

ĐỪNG BỎ PHÍ CƠ HỘI NÀY

Khenpo Chodrak

Việc có được cái mà ta gọi là một “thân người quý báu” có nghĩa là ta đã được sinh làm một con người và được cung cấp những tự do và thuận lợi nào đó. Không những ta phải có những tiền đề thuộc về vật lý (thân thể) cần thiết cho việc thực hành Pháp, ta cũng phải có một tâm thức bao gồm ba loại niềm tin.

“Những tự do” trong mạch văn này có nghĩa là ta hoàn toàn không bị bận tâm bởi những vấn đề khác. Ví dụ nếu bị sinh ra trong những cõi giới có quá nhiều nỗi khổ, ta sẽ hoàn toàn bị những tình huống đó chi phối đến nỗi không có chút cơ hội nào để thực hành Pháp hay dành hết thì giờ cho những việc tích cực khác.

Đức Phật đã giảng về tám cảnh giới khác nhau không có tự do để thực hành Pháp. Ngài giảng dạy trong một cách thể tương ứng với cách con người thời đại đó suy tưởng (thời đại Đức Phật còn tại thế). Tuy nhiên ngày nay chúng ta nên hiểu rằng những cõi giới đó không được coi như những nơi chốn đặc biệt, mà đúng hơn chúng là những loại kinh nghiệm mà chúng sinh có được như kết quả của nghiệp chín mùi của riêng họ.

TÁM TỰ DO

Ba cái đầu tiên trong tám tâm thái mà Đức Phật đã giảng dạy là ba cõi thấp: cõi hoang tưởng, cõi ma quỷ, và cõi súc sinh.

Khi kinh nghiệm những cõi hiện hữu này, ta sẽ đau khổ dữ dội đến nỗi không thể làm bất kỳ điều gì khác, hoặc ta hoàn toàn không đủ sáng suốt để làm việc với Pháp ở lãnh vực nào đó.

Trong một vài Kinh điển, Đức Phật đã mô tả những tâm thái này theo cách thể cho thấy chúng có thể là những thế giới tương tự thế giới của chúng ta. Những lời dạy này tương ứng với ý niệm mà người ta có về thế giới chúng ta vào lúc nào đó và được đặc biệt ban cho các hành giả Shravaka – những tín đồ của Thanh Văn thừa.

Tuy nhiên, nếu suy nghĩ về những trạng thái hoang tưởng này, ta sẽ nhận ra rằng có lẽ chúng không thể có nghĩa là một nơi chốn thực sự, bởi trong Kinh nói rằng kim loại nóng chảy khắp nơi. Nếu chúng ta hỏi rằng ai nấu chảy kim

loại và nhiên liệu nào được dùng để đốt lửa thì ta thấy rằng chúng không thể hiện hữu theo nghĩa đen như cách chúng được miêu tả v.v.. Đúng hơn, đó là bởi mỗi cá nhân chúng sinh có duyên nghiệp với loại hiện hữu đó nên kinh nghiệm nó như hoàn toàn có thật. Bởi vô minh và lầm lạc, tâm thức của những chúng sinh đó đã khiến họ kinh nghiệm chính mình giữa một địa ngục.

Tuy nhiên, cho dù nó không là một thế giới “có thật” theo ý nghĩa đó, chừng nào ta còn nghiệp phải chịu đựng trạng thái này thì nỗi khổ được kinh nghiệm sẽ không ngừng dứt. Hoàn toàn bị ảo tưởng áp chế, ta không có khả năng để thử chuyển hóa nó. Ta thực sự cho rằng ta đang ở trong cảnh giới địa ngục và do đó phải chịu đau khổ. Do bởi nỗi khổ khốc liệt này mà ta không thể suy niệm ý nghĩa của Giáo Pháp và không ngó ngàng gì tới việc thực hành Pháp. Cho dù ta có muốn làm những điều ấy cũng không được. Trái lại, có những tâm thái mà kinh nghiệm về hạnh phúc và niềm vui thì hết sức mãnh liệt khiến ta không nghĩ tới việc thực hành. Đó là cõi Trời. Những vị Trời có những cấp độ khác nhau trong dục giới, sắc giới và vô sắc giới. Trong dục giới có sáu loại hiện hữu khác nhau, một trong sáu loại đó được gọi là cõi Trời. Một tái sinh trong cõi giới này là kết quả của việc tích tập một số lượng khổng lồ thiện nghiệp. Bởi thiện nghiệp này ta kinh nghiệm hạnh phúc và niềm vui bao la và ta hoàn toàn xao lãng trong đó. Ta muốn được hưởng lạc thú trong tất cả những trạng thái này và không phải trải qua chút phiền não nào. Không phải chịu đựng bất kỳ loại đau khổ nào, ta không quan tâm tới việc nỗ lực thoát khỏi trạng thái này. Đang sống trong niềm vui thú đó, ta cho rằng như thế là đủ và không có động lực để thực hành Pháp.

