



TỦ SÁCH ĐẠO PHẬT NGÀY NAY

98

BHIKKHU SHRAVASTI DHAMMIKA

Việt dịch: Thích Nguyên Tạng

HỎI HAY ĐÁP ĐÚNG



NXB PHƯƠNG ĐÔNG

phuongdong.vn

Hỏi Hay, Đáp Đúng

Bhikkhu Shravasti Dhammika

Ebook miễn phí tại : www.SachMoi.net

Mục lục

Ebook miễn phí tại : www.SachMoi.net

[Đạo Phật là gì?](#)
[Khái niệm căn bản của Đạo Phật](#)
[Phật giáo và quan niệm về Thượng đế](#)
[Năm giới](#)
[Tái sinh](#)
[Thiền Định](#)
[Trí Tuệ và Từ Bi](#)
[Ăn Chay](#)
[Vận may và Định mệnh](#)
[Trở thành Phật tử](#)

Bhikkhu Shravasti Dhammika

Hỏi Hay, Đáp Đúng

Dịch giả: Thích Nguyên Tạng

Đạo Phật là gì?

Ebook miễn phí tại : www.SachMoi.net

Hỏi: Đạo Phật là gì?

Đáp: Danh từ Đạo Phật (Buddhism) xuất phát từ chữ "Budhi" nghĩa là "tỉnh thức" và như vậy Đạo Phật là triết học của sự tỉnh thức. Nền triết học này khởi nguyên từ một kinh nghiệm thực chứng của Ngài Sĩ-Đạt-Đa Cồ-Đàm, được biết như một vị Phật, đã tự mình giác ngộ ở tuổi ba mươi sáu. Đến nay Đạo Phật đã có mặt trên 2500 năm và có khoảng 300 triệu tín đồ trên khắp thế giới. Hàng trăm năm về trước, Đạo Phật đã chính thức là một nền triết học của Á châu, tuy nhiên ngày nay đã phát triển và có tín đồ ở khắp châu Âu và châu Mỹ.

Hỏi: Như vậy, Đạo Phật có phải là một triết học không?

Đáp: Danh từ triết học - philosophy - bắt nguồn từ hai chữ "philo" nghĩa là "tình thương" và "sophia" nghĩa là "trí tuệ". Vậy triết học là tình thương của trí tuệ hoặc tình thương và trí tuệ. Cả hai ý nghĩa này đều diễn tả một đạo Phật toàn bích. Đạo Phật khuyên dạy con người nên cố gắng phát triển khả năng tri thức của mình đến chỗ cùng tột để có thể hiểu biết một cách rõ ràng. Đạo Phật cũng dạy chúng ta làm lớn mạnh lòng từ bi và lòng nhân ái để mình có thể trở thành một người bạn chân thành đối với tất cả chúng sanh. Vì thế Đạo Phật là một triết học, nhưng không chỉ là một triết học mà là một triết học siêu việt.

Hỏi: Đức Phật là ai?

Đáp: Vào năm 624 trước Tây Lịch, một hoàng nhi đã ra đời tại một vương quốc thuộc miền Bắc Ấn Độ. Vị hoàng nhi ấy đã lớn lên trong nhung lụa và xa hoa, nhưng cuối cùng sớm nhận ra rằng tiện nghi vật chất và sự yên bình của thế gian không đủ để bảo đảm hạnh phúc. Chàng đã xúc động sâu xa bởi những cảnh khổ đau mà chàng đã thấy ở khắp mọi nơi, và quyết tâm tìm một lời giải đáp đưa đến hạnh phúc cho nhân loại. Năm hai mươi chín tuổi, chàng từ giả vợ và con, và tìm học với các bậc đạo sư vĩ đại đương thời. Các vị này đã dạy cho chàng rất nhiều nhưng không có người nào thật sự biết rõ được nguyên nhân khổ đau của kiếp người và phương cách vượt thoát khổ đau. Cuối cùng, sau sáu năm tu học và hành thiền, chàng đã đạt được một kinh nghiệm mà tất cả mọi phiền não vô minh được đoạn trừ

và ngài đã hoát nhiên giác ngộ. Kể từ ngày ấy, Ngài được tôn xưng là Phật-đà (Buddha), một bậc Giác Ngộ. Ngài tiếp tục ở lại thế gian trong 45 năm nữa, chu du khắp miền Bắc Ấn độ để truyền dạy cho mọi người những gì mà ngài đã chứng ngộ. Lòng từ bi và đức tính kham nhẫn của Ngài là một sự kỳ diệu đã khiến cho hàng ngàn người theo làm đệ tử của Ngài. Ở tuổi tám mươi, tuy già và bệnh, nhưng vẫn hạnh phúc và thanh thản, cuối cùng ngài đã viên tịch.

Hỏi: Đức Phật vô trách nhiệm chẳng khi Ngài rời bỏ vợ con của mình?

Đáp: Điều đó không dễ dàng chút nào khi Đức Phật rời bỏ gia đình. Ngài đã phải lo lắng và do dự trong một thời gian dài trước khi quyết định ra đi. Lúc đó, Ngài có một sự chọn lựa, hoặc là hiến dâng đời mình cho gia đình, hoặc cho thế gian. Cuối cùng, với lòng từ bi rộng lớn đã khiến ngài hy sinh đời mình cho thế gian, và cả thế gian đều được lợi lạc từ sự hy sinh của ngài. Do vậy, đó không phải là vô trách nhiệm. Có thể nói đó là một sự hy sinh đầy ý nghĩa nhất từ trước đến nay.

