

CHƯƠNG 10

KIỆN GIẢI VỀ NGHIỆP LÝ

QUY LUẬT TÁC ĐỘNG VÀ PHẢN ỨNG

Quy luật nghiệp lý là một trong những quy luật quan trọng nhất chi phối và điều động đời sống của chúng ta. Hiểu được nghiệp lý, sống trong trí tuệ về nghiệp lý, thực hiện những gì thật sự cần thiết mà ta đã học được từ quy luật này, mỗi người sẽ cảm nhận được một nếp sống trọn vẹn và bình yên. Một khi đời sống thường nhật thiếu đi sự giao hòa và bị tự cô lập, một nếp sống vô minh về bản chất các pháp thì điều tất nhiên sinh quan của chúng ta sẽ chỉ là những khổ lụy và ngộ nhận. Quy luật nghiệp báo là một trong những định thức thiên nhiên cơ bản mà thông qua nó, nêu với một sự vận dụng sáng suốt, ta sẽ sáng tạo ra được biết bao thế giới sống bao la, lồng lộng. Cứ kể chúng ta là những nhà nghệ sỹ nhưng thay vì phải dùng đến những phương tiện nghệ nghiệp như họa cụ, nhạc cụ..., ở đây chúng ta lại tận dụng từng cảm nghiệm tâm sinh lý của mình như là những nguyên vật liệu hay dụng cụ để thực hiện tác phẩm sáng tạo, phô diễn thế giới nội tại vốn vô cùng phức tạp mà cũng thú vị của mình. Hãy nhớ rằng chỉ từ kiến giải này cùng những sáng tạo năng động cộng với khả năng tranh thủ thời gian, chúng ta mới có thể thành tựu viên mãn công phu tu hành của mình.

Thuật ngữ "Nghiệp" trong cả hai thứ tiếng Pàli và Sanskrit (Kamma hay Karma) ở trường hợp này đều có nghĩa là "hành động, việc làm". Quy luật nghiệp báo chỉ đơn giản là định lý tác động và phản ứng: Một hành động có chủ ý sẽ cho ra một hậu quả nhất định nào đó. Tùy thuộc vào động lực tâm lý lúc tạo nghiệp, hậu quả của các hành động cũng theo đó mà được quy định: Hành động bằng ác tâm sẽ cho ra quả xấu, hành động bằng thiện tâm sẽ dẫn đến quả tốt. Chính quy luật sinh hóa của thế giới vật chất cũng đã minh họa cho ta về quy luật đó: Cây táo chỉ trở ra trái táo, chứ không thể sinh ra trái xoài hoặc bất cứ trái nào khác. Nghiệp lý cũng là một thứ quy luật tự nhiên nhưng lại thuộc lĩnh vực tâm lý.

Khi nói đến vấn đề Nghiệp lý, Đức Phật luôn đặt biệt nhắm đến ý hướng hành động, tức động lực tâm lý thúc đẩy ta hành động. Ngài dạy rằng Nghiệp chính là sự cố ý, tác ý, khuynh hướng mang tính thúc đẩy ta hành động từ nội tại, bởi chính nó là nguồn động lực quy định hậu quả của hành động. Một điều hết sức hiển nhiên mà chúng ta cần phải biết đó chính là vấn đề mỗi đơn vị ý thức mang tính đầu tư dù thiện hay ác đều là một năng lực đủ sức tạo ra một hậu quả tương ứng. Khi chúng ta hiểu được cơ sở căn bản của nghiệp nằm ở sự đầu tư, cố ý, thì chúng ta cũng có thể đồng thời hiểu được rằng mình phải cẩn trọng ra sao trong mỗi ý hướng trước khi bắt tay một việc nào đó, chỉ cần một thái độ sống thiếu tỉnh thức, một khuynh hướng nội tâm bất chánh thì coi như chúng ta đã tự gieo mầm cho vô vàn đau khổ mà mình sẽ phải lãnh chịu trong tương lai.

Vấn đề nghiệp lý có thể được nhận hiểu ở hai cấp độ thông qua sự thấu thị rộng rãi về những hình thức tồn tại, hiện hữu của chúng vẫn luôn dần trải suốt đời sống của mỗi người. Ở cách hiểu thứ nhất, nghiệp lý đề cập đến cảm nghiệm về quy luật tác động và phản ứng mang tính thời gian và thời gian ở đây là bất định. Nói vậy có nghĩa rằng nghiệp lý trong trường hợp này chính là luật báo ứng theo lối định nghĩa phổ cập: Nhân nào Quả nấy, và thời gian tương ứng giữa nhân và quả rất phức tạp và trừu tượng. Với cách hiểu thứ hai, nghiệp lý được nhận diện qua từng phút giây cũng vẫn quy luật tác động và phản ứng: Sau một tâm thái mát mẻ của tình thương, chúng ta sẽ lập tức cảm nghiệm được một niềm tịnh lạc mang tính thừa tiếp. Cứ thế, ngay sau những bức xúc phiền não, hậu quả tâm lý tất nhiên mà chúng ta sẽ phải cảm nhận dĩ nhiên là những bất ổn, bất an trong tâm hồn. Chính sự tỉnh thức trực tiếp của chúng ta về mỗi vận động

của nghiệp lý trong từng phút giây như vậy sẽ là một nguồn động lực tích cực cho công phu phát triển và nuôi lớn sự an lành cho chính mình trong từng phút giây. Đây lại cũng chính là một sự tồn tại tự nhiên của nghiệp lý.