Sắc giới và vô sắc giới là kết quả của thiền định. Nếu ta bị dính mắc vào cảm giác lạc thú trong khi thực hành thiền định tĩnh, ta có thể kết thúc khoá thiền khi tâm thức hoàn toàn bị hỉ lạc của những trạng thái này chiếm lĩnh. An trụ trong trạng thái thiền định sâu xa này, ta không cảm thấy bị ngoại vật cuốn hút, mà hoàn toàn phóng tâm trong niềm vui nội tâm. Không kinh nghiệm bất kỳ cảm xúc đau buồn nào, tâm thức trở nên hết sức an bình và không có động lực để chuyển hóa.

Tuy nhiên, ngay cả trong cõi người cũng có những tình trạng không có cơ hội để thực hành Pháp. Chẳng hạn như khi bị sinh ra ở một nơi con người không có ý niệm nào về những hành động tích cực và tiêu cực, ta không thể đi theo một con đường tốt và tránh con đường xấu. Đây là những trường hợp của các xã hội

sơ khai nơi những loại người man dã sinh sống, họ có thể là những con người nhưng không luôn luôn cư xử theo cách thông thường.

Những người khác có thể được sinh ra làm người, nhưng họ hoàn toàn bị vướng mắc trong những tà kiến (những gì đối nghịch với Pháp) khiến họ cũng không thể thực hành. Ví dụ như có những người tin rằng phải thực hiện việc hiến tế những con vật bởi họ đoán chắc việc giết thú vật có thể đưa tới giải thoát. Tà kiến là một vấn đề rất nghiêm trọng, bởi chúng không chỉ cản trở ta trong việc thực hành Pháp, mà thậm chí có thể dẫn dắt ta thực hành một con đường xấu ác nữa. Vì thế đó là một trở ngại lớn cho sự thực hành bị vướng mắc trong các tà kiến.

Những người khác lại bị sinh ra với sự bất lực (bệnh hoạn) trong tâm thức. Họ không có khả năng thấu hiểu ý nghĩa của Pháp bằng cách lắng nghe Giáo lý. Ngay cả khi họ nhận được lời khuyên về điều gì nên làm và điều gì nên tránh, sự khuyên dạy ấy cũng không có ý nghĩa gì với họ. Họ hoàn toàn không thể hiểu điều đó. Từ ngữ Tây Tạng gọi một người như thế là “*Kunga*.” Mặc dù thuật ngữ cũng được dùng cho người câm điếc, trong mạch văn này nó có ý nghĩa chính yếu là sự bất lực trong tinh thần. Khả năng hiểu biết của những người này rất giới hạn và họ không thể phân biệt được giữa những điều tốt để làm và những điều xấu phải tránh.

Cuối cùng, ta có thể bị sinh ra trong một kỷ nguyên không có chư Phật xuất hiện và sinh ở nơi Phật Pháp hoàn toàn không được biết tới.

Có những thời kỳ khác nhau trong sự tiến hoá của một thế giới mà ta gọi là các “kalpa” (kiếp) hay các thời đại (eon). Giữa các hiển lộ của những Đức Phật lịch sử có những thời kỳ được gọi là “thời đại tăm tối”, khi ấy không có chư Phật xuất hiện. Bị sinh ra trong một thời kỳ như thế có nghĩa là ta không thể nối kết với Pháp và do đó không có may mắn để thực hành. Có “tám tự do” có nghĩa là không bị sinh ra trong một trong tám trạng thái này.