Hỏi: Đức Phật đã nhập diệt thì làm sao Ngài có thể giúp đỡ chúng ta?

Đáp: Ông Faraday, người phát minh ra điện, đã mất nhưng những gì ông phát minh vẫn còn có ích cho chúng ta. Ông Luis Pasteur, người tìm ra phương pháp điều trị nhiều bệnh tật, đã qua đời, nhưng các khám phá y khoa của ông vẫn cứu được nhiều mạng sống. Ông Leonardo da Vinci, người sáng tạo ra những kiệt tác nghệ thuật, cũng đã khuất bóng, nhưng tác phẩm của ông vẫn đem lại nhiều hứng khởi và niềm vui cho mọi người. Những thánh nhân và anh hùng đã từ giã cõi đời hàng thế kỷ nhưng khi chúng ta đọc lại những kỳ tích và thành tựu của họ, chúng ta vẫn có nhiều hứng khởi để noi theo những gì họ đã làm. Đúng thế, Đức Phật đã diệt độ, nhưng 2500 năm sau lời giáo huấn của Ngài vẫn giúp được nhân loại, gương lành của Ngài vẫn tạo nhiều cảm hứng cho mọi người, lời dạy của Ngài vẫn có thể cải tạo được cuộc sống. Chỉ có Đức Phật mới có thể có một tiềm lực thu hút như thế qua nhiều thế kỷ sau khi Ngài đã nhập diệt.

Hỏi: Đức Phật có phải là một vị thần linh không?

Đáp: Không, Ngài không phải là một vị thần linh (god). Ngài cũng không tuyên bố rằng mình là thần linh, là con của thần linh, hoặc ngay cả là một sứ giả của thần linh. Ngài là một con người đã tự hoàn thiện mình, và dạy rằng nếu chúng ta noi theo gương Ngài, chúng ta cũng có thể tự hoàn thiện được như Ngài.

Hỏi: Nếu Đức Phật không phải là thần linh, tại sao người ta thờ cúng Ngài?

Đáp: Có nhiều loại thờ cúng khác nhau, khi người ta thờ một vị thần, họ tán thán cung kính và cúng dường vị ấy, để cầu xin ân sủng. Họ tin tưởng rằng vị thần linh ấy sẽ nghe thấy sự tán dương, tiếp nhận sự cúng dường và đáp ứng lại lời cầu xin của họ. Người Phật tử không theo kiểu thờ cúng này. Cũng có các loại thờ cúng khác như khi chúng ta bày tỏ lòng tôn kính đối với một người nào đó hay điều gì khiến chúng ta ngưỡng mộ. Khi vị thầy giáo bước vào lớp, chúng ta đứng lên; khi gặp một viên chức cao cấp, chúng ta bắt tay; khi một bài quốc ca được trỗi lên, chúng ta nghiêm chào. Đó là tất cả những

cử chỉ cung cách tôn kính tỏ bày lòng khâm phục của chúng ta đối với người hay vật. Cách thờ cúng theo Phật giáo là thực hành. Một pho tượng Phật ngồi với bàn tay nhẹ nhàng trong mãnh y và nụ cười từ ái nhắc nhở chúng ta cố gắng phát triển sự an lạc và yêu thương trong mỗi chúng ta. Mùi thơm của hương trầm nhắc nhở chúng ta về sự ảnh hưởng của đức hạnh lan tỏa khắp nơi, ngọn đèn nhắc nhở chúng ta đến ánh sáng của hiểu biết, và những bông hoa sớm tàn úa nhắc cho chúng ta lẽ vô thường. Khi đánh lễ cuối đầu, chúng ta bày tỏ lòng biết ơn đối với Đức Phật về những lời dạy của Ngài. Đó là phương cách thờ cúng của người Phật tử.

Hỏi: Nhưng tôi nghe người ta nói rằng nhiều Phật tử vẫn thờ cúng thần tượng?

Đáp: Những lời phát biểu như vậy chỉ phản ánh sự hiểu lầm của người đang hành trì. Từ điển định nghĩa từ "idol" là "một hình ảnh hay một pho tượng được tôn thờ như một thần linh" (an image or statue worshipped as a god). Như chúng ta đã biết, người Phật tử không bao giờ tin rằng Đức Phật là một vị thần linh. Vậy làm sao người Phật tử có thể tin rằng một khối gỗ hay một mảng kim loại kia lại là một vị thần?

Mỗi tôn giáo đều dùng một biểu tượng nào đó để bày tỏ quan điểm và niềm tin của riêng họ. Trong Đạo Lão (Taoism), Âm dương được dùng để làm biểu tượng hài hòa và đối kháng. Đạo Sikh (1), thanh gươm được xem là biểu tượng cho sự đấu tranh tinh thần. Đạo Cơ-đốc (Christianity), con cá dùng làm biểu tượng cho sự hiện hữu của Chúa và cây Thánh giá dùng làm biểu trưng cho sự hy sinh của Chúa. Và Phật giáo, tượng Phật được xem như những biểu tượng của sự hoàn thiện nhân cách con người. Tượng Phật cũng nhắc nhở ta về tính nhân bản trong giáo lý nhà Phật. Thật vậy, Phật giáo luôn xem con người là trung tâm chứ không phải là thần linh, điều đó nhắc nhở chúng ta phải tìm sự toàn hảo và hiểu biết ở bên trong chứ không phải vẻ bề ngoài của hình tượng. Vì thế nói rằng người Phật tử tôn thờ hình tượng là không đúng.