Lý tưởng và nhân cách sống của chúng ta luôn được quy định qua nghiệp lý, nói rõ hơn, chính là hình thái và tính chất cũng như qui mô của nó. Bằng cái nhìn của trí tuệ thiên chân chính, ta sẽ thấy rõ rằng không có một chủ thể, thực thể nào là trường cửu, bất biến để khả dĩ có vị trí cho một cái tôi nào đó tồn tại: Mỗi chúng ta chỉ là một tổng hợp, một hình thái của những chuỗi dài tâm vật lý luôn đổi thay, vô thường. Mỗi người chúng ta đều có một hướng đời riêng, trong từng phút giây ý thức, bất luận là có chủ ý hay vô tình, ta đều luôn tự trường dưỡng ở chính mình những hình thái ý thức sai biệt. Đó cũng chính là một trong những biểu hiện cụ thể của nguyên lý vô ngã như vừa nói trên. Cứ mỗi một tình trạng ý thức hiển hiện trong từng phút giây, bất kể thiện ác, ngoài ra cái hiệu quả di hậu tất yếu, nó còn để lại một sức mạnh tiềm tàng để sẵn sàng lớn mạnh hơn nữa trong những lần tái hiện sau này. Bởi lúc đó chúng không còn đơn giản là một hình thái tâm lý đột xuất nữa, mà đã trở thành ra một ý thức mang tính huân tập, tập quán, một kiểu quán tính hùng hậu. Nói một cách khác đi, chúng ta chỉ là một bộ sưu tập tổng hợp của rất nhiều nhân cách, những khuynh hướng ý thức mà mình đã đầu tư và trường dưỡng, đặc biệt là những hình thái ý thức đã tự có một sức mạnh phát triển.

Chúng ta thường có khuynh hướng chẳng quan tâm gì đến những cấu tố tâm lý trong các cảm nghiệm, tư tưởng của mình, mà thay vào đó chỉ là những vận động ý thức mang tính cách vô tội vạ, chẳng màng gì đến hậu quả như người ta vô tư thả một viên đá xuống nước mà chẳng kể gì đến những xao động. Trong khi đó ta hãy nhớ rằng mỗi phút giây tư tưởng đi qua trong đầu chúng ta còn là những điều kiện và động lực tác tạo ra biết bao nhiêu vấn đề bong bong khác. Bất cứ đối tượng ý thức nào khởi lên trong nội tâm chúng ta, cộng với tính cách và bản chất của nó đều luôn là một đối tượng sở tri để chúng ta tri nhận và chính thái độ tri nhận về chúng luôn là những điều kiện, nhân tố quy định cảnh giới tái sanh thực ra là những biểu hiện cụ thể cho từng trình độ tâm linh của mỗi chúng sanh. Chúng có ý nghĩa nhắc nhở ta về những bản chất sai biệt của đời sống nội tâm mà mình vẫn cảm nghiệm trong từng giây phút đồng thời cũng giúp ta lưu tâm đến dòng luân hồi sanh tử mà mình sẽ phải lăn trôi qua các sanh thú (tức chỗ tái sanh) theo quy luật nghiệp lý.

Đối với nền văn hóa phương Tây, vấn đề tái sanh và các cảnh giới luôn hồi vẫn thường được xem là đáng nghi, khó tin nếu không muốn nói đó là những vấn đề đầu đầu không cần thiết. Mặc dầu thái độ hoài nghi đó cũng có thể là điều cần thiết cho sự nhận thức, kiểm tra trong cuộc tu của mình, bởi những khái niệm về nghiệp lý và tái sanh vốn là một phần giáo lý quan trọng của Đức Phật, mà để hiểu biết về chúng, thì vấn đề đòi hỏi ở chúng ta một sự tự chứng, thể nghiệm bằng chính khả năng của mình. Chúng ta có thể chưa đạt đến trình độ chứng đạt thiên định hoặc những khả năng thần thông, nhưng nếu với một thái độ trí tuệ thể nghiệm đúng đắn thì vẫn có thể tự mở ra cho mình những khả năng nhận thức và hiểu biết chính chắn, nói theo ngôn ngữ của nhà thơ Coleridge thì lúc này chúng ta coi như đã có được một chiếc móc treo cho lòng bất tín. Với khả năng ý thức đó, chúng ta coi như đã thoát khỏi cạm bẫy của một niềm tin mù quáng cùng với một ý hệ vô tín ngưỡng, cuồng dại. Bằng vào con đường này, chúng ta có thể nhận rõ được những gì mà mình vẫn chưa hiểu được ở bản thân, cũng như những trình độ tri kiến nào mình chưa có được.

Theo Phật giáo Nguyên thủy thì cảnh giới tái sanh, tức không gian hiện hữu của muôn loài được chia thành sáu tầng: Bốn tầng địa xứ, tầng nhân giới và các tầng thiên giới. Các cõi địa xứ được tồn tại, hiện hữu bởi sự tác động và chiêu cảm từ các phiền não của chúng sanh. Các ác tâm này chính là những phản ứng tâm lý xấu xa của chúng ta trong đời sống. Ngoài hậu quả nhân tiền là một đời sống nội tâm đau khổ ngay trong hiện tại, chúng còn là con đường đưa đẩy ta vào các cõi địa xứ trong vô số kiếp tái sanh tương lai.

Tầng nhân giới hay cõi người được xem là lạc cảnh thấp nhất trong các cõi tái sinh thiện thú. Ở đây là một môi trường lý tưởng để tu tập bởi vì như ta vẫn biết, thế giới này có điểm đặc biệt là cả đau khổ lẫn hạnh phúc cùng đều có mặt. Mà mức độ đau khổ hay hạnh phúc trong thế giới loài người chúng ta dù ở mức độ nào cũng vẫn có thể là những điều kiện tốt cho công phu tu hành: Một ông vua hay gã ăn mày đều có thể tự tìm thấy những yếu tố tâm lý cần thiết cho công phu phát triển đạo hạnh và sự dẫn thân vào con đường giải thoát. Thậm chí ta có thể nói rằng chỉ có những đau khổ và hạnh phúc ở thế giới loài người mới là những nhân tố tối ưu để phát triển trí tuệ và giác ngộ.

Để có thể sanh được là người, ta ít nhất phải có một thái độ sống hào sảng và hòa ái. Bởi chính những giá trị tâm linh này là một sức mạnh thiện nghiệp vừa đủ để tác tạo một tấm thân nhân loại, đồng thời chúng cũng chính là những biểu hiện đặc trưng cho một nhân tính thật sự. Cũng với những giá trị đạo đức trên đây cộng thêm một đời sống đạo hạnh mà thuật ngữ Phật giáo vẫn gọi là "giới đức", nếu được tu dưỡng lớn mạnh hơn thì chúng còn có thể đưa ta tái sanh lên các cõi thiên giới. Thiên giới ở đây là các cõi trời mà đời sống ở đó, đặc biệt về mặt vật chất, có thể nói là toàn hảo: Các thiên nhân luôn chói lòa hào quang và mọi nhu cầu khoái lạc kể cả nhục dục cũng luôn hết sức đầy đủ. Thuật ngữ Phật học gọi các cõi thiên giới này là tầng trời dục giới.