MƯỜI THUẬN LỢI (mười sở hữu)

Tuy nhiên, còn có những điều kiện cần thiết để thực hành Pháp. Đó là mười thuận lợi hay mười sở hữu. Ở đây ta phân biệt hai nhóm, mỗi nhóm gồm năm sở hữu. Nhóm đầu tùy thuộc vào chính nó, nhóm sau tùy thuộc vào những điều khác.

- Điều kiện thứ nhất là ta phải là một con người được trang bị đầy đủ, không khiếm khuyết và hoạt động tốt đẹp như một người nam hoặc người nữ.

- Ta phải có thể gặp được một Đạo sư và tham cầu Giáo lý nơi ngài.
- Sau khi thọ nhận Giáo lý, ta phải có khả năng thực hành Pháp.
- Trong một chừng mực nào đó, ta phải không bị bệnh hoạn trong thân xác hay tinh thần để việc thực hành Pháp không bị cản trở.
- Ta không được phạm một trong năm hành vi cực kỳ xấu ác. Là hậu quả của những việc: gây thương tích cho một vị Phật, giết hại một A La Hán, giết cha hay mẹ hoặc gây chia rẽ trong Tăng đoàn – kẻ mắc phạm sẽ rất khó đạt được bất kỳ cấp độ chứng ngộ nào trong đời này. Những hành vi này hoàn toàn xấu ác.

Bên cạnh năm điều kiện liên quan với chính nó này, còn có năm điều kiện khác liên quan tới những sự việc khác :

- Một vị Phật lịch sử phải hiển lộ trong thế giới này.
- Vị Phật này phải thuyết giảng.
- Giáo lý phải còn ảnh hưởng trong thời đại này.
- Phải còn những vị Thầy trao truyền những Giáo lý này.
- Các vị Thầy phải có khả năng thuyết giảng Pháp một cách thích đáng – nói cách khác là giảng dạy với lòng bi mẫn.

Được sinh ra làm một người được cung cấp mười sở hữu này là giả định tốt đẹp nhất để thực hành Pháp.

TÁI SINH LÀM NGƯỜI QUÝ BÁU

Bởi loại tái sinh này là thuận lợi tốt đẹp nhất để thực hành Pháp nên nó được gọi là “tái sinh làm người quý báu.” Thuật ngữ “*rinpoche*” trong tiếng Tây Tạng có nghĩa là “quý báu” hay “viên ngọc quý.” Ở đây nó được dùng để mô tả thân người, bởi thật ra nó rất quý báu và cực kỳ khó được. Một khi đã có được thân người và sở hữu rất nhiều phẩm tính thì đó là một giá trị không thể nghĩ bàn.

Đây là lý do tại sao loại tái sinh này được gọi là “tái sinh quý báu” – có được một thân người mà ta có thể sử dụng trong cách thế đúng đắn để đạt được giải thoát. Thân người rất khó được là bởi tiền đề chính yếu của điều này là hành vi đúng đắn. Để được sinh ra làm một con người, ta phải tránh làm mười hành vi xấu trong những đời quá khứ. Tuy nhiên nếu nhìn quanh ta, ta sẽ nhận ra rằng trên thực tế không có bao nhiêu người từ bỏ được những hành vi xấu ác. So sánh với một thân người bình thường thì một thân người “quý báu” còn khó đạt được hơn nữa. Có cơ hội để thực hành Pháp trong đời này không phải là kết quả

của hành vi hoàn toàn tốt đẹp, mà nó đến từ việc phát nguyện mạnh mẽ và có chủ ý được tái sinh theo cách đó, điều này khiến ta có thể phát triển và thực hành.

Cứ xem số lượng người so với số thú vật thì ta rất dễ thấy. Ví dụ như ta có thể và không khó khăn lắm khi tính đếm dân số của một quốc gia. Trái lại, nếu ta muốn đếm số lượng khổng lồ các thú vật thì đó là điều không thể được bởi chúng nhiều vô kể. Điều này cho ta một ý niệm về số người ít ỏi thế nào so với số lượng thú vật.