Hỏi: Tại sao người ta đốt giấy vàng bạc và làm những chuyện lạ trong chùa?

Đáp: Nhiều việc thấy lạ nếu ta không tìm hiểu về chúng. Tốt hơn nên gạt bỏ những chuyện lạ ấy mà nên cố gắng tìm hiểu ý nghĩa của chúng. Tuy nhiên, trong thực tế, đôi khi người Phật tử đã áp dụng những điều mê tín dị đoan và hiểu lầm hơn là lời dạy của Phật. Và những việc hiểu lầm như vậy không phải chỉ riêng ở Phật giáo mà thỉnh thoảng cũng được thấy ở những tôn giáo khác. Đức Phật đã dạy rất rõ ràng và chi tiết và nếu không hiểu giáo lý của Ngài thì không thể đổ lỗi cho Ngài. Có lời dạy rằng: *Nếu một người đau khổ vì bệnh hoạn mà không chịu để điều trị, thậm chí người ấy có người thầy thuốc trong tầm tay. Đó không phải là lỗi của người thầy thuốc..*

Cũng vậy, nếu một người bị hành hạ và đau khổ bởi phiền não mà không tìm sự giúp đỡ của Đức Phật, thì đó cũng không phải là lỗi của Ngài.-- (JN 28-9)

Không phải Phật giáo mà bất cứ tôn giáo nào cũng không thể giúp cho họ nếu bản thân họ không thực hành đúng pháp. Nếu bạn muốn biết rõ ràng và chính xác về chân lý của Đạo Phật, thì hãy đọc những

lời dạy của Phật hoặc học hỏi với người hiểu đúng giáo lý này.

Hỏi: Nếu Phật giáo quá tốt đẹp như vậy, tại sao vẫn còn nhiều quốc gia nghèo khổ?

Đáp: Ý bạn muốn nói nghèo khổ về kinh tế? Đó là sự thật, vì vẫn còn nhiều quốc gia Phật giáo chưa phát triển về mặt này. Nhưng nếu nghèo mà ý bạn muốn ám chỉ về "phẩm chất của cuộc sống" thì có lẽ nhiều nước theo Phật giáo lại rất giàu. Chẳng hạn nước Mỹ, một quốc gia cường thịnh về kinh tế và quyền lực, nhưng lại là một trong những quốc gia có mức độ tội phạm cao nhất thế giới, hàng triệu người già bị con cái lãng quên và chết trong cô độc tại các viện dưỡng lão; nạn bạo lực ở trong gia đình và lạm dụng tình dục trẻ em là vấn đề nóng bỏng. Cứ ba cặp cưới nhau có một cặp ly dị; sách báo đồi trụy dễ dàng tìm thấy. Vì vậy, giàu theo nghĩa có tiền nhưng lại nghèo về "phẩm chất cuộc sống". Bây giờ chúng ta thử quay sang Miến Điện, một quốc gia có nền kinh tế lạc hậu, nhưng cha mẹ được con cái tôn vinh và kính trọng; tỉ lệ tội phạm tương đối thấp; vấn đề ly dị và tự tử hầu như không nghe thấy; việc bạo lực trong gia đình, lạm dụng trẻ em, sách báo kích dục và nạn mãi dâm không thể có. Một nền kinh tế chậm tiến nhưng lại có một nền tảng đạo đức xã hội cao hơn một quốc gia như Hoa kỳ. Tuy nhiên, nếu chúng ta muốn nhìn thấy những quốc gia Phật giáo theo cái nghĩa kinh tế như vậy, thì một trong những quốc gia giàu có nhất và có nền kinh tế năng động nhất thế giới hiện nay là Nhật Bản, nơi có 93% dân số là tín đồ theo Phật giáo.

Hỏi: Tại sao bạn không thường nghe người Phật tử làm công tác từ thiện xã hội?

Đáp: Có lẽ người Phật tử không cảm thấy cần thiết phải khoe khoang về những điều tốt của họ. Nhiều năm trước đây ông Nikkyo Niwano (2), vị lãnh đạo Phật giáo Nhật Bản đã được trao giải thưởng Templeton qua việc ông vận động liên kết hòa hợp tôn giáo. Tương tự, một tăng sĩ người Thái đã nhận giải thưởng Magsaysay cho chiến dịch bài trừ tệ nạn ma túy. Năm 1987, Thượng tọa Kantayapiwat, người Thái Lan, cũng nhận một giải thưởng Nhi đồng Hòa Bình của Na Uy cho công việc từ thiện của ngài trong nhiều năm giúp đỡ trẻ bụi đời ở vùng nông thôn. Và hiện nay, các hội đoàn Phật giáo phương Tây đang thực hiện một số công tác từ thiện ở các vùng nông thôn Ấn Độ, họ đang xây dựng trường học, Trung tâm điều trị tâm thần thiếu nhi, trạm xá và những khu công nghiệp nhẹ. Người Phật tử thấy rằng việc giúp đỡ cho người khác như là một pháp môn tu tập của họ, nhưng họ cho rằng công việc ấy nên thực hiện trong thâm lặng, không cần phô trương. Chính vì thế mà bạn không nghe thấy nhiều về các hoạt động từ thiện của họ.