Tầng thiên giới cao nhất chính là cảnh giới của các vị Phạm thiên (hiểu theo nghĩa của từ ngữ Phật giáo). Nét đặc trưng trong đời sống của các vị Phạm thiên là các vị chỉ luôn sống bằng thiên lạc, một thứ hạnh phúc thuần túy tinh thần, nằm ngoài tất cả khoái lạc, dục cảm và các cõi Phạm thiên này chỉ là chỗ tái sanh dành riêng cho những vị đã chứng đạt thiên định.

Chung quy lại, sáu cảnh giới tái sinh hay còn gọi là Lục Đạo sanh tử đều được tạo thành từ nghiệp báo. Mà vấn đề nghiệp báo thì hoàn toàn do chính mỗi chúng sanh tự quyết định lấy cho mình. Không ai có thể sắp xếp hay quy định chỗ tái sinh cũng như khuynh hướng tư tưởng của chúng ta được. Lời dạy quan trọng nhất của Đức Phật cho chúng ta là mỗi người phải luôn nỗ lực hết mình để phát triển thiện pháp bản thân ngay trong từng ngày của đời sống thường nhật. Định nghĩa đơn giản nhất của quy luật nghiệp lý là "nhân nào quả nấy". Khi chúng ta hiểu được rằng đời sống của chính mình là một dòng chảy của nghiệp quả, chính mình phải là người nhận lãnh tất cả những gì mà bản thân đã gây tạo thì chắc chắn chúng ta sẽ có một sinh phong xứng đáng, những chọn lựa lý tưởng cho từng hành động hoặc kể cả sự nghiệp bình sinh của mình.

Một vấn đề khác cần nhắc đến ở đây là có đôi lúc vì không kham nổi tính khắc nghiệt của nghiệp lý bằng chút ít hiểu biết không đến nơi đến chốn của mình, người ta đã tự tạo ở nội tâm một sự cắn rứt quá mức cần thiết đối với những tội lỗi quá khứ của bản thân. Ta có thể gọi tình trạng tâm lý giằng xé đó là mặc cảm tội lỗi. Nỗi mặc cảm này là cảm giác tự ti, tự chán ghét chính mình, một sự thiếu hiểu biết về những vận động vô thường của các giá trị tâm lý. Mặc cảm tội lỗi cũng là một hình thức ngã chấp nhưng mang tính bi quan đáng thương là "Tôi không thể tha thứ cho chính mình". Sự hiểu biết chính chắn về nghiệp lý sẽ giúp ta một cái nhìn bình tĩnh và thông minh về các sở hành thiện ác của bản thân. Trong suốt dòng luân hồi đặng đặng qua khắp các cảnh giới tái sinh, mỗi người chúng ta đã gây tạo biết bao là các tội lỗi và thiện nghiệp. Nếu nhìn về quy luật Nghiệp báo bằng những mặc cảm tội lỗi, những lo âu và hoảng sợ không cần thiết, thì đó chính là thái độ thiếu sáng suốt và nông nổi, vô ích. Thậm chí nó còn là một nhân tố bất thiện nữa là khác. Sự thấu đáo về nghiệp lý một cách sáng suốt, chính chắn là con đường tối ưu để ta tự phát triển trí tuệ về tất cả hạnh nghiệp thiện ác: Những con đường dẫn đến an lành và tự do hoặc đau khổ và đọa đày. Chính thái độ hiểu biết về nghiệp lý như vậy, chúng ta mới có được một phản ứng tâm lý tích cực và an lòng khi nghĩ về quá khứ, đồng thời cũng tự chọn cho mình những hướng tốt đẹp trong hiện tại. Mặc cảm tội lỗi là một hình thức tâm lý tự trừng phạt mình, còn trí tuệ về nghiệp lý là một biểu hiện cho đời sống thuần cảm vô tư, bình tĩnh và bao dung.

Trong giáo lý của mình, Đức Phật vẫn thường xuyên nói đến cái giá trị hy hữu của một kiếp tái sinh làm người. Ngài đã từng dùng đến ví dụ về một con rùa mù nằm dưới đáy biển sâu, cứ mỗi trăm năm nổi lên mặt nước một lần và quả là một điều hạn hữu nếu như trong một lần nào đó, khi trôi đầu lên khỏi mặt biển nó lại tình cờ đưa lọt chiếc đầu bé nhỏ của mình vào cái lỗ thủng của một tấm ván vẫn trôi dạt bất định trên mặt đại dương. Đức Phật dạy rằng cơ hội có được tấm thân nhân loại còn khó khăn hơn thế rất nhiều. Cả hai trường hợp hy hữu trên tuy vẫn có thể xảy ra nhưng chắc chắn phải cần đến thời gian rất dài. Từ một sinh thú thấp kém được chuyển sinh vào một sinh thú khác cao hơn quả là một điều thiên nan vạn nan.

Có hiểu được tất cả sinh thú tái sinh đều được quy định bởi hạnh nghiệp của mỗi cá nhân, chúng ta mới hiểu được lý do tại sao Đức Phật lại thường xuyên nhấn mạnh đến sự hy hữu của một thân người. Bởi vì ở các cõi đọa xứ, trong hình thức các sinh chủng hạ cấp, các loài chúng sanh luôn luôn bị sống trong những cơn đau khổ triền miên nên rất khó có được cơ hội phát triển thiện pháp. Ở đó, đời sống nội tâm của các loài đọa lạc thường xuyên bị chi phối bởi vô vàn phiền não và cứ mỗi ác tâm lại luôn là nhân tố cho một ác tâm khác. Sự suy xét về nghiệp lý sẽ mang lại cho ta một trí tuệ vừa đủ để thấy rõ tầm quan trọng của một đời sống, đồng thời giúp ta tự biết tranh thủ thời gian để tu học. Chỉ trong một ngày thôi, xuyên qua vô số dòng tư tưởng, chúng ta đã tạo ra biết bao là những hạnh nghiệp thiện ác. Với một sự cẩn trọng và tinh thức trong mỗi mỗi ý hướng sinh hoạt, chúng ta có thể chọn lấy cho đời mình những hoạt động thích đáng.

