

THÍCH TRÍ SIÊU

ĐẠO GÌ

1996

MỤC LỤC

CHƯƠNG I

MỞ ĐẦU

GIÁC NGỘ GIẢI THOÁT

GIÁO LÝ, GIÁO ĐIỀU, GIỚI LUẬT

ĂN CHAY, ĂN MẶN

THÀY TU CÓ VỢ

TÌM THÀY TRONG KHUNG

TÌM THÀY ĐẮC ĐẠO

CHƯƠNG II

THEO TÂY TẠNG

TÔNG PHÁI TÂY TẠNG

NHẬP THẤT

ÂM DƯƠNG NAM NỮ

LUÂN XA

CHƯƠNG III

NGÃ TÂM LINH

NHÂN QUẢ

TÌNH THƯƠNG

ĐẠO GÌ

CHƯƠNG I

MỞ ĐẦU

Tôi bắt đầu đến với Đạo Phật vào lúc 15 tuổi, nhân dịp lên chùa làm lễ cầu siêu cho ông nội tôi. Rồi từ đó tôi mua sách Phật đọc thường xuyên và thấy thấm thía làm sao. Năm 23 tuổi vào chùa đi tu, tôi tự nhủ thầm phải làm sao giác ngộ giải thoát ngay trong đời này, cố gắng noi theo gương của chư Tổ thuở xưa. Ôi, sơ tâm vào Đạo bao giờ cũng ngây thơ và dễ thương. Nhờ đó nên tôi đã hăng say phục vụ chúng sinh (vì phục vụ chúng sinh là cúng dường mười phương chư Phật), hăng say học Đạo, tranh đua cùng với huynh đệ. Sau một thời gian học những nghi thức cúng kiến, ứng phú căn bản của một thầy tu cùng những giáo lý phổ thông để có thể hướng dẫn cho phật tử hàng tuần, tôi vẫn cảm thấy mình còn thiếu nhiều hiểu biết, nên tôi đã lên đánh lễ thầy tổ xin phép rời chùa, rồi đại chúng ra đi tìm Sư học Đạo thêm.

Trong thời gian lang thang tìm Đạo sống đời du

tăng nay đây mai đó, tôi đã gặp nhiều điều mâu thuẫn và vô lý trong cộng đồng tôn giáo. Từ đó tôi phân vân giữa hai phản ứng: hoặc mặc kệ làm ngơ, mạnh ai nấy sống, khéo tu thì nổi vụng tu thì chìm, hoặc nói lên cảm nghĩ của mình. Năm 1987 trong quyển Thiên Tú Niệm Xứ tôi đã phát biểu cái nhìn của mình và đã bị một số quý Thầy không ưa. Thấy sự phản ứng đó nên những quyển sách sau tôi viết trong phạm vi dịch thuật hoặc khuyên răn phật tử cách thức tu hành.

Ở đời có hai hạng người: hạng thứ nhất luôn luôn tìm hiểu và đặt câu hỏi về ý nghĩa của cuộc đời; hạng thứ hai không muốn suy nghĩ gì cả, chỉ muốn sống như những đàn cừu, đi làm, ăn no ngủ kỹ, vui chơi theo dòng đời. Người đời làm sao ta làm vậy.

Hạng thứ nhất rất ít, đó là những nhà cách mạng, tiên tri, giáo chủ, bác học... Hạng thứ hai là đa số quần chúng, từ giàu sang tở phú cho đến nghèo hèn ăn xin, từ chủ hãng giám đốc cho tới nhân viên, cu li. Tất cả những người chạy theo tiền bạc, sắc đẹp, danh vọng, tham lam ích kỷ. Không bao giờ tự hỏi tại sao ta sinh ra ở đời, để làm gì, v.v...

Đức Phật là một nhà cách mạng, ngài đã không thỏa mãn với những giáo điều cổ truyền bà la môn nên đã tự mình tìm ra một Đạo lý mới. Ngài cũng cách mạng chống lại sự phân chia giai cấp của xã hội Ấn thời bấy giờ.

Trong quá trình lịch sử, nếu ta để ý, bao giờ cũng có những cuộc cách mạng sau một thời gian chìm đắm của nhân loại trong cơn mê ngủ. Nhưng rồi những cuộc cách mạng kia cũng không thoát khỏi luật vô thường, nó chỉ làm cho con người bừng tỉnh một thời gian, thay đổi tư tưởng và lối sống, rồi từ từ chính nó cũng bị đưa vào một lề lối nề nếp khiến cho các thế hệ sau lại tiếp tục chìm đắm trong những truyền thống cổ hủ và bảo thủ.

Trở về cá nhân tôi, từ lúc đến với Đạo Phật, tôi đã nuôi một lý tưởng giải thoát như bao nhiêu người khác. Định sau khi tu học một thời gian, sẽ xin phép Bổn Sư đi tìm một nơi thanh vắng nhập thất tịnh tu. Ngày ngày hai thời công phu, trì tụng thêm các kinh khác như Kim Cang, Pháp Hoa, Niết Bàn, v.v... Quyết xa lánh thế tục, tham thiền nhập

định để mau giác ngộ. Nhưng trời xui đất khiến làm sao, càng tu lại thấy mình càng dốt, cần phải tham cầu học hỏi thêm, vì có nhiều điều khúc mắc chưa thông làm sao an nhiên tham thiền nhập định hoặc tụng kinh trì chú suốt ngày suốt đêm được. Do đó thay vì ở yên nơi am vắng tịnh tu, tôi lại xách gói đi tìm Sư học Đạo, khiến cho huynh đệ rửa thềm là tu hành gì mà cứ xách gói đi ta bà, không chịu ở một chỗ tụng niệm như mọi người, không chịu hồng pháp lợi sinh, xây chùa lập hội, v.v...

Trong lúc làm du Tăng tìm Sư học Đạo, tôi đã viết vài ba quyển sách chia sẻ kiến thức với bạn đạo. Riêng lần này, tôi không viết theo thứ lớp mạch lạc như những lần trước mà tôi để mặc tư tưởng mình, nhớ điều gì viết điều đó, lẫn lộn hồi ký và giáo lý.

Cũng cần nhắc bạn một điều, xin đừng cho những gì trong đây là chân lý. Vì đến bây giờ, chính tôi cũng không chắc là mình có tu đúng với Đạo Phật hay không, hay là tu theo Đạo gì mà tôi chưa biết tên. Xin để bạn đọc đặt tên cho Đạo này sau khi

đọc hết tập sách.

Paris, tháng 6 năm 1996

Thích Trí Siêu

GIÁC NGỘ GIẢI THOÁT

Đạo Phật là một Đạo giác ngộ, giải thoát. Nhưng giác ngộ là giác ngộ cái gì? Giải thoát ai?

Giác là biết nhưng biết cái gì? Ngộ là nhận ra, nhưng nhận ra cái gì chứ? Giải là mở là gỡ ra, nhưng gỡ cái gì? Thoát là vượt khỏi sự trói buộc, nhưng cái gì trói buộc và trói buộc ai?

Bốn chữ giác ngộ giải thoát chúng ta vẫn thường dùng nhưng bạn đọc có bao giờ tự hỏi mình chưa? Bạn muốn giác ngộ cái gì? Chắc bạn muốn giác ngộ như Đức Phật Thích Ca khi xưa phải không? Nhưng Đức Phật khi xưa đã giác ngộ cái gì?

Đức Phật biết và nhận ra đời là bể khổ. Điều này chắc bạn đã biết và nhận ra rồi. Vậy bạn muốn giác ngộ cái gì hơn?

Đức Phật biết và nhận ra nguyên nhân đưa đến khổ đau mà danh từ Phật Giáo gọi là Tập Đế. Điều này chắc bạn cũng đã biết rồi, không nhiều thì ít. Nguyên nhân của đau khổ là tam độc tham sân si, hoặc thập thiện thập sử... Vậy bạn muốn

giác ngộ cái gì hơn nữa?

Đức Phật biết và nhận ra Niết Bàn là trạng thái an vui tịch tĩnh không còn bóng dáng của khổ đau. Điều này chắc bạn cũng biết rồi, nhưng chắc bạn chưa chứng được Niết Bàn phải không? Vậy bạn phải làm gì để chứng Niết Bàn?

Đức Phật biết và nhận ra con đường dẫn đến Niết Bàn (Đạo Đế). Điều này chắc bạn cũng biết rồi, Đạo Đế gồm 37 phẩm trợ đạo: Tứ Niệm Xứ, Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Bồ Đề Phần, Bát Chánh Đạo. Vậy bạn đang đi trên con đường nào dẫn đến Niết Bàn?

Tóm lại, bốn điều trên (Tứ Diệu Đế) là điều mà Phật đã giác ngộ, bạn cũng đã biết, vậy bạn muốn giác ngộ cái gì hơn nữa?

Tứ Diệu Đế là giáo lý căn bản của Đạo Phật hầu như ai cũng biết. Vậy chúng ta giác ngộ rồi phải không? Chắc bạn sẽ trả lời là không. Vậy bạn còn thiếu cái gì nữa mà chưa giác ngộ?

Tất cả những gì Phật biết, ngài đã dạy lại cho chúng ta trong kinh điển rồi, ngài đâu có dấu điểm điều gì. Vậy chúng ta chỉ việc y theo kinh điển mà tu hành thì chắc sẽ thành Phật. Nhưng

khổ nổi, tham cứu kinh điển đâu phải chuyện dễ. Nào kinh Tiểu Thừa, kinh Đại Thừa, Hiền Giáo, Mật Giáo, Tiệm Giáo, Đốn Giáo, v.v...

Trong các kinh Đại Thừa lại có các kinh được xem là vua trong các kinh. Nếu chỉ có một vua thôi thì còn đỡ, đằng này có đến mấy ông vua, làm sao biết vua nào là vua lớn nhất?

Thói thường ai mà chả thích làm quen với vua, vì quen vua thì được hưởng nhiều đặc ân. Bởi vậy đa số đi tìm những kinh lớn, vua trong các kinh như Pháp Hoa, Hoa Nghiêm, Kim Cang, v.v... để trì để tụng. Nhưng tụng nhiều để được phước hay để giác ngộ? Mà giác ngộ cái gì? Được phước cho ai chú? Cho cái Ta điên đảo, ích kỷ chẳng? Hay cho chúng sinh? Mà ta có biết chúng sinh là ai không, hay là chỉ biết đến cái Ta, cái của Ta, con Ta, vợ Ta, nhà Ta, chùa Ta, phật tử của Ta?

Tuy vậy chưa đến nỗi tệ lắm vì còn có một số khác trí huệ thông minh hơn, biết đi nghe giảng kinh, sưu tầm băng kinh của Hoà Thượng này, Thượng Tọa nọ, cho là mình hiểu kinh lớn rồi nhìn người khác bằng nửa con mắt. Kinh Phật chỉ

là phương tiện, không phải là chân lý, chỉ là ngón tay chỉ mặt trăng chứ không phải mặt trăng. Vậy mà đa số đều cho là mình hiểu kinh Phật hơn kẻ khác rồi sinh ra ngã mạn khinh người. Học Kinh, tụng Kinh như vậy có đưa đến giác ngộ giải thoát không hay chỉ tạo thêm vô minh phiền não?

Giác ngộ cái gì? Đối tượng của giác ngộ hoàn toàn tùy thuộc trình độ, căn cơ và sở thích của bạn.

Thanh Văn giác ngộ Tú Đế, Duyên Giác ngộ lý Nhân Duyên, Bồ Tát giác ngộ lý như huyễn ra vào sinh tử tự tại.

Còn bạn muốn giác ngộ cái gì? Giác ngộ bốn lai diện mục của mình chăng? Giác ngộ ông chủ hay Phật tánh? Vì bạn tu thiền!

Hay bạn muốn giác ngộ tự tánh Di Đà, duy tâm Tịnh Độ vì bạn tu theo Tịnh Độ? Hay giác ngộ tức thân thành Phật theo Mật Tông?

Nhưng nếu bạn không tu Thiền, Mật hay Tịnh Độ thì bạn muốn giác ngộ cái gì? Giáo lý của Phật bao la đâu phải chỉ hạn hẹp chung quanh mấy danh từ Phật tánh, bốn lai diện mục, Thiền, Tịnh hay Mật. Giác ngộ cũng vậy hay nói đúng hơn là đối tượng của giác ngộ cũng bao la, đâu cứ phải

vào chùa hoặc đi tu mới có giác ngộ! Giác ngộ có thể tìm được trong kinh này kinh nọ không? Hay cần được tìm thấy ngay trong đời sống hàng ngày?

Bạn có thấy nhiều người đi chùa hàng bao nhiêu năm, trì kinh không biết bao nhiêu bộ mà cách đối xử còn tệ bạc hơn những người không biết Đạo Phật không?

Nếu đi tìm giác ngộ thì hãy xác định lại đối tượng giác ngộ của mình. Giác ngộ cái gì? Cái đó có giúp ta sống an vui hạnh phúc với người xung quanh không?

Bây giờ nói đến giải thoát. Ví dụ ta bị ai bắt, trói chân trói tay, nhốt vào một căn nhà. Sau đó ta tìm cách cởi được giây trói chạy thoát khỏi căn nhà. Khi chạy ra khỏi thì gọi là giải thoát.

Trong Kinh nói ba cõi không an, ví như nhà lửa (tam giới vô an, du như hỏa trạch), do đó cần phải tu để cầu giải thoát. Nhưng ai bắt ta? Ai trói ta? Trói ta bằng gì? Nhốt ta ở đâu?

Trong quyển "Vô Ngã" tôi đã nói rõ về vấn đề này. Ở đây chỉ nói sơ lược là không ai có thể làm khổ ta ngoài chính ta. Xưa kia Đức Phật cũng bị

ngoại đạo tìm đủ mọi cách hãm hại, mắng chửi nhưng ngài đâu có khổ mà ngược lại vẫn an nhiên tự tại. Trời mưa, trời nắng, người khen, kẻ chê, tất cả những cái đó chỉ là ngoại cảnh. Nếu không làm chủ được tâm, để vọng niệm khởi lên dính mắc làm ta đau khổ, đó là lỗi tại ta, đâu phải tại người.

Đến chùa nghe người ta dèm pha nói xấu mình, tại sao mình lại khóc? Bài học giải thoát ở đâu? Người kia thiếu hiểu biết đã tự đầu độc tâm mình bằng tư tưởng xấu, tự làm nhơ miệng với lời nói xấu. Đâu có ăn nhằm gì đến mình, tại sao mình khóc? Phải chăng cái Ta (ngã) của mình bị chạm tự ái? Bạn hãy đi tìm cái Ta (égo) của mình đi.

GIÁO LÝ, GIÁO ĐIỀU, GIỚI LUẬT

Bất cứ tôn giáo nào trên thế giới cũng đều bắt nguồn từ một cá nhân xuất chúng, một bậc siêu nhân phát minh ra được một chân lý hay nguyên lý nào đó. Rồi vị siêu nhân này đi rao giảng truyền bá lại cho quần chúng, trở thành giáo chủ và những lời dạy của giáo chủ trở thành giáo lý (doctrine).

Đức Phật Thích Ca tương đối có đông đệ tử nhất, 1250 vị. Chúa Giê-Su có 12 tông đồ. Mahomet giáo chủ Đạo Hồi chỉ có 5 đệ tử lúc đầu. Lão Tử thì chỉ một mình một trâu, còn Khổng Tử thì chỉ vài chục môn đệ bên ba theo Thầy.

Theo tôi nghĩ, những vị giáo chủ này, đương thời họ đâu có muốn trở thành giáo chủ hay vị thống lãnh nào mà họ chỉ muốn chia sẻ với quần chúng tư tưởng của họ hoặc truyền bá một thông điệp nào đó mà thôi. Và như thế giáo lý cốt chỉ để chuyên chở thông điệp (message). Nếu không

nhận được thông điệp thì giáo lý trở thành triết lý tràn giang đại hải. Rồi hàng môn đệ về sau mỗi người hiểu một ý, sinh ra chống báng lẫn nhau. Để tránh tình trạng này, họ mới cùng nhau đúc kết lại những điều căn bản của giáo lý, lấy đó làm nền tảng bất di bất dịch, bất khả xâm phạm, không ai được quyền sửa đổi nữa. Đây gọi là giáo điều (dogme).

Giáo lý tuy nhiều nhưng không đáng ngại. Giáo điều tuy ít nhưng lại nguy hiểm vì nó làm cho người ta mắc kẹt, dễ hiểu lầm là chân lý. Giáo điều dạy chúng ta phải như thế này, phải như thế kia. Tu hành phải ăn chay niệm Phật, phải đi chùa cúng kiến, làm công quả, nếu không thì sẽ bị tội, v.v... Hoặc như bên Đạo Chúa có người cho rằng nếu không đi nhà thờ ngày chủ nhật thì chết sẽ xuống địa ngục. Hoặc bên Hồi Giáo, ai mà phạm thượng đến Allah thì phải bị xử tử, v.v... Khi giáo điều được mọi người tin là chân lý thì giáo điều trở thành tín điều. Tóm lại giáo điều là một loại giáo lý đã bị đóng khung cứng nhắc.

Giới luật cũng là một loại giáo điều trên phương

diện cử xử trong đời sống hằng ngày. Trong luật Tú Phần nói 12 năm đầu, đức Phật chưa chế giới luật vì Tăng chúng thanh tịnh. Đến năm thứ 13, có những vị xuất gia sau, tu hành thiếu sót, gây ra nhiều phiền phức, lúc đó Phật mới tùy phương tiện chế ra giới luật, tùy bệnh cho thuốc. Nhưng lại có những người chấp thuốc thành bệnh. Thí dụ trong luật Tỳ Kheo cấm không được leo cây cao quá đầu người, thế rồi ngày kia có vị Tỳ Kheo đi vào rừng gặp cọp dữ, hoảng sợ bỏ chạy, bám vào cây nhưng không dám leo lên cao quá đầu vì sợ phạm giới, nên bị cọp nhảy lên vồ trúng ăn thịt. Các vị Tỳ Kheo khác biết chuyện về thưa lại, đức Phật mới sửa thêm vào là trừ khi có nạn hay nhân duyên thì khai cho. Trong giới luật có giới tánh, giới tướng, có sự khai, giá, trì, phạm. Giới luật được chế ra tùy nhân duyên, căn cơ của đệ tử và bối cảnh xã hội đương thời. Từ lúc thành lập Tăng đoàn cho đến khi nhập diệt, đức Phật đã chế ra 250 giới cho hàng Tỳ Kheo trong 45 năm. Nếu đức Phật còn sống cho đến ngày nay thì chắc Tỳ Kheo phải có ít nhất là 2500 giới.

Trong Kinh Mahaparinibbana (Đại Bát Niết Bàn)

thuộc Trường Bộ Kinh, trước khi nhập diệt, đức Phật có nói với A-Nan, từ nay trở đi cho phép các Tỳ Kheo tùy nghi bỏ các giới cấm nhỏ nhặt. Trong kỳ kết tập Kinh điển lần thứ nhất, Ca Diếp đã trách A-Nan sao không hỏi lại Phật giới nào là giới nhỏ nhặt. Và Tăng chúng lúc bấy giờ có lẽ vì kính nể Phật hoặc không thấy giới nào là nhỏ nhặt cả nên đã giữ lại hết.

Tu hành cần phải có giới luật vì giới luật là hàng rào giúp cho hành giả khỏi bị sa ngã. Nhưng giới luật cũng cần được uyển chuyển, khi khai khi trì tùy theo căn cơ và bối cảnh xã hội.

Nếu bạn là một phật tử chân chính chắc chắn bạn cũng muốn giữ giới tinh nghiêm. Giữ giới là việc rất tốt, đáng khen nhưng làm sao đừng rơi vào quá khích và ngã mạn.

Tôi có biết một Thầy, Thầy này chủ trương giữ giới nghiêm khắc, khi nói chuyện với phụ nữ thì đứng xa ba thước. Lỡ khi có cô nào đi ngang vô ý đụng vào Thầy thì liền sau đó Thầy đi thay và giặt ngay bộ áo. Và khi có Thầy nào vô ý nói chuyện hơi lâu với nữ phật tử thì Thầy này cũng tới cho

hay là nói chuyện "quá giờ" rồi. Trong chùa ai nấy đều nề và ngán Thầy vì Thầy giữ giới tinh nghiêm. Nhưng sau vài năm, không hiểu vì sao chính Thầy lại bỏ ra đi cưới vợ.

Về phần tôi, khi mới thọ giới Tỳ Kheo xong cũng muốn giữ giới kỹ lưỡng. Nếu giữ phần mình thì không nói làm chi. Đàng này lại đi dòm ngó người khác xem họ có giữ giới không? Nếu ai giữ giới thì mình nề, không thì mình khinh. Nhiều lúc lại lên mách sư phụ nữa chứ. Có những lúc đi phật sự, ngủ chung phòng với quý Thầy khác, mặc dù mỗi lưng mỗi cổ muốn quay sang trái nhưng vì lỡ làm "Đại Đức" nên cũng phải ráng nằm im bên phải giống như tượng Phật lúc nhập Niết Bàn.

May cho tôi, từ lúc làm du Tăng có dịp tiếp xúc với nhiều truyền thống khác, quan niệm về giới luật của tôi cũng thay đổi và trưởng thành, không còn ngây thơ như trước nữa.

Vấn đề giới luật được nêu ra ở đây là vì ai cũng muốn mình là đứa con ngoan nhất của Phật, ai cũng cho mình là biết giới và giữ giới đúng hơn kẻ khác. Ngay cả khi đức Phật còn tại thế đã có một

vụ tranh chấp giữa hai nhóm Tỳ Kheo. Sự việc xảy ra tại Kosambi, lúc đó chư Tăng đang nhập hạ. Có một Thầy phạm nhằm giới nhỏ liên quan đến cách thức xử dụng phòng vệ sinh, bị nhóm Tỳ Kheo giới về giới luật bất lỗi. Nhóm Tỳ Kheo giới về Kinh thì không đồng ý vì cho rằng lỗi ấy không đáng. Nhóm nào cũng cho mình có lý, không ai chịu thua ai, gây ra tranh chấp và bất hoà trong Tăng chúng. Đức Phật đích thân đứng ra hòa giải và dàn xếp nhưng không ai nghe cả. Do đó ngài bỏ đi một mình, đến khu rừng Parileyyaka nhập hạ dưới một gốc cây sala. Theo tích chuyện kể lại, trong thời gian này có một con voi và một con khỉ theo hầu cận bên ngài.

Cuộc kết tập kinh điển lần thứ nhì tại Vaisali cũng bắt nguồn từ một sự tranh chấp về giới luật giữa hai nhóm Tỳ Kheo làm Tăng đoàn bị chia thành hai phái: Thượng Tọa Bộ (Théravada) và Đại Chúng Bộ (Mahasanghika).

Là phật tử đâu có ai muốn Tăng đoàn bị chia rẽ, nhưng khổ nỗi lại cứ muốn cho mình hiểu kinh hiểu luật hơn kẻ khác. Muốn một đàng, làm một nẻo, nhân quả làm sao tương ứng được?

Nếu bạn là một Tỳ Kheo thì bạn sẽ giữ bao nhiêu giới? Nếu bảo là 250 giới thì chỉ đúng với người Việt và Trung Hoa thôi. Vì Tỳ Kheo Nam Tông chỉ có 227 giới và Tỳ Kheo Tây Tạng 253 giới. Tất cả đều là Tỳ Kheo, đều bắt nguồn từ đức Phật, tại sao lại có sự khác biệt như vậy? Ai đã cắt bỏ, thêm bớt những giới luật trên? Không cần nói đến giới luật của Nam Tông hay Tây Tạng, riêng 250 giới của Tỳ Kheo Đại Thừa Việt Nam, Trung Hoa, ngày nay có ai giữ đúng được con số ấy không? Tôi có nói chuyện về vấn đề này với một số quý Thầy, hầu hết đều công nhận rằng có rất nhiều giới nhỏ không còn thích hợp với thời đại xã hội ngày nay. Nhưng không ai dám sửa đổi vì cho rằng mình không có thẩm quyền gì mà sửa đổi giới của Phật. Nếu làm vậy thì sợ mang tội đối với Tam Bảo, hai là sẽ bị người khác chửi rủa. Thôi thì giới của Phật đặt ra bao nhiêu thì cứ giữ bấy nhiêu, còn mình giữ được bao nhiêu hay bấy nhiêu. Ngoài giới Thanh Văn ra còn có giới Bồ Tát, Giới Thập Thiện. Thích thọ cho nhiều mà có giữ được đâu?

Giới luật của Phật chế ra xưa kia tùy thuộc vào

bối cảnh phong tục tập quán của xã hội Ấn thời bấy giờ. Ngày nay muốn cai dân trị nước một cách hữu hiệu, các chính phủ cũng phải sửa đổi luật pháp cho hợp thời thế, không những hợp với tình thế quốc nội mà cũng phải hợp với sự biến chuyển của quốc tế nữa. Đương thời, sau khi chế giới, đức Phật đâu có độc tài, lúc cần ngài cũng uyển chuyển khai thị sửa đổi kia mà (ở đây nói về những giới Ba Dật Đề, Pacittiya, trở đi).

Bàn về giới luật, tôi không có tham vọng sửa đổi vì tôi dư biết là không ai dám cả gan sửa đổi giới luật của Phật, dù đó là một Tăng Thống hay Đại Lão Hòa Thượng. Mục đích của tôi muốn nhắc nhở bạn, nếu thọ giới thì đừng thọ cho nhiều để khi dễ kẻ khác, khi giữ giới thì đừng cho mình trong sạch hơn kẻ khác, khi học giới thì nên ý thức giới luật không phải là giới điều bất di bất dịch mà chỉ là phương tiện.

Dù muốn dù không, giới luật của Phật đã có hơn 2500 tuổi rồi, kính lão đắc thọ, điều mình có thể làm được là lập ra những giới mới thích hợp với thời đại hơn. Đây là trường hợp giới Tiếp Hiện của

Thầy Nhất Hạnh. Trong những giới mà tôi được biết, có thể nói giới Tiếp Hiện là giới hợp lý và hợp thời nhất với xã hội ngày nay. Tiếp Hiện có 14 giới, nhưng tôi thích nhất 2 giới đầu.