Hỏi: Tại sao có nhiều tông phái khác nhau trong Phật giáo?

Đáp: Có nhiều loại đường khác nhau: đường vàng, đường trắng, đường kết tinh, đường cực, đường cát, đường phèn... nhưng tất cả chỉ là đường và chỉ có một vị ngọt. Nó được sản xuất từ nhiều hình thức khác nhau để nó có thể sử dụng nhiều cách khác nhau. Phật giáo cũng thế, Phật giáo Nguyên thủy, Thiền tông, Tịnh độ tông, Du già tông, Mật tông nhưng tất cả đều là Phật giáo và đều có chung một vị - vị giải thoát. Phật giáo quả thật đã phát triển qua nhiều hình thức khác nhau để nó hiện hữu và thích

ứng với những nền văn hóa khác nhau. Qua nhiều thế kỷ Phật giáo có thể tồn tại phù hợp với mọi thể hệ. Đứng trên phương diện bề mặt, Phật giáo dường như có khác nhau, nhưng tâm điểm dị biệt ấy vẫn là giáo lý Tứ đế và Bát chánh đạo. Tất cả những tôn giáo chính, kể cả Phật giáo, đã từng bị chia ra nhiều tông phái khác nhau. Như những tôn giáo chính khác, Phật giáo bao gồm những hình thái và tông phái. Những sự khác nhau của các tông phái ấy không bao giờ đưa tới xung đột nhau, và cho tới nay chưa bao giờ biểu lộ sự thù địch với nhau, họ đến với nhau ở những chùa viện khác và cùng cầu nguyện với nhau. Lòng bao dung, và hiểu nhau như thế quả thật là hiếm thấy.

Hỏi: Bạn luôn nghĩ tốt về Đạo Phật. Tôi cho rằng bạn nghĩ Đạo của bạn đang theo là đúng còn các đạo khác là sai.

Đáp: Không có một Phật tử nào hiểu lời Phật dạy mà lại nghĩ các tôn giáo khác là sai. Không một ai có tâm hồn cởi mở lại để tâm phán xét các tôn giáo khác. Việc trước tiên bạn để tâm nghiên cứu những tôn giáo khác là để biết có bao nhiêu điểm tương đồng. Tất cả các tôn giáo đều thừa nhận rằng đời sống con người hiện tại không được thỏa mãn. Tất cả đều tin rằng nếu hoàn cảnh của con người phải cải thiện thì cách cư xử và quan điểm của họ cần phải được thay đổi. Tất cả đều truyền dạy về một nền đạo đức học về yêu thương, nhân ái, kiên nhẫn, rộng lượng và có trách nhiệm với xã hội, và tất cả đều chấp nhận có sự hiện hữu trong một vài hình thức tuyệt đối.

Họ sử dụng nhiều ngôn ngữ khác nhau, nhiều tên gọi khác nhau và nhiều biểu tượng khác nhau để mô tả và giải thích những sự việc này. Và chỉ khi nào họ bám chặt vào đường hướng của mình bằng tâm lượng hẹp hòi để nhìn sự việc thì sự ích kỷ, ngạo mạn và tự tôn liền phát sinh.

Cứ tưởng tượng một người Anh, một người Pháp, một người Trung quốc và một người Nam Dương. Tất cả đều nhìn vào một cái ly nước. Người Anh nói "Đây là cái cup ", người Pháp nói "Không phải, nó là cái tasse ", người Hoa bảo "cả hai ông đều sai hết, nó chính là pei ". Và người Nam Dương cười lớn nói rằng: "Các anh ngớ ngẩn làm sao, nó là cái cawan ". Người Anh lật quyển từ điển ra và chỉ cho các người kia "Tôi có thể chứng minh đây là cái cup , quyển từ điển của tôi đã viết như thế". Người Pháp cãi lại "từ điển của tôi nói rõ đó là tasse . Người Hoa lớn tiếng cãi lại "Từ điển của chúng tôi mới chính xác, vì nó có hàng ngàn năm nay rồi, lâu hơn tất cả các từ điển của các anh, và lại người nói tiếng Hoa nhiều hơn người nói ngôn ngữ của mấy anh, vì thế tôi nói nó là pei là chính xác nhất". Trong lúc những người này đang cãi cọ và tranh luận, một người Phật tử bước tới bưng lấy cái ly nước lên uống. Sau khi vị ấy uống xong, vị ấy nói: "Dù các anh có gọi nó là cup , tasse , pei hay cawan , mục đích của cái ly là dùng để uống nước, các anh hãy chấm dứt tranh luận và hãy uống nước để bớt cơn khát của các anh đi!". Đây là thái độ của người Phật tử đối với các tôn giáo khác.

Hỏi: Đạo Phật có phải là khoa học không?