Lần đó, có người đến hỏi Đức Phật rằng tại sao tuy cùng sống chung trong một thế giới mà mỗi người lại có những hoàn cảnh, điều kiện sống cũng những nhân cách sai biệt nhau. Đức Phật đã trả lời rằng mỗi mẫu đời dù tốt hay xấu đều do các tiền nghiệp của từng cá nhân quy định lấy. Ở đây, chúng ta có thể tóm lược những câu trả lời cận kề của Đức Phật bằng cách rút gọn lại trong đôi nét căn bản mà cũng tương ứng và hợp lý theo quy luật nghiệp báo rằng bản tính hiếu sát, hung tợn luôn dẫn đến hậu quả yêu thọ và bệnh hoạn, lòng từ bi luôn đưa đến những kiếp sống an lành, lòng hào sảng luôn đưa tới một đời sống vật chất đầy đủ, một tâm hồn hiếu học và cầu tiến, đặc biệt là thói quen vận dụng trí tuệ sẽ đưa đến khả năng minh mẫn trong các kiếp tái sinh...

Đức Phật với trình độ trí tuệ của mình có thể nhớ lại một cách như ý vô số tiền kiếp của tất cả chúng sanh cùng với sự hiểu biết tinh tường về những hạnh nghiệp nào đã quy định sinh thú và tình trạng của mọi loài. Lòng từ bi của Đức Phật, từ đó, được xem là vô lượng. Ngoài tình thương đối với những chúng sanh đang đau khổ, Ngài còn có lòng trắc ẩn đối với ngay cả những chúng sanh đang được hạnh phúc nếu như họ vẫn tiếp tục gây tạo những ác nghiệp. Khi chúng ta không hiểu gì về nghiệp lý, còn mê lầm về thực tướng của các pháp thì coi như chúng ta vẫn mãi tiếp tục gây tạo những đau khổ cho mình và cho người, kể cả trường hợp chúng ta có là một người mang nhiều thiện chí vị tha. Đối với chúng ta hôm nay, nhiều người vẫn có ý hướng phát triển một tâm lực siêu phàm những mong có được những khả năng thấu suốt vấn đề tái sinh để xác định quy luật nghiệp lý. Nhưng thật ra, nếu xét cho cùng thì nỗ lực đó đâu phải là điều cần thiết duy nhất cho việc xác định sự tồn tại của nghiệp lý. Bởi vì định luật nghiệp lý thật ra vẫn hiển hiện rõ ràng trong từng giây phút của đời sống, mà chỉ với một sự quan sát cẩn thận và tinh thức, ta đã có thể lĩnh hội một cách cụ thể.

Đức Phật vẫn thường nêu rõ những quan điểm tri kiến chánh tà của tất cả chúng sanh về vấn đề nghiệp lý: mỗi hành động lớn nhỏ của chúng ta đều luôn để lại một hậu quả, ngay trong hiện tại hoặc tương lai. Hiểu được như vậy được xem là Chánh kiến. Còn Tà kiến là thái độ phủ nhận quy luật tương quan giữa nhân và quả, tức mỗi tương thuộc hữu cơ giữa lực tác động và hậu quả phản ứng. Trong thế giới văn minh hiện đại của chúng ta hôm nay, mọi người hầu hết chỉ hướng đến quan điểm sống hiện sinh: Nhắm mắt lao mình đi tìm mọi hướng giải quyết cấp thời nhằm để thỏa mãn những nhu cầu khát vọng cụ thể của mình và chính nhân sinh quan này vô tình đã khiến người ta có một cái nhìn xa lạ về quy luật có vẻ trừu tượng, vớ vẩn này trong thế giới

sống nông nổi đó. Chỉ cần một lần quay nhìn lại với một nhãn trường rộng rãi, chúng ta sẽ thấy rằng mình thực ra chính là tác giả của mọi sự và toàn bộ đời sống của mình không hề là một quy trình hiện hữu vận động một cách ngẫu nhiên, tình cờ, đột biến. Nhìn rõ tất cả mọi hoạt động của mình là một điều hết sức quan trọng, bởi từ đó ta mới thấu suốt được những ý hướng hoạt động cùng những hậu quả được sản sinh từ chúng.

Chánh niệm hay thái độ tỉnh thức là một phương tiện tối ưu để chúng ta nhận ra dòng vận động của nghiệp lý. Có hai hình thái chánh niệm đặc biệt liên quan đến trí tuệ nghiệp lý: Đó chính là thái độ tỉnh thức để nhận chân thực tại và thái độ sẵn sàng chấp nhận mọi tình trạng của thực tại. Thái độ tỉnh thức để nhận chân thực tại là sự chuyên tâm nhìn ngắm từng động tác bản thân, sự tỉnh thức trọn vẹn đối với tất cả những gì đang xảy ra: Đúng biết là đang đứng, đi biết là đang đi. Từ chánh niệm này chúng ta có thể đi thêm một bước nữa là đủ sức chấp nhận mọi trạng huống tốt xấu của từng thực tại mà mình đang tri nhận, bất luận là tốt hay xấu.

Một người bị xem là thiếu chánh niệm khi hai khả năng trên đây chỉ nằm dưới mức cần thiết. Mà ngoài ra sự thiếu tỉnh thức về những khuynh hướng hoạt động của mình, chúng ta còn thường lãng quên trong mỗi mỗi sinh hoạt để rồi từ đó chúng ta nhầm lẫn tác tạo những điều sai trái mang tính thói quen của mình. Trong khi đó, đối với hầu hết mọi người, các thói quen bất thiện thường nhiều và mạnh hơn những thói quen tốt đẹp. Trí tuệ và nghiệp lý sẽ đem lại cho ta nhiều thú vị trong đời sống hoạt động thường ngày. Chính nó giúp ta có được những cuộc nhìn ngắm chi li, và như vậy cũng có nghĩa là chúng ta đã bắt đầu có được một nội tâm tỉnh thức trước tất cả thực tại. Bất cứ một hành động nào dù nhỏ nhất đến mấy đi nữa, ngoài ra việc để lại một hậu quả trong tương lai, chúng còn di hậu lại một sức mạnh mang tính phục sinh và gia lực cho một ý thức mai sau. Cứ mỗi một giây phút quên mình để cho lòng sân hận hoặc tham dục xuất hiện thì cũng có nghĩa là chúng ta đã vô tình tạo điều kiện cho chúng tiếp tục có mặt trong một ngày mai nào đó.