Giới thứ nhất: Không được thờ làm thần tượng bất cứ một chủ nghĩa hay một lý thuyết nào, kể cả chủ nghĩa và lý thuyết Phật Giáo. Những hệ thống giáo lý trong Đạo Phật phải được nhận thức như những pháp môn hướng dẫn tu tập mà không là những chân lý tuyệt đối để bảo vệ và thờ phụng.

Giới thứ hai: Không được yên trí rằng những kiến thức mình hiện có là những chân lý bất di bất dịch, như thế để tránh sự trở thành cố thủ và hẹp hòi. Phải học thái độ phá chấp và cởi mở để đón nhận quan điểm của kẻ khác...

Đến đây xin bạn đọc đừng hiểu lầm là tôi quảng cáo cho Thầy Nhất Hạnh. Vì tôi chưa thọ giới Tiếp Hiện và có lẽ sẽ không bao giờ thọ thêm giới nào nữa. Tôi đã thọ quá nhiều giới luật rồi, nào là giới Tỳ Kheo, giới Bồ Tát, rồi thêm 24 giới của Kim Cang Thừa Tây Tạng. Giới luật đã làm tôi ngộp thở vì tôi đại dốt không nhận ra chúng chỉ là những giới điều.

Cho tới bây giờ, giới luật của các tôn giáo thường có tính cách tiêu cực, cấm làm cái này cấm làm cái kia, nếu lỡ làm thì phạm tội, gọi chung là giới cấm. Nếu cần thọ giới, tôi sẽ đi tìm giới tích cực, đó là những giới khuyên ta nên làm điều lợi ích. Xin lấy thí dụ để hiểu:

Giới tiêu cực

Không được trộm cắp

Không được sát sinh

Không được tham sân si

Giới tích cực

Nên bố thí, giúp đỡ kẻ nghèo khó

Nên tìm cách cứu mạng sinh vật

Nên học thương yêu, hiểu biết

Mới nhìn qua, bạn có thể thấy hai cái không khác nhau mấy, nhưng thật ra khác nhau nhiều lắm. Nếu học giới tích cực bạn sẽ thấy cuộc đời mang một màu sắc mới, không còn màu sắc của ảm đạm, u buồn, đáng ngán. Một người biết thương yêu giúp đỡ kẻ nghèo khó làm sao có thể ăn trộm ăn cắp được? Giới tích cực bao trùm giới tiêu cực, nhưng giới tiêu cực không bao trùm được giới tích cực.

Tôi không trộm cắp nhưng tôi cũng không bố thí

giúp đỡ ai cả.

Tôi không sát sinh nhưng ai chết thì mặc kệ, đâu liên quan gì đến tôi.

Giới tiêu cực là những hàng rào ngăn cấm. Giới tích cực là những chân trời mở rộng thênh thang, những cánh đồng bát ngát đón mời ta vào thế giới tự tại và do đó không thể gọi là giới được vì giới tức là hàng rào. Chỉ vì so sánh với giới tiêu cực nên tạm gọi là giới tích cực mà thôi.

ĂN CHAY, ĂN MẶN

Trong một chuyến hành hương sang Ấn Độ, trên máy bay vào giờ ăn có vài vị Sư Nam Tông ăn thịt do chiêu đãi viên đưa tới. Thấy thế vài phật tử Việt Nam xì xào với nhau: "Mấy ông Thầy này tu hành kiểu gì mà ăn mẶn, không biết từ bi chỔ nào!".

Một dịp khác, có một thầy Việt Nam đi cùng với phật tử đến viếng thăm một trung tâm Phật Giáo Tây Tạng. Không biết thầy này thơ thần làm sao mà lại đi ngang nhà bếp thấy họ đang xào nấu thịt bò, trở ra nói với phật tử: "Trời ơi, ở đây họ ăn thịt!".

Quan niệm của đa số phật tử Việt Nam là người tu hành không được ăn thịt, nếu ăn thịt thì không phải kẻ tu hành. Trong khi đó phật tử các nước Nam Tông khi nhìn vào người tu hành Bắc Tông thì họ nói: "Tu hành gì mà lại ăn chieu, không giữ

đúng giới luật của Phật". Khi thấy quý thầy ăn chay, họ hỏi: "Bộ quý Thầy theo Đê Bà Đạt Đa hay sao?". Nếu không may, Thầy nào thành thật trả lời: "Truyền thống chúng tôi tu hành phải ăn chay" thì họ bẻ lại ngay: "Trâu ngựa kia ăn chay ăn cỏ, vậy chúng cũng tu hành sao?".

Người ăn chay thì hãnh diện cho mình tu thật. Còn người ăn mặn nhưng ngày ăn một bữa thì cho mình tu đúng lời Phật dạy.

Là du tăng có dịp lang thang qua các Tu-Viện không phải truyền thống Việt Nam nên tôi thông cảm, không bênh bên nào cả. Tôi chỉ nói về kinh nghiệm cá nhân của mình để bạn đọc tùy ý lựa chọn.

Trước hết, trở về dòng lịch sử. Xưa kia đức Phật và chư tăng đi khất thực, ai cho gì thì các ngài ăn cái đó, không đòi hỏi phân biệt chay mặn. Trong bộ Mahavagga có vài giới cấm Tỳ Kheo không được ăn thịt của một số loài vật như: voi, ngựa, sư tử, rắn và chó. Như thế có nghĩa là được quyền ăn những loại thịt khác. Khi đi khất thực, Tỳ Kheo được phép ăn năm thú thịt, gọi là ngũ tịnh nhục:

1. Thịt ăn mà không thấy người giết.
2. Thịt ăn mà mình không nghe tiếng của con vật kêu la.
3. Thịt ăn mà mình không nghi người ta giết vì mình và cho mình ăn.
4. Thịt của con thú tự chết.
5. Thịt của con thú khác ăn còn dư.

Cũng cần thông cảm là khi đi xin ăn, một vị khách sĩ không thể nào đòi hỏi thí chủ phải cúng cho mình thứ này thứ kia theo khẩu vị và ý thích của mình được. Hơn nữa khi đi khát thực, nhiều khi phải đi đến những làng mạc xa xôi hẻo lánh nơi mà thí chủ đa số không phải là phật tử.

Khi đi khát thực, ai cho gì mình ăn cái nấy, đây là một phương pháp tu hành rất hay, nó tập cho ta bỏ tánh ham ăn ngon, ăn nhiều, bỏ tánh đòi hỏi cao lương mỹ vị, tăng trưởng hạnh tri túc và tánh bình đẳng. Điển hình là Đại Đức Pindola Bharadvaja (Tân đầu Lô Phả La Đạo) đã thân nhiên ăn ngón tay của một người cùi rụng rơi vào bình bát của ngài, khi người này cúng dường vật thực. Ở trường hợp này ta thấy việc ăn chay hay ăn mặn không còn là một vấn đề nữa. Ngoài ra

trong giới Pratimoksha của Tỳ kheo, dù là 227 giới của Tiểu Thừa hay 250 giới của Đại Thừa đều không có giới nào cấm ăn thịt cả. Do đó một Tỳ Kheo ăn thịt lạt hay thịt mặn, không thể bị xem là phạm giới được.

"Ăn mặn nói ngay, hơn ăn chay nói dối". Câu này không có nghĩa khuyên người nên ăn mặn mà cốt cảnh tỉnh người ăn chay. Vì có nhiều người ăn chay dễ dàng nên sinh lòng kiêu mạn, tự cho mình hơn người rồi khinh người ăn mặn. Hoặc có người mới bước vào Đạo đã ăn chay trường ngay, cốt để người khác khen ngợi. Ăn chay như vậy là do lòng háo danh mà ra.

Tại sao phật tử Đại Thừa lại có giới ăn chay? Trong hai kinh Đại Thừa: Lăng Già và Đại Bát Niết Bàn, đức Phật dạy đệ tử không được ăn thịt cá. Đại ý trình độ chư Tỳ Kheo lúc ban đầu còn thấp kém, chưa có thể lãnh thọ giáo pháp Đại Thừa nên Phật nói pháp Tiểu Thừa, phương tiện cho các Thầy dùng ngũ tịnh nhục. Sau này trình độ các Thầy khá hơn, lãnh thọ được pháp Đại Thừa nên Như Lai cấm tuyệt không cho ăn thịt cá

nữa. Nếu còn ăn các thứ ấy thì còn phạm giới sát sinh, không trực tiếp thì cũng gián tiếp sát sinh, làm mất hạt giống từ bi. Sau nữa Đại Thừa có kinh Phạm Võng nói về Bồ Tát giới: gồm 10 giới trọng và 48 giới khinh, trong đó giới khinh thứ 3 cấm ăn thịt. Bởi thế người nào thọ giới Bồ Tát phải trường trai.

Gần đây năm 1987, Thượng Tọa Đức Niệm soạn dịch quyển Tại Gia Bồ Tát Giới, gồm 6 giới trọng và 28 giới khinh, trong đó không bắt phải trường trai nữa mà phải giữ ít nhất 6 ngày chay trong một tháng (giới khinh thứ 7).

Nếu ta thích ăn chay vì lòng từ bi hoặc giữ giới Bồ Tát thì ta cứ việc ăn chay, nhưng đừng nên chỉ trích coi thường người ăn mặn, vì họ cũng có lý của họ.

Ngoài ra vào thời đức Phật, Đề Bà Đạt Đa đã yêu cầu Phật ban hành thêm năm điều sau đây trong giới luật của hàng xuất gia:

1. Tỳ Kheo phải sống trọn đời trong rừng.
2. Tỳ Kheo phải sống đời du phương hành khất.
3. Tỳ Kheo phải đắp y Pamsakula (y may bằng những mảnh vải lượm ở đồng rác hoặc nghĩa

địa).

4. Tỳ Kheo phải sống dưới gốc cây.

5. Tỳ Kheo phải ăn chay suốt đời.

Với lòng từ bi và đức khoan dung, đức Phật tuyên bố rằng các đệ tử của ngài được tự do hành động về năm điều này, muốn áp dụng hay không cũng được. Ngài không bắt buộc phải theo chiều nào nhất định.

Vì lý do này nên khi thấy quý thầy ăn chay, các Sư Nam Tông mới nói: "Bộ quý thầy theo Đê Bà Đạt Đa hay sao?".

Nên biết ngày nay chỉ có chư tăng Việt Nam, Trung Hoa và Đại Hàn là còn truyền thống ăn chay, các nước khác đều ăn mặn. Nhất là Tây Tạng, không những ăn thịt mà lại ăn cả ba bữa nữa.

Trong giới Bồ Tát của Tây Tạng gồm 18 giới trọng và 64 giới khinh, không có giới nào cấm ăn thịt cả. Tôi đã thọ giới này với Ganden Tripa Rinpoché thứ 98 tại institut Vajrayogini trong dịp lễ Điểm Đạo Yamantaka Tantra năm 1987. Cùng lúc ấy tôi cũng thọ giới Kim Cang Thừa gồm 14 giới trọng và 10 giới khinh. Trong 24 giới này cũng

không có giới cấm ăn thịt. Bởi vậy chư Tăng và các Lạt Ma Tây Tạng ăn thịt như thường, nhất là thịt Yak (một loại bò núi rất to).

Một lần trong buổi thuyết pháp của Thrangu Rinpoché (một vị Lạt Ma cao cấp của phái Kagyupa), có người hỏi: "Tại sao các Sư Tây Tạng không ăn chay?" Thrangu Rinpoché trả lời: "Dân Tây Tạng giết một con Yak nuôi được 10 người trong một tháng, trong khi đó nếu rửa và nấu một bó cải làm chết biết bao côn trùng sâu bọ mà chỉ nuôi được một người trong một bữa. Vậy thì cái nào lợi và ai sát sinh nhiều hơn?".

Không biết bạn đọc có đồng ý không? Nhưng theo tôi câu trả lời của Thrangu Rinpoché cũng chỉ là một lối biện hộ cho người ăn thịt mà thôi. Ta có thể tranh luận mãi về vấn đề này, vì người ăn thịt sẽ có lý lẽ của người ăn thịt và người ăn chay cũng có lý lẽ của người ăn chay. Không ai chịu thua ai! Tu hành đâu phải để ăn thua đủ với nhau mà dành phần thắng về mình.

Như vậy ăn chay hay ăn mặn cái đó tùy ý bạn. Nhưng nếu là người muốn tu hành thì chắc bạn sẽ

đồng ý với tôi rằng chúng ta ăn để sống chứ không phải sống để mà ăn. Ăn để nuôi thân, cho thân có sức khỏe để tu hành, hoặc nếu không tu thì cũng làm sao tránh khỏi bệnh tật, sống đời an vui.

Có câu "bệnh tùng khẩu nhập, họa tùng khẩu xuất", có nghĩa là mọi căn bệnh đều vào từ miệng và mọi tai họa đều từ miệng mà ra. Con người có hai phần: thể xác và tinh thần. Người đời thường chỉ lo cho thể xác, còn người tu lo tinh thần. Có nhiều người tu ăn chay chỉ ăn rau luộc chấm nước tương vì cho rằng việc ăn uống không quan trọng, việc tu niệm quan trọng hơn. Sau một thời gian cơ thể thiếu sinh tố dinh dưỡng, bệnh hoạn đủ thứ, lúc đó liền đổ tại nghiệp. Tôi thấy cái đó đúng là tại nghiệp, nghiệp vô minh không biết ăn uống đúng với luật dưỡng sinh. Thân thể ví như chiếc bè để qua sông sinh tử đến bờ Niết Bàn. Muốn qua sông mà không sẵn sóc chiếc bè, để bè mục nát, chưa đến giữa dòng bè đã tan rã, như vậy có đến được bờ bên kia không?

Ăn chay là điều rất tốt nhưng nên ăn chay một

cách thông minh. Những hành giả Yogi Ấn Độ ăn uống rất kỹ lưỡng. Họ chia thức ăn theo ba loại: tamasique, rajasique và sattvique.

Thức ăn tamasique là những loại có tính chất làm hại cơ thể tiêu hao nguyên lực và làm tâm trí hôn ám dần dần. Đó là thức ăn thiu chua hoặc quá chín, thịt cá, hành tỏi, rượu, thuốc lá, thuốc phiện, đồ hộp, đồ đông lạnh, v.v... Ăn quá no cũng được xem là tamasique. Hành giả Yogi tuyệt đối tránh ăn những loại thức ăn này.

Rajasique là những loại kích thích cơ thể, tâm trí và cảm xúc. Nó kích thích luôn cả đam mê và làm mất tự chủ. Hành giả Yogi cố tránh những thứ này càng nhiều càng tốt. Đó là trứng, cà phê, trà, đồ gia vị mạnh, quá chua, quá đắng, đường trắng, bột trắng, đồ hóa học, v.v... Ăn quá nhanh hoặc ăn nhiều thứ trộn lẫn cũng được xem là rajasique. Người tu thiền ăn những thứ này dễ bị loạn tưởng chi phối.

Sattvique là loại thức ăn bổ dưỡng cho cơ thể, đầy đủ sinh tố, dễ tiêu, giúp cho tâm trí bén nhạy, sáng suốt và vắng lặng. Đây là thức ăn chính của hành giả Yogi, gồm ngũ cốc, hoa quả, rau cải tươi, bơ, sữa, fromage, đậu hạt, mật ong, nước trái

cây, nước suối, v.v...

Người ăn chay nên ăn những thức ăn sattvique, nhưng cũng phải biết ăn theo thời tiết bốn mùa, tùy theo phong thổ và tạng âm dương.

THẦY TU CÓ VỢ

Đúng theo Đạo Phật thì người xuất gia (mà chúng ta quen gọi là Sư Tăng) không được lập gia đình. Chữ Sư có nghĩa là Thầy, chỉ có Thầy Tăng mới không được quyền có vợ, còn những ông thầy khác như giáo sư (thầy dạy học), Kỹ sư (thầy kỹ thuật), Kiến trúc sư (thầy vẽ kiểu nhà), võ sư (thầy dạy võ) v.v... những ông thầy này được quyền có vợ chứ! Ngay cả Đạo sư (thầy dạy Đạo) cũng có vợ được nếu đạo sư đó không phải là Tăng.

Gần đây có một số phật tử Việt Nam theo học Đạo với các Thầy Lạt Ma Tây Tạng. Những phật tử này thường vẫn còn khái niệm Thầy tu không được có vợ. Vì thế nên có một cô phật tử ở Canada đến nói với tôi rằng: "Con theo học với vị Lạt Ma này được hai tháng nhưng sau khi biết ông ta có vợ thì thôi, không theo học nữa".

Giá trị đạo đức của một ông Thầy không nên

được đánh giá trên việc ông ta có vợ hay không có vợ. Ở Nhật Bản các vị Tăng đa số đều có vợ. Có nhiều chùa, sau khi vị trụ trì mất thì con của họ lên thay thế làm trụ trì. Có hai vị thiền sư Nhật nổi tiếng là Shunryu Suzuki (1905-1971) tác giả quyển "Thiền tâm, Sơ tâm" (Zen mind, Beginner's mind) và Daisetz Teitaro Suzuki (1870-1966) tác giả bộ "Thiền Luận". Khi nói về hai vị này, nhiều người gọi họ là Đại Sư. Tôi tự hỏi không biết những người này có biết là hai Đại Sư của họ có vợ chăng? Nếu biết thì có còn gọi là Đại Sư nữa không?

Riêng theo truyền thống Tây Tạng thì có hai loại Lạt Ma. Lạt Ma Tăng không có vợ và Lạt Ma cư sĩ có vợ con. Chữ Lạt Ma (Lama) là dịch từ chữ Phạn Guru có nghĩa là Đạo Sư, vị Thầy chỉ đạo. Phật Giáo được truyền vào Tây Tạng khoảng thế kỷ thứ 8 do Padma-sambhava (Liên Hoa Sanh), vị này là một Đạo Sư nổi tiếng về Mật Giáo, xuất thân từ tu-viện Vikramasila, một tu-viện lớn ngang hàng với Nalanda. Padmasambhava có hai người vợ và cũng là hai đệ tử lớn. Chính ông đã sáng lập ra phái Nyingmapa (Cổ Mật), trong phái này đa số

các Lạt Ma đều là cư sĩ nên chuyện có hay không có vợ không phải là một vấn đề. Sau đó vào thế kỷ thứ 11, có thêm hai phái nữa ra đời là Kagyupa và Sakyapa. Sơ Tổ Tây Tạng phái Kagyupa là Marpa qua Ấn Độ học Đạo với Naropa rồi trở về xứ dịch kinh truyền Đạo. Đạo Sư Marpa có vợ và đệ tử xuất sắc nhất của ông là Milarépa, vị này không phải là Tăng mà là một đạo sĩ Du Già (Yogi, naldjorpa). Đệ tử kế nghiệp Milarépa là Gampopa, một vị Tăng nên bắt đầu từ Gampopa trở đi đa số đều là Tăng, nhưng vẫn còn một phần ba là cư sĩ. Kế nghiệp Gampopa là Karmapa, bắt đầu từ vị này thì có sự tái sinh trở lại ngôi vị mình cho tới Karmapa thứ 16, vị này mới mất năm 1982. Karmapa là vị lãnh đạo tối cao của phái Kagyupa, tương đương với đức Đạt Lai Lạt Ma. Vị Karmapa thứ 15 cũng có vợ. Sơ Tổ của phái Sakyapa là Sachen Kunga Nyingpo cũng có vợ và hai vị Tổ kế tiếp chính là hai con trai của ông. Đa số Lạt Ma của phái này là cư sĩ, vị lãnh đạo tối cao hiện nay là Sakya Trizin. Vào thế kỷ 14 có phái Guélugpa ra đời, Sáng Tổ là Tsongkhapa, một vị Tăng. Kế thừa sau này là Gendun Drub, Đạt Lai Lạt Ma thứ nhất. Sau khi chết, vị này tái sinh trở

lại mỗi đời, cho tới nay là Đạt Lai Lạt Ma thứ 14 (Tenzin Gyatso).

Trong bốn phái lớn vừa kể, ba phái đầu được gọi là Hồng Mạo phái (phái mũ đỏ), phái chót là Hoàng Mạo phái (phái mũ vàng). Phái này rất tôn trọng giới luật nên đa số Lạt Ma đều là Tăng.

Kể sơ các dòng phái của Tây Tạng để bạn đọc và người nào muốn theo học với Phật Giáo Tây Tạng khỏi bị bối ngỡ trước vấn đề "Lạt Ma có vợ". Với dân Tây Tạng, một vị Lạt Ma có vợ hay không, việc đó không thành vấn đề. Hơn thế nữa, trong giáo lý Mật Tông Tây Tạng (Tantrayana) có những pháp môn mà trong đó hành giả cần phải có vợ hay một người nữ cùng tu để tập chuyển hóa những năng lực tính dục (énergie sexuelle) hầu sớm mau đắc đạo. Đây là một điều mà Phật tử Việt Nam không thể nào hiểu nổi, nhiều khi còn cho đó là bàng môn tả đạo. Và đây cũng là một lý do mà tôi không muốn truyền bá Phật Giáo Tây Tạng sau sáu năm học Đạo với các Lạt Ma.

Tạm bỏ qua chuyện Sư Nhật hay Lạt Ma Tây

Tạng có vợ, bây giờ nói đến chuyện Sư thật hoàn tục để cưới vợ. Theo truyền thống Phật Giáo ở các nước Nam Tông như Thái Lan, Miến Điện, Tích Lan, Lào, Cam Bốt, các vị Sư tu hành lâu năm hoàn tục vẫn được phật tử kính nể vì họ quan niệm rằng vị Sư đó dù đã hoàn tục nhưng kiến thức và phẩm chất đạo đức của ông vẫn không mất. Ngược lại trong giới phật tử Việt Nam thì lại quan niệm việc hoàn tục là một sự thất bại, có nghĩa là vị Sư đó tu hành không đến nơi đến chốn, không có nghị lực để bị sa ngã, v.v... Vì đa số phật tử quan niệm như thế nên các vị Sư hoàn tục thường có mặc cảm tội lỗi, hoặc xấu hổ rồi đoạn tuyệt hẳn với Đạo Phật, không dám bén mảng tới chùa nữa. Như vậy không những chùa mất đi một vị Tăng mà còn mất luôn một người phật tử nữa. Đây là một điều đáng tiếc và quan niệm này hãy còn thiếu nhiều thương yêu hiểu biết.

"Chiếc áo không làm nên Thầy tu" kia mà! Sao chúng ta cứ mãi vô minh cố chấp vào hình thức? Tu là phải như thế này, phải như thế kia! Từ lúc vào chùa đi tu đến nay, tôi đã chứng kiến

nhiều huynh đệ hoàn tục. Ban đầu tôi cũng bất mãn, thậm chí trách Thầy tôi sao không khuyên răn ngăn cản họ. Nhưng rồi với thời gian, tôi hiểu và thông cảm, thấy rằng họ còn những bài học cần phải học, cần phải hiểu để tiến hóa. Đạo không nhất thiết phải học ở trong chùa hay trong kinh sách mà Đạo ở khắp mọi nơi.

Có nhiều phật tử phê phán: "Tội nghiệp Thầy đó nghiệp nặng, hoặc Sư Cô đó còn nặng nợ trần gian". Họ làm như mình không còn nặng nợ nữa vậy. Có biết đâu mình cũng nặng nợ như ai nhưng trốn nợ hoặc chưa tới lúc phải trả đó thôi.

TÌM THẦY TRONG KHUNG

Đi tìm Đạo tức là đi tìm Thầy. Do đó có câu: "Tâm Sư học Đạo". Vì thế chữ Đạo không thể rời chữ Sư. Đức Phật là một Đạo Sư, người chỉ đường đến Niết Bàn và con đường này được gọi là Đạo Phật. Chúa Giê-Su cũng là một Đạo Sư, người chỉ đường về nước trời (Thiên Đàng) và con đường này được gọi là Đạo Chúa. Ngày nay hai vị Đạo Sư này không còn nhưng có các đệ tử đại diện cho hai ngài, đó là quý Thầy Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức, hoặc các cha Linh Mục, Giám Mục, Hồng Y, v.v...

* Tìm Thầy hay tìm một người mẫu lý tưởng?

Trong quyển Vô Ngã, viết năm 1990, chương "Liên hệ Thầy trò", tôi có nói là người tu hành ban đầu rất cần sự hướng dẫn của một vị Thầy. Nếu theo một Thầy lành, ta sẽ trở nên lành; nếu theo một Thầy ác, ta sẽ trở nên ác. Do đó người tu

hành phải sáng suốt lựa chọn cho mình một vị Thầy xứng đáng tin tưởng. Nếu lựa chọn đúng thì sự tu hành gặp nhiều thiện duyên tiến triển. Nếu lựa chọn sai thì có thể thối thất đạo tâm, không muốn tu hành, nhiều khi đâm ra hận và chán ghét luôn tất cả Thầy khác.

Ở đây tôi sẽ không giới thiệu bạn một Thầy mẫu lý tưởng mà chỉ nói lên sự nhận xét của tôi về chuyện tìm Thầy.

Tìm Thầy cũng giống như tìm bác sĩ vậy. Khi bị bệnh muốn khỏi thì phải đi tìm bác sĩ. Thí dụ trong tỉnh bạn ở có 10 ông bác sĩ. Sự đi tìm bác sĩ có thể được chia ra làm ba giai đoạn:

1. Tìm bác sĩ gần nhà nhất.
2. Tìm bác sĩ nổi tiếng hoặc do người quen giới thiệu.
3. Chính mình đi hết 10 ông bác sĩ.

Khi mới bị bệnh, bạn sẽ tìm đến một ông bác sĩ gần nhà nhất. Nếu bệnh của bạn không nặng lắm và ông ta cho thuốc chữa khỏi thì bạn không cần tìm một ông bác sĩ khác nữa.