Đáp: Trước khi trả lời câu hỏi này, tốt nhất chúng ta hãy tìm hiểu về định nghĩa của từ khoa học, theo từ điển giải thích khoa học là "Kiến thức có thể được hình thành theo một hệ thống, cái tùy thuộc vào

sự trải nghiệm các dữ kiện và xác nhận được quy luật tự nhiên, một phần tùy thuộc vào những gì được nghiên cứu chính xác".

Trong Phật giáo có nhiều phương diện không phù hợp với định nghĩa này. Nhưng giáo lý cốt lõi của Đạo Phật, Tứ Diệu Đế (Four Noble Truths) thì hẳn đã phù hợp. Chân lý thứ nhất khổ đau là một kinh nghiệm và có thể xác định được. Chân lý thứ hai chỉ rõ rằng đau khổ có nguyên nhân tự nhiên của tham ái mà nó có thể định nghĩa, trải qua và đo lường được. Không cần cố gắng giải thích khổ đau theo thuật ngữ , quan điểm siêu hình hay huyền hoặc. Chân lý thứ ba, chấm dứt khổ đau không nương nhờ vào thần linh tối cao, vào niềm tin hay cầu nguyện mà đơn giản chỉ là loại bỏ nguyên nhân của khổ đau. Đó là việc hiển nhiên. Chân lý thứ tư, con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau, một lần nữa cũng không có gì siêu hình mà tùy thuộc vào việc thực hiện theo phương pháp đặc biệt. Và hơn nữa thái độ phải cởi mở để xét nghiệm.

Phật giáo không thừa nhận quan điểm về một đáng cao cả , giống như khoa học và giải thích nguồn gốc và sự vận hành của vũ trụ theo quy luật tự nhiên. Hẳn những điều này là chứng minh theo tinh thần khoa học. Một lần nữa, chúng ta lại thấy tinh thần khoa học trong Phật giáo càng rõ ràng hơn qua lời khuyên của Đức Phật, rằng chúng ta không nên tin tưởng một cách mù quáng mà ngược lại phải đặt vấn đề , tìm hiểu và thẩm tra, nhờ vào kinh nghiệm của chính mình rồi mới tin, có như thế tính chất khoa học mới được rõ ràng. Đức Phật dạy:

"Đừng tin tưởng theo huyền bí hay truyền thống. Đừng tin tưởng theo tin đồn đãi hay kinh điển, đừng tin tưởng theo lời đồn hay những gì hợp lý, đừng tin tưởng theo khuynh hướng của một ý niệm nào đó , hay do một ai đó có khả năng. Và đừng tin tưởng theo ý tưởng " vị ấy là thầy của ta". Nhưng khi chính các vị biết rằng điều ấy là tốt không làm tổn hại ai, đó là sự sáng suốt đáng tán dương và khi thực hành và theo dõi rằng nó sẽ mang đến hạnh phúc, rồi hãy tin tưởng theo". -- (A I 188)

Vì thế chúng ta có thể nói rằng mặc dù Phật giáo không hoàn toàn khoa học, nhưng hẳn đã mang tính khoa học mạnh mẽ và có tính khoa học hơn các tôn giáo khác. Chính ông Albert Einstein (1879-1955) một nhà khoa học vĩ đại nhất của thế kỷ hai mươi đã nói về tính khoa học của Phật giáo như sau:

"Tôn giáo tương lai sẽ là một tôn giáo toàn cầu, vượt lên trên mọi tinh thần linh, giáo điều và thần học. Tôn giáo ấy phải bao quát cả phương diện tự nhiên lẫn siêu nhiên, đặt trên căn bản của ý thức đạo lý, phát xuất từ kinh nghiệm tổng thể gồm mọi lĩnh vực trong cái nhất thể đầy đủ ý nghĩa. Phật giáo sẽ đáp ứng được các điều kiện đó. Và nếu có bất cứ một tôn giáo nào có thể đương đầu với những nhu cầu của nền khoa học hiện đại, thì đó là Phật giáo vậy."

Ghi chú:

- (1) Sikhism: một đạo phát triển từ Ấn giáo từ thế kỷ 16, chỉ tín ngưỡng một vị thần.
- (2) Pháp sư Nikkyo Niwano (1906-1999), người khai sáng Hội Phật Giáo Lập Chánh Giáo Thành

(Rissho Kosei-kai, phát xuất từ phái Pháp Hoa Nhật Liên Tông của Nhật bản), là nhà lãnh đạo Hội Tôn Giáo và Hòa Bình Thế Giới, Hiệp Hội Tự Do Tôn Giáo, Hiệp Hội Hòa Bình Niwano, Liên Đoàn Tân Tôn Giáo Nhật Bản, là tác giả của nhiều tác phẩm Phật học quan trọng. (Người dịch)

Khái niệm căn bản của Đạo Phật

Hỏi: Lời dạy chính yếu của Đức Phật là gì?

Đáp: Tất cả lời dạy chính yếu của Đức Phật tập trung vào giáo lý Tứ Diệu Đế, như một bánh xe nối các cãm, niền và trục. Được gọi là "Bốn" vì tất cả có bốn điều. Gọi là "Diệu" vì người ta biết ngay đến sự quý báu và gọi là "Đế" vì phù hợp với hiện thực và chân thật.

Hỏi: Chân lý thứ nhất là gì?