Điều này rất dễ hiểu: Chỉ cần một thời gian nhất định, với từng giọt nước liên tục nhỏ xuống, bất cứ chiếc bồn chứa nào rồi cũng sẽ đầy tràn. Chúng ta thường có thói quen xem rẻ một giọt nước là ít oi, nhỏ bé nhưng chắc chắn chúng ta cũng hiểu và tin được rằng với nhiều giọt nước ít oi và bé nhỏ đó, một chỗ chứa mênh mông như đại dương cũng phải có lúc đầy tràn. Cứ theo ví dụ đó mà hiểu, tư tưởng của chúng ta luôn được nuôi dưỡng, kéo dài, đọng đầy bằng từng cảm nghiệm ý thức trong từng mỗi mỗi phút giây. Chúng ta chắc chắn sẽ tích lũy được một trữ lượng năng lực nội tâm to tát và hùng hậu nhưng dĩ nhiên không thể chỉ bằng vào một kiếp sống hiện tại này mà còn phải cần đến sự huân tập trong vô số thời gian tương lai nữa.

Ngay giây phút này, chúng ta hãy thử nghĩ đến phút giây hấp hối của mình trên giường chết và những hồi tưởng sau cùng về cả cuộc đời mình trong đó. Cứ thử làm như vậy đi, bạn sẽ thấy mình ngay từ bây giờ phải có một nếp sống ra sao, phải thực hiện những điều gì, những giá trị nhân cách nào mà mình cần phải phát triển, thăng hoa. Đời sống của chúng ta là một quá trình hiện hữu hữu cơ động bao gồm những biến tướng nhất định, luôn tuôn chảy và thay đổi. Mỗi người chúng ta đều phải luôn tự cố trách nhiệm quy định lấy một hướng đời riêng cho mình để hướng tới những giá trị sống sâu sắc nhất. Với một cuộc sống được trang bị càng nhiều những trí tuệ và chánh niệm cũng như một khả năng chiêm ngắm thực tại tinh tường thì chúng ta có thể tận dụng tất cả năng lực của mình một cách hiệu quả và không còn bị vây hãm giữa bốn bức tường lũy đầy bóng tối của tất cả những gì không thật sự cần thiết.

Chúng ta không phải đợi chờ đến giây phút cuối đời để nhìn lại thuở bình sinh của mình, bởi khi đó mọi sự đã quá muộn màng rồi. Chúng ta phải bắt đầu tất cả ngay từ bây giờ, đó là sự nhìn ngắm thấu suốt toàn bộ dòng sông cuộc đời mà tất cả nguồn chảy của nó chính là những vận động của nghiệp lý. Nhờ vậy, chúng ta sẽ tìm thấy cho mình một sức mạnh tâm linh kỳ thú để sống trọn một kiếp đời thật sự lý tưởng mà khả năng bản thân có thể cho phép.

Câu chuyện sau đây về cuộc đời của một vị đại sư Tây Tạng, Milarepa, có thể cho ta một hình ảnh minh họa về khả năng hồi tâm của một con người biết hoán chuyển nỗi ám ảnh về những ác nghiệp quá khứ của mình thành ra một sức mạnh để gột rửa tâm hồn bản thân và đạt đến một trí tuệ giác ngộ. Milarepa vốn sinh ra trong một gia đình giàu có nhưng chẳng may cha của ông lại qua đời quá sớm. Ngay sau ngày tang lễ, chú bác của Milarepa đã ngang nhiên dành hết quyền sở hữu về tất cả tài sản của gia đình ông và chẳng những thế, họ lại còn đối xử tàn nhẫn với mẹ con ông nữa. Hai mẹ con Milarepa đành biệt xứ ra đi với hai bàn tay trắng. Qua thời gian, Milarepa lớn khôn trong tất cả cơ cực và tủi nhục. Nhớ lại mối thù ngày xưa, ông quyết định ra đi tìm học tất cả các môn huyền thuật ghê gớm nhất rồi quay về cố hương làm một cuộc trả thù đẫm máu đối với những người mà ngày xưa đã hành hạ đọa đày, đẩy mẹ con ông đến bước đường cùng. Sau cuộc trả thù thành công đó, có lẽ nhờ vào duyên lành quá khứ, trong một phút bình tâm, Milarepa đã bất chợt giật mình kinh hãi khi hồi tưởng lại những tội ác mà mình đã gây ra, dầu nói theo quan điểm thông thường thì việc trả thù của ông có thể được gọi là một chuyện thích đáng, hợp lý.

Chuyện về ông rất dài, nhưng ở đây chúng ta có thể tóm lược đại khái là sau những cuộc giảng xé nội tâm, Milarepa quyết định lên đường tâm sư học đạo với một tấm lòng tha thiết mong tìm thấy được một hướng đi nào đó để tự cứu chuộc mình. Cuối cùng rồi thì Milarepa đã gặp được một người mà ông cần tìm có đủ sức khả dĩ giúp ông thực hiện một nếp đời mà mình vẫn mong mỏi. Người đó chính là đại sư Marpa, một trong những đại sư được xem là thánh nhân và nổi danh nhất Tây Tạng. Và như ta đã biết, sau đó chính Milarepa cũng đã được xếp vào hàng ngũ những bậc thánh sư Tây Tạng tương đương với người thầy của mình. Điều dĩ nhiên khỏi phải nói thêm ở đây là Milarepa trước khi đạt đến một địa vị như vậy đã phải trải qua thật nhiều ngày tháng khổ công để tu học và tự thăng hoa chính mình bằng những công phu mà nội dung vẫn là từ bi và trí tuệ.