Nhưng nếu bệnh của bạn thuộc loại nan y và ông ta không chữa khỏi, hoặc bạn đi chữa nhiều lần

mà không thấy khá thì lúc đó bạn sẽ cảm thấy cần phải tìm một ông bác sĩ khác khác hơn. Bạn có thể tìm đến một ông bác sĩ nổi tiếng trong vùng hoặc nhờ người quen giới thiệu. Nếu ông bác sĩ này chữa bạn hết bệnh hoặc bạn cảm thấy bệnh tình thuyên giảm thì bạn sẽ tiếp tục đến với ông ta và không cần đi tìm một bác sĩ khác nữa. Nhưng nếu ngay cả ông bác sĩ nổi tiếng này cũng không chữa bạn hết bệnh được thì giải pháp thứ ba là bạn phải tự mình chịu khó đi khám hết 10 ông bác sĩ trong vùng, may ra sẽ tìm được một ông chữa cho bạn khỏi bệnh.

Trong trường hợp cả 10 ông bác sĩ trong tỉnh cũng không chữa hết bệnh thì có lẽ bạn phải chịu khó lặn lội sang tỉnh lân cận để tìm bác sĩ khác. Và đây là một giải pháp thứ tư. Ta có thể tiếp tục đưa ra nhiều giả thuyết và sẽ có nhiều giải pháp khác nhau. Nhưng tôi tạm ngưng ở ba giai đoạn đầu.

Đi tìm Thầy học Đạo cũng tương tự như vậy. Bình thường chúng ta không bao giờ nghĩ chuyện tới chùa. Đến khi trong nhà có ai bệnh, ai chết cần phải cầu an, cầu siêu thì lúc đó ta đến đại một chùa nào gần nhà có Thầy cầu an, cầu siêu. Nếu

bệnh của ta chỉ là bệnh cần tín ngưỡng, cần cầu xin ơn trên gia hộ thì tất cả chùa nào có đầy đủ tượng Phật trang nghiêm, có quý Thầy tụng niệm nhíp nhang hợp nhĩ là có thể cứu khổ cho ta được rồi.

Nhưng có những người sau thời gian cầu an, cầu siêu bỗng nhiên nghe lòng chán ngán cuộc đời vô thường, muốn tìm hiểu nhiều hơn và bắt đầu thỉnh kinh sách về đọc. Càng đọc càng thấm thía, muốn tìm hiểu hơn, muốn đi nghe thuyết pháp, muốn tu thiết, muốn ngồi thiền, trì chú, v.v... Nếu vị Thầy trụ trì ở đó ngoài việc ứng phú, tụng kinh làm đám, còn biết giảng Đạo thuyết pháp thì quá tốt, ta sẽ không cần phải đi tìm Thầy khác học Đạo. Nhưng nếu sau một thời gian học Đạo với Thầy, ta cảm thấy mình thông minh quá, học đâu hiểu đó và hình như Thầy cứ giảng đi giảng lại hoài những đề tài cũ rích. Đến đây ta sẽ nảy lên ý niệm muốn đi tìm Thầy khác giỏi hơn. Đây chính là giai đoạn hai: đi tìm Thầy nổi tiếng hoặc nghe đồn về Thầy nào giỏi. Nhiều người ở Pháp, Mỹ mua vé về Việt Nam xin làm đệ tử Thầy Thanh Từ, hoặc ở Việt Nam thì muốn sang Pháp tu học với Thầy Nhất Hạnh, hoặc gần đây có một số

người muốn sang Ấn Độ, Dharamsala, làm đệ tử của đức Dalai Lama, hoặc các Lạt Ma Tây Tạng vì cho rằng các Lạt Ma tu cao hơn, nhiều thần thông. Họ đâu biết rằng Phật Giáo Tây Tạng cũng có những lũng củng nội bộ, chia rẽ tông phái, thù hiềm lẫn nhau.

Anh A thích tu theo Thầy Thanh Từ thì cứ để anh theo. Cô B thích theo Thầy Nhất Hạnh thì cứ để cô theo. Chị C thích theo Thầy Tây Tạng thì cứ để chị theo. Chúng ta là những người đang đi trong sa mạc nắng chói, cần tìm bóng mát. Các vị Thầy là những bóng cây che mát. Sao ta lại đại dột chia rẽ, níu kéo nhau, muốn mọi người phải theo về ông Thầy của mình, Thầy mình là giỏi nhất, là bậc chân tu đắc đạo.

Song le, có những người theo học với Thầy nổi tiếng trong một thời gian mà vẫn không thỏa mãn, còn nhiều nội kết đau khổ trong lòng chưa giải tỏa được. Đến đây ta bước sang giai đoạn ba là lên đường tham vấn tất cả Thầy khác. Điều này xưa kia các thiền sư Trung Hoa đã có làm, gọi là hành cước.

Thông thường giai đoạn ba ít có người đến vì đa số dừng lại ở giai đoạn hai. Khi được làm đệ tử của một Thầy nổi tiếng, có ai dại gì mà lại bỏ đi. Nếu có bỏ đi thì chắc phải tìm Thầy nổi tiếng hơn nữa, hơi đâu mà đi tìm một Thầy vô danh tiểu tốt. Được làm đệ tử của một Thầy nổi tiếng, dù không đắc đạo đi nữa, cái Ta (ngã) của mình không nhiều thì ít cũng được hưởng lây danh của Thầy.

Sau giai đoạn ba còn nhiều giai đoạn tìm Thầy nữa, nhưng theo tôi, có một giai đoạn sau cùng mà rất ít ai nghĩ tới, đó là giai đoạn mà ta không còn là đệ tử của một cá nhân ông Thầy nào nữa, mà là đệ tử của một bóng cây, một dòng sông, một đám mây, một cơn mưa, một ông già, một em bé, v.v...

Trong quyển "Câu chuyện dòng sông" của Hermann Hesse, Siddharta đã gặp và biết đức Phật là một Đạo Sư đắc đạo nhưng anh ta vẫn không theo, trở về ngồi bên dòng sông, lắng nghe dòng sông. Không phải vì Phật là một Đạo Sư nổi tiếng mà ta phải cố bám chạy theo. Không phải vì tôi là một tu sĩ Phật Giáo mà tôi phải luôn luôn ca

tụng Đạo Phật. Vì Đạo Phật không phải là chân lý mà chỉ là con đường dẫn đến chân lý. Các Đạo khác cũng vậy, không phải là chân lý mà chỉ là con đường dẫn đến chân lý. Tôi đến với Đạo Phật vì tôi có nhân duyên và hoàn cảnh nhiều hơn đối với Đạo khác.

Trên đây là ba giai đoạn thông thường của sự tìm Thầy. Trong mỗi giai đoạn chúng ta đều mang theo một cái khung về ông Thầy. Đó là những khái niệm cứng nhắc sẵn có của ta về một ông Thầy lý tưởng. Thí dụ theo tôi thì một ông Thầy lý tưởng phải như sau:

- Hiền như Bụt.
- Khờ khạo không biết gì về chuyện đời.
- Sống kham khổ, ăn mặc thô sơ.
- Suốt ngày chỉ biết gõ mõ, tụng kinh, niệm Phật.

Nếu tôi thích ứng phú thì tôi sẽ thêm vào:

- Thầy phải biết tán tụng đúng điệu miền Trung, tán rơi, tán xấp, tán trạo, v.v...
- Thầy phải biết làm số làm điệp ...

Hoặc nếu tôi biết đôi chút về giáo lý thì thêm:

- Thầy phải biết tất cả giáo lý căn bản.
- Thầy phải biết giảng kinh Pháp Hoa, Niết Bàn, Kim Cang, v.v...

Nếu tôi thích tu Thiền thì sẽ thêm:

- Thầy phải có định lực này nọ...
- Thầy phải ngồi thiền suốt ngày hay ít nhất là bốn tiếng một ngày...

Hoặc nếu thích Mật Tông thì:

- Thầy phải biết làm bùa vẽ chú, trừ ma yếm quý, v.v...

Cứ thế, cái danh sách tiêu chuẩn về Thầy lý tưởng của tôi dài hay ngắn tùy theo sự hiểu biết nhiều hay ít về Đạo. Sau đó tôi đóng khung cái danh sách này rồi mang nó đi tìm Thầy. Nếu thấy Thầy nào hợp với những tiêu chuẩn ấn định trong khung thì tôi cho Thầy đó xứng đáng làm Thầy của tôi, là một Thầy tu chân chính.

Chúng ta thường khao khát đi tìm một Thầy chân tu đạo đức. Nhưng chân tu đạo đức của ai? Của ta hay của ông Thầy đó? Chân tu của ta có nghĩa là gì? Đạo đức theo ta là sao? Phải chăng là những tiêu chuẩn đóng khung của ta? Ta đi tìm ông Thầy tự thân hay đi tìm ông Thầy trong khung của mình?

Thầy tôi phải như thế này, phải như thế nọ! Thầy tu không được như thế này, không được như thế

kia!

Trước khi đi tu, tôi đã học đến cử nhân vật lý (licence de physique) ở Đại Học Orsay. Khi đi tu, tôi nghĩ rằng bằng cấp thế gian không có ích lợi gì và cũng không có gì đáng để phô trương, vì Đạo Phật há chẳng dạy buông xả hết sao! Thế nhưng sau khi vào chùa tôi thấy quý Thầy hay trưng bằng tiến sĩ (Ph.D) ra, và nhiều Thầy khuyên tôi nên trở lại Đại Học để lấy bằng tiến sĩ, vì thời nay nếu có bằng cấp cao thì dễ làm Đạo, nói người ta mới nghe, mới nể. Nghe nói hợp lý nên tôi cũng tính đi học lại để lấy bằng Ph.D, nhưng một hôm ngồi nói chuyện với chú Minh Lâm, chú nói một câu làm tôi tỉnh ngộ: "Sao quý Thầy cứ tốn thì giờ theo đuổi bằng cấp ngoài đời làm chi! Xả lợi Phất, Mục kiên Liên đâu có bằng Ph.D mà vẫn đắc đạo". Cuối cùng tôi đã nghe lời chú nên tới nay tôi vẫn không có bằng Ph.D. Nói vậy bạn đừng hiểu lầm cho tôi chống báng bằng cấp. Bằng cấp chỉ là bằng cấp, tự nó vô hại, chỉ có những khái niệm về bằng cấp mới là nguy hiểm mà thôi. Bằng cấp dùng để chứng minh trình độ kiến thức. Ngày nay với sự tiến bộ của khoa học, bạn có thể tham khảo

tất cả Tam Tạng Kinh Điển anh ngữ trên hệ thống Internet ngay nơi phòng ngủ của mình nếu bạn có máy vi tính. Với Internet bạn có thể mở mang kiến thức của mình 24 tiếng trong ngày nếu bạn muốn mà không cần phải vào Đại Học hay Thư Viện.

TÌM THẦY ĐẮC ĐẠO

Theo tôi nghĩ, không phải ai cũng muốn tìm Thầy đắc đạo, vì đa số chỉ cần một Thầy hướng dẫn tinh thần là đủ. Tuy nhiên ước muốn tìm Thầy đắc đạo không phải là không có, nhất là đối với người muốn tu hành thực sự, muốn giải thoát luân hồi càng sớm càng tốt. Là phật tử, chắc bạn cũng biết thời nay là thời mạt pháp, cách Phật xa hơn 2500 năm, tìm đâu ra Thầy đắc đạo? Mà đắc đạo theo bạn là thế nào? Có phải khi nhìn vào bạn, ông Thầy đó liền biết quá khứ, vị lai của bạn không? Nếu vậy thì Thầy đó có khác gì thầy bói tướng? Có phải Thầy đó biết trừ ma yểm quỷ, làm cho gia đạo của bạn được bình an không? Nếu thế thì đó là thầy bùa, thầy pháp rồi.

Đắc đạo có phải ngồi thiền nhập định suốt ngày suốt đêm không? Ở Ấn Độ có nhiều đạo sĩ Fakir có thể ngồi hoặc nằm suốt ngày trên những bàn chông hoặc đứng một chân, giơ một tay suốt cả

tuần cả tháng. Theo bạn nghĩ, mấy ông này có đắc đạo không?

Đắc đạo có phải là giảng được những bộ kinh lớn Đại Thừa như Kim Cang, Niết Nàn, Hoa Nghiêm không? Mấy giáo sư Đại Học Triết ở Pháp, Bỉ, Mỹ cũng giảng được các kinh này và nhiều khi còn dẫn chứng đầy đủ hơn quý Thầy nữa.

Biết trước giờ chết của mình hoặc muốn chết thì chết như chuyện gia đình Bằng Long Uẩn của Thiền Tông, có phải là đắc đạo không? Ở Ấn Độ các đạo sĩ Du Già (Yogi) luyện tập pháp môn làm chủ hơi thở Pranayama có thể tùy ý làm đứng nhịp tim hoặc ngưng hơi thở để chôn sống hai ba ngày, sau đó sống trở lại như thường. Không biết mấy ông này đã đắc đạo chưa? Mà cho dù đắc đạo đi nữa cũng phải chờ đến khi ông ta chết tự tại rồi mới biết là đắc đạo, và như vậy đâu còn ích lợi gì cho tôi, nếu có thì chỉ xin hình ông ta đem về để lên bàn thờ tôn sùng khẩn vái.

Bạn cho rằng tôi không thích mấy ông Thầy đắc đạo sao? Chính vì thích mấy Thầy đắc đạo nên tôi

đã rời chùa, khăn gói lên đường tìm các bậc chân sư đắc đạo. Chữ đắc đạo đã làm tôi say mê đắm đuối trong suốt bảy năm (từ 87 đến 93). Ngoài chuyện tìm Thầy đắc đạo, tôi còn muốn đắc đạo ngay trong đời này nữa, muốn bắt chước Milarépa. Vì thế tôi đã đi tìm học với các Thầy Tây Tạng và nhập thất ba năm. Nhưng bây giờ tôi không còn muốn tìm Thầy đắc đạo nữa, chỉ muốn tìm Thầy chỉ "Đạo Sống" khác với Đạo Chết. Đạo chết là Đạo dạy tu hành để sau khi chết được lên thiên đàng hay vào Niết Bàn, v.v...và nhiều lúc chỉ vì muốn nhập Niết Bàn hay lên thiên đàng sớm mà người ta bỏ quên sự sống hiện tại, đánh mất bao nhiêu sinh lực và tiền của.

Đạo Sống là sống cho ra sống, hiểu được ý nghĩa của sự sống, thực hiện an vui hạnh phúc ngay trong hiện tại, sống hoà hợp thương yêu với chính mình và mọi người, biết chấp nhận cả thiện lẫn ác.

Lúc trước mỗi khi nghe nói ở đâu có Thầy tu cao, đắc đạo là tôi liền tìm đến cầu học. Nhưng tôi chỉ ở được vài tuần hoặc vài tháng rồi lại bỏ đi. Bởi vì

tôi không bắt được sự thông cảm hai chiều, có nghĩa là trò phải hiểu Thầy chứ Thầy không cần hiểu trò. Thầy dạy sao thì nghe vậy, hiểu hay không cũng phải làm theo. Có nhiều Thầy còn muốn tôi trở thành y hệt như ông ta, trở thành hình bóng của ông ta. Nhưng làm sao tôi trở thành hình bóng của một người khác được! Do đó cú thế mà tiếp tục tìm Sư học Đạo. Thế rồi có một lần tôi dừng lại, tự hỏi làm sao biết được Thầy kia là người đắc đạo? Mà đắc đạo là đắc đạo gì? Ở đây nếu bạn giỏi kinh thì có thể trả lời: người đắc đạo là đắc cái vô sở đắc, chúng cái vô sở chúng, dĩ vô sở đắc cố, cố danh chân đắc. Trả lời như vậy thì đúng là tinh thần bát nhã rồi, nhưng thú thật với bạn, tôi thấy nó không ăn nhập gì với tôi cả.

Bạn tu theo Đạo Phật, tôi cũng tu theo Đạo Phật, nhưng Đạo Phật của bạn có chắc là Đạo Phật của tôi không? Chắc chắn là không rồi. Cũng cùng là Phật Thích Ca nhưng Phật Thích Ca trong đầu bạn đâu có giống Phật Thích Ca trong đầu tôi. Không tin bạn cứ nhìn các tượng Phật thì biết. Tượng Phật của Trung Hoa, Nhật Bản thì mập mạp, đầy đà; tượng Phật của Thái Lan, Miến Điện

thì gầy gò, bụng thắt lưng eo.

Ở gần một Thầy đắc đạo mà không cảm thấy an vui hạnh phúc, ngược lại chỉ thấy buồn bực, khó chịu thì sự đắc đạo của ông ta có giúp ích gì cho mình? Hơn nữa làm sao biết được ông ta đắc đạo? Mình chỉ biết người khác đắc đạo khi chính mình đã đắc đạo. Nếu chưa được như vậy mà dám cho kẻ khác đắc đạo thì đó chỉ là một khái niệm đắc đạo chủ quan. Thêm vào đó, đắc đạo nào? Đạo Phật chăng? Như đã nói hồi nãy, Đạo Phật có nhiều truyền thống, mỗi truyền thống lại có nhiều tông phái, mỗi tông phái lại có nhiều khái niệm đắc đạo khác nhau. Bởi vậy khi đi tìm Thầy đắc đạo, ta cần phải xác định lại cái Đạo mà mình cần đắc, sau đó quan sát xem ông Thầy "đắc đạo" mà mình theo học có thể hiện cái Đạo mà mình muốn đắc hay không?

Giờ đây, bất cứ ai cũng có thể làm Thầy tôi được, từ một em bé đến một bà lão. Ngay cả bạn nữa, nếu bạn biết sống cho ra sống, tự thân bạn tỏa ra niềm vui, tỏa ra tình thương và sự chân thật thì thế nào tôi cũng có dịp đến học Đạo với bạn.

CHƯƠNG II

THEO TÂY TẠNG

Khoảng tháng hai năm 94, tại chùa Đức Viên, San Jose, trong một buổi giảng nói về đề tài "Cứu độ Mẹ Đất". Có một phật tử đứng lên hỏi: "Nghe nói Thầy tu nhập thất với bên Tây Tạng, vậy có gì hay xin Thầy kể lại cho phật tử nghe". Lúc đó vì không có ý định truyền bá Mật Tông Tây Tạng nên tôi đã thông qua và không trả lời trực tiếp. Sau này thấy có nhiều sách vở Tây Tạng được dịch sang tiếng Việt và một số phật tử Việt Nam bắt đầu hâm mộ Tây Tạng nên tôi thấy đến lúc có thể nói lên cảm nghĩ của mình.

Hồi còn học lớp 11, tôi có dịp đọc "Le troisième oeil" (con mắt thứ ba) của Lobsang Rampa, nói về sự huyền bí của Tây Tạng cùng với những buổi lễ Điểm Đạo và khai mở thần nhãn của ông. Sau đó tôi đã đi mua hết một loạt sách khác của ông ta để đọc, nhưng rồi cũng thả trôi vào lãng quên vì phải bận học thi cuối năm.

Sau này có dịp nói chuyện với các Lạt Ma Tây Tạng thì phần đông không biết Lobsang Rampa là ai, một số khác nói Lobsang Rampa là người khỏe khoắn bịp đời. Dù thế nào đi nữa Lobsang Rampa cũng đã có công thu hút quần chúng phương tây tìm đến Phật Giáo Tây Tạng qua những sách của ông. Ngay cả trong giới Việt Nam, một số người đọc "Tây Tạng huyền bí" do Nguyễn Hữu Kiệt dịch, cũng dần dà để ý đến Phật Giáo Tây Tạng.

Ngoài Lobsang Rampa, còn có hai người Âu tiên phong trong việc thám hiểm và giới thiệu Phật Giáo Tây Tạng đó là bà Alexandra David-Neel người Pháp và ông Anagarika Govinda người Đức. Hai người này đã viết nhiều sách kể lại cuộc hành trình và tu học của họ tại xứ Tây Tạng. Những sách này rất có giá trị và chính xác, bạn đọc có thể tìm thấy những sách này trong phần Thư Mục. Nếu đọc để có một khái niệm hay kiến thức về Phật Giáo Tây Tạng thì không có gì đáng nói, nhưng từ đó mà muốn đi tu theo Tây Tạng thì bạn đọc cần nhớ một điều: hai người trên đã kể lại những dữ kiện và sự tu hành của họ tại xứ Tây

Tạng cách đây trên sáu bảy chục năm. Hoàn cảnh, không gian, thời gian đã thay đổi. Ngày nay chúng ta không thể làm giống như họ, nghĩa là sang tận xứ Tây Tạng len lỏi vào các Tu Viện nơi rừng sâu, núi thẳm để tìm Sư học Đạo vì nhiều lý do : 1/ Tây Tạng không phải dễ đi, lại nằm dưới sự đô hộ của Trung Cộng - 2/ Hiện nay ở Âu Mỹ cũng có khá nhiều Trung Tâm Phật Giáo Tây Tạng cùng với các vị Lama và Rinpoché, ta có thể đến học Đạo trực tiếp với các ngài. Tuy nhiên sự học Đạo với Tây Tạng tại Pháp hay Mỹ sẽ không giống hoàn toàn như những điều mà bạn đã được đọc trong các sách của Alexandra David-Neel hay của Anagarika Govinda. Nói như vậy vì chính tôi đã lần mò học Đạo với Tây Tạng từ năm 1987 tới nay.

Năm 1985 tôi bắt đầu vào Chùa Linh Sơn tập sự tu học, sau sáu tháng Hòa Thượng Huyền-Vi cho phép tôi làm lễ thế phát xuất gia nhập chúng. Chương trình tu học ở đây tương đối khá đầy đủ :

5g30 : Thức chúng

6g : Lăng Nghiêm, kinh hành

7g30 : Điểm tâm

- 8g : Chấp tác
- 10g : Xem kinh, tự học
- 11g45: Ngộ trai
- 13g : Chỉ tịnh
- 14g : Vào lớp học
- 16g : Chấp tác
- 18g : Tịnh Độ, Cầu Siêu...
- 20g : Vào lớp học
- 22g : Tọa Thiền
- 23g30: An túc

Như vậy mỗi ngày chúng tôi được học giáo lý hai lần vào buổi chiều và buổi tối. Ngoài những bộ luật căn bản như Tỳ Ni, Sa Di, Oai Nghi, Cảnh Sách, chúng tôi còn được học những kinh luận khác cùng Sử Học, Hán văn và Pali. Ngoài giờ học, Tăng Ni còn được vào Thư Viện tham khảo thêm các sách ngoại quốc. Có thể nói đây là một điều may mắn cho những ai ham học, vì theo tôi biết ở vài chùa khác, các chú tiểu mới xuất gia chỉ được học bốn bộ luật Sa Di và hai thời công phu mà thôi, không được đụng vào sách vở gì khác. Hoặc có chùa thân nhận đệ tử xuất gia mà không dạy dỗ đến nơi đến chốn, chỉ để họ làm lụng suốt

ngày hoặc tụng kinh làm đám.

Ngày tôi được thọ giới Sa Di, trong hàng giới Sư có hai vị ngoại quốc đó là Guéshé Lobsang Tengyé mà chúng tôi quen gọi là Thượng Tọa Tây Tạng và Thượng Tọa Pasadika người Đức.

Guéshé là một giáo phẩm tương đương với tiến sĩ Phật Học. Guéshé Tengyé thuộc phái Guélugpa, tức phái Hoàng Mạo. Guéshé Tengyé trước kia tá túc tại chùa Linh Sơn gần hai năm trước khi được Lama Yéshé và Lama Zopa Rinpoché mời xuống Toulouse làm trụ trì Tu Viện Institut Vajrayogini. Guéshé không biết tiếng Pháp, nhưng nói được chút ít tiếng Anh. Thượng Tọa Pasadika trước kia đã từng du học tại Thái Lan, Ấn Độ và Nhật Bản. Trong thời gian ở Ấn Độ, Thượng Tọa học ở Đại Học Nalanda nên đã quen thân với quý Hòa Thượng Minh Châu, Huyền Vi và Thiệu Châu. Thượng Tọa là người kiến văn quảng bác, thông thạo nhiều thứ tiếng (Anh, Pháp, Thái, Ấn, Tây Tạng, Pali, Sanskrit), chính luận án tiến sĩ của Thượng Tọa được viết bằng Sanskrit. Từ Ấn Độ trở về Âu Châu, Thượng Tọa cũng tá túc tại Tu Viện Linh Sơn hai năm trước khi về Đức.

Vì có nhân duyên với Linh Sơn nên cả hai vị, hàng năm đều trở về chùa vào dịp Tết Nguyên Đán và lễ Phật Đản. Mỗi lần như vậy tôi lại tìm cách gần gũi để thưa hỏi đạo lý. Với Thượng Tọa Pasadika, tôi ưa hỏi về giáo lý Trung Quán và Duy Thức, với Guéshé Têngyé thì tôi xin ngài truyền dạy vài ba câu chú (mantra) của Tara, Văn Thù, Dược Sư...

Trong số huynh đệ đồng tu với tôi có hai người cũng thích Phật Giáo Tây Tạng, đó là huynh Trí Pháp và Ni Cô Trí An. Hai người này đọc sách và biết về Tây Tạng nhiều hơn tôi. Mỗi lần Guéshé Têngyé về chùa, chính huynh Trí Pháp thúc giục và bày cho tôi hỏi về những câu chú. Nhiều lần đọc trong sách thấy nói về bài chú 100 chủng tự mà không tìm thấy bài chú ở đâu nên huynh Trí Pháp nhờ tôi lên hỏi Guéshé. Guéshé liền đọc bài chú cho tôi nhưng bài chú quá dài, và lại lúc đó tôi không biết tiếng Tây Tạng nên không lập lại được. Túng thế, tôi bèn xuống nhà đem máy thu thanh lên, xin Guéshé đọc chậm từng chữ, sau đó tôi nghe lại và phiên âm ra nửa tiếng Việt nửa tiếng Pháp cho dễ đọc. Được bài chú, huynh Trí

Pháp mừng rỡ cảm ơn tôi riu rít. Lúc đó tuy chưa biết bài chú này là thế nào, công năng của nó ra sao nhưng cứ nhìn vẻ mặt ngạc nhiên của Guéshe Tengyé khi tôi xin bài chú và sự mừng rỡ của huynh Trí Pháp, tôi đoán có lẽ bài chú này linh thiêng nên cũng ráng học thuộc lòng và tụng hàng ngày.