Đáp: Chân lý thứ nhất đề cập đến đời sống là khổ. Để sống bạn phải đau khổ. Không thể nào sống mà thiếu kinh nghiệm về khổ. Chúng ta phải chịu đựng cái khổ về thể xác như bệnh hoạn, mỗi mệ, chấn thương, già yếu và cuối cùng là chết. Chúng ta lại chịu đựng cái đau đớn về tâm lý như cô đơn, thất vọng, sợ hãi, chán nản, giận dữ, điên tiết....

Hỏi: Điều ấy có bi quan không?

Đáp: Từ điển định nghĩa chữ bi quan là "một thói quen suy nghĩ về bất cứ việc gì xảy ra đều là xấu cả", hay "tin tưởng rằng cái xấu lúc nào cũng mạnh hơn cái tốt". Phật giáo không truyền dạy tư tưởng đó và cũng không bác bỏ sự hiện hữu của hạnh phúc. Một cách đơn giản Phật giáo cho rằng sống là phải trải qua khổ đau về thể xác và tâm lý, lời tuyên bố này rõ ràng không thể chối cãi được. Còn quan điểm của hầu hết các tôn giáo là hoang đường, một truyền thuyết hay một niềm tin khó có thể minh chứng được. Phật giáo bắt đầu bằng kinh nghiệm trên các sự kiện không thể phủ nhận, được mọi người cùng biết và tất cả những kinh nghiệm ấy, từng trải ấy phải cố gắng phấn đấu để vượt qua. Như vậy, Phật giáo đích thực là một tôn giáo phổ quát cho mọi người, bởi vì Phật giáo đã nhắm đúng vào mối quan tâm của mỗi cá nhân con người, khổ đau và làm sao để loại bỏ.

Hỏi: Chân lý thứ hai là gì?

Đáp: Chân lý thứ hai là tất cả khổ mọi đau đều có nguyên nhân của ái dục. Khi chúng ta quan sát về khổ đau của tâm lý, chúng ta sẽ dễ dàng nhận ra nguyên nhân của ái dục tạo ra. Khi ta muốn một điều gì đó mà ta không được toại nguyện thì ta cảm thấy thất vọng. Khi ta mong muốn một ai đó sống theo sự mong đợi của ta, nhưng họ không làm được, ta cảm thấy chán nản và thất vọng. Khi ta muốn mọi người giống mình mà họ lại không thì ta cảm thấy bị tổn thương. Thậm chí khi ta muốn một cái gì đó và có thể đạt được, nhưng nó cũng không luôn mang lại hạnh phúc vì không lâu sau đó chúng ta cảm

thấy chán ngán, mất đi sự thích thú với nó và bắt đầu ham muốn cái khác. Nói chung, chân lý thứ hai đề cập đến những gì bạn muốn không đảm bảo được hạnh phúc. Thay vì liên tục nỗ lực để đạt được những gì mình mong muốn, tốt nhất bạn nên cố gắng làm giảm bớt lòng ham muốn của bạn. Ham muốn ấy đã tước mất đi sự niềm an lạc và hạnh phúc của chúng ta.

Hỏi: Nhưng làm thế nào niềm mong muốn và tham ái lại có thể đưa đến khổ đau về thể xác?

Đáp: Trong đời người ta luôn muốn cái này, ham thích cái nọ và đặc biệt cái khát vọng liên tục đã tạo ra một hấp lực mạnh mẽ để rồi cuối cùng dẫn đến việc tái sinh. Khi chúng ta đã đầu thai thì chúng ta có thân thể và như đã nói ở trên, thân thể này dễ bị chấn thương, bệnh hoạn, già yếu và tử vong. Như vậy ái dục đã dẫn đến sự khổ cho thể xác, vì nó là nguyên nhân chính dẫn dắt ta vào trong vòng luân hồi.

Hỏi: Điều đó rất hay, nhưng nếu ta gạt bỏ sự ham muốn thì chúng ta sẽ không bao giờ đạt được cái gì cả.

Đáp: Đúng vậy, tuy nhiên Đức Phật muốn nói rằng khi sự ham muốn và tham ái, không thoả mãn những gì ta có và sự tham muốn không ngừng đó sẽ liên tục tạo ra nguyên nhân khổ đau. Do đó, ta nên loại bỏ sự tham muốn. Đức Phật khuyên chúng ta nên phân biệt rõ ràng giữa cái chúng ta cần và cái chúng ta thêm khát và hãy cố gắng vì nhu cầu giảm bớt sự ham muốn. Đức Phật dạy rằng nhu cầu của chúng ta có thể hoàn thiện nhưng lòng ham muốn của chúng ta thì vô cùng tận - như hố sâu không đáy. Có nhiều nhu cầu chính đáng, cơ bản, ta có thể đạt được và điều này khiến ta hướng tới. Vượt qua sự tham muốn bằng cách giảm đi lòng ham muốn ấy. Cuối cùng, mục đích của cuộc sống là gì? Hãy hài lòng và hạnh phúc với những mình có.

Hỏi: Ở Bạn có nói đến vấn đề tái sinh, nhưng có bằng chứng nào về việc này không?

Đáp: Tất nhiên là có rất nhiều bằng chứng về điều này, nhưng chúng ta sẽ trở lại vấn đề này chi tiết ở chương sau.

Hỏi: Chân lý thứ ba là gì?

