy nhiên, không ai được chán nản. Chúng ta tới đây là để trở nên toàn thiện, vì thế đừng hy vọng là đã toàn thiện rồi. Cũng đừng dính mắc vào những cảm xúc giận dữ, ganh tị và những thứ còn lại của con người; đừng bối rối nếu những người khác chỉ trích hay nói không tốt về điều gì đó.

Nó giống như một cô gái đẹp đi xuống phố với một người bạn trai xấu xí, những người đàn ông khác ganh tị rằng một người đẹp như cô ta lại đi với một người xấu xí như thế. Đây là cách tâm thức con người xét đoán người khác, nhưng chúng ta không nên rơi vào khuôn mẫu đó.

Ta phải làm những gì cần thiết và tạo khoảng trống để mọi người có thể học tập về Pháp. Ngay cả những phi-nhân, những tinh linh, rồng, v.v.. cũng nhận được lợi lạc từ điều này. Vì thế, hãy hoan hỉ! Chúng ta có thể dùng một ít nhân sâm./.

Pháp thoại được giảng tại Kuantan, Malaysia năm 2000.

Nguyên tác: “The Buddha’s Life and Our Dharma Practice”
by His Eminence Dzongsar Khyentse Rinpoche
<http://www.simhas.org/teaching35.html>

Ghi chú về tác giả:

H.E. Dzongsar Jamyang Khyentse Rinpoche sinh năm 1961. Năm lên bảy tuổi ngài được công nhận là Hóa Thân của Jamyang Khyentse Wangpo (1820-1892), một nhà cải cách tôn giáo và một vị thánh vĩ đại đóng vai trò then chốt trong việc đem lại nguồn sinh lực mới và trong việc bảo tồn Phật Giáo ở Tây Tạng vào thế kỷ 19.

Bản dịch Việt ngữ của Liên Hoa