Mãi sau này khi giao du với các chùa Tây Tạng, nghe họ tụng trong khóa lễ tôi mới biết đó là bài chú 100 chủng tử của Kim Cang Tát Đỏa (Vajrasattva), có công năng tiêu trừ nghiệp chướng.

Trong ba người chúng tôi, có lẽ Ni Cô Trí An là người say mê Phật Giáo Tây Tạng nhiều hơn hết. Cô rất thích trì chú, chú Lăng Nghiêm và chú Lục Tự Đại Minh (Om Mani Padme Hum). Trong lúc tôi phải làm thơ ký thường trực cho chùa và hội, lo việc thơ từ lăng xăng thì cô Trí An được giao phó làm Tri Tạng trông coi thư viện, sắp xếp kinh sách, nhờ đó cô có dịp tham khảo nhiều sách Tây Tạng. Chính cô đã kể sơ cho tôi về các Sư Tây Tạng, Dalai Lama, Trungpa Rinpoché, Tarthang Tulku ...

Tôi mới thọ giới hôm 23/5 thì năm ngày sau tức 28/5 có đức Dalai Lama đến viếng thăm Tự Viện Linh Sơn. Lúc đó tôi chưa biết gì nhiều về ngài, chỉ biết sơ ngài là một nhân vật quan trọng, vị lãnh đạo tối cao của chính phủ lưu vong và Phật Giáo Tây Tạng.

Để chuẩn bị đón tiếp ngài, Tăng Ni trong chùa trước đó đã được phân chia công tác, phần tôi sẽ làm xướng ngôn viên để giới thiệu tiểu sử của ngài cho phật tử. Bởi thế tôi đã phải vào thư viện lục các sách báo nói về ngài đọc trước và nhờ vậy tôi mới biết nhiều hơn về ngài. Hôm ngài đến, mặc dù là một ngày trong tuần nhưng phật tử đến chật ních. Họ đến đông như vậy để chiêm bái đức "Phật sống" Tây Tạng. Danh từ "Phật sống" này tôi không đồng ý lắm vì Phật sống tức không phải Phật chết, mà Phật là người đã thoát ra ngoài vòng sống chết, đâu thể nói Phật sống hay Phật chết. Hơn nữa đã có nhiều người hỏi ngài có phải là Phật sống không, thì ngài trả lời: "Tôi chỉ là một tu sĩ Phật Giáo mà thôi". Tôi còn nhớ, trước khi ra về, ngài dạy cho phật tử câu chú của Phật Thích Ca, câu chú đó là: Om Muni Muni Maha Muniyé

Soha. Sau đó ngài ra xe để đến thuyết pháp tại Pavillon Baltar ở tỉnh gần bên là Nogent-sur-Marne. Tôi may mắn đã được dự buổi thuyết pháp này vì tôi làm tài xế chở hai vị Guéshé: Lobsang Tengyé và Seunam Gyaltzen. Hai vị này đều thuộc phái Guélugpa. Guéshé Tengyé xuất thân ở Phật Học Viện Séra, Guéshé Seunam xuất thân ở Phật Học Viện Ganden. Trước kia phái Guélugpa có ba Phật Học Viện lớn nhất quanh thủ đô Lhasa. Phật Học Viện thứ nhất là Drépung với khoảng 8000 học Tăng, thứ hai là Séra với 5000 học Tăng, và sau là Ganden với khoảng 3000 học Tăng. Sau khi Trung Cộng chiếm Tây Tạng vào năm 1959, dân tỵ nạn Tây Tạng di cư sang Ấn Độ và có tái lập lại ba trường Phật Học trên ở vùng Nam Ấn nhưng số học Tăng chỉ còn trên dưới 500.

Ở chương sau, tôi sẽ nói rõ hơn về bốn tông phái chính của Tây Tạng và cách xưng hô giáo phẩm như Rinpoché, Guéshé, Khenpo, v.v...

Sau buổi viếng thăm của đức Dalai Lama tại Tự Viện, ai nấy đều phải trở về sinh hoạt hàng ngày, Tăng Ni phải lo tu học. Vì thế mà tôi cũng quên

dần không để ý đến Phật Giáo Tây Tạng nữa. Cho đến một hôm tôi nghe nói Ni Cô Trí An sửa soạn xin đi Ấn Độ, Dharamsala, để tu học. Hỏi ra tôi biết cô đã liên lạc với Doboomb Tulku ở Tibet House. Vị Lama này có ghé đến Linh Sơn một lần và tôi cũng tham hỏi ngài về câu chú Chuẩn Đề nhưng ngài bảo không biết gì về chú này cả làm tôi thất vọng nên sau đó tôi không hỏi thêm gì nữa. Ni Cô Trí An có rủ tôi cùng đi Ấn Độ tu học với các Lama Tây Tạng nhưng lúc đó có lẽ nhân duyên chưa đến và tôi nghĩ ở bên Pháp này cũng có nhiều Lama và chùa Tây Tạng, đâu cần phải sang Ấn Độ, nên tôi đã từ chối.

Ngày 16/1/1987 Ni Cô Trí An lên đường đi Ấn Độ, sáng hôm đó tôi định xuống lấy xe chở cô ấy ra phi trường Orly, nhưng xuống tìm xe không thấy vì tối hôm trước có Thầy Giác Hoàn đến mượn xe chùa mà tôi không hay. Tôi không nhớ lúc đó tại sao không ai nghĩ ra chuyện gọi taxi mà lại để cho cô ấy đi métro. Thấy tội nghiệp thân gái dặm trường, một thân một mình, ra đi học Đạo nơi xứ người nên Thầy Quảng Duệ, Cô Trí Lạc và tôi xin đi tháp tùng và tiễn cô ấy ra phi trường. Hôm đó

trời mưa tuyết và métro cũng bị trục trặc nhưng may sao chúng tôi đến kịp giờ và vẫy chào cô ấy lần cuối.

Sang Ấn Độ, Dharamsala, cô Trí An có biên thơ về chùa vài lần kể lại chũng buổi thuyết pháp của Đức Dalai Lama, và có gởi cho tôi quyển "Clear light of Bliss" của Guéshé Kelsang Gyatso. Tôi có đọc qua nhưng không hiểu gì cả.

Từ đó tôi mới có ý định đi tìm gặp các vị Sư Tây Tạng ở Pháp để tham vấn. Dò hỏi tôi biết được Dagpo Rinpoché dạy tiếng Tây Tạng ở Đại học Dauphine Paris, và dạy Phật Pháp mỗi tháng hai lần ở Montparnasse. Tôi liền đến phòng giảng ở Montparnasse gặp Dagpo Rinpoché, xin ngài giảng dạy cho tôi về Mật Tông (Tantra). Ai dè ngài bảo không biết gì về Tantra cả, tôi bèn xin ngài giới thiệu cho tôi một vị Lama nào khác biết về Tantra được không ? Ngài nói tôi có thể đến tìm Guéshé Seunam Gyaltzen. Vị Guéshé này trước đây tôi có dịp gặp ở chùa Linh Sơn. Tôi gọi điện thoại xin đến tham hỏi đạo lý và được Guéshé chấp thuận. Đến nơi tôi thấy Guéshé ở chung nhà với một cô đầm tên Marie-Stella. Cô này là giáo sư dạy tiếng Nhật, và cùng lúc cũng là thông dịch

viên cho các buổi thuyết pháp của Dagpo Rinpoché. Dagpo Rinpoché tuy nói được tiếng Pháp nhưng khi thuyết pháp thì lại nói bằng tiếng Tây Tạng.

Tôi hơi băn khoăn tự hỏi sao Guéshé là một nhà Sư mà lại ở chung với người nữ, vì như vậy không hợp với giới luật. Tuy nhiên tôi bỏ qua vì mục đích của tôi là đến để hỏi Đạo chỗ không phải đến để soi mói, chỉ trích hay bắt lỗi. Trong đời có nhiều hoàn cảnh éo le, khúc mắc mà nếu thoáng nhìn ta dễ có những thành kiến, phán đoán hấp tấp, sai lầm. Để tránh điều đáng tiếc này, ta cần phải tìm hiểu để cảm thông trước khi phán xét trong chiều hướng xây dựng chứ không nên buộc tội.

Guéshé Seunam tuổi trạc 60, không biết tiếng Pháp, chỉ nói tiếng Tây Tạng thôi. Trong các buổi tham vấn đều phải có Marie-Stella làm thông dịch. Gặp Guéshé tôi vào đề ngay, xin ngài chỉ dạy tôi về Mật Tông Tây Tạng. Nhưng Guéshé trả lời rằng ngài không biết gì nhiều về Tantra cả. Lần này tôi đâm ra nghi ngờ: "Chẳng lẽ mấy Sư Tây Tạng này không biết gì về Mật Tông sao? Nhưng liền đó tôi nhớ lại chuyện của Milarépa đã bị trải qua nhiều

thủ thách cay đắng trước khi được Thầy là Marpa truyền trao giáo pháp. Bởi vậy tôi nghĩ rằng có thể Guéshé Seunam từ chối để thủ tôi chăng ? Nghĩ thế nên tôi trả lời : "Nếu ngài không dạy Mật Tông thì thôi, nhưng xin ngài cho phép tôi đến tham vấn ngài về Phật Pháp vậy". Ngài chấp thuận, và từ đó mỗi tháng hai lần tôi đến tham hỏi đạo lý với ngài. Cuộc học Đạo với Tây Tạng bắt đầu kể từ đây.

Mấy tháng trôi qua, tôi vẫn không được nghe nói gì về Tantra cả, và tuy mang tiếng là tham hỏi đạo lý chú thật ra là bị ngài chất vấn về Phật Pháp nhiều hơn.

Một hôm vô tình tôi hỏi Guéshé, vì sao ngài không ở chùa Tây Tạng thuyết giảng Phật Pháp cho Phật tử mà lại ở nhà cư sĩ. Guéshé Seunam mới kể hoàn cảnh của ngài. Trước kia ngài ở Dharamsala, nhân duyên đưa đẩy cô Marie-Stella sang Dharamsala bảy tháng để học tiếng Tây Tạng. Cô gặp ngài và thấy ngài đang bị bệnh nặng. Sau đó cô trở về Pháp và làm giấy bảo lãnh cho ngài sang Pháp chữa bệnh. Sang đây ngài phải ở nhà cô này cho hợp pháp và đúng với thủ tục hành chánh.

Vào đầu tháng 6/87, tôi đến gặp ngài như thường lệ để hỏi Đạo, bỗng nhiên ngài bảo tôi nếu muốn học Mật Tông thì tháng 7 này hãy xuống Tu Viện Vajrayogini ở gần Toulouse gặp Ganden Tripa Rinpoché. Vị này là Trưởng giáo thứ 98 của phái Guélugpa, từ Ấn Độ, Dharamsala sang và sẽ truyền những lễ Quán Đảnh lớn như Yamantaka, Guhyasamaja v.v... Ngài bảo tôi sau khi thọ lễ Quán Đảnh xong, trở về đây có gì thắc mắc về cách tu tập Tantra thì ngài sẽ chỉ cho.

Trước đây tôi vẫn không hiểu vì sao Dagpo Rinpoché và Guéshé Seunam cứ từ chối không chịu nói gì về Mật Tông với tôi cả. Mãi sau này, sau khi thọ lễ Quán Đảnh với Ganden Tripa Rinpoché rồi ở tu hai tuần tại Tu Viện Nalanda tôi mới hiểu lý do là trong 24 giới của Mật Tông (Samaya) có một giới cấm không được tiết lộ Mật Tông cho những người chưa được thọ lễ Quán Đảnh (Abhisheka, Wang).

Đầu tháng 7/87 tôi xuống Institut Vajrayogini. Viện Trưởng là Guéshé Lobsang Tenzgyé mà tôi đã thường gặp ở Linh Sơn trước đây. Cách Institut

chừng năm cây số là Monastère Nalanda. Ở Institut dành cho phật tử cư sĩ và các buổi lễ thuyết pháp công cộng. Còn Nalanda dành cho chư Tăng ở tu niệm. Vì tôi là Tăng sĩ nên Guéshé Tengyé bảo tôi về Nalanda ở, mỗi khi có lễ Quán Đảnh hoặc thuyết pháp thì hãy sang Vajrayogini.

Ở bên Pháp các trung tâm Phật Giáo Tây Tạng thường mang tên là Institut, ở đó chỉ có một hay hai vị Sư Tây Tạng thường trú, còn ngoài ra đều là Phật tử cư sĩ. Các Sư Tây Tạng này thường ở trong phòng riêng, tụng kinh trì chú hay làm gì không ai biết. Các ngài chỉ xuất hiện khi thuyết pháp hoặc chủ tọa các buổi lễ lớn. Đa số không nói được tiếng Pháp vì các vị đều lớn tuổi, trạc khoảng 50, 60.

Riêng Nalanda là một Tu Viện đúng theo nghĩa đen. Viện Trưởng là Guéshé Jampa Thegchog, Tăng chúng chừng 15 người, đa số là Mỹ, rồi đến Pháp, Ý, Tây Ban Nha. Chương trình ở đây như sau :

Sáng

6g30-7g30 Khoá lễ Lama Tcheupa

8g Ăn sáng

8g30-11g30 Tụ tu tụ học hay chấp tác

12g Ăn trưa

Chiều

14g-16g Học giáo lý với Guéshé Thegchog

16g-17g Tranh luận

17g-18g Khoá lễ Mahakala

Sau khi lễ cho đến 10g tối, tụ tu tụ học. Buổi tối không có người làm cơm, ai đói thì tìm đồ ăn dư buổi trưa mà ăn. Đời sống ở đây tương đối thoải mái, chỉ có ăn rồi tu học, việc chấp tác không có bao nhiêu, chung qui chỉ sơn quét, làm vườn cắt cỏ, giữ gìn cho Tu Viện đừng quá mục nát. Phong cảnh chung quanh rất yên tĩnh, vì thuộc vùng quê. Phía trước là cánh đồng, phía sau là rạch nhỏ. Tu Viện không có phật tử ra vào, nhờ vậy chư Tăng không phải bận việc tiếp khách. Nhưng cũng vì thế mà không có lợi tức, chư Tăng phải đóng góp tiền ăn ở mỗi tháng 700 quan. Người nào có thí chủ hay thân nhân giúp đỡ hàng tháng thì khỏi lo, còn không thì phải rời Tu Viện ra ngoài tìm việc

làm chùng ba hay bốn tháng, khi đủ tiền thì trở về tu tiếp.

Trở lại việc tu học, Ganden Tripa Rinpoché là Trưởng giáo thứ 98 của phái Guélugpa nên các buổi lễ Quán Đảnh và thuyết pháp của ngài tất cả Tăng chúng Nalanda đều đi dự.

Trong hai tuần, Ganden Rinpoché truyền trao ba lễ Quán Đảnh:

1. Yamantaka, Tạng ngữ là Dorjé Djikjé, Anh dịch là The Vajra Terrifier. Dorjé có nghĩa là Kim Cang, Djikjé là làm cho người khác sợ. Yamantaka là một Yidam (hoá thân) hung dữ của Văn Thù Sư Lợi. Mật Tông Tây Tạng thường có hai loại Yidam: hung dữ (wrathful) và hiền hòa (peaceful). Lý do là trong tâm thức chúng sinh đều có hai loại chủng tử thiện và ác, bởi thế chư Bồ Tát cũng thị hiện lúc hiền lúc dữ để hoá độ chúng sinh.

Yamantaka thuộc loại Đại lễ Quán Đảnh (Wang chen, Great Initiation). Buổi lễ kéo dài hai hoặc ba ngày. Sau khi thọ lễ này, người đệ tử xem như đã được Điểm Đạo (initié), vì đã được vị Lama hướng dẫn vào Mandala và trình bày cách thức quán

tưởng liên quan đến Yidam. Và từ đó, người đệ tử có thể tham vấn các Lama khác về Mật Tông mà không sợ bị giấu diếm hay từ chối. Kalacakra, Guhyasamaja, Hévajra, Cakrasamvara, Vajrayogini đều thuộc loại này.

2. Cittamani Tara. Tạng ngữ là Dreulma. Đây là một Yidam hiền hoà hình tướng người nữ. Dân Tây Tạng thường cầu đến vị này mỗi khi gặp tai nạn.

3. Avalokitesvara, Tạng ngữ là Chenrézi, Việt ngữ là Quán Thế Âm Bồ Tát. Hình tướng của vị này không giống như của Việt Nam. Quán Âm Bồ Tát của Tây Tạng là một người nam với bốn tay: một tay cầm chuỗi hạt, một tay cầm hoa sen, hai tay giữa cầm ngọc mani. Tụng chú và quán tưởng Yidam này có công năng làm tăng trưởng tâm từ bi.

Nhờ sống chung và trao đổi với các Sư Âu Mỹ ở Nalanda mà tôi hiểu biết hơn về Tantra, so với trước đây chỉ nghiên cứu đọc sách một mình.

Trước khi tiếp tục về cuộc hành trình tu học của

tôi, thiết nghĩ cần phải giới thiệu sơ đến bạn đọc các tông phái chính của Phật Giáo Tây Tạng.

TÔNG PHÁI TÂY TẠNG

Các tông phái Phật Giáo Tây Tạng có rất nhiều, nhưng tựu chung không ngoài bốn phái chính: Nyingmapa, Kagyupa, Sakyapa, và Guélugpa.

1. Nyingmapa

"Nyingma " có nghĩa là cổ, cũ; "pa" nghĩa là người theo phái. Nyingmapa được dịch là phái Cổ Mật. Khoảng thế kỷ thứ 8, vua Tây Tạng Trisong Detsen để ý đến Đạo Phật nên đã mời hai vị Sư Ấn là Shantaraksita và Padmasambhava sang truyền giáo. Đặc biệt trong hai vị thì Padmasambhava (Liên Hoa Sinh) nổi tiếng là bậc đại học giả của phái "Kim Cang Thừa" (Vajrayana) Ấn Độ. Theo lời truyền tụng, chính vị Sư này đã dùng thần thông và bùa phép để hàng phục ma quái và bọn phù thủy bản xứ (thuộc Đạo Bön), từ đó vua và toàn dân đều quy phục theo Phật Giáo. Dân Tây Tạng gọi ngài là Guru Rinpoché (vị Đạo

Sư quý báu), và thờ ngài là Sơ Tổ của phái Nyingmapa.

Kể từ thế kỷ thứ 11, danh từ Nyingmapa (Cổ Mật) mới được áp dụng để phân biệt các trường phái mới xuất hiện sau thời kỳ pháp nạn dưới triều vua Langdarma. Nhà vua này nghe lời dèm pha của Đạo Bön, ra lệnh tiêu diệt Phật Giáo, phá chùa, giết Tăng. Hơn hai năm sau, có một vị Sư tên Palgyi Dorjé lên vào cung ám sát vua rồi trốn đi mất. Nhờ đó Phật Giáo không bị tiêu diệt hoàn toàn.

Những người tu theo phái này không bắt buộc phải xuất gia cạo tóc, phần đông là cư sĩ, có gia đình vợ con. Cha làm trụ trì, khi chết truyền lại cho con, nếu không có con thì truyền lại cho đệ tử. Việc truyền thừa không được hệ thống hoá một cách rõ ràng. Do đó, những vị nào tu hành đạo cao đức trọng thì được xem hoặc tôn lên làm trưởng giáo phái.

Cách đây mấy năm vị trưởng giáo phái là Dujom Rinpoché rồi đến Dilgo Khyentsé Rinpoché. Hiện

nay ở Âu Mỹ có hai vị Lama nổi tiếng thuộc phái này đang hoằng pháp đó là Tarthang Tulku Rinpoché và Sogyal Rinpoché.

Về pháp tu, tinh túy của phái này là Dzogchen (Maha Ati) dịch là Đại Thành Tựu. Giáo lý của Dzogchen, theo tôi thấy, có rất nhiều nét giống Thiền Tông Trung Hoa.

2. Kagyupa

Ka có nghĩa là khẩu, cái miệng; Gyu là giọng truyền. Kagyupa được dịch là phái Truyền Khẩu. Sơ Tổ của phái này là Tilopa, đạo sư Du Già (Yogi) người Ấn, nhị Tổ là Naropa. Khoảng thế kỷ 11, Marpa người Tây Tạng sang Ấn thọ giáo với Naropa rồi trở về xứ, truyền lại cho Milarépa. Bốn vị Tổ đầu đều là cư sĩ, trong đó có hai vị rất nổi tiếng : Naropa và Milarépa.

Naropa xuất thân là Viện Trưởng Tu Viện Nalanda, rất tinh thông Phật Pháp. Nhưng một hôm có một bà lão đến hỏi ngài :

- Bạch Thầy, Thầy hay đọc những kinh sách kia,

vậy Thầy có hiểu nghĩa không ?

Naropa đáp : - Hiểu.

- Vậy Thầy đã chứng nghiệm được những điều đó chưa?

Tối đây Naropa lúng túng, thú thật rằng chưa.

Bà lão nói :- Thầy hãy nên đi tìm Tilopa, em tôi, hẳn có thể giúp Thầy chứng nghiệm những điều đó.

Thế là Naropa liền từ bỏ chức Viện Trưởng, ra đi tìm Tilopa để thọ giáo. Sau 12 lần bị Tilopa thử thách cam go, Naropa đã đạt Đạo và trở thành một trong 84 vị Đạo sư nổi tiếng đặc đạo của Ấn Độ.

Sau này các pháp Yoga Tây Tạng đều bắt nguồn từ sáu pháp Du Già (Yoga) của Naropa.

Milarépa là một nhân vật nổi tiếng nhất của xứ Tây Tạng, trong dân gian sau này, già trẻ lớn bé, không ai mà không biết chuyện của Milarépa. Cuộc đời Milarépa là một chuỗi dài cay đắng, nhưng cuối cùng lại kết thúc một cách rất vẻ vang.

Thuở nhỏ, sau khi cha mất, gia đình Milarépa còn lại mẹ và em gái. Thấy cháu còn nhỏ và bà chị

ýếu đuối, cặp vợ chồng dì dượng đã ra tay cướp đoạt gia tài, nhà cửa, ruộng đất và hành hạ mẹ con Milarépa. Oán hận ngập đầu, mẹ của Milarépa bắt con phải trốn đi học đạo bùa phép để sau này trở về trả thù.

Milarépa vâng lời mẹ ra đi, sau khi học sử dụng bùa phép thành công, trở về trả thù, ra tay giết chết một lúc hơn 30 mạng người. Sau vụ này Milarépa hối hận, lương tâm cắn rứt, bỏ ra đi một lần nữa, nhưng lần này ra đi tìm Đạo giải thoát, trước là tẩy rửa tội lỗi, sau là cầu thoát khỏi sinh tử luân hồi. Milarépa đến tìm Marpa để cầu Đạo. Sau sáu năm bị thử thách, mắng chửi, hất hủi, Milarépa đã được Marpa truyền dạy toàn bộ giáo pháp và trở nên người kế thừa của Marpa. Sau khi lãnh thọ giáo pháp, Milarépa từ già Thầy, một mình lang thang lên dãy Tuyết Sơn, ẩn tu trong các hang động, sống cuộc đời du sĩ khổ hạnh. Sau 12 năm, Milarépa hoàn toàn chứng ngộ, và theo truyền thuyết Tây Tạng, Milarépa đã thi triển rất nhiều thần thông để hàng phục Đạo Bön và hóa độ đệ tử.

Milarépa có rất nhiều đệ tử nhưng người được kế

thừa là Gampopa, một Tăng sĩ xuất thân từ phái Kadampa. Kể từ Gampopa, giới luật được thiết lập rõ ràng, và các vị kế thừa sau đều là Tăng sĩ. Nối tiếp Gampopa là Dusum Khyenpa tức Karmapa I, vị này trước khi chết đã dặn dò chi tiết cho đệ tử đi tìm hậu thân tái sinh của mình, và cú thế từ đời này sang đời khác, vị Karmapa hiện nay là hậu thân thứ 17.

Ở Âu Mỹ, phái Kagyupa có nhiều Trung tâm hơn cả. Những vị Lama có công hoằng pháp thuộc phái này gồm : Chögyam Trungpa Rinpoché, Kalou Rinpoché, Shamar Rinpoché, Chimé Rinpoché...

Về pháp tu, tinh túy của phái này là Mahamudra (Đại Thủ Ấn) và sáu Yoga của Naropa (Naracheudrug). Giáo lý Mahamudra tương tựa lối tu Chỉ Quán, thường được giảng dạy trước công chúng; riêng sáu Yoga của Naropa được giữ gìn cẩn mật, chỉ được truyền dạy trong những khóa tu nhập thất ba năm.

Ở những chương sau tôi sẽ có dịp nói thêm về sáu Yoga của Naropa.

3. Sakyapa

Phái này bắt nguồn từ Tu Viện Sakya, tiếng Tây Tạng có nghĩa là đất xám, được xây vào năm 1073, ở miền nam Tây Tạng. Những vị trụ trì đều thuộc một gia đình họ Khön. Giáo lý của phái này nằm trọn trong bộ Lamdré (Con đường và Đạo quả). Năm vị Tổ đầu tiên của phái này là Sachen Kunga Nyingpo, hai người con trai là Sonam Tsemo, Dragpa Gyatsen, cháu là Sakya Pandita, chất là Chögyal Phagpa. Cả năm vị này đều được xem là hoá thân của Văn Thù Sư Lợi. Trong năm vị này, nổi tiếng hơn hết là Sakya Pandita. Ông ta thông thạo tất cả các bộ môn đời cũng như Đạo. Các trước tác và dịch thuật từ tiếng Sanskrit của ông vang tận Ấn Độ và Mông Cổ. Vua Mông Cổ lúc bấy giờ là Kubilai (cháu của Thành Cát Tư Hãn) mến phục và mời ông sang làm Quốc sư. Nhờ đặc ân của Vương triều Mông Cổ nên phái Sakyapa đã có một ảnh hưởng rất lớn về tôn giáo lẫn chính trị trên toàn quốc trong hai thế kỷ 13 và 14. Sau này chính Tsongkhapa Sáng Tổ của phái Guélugpa cũng chịu ảnh hưởng ít nhiều của phái này.