Hơn nữa, khi thấy rằng chỉ ít người gặp được mười tám điều kiện – tám tự do và mười thuận lợi để thực hành Pháp, ta sẽ nhận ra là cơ hội này thật hy hữu ra sao. Lấy một thành phố lớn có năm triệu dân làm ví dụ, nếu chỉ có một ngàn hoặc mười ngàn người trong số đó thực hành Pháp thì đã là nhiều rồi. Tuy nhiên đây hầu như là trường hợp còn lâu mới xảy ra. Chỉ riêng điều này cho ta thấy thân người quý báu thì hiếm hoi thế nào. Hãy nhìn dân số khổng lồ của thế giới và xem thử số người đã chấm dứt không mắc phạm mười hành vi tiêu cực, không chỉ trong số Phật tử mà còn trong các hành giả của mọi tôn giáo và những người không theo bất cứ tôn giáo nào, ta sẽ thấy số đó ít ỏi nếu so với tổng số người sống trong thế giới. Rồi ta xem thử có bao nhiêu người biết cách phát nguyện vì lợi ích của người khác, thì số người đó cũng không nhiều.

Nhờ truy xét những yếu tố này, ta sẽ trở nên tỉnh giác trong việc ta có thuận lợi và may mắn ra sao khi được làm người trong một hoàn cảnh có thể thực hành Pháp. Nhờ đó ta có thể thấy được rằng sự may mắn này thì cực kỳ hi hữu biết bao. Điều này khuyến khích ta định hướng đời mình vào một con đường đúng đắn, quyết định không bỏ phí cơ hội này bởi như đã đề cập ở trên, đời người này vô cùng khó được.

Ta phải nhận thức rằng sự sống hiện tại của ta thì thực sự ưu việt ra sao và hãy nỗ lực sử dụng nó để đạt được giác ngộ trong đời này. Nếu ta tu tập tốt đẹp, thì mặc dù không hẳn là siêu xuất nhất, ta có thể trở thành các vị Bồ Tát trong đời này. Nếu ta tu tập không tốt lắm, ta có thể trở thành các Pratyekabuddha.¹ Nếu không thể làm như thế, ta vẫn có thể thực hành con đường tích tập và nối kết.² Ít nhất ta nên cố gắng không phí phạm cuộc đời này, mà thay vào đó sử dụng nó trong cách thế tốt đẹp nhất có thể được. Với quyết định này trong tâm, chắc chắn ta có thể tránh không bị thối chuyển, có thể giữ vững mức độ của ta, và thậm chí còn phát triển xa rộng hơn nữa. Điều đó cho thấy hoàn cảnh của ta ưu việt như thế nào. Ta nên thực sự cảm kích về điều đó.

Ngài Shantideva đã giảng dạy điều này bằng cách dùng ví dụ về một vị Thầy và người hầu cận. Nếu vị Thầy trả công hậu hĩnh và đối xử tốt với người hầu, anh ta sẽ vui vẻ và làm việc tốt. Điều này cũng làm ích lợi cho vị Thầy. Trái lại, nếu vị Thầy xử tệ với người hầu, thì tự nhiên là anh ta sẽ làm việc kém cỏi, và vị Thầy sẽ không được hưởng lợi lạc.

Tương tự như thế, ta nên đối xử tốt đẹp với chính mình. Như vậy, về sau ta sẽ thấy mình trong điều kiện vật lý tốt đẹp và có thể phát triển tâm thức một cách tích cực.

Ta không nên bỏ phí chút thời gian nào. Thay vào đó, giờ đây ta nên thực hành Pháp và dừng trì hoãn điều đó, bởi ta có thể chết vào một lúc nào đó và mất đi cơ hội này. Từ giây phút sinh ra, ta tiến gần tới cái chết một cách vững chắc và không thể quả quyết khi nào ta chết. Mọi điều kiện đều có thể gây nên cái chết và ta không biết bao giờ nó xảy ra. Một cách chắc chắn, cái chết tới gần trong từng giây phút. Chính bởi yếu tố này mà khoảnh khắc hiện tại thì hết sức quan trọng và ta nên sử dụng tốt nhất thời gian của ta ngay tại đây và ngay bây giờ.