Trong một chuyến viếng thăm Hoa Kỳ, Đức Đạt Lai Lạt Ma đã có một thời thuyết giảng về hai giáo lý căn bản của Phật giáo là vấn đề vô ngã và nghiệp báo. Trong bài thuyết giảng, Ngài nói rằng nếu bị bắt buộc phải chọn một trong hai kiến thức về định luật nghiệp lý và định luật vô ngã thì chúng ta tốt hơn nên chọn lấy kiến thức về định luật nghiệp lý. Trước lời tuyên bố này của Đức Đạt Lai Lạt Ma, nhiều người tỏ ra rất ngạc nhiên vì xưa nay ai cũng hiểu rằng định lý vô ngã vẫn là một vấn đề cốt lõi căn bản của giáo lý Đức Phật, bởi chính từ trí tuệ về quy luật này, người ta mới có thể thấy được bản chất hiện tượng, tương đối, rỗng tuếch và phù du của vạn hữu.

Thực ra câu nói của Ngài nhắm vào một vấn đề khác mang ý nghĩa sâu sắc hơn nhiều: Động cơ căn bản thúc đẩy chúng ta chấp thủ mọi sự trên đời, trước hết chính là sự thiếu hiểu biết về nghiệp lý, quy luật tương tác giữa nhân quả, tác động và phản ứng. Sự hiểu biết về nghiệp lý là một trí tuệ sinh động, chính nó luôn mang ý nghĩa tô đậm, cụ thể hóa định lý vô ngã. Một khi không có được trí tuệ về nghiệp lý thì kiến thức về vấn đề Vô Ngã sẽ trở nên trừu tượng, thậm chí máy móc và duy lý, xa xôi, khó có thể được chấp nhận. Nếu chỉ biết suy nghĩ đơn giản rằng không có một cái Tôi nào hết, không có "người tạo" cũng không có "người hưởng" và chúng ta có thể muốn làm gì thì làm, đó chính là một sự ngộ nhận nguy hiểm về giáo lý Đức Phật, đồng thời đó cũng là một ý thức biện hộ nghèo nàn, nông nổi cho mọi thói xấu của mình. Ngược lại, khi thấu suốt được quy luật nghiệp lý và tự biết điều động từng sinh hoạt lớn nhỏ của mình một cách thích đáng thì điều đó giúp ta lý hội được định luật Vô ngã một cách chính chắn và đúng mức.

Lòng từ bi, cũng như trí tuệ nội quán, chỉ được phát khởi đúng mức từ sự hiểu biết về nghiệp lý. Bởi từ trí tuệ nghiệp lý đó, chúng ta có thể xót thương được cả người có ác tâm lẫn kẻ bị nạn thay vì theo như thói thường, ai cũng căm ghét người có ác tâm và chỉ biết bắt nạt đối với riêng người chịu nạn. Thái độ đó không hề có ý nghĩa là một phản ứng tâm lý yếu hèn hoặc thiếu dứt khoát. Bởi thực ra, trong trường hợp ta xót thương được kẻ có ác tâm chính là nhờ sự

thấu suốt về cái động cơ vô minh đã khiến họ gây tạo đau khổ cho chính mình và người khác. Lòng từ bi đó được hiển hiện một cách sáng suốt.

Đức Phật đã nhấn mạnh rằng chỉ có một tiềm năng giác ngộ thật sự mới có thể đủ sức giữ vững được bản sắc của một con người trong dòng vận động phức tạp và bất trắc của nghiệp lý và trình độ này phải được huân tập không chỉ trong một kiếp sống, mà phải trải qua vô số kiếp luân hồi. Mặc dù qua kinh điển, ta có thể đã từng đọc thấy rất nhiều trường hợp những cá nhân cứ triền miên lăn trôi theo một dòng vận động nghiệp báo gần như mang tính nghiệp dĩ, một kiểu duyên số mang tính định phận. Đứng ra thì để có thể có được một hiểu biết rộng rãi về những khuynh hướng tạo nghiệp cũng không có gì là khó khăn. Mặc dù có nhiều lúc ta vẫn bắt gặp những câu chuyện về vấn đề nghiệp lý xem ra có vẻ nghịch thường, cá biệt. Những câu chuyện như vậy thật cũng rất dễ hiểu và đơn giản, chỉ có điều là chúng nêu ra những khía cạnh phức tạp và tế nhị của quy luật nghiệp lý mà thôi.

Chẳng hạn như câu chuyện về một người đàn ông trong thời Đức Phật, sau khi đặt bát cúng dường cho một vị Tỳ Kheo La Hán rồi lại sanh lòng tiếc của xem đó như là một sự lãng phí vô ích. Dù sao thì việc bố thí đến một đối tượng thánh nhân cũng là một công đức lớn nên nhờ vào quả phước của lần cúng dường duy nhất đó, người đàn ông nọ sau khi chết đã bảy lần liên tục tái sanh trở lại làm người và kiếp nào cũng được là một triệu phú giàu có. Nhưng do chút lòng tiếc của trong lần bố thí ngày xưa, nên dầu có giàu sang đến mấy, suốt cả bảy đời triệu phú, ông chỉ biết ngồi trên đồng vàng mà ăn mặc tằn tiện như một gã ăn mày. Đó quả là một trường hợp trở trêu của nghiệp lý. Mỗi một thoáng tư tưởng đều luôn để lại một hậu quả tương ứng: Một hành động được thực hiện bằng bao nhiêu tác động tâm lý, dù chúng có đối lập với nhau đến mấy đi nữa, thì kết quả của hành động đó cũng sẽ giữ lại trọn vẹn những khía cạnh mâu thuẫn tương ứng. Đối với cả hai trường hợp tạo nghiệp thiện ác đều có chung một qui luật như vậy: Nhân thuận tụy sẽ cho quả thuận tụy, nhân pha trộn thì quả cũng theo đó mà trở sanh dưới hình thức pha trộn.