Phái này hiện nay ở Âu Mỹ không được bành trướng lắm.

4. Guélugpa

Guélugpa tiếng Tây Tạng có nghĩa là đạo đức. Phái này còn có tên khác là Hoàng Mạo (mũ vàng). Sáng Tổ là Tsongkhapa (1357-1419) lúc đầu học Mật Giáo theo trường Kadampa, sau tu theo Mật Giáo. Vì thấy Mật Giáo Tây Tạng lúc bấy giờ đi vào trụ lạc nên ngài đưa hết năng lực vào sự nghiệp vận động cải cách Phật Giáo, lập lại một hệ thống tổ chức mới. Tuy cũng là Mật Giáo nhưng lấy giới luật làm trọng nên gọi là Hoàng Mạo Phái khác với những phái cũ gọi là Hồng Mạo Phái. Giáo lý căn bản của phái này nằm trong bộ Lam Rim (con đường thứ lớp) và Nga Rim (Mật Giáo thứ lớp).

Tsongkhapa có hai đệ tử lớn, Dharma Rinchen và Gendun Drup. Dharma Rinchen kế thừa pháp đăng của Hoàng Mạo Phái. Còn Gedun Drup năm 1439 được lên làm vua, nắm quyền cai trị quốc dân và là Sơ Tổ của Đạt Lai Lạt Ma (Dalai Lama). Sau mỗi đời, Dalai Lama tái sinh trở về ngôi vị

quốc vương và pháp vương. Đức Dalai Lama hiện nay là đời thứ 14 tên là Tenzin Gyatso, người được lãnh giải Nobel hoà bình năm 1989.

5. Danh Xưng

a/ Lama

Chữ Lama bắt nguồn từ tiếng Phạn Guru có nghĩa là đạo sư. Nói đơn giản Lama (Lạt Ma) có nghĩa là Thầy. Không phải người xuất gia nào thọ Tỳ Kheo cũng được gọi là Lama. Người xuất gia dù là Sa Di (Guétsul) hay Tỳ Kheo (Guélong) đều được gọi chung là Trapa (nhà Sư). Tiếng Lama được dành riêng cho những vị Sư có học thức, có khả năng hướng dẫn đệ tử tu hành, những vị trụ trì, Guéshé hoặc Khenpo.

Một vị Lama tu hành chứng đắc thì được giáo hội hoặc các trưởng lão phong cho chức Rinpoché, có nghĩa là đại quý báu.

Ngày nay danh từ Lama hơi bị lạm dụng, có lẽ vì lịch sự hay kính trọng các Sư Tây Tạng nên người ta gọi chung tất cả là Lama, bất kể trình độ tâm linh hay chứng đắc của vị đó.

Nếu chỉ xuất gia thọ giới thôi thì không được xem

là Lama mà là Trapa. Muốn trở thành Lama thì phải trải qua nhiều năm tốt nghiệp về Phật Học. Riêng phái Kagyupa, người tu phải nhập thất ba năm, sau đó mới được gọi là Lama.

b/ Guéshé

Chữ Guéshé bắt nguồn từ chữ Phạn Kalyanamitra, có nghĩa là thiện tri thức. Riêng phái Guélugpa, danh xưng Guéshé rất có giá trị vì đó là bằng Phật Học cao nhất tương đương với tiến sĩ. Người muốn đậu bằng này phải học ở một trong ba trường lớn: Ganden, Drépfung, Séra. Thời gian học từ 10 đến 20 năm tùy căn cơ. Đậu bằng Guéshé rất khó vì phải thi tuyển, hàng năm mỗi trường chỉ cho đậu vài người giỏi nhất mà thôi. Đức Dalai Lama thứ 14 cũng là một vị Guéshé.

c/ Khenpo

Chữ này bắt nguồn từ chữ Phạn Acarya, tiếng Hán dịch âm là A-xà-Lê, có nghĩa là giáo thọ, Thầy dạy học, dạy giáo lý. Danh xưng này được dùng nhiều trong phái Kagyupa. Những vị Lama sau này di cư sang Ấn Độ tốt nghiệp bằng Acarya ở Đại học Ấn, trở về Tu Viện được làm trụ trì,

thường được gọi là Khenpo.

d/ Tulku

Bất nguồn từ chữ Phạn Sambhogakaya, có nghĩa là hoá thân. Những vị Lama tu hành chứng đắc, sau khi chết tái sinh lại và đệ tử tìm ra đưa về Tu Viện thì được gọi là Tulku. Những vị Lama lớn như Karmapa, Dalai Lama, Panchen Lama v.v... đều là Tulku.

Thường những vị Tulku, sau khi được đệ tử tìm ra đều phải học lại theo một chương trình rất nghiêm khắc ở các Phật Học Viện để sau này trở về lãnh lại chức vị trụ trì hoặc Tu Viện Trưởng.

Nếu một vị Tulku mà không học lại hoặc không có bằng cấp nào thì chức Tulku cũng không có giá trị gì mấy.

e/ Rinpoché

Chữ Rinpoché có nghĩa là quý báu (precious), đây là một danh xưng cao quý nhất thường dành cho những vị tu chứng. Đa số các vị Tulku, sau khi hoàn thành các chương trình Phật học và trở lại nhiệm vụ lãnh đạo như trụ trì hoặc Tu viện trưởng thì được gọi là Rinpoché.

Tất cả những danh xưng Lama, Guéshé, Khenpo, Rinpoché, Tulku, một khi được gọi là kể như thuộc sở hữu trọn đời. Dù là xuất gia hay cư sĩ, dù còn tu hay hết tu, danh xưng giáo phẩm vẫn giữ nguyên. Trong những danh xưng trên, Rinpoché có giá trị nhất về phương diện tâm linh tu chứng. Về học thức thì Guéshé là cao nhất.

Một vị Lama có thể vừa là Tulku, Guéshé và Rinpoché như Dalai Lama chẳng hạn. Nhưng một khi được gọi là Rinpoché rồi thì những danh xưng kia không đáng kể nữa. Dân Tây Tạng không gọi Dalai Lama mà gọi ngài là Gyalwa Rinpoché.

NHẬP THẤT

Sau kỳ thọ giáo với Ganden Tripa Rinpoché, mùa hè 87, tôi trở về Paris tiếp tục tham vấn với Guéshé Seunam. Tuy tôi đã thọ lễ Quán Đảnh rồi nhưng Guéshé Seunam vẫn không chịu dạy tôi về Tantra. Sau này tôi mới biết là Guéshé chỉ thích dạy về Lam Rim (Con đường thứ lớp) thuộc Hiển Giáo. Do đó tôi ngừng học với Guéshé và tìm nơi tịnh tu. Tôi đã ghé đến Thiền Đường Sakyamuni vùng Fontainebleau, ở bốn tháng tu Thiền Minh Sát trước khi đi Ấn Độ chiêm bái Phật tích. Sau ba tuần ở Ấn Độ, trở về Pháp tôi đến Niệm Phật Đường Linh Sơn ở Poitiers xin tá túc ẩn tu. Nơi đây rất ít phật tử, quang cảnh yên tĩnh, phía sau Niệm Phật Đường có khu rừng nhỏ với lạch suối chảy ngang. Mỗi ngày tôi đi tản bộ ngắm trời, ngắm cỏ cây mây nước. Tịnh tu ở đây được bốn tháng, tôi ghé qua Tu Viện Nalanda thăm Guéshé Thegchog và các Sư Âu Mỹ một thời gian trước khi trở về nhập hạ và dự lễ khánh thành Đại Tàng

Lâm Linh Sơn. Trong ba tháng hạ, tôi được chỉ định làm Thống Sự. Nhờ làm Thống Sự nên tôi mới biết là việc cai quản Tăng chúng không phải là "nghề" của tôi. Đại chúng khoảng 30 vị, đa số đều lớn tuổi, trung niên xuất gia, nên không phải dễ nói. Tôi nói ai nghe thì nghe, không nghe thì thôi. Đạo Phật là Đạo tự giác, đâu thể dùng quyền chức mà ép buộc kẻ khác phải nghe mình. "Nghề" của tôi có lẽ là nghề "đi đào". Đây là danh từ quý Thầy thường dùng để chỉ các Thầy tu không chịu ở yên một chỗ tu hành mà cứ đi đây đi đó.

Sau ba tháng hạ, tôi xin từ chức Thống Sự để trở về nghề cũ là nghề đi lang thang tìm Đạo. Cuối năm 88, tôi ghé đến Dagpo Kagyu Ling để học một tuần về Dzogchen với Guendun Rinpoché. Từ trước đến nay tôi vẫn theo phái Guélugpa, đây là lần đầu tiên tôi đến với phái Kagyupa. Guendun Rinpoché tuổi trạc 70, xuất thân từ phái Kagyupa nhưng có học Đạo với phái Nyingmapa. Ngài nổi tiếng đã nhập thất gần 30 năm và được Karmapa thứ 16 đặc phái sang truyền Đạo ở Pháp. Trong tuần học Đạo nơi đây, tôi nghe nói Guendun Rinpoché đang tuyển chọn đệ tử cho kỳ nhập thất

ba năm sắp tới. Từ lâu vẫn muốn nhập thất tịnh tu nên tôi đã ghi danh và được Guendun Rinpoché chấp thuận. Sau khi được chấp thuận, chúng tôi phải lo đủ hai điều kiện:

1. Gom đủ tài chánh để đóng trong ba năm.
2. Học tiếng Tây Tạng cho rành, nếu không nói thạo thì cũng phải đọc được nhanh như người Tây Tạng. Vì trong ba năm tất cả nghi lễ đều viết bằng chữ Tây Tạng.

Về tài chánh, tôi may mắn có một số phật tử chung nhau đóng góp cho tôi hàng tháng trong ba năm. Ở những Tu Viện nhập thất không có phật tử ra vào nên không có tài chánh. Người tu phải đóng tiền ăn ở và tu học. Trong khi đó tu ở chùa Việt Nam thì được nuôi ăn ở và còn được phật tử cúng dường.

Về tiếng Tây Tạng, tôi phải về Paris ghi danh ở Đại Học INALCO Paris Dauphine để học với Dagpo Rinpoché trong hai năm.

Hè năm 89 tôi về ở Institut Karmapa, Nice, gần hai tháng để tập sự với Lama Khenpo Thubten. Ở đây tôi và hai vị nữa thay phiên nhau làm cơm cho Viện Trưởng Khenpo Thubten. Là một Tăng sĩ

Việt Nam ăn chay mà phải làm cơm mặn kể cũng ngược đời. Có một lần, tôi thấy ngày nào Khenpo cũng ăn thịt, nên hôm đó tôi không làm thịt mà làm món trứng trắng cho ngài. Vào bữa ăn, không thấy thịt, Khenpo lẳng lặng đứng dậy mở tủ lạnh lấy thịt làm lấy một mình. Từ đó chúng tôi hiểu là ngày nào cũng phải có thịt cho ngài.

Lâu lâu tôi phải trở lại Dagpo Kagyu Ling để nhận lãnh những giáo lý sửa soạn cho sự nhập thất như: Tcheu, Dorjé Pamo, Mahakala...

Hè năm 90 chúng tôi phải có mặt ở Kundreul Ling để xây thất. Đó là những dãy nhà gồm 8 đến 10 phòng. Công việc xây cất bắt đầu từ tháng 8 và kết thúc vào đầu tháng 2 năm 91. Chúng tôi chính thức nhập thất vào cuối tháng 2.

Ở chùa Việt Nam mang tiếng là Đại Đức nên phật tử đâu có cho tôi vào bếp làm cơm và cúng đâu có ai bắt tôi làm công quả. Vào chùa Tây Tạng thì tôi không còn là một Đại Đức nữa mà giống như bao đệ tử Âu Mỹ khác. Trong mùa hè tôi được cởi trần mặc quần xà loong, khiêng gạch, vác đá, đẩy xi măng, xây tường, leo mái nhà, đóng cột, lắp ngói, v.v...

Sau đây là chương trình tu học ba năm của chúng tôi:

1. Năm thứ nhất:

- Ngeundro (pháp dự bị tu tập) gồm lễ lạy, tụng chú Kim Cang Tát Đỏa 100 chủng tụng, Cúng dường Mạn Đà La, Bốn Sư Du Già. Mỗi thứ 100.000 lần. Muốn biết chi tiết xin tìm đọc quyển "Đại Thủ Ấn".
- Lodjong, Karmapkshi, Shiné, Milarépa, Gampopa, Lhaktong.

2. Năm thứ hai:

- Mikyeu Dorjé, Dorjé Pamo (Vajravarahi)

3. Năm thứ ba:

- Sáu pháp Du Già của Naropa gồm: Tumo, Gyulus, Eussel, Milam, Powa, Bardo Thödol.
- Tsoklé, Dreulkar.

Những danh từ Tây Tạng ở đây được viết theo kiểu phiên âm, không đúng với chính tả.

Tất cả đều là những pháp môn Tây Tạng, không có pháp tương đương mà người Việt thường biết nên tôi không nói chi tiết. Riêng có Shiné và Lhaktong thì tương đương với chỉ quán của Thiền. Shiné: Samatha: chỉ; Lhaktong: Vipassana: quán. Riêng sáu pháp Yoga của Naropa tôi rất thích vì

nó hấp dẫn và đặc biệt. Tumo tiếng Anh dịch là Inner Fire, tạm dịch là Nội Hỏa. Gyulus (Illusory body) huyền thân, Eussel (Clear Light) Thanh Quang, Milam (Dream Yoga) Thùy Miên Du Già, Powa (Consciousness transference) Chuyển thần thức, Bardo Thödol (Intermediate state liberation) Giải thoát Trung ấm thân.

Ở đây xin nói sơ qua đặc tính của sáu pháp tu này.

1. Tumo: Nội Hỏa

Có người dịch là lửa tam muội. Chũ tam muội (samadhi) nghe hơi kêu một chút. Xưa kia các vị A La Hán trước khi nhập Niết Bàn thường thị hiện 16 phép thần thông rồi sau cùng dùng lửa tam muội tự đốt cháy thân mình. Tumo không giống như vậy.

Ở Tây Tạng, những hành giả Du Già (Yogi) thường ẩn tu nơi rừng sâu núi thẳm để tránh những cặp mắt tò mò và sự quấy rầy của thường dân. Tây Tạng núi tuyết quanh năm, khí hậu băng giá, do đó những Yogi cần phải có sức khỏe hơn người và nhất là sức chịu lạnh mới có thể ngồi yên

tu hành trong hang núi tuyết. Nếu không được vậy thì phải an phận tu hành trong các Tu Viện, có đầy đủ tiện nghi ấm cúng hơn. Tumo là pháp tu phối hợp với hít thở của Yoga, Tây Tạng gọi là Boum Chen (hít thở bình) nhằm làm khơi dậy luồng hỏa hầu nằm ở luân xa thứ 2, dưới rốn độ bốn ngón tay. Đạo Sư nổi tiếng về Tumo là Milarépa, Nhị Tổ của phái Kagyupa. Ông ta phải tốn 12 năm tu luyện trên dãy Tuyết Sơn mới thành tựu pháp môn này. Người chứng đắc môn này được gọi là Répa (người áo vải), có thể cởi trần ngồi suốt đêm trên tuyết mà không thấy lạnh. Muốn biết về Milarépa xin tìm đọc quyển "Milarépa, con người siêu việt" do Đỗ Đình Đồng dịch.

2. Gyulus: Huyền thân

Trong pháp môn này hành giả quán chiếu thân mình như huyền, không có thật, như bóng trong gương. Sau đó quán chiếu thân thể kẻ khác cũng vậy, rồi đến cảnh vật xung quanh. Người chứng đắc môn này có thể tàng hình hoặc hóa hiện ra nhiều thân cùng một lúc. Nếu chưa chứng đắc thì cũng giúp hành giả dễ giải thoát trong cảnh giới

Trung Âm.

3. Eussel: Thanh Quang

Pháp môn này liên quan đến sự chết. Theo Tây Tạng thì có lục đại: địa, thủy, hỏa, phong, không, thức. Khi chết, địa đại tan rã trước rồi đến thủy đại và các đại khác tuần tự tan rã sau. Khi thức đại tan rã thì trước mắt người chết hiện ra một cảnh giới ánh sáng, gọi là Thanh Quang. Người tu Mật Tông cần phải nhận ngay ra ánh sáng này và hoà nhập vào nó thì tức khắc giải thoát sinh tử luân hồi. Người thường không biết tiến trình tan rã của lục đại và cũng không nhận ra ánh sáng nên rơi vào cảnh Trung âm, bị lôi cuốn theo nghiệp mà tái sinh. Pháp tu Eussel liên quan mật thiết với Tumo vì cần phải quán tưởng nhiều về Tsa, Lung, Tiglé. Tsa tiếng Phạn là Nadi, là các đường kinh mạch của thân vi tế. Theo Mật Tông con người có hai thân: thân thô kệch là thân tứ đại mắt thường thấy được, thân vi tế là thân cấu tạo bởi các đường kinh (Nadi) và luân xa (chakras) mắt thường không thấy được, chỉ những người có thần nhãn (clairvoyance) mới nhìn thấy. Lung tiếng Phạn là Prana, luồng nguyên khí hay sinh khí chạy trong

Nadi để nuôi thân vi tế. Tigré, tiếng Phạn là Bindu, có nghĩa giọt nước, nước ở đây không phải là nước lã hay nước uống mà là nước tâm. Theo Mật Tông, tâm không phải hoàn toàn vô hình tướng mà nó có thể cô đọng lại thành một giọt nước di động trong các đường kinh Nadi.

Giáo lý về Tsa, Lung, Tigré là trọng tâm của Mật Tông và nhất là của sáu pháp Du Già Naropa.

4. Milam: Thùy miên Du Già

Pháp tu này, hành giả tập đi vào giấc ngủ một cách ý thức và ngay trong giấc mơ vẫn làm chủ được mình. Thành tựu pháp môn này, trong giấc ngủ, hành giả có thể đi khắp cảnh giới, viếng các cõi Tịnh Độ, học Đạo với chư Phật Bồ Tát. Nếu chưa thành tựu thì khi chết cũng giúp cho hành giả tự chủ trong cảnh Trung ảm.

5. Powa: Chuyển thân thức

Ở đây hành giả tập tống thân thức của mình lên trên đỉnh đầu để khi chết thân thức về thẳng cõi Tịnh Độ của Phật Di Đà hoặc của chư Phật khác, khỏi phải trải qua cảnh Trung ảm (Bardo). Pháp này cũng dùng đến cách hít thở Boum-chen và

quán tướng Tsa, Lung, Tiglé. Tuy vậy tương đối dễ thành tựu hơn bốn pháp trước.

6. Bardo Thödol: Giải thoát Trung ấm thân

Bardo có nghĩa là khoảng giữa (của sự chết và tái sinh). Thö là nghe, dol là giải thoát. Bardo Thödol là sự giải thoát trong cảnh Trung ấm qua sự nghe. Nói đơn giản, đó là sự tiếp độ người chết, đặc biệt của Tây Tạng. Pháp này không cần tu tập gì cả, chỉ cần học và nghe qua nhiều lần. Đến khi chết, chỉ cần người quen hoặc chú Tăng đến đọc bộ Bardo Thödol khiến thần thức kẻ chết nhớ lại và làm theo lời chỉ dẫn thì có thể giải thoát về cõi Tịnh Độ.

Về Bardo Thödol, tiếng Việt dịch là Tử Thư Tây Tạng, bạn có thể tìm đọc quyển "Bên kia cửa tử" do Trần Ngọc Anh dịch hoặc quyển "Trở về từ cõi sáng" của Nguyễn Phong.

Mặc dù được tu học với Phật Giáo Tây Tạng, nhưng bây giờ tôi không còn tiếp tục những pháp môn này nữa. Nếu thích, bạn có thể tìm đến các Trung Tâm Tây Tạng hỏi Đạo các vị Lạt Ma. Tùy theo căn cơ và nghiệp duyên, bạn sẽ tìm được một

người xứng đáng là Thầy của bạn, đó gọi là trò nào Thầy đấy.

ÂM DƯƠNG, NAM NỮ

Theo thường lệ, người tu phải tránh xa sắc dục, xem nữ sắc như rắn độc. Riêng người Á Đông thấm nhuần truyền thống Nho Giáo, "Nam Nữ thọ thọ bất thân", nói đến chuyện nam nữ là điều tối kỵ. Người thường đã vậy, nói chi đến người tu. Nhưng oái ăm thay! Ở đời cái gì càng cấm người ta lại càng thích. Không thích được trước mặt thì thích sau lưng, điều này tiếng Pháp gọi là "fausse pudeur" tức là tiết hạnh giả, trước mặt thì bẽn lèn ngượng ngùng nhưng sau lưng thì liếc mắt đưa tình, thầm thương trộm nhớ.

Tôi biết có vài Thầy rất ghét phái nữ, ghét ra mặt, nhưng chính mấy Thầy này lại là những người hoàn tục lấy vợ sớm hơn ai khác. Ở đời có câu: "ghét của nào, trời trao của đó". Nghe qua thấy ông Trời bất công, nhưng thật ra ưa ghét chỉ là sự xung đột mâu thuẫn của nội tâm. Những người hoàn tục đâu phải họ không muốn tu, họ là những

người muốn tu và giữ giới nghiêm chỉnh hơn ai hết, nhưng họ chỉ giữ giới tướng mà không hiểu giới tánh. Họ không hiểu chính họ. Con người là một loại chúng sinh, tiếng Phạn là Sattva có nghĩa là loài hữu tình, có tình cảm. Và như vậy con người không phải là rô bô, bấm nút ưa là ưa, bấm nút ghét là ghét. Người tu ưa sống với lý trí hơn tình cảm vì cho tình cảm là ràng buộc, từ đó có quan niệm tu là phải cắt đứt tình cảm. Theo tôi nghĩ, con người cần phải dung hòa cả hai, lý trí và tình cảm. Nếu chỉ có lý trí mà không tình cảm thì trở thành lưu manh, xảo quyệt, ích kỷ, vô lương tâm. Chũ tâm, tiếng Tàu có nghĩa là tim (quả tim), trung tâm của tình cảm, người có tâm là người có tim, có lòng, biết thương yêu kẻ khác. Do đó chũ tâm đi đôi với tình cảm. Không nên lầm lẫn tâm (heart) với tâm ý hay ý thức (consciousness). Ý thức đi đôi với lý trí. Nếu chỉ có tình cảm mà thiếu lý trí thì dễ đa tình, dễ cười, dễ khóc. Đa tình ở đây nên hiểu là giàu tình cảm. Tới bây giờ chũ đa tình thường mang nghĩa xấu, do đó chúng ta không được đa tình!

Ban đầu đi tu, tôi cũng không hiểu rõ lý trí và tình

cảm, chỉ biết tu là phải dẹp hết tình cảm, vui đầu vào kinh sách để tìm chân lý. Càng cứng rắn, nhạt nhẽo chừng nào thì huynh đệ và phật tử lại có vẻ nể khen là tu giỏi, tu khá! Mãi mê chạy theo lý trí, thỏa mãn trí thức, thường xuyên quán chiếu để dập tắt tình cảm, lục đục nên sau một thời gian tôi không ngờ là quả tim mình đã trở thành khô héo. Trong Đạo Phật có danh từ gọi là càn huệ, một loại trí huệ khô cằn. Nhiều người tu hay mắc bệnh này, Tam Tạng Kinh Điển rất thông nhưng cư xử lại thiếu tình người, chỉ biết sai khiến phật tử, củng cố địa vị, danh vọng của mình.

Không phải tự nhiên mà tôi nhận ra được quả tim mình khô héo đâu. Phải có nguyên do và triệu chứng chứ! Số là trong lúc nhập thất ba năm, vào những buổi lễ, tôi thường làm lopeun hoặc oumzé, tức là chủ lễ, vì tôi tụng tiếng Tây Tạng nhanh hơn các bạn đồng tu. Đây cũng là một vinh dự cho tôi, nhưng theo luật bù trừ thì trong cái lợi có sẵn mầm của cái hại, hoặc nói cách khác càng leo cao thì dễ té đau. Đúng ra trong nhóm tu mười lăm người, mỗi người phải thay phiên nhau làm chủ lễ và xử dụng các nhạc khí như: radong, kyangling, gyaling, reulmo, v.v... nhưng đến các buổi lễ lớn

với Sadhana dài như Mahakala, Dorjé Pamo, Dorjé Sempa thì tôi phải lãnh việc chủ lễ. Mỗi buổi lễ như thế kéo dài từ sáu đến tám tiếng đồng hồ. Sang năm thứ hai, tôi bắt đầu chán và mệt vì yếu hơi không thể dẫn chúng được nữa. Cùng lúc tôi hay bị tức thở và nhói nơi ngực. Sau cùng tôi đành phải bỏ luôn chức chủ lễ, tuy thế tôi vẫn bị khó thở giống như có một cục đá đè nơi ngực vậy. Tôi bị khổ sở trong mấy tháng trời, áp dụng đủ mọi cách hít thở Yoga phối hợp với Thiền tọa nhưng chỉ bớt chút ít thôi, vì hễ tụng lớn một chút lại bị tức thở hụt hơi ngay. Mãi sau này, khi ra thất tôi có dịp nghiên cứu thêm về tâm lý học, Đông-Y và tu tập Yoga ở Trung Tâm Sivananda, tôi mới hiểu rõ phần nào căn bệnh của mình. Lúc đầu tôi đổ tại nghiệp, nghĩ chắc là mình tạo ác nên nay phải trả nghiệp tức ngực, khó thở, vì các Sư Tây Tạng tụng kinh suốt bảy, tám tiếng đồng hồ mà đâu có ai tức ngực khó thở.