Đáp: Chân lý thứ ba nói về khổ đau có thể bị loại bỏ và đạt được hạnh phúc. Đây là điểm tối quan trọng trong Bốn Chân lý này, vì trong đó Đức Phật đã quả quyết rằng sự thỏa mãn và hạnh phúc thật sự sẽ có thể đạt được. Một khi chúng ta từ bỏ những ham muốn vô ích và học cách sống mới mỗi ngày một giờ, thưởng thức những kinh nghiệm cuộc sống đã cống hiến cho ta mà không bị những nhục dục quấy nhiễu và phá rối. Chúng ta kham nhẫn trước những rắc rối của cuộc đời mà không sợ hãi, sân hận, thù hằn, vì thế chúng ta được hạnh phúc và tự do. Như vậy và chỉ như vậy chúng ta mới sống trọn vẹn. Vì chúng ta không còn bị ám ảnh bởi việc thỏa mãn những ham muốn ích kỷ của riêng mình, nên chúng ta sẽ có nhiều thời gian để giúp đỡ người khác với những nhu cầu bức thiết của họ. Trạng thái này gọi là Niết-bàn. Chúng ta cũng không còn khổ đau về tâm lý. Đây là Niết-bàn tối hậu.

Hỏi: Niết-bàn là gì và ở đâu?

Đáp: Đây là một chiều kích vượt thời gian và không gian nên khó thể luận bàn hay cả đến suy tưởng. Những danh từ và tư tưởng chỉ thích hợp để mô tả chiều kích của thời gian và không gian. Nhưng vì Niết-bàn vượt thời gian, không chuyển vận và vì thế không già hoặc không chết. Vì thế Niết-bàn là bất diệt. Vì vượt không gian nên không có sự tạo tác, không có ranh giới, không có khái niệm của ngã và vô ngã và do đó Niết-bàn là vô hạn. Đức Phật cũng quả quyết cho chúng biết rằng Niết-bàn là kinh nghiệm của một niềm hạnh phúc cao cả. Ngài tuyên bố:

"Niết-bàn là hạnh phúc tối thượng" -- Kinh Pháp Cú, 204

Hỏi: Nhưng có chứng cứ gì cho chiều kích hiện hữu đó chăng?

Đáp: Không, không có. Tuy nhiên sự hiện hữu của Niết-bàn có thể suy luận ra được. Nếu có sự đo lường được về sự vận hành của thời gian và không gian thì đó mới chính là thật là sự đo lường. Thế gian mà chúng ta đang sống, chúng ta có thể suy lường mà không thể đo đạt được sự vận hành của không gian và thời gian.

Trở lại, dù chúng ta không thể chứng minh Niết-bàn là hiện hữu, nhưng theo lời Đức Phật dạy Niết-bàn hiện hữu.

Phật dạy: "Có vô sinh, vô hữu, vô tác, bất hòa hợp. Nếu nói không như vậy thì cái vô sinh, vô hữu, vô tác, bất hòa hợp này cũng không thể tạo thành bất cứ hành động nào từ cái gì được sanh, trở thành. Nhưng bởi có vô sinh, vô hữu, vô tác, bất hòa hợp cho nên được làm ra để biết cái gì sinh ra, trở thành và hòa hợp". -- Ud 80.

Chúng ta sẽ biết được Niết-bàn chỉ khi nào chúng ta thực hành và đạt được nó.

Hỏi: Chân lý thứ tư là gì?

Đáp: Chân lý thứ tư là con đường đưa tới sự chấm dứt khổ đau. Con đường này gọi là Bát Chánh Đạo, bao gồm: kiến thức chân chánh, suy nghĩ chân chánh, lời nói chân chánh, hành động chân chánh, mạng sống chân chánh, siêng năng chân chánh, nhớ nghĩ chân chánh và tu tập thiền định chân chánh. Người Phật tử thực hành theo tám pháp này thì sẽ thành tựu được phúc lạc một cách viên mãn. Bạn sẽ thấy mỗi bước trong Bát chánh đạo này bao hàm mọi lĩnh vực trong cuộc sống: tri thức, đạo đức, xã hội, kinh tế, tâm lý và do đó nó tiềm tàng mọi nhu cầu mà con người cần hướng đến một cuộc sống yên bình hạnh phúc và thăng hoa đời sống tâm linh.

Phật giáo và quan niệm về Thượng đế

Hỏi: Người Phật tử có tin ở Thượng Đế không?

Đáp: Không, chúng tôi không tin. Có nhiều lý do để giải thích điều này. Đức Phật, như các nhà tâm lý học và xã hội học hiện đại, tin rằng ý niệm đạo lý và nhất là quan điểm về Thượng Đế có cùng một nguồn gốc là sự sợ hãi. Đức Phật từng nói:

"Vì sự sợ hãi bất an mà con người thần thánh hóa núi non, cây rừng, lăng miếu." --(Pháp cú 188)