Những hạnh nghiệp vào giây phút cận tử trên giường chết cũng là một phần nhân tố quyết định cho việc tái sinh. Có tất cả bốn trường hợp nghiệp lực khả dĩ ảnh hưởng đến những giây phút cuối đời của chúng ta. Trường hợp thứ nhất là Trọng Nghiệp, tức những hành động thiện ác mang tính nghiêm trọng (ở cả hai nghĩa tích cực và tiêu cực) mà chúng ta đã tạo trong thuở bình sinh. Loại nghiệp này có sức tác động rất lớn đến cảnh giới tái sinh. Trọng nghiệp ở đây nếu là những trọng nghiệp bất thiện thì có thể là những hành động xúc phạm đến những cá nhân hay tập thể đáng kính. Về thiện nghiệp thì có thể là sự chứng đạt các tầng thiên hoặc các tầng thánh quả hữu học...

Trường hợp thứ hai là nếu không có sự can thiệp của các trọng nghiệp thì một sự thực hiện tại chỗ hoặc các hồi tưởng về những tiền nghiệp thiện ác trong thuở sinh thời đều có ý nghĩa tác động đến vấn đề tái sinh. Thuật ngữ Phật học gọi đây là trường hợp Cận Tử Nghiệp. Những giây phút cuối cùng của một kiếp sống là cả một cuộc giàn xếp giữa nghiệp báo với sự tái sanh. Nếu lúc bình sinh mà ai cũng biết sáng suốt và tinh thức chứng kiến những phút giây hấp hối của người khác thì đến lúc này thì chúng ta mới may ra có đủ can đảm và bình tĩnh đối diện với chính cái chết của mình.

Nếu không có sự chi phối của hai loại nghiệp trên thì vấn đề tái sinh của đương sự có thể được quyết định bởi trường hợp nghiệp lực thứ ba mà thuật ngữ trong kinh điển vẫn gọi là Thường Nghiệp, tức những hành vi thiện ác dầu thuộc tinh thần hay hành động cụ thể mà ta vẫn lập đi lập lại nhiều lần trong đời sống thường nhật. Ở đây ta có thể gọi đó là Tập Quán Nghiệp cũng được. Loại nghiệp này vẫn đủ sức mạnh giàn xếp cho ta một cảnh giới tái sinh bằng cách tự hồi trạng lại trong những hơi thở sau cùng. Xét ra đây là loại nghiệp được xem là phổ cập nhất.

Cuối cùng, ta phải nhắc đến loại nghiệp thứ tư mà công năng của nó vẫn có sức tác động gần tương tự như ba loại nghiệp trước, có nghĩa là vẫn có thể qui định sinh thú cho đương sự hấp hối, đó chính là Khinh Thiểu Nghiệp, những việc làm tốt xấu nhỏ nhoi không đáng kể mà ta đã thực hiện trong những dịp ngẫu nhiên, tình cờ nào đó. Tuy là những sở hành nhạt nhẽo, chất chiu, bé mọn không đáng kể nhưng dù sao thì nghiệp lúc nào vẫn là nghiệp và đã là nghiệp thì dĩ nhiên cái di hậu tất yếu của nó phải là quả. Nếu không có ba loại nghiệp trước xuất hiện thì loại nghiệp thứ tư này cũng sẽ tự đến ám ảnh tâm lý người sắp chết, đồng thời quyết định cảnh giới tái sanh cho họ.

Bất cứ hạnh nghiệp nào cũng đều luôn có một hướng phản ứng và hướng phản ứng đó đôi khi lại tùy thuộc vào những tình huống bất ngờ để thậm chí có thể trở nên vô hiệu nghiệp. Ta có thể thấy rõ trường hợp này qua câu chuyện sau đây vẫn được ghi lại trong kinh điển. Vào thời Đức Phật có một gã sát thủ khát máu giết người không gớm tay, Sau một thời gian tung hoành khắp chốn, gã đã bị bắt rồi bị kết án tử hình. Trong giây phút cuối cùng ở pháp trường, gã sát thủ này đã tình cờ nhìn thấy một số vị Tỳ Kheo đang đi ngang qua đó. Hình bóng của các vị tự nhiên làm hấn nhớ lại việc mình đã để bát cúng dường cho Ngài Xá Lợi Phất. Lòng hấn bất chợt trào dâng một niềm hoan hỷ vô hạn để rồi với chút thiện tâm đó, ngay sau khi lia khỏi cổ, gã sát thủ đã lập tức tái sanh lên thiên giới.

Một trường hợp vô hiệu khác của các tiền nghiệp là khi một người đã được sanh về những cảnh giới cao cấp, quả nghiệp ác xấu quá khứ cũng không có điều kiện trở quả. Tuy nhiên những trường hợp vô nghiệp như vậy cũng chỉ mang tính tạm thời mà thôi. Chính bản thân các vị thiên nhân cũng có thể thấy rõ điều đó. Họ biết nhờ đâu mà mình được sanh về thiên giới và đồng thời cũng hiểu được những ác quả mà mình sẽ phải gánh chịu sau khi đã sống hết tuổi thọ của kiếp thiên nhân hiện tại. Chính nhờ hiểu biết được điều này, một số vị thiên nhân đã cố gắng hạn chế tối đa những giây phút hưởng lạc, mặc dù với những điều kiện sống hết sức tuyệt vời trên thiên giới thì một nỗ lực như vậy quả thật không dễ dàng tí nào, để dốc sức tu tập thiện pháp nhằm hướng đến một quả vị thánh nhân nào đó, tối thiểu là tầng sơ quả, một bến bờ vĩnh viễn cách ngăn tất cả đọa xứ. Theo kinh điển ghi lại thì sau khi đã sanh về thiên giới, tay sát thủ trên đây cũng đã chứng đạt quả vị Tu Đà Hoàn.

Khi giải thích về nghiệp lý, Đức Phật luôn đặc biệt nhấn mạnh đến khía cạnh tiềm lực của từng trường hợp hành động thông qua những nhân tố tương thuộc đối với quả nghiệp. Chẳng hạn khi nói về sức mạnh tạo quả của việc bố thí, Ngài dạy rằng chỉ riêng trường hợp thực hiện này thôi cũng đã có đến ba nhân tố quyết định tình trạng trở quả của nó để từ đó một cuộc bố thí dù lớn nhỏ đều có một kết quả và tính cách khác nhau: Đức hạnh của người nhận, tấm lòng của người cho, và thí phẩm có hợp pháp, hợp lệ hay không. Sự thiếu đủ các nhân tố này luôn quyết định kết quả của cuộc bố thí đó.