Trong Y học dân tộc có câu :

Thông, tắc bất thông, thông, tắc bất thông.

Khí huyết lưu thông thì không có nơi nào bị bế tắc mà sinh ra bệnh. Nếu có bệnh tức là khí huyết không thông.

Theo Tây-Y, nguyên nhân gây ra bệnh là vi trùng. Cách chữa bệnh của họ là cho thuốc giết vi trùng. Nếu thử máu, chiếu điện không thấy triệu chứng bất thường thì đối với họ, bạn không có bệnh.

Theo Đông-Y, nguyên nhân gây ra bệnh là sự mất thăng bằng âm dương trong cơ thể, khiến khí huyết không lưu thông, tĩnh mạch bế tắc, tạng phủ suy nhược. Từ đó vệ khí (khí bao bọc chung quanh người) yếu dần, vi trùng, vi khuẩn dễ xâm nhập. Vi trùng ở đâu chả có, nó đầy khắp trong không khí, khi cơ thể yếu, kháng trùng ít thì nó xâm nhập. Nếu so sánh thì quan niệm nguyên nhân gây ra bệnh của Đông-Y vi tế hơn Tây-Y một bậc. Nhưng con người đâu phải chỉ có thể xác không thôi, còn có tinh thần nữa. Thất tình, lục dục quá nhiều cũng có thể gây ra bệnh, điều này Đông-Y có nói tới.

Khi nói đến bệnh, người ta thường chia ra làm hai loại: thân bệnh và tâm bệnh, tới bây giờ các tôn giáo chỉ chú trọng chữa tâm bệnh thôi, còn thân bệnh để dành cho các bác sĩ và lương y. Trên lý thuyết phân chia như vậy có vẻ dễ giải quyết,

nhưng thực tế đầu phải như thế. Thân và tâm đầu phải là hai thực thể cách biệt, thân tâm thẩm thấu vào nhau. Thân bệnh thì làm sao tâm vui cho được trừ khi bạn là người tu cao đã đạt đến trạng thái Bất động Địa. Và nếu tâm buồn thì thân cũng khó mà an. Do đó có những bệnh gọi là bệnh tâm thể (psychosomatique), do những cảm xúc (émotion) phát xuất từ tâm rồi truyền dần phát ra thành bệnh nơi thể xác. Đa số người tu, do dồn nén tình cảm, từ chối thể chất, nên dễ mắc bệnh này. Chính tôi là một bệnh nhân, bệnh tức ngực, khó thở của tôi cũng thuộc loại này. Quý Thầy bị bệnh tiểu đường, ung thư, các Sư Cô bị bệnh tử cung, phần lớn cũng do tâm thể dồn nén cảm xúc, từ chối không muốn biết đến thân thể của mình vì cho nó "bất tịnh". Tôi đã tụng Tâm Kinh Bát Nhã hàng ngày mà hình như hai chữ bất cấu, bất tịnh vẫn chưa in vào đầu tôi được chút nào, có lẽ vì cái ngã Đại Đức của tôi chỉ muốn mình là Thầy tu chân tịnh mà thôi.

Vì làm cho Tu chỉ là Tu tâm, nên tôi đã làm ngo đối với thể xác của mình, và như vậy tôi đâu có tu thân. Khi tâm tham khởi lên, tôi biết có tâm tham

và tôi thiền quán để chữa cho tâm hết tham, đó là tôi chữa (tu) tâm khỏi bệnh tham. Nhưng khi đau bụng, nhức đầu, khó thở tôi đâu có biết đó là những dấu hiệu cầu cứu (S.O.S.) của thân, nó báo cho tôi hay là có những sự bất ổn bên trong, và tôi cứ làm ngơ tụng kinh, ngồi thiền, dùng ý chí khống chế thể xác. Đương nhiên tôi có thể khống chế như vậy được vài lần, vài tháng, vài năm và tôi sẽ cảm tưởng rằng tôi làm chủ được thân thể mình, nhưng thực tế thì tôi là một kẻ ngu si đê nèn cảm xúc, tạo ra nội kết. Đến một ngày nào những nội kết này bộc phát ra thành bệnh. Như vậy bệnh là một tiếng chuông tỉnh thức, một thiền trượng gõ vào đầu thiền sinh mê ngủ hoặc đang chìm trong dòng ảo tưởng. Bệnh khổ đương nhiên là một nghiệp quả, nhưng đó là kết quả của sự vô minh. Tôi vô minh không biết tu thân, nên đã tạo nghiệp khiến cho thân phải bị bệnh.

Trong quyển "Con đường chuyển hóa" Thầy Nhất Hạnh đã dùng đến danh từ "nội kết" rất hay. Tối bây giờ Phạm ngữ Samyojana được dịch là kiết sử, kiết là kết tụ lại thành một khối, sử là ràng buộc và sai sử. Khi nói đến kiết sử, ta thường liên tưởng

đến mùi phiền não gốc : tham, sân, si, mạn nghi, thân kiến, biên kiến v.v nhưng ta không ý thức được tính cách đúc tụ thành một khối của chúng. Chũ nội kết rất hợp với tâm lý học hiện đại, nó bao gồm tất cả những loại tình cảm đa dạng. Con người là loài hữu tình, nếu bảo tu là dứt hết tình cảm trở thành vô tình như cây như đá thì có khác gì bảo con người đừng làm người nữa. Từ tình cảm (sentiment) sinh ra cảm xúc (émotion), trong Đạo Phật thường gán cảm xúc vào phiền não (émotion perturbatrice) và đa số thường có khuynh hướng đàn áp tiêu diệt cảm xúc. Đây là điều không hợp khoa học. Cảm xúc là những năng lượng (énergie) rất mạnh không thể bị đè nén. Thí dụ một người bình thường có vẻ yếu ớt, nhưng khi cơn giận nổi lên, anh sẽ cảm thấy sức mình như tăng vọt lên gấp mấy lần. Với sức mạnh này anh có thể giúp ích hay làm hại kẻ khác tùy theo sự hiểu biết hoặc vô minh của anh.

"Con đường chuyển hoá" cũng bàn đến cách thức chuyển hoá nội kết rất có giá trị. Mật Giáo Tantra không chủ trương tiêu diệt phiền não mà ngược lại đón tiếp ân cần để chuyển hoá chúng.

Ngoài cách thức quản lý những cảm xúc, Tantra đặc biệt nhấn mạnh đến việc chuyển hoá năng lượng tính dục (énergie sexuelle). Đây là một quan niệm khác hẳn với quan niệm tu là phải diệt dục của Hiến Giáo truyền thống. Hiến Giáo hình như chỉ chú trọng đến việc tu tâm tích đức, tiêu diệt phiền não để cõi lòng được thanh tịnh. Trong khi đó, Mật Giáo Tantra chú trọng đến tất cả khía cạnh của năng lượng (énergie). Mùa đông ở Âu Mỹ trời lạnh, người ta thường dùng thức ăn có nhiệt tố cao (calorie), những thức ăn này chuyển thành nhiệt lượng giúp cơ thể chịu lạnh. Như vậy thức ăn tiềm chứa trong đó những năng lượng của sức nóng. Nhưng nếu gặp trời lạnh, ta cứ cầm trong tay mấy củ khoai hay cà rốt, mong cho nó sưởi ấm mình thì bạn nghĩ sao? Hay là ta phải ăn vào thì những năng lượng kia mới chuyển hóa thành nhiệt lượng giúp cơ thể ta ấm hơn lên. Tất cả sự vật mà ta quen gọi là lục trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) đều có những năng lượng tiềm tàng của chúng. Nếu ta thông minh và biết cách sử dụng chuyển hóa chúng thì sự tu hành sẽ dễ đạt kết quả. Do đó Mật Giáo Tây Tạng chủ trương rằng Tantrayana (Mật Thừa) dẫn đến Phật

quả nhanh hơn Sutrayana (Kinh Thừa).

Về màu sắc, các Sư Tây Tạng mặc màu đỏ chát (bordeaux) vì màu đỏ có khả năng kích thích năng lượng sinh tồn (énergie vitale) và nhiệt lượng giúp họ có sức chịu lạnh. Hơn nữa màu đỏ thuộc cực dương, xứ Tây Tạng rất lạnh thuộc cực âm, mặc màu đỏ ở xứ lạnh cũng là một cách quân bình âm dương. Trong bảy màu của ánh sáng mà mắt thường có thể thấy được, có ba màu thuộc dương : đỏ, cam, vàng, và bốn màu thuộc âm : xanh lá cây, xanh da trời, xanh nước biển, tím. Mỗi màu sắc đều có những năng lượng riêng của nó. Trong các Mạn Đà La (Mandala) của Tây Tạng, nếu để ý bạn sẽ thấy nhiều màu sắc đủ loại được sắp xếp theo luật rung động của năng lượng (loi d'énergie vibratoire).

Các kinh chú Tây Tạng thường được tụng với giọng rất trầm khác với giọng bổng của người Việt. Vì giọng trầm có khả năng kích thích các luân xa (chakras) phía dưới cơ thể, nơi tiềm tàng năng lượng sinh tồn (énergie vitale) và năng lượng tính dục (énergie sexuelle).

Các hình Phật Tây Tạng thường được vẽ dưới trạng thái Yab-Yum. Yab có nghĩa là Cha, Yum là Mẹ. Yab-Yum có nghĩa là giao hợp, tương đương với nghĩa Yoga (union) là hợp nhất. Tối đây tôi nhớ lại một lần, các Lạt Ma Tây Tạng tặng cho thư viện Chùa Linh Sơn mấy tấm tranh Phật (thangka), trên đó có hình Phật Yab-Yum. Sư Cô tri tặng trông coi thư viện lúc bấy giờ không dám treo lên, vì Sư Cô nói với tôi rằng : "Hình Phật gì mà kỳ quái! Sao họ lại vẽ hình Phật ôm người nữ"? Nhưng hình Phật Yab-Yum chỉ là biểu tượng, Phật nam tượng trưng cho phương tiện thiện xảo (upaya), Phật nữ tượng trưng cho trí huệ (prajna). Sự hợp nhất giữa nam tính và nữ tính, hoặc âm dương, là chìa khóa căn bản của Tantra tối thượng (Anuttara Yoga Tantra).

Tantra Tây Tạng được chia làm bốn loại :

1. Kriya Tantra
2. Caryā Tantra
3. Yoga Tantra
4. Anuttara Yoga Tantra

Tantra nào cũng dẫn đến giải thoát, nhưng khác nhau ở phương tiện tu hành. Trong ba năm nhập

thất, tôi được học nhiều về Anuttara Yoga Tantra. Anuttara, Hán Việt phiên âm là A Nậu Đa La có nghĩa là không gì cao hơn. Loại Tantra này sử dụng nhiều đến năng lượng cảm xúc (énergie émotionnelle) và năng lượng tính dục (énergie sexuelle). Khi nói đến tính dục thì phải nói đến âm tính và dương tính, hoặc nói cách khác là nữ tính và nam tính. Chữ tính ở đây không phải là tính tình mà là nguyên lý (principe). Vạn vật trong vũ trụ đều có thể xếp vào hai loại: âm và dương. Ở đây ta tìm thấy giáo lý của Đạo Lão, bậc thánh nhân là người biết sống thuận với Trời Đất, Trời thuộc dương, Đất thuộc âm. Ta cũng thấy sự trùng hợp với y lý cổ truyền, người mạnh khỏe là người biết điều hoà quân bình âm dương trong cơ thể. Con người có hai loại: nam và nữ. Một ngày hai mươi bốn tiếng cũng có hai phần: ngày và đêm. Một cục nam châm cũng có hai đầu: cục dương và cục âm. Điện cũng có hai loại: điện âm và điện dương. Một hạt nguyên tử cũng có dương tử (proton) và âm tử tức điện tử (electron).

Nói chung tất cả đều có thể xếp loại âm dương. Âm tính thì bị thu hút bởi dương tính và ngược lại dương tính cũng bị thu hút bởi âm tính. Khi trường

thành, người nam thường đi tìm một người nữ để kết hôn. Người thường không để ý tại sao lại như vậy? Họ cho rằng đó là lẽ tự nhiên, Ông Trời sinh ra như thế thì cứ sống như thế, hơi đâu mà tìm hiểu làm chi cho mệt. Sự kết hôn nam nữ là việc đi tìm hạnh phúc trăm năm, vì người đàn ông là một nửa vòng tròn (bán cầu) đi tìm một nửa vòng tròn khác để kết hợp lại thành một vòng tròn. Khi vòng tròn được thành hình thì gọi là viên mãn, viên là tròn, mãn là đầy đủ. Viên mãn tức là hạnh phúc. Nhưng thực tế đâu phải đơn giản như vậy. Vấn đề thường xảy ra là hai nửa vòng tròn kia không cùng kích thước. Một nửa quá lớn hoặc một nửa quá nhỏ. Và như vậy thì không có sự viên mãn, tức không có hạnh phúc. Trên phương diện tình cảm một người nam khi gặp một người nữ hợp nhãn, hợp ý, thì tưởng rằng hai người có thể sống chung hạnh phúc. Nhưng sau một thời gian, anh nhận ra mình đã tưởng lầm. Đến đây thường có hai trường hợp: hoặc anh ta chịu sống trong đau khổ cố giữ hai bán cầu không cùng kích thước dính vào nhau, hoặc anh ly dị để tìm một nửa vòng tròn khác với hy vọng rằng nó sẽ cùng kích thước với nửa vòng tròn của anh. Nhiều khi gặp

hên, hoặc do phước duyên đời trước, anh tìm được một nửa vòng tròn đúng kích thước, một người yêu lý tưởng, thuận vợ, thuận chồng, sống hạnh phúc cho đến đầu bạc răng long.

Người thường là như vậy, còn người tu thì sao? Người tu đâu có thể lấy vợ, lấy chồng được! Mà nếu thế thì âm dương mất quân bình, và người tu sẽ mãi mãi là một nửa vòng tròn cho đến hết đời. Nửa vòng tròn thì đâu gọi là viên mãn. Không viên mãn thì làm sao có hạnh phúc, có an lạc được! Nếu tu là để thiếu thốn, khao khát hạnh phúc thì tu làm chi cho khổ! Có người sẽ trả lời : tu là khổ bây giờ để có hạnh phúc mai sau. Nếu được như vậy thì tốt lắm, nhưng chỉ sợ không được như vậy thôi! Nếu tu mà có được hạnh phúc ngay bây giờ và luôn cả mai sau thì có tốt hơn không?

Thật ra người tu vẫn đi tìm một nửa vòng tròn khác để kết hợp lại thành một vòng tròn. Sự kết hợp này gọi là hợp nhất (nhập lại thành một) tiếng Phạn gọi là Yoga (union). Hành giả Ấn Giáo Yogi, tu tập Du Già (Yoga) để tìm sự hợp nhất với Brahma (Phạm thiên). Các tu sĩ Đạo Thiên Chúa

cũng đi tìm sự trở về với Thượng Đế. Thiền Sư đi tìm sự trở về với bốn tánh hay Phật tánh. Người tu khôn khéo là người biết đi tìm nửa vòng tròn kia ngay nơi mình, không tìm kiếm bên ngoài. Đó là lý do tại sao Thiền Sư không đi tìm Phật bên ngoài. Nhưng đâu phải người tu nào cũng biết như vậy. Vấn đề mà tôi muốn nói ở đây là sự giải quyết những năng lượng tính dục nơi người tu, nhất là cho những thanh thiếu niên xuất gia. Họ là những người ở lứa tuổi mà năng lượng tính dục đang phát triển mạnh nhất, khác với những người lớn tuổi đã có gia đình, vợ con rồi mới xuất gia. Năng lượng tính dục hay bất cứ năng lượng nào khác cũng cần được hiểu để xử dụng và chuyển hóa trong việc tu hành.

Tôi rất vui khi về Làng Hồng thấy Tăng Ni ở đó được quyền chơi đá banh, bóng chuyền. Đó là những hình thức lành mạnh giúp cho những năng lượng trong cơ thể có cơ hội thoát tiết ra ngoài để quân bình hóa âm dương. Ở Việt Nam, quý Hoà Thượng hay Thượng Tọa cũng chơi thể thao, bóng bàn hoặc luyện võ như các Sư Chùa Thiếu Lâm trong phim Tàu, v.v...Đó là những phương tiện

thiện xảo (upaya) để quân bình hóa những năng lượng trong tâm hồn và thể xác. Nếu không có những cơ hội như vậy thì người tu sẽ phải đè nén tình cảm, đàn áp cảm xúc và từ từ đi đến chỗ sinh bệnh. Tệ hơn nữa là các vị quản chúng, chúng trưởng thường không có khái niệm về khoa học, sinh lý, tâm lý và y lý nên thay vì tìm phương cứu chữa, lại gieo vào đầu bệnh nhân mặc cảm tội lỗi: "Chắc con nghiệp nặng nên mới ra nông nỗi này" hoặc "Đây là bệnh nghiệp, thôi con ráng trả", hoặc "ráng trì kinh Dược Sư đi sẽ khỏi", v.v...

Trở về giáo lý Tantra mà tôi được học, con người có hai thân: thân tứ đại thô kệch và thân vi tế. Trong thân vi tế có đến 84.000 kinh mạch nhưng quan trọng nhất là ba kinh chính: Tạng ngũ là Uma, Roma, Kyangma, Phạn ngũ là Sushumna, Pingala, Ida. Sushumna là kinh chính giữa chạy dọc theo xương sống từ trên đỉnh đầu xuống tới hậu môn. Ida và Pingala là hai kinh phụ bắt đầu từ hai lỗ mũi chạy lên đỉnh đầu rồi trở xuống quyện quanh Sushumna và giao nhau ở các luân xa (chakras). Ida là kinh bên trái màu trắng tượng trưng cho năng lực của mặt trăng thuộc âm.

Pingala là kinh bên phải màu đỏ tượng trưng cho năng lực của mặt trời thuộc dương. Mục đích của hành giả Tantra là làm sao hít thở điều khiển đưa hai luồng khí âm dương nhật nguyệt từ Ida và Pingala xuống dưới hậu môn chạy trở vào kinh chính Sushumna, đánh thức luồng hỏa hầu Kundalini nằm ở luân xa thứ nhất (Muladhara). Kundalini là một năng lực vô cùng siêu phàm, nó sẽ chạy dọc theo kinh chính đi qua từng luân xa một để cuối cùng lên đến luân xa thứ bảy (Sahasrara) và từ đó nhập một với Thượng Đế, Phạm Thiên, Phật hay Chúa... Khi đưa được hai luồng khí prana vào Sushumna, hành giả sẽ có cảm giác khoái lạc tương đương với sự giao hoan của nam nữ. Do đó hành giả Tantra không cần phải đi tìm một người nam hay nữ bên ngoài để giao hoan mà tìm cách giao hợp ngay trong thân mình hai tính âm dương nam nữ.

Người tu là người biết được nửa vòng tròn khiếm khuyết kia nằm sẵn tiềm tàng nơi mình và tìm cách làm nó phát hiện để cuối cùng chính mình trở thành một vòng tròn viên mãn.

Một người đàn ông mà nghĩ rằng mình phải là

nam nhi chi chí, không được có nữ tính thì người đàn ông này dễ trở thành vũ phu, không biết thông cảm niềm đau nỗi khổ của vợ con.

Một người đàn bà hoàn toàn nữ tính, yếu đuối ủy mị, đa sầu đa cảm, không có được một chút cứng rắn của nam tính thì người đàn bà này sẽ dễ đau khổ vì tình, thường có khuynh hướng đi tìm một đấng "anh hùng" để nương tựa, và vô tình hay cố ý cam chịu cuộc đời "chồng chúa vợ tôi".

Tóm lại người tu hay nói chung là người muốn sống an vui hạnh phúc cần phải biết những nguyên lý âm dương nam nữ hầu giải tỏa và chuyển hoá những nội kết cảm xúc của mình.

Nếu tu chỉ là tu tâm mà thôi thì sự tu đó còn thiếu phân nửa. Đối với tôi, **tu là tu cả hai: tu thân lẫn tu tâm**. Tinh thần và thể xác luôn đi đôi. Không thể có một tinh thần bạc nhược trong một thể xác tráng kiện hay tinh thần minh mẫn trong một thể xác bệnh hoạn.

LUÂN XA

Luân xa tiếng Phạn là chakra, nghĩa là bánh xe hay vòng tròn xoay quanh trục của nó. Luân xa là những nhà máy thu và phát năng lượng (centrale d'énergie). Trong Yoga của Ấn Độ Giáo nói chung có bốn loại:

1. Karma Yoga
2. Bhakti Yoga
3. Jnana Yoga
4. Raja Yoga

Yoga có nghĩa là trở về hợp nhất với một đối tượng. Trong Ấn Giáo, hành giả Yogi tìm sự hợp nhất với Brahma (Phạm thiên) hay Thượng Đế.

Trong Karma Yoga, hành giả làm tất cả hành động bất vụ lợi, đây là con đường của phục vụ và xả thí nhằm trừ bỏ tiểu ngã hay phàm ngã để trở về với Đại ngã hay Chân ngã.

Trong Bhakti Yoga, hành giả hướng hết tâm trí về Thượng Đế qua sự sùng kính lễ bái, tụng niệm

kinh chú. Qua sự tín tâm như vậy họ mong nhập một với Thượng Đế.

Trong Jnana Yoga, hành giả tìm sự giải thoát qua trí huệ, qua sự nghiên cúu kinh điển Veda, suy tư quán chiếu về tự tánh.

Trong Raja Yoga, hành giả tập làm chủ cả thân và tâm qua sự tu tập tám bộ môn hay tám nhánh: yama, niyama, asana, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana và samadhi.

Ngày nay ở Âu Châu, người ta hay tập Hatha Yoga, môn này là một phần nhỏ của Raja Yoga, nó bao gồm hai nhánh: asana là những tư thế luyện thân và pranayama là phép luyện hơi thở để thanh lọc các đường Kinh (nadi), trong đó có ba kinh quan trọng (đã nói ở trước).

Trong Phật Giáo cũng chia hành giả làm ba loại:

1. Trí huệ Bồ Tát (pannadhika). Vị này chú trọng phát triển trí huệ và thực hành thiền định nhiều hơn là nhiệt thành với những hình thức lễ bái cúng dường bề ngoài.

2. Tín đức Bồ Tát (saddhadhika). Vị này đặt trọn niềm tin nơi hiệu lực của tâm thành. Tất cả những hình thức lễ bái thờ phượng là sở trường của ngài.

3. Tinh tấn Bồ Tát (viriyadhika). Vị này luôn luôn tìm cơ hội để phục vụ kẻ khác. Không có gì làm cho Tinh tấn Bồ Tát hoan hỷ bằng tích cực phục vụ. Đối với ngài, làm việc là hạnh phúc, hạnh phúc là làm việc.

Qua hai sự xếp loại trên, ta thấy có sự tương đồng giữa:

- * Trí huệ Bồ Tát và hành giả Jnana (Jnana Yogi)
- * Tín đức Bồ Tát và hành giả Bhakti (Bhakti Yogi)
- * Tinh tấn Bồ Tát và hành giả Karma (Karma Yogi).

Có nhiều phật tử quan niệm rằng Yoga là ngoại đạo, không nên pha lẫn với Phật Giáo. Theo tôi Yoga là một môn khoa học như toán, lý hóa, điện tử, v.v... nó không phải là một tôn giáo, không phải là sở hữu của Ấn Giáo, ai cũng có thể tập được hết. Võ Thiếu Lâm đức Phật đâu có dạy, sao các Sư chùa Thiếu Lâm lại tập? Máy vi tính đâu phải là phát minh của Phật Giáo, sao ngày nay chùa viện nào ở Âu Mỹ cũng dùng?

Trong Anuttara-Yoga-Tantra của Mật Giáo Tây Tạng cũng nói nhiều về ba kinh (Sushumna, Ida, Pingala) và luân xa (chakras), nhưng chỉ đề cập

tối bốn thay vì bảy luân xa.

Xin kể sơ lược về bảy luân xa, sau này nếu có dịp tôi sẽ viết nhiều hơn về chi tiết.

Có bảy luân xa chính nằm dọc theo đường kinh trung ương Sushumna từ dưới xương cụt lên tới đỉnh đầu.

1. Luân xa thứ nhất: Muladhara chakra

Vị trí nằm giữa hậu môn và bộ phận sinh dục, tương đương với huyết Hội Âm của châm cứu học. Nó được biểu hiện bằng một bông sen bốn cánh màu đỏ, chủng tự tiếng sanskrit của nó là LAM. Luồng hỏa hầu Kundalini nằm phục ở đây. Hành giả Yogi khi thành tựu phép quán tưởng luân xa này, sẽ làm chủ được địa đại, tiêu trừ nghiệp quá khứ, biết được ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai, thọ hưởng niềm hoan lạc tự nhiên.

2. Luân xa thứ hai: Svadhisthana chakra

Vị trí nằm dưới rốn chừng bốn ngón tay, tương đương với huyết Quan nguyên, biểu hiện bằng bông sen sáu cánh màu cam, chủng tự là VAM. Thành tựu phép quán tưởng luân xa này sẽ làm chủ được thủy đại và các giác quan, biết được

cảnh Trung giới (monde astral). Tham ái, giận hờn, ngã mạn, ganh tỵ và các phiền não khác đều được tiêu trừ. Vượt thoát tử thần.

3. Luân xa thứ ba: Manipura chakra

Vị trí ở giữa rốn và xương ức (sternum), tương đương với huyết Trung quản. Biểu hiện bằng bông sen mười cánh màu vàng, chủng tị là RAM. Người Yogi thành tựu phép quán luân xa này sẽ làm chủ hỏa đại, không còn sợ lửa thiêu đốt, hoàn toàn thoát khỏi bệnh tật.