BA LOẠI NIỀM TIN KHÁC NHAU

Để có thể thực hành, ta cần mười tám điều kiện đem lại thân người quý báu và phải phát triển niềm tin đúng đắn. Loại niềm tin này – đôi khi được gọi là đức tin hoặc lòng sùng mộ, tiếng Tây Tạng là “*dapa*” lại được phân loại thành ba loại niềm tin:

- niềm tin của sự xác tín,
- niềm tin của sự ước muốn hay khát khao, và
- niềm tin của sự mở trống hay đức tin chân thật.

Căn bản của bất kỳ niềm tin nào là sự xác tín. Loại niềm tin đầu tiên là loại quan trọng nhất, bởi nó được phát triển qua biện luận trong sáng rõ ràng. Ta không nên đi theo bất kỳ điều gì với đức tin mù quáng, mà ta phải tìm ra được một lý lẽ có tính thuyết phục. Ví dụ như có những người tin rằng tham dự vào một cuộc thánh chiến và giết hại người khác sẽ chắc chắn được tái sinh trên thiên đàng. Nếu tin tưởng mù quáng vào điều này mà không có bất kỳ lý lẽ thuyết phục nào thì hàng triệu người có thể bị mê muội, lạc lối.

Đức Phật luôn khuyên rằng đừng tuân theo một vị Thầy chỉ vì sự thu hút của ông ta mà trước tiên phải khảo sát lại những giáo lý của vị Thầy. Bằng cách xem xét kỹ lưỡng giáo lý, ta sẽ khám phá chúng có thật đúng không, và nếu đúng

như thế thì ta có thể tuân thủ giáo lý. Ví dụ như nếu ta mua vàng, ta cũng sẽ kiểm tra xem nó có phải là vàng thật không. Giáo Pháp có đặc điểm là càng phân tích nó thì ta càng xác quyết là nó đúng đắn. Tuy nhiên, Đức Phật cũng nhấn mạnh tầm quan trọng của việc mỗi người phải tự mình khám phá Giáo Pháp.

Khi ta được giáo lý thuyết phục thì loại niềm tin thứ hai tự động theo sau: ta ước muốn chính mình đạt được giác ngộ. Ta sẽ nhận ra rằng đó là điều đúng đắn và muốn thành tựu nó.

Loại niềm tin thứ ba đòi hỏi sự tinh thông cái thấy thanh tịnh và thấu suốt các phẩm tính của sự giác ngộ. Nếu tất cả những điều kiện này cùng hội tụ: mười tám điều kiện cần thiết cho loại tái sinh đúng đắn, các điều kiện tinh thần cũng như ba loại niềm tin, thì đây là một tình trạng hoàn hảo để việc thực hành Giáo Pháp thực sự có kết quả. Nhờ đó, ta có thể phát triển động cơ đúng đắn, có nghĩa là sử dụng Pháp để làm lợi lạc chúng sinh, và không gặp những trở ngại trên con đường./

¹ *Prathyekabuddha*: “Phật Độc Giác,” bậc tu hành không cầu thỉnh một vị Thầy và nguyện ước đạt giác ngộ mà không cần Thầy.

² *Năm con đường* : con đường tích tập, con đường nối kết, con đường của cái thấy, con đường tu tập, con đường vô học - một mô tả về sự phát triển tâm linh tiệm thứ cho tới khi giác ngộ.

Nguyên tác: “*We Should Not Waste this Opportunity*”

BUDDHISM TODAY, Vol.3, 1997

by **Khenpo Chodrak Rinpoche**

<http://www.abuddhistlibrary.com/Buddhism/A%20-%20Tibetan%20Buddhism/Authors/Kenpo%20Chodrak/We%20Should%20Not%20Waste%20This%20Opportunity/Khenpo%20Chodrak%20Rinpoche%20talks%20about%20the%20Precious%20Human%20Body.htm>

Bản dịch Việt ngữ, hiệu đính 5/2007 của Thanh Liên