Từ đó suy ra, ta có thể hiểu rằng nhiều khi một cuộc trai đàn long trọng được tổ chức để cúng dường đến Đức Phật cùng đoàn thể Thánh Tăng mà công đức so ra vẫn ít hơn đôi ba phút phôi mở trọn vẹn tâm hồn mình rồi tập trung tư tưởng hướng về tất cả chúng sanh một lòng từ bi vô lượng, không phân biệt. Bởi vì ở đây chúng ta có thể tạm thời chọn ra một trong nhiều lý do để giải thích trường hợp vừa nêu trên, là để có một tình thương vô lượng tự đáy lòng như vậy, chúng ta dĩ phải có một tư tưởng giao hòa và cảm thông vô bờ bến đối với mọi loài, mà đó lại là một sức mạnh tâm linh vô cùng thâm hậu và cần thiết cho tất cả thiện nghiệp.

Đức Phật còn dạy rằng công đức vô lượng của lòng từ bi trên đây xét ra còn thua xa công đức của một phút giây thấu thị tình trạng bản chất Tam Tướng của các pháp. Sở dĩ một khoảnh khắc trí tuệ về Tam Tướng lại được đánh giá cao như vậy là bởi chính nó giúp ta giác ngộ. Chỉ cần nhìn thấy được bản chất vô thường của thân tâm chính mình thôi, xem nó sinh hóa như thế nào, thì coi như chúng ta đã phát triển khả năng tự tại và bình thản trước tất cả những cấu tố như

huyền của từng cảm nghiệm trong đời sống. Đôi khi trong công phu thiền định, lúc phải đối đầu với trở lực khó khăn thuộc tâm sinh lý, chúng ta tự đánh mất khả năng nhìn ngắm thực tại mà công phu thiền định của mình đang nhắm tới. Tuy nhiên điều đó lại giúp ta ghi nhớ rằng những năng lực nghiệp báo luôn được hình thành từ những huân tập tích lũy và tái hiện một cách liên tục. Và sự chiêm ngắm, tỉnh thức về bản chất vô thường của vạn hữu là cả một chuỗi dài của những trí tuệ được tái hiện nhiều lần cho nên đương nhiên đây là một nghiệp lực hùng hậu khả dĩ dẫn đến nhiều thiện báo an lành và tự do.

Trí tuệ về nghiệp lý chẳng khác gì một nguồn ánh sáng cho thế giới, bởi từ đó chúng ta mới có thể chọn lấy cho mình một hướng đi thích đáng và đời sống của chúng ta mới thật sự nhắm đến tất cả những gì trọn vẹn và hoàn mãn nhất.

J. G.

Hướng dẫn thực tập

Thực hiện một tinh thần thiền định tự tại

Thái độ tự tại dĩ nhiên là tư thái căn bản, cốt lõi của Thiền Quán nhưng bằng vào pháp môn tu tập về bốn pháp phạm trú (Từ, Bi, Hỷ, Xả), tinh thần tự tại cũng vẫn có thể được phát triển như một phương tiện thiết yếu. Tinh thần tự tại thường song hành và được vận dụng để điều động lòng từ bi. Và mặc dù chúng ta cố cố gắng trưởng dưỡng, tu tập một lòng từ bi vô lượng đối với tha nhân bằng tất cả những cố gắng san sẻ hết mình những nỗi đau khổ trên toàn thế giới nhưng chắc chắn vẫn luôn có nhiều trường hợp, tình huống mà chúng ta không thể nào tìm thấy được một chút trắc ẩn, bất nhẫn. Thánh Francis đã có một lời nguyện rất nổi tiếng: "Xin cho tôi có đủ sức mạnh để thay đổi mọi sự mà mình muốn thay đổi để tôi không phải bắt lực trong khả năng đón nhận mọi sự, và xin cho tôi hãy có được cái trí tuệ để hiểu được những gì mà mình chưa biết đến". Một trí tuệ về nghiệp lý trong sự hiện hữu của tất cả chúng sinh luôn mang lại cho ta một tâm hồn sáng suốt cộng với một trái tim biết yêu thương không phân biệt.

Để có được một tư phong lẫn tâm thái tự tại, trước hết hành giả nên chọn lấy một tư thế ngồi thật thoải mái rồi nhắm mắt lại. Sau đó, hành giả tập trung tư tưởng vào hơi thở cho đến khi nào có được một sự cảm nhận chính chắn, khách quan rằng tâm sinh lý của mình đang ở trong tình trạng thật sự ổn định. Tiếp theo, hành giả hãy bắt đầu chiêm ngắm trực tiếp vào nội tâm vốn đang được quân bình và tự tại của mình. Hãy tự cảm nhận như là một sự thường thức chính thực tại đó và nêu cần, hành giả có thể tự ám thị mình bằng những lời thâm thì mang ý nghĩa xác định thực tại: "Mong sao nội tâm tôi luôn được quân bình và an lành; mong sao tôi không bị quấy động bởi bất cứ tục sự nào,...". Rồi hành giả nên tự mình quán xét tổng quát bản chất vô thường của mọi thứ trên đời: Cái gì cũng tự đến rồi đi, không có chi là trường tồn bất biến. Từ niềm vui cho đến nỗi buồn, nỗi bất hạnh hay điều may mắn, con người, nhà cửa, súc vật, các dân tộc và kể cả toàn bộ các nền văn minh đều chỉ là bọt nước phù du.

Hành giả nên luôn tâm niệm rằng mong sao mình có thể điềm nhiên ngắm nhìn tất cả những đổi thay trên đời bằng một nội tâm tự tại thăng bằng, đồng tự phơi mở tâm hồn mình để thương yêu tất cả vạn loài mà vẫn bằng tâm thái đó. Để xác quyết trí tuệ về nghiệp lý "Mỗi người luôn chịu trách nhiệm về những sở hành thiện ác lớn nhỏ của mình", hành giả lại nên tiếp tục nuôi dưỡng ở chính tâm hồn mình cái khả năng yêu thương và tự tại trong mỗi biến cố của đời sống, dĩ nhiên vẫn với sự quân bình, điềm tĩnh và bình an của nội tâm.