4. Luân xa thứ tư: Anahata chakra

Vị trí ở giữa ngực, tương đương với huyết Đan trung. Biểu hiện bằng bông sen mười hai cánh màu xanh lá cây, chủng tị là YAM. Thành tựu phép quán tưởng luân xa này, làm chủ phong đại, tùy ý bay lượn trong không gian hoặc chui nhập vào thân người khác, đầy đủ đức tính của chủ thiên và tình thương vũ trụ.

5. Luân xa thứ năm: Visuddha chakra

Vị trí ở ngay dưới cổ, tương đương với huyết Thiên độn. Biểu hiện bằng bông sen mười sáu cánh màu

xanh da trời. Chủng tử là HAM. Thành tựu phép quán tưởng luân xa này sẽ làm chủ không đại, thân thể không bao giờ tàn hoại, ngay cả khi thế gian bị tiêu diệt, đạt được trí huệ thông suốt bốn kinh Veda và ba thời: quá khứ, hiện tại, vị lai.

6. Luân xa thứ sáu: Ajna chakra

Vị trí ở giữa hai chân mày nơi mà huyền môn thường gọi là con mắt thứ ba, tương đương với huyết Ấn đường. Biểu hiện là bông sen hai cánh màu xanh nước biển, chủng tử là A. Thành tựu phép quán luân xa này, người Yogi tận trừ nghiệp quá khứ, trở thành người hoàn toàn giải thoát ngay trong hiện đời, đạt được tám phép thần thông (siddhi) và ba mươi hai phép phụ.

7. Luân xa thứ bảy: Sahasrara chakra

Vị trí ngay trên đỉnh đầu, tương đương với huyết Bách hội. Biểu hiện bằng bông sen ngàn cánh màu tím, trắng, vàng. Chủng tử là OM. Khi luồng hoả hần Kundalini chạy lên tới đây, hành giả Yogi nhập một với Thượng Đế, trở thành một bậc giác ngộ giải thoát hoàn toàn. Đây là mục đích tối hậu của mọi hành giả yogi.

Sự trình bày bày luân xa ở trên thuộc truyền thống kinh điển Tantra. Ngoài ra theo tâm lý học và tâm thể học thì mỗi luân xa liên quan đến một loại cảm xúc (émotion) và sự vận hành của các tuyến nội tiết (glande endocrine) trong cơ thể.

Như đã nói ở trước, luân xa là nhà máy thu phát năng lượng. Thân hút năng lượng trong vũ trụ thiên nhiên rồi phát ra nuôi dưỡng các thân (thô và tế). Nơi người khỏe mạnh bình thường, bảy luân xa này đều hoạt động đúng mức, không nhanh không chậm, không nghẽn tắc. Nhưng khi bị xúc động mạnh về tình cảm hoặc uất ức đè nén cảm xúc, hoặc bị tai nạn xúc phạm mạnh nơi thân thì các luân xa có thể bị tổn thương, hoạt động bất thường, chiều quay lệch lạc. Từ đó cơ thể mất dần năng lượng, Đông-Y gọi giai đoạn này là khí huyết không thông. Ta có thể đi châm cứu, uống thuốc bổ, nhưng đó chỉ là gỡ gạc một phần nào thôi, không thể tái lập quân bình hoàn toàn được, vì vết thương nằm sâu nơi luân xa. Lý thuyết âm dương, ngũ hành, kinh mạch của Đông-Y đã được du nhập Phật Giáo, trong giới Tăng sĩ đã có những danh y như Tuệ Tĩnh thiền sư (thế kỷ 14) và gần

đây là Thượng Tọa Thích Tâm Ấn. Tăng Ni cũng có những người đi học châm cứu để cứu nhân độ thế, thực hiện lý tưởng từ bi của Bồ Tát. Nay nếu biết được lý thuyết luân xa, ta có thêm khí cụ và phương tiện cứu nhân độ thế hữu hiệu hơn nữa.

* Luân xa thứ nhất, Muladhara, chủ trì năng lượng sinh tồn (énergie vitale), nói tắt là sinh lực, ý chí vui sống. Người tu mà có tâm niệm chán đời thì vô tình làm luân xa này quay chậm lại hoặc tệ hơn nữa là quay ngược chiều khiến sinh lực ngày một thất thoát, cơ thể suy nhược, dễ sinh bệnh hoạn, và từ đó tâm hồn lại càng chán đời thêm. Tu hành như vậy có khác gì tự sát.

* Luân xa thứ hai, Svadhithana, chủ trì năng lượng tính dục (énergie sexuelle) có tính cách sáng tạo. Đa số thường quan niệm tu là phải diệt dục, vì dục là ham muốn. Người tu không được ham muốn gì hết! Vậy quý Thầy tu có muốn chùa to tượng lớn không? Có thích đông phật tử lui tới cúng dường không? Khởi nói chi xa, người tu có muốn giải thoát không? Có muốn thành Phật không? Muốn Niết Bàn không? Vậy những cái

"muốn" đó có phải là dục không? Khi đói muốn ăn, khát muốn uống thì đó có phải là dục không? Nếu đó là dục cần phải diệt thì chắc Thầy tu phải nhịn ăn, nhịn uống, nhịn luôn cả thở để chết đi cho rồi!

Sự ham muốn (dục) tự nó không có hại, không có tội. Hại hay không là tùy đối tượng của ham muốn. Ham muốn thể xác gọi là nhục dục, ham muốn sắc đẹp là sắc dục, ham muốn rượu chè là tửu dục, ham muốn những thứ này thường đưa đến khổ đau vì thèm khát mà không toại nguyện. Muốn tu gọi là tu dục, muốn giải thoát gọi là giải thoát dục, muốn Niết Bàn là Niết Bàn dục, những thứ dục này đâu có hại! Nhưng đa số vẫn cứ nghĩ dục là một điều xấu.

Dục là một chất liệu, một năng lực thúc đẩy mình đạt đến đối tượng hay mục đích. Nếu không "muốn" giải thoát thì làm sao tu được? Vì "muốn" sự an vui hạnh phúc của Niết Bàn, "muốn" thoát khổ luân hồi nên mới tìm Đạo giải thoát!

Luân xa thứ hai liên quan đến hiện tượng sinh lý, nam tính và nữ tính. Là người ai mà chả có tình dục, trừ khi bạn đã chứng A La Hán. Vào tuổi dậy thì cho đến khoảng bốn mươi tuổi, luân xa này

giúp cho tuyến sinh dục (glande sexuelle) hoạt động để con người tiếp nối giống loài. Người tu không có vợ chồng, lại thêm đè nén, dần ép tình dục, không biết cách chuyển hóa thường khiến cho luân xa này bế tắc, từ đó dễ sinh bệnh, nhất là những bệnh về tử cung. Có lần đọc báo thấy trong một giòng nữ tu Cơ Đốc ở Mỹ, các bà Sơ được bôi lợi trong một hồ tắm. Tôi nghĩ đó là một phương tiện lành mạnh giúp cho những năng lượng tính dục sung mãn có cơ hội thoát tiết mà không cần phải qua con đường tình ái hay nhục dục.

* Luân xa thứ ba: Manipura, chủ trì sự liên quan giữa cá nhân và môi trường xung quanh. Khi cá nhân sống hòa thuận với môi trường xung quanh, biết bày tỏ tình cảm, không đè nén cảm xúc thì luân xa này quay bình thường. Nhưng khi bị ăn hiếp mà không chống trả được, phải cố nhịn dần sự nóng giận, khi thấy điều bất công mà không nói lên được, khi lo lắng mà không dám biểu lộ ra mặt, v.v... Nói chung tất cả cảm xúc không thoát được ra ngoài mà bị giữ lại ở trong sẽ làm luân xa này bị bệnh, quay chậm lại hoặc không quay hoặc quay ngược chiều. Ở chùa các Sư Cô hay bị đau

bao tử vì lo lắng mà không giải quyết được, đau gan hay túi mật vì giận mà không nói ra được, đau lưng hay thận vì bị xài xể nhiều mà không dám cương lại, đau quặn ruột vì sợ hãi mà không dám cầu cứu, v.v... Nói chung tất cả triệu chứng vùng bụng đều là dấu hiệu không biết đối phó cảm xúc với môi trường xung quanh.

* Luân xa thứ tư: Anahata, là trung tâm của tình thương, nó liên quan và ảnh hưởng mật thiết với quả tim. Ở đời, là con người (hữu tình) ai cũng muốn thương và được thương, muốn yêu và được yêu, nhưng hoàn cảnh đâu dễ dàng như ý được. Mình thương người kia nhưng người kia không thương lại, thế là lòng tự ái bị tổn thương, trở nên dè dặt không dám thương ai nữa, sợ tình thương của mình bị từ khước. Cứ thế dần dần quả tim khép lại, không được tưới tẩm bởi tình thương làm cho luân xa này bế tắc. Khi luân xa này bế tắc, vùng tim không tiếp nhận được sinh khí (énergie vitale), đó là một trong những nguyên nhân gây ra bệnh vùng ngực như nghẹt tim, ung thư tim, ung thư vú, hen suyễn, v.v...

Bệnh tiểu đường cũng là bệnh thuộc loại tâm thể

(psychosomatique) mặc dù một số bác sĩ cho đó là bệnh di truyền. Theo nhà tâm lý học Thorwald Dethlefsen, đường và những chất ngọt biểu hiện cho tình yêu và lòng trìu mến. Con nít nào mà chẳng cần tình thương của cha mẹ, con nít nào mà chẳng thích ăn kẹo ngọt. Ngay cả người lớn cũng hảo ngọt, chỉ thích được nịnh khen chứ không ưa lời nặng. Theo Y khoa hiện đại, bệnh tiểu đường là do cơ thể thiếu chất insuline, nên họ chích chất này vào bệnh nhân để điều hoà chất đường trong người. Hiện tượng đơn giản của bệnh này là cơ thể không hấp thụ được chất đường để cho nó thoát ra ngoài qua máu hoặc nước tiểu. Từ đó Thorwald Dethlefsen suy ra rằng người bệnh tiểu đường là người mất khả năng thương yêu, không biết hấp thụ tình thương. Người bệnh tiểu đường cũng cần tình thương như ai, nhưng không được đáp ứng lại vì chính anh ta không thể ban rải tình thương hoặc chưa học được cách thương yêu kẻ khác.

Ở chùa hình như quý Thầy lớn cũng hay mắc phải bệnh này, có lẽ vì phật tử nấu đồ ăn cho bột ngọt nhiều quá hoặc quý ngài vô tình đã làm bết tắc luân xa thứ tư này.

* Luân xa thứ năm: Visuddha, là trung tâm của sự giao thiệp, thông tin qua lời nói. Người biết ăn nói lịch thiệp, rành mạch rõ ràng, đó là dấu hiệu luân xa này khai thông và hoạt động tốt. Khi luân xa này bế tắc, bệnh hoạn thì đương sự thường có vấn đề trong việc diễn nói về ý kiến, quan niệm hoặc tình cảm của mình như nghẹn ngào, uất ức nói không ra lời, hoặc muốn nói mà khớp hay không đủ lời đủ ý, sợ nói trước đám đông, v.v... Đây chỉ là đại khái thôi vì còn nhiều yếu tố tâm lý khác nữa. Về bệnh nơi thân thì luân xa này liên quan đến tuyến giáp trạng (glande thyroïde), nặng thì có thể bị bứu cổ, nhẹ thì viêm họng hoặc đau cứng cổ...

* Luân xa thứ sáu: Ajna, là trung tâm của ý thức, liên quan đến tuyến niêm dịch (glande pituitaire). Người làm việc tâm trí nhiều thì luân xa này được kích thích, từ đó có khả năng suy tư bén nhạy. Ngược lại khi luân xa này không khai thông thì đương sự cũng không được thông minh sáng suốt, khó phân biệt lẽ phải và lợi hại.

* Luân xa thú bảy: Sahasrara, là trung tâm của sự hợp nhất giữa tiểu ngã và Đại ngã, sự hợp nhất với Thượng Đế hay sự giác ngộ hoàn toàn. Trong cơ thể nó liên quan đến tuyến tòng quả (glande pinéale), tuyến này vẫn còn mở hồ đối với giới Y-khoa hiện đại. Nơi người thường, luân xa này hoạt động rất yếu nhưng không bế tắc. Nó là nhịp cầu nối giữa con người và Thượng Đế, giữa đời sống vật chất vô thường và đời sống tâm linh vĩnh cửu. Nơi người biết sống cuộc đời tâm linh, luân xa này được kích thích và khai thông từ từ, giúp họ tiến bước nhanh trên đường Đạo vì tiếp nhận được những ân huệ bên trên truyền rải xuống.

Trên đây chỉ là sơ lược về bảy luân xa chính, trong cơ thể con người còn nhiều luân xa phụ khác ở các khớp tay và chân. Ngoài luân xa, con người còn có hào quang (aura) và bảy thể xác vi tế bao quanh thân tứ đại. Giáo lý Thông Thiên Học (Théosophie) có nói đến những điều này nhưng trước kia tôi xem Thông Thiên Học như một trường ngoại đạo nên không để ý. Gần đây từ năm 95 tôi có dịp quen biết vài bạn hữu Âu Tây, trong số đó người thấy được hào quang. Ở Paris

có vài nơi chụp hình hào quang qua kỹ thuật của Kirlian và tôi cũng đã tò mò đi chụp thử rồi kiểm chứng lại với bạn hữu. Từ đầu năm 96 tới nay, qua sự học hỏi và tập luyện nhằm mục đích chữa bệnh cho mình và cho người, tôi đã sờ mó được các luân xa và bốn thể vi tế trên con người. Riêng hào quang thì tôi chưa thấy được nhưng tôi có quen một anh bạn tên Martin người Canada ở Québec, là một họa sĩ và thợ uốn tóc, anh có khả năng thiên phú thấy được hào quang từ lúc còn nhỏ. Nhờ Martin mà tôi học được nhiều điều cũ lạ. Tại sao cũ lạ? Cũ là vì giáo lý về luân xa, hào quang tôi đã biết rồi nhưng chưa hề kinh nghiệm được, lạ là vì Martin thấy được và nói cho tôi nghe. Bình thường hào quang của tôi màu vàng cam, khi tôi bắt đầu tụng chú Om Mani Padme Hum thì Martin cho hay là hào quang quanh đầu tôi chuyển thành màu xanh da trời. Khi tôi tụng một bài chú khác thì hào quang cũng đổi màu. Mỗi khi tôi bắt ấn (mudra) khác nhau thì hào quang quanh tay cũng đổi màu tùy theo ấn thủ. Không những hào quang thay đổi mà luân xa liên quan đến thủ ấn cũng bị ảnh hưởng. Qua những kinh nghiệm hợp tác với Martin và vài

bạn hữu khác, vấn đề luân xa, hào quang, thể xác vi tế đối với tôi không còn là những giáo lý huyền bí hay ngoại đạo nữa mà là một chuyện hiển nhiên như việc tay tôi sờ thấy cái bàn cái ghế vậy.

Người tu Mật Tông Việt Nam tụng chú theo kiểu phát âm chữ Hán. Quý Thầy dạy tụng chú dù phát âm không đúng với tiếng Sanskrit nhưng nếu thành tâm tin tưởng vẫn có hiệu nghiệm. Sự hiệu nghiệm ở đây phần lớn là do lòng tin mà ra. Theo Mantra-Yoga thì sự phát âm đúng theo tiếng Phạn (Sanskrit) rất quan trọng. Tiếng Phạn, còn gọi là Phạm âm tức ngôn ngữ của chư thiên, phạm thiên, không phải là âm thanh thường, mỗi chữ đều có hiệu lực rung động riêng. Khi phát âm trúng, một mantra (mật chú) có công năng nâng tâm thức lên bình diện cao hơn, vượt khỏi ý thức nhị biên, thể nhập vào những tầng tâm thức vi tế và từ đó tự chứng nghiệm được chân lý tuyệt đối. Đây là một loại khoa học về âm thanh, mục đích chúng đạt chân lý chú không phải để sai khiến quỷ thần hay cầu đảo mưa gió.

CHƯƠNG III

NGÃ TÂM LINH

Có nhiều người đi chùa nhưng họ đến để tìm một cái gì đó không liên quan đến việc tỉnh thức tâm linh.

Người Tàu đến chùa cúng Phật rất nhiều, để cầu buôn may bán đắt, làm ăn phát đạt hoặc xin xâm xin quẻ, nếu được quẻ tốt thì mừng cúng Phật nhiều, nếu gặp quẻ xấu thì buồn bã bỏ về. Đến chùa khẩn vái xin xỏ như thế thì chùa có khác gì đình miếu. Nhưng khổ nỗi chính những hạng "Phật tử" như thế mới giúp cho chùa khá giả. Người Việt Nam hiểu Đạo hơn nên "Tu" cũng khá hơn, đến chùa tụng kinh lễ Phật, học Đạo nghe pháp, làm công quả.

Tụng kinh nhiều thì cho là mình tu nhiều, tu khá, hết tụng kinh bốn đến tụng kinh bộ, hết bộ này đến bộ khác. Lạy Phật thì lạy xong ngũ bách danh, đến tam thiên rồi vạn Phật, cho rằng lạy nhiều chừng nào thì tiêu tội chừng nấy.

Học Đạo nghe pháp cốt để áp dụng tu tâm sửa

tánh, nhưng không như thế mà lại dùng kiến thức để phân biệt Thầy này hay Thầy kia dở.

Thay vì làm công quả để học hạnh xả thí, lại làm công quả để kiếm điểm với Thầy trụ trì.

Khá hơn là những bậc xuất gia, từ bỏ nhà cửa vợ con đi tu. Nhưng một thời gian sau lại bám víu vào ngôi vị đạo đức của mình. Nói đến đây tôi nhớ lại chuyện của Tổ Huệ Khả. Trong 33 vị Tổ Thiền Tông, tôi thán phục nhất vị Tổ này, dám xả thí thân mạng, chặt tay cầu Đạo. Là người kế thừa Tổ Đạt Ma, sau cùng dám xả luôn ngôi chùa, bỏ luôn chúc Tổ, chúc Hoà Thượng, lăn xả vào chợ, đi vào cuộc đời để tự thử thách mình, tự chứng nghiệm và độ một tầng lớp khác.

Người tu không khéo thường hay mắc phải bệnh "ngã tâm linh" (égo spirituel). Mới biết tu một chút cho là mình đạo đức. Tu hành chăm chỉ, được bao nhiêu công đức đều bị cái ngã hốt hết.

Tuy là một tu sĩ nhưng tôi không ưa chữ tu chút nào. Tôi đã một lần bày tỏ trong quyển *Bố thí ba la mật*. Tu đâu phải là làm những điều hình thức bên ngoài, đâu phải tính năm cộng tháng vào chùa. Khoác áo cà sa mà không hiểu bài học

thương yêu, giảng nói từ bi mà chỉ biết ích kỷ củng cố địa vị đạo đức của mình. Ngạn ngữ có câu: "Chiếc áo không làm nên Thầy tu" kia mà! Đối với tôi, tu là tập sống với tâm linh. Chữ tâm linh (spirituel) khác với vật chất (matériel). Tâm linh là tánh linh thiêng của con người, có thể gọi đó là Thượng Đế, Phật tánh hay Chân ngã... điều đó không quan trọng. Điều quan trọng đầu tiên là ta có biết đến tâm linh của mình hay không? Biết sống thật với tình cảm, nội kết của mình hay không? Hay là chỉ thích đóng kịch, mượn danh nghĩa chữ tu để khoe khoang mình là người đạo đức.

Tôi tu vì tôi không phải là người đạo đức. Tôi tu vì tôi còn nhiều nội kết chưa được giải tỏa, còn nhiều bài học ở đời mà tôi chưa hiểu. Tôi tu vì tôi hãy còn phân biệt tốt xấu, ưa ghét. Hơn nữa bây giờ tôi không chắc là tôi còn tu theo ý nghĩa phổ thông nữa không, nhưng tôi biết là tôi muốn sống thật. Sống thật với chính mình, với cả tâm hồn và thể xác của mình. Tôi không muốn làm Thầy ai cả, nếu muốn thì chỉ làm Thầy chính mình mà thôi.

Có nhiều người chỉ thích đóng vai Thầy và muốn

học trò hay đệ tử đóng mãi vai học trò đệ tử. Nhưng Thầy nào trò nấy, cũng có người thích đi tìm một vị Thầy, một đấng tôn sư bên ngoài để thờ phụng tôn kính.

Theo tôi, một vị Thầy thật (chân Sư) là người dạy cho đệ tử nhận ra ông Thầy của chính mình bên trong (le maître intérieur). Đức Phật là một chân Sư, ngài thành Phật và dạy cho chúng ta khai triển Phật tánh của mình để thành Phật như ngài. Đức Phật đâu có muốn bị đức tượng ngồi yên trên bàn thờ cho chúng ta hì hụp lạy ở dưới.

NHÂN QUẢ

Luật nhân quả là một thuyết khá quen thuộc đối với người Việt, nhưng ở đây tôi muốn đề cập đến một cái nhìn khác.

Tối bây giờ, nhân quả thường được hiểu như một luật thưởng phạt công bình: "Ở hiền gặp lành, ở ác gặp dữ" hoặc "gieo gió gặt bão" v.v... Bởi thế nhiều người đâm ra sợ luật nhân quả và nhờ đó mà họ không dám làm ác, vì làm ác sẽ bị quả báo xấu mai sau. Hoặc ngược lại, có người cúng dường bố thí thật nhiều để mai sau thọ hưởng phước báo.

Luật nhân quả đúng là gieo nhân nào sẽ gặt quả nấy, nhưng theo tôi nó không phải chỉ là luật thưởng phạt mà là một luật cần thiết cho sự tiến hoá của con người.

Đức Phật có nói: Ta là Phật đã thành, chúng sinh là Phật sẽ thành. Trong kinh Pháp Hoa, đức Phật thọ ký cho các đệ tử sau này ai sẽ thành Phật hiệu là gì, ở cõi nào v.v... Như vậy ta thấy không những

đệ tử của Phật sẽ thành Phật mà tất cả chúng sinh đều sẽ thành Phật, dù phải trải qua vô lượng số kiếp.

Cuộc đời là một trường học lớn (Đại học đường), gồm đủ mọi lớp từ thấp lên cao, từ mẫu giáo, tiểu học, trung học lên đến đại học. Con người cũng đủ mọi tầng lớp: giàu có, nghèo khổ, hiền lành, hung ác, thông minh, đần độn, v.v... Sinh ra ở đời tức là đã ghi tên và được nhận vào Trường Đời rồi. Bốn phận của học sinh là phải học giỏi, hiểu nhanh để lên lớp. Nếu lười học, trốn học rong chơi, tâm trí u độn thì sẽ bị ở lại lớp, học đi học lại bài cũ nhiều lần đến khi nào hiểu thì mới được lên lớp.

Khi đã học hết tất cả lớp của Trường Đời rồi thì không cần phải ghi tên học lại làm gì nữa. Đó là trường hợp của bậc thánh nhân như Phật, Chúa và các vị Đạo Sư.

Mục đích chân chính của người đời là phải học hỏi để hiểu và tiến hoá đến mức toàn thiện. Bài học cao quý nhất cần phải hiểu là bài học "thương yêu". Thương yêu chính mình và kẻ khác. Danh từ

trong Đạo gọi là từ bi. Nhưng thương yêu cũng phải biết cách, không nên thương yêu theo kiểu ái luyến ích kỷ thường tình. Vì vậy cần phải học thêm bài học "hiểu biết" mà danh từ Đạo Phật gọi là trí huệ.

Hiểu biết để thương yêu, thương yêu để có hạnh phúc. Hiểu biết ở đây không phải là loại trí khôn biết về chính trị, kinh tế, thương mại, kỹ thuật, v.v... Có nhiều người học giỏi, đậu bằng cấp cao về những bộ môn trên, nhưng để làm gì chứ? Để đi làm kiếm ăn, nuôi gia đình hay dùng nó vào việc ích kỷ hại nhân.

Ở đời, dù giàu hay nghèo, khôn hay dại, ai ai cũng muốn sung sướng hạnh phúc. Quả thì muốn mà nhân thì không biết gieo. Hoặc gieo nhân ác mà cứ muốn quả lành. Tìm hạnh phúc mãi không thấy, chỉ thấy khổ đau. Khổ quá bèn tìm đến Đạo. Đạo dạy gì? Dạy luật nhân quả: gieo nhân nào thì gặt quả nấy.

Ta đau khổ thất tình vì bị người yêu ruồng bỏ, ta đau có ngờ trong nhiều kiếp trước vì không biết thương yêu ta đã ruồng bỏ người. Là nạn nhân của chiến tranh, nhà tan cửa nát, vợ con thất lạc,

ta hận đối phương tàn ác dã man. Ta đâu có nhớ trong nhiều kiếp trước vì không biết thương yêu ta đã tàn sát kẻ địch không góm tay.

Trong kinh Pháp Cú, phẩm Song Yếu, bài kệ thứ nhất nói:

*Tâm dẫn đầu các pháp
Tâm làm chủ, tác tạo
Nếu với tâm ô nhiễm
Nói lên hay hành động
Khổ nào bước theo sau
Như xe, chân vật kéo.*

Nguyên nhân đưa đến khổ đau, không phải hoàn cảnh, không phải người khác, mà chính tự nơi mình. Vì mãi chạy theo vật chất, bỏ quên tâm linh, không biết luật nhân quả, không học sống thương yêu. Do đó phải chìm nổi lên đênh trong biển khổ luân hồi, trở đi trở lại Trường Đời để học đi học lại bài học nhân quả, bài học thương yêu.

Có nhiều bậc cha mẹ thương con nhưng không biết dạy con, nuông chiều thả lỏng con cái. Đưa con đến trường phó mặc cho giáo sư dạy dỗ. Nhưng ở trường học thời nay, người ta chỉ dạy cho

có bằng cấp, có nghề trong tay để ra đi làm kiếm ăn. Chỉ trong Trường Đời với những bài học sống, bài học cay đắng, bệnh hoạn, tai nạn, khổ đau mới có thể làm con người thức tỉnh về luật nhân quả.