Con người vào thời sơ khai tự thấy mình sống trong một thế giới nguy hiểm và thù địch, sợ hãi loài dã thú, không có khả năng kiếm đủ thực phẩm, lo sợ mình bị thương hay bệnh hoạn và hãi hùng khi những hiện tượng thiên nhiên như sấm chớp, núi lửa luôn đe dọa họ. Họ nhận ra sự bất an và chính họ tự tạo ra những tư tưởng thần thánh để tự an ủi mình trong một hoàn cảnh, và khơi dậy lòng can đảm khi họ lâm nguy và để an ủi họ khi hoàn cảnh trở nên xấu đi. Đối với thời điểm khủng hoảng hiện nay, bạn sẽ thấy người ta trở về với tín ngưỡng nhiều hơn, bạn sẽ nghe họ nói rằng tin tưởng vào một vị thần, một vị thánh nào đó thì họ sẽ có được sức mạnh để có thể đương đầu với cuộc sống. Bạn sẽ nghe họ giải thích rằng họ tin vào một đấng thiêng liêng đặc biệt, và lời cầu nguyện của họ được Đáp ứng. Tất cả những điều này đã được Đức Phật dạy rằng ý niệm về Đấng thiêng liêng là do sự sợ hãi và thất vọng của con người mà có. Đức Phật dạy chúng ta nên cố gắng tìm hiểu những nỗi sợ hãi của chúng ta, hãy loại bỏ đi những tham muốn và hãy tiếp nhận những gì không thể đổi thay được trong bình tĩnh và can đảm. Đức Phật đã thay thế nỗi sợ hãi ấy không phải bằng một niềm tin phi lý mà bởi chánh kiến hợp lý. Lý do thứ hai, Đức Phật không tin vào thần linh vì ở đó dường như không có một bằng chứng nào để xác tín cho ý tưởng ấy. Có nhiều tôn giáo tuyên bố rằng chỉ có lời dạy của Đấng giáo chủ của họ là được duy trì, rằng họ hiểu là chỉ có một vị Chúa độc nhất, rằng Đấng thiêng liêng của họ đang hiện hữu còn những giáo chủ của những tôn giáo khác thì không có. Một số tôn giáo thì tuyên bố Thượng Đế là nam, nhưng một số khác thì cho rằng Thượng Đế là nữ, số còn lại thì cho là trung tính. Tất cả họ đều thỏa mãn rằng có nhiều bằng chứng để chứng minh Thượng đế của họ hiện hữu nhưng họ lại cười mỉa mai và không tin vào những chứng cứ cho sự có mặt Thượng Đế của những tôn giáo khác. Thật không có gì ngạc nhiên, vì có quá nhiều tôn giáo đã bỏ ra nhiều thế kỷ để cố gắng chứng minh sự hiện hữu của Thượng Đế mà vẫn không có thật hoặc không có chứng cứ cụ thể nào được tìm thấy. Đối với

người Phật tử ngưng hết mọi phán quyết ấy cho đến khi những chứng cứ đó được phơi bày.

Lý do thứ ba, Đức Phật không tin vào Thượng Đế, vì tin tưởng như thế không cần thiết. Một số người tuyên bố rằng tin tưởng ở Thượng Đế là cần thiết để lý giải về nguồn gốc của vũ trụ. Nhưng điều này không đúng. Khoa học có một lối giải thích rất thuyết phục về quá trình hình thành của vũ trụ mà không liên hệ gì đến ý niệm của Thượng Đế. Có một số cho rằng tin tưởng vào Thượng Đế là cần thiết để có một cuộc sống ý nghĩa và hạnh phúc. Một lần nữa chúng ta thấy điều đó cũng không đúng. Không kể đến tín đồ Đạo Phật, có hàng triệu người không theo tôn giáo nào và có tư tưởng tự do, không đặt niềm tin nơi Thượng Đế mà vẫn có một cuộc sống hạnh phúc, có ý nghĩa và hữu ích. Một số cho rằng tin vào sức mạnh của Thượng Đế là cần thiết vì con người là những sinh vật yếu đuối không đủ sức để tự cứu lấy mình. Một lần nữa, chúng có ấy vẫn đưa đến sự mâu thuẫn. Người ta thường nghe rằng có từng vượt qua bao chướng ngại, bao tai họa, bao xung đột và bao khó khăn bằng nỗ lực nội tâm của họ mà không tùy thuộc vào niềm tin nơi Thượng Đế. Một vài người tuyên bố rằng tin tưởng Thượng Đế là cần thiết để con người được cứu rỗi. Lý lẽ này chỉ đúng nếu trường hợp bạn là người chấp nhận lý thuyết của cứu rỗi và với người Phật tử không chấp nhận một quan niệm như thế. Dựa vào kinh nghiệm bản thân, Đức Phật nhìn thấy rằng mỗi chúng sanh đều có khả năng tịnh hóa tâm hồn, phát triển lòng từ bi và hoàn thiện sự hiểu biết. Ngài đã gạt bỏ sự chú ý về thiên đàng và nhắc nhở chúng ta nên tìm kiếm những giải pháp cho những vấn đề của chúng ta qua sự hiểu biết của chính mình.

Hỏi: Nhưng nếu không có Thượng Đế thì làm sao có được vũ trụ?

Đáp: Mọi tôn giáo đều có những chuyện huyền bí để giải Đáp cho câu hỏi này. Ngày xưa, con người ngây ngô chưa biết gì, những chuyện huyền bí như vậy rất phù hợp. Nhưng vào thế kỷ hai mươi này, trong thời đại vật lý, thiên văn học và địa chất học, những điều huyền bí như thế sẽ bị những cơ sở khoa học đẩy lui. Khoa học đã giải thích nguồn gốc của vũ trụ mà không theo