Ngày nay trong giới trí thức khoa học Âu Mỹ có nhiều người để tâm nghiên cứu về hiện tượng luân hồi tái sinh. Nổi tiếng là bác sĩ Ian Stevenson ở Đại Học Charlottesville, tiểu bang Virginia. Qua nhiều năm khảo cứu, điều tra nhiều nước trên thế giới, ông ta đặc biệt để ý đến những dấu vết bẩm sinh trên thân thể con người. Thí dụ trường hợp của cậu bé Witjjeratna Hami ở Tích Lan, khi mới sinh ra đã có một bàn tay tàn tật. Vào tuổi biết nói, cậu tiết lộ: "Tôi đã giết vợ tôi với bàn tay này trước khi tái sinh ở đây".

Người Âu Mỹ không tin hoặc khó tin chuyện luân hồi nên những sách như của Stevenson thích hợp với họ vì nó có tính cách khoa học khảo cứu chứng minh luân hồi có thật. Nhưng đối với người Á Đông thì thuyết luân hồi không cần phải được chứng minh nữa, vấn đề cần được nói tới là luân hồi hay tái sinh giúp ta hiểu được cái gì? Rút tỉa

được bài học gì?

Bài học nhân quả dạy ta phải có trách nhiệm trong sự sống của mình qua hành động, lời nói và suy nghĩ. Nếu ta sống vô ý thức ,vô trách nhiệm, chỉ biết ích kỷ hại nhân thì phải trở lại Trường Đời học bài học luân hồi.

Nếu nói về luân hồi với sự ích lợi của nó thì ta phải kể đến Edgar Cayce (1877-1956), sinh trưởng ở tiểu bang Kentucky. Ông ta có tài soi kiếp cho bệnh nhân. Sau khi đi vào giấc ngủ thôi miên, ông đến cõi Trung giới (monde astral) nơi đó có một chỗ ghi chép tất cả số kiếp của loài người trên trái đất (annales akashiques). Chỉ cần đọc trong đó, Cayce biết được và nói cho bệnh nhân hiểu lý do nào trong quá khứ đã đưa đến căn bệnh hiện nay. Đây cũng tương tựa như túc mạng thông trong Đạo Phật. Không những nói rõ nguyên nhân căn bệnh, Cayce còn chỉ cho bệnh nhân cách chữa trị và phần lớn các bệnh nhân đều lành bệnh. Những hồ sơ bệnh án của Cayce, trên 14.000 trường hợp, được tồn trữ tại ARE (Association for Research and Enlightenment) ở Virginia Beach. Thí dụ trường hợp của một phụ nữ

bị điếc. Cayce cho hay trong kiếp quá khứ, cô ta đã bị tai làm ngơ trước lời cầu cứu của kẻ khác. Do vậy trong kiếp này, với bệnh điếc, cô phải tập hiểu nỗi khổ của kẻ khác, không còn bị tai đóng của lòng với những ai đau khổ cầu cứu. Bạn có thể tìm đọc quyển "Những bí ẩn của cuộc đời" do Nguyễn Hữu Kiệt dịch, nói rõ về những loại nghiệp báo.

Có đau răng, ta mới hiểu nỗi khổ của kẻ đau răng. Có những người mạnh khỏe, chưa bao giờ bị bệnh nên thấy người khác bệnh thì làm ngơ xem thường. Những người này trong tương lai sẽ bị bệnh tật để cảm nghiệm nỗi khổ của người bệnh. Hiểu được vậy để thương mình và kẻ khác, nhờ đó nghiệp khổ được tiêu trừ. Nhưng nếu không hiểu như thế mà cứ đi chùa cầu an cho hết bệnh thì bài học về bệnh khổ vẫn chưa hiểu và đương nhiên sẽ phải học lại.

Bệnh khổ là một bài học cần phải hiểu. Không phải chỉ hiểu trên phương diện nghiệp báo thôi mà phải học nghe nữa. Con người có hai phần: thể xác và tâm hồn. Do đó phải học nghe tiếng nói của thể xác và của tâm hồn. Phật tử thường

chúc quý Thầy pháp thể khinh an, hoặc tú đại thường hòa. Thân tứ đại (đất, nước, gió, lửa) đâu phải tự nhiên mà hòa thuận, phần nào ít quá hoặc nhiều quá thì sẽ sinh bệnh. Tu là tập làm chủ thân tâm. Nếu không biết nghe tiếng nói của thân làm sao điều hòa tứ đại? Nếu không biết nghe tiếng nói của tim (tâm) thì làm sao hóa giải nội kết? Tú đại bất hòa, nội kết không giải thì làm sao pháp thể khinh an, thân tâm an lạc được?

Đồng ý bệnh khổ là một nghiệp báo, nhưng ai đã tạo ra nghiệp đó, nếu không phải là chính ta?

TÌNH THƯƠNG

Như đã nói ở vài trang trước, sau một thời gian đi tu, tim tôi hình như khô cằn lại. Dù hai chữ từ bi tôi vẫn thường đọc, thường nhớ nhưng nó chỉ là khái niệm tri thức. Tôi đã quán chiếu nhiều về tình thương ngay từ lúc còn ở Trung học. Tôi thấy những đôi nam nữ yêu nhau đắm đuối nhưng không lâu bền. Do đó mặc dù tôi cũng có bạn gái hồi còn học lớp 10 (đệ tam) nhưng không dám yêu hết mình vì nếu yêu thật nhiều mà lỡ người kia bỏ mình thì sao? Chắc chắn sẽ khổ nhiều. Thôi thì đành yêu nửa chừng, lỡ người kia có bỏ thì mình cũng chỉ khổ phân nửa thôi.

Lên Đại Học, tôi thấy các cô gái Việt Nam con nhà nho giáo, thấm nhuần quan niệm môn đăng hộ đối, đi chơi với bạn trai chỉ tìm những người có bằng cấp bác sĩ, kỹ sư... Như thế đâu còn tình nghĩa gì nữa! Nếu cố gượng yêu nhau thì đó là một thứ tình yêu điều kiện, tiếng Pháp gọi là

amour conditionnel. Tôi yêu anh vì anh có bằng bác sĩ, kỹ sư, vì anh sẽ thỏa mãn những ước muốn của tôi. Thêm quan niệm cổ hủ của nho giáo, cha mẹ đặt đâu con ngồi đó, trai gái cưới nhau vì tiền, vì danh, vì lợi, đâu phải vì tình. Những cuộc hôn nhân như vậy, dùng lý trí tính toán hơn thiệt, bóp chết con tim đâu còn cơ hội cho tình thương hồn nhiên phát triển.

Ngẫm thấy tình thương không có thật, con người sống với nhau chỉ vì ích kỷ lợi mình, nên tôi không thương nữa, nếu có thì chỉ còn thương hại mà thôi.

Đến khi vào Đạo tôi được học hai chữ từ bi. Từ là ban vui, bi là cứu khổ. Có nhiều Thầy muốn đề cao Đạo Phật, dạy rằng từ bi bao la rộng lớn hơn chữ bác ái của Đạo Chúa, vì bác ái chỉ là lòng thương người thôi, không cứu khổ rớt ráo như Đạo Phật.

Nhưng phải có thương thì mới ban vui cứu khổ được chứ! Cha mẹ có thương con thì mới mua đồ chơi cho con vui, thấy con buồn khóc thì âu yếm dỗ dành.

Nếu tôi không thương bạn mà bị bắt phải ban vui

cho bạn thì hơi khó làm. Nếu có làm chẳng nữa thì đó là sự ban vui cưỡng ép, đâu phải phát xuất từ tấm lòng (qua tim). Nhiều lúc tôi rất ghét bạn nhưng cũng phải đối xử tử bi, vì nếu không người ta sẽ bảo rằng tôi không phải là người tu hành. Như thế là tử bi bất đắc dĩ.

Dịch tử bi là ban vui cứu khổ nghe xuôi tai và đơn giản nhưng làm mất ý nghĩa của tình thương .

Tử bi thường đi cùng với hỷ xả. Tử bi hỷ xả là bốn đức tính cao đẹp mà danh từ Đạo Phật gọi là Tứ Vô Lượng Tâm. Tiếng sanskrit là Brahma-Vihara, có nghĩa là nơi ở của Phạm thiên, hoặc Apramana là vô lượng.

Tử (maitri): tình thương yêu.

Bi (karuna): lòng thương xót.

Hỷ (mudita): mừng lây với cái vui của kẻ khác.

Xả (upeksha): bình đẳng đối với mọi người dù thân hay thù.

Tại sao gọi là vô lượng? Bởi vì chúng sinh vô lượng nên bốn đức tính này cần phải tỏa đến khắp chúng sinh. Không phải chỉ thương yêu vài người thân trong gia đình bạn bè quyến thuộc mà phải thương yêu tất cả chúng sinh. Không phải chỉ

thương xót một nhóm người hay một quốc gia mà phải thương xót tất cả mọi loài trên trái đất.

Trên lý thuyết thì bao la như thế, nhưng thực tế nhiều khi một người tôi còn không thương nổi làm sao thương hết chúng sinh. Người đầu tiên mà tôi cần thương yêu đó chính là bản thân tôi. Nếu tôi không biết thương yêu tôi thì làm sao tôi có thể thương yêu kẻ khác được? Thương tôi ở đây không phải là thương cái ngã (égo) của tôi, mà là thương hết toàn thân tâm tôi (tout mon être). Không nên lầm lẫn giữa cái ngã (égo) và con người (être). Thí dụ tôi chỉ cao 1m50, so với người khác thì hơi lùn thấp nên tôi phải đi giày cao gót để người ta khỏi thấy tôi lùn. Cái ngã của tôi muốn thấy tôi cao 1m60, nhưng con người thật của tôi chỉ cao 1m50. Khi mang gót cao soi gương, tôi thấy tôi đẹp hơn và tôi yêu tôi hơn, đó là tôi đang yêu cái ngã của tôi. Khi bỏ giày gót ra, nhìn gương thấy mình lùn nên tôi không yêu con người của tôi nữa. Nếu tôi biết thương tôi thì tôi đón nhận tất cả cao thấp, đẹp xấu, đó gọi là bình đẳng. Có nhiều người chỉ thích người khác khen mình đẹp tốt, đạo đức, không thích nghe nói đến

tính hư tật xấu của mình. Đó là ái ngã, yêu cái ngã của mình. Ngã là một khái niệm, ý niệm về cái ta không đúng với sự thật.

Tôi là một Thầy tu, tôi cho rằng tôi đạo đức, thông hiểu kinh điển, tu hành thanh tịnh, v.v... Đó là tôi đang đúc kết một cái Ta (ngã) về tôi, cái Ta này tôi chỉ muốn thấy nó đẹp tốt và tôi từ chối ngoảnh mặt làm ngơ với những phần xấu dở trong tôi. Như vậy tôi đâu có biết thương toàn thể con người của tôi. Nếu tôi chỉ thấy mình là người đạo đức thông kinh điển thì tôi đâu cần tu hành làm gì nữa và cái ngã của tôi sẽ thấy tôi xứng đáng làm Thầy thiên hạ. Nếu tôi không thấy không thương những phần xấu dở trong tôi thì tôi cần gì phải tu nữa vì tu là sửa tánh hư tật xấu. Chính những phần xấu dở trong tôi, niềm đau nỗi khổ của tôi mới cần tình thương, cần được chuyển hóa và cứu độ. Nếu tôi không biết thương yêu những phần này mà chỉ thích ngắm nghía yêu mến cái ngã tốt đẹp của tôi thì còn gì là từ bi nữa?

Trước khi nói đến từ bi cứu độ chúng sinh, ta cần phải xét lại xem ta đã biết thương chính con người

của ta chưa? Hay là ta chỉ biết thương cái ngã, thương những khái niệm về ngã. Cái ngã của tôi muốn tôi có một ngôi chùa to nhất nên tôi phải hăng say vận động, tích cực gom góp tài chánh, quên ăn bỏ ngủ đến khi nào xong ngôi chùa mới hài lòng. Như thế tôi đâu có biết thương thân tâm của tôi cần ăn ngủ điều độ, tôi chỉ lo phục vụ cho cái ngã của tôi thôi.

Trở về Tú Vô Lượng Tâm, tuy có bốn nhưng chỉ cần một là đủ, đó là tình thương (maitri). Có thương thì đương nhiên sẽ có xót. Bạn thương con bạn thì khi nó khổ chắc chắn bạn sẽ xót xa tìm cách cứu giúp nó. Có thương thì mới có sự thông cảm, có thông cảm thì mới có thể chia mừng được với người khác. Bạn thương con bạn, khi thấy nó thi đậu bạn cũng mừng lây. Có thương thì mới có thể đối xử bình đẳng được. Bởi vậy chỉ cần làm sao khơi dậy và làm tăng trưởng tình thương thì ba đức tính kia sẽ đầy đủ.

Nhưng làm sao khơi dậy tình thương? Tôn giáo nào cũng rao giảng tình thương, nhưng sao con người vẫn chưa biết thương yêu nhau? Không những thế mà lại còn nhân danh tôn giáo để chém

giết nhau.

Tôn giáo dạy người ta tình thương để phục vụ tôn giáo, dạy tình thương với những giáo điều. Những vị giáo chủ ra đời để phục vụ chúng sinh, lấy tình thương cảm hóa con người, nhưng đệ tử nối tiếp đời sau không có khả năng thương yêu rộng lớn như các ngài nên bắt buộc phải hệ thống hóa giáo lý và vô tình dần dần đóng khung tình thương. Nếu thương Phật thương Chúa thì phải làm thế này thế nọ, phải hy sinh tánh mạng bảo vệ tôn giáo, nhiều khi sùng tín quá khích sẵn sàng chém giết vì tôn giáo.

Tôn giáo ra đời để phục vụ tình thương chứ không phải lấy tình thương để phục vụ tôn giáo.

Tình thương không thể tìm thấy trong những buổi lễ cầu kinh, trong sự nghiên cứu kinh điển hay nghe giảng giáo lý mà tìm thấy ngay trong sự sống, trong sự tiếp xúc hàng ngày. Tình thương cần được biểu lộ và thể nghiệm qua ba cửa: thân, khẩu, ý và phát xuất từ tấm lòng (quả tim) chứ không phải từ trí óc.

Tình thương mà tôi muốn nói ở đây không phải là thú tình yêu nam nữ, tình bạn hoặc tình thương

cha mẹ con cái. Đương nhiên những thú tình kia cũng là một thú tình khá đẹp, một phần nhỏ của tình thương và là một đề tài bất tận cho những thi sĩ, văn sĩ và nhạc sĩ.

Tôi có thể nói quanh nói quẩn về tình thương nhưng tốt hơn hết bạn hãy theo tôi vào một công viên hoặc một khu rừng, một cánh đồng rồi bạn hãy nằm úp mặt xuống đất, dang hai tay ra như đang ôm quả đất và nói thầm với quả đất rằng bạn thương quả đất, biết ơn và cảm ơn quả đất. Sau đó bạn đứng dậy đi tìm một cây nào khá to lớn, cành lá sum sê, và bạn hãy dang hai tay ôm thân cây vào lòng, hít thở nhẹ nhàng lắng nghe tiếng nói của cây. Nếu tâm bạn lắng và cây kia cảm nhận được tình thương của bạn nó sẽ trả lời. Nếu tim bạn đang khô héo vì bị loài người vô tình hắt hủi từ khước, bạn hãy hướng tình thương của bạn đến thiên nhiên đi. Thiên nhiên và vũ trụ rất cần tình thương của bạn. Tình thương vô điều kiện (amour inconditionnel). Bạn hãy thương cỏ, thương cây, thương mây, thương gió đi. Tình thương là một năng lượng cần được lưu chuyển và trao đổi. Xin nhớ tình thương không phải là một

khái niệm mà là một kinh nghiệm.

ĐẠO GÌ ?

Đọc đến đây bạn có thấy tôi còn là một Thầy tu Phật Giáo chánh tông nữa không hay là đã bị nhiễm nhiều thứ "ngoại đạo"? Nhiễm như vậy là tốt hay xấu?

Tôi xuất thân từ Đại Thừa, tu tập thiền Tiểu Thừa, sau theo Kim cang thừa và bây giờ tôi đang theo "Đạo gì". Đạo gì vì cho nó tên gì cũng được, cái đó không quan trọng. Quan trọng ở chỗ tôi có sống thực được với chính mình hay không, có vượt qua được những khái niệm chấp trước nhị biên của tôn giáo hay không?

Theo "Đạo gì" thì không có gì tốt hay xấu, chỉ có những kinh nghiệm khổ đau hay sung sướng để tiến hóa. Có người cần kinh nghiệm khổ đau để trưởng thành, có người cần kinh nghiệm sung sướng để nghỉ xả hơi trên quãng đường luân hồi bất tận.

Đạo Chúa phát xuất từ nước Do Thái, nhưng ngày nay dân Do Thái đâu có theo Đạo Chúa mà theo

Đạo Do Thái (Judaïsme). Đạo Phật bắt nguồn từ Ấn Độ nhưng hiện nay đa số dân Ấn theo Ấn Độ Giáo (Hindouïsme) chỉ có khoảng ba phần trăm theo Phật Giáo. Như vậy Đạo nào hay nhất?

Nhiều năm về trước, khi mới ra làm giảng sư tôi hằng say biện luận cho Đạo Phật là Đạo hay nhất. Đó chỉ vì tôi chưa được học về những Đạo khác. Gần đây, sau khi ra thất được đọc quyển "Hành trình về phương Đông" do Nguyễn Phong dịch, tôi như bừng tỉnh sung sướng thấy được những chân trời mới. Thấy chân lý không phải là sở hữu của riêng một tôn giáo nào. Chẳng cần tham vọng nói đến chân lý, tôi chỉ muốn tập sống với thương yêu, hiểu biết, thông cảm và tha thứ.

Sau đây tôi xin trích dịch một bài trong báo Prema số 28 nói về "Đạo hay nhất" của Sathya Sai Baba, một đạo sư Ấn Độ hiện đại.

Thuở xưa có một ông vua hiền đức, cai trị công bằng, dân chúng trong nước sống thanh bình. Một hôm, dưới sự đề nghị của cận thần tả hữu, vua triệu tập tất cả trưởng lão tôn túc của các tôn giáo

trong nước. Khi tất cả có mặt đầy đủ, vua nói:

- Thưa các vị giáo chủ, hôm nay ta mời các vị tới đây bàn luận vì ta muốn chọn một Đạo trong các Đạo để tôn lên làm quốc giáo. Ta đặt niềm tin nơi các vị, với sự minh triết xin các vị hội thảo bàn luận với nhau để tìm cho ta một Đạo nào hay nhất, đáng được hưởng ân phúc của hoàng gia. Đạo nào cũng được miễn sao mọi người đều đồng ý kính phục, không ai có thể bắt bẻ hay chối cãi.

Trải qua nhiều năm mà vua vẫn chưa được trả lời, bởi vì ai cũng cho Đạo của mình là hay nhất, nhưng người khác lại không chịu. Cứ thế mà tranh luận giằng co từ năm này sang năm khác. Rồi một hôm, có một hiền giả du phương ghé qua nước của nhà vua họ. Sau khi nghe chuyện nhà vua tìm một Đạo hay nhất mà chưa ra, bèn đến xin yết kiến nhà vua:

- Tâu bệ hạ, tôi có thể chỉ cho bệ hạ một Đạo hay nhất mà không ai có thể bắt bẻ hay chối cãi được. Vua nghe qua rất đổi vui mừng vì hy vọng của mình sắp được toại nguyện sau bao năm dài trông đợi.

- Thật vậy sao! Xin hiền giả hãy nói cho ta nghe ngay lập tức. Ta đã chờ giờ phút này quá lâu rồi!

- Xin bệ hạ kiên nhẫn một chút. Tôi sẽ tiết lộ cho bệ hạ tên của Đạo này ở một nơi thật yên tĩnh vắng vẻ. Đúng trưa mai xin hẹn bệ hạ ở bờ sông Hằng, chúng ta sẽ vượt sông qua bờ bên kia và ở đó tôi sẽ nói cho bệ hạ biết tên của Đạo này.

Sang ngày mai, đúng hẹn, vua và vị hiền giả gặp nhau tại bờ sông Hằng. Vua ra lệnh cho một chiếc thuyền đến gần để chở hai người sang bờ bên kia. Khi chiếc thuyền đến gần, vua sửa soạn bước lên thì hiền giả chặn lại, nói rằng ông ta muốn khám xét lại chiếc thuyền coi có tốt và bảo đảm không.

- Chiếc thuyền này không được vì có một miếng ván bị nứt ở dưới đáy, nước có thể tràn vào. Hiền giả thưa.

Vua lại gọi chiếc thuyền khác đến. Sau khi khám xét, vị hiền giả tìm thấy vài miếng ván bên hông thuyền hơi lỏng vì thiếu đinh. Nhà vua lại gọi một chiếc khác đến. Sau khi khám xét kỹ càng, hiền giả lại từ chối vì lý do nước sơn của thuyền đã bị tróc.

Cứ như thế, vua gọi hết chiếc thuyền này đến chiếc thuyền khác, chiếc nào hiền giả cũng moi ra được khuyết điểm. Dần dần nhà vua mất kiên

nhân, chiều đã qua, hoàng hôn sắp đến. Sau cùng vua không nhận được nữa:

- Thừa hiền giả! Từ trưa tới bây giờ, ta đã gọi biết bao nhiêu chiếc thuyền, chiếc nào ngài cũng từ chối hết. Xin hỏi ngài, thuyền tróc sơn một chút hoặc thiếu vài ba cái đinh thì đã có sao? Nó vẫn có thể đưa mình qua sông được kia mà! Sao ngài lại để ý đến những khuyết điểm nhỏ nhặt như vậy. Lúc bấy giờ vị hiền giả nhìn vua mỉm cười nói:

- Bệ hạ đã tự mình nhận thấy rằng dù có vài ba khuyết điểm nhưng tất cả những chiếc thuyền kia đều có thể đưa mình qua sông được. Cũng thế, tất cả Đạo trong nước của bệ hạ đều giống như những chiếc thuyền kia. Đạo nào cũng có thể đưa bệ hạ đến sự thể nhập với Thượng đế. Đi tìm khuyết điểm của nhiều Đạo khác nhau là một điều vô ích, thiếu sáng suốt. Bệ hạ hãy trở về lo việc triều đình, tiếp tục lấy đức trị dân và hãy bình đẳng kính trọng các Đạo giáo xem Đạo nào cũng như Đạo của chính mình vậy.

Nghe xong, vua liền phục xuống chân vị hiền giả đánh lễ. Và khi ngẩng lên, vua sung sướng cảm thấy mình thực sự thấm nhuần sự minh triết.

THƯ MỤC

Anagarika Govinda:

Fondements de la mystique Tibétaine.

Chemin des nuages blancs. Editions Le Point

Daniel Briez:

La science des chakras. Editions de Mortagne

David-Neel Alexandra:

Mystiques et magiciens du Tibet. Editions J'ai lu

Đỗ Đình Đồng:

Milarépa con người siêu việt.

Edgar Cayce:

Channeling. Louise Courteau Editrice

Henry G. Tietze:

Votre corps vous parle. Le jour Editeur

Kelsang Gyatso Geshe:

Clear light of bliss. Wisdom Publication London

Koechlin de Bizemont:

L'univers d'Edgar Cayce. Editions J'ai lu

Leadbeater:

Les chakras. Editions Adyar

Mohan Wijayaratna:

Le moine Bouddhiste. Editions Cerf

Narada Thera:

Đức Phật và Phật Pháp.

Nguyễn Phong:

Hành trình về phương Đông. Người Việt
Trở về từ cõi sáng. Làng Văn

Nguyễn Hữu Kiệt:

Tây Tạng huyền bí. Xuân Thu
Á châu huyền bí.

Những bí ẩn của cuộc đời. Xuân Thu

Sri Swami Sivananda:

Yoga de la Kundalini. EPI Editeurs

Thích Thanh Kiểm:

Lược sử Phật Giáo Ấn Độ. Phú lâu Na

Thích Đức Niệm:

Tại gia Bồ Tát giới. Phật học viện quốc tế

Thích Trí Tịnh:

Kinh Phạm Võng Bồ Tát giới.

Kinh Đại Bát Niết Bàn. Chùa Khánh Anh

Thích Trí Siêu:

Thiền Tú Niệm Xứ. Chùa Đức Viên

Bồ Thí Ba La Mật. Chùa Đức Viên

Vô Ngã. Phú Lâu Na

Đại Thủ Ấn. Lam Sơn

Trần Ngọc Anh:

Bên kia cửa tử. Thế Giới

Vài nét về tác giả

Thượng Tọa Thích Trí Siêu sinh năm 1962 tại Sài Gòn. Năm 1985 nhập chúng tu học tại Tự-Viện Linh-Sơn, tỉnh Joinville-le-Pont, Paris. Năm 1987 thọ Cụ túc giới với Hòa Thượng Thích Huyền-Vi.

Mặc dù xuất thân từ Đại Thừa, Thầy vẫn thích tâm sự học đạo, không ngần ngại du phương tham vấn học hỏi với các thầy thuộc nhiều truyền thống khác.

Để chia sẻ kinh nghiệm và kiến thức của mình, thầy đã viết và dịch:

- Thiền Tứ Niệm Xứ
- Bố Thí Ba La Mật
- Đại Thủ Ấn
- Vô Ngã
- Bồ Tát Hạnh
- Xin Cứu Độ Mẹ Đất
- Đạo Gì ?
- Góp Nhặt
- Ý Tình Thân
- Tâm và Ta
- Dòng Đời Vô Tận

Đây là kinh nghiệm hồi ký của một tăng sĩ trẻ luôn khao khát tìm chân lý và lẽ sống. Lời văn thực thà nhưng đôi lúc hơi táo bạo khi nói về những vấn đề mà từ trước đến nay người tu không dám đề cập tới. Độc giả cần chuẩn bị một tâm hồn phóng khoáng và cởi mở khi đọc tập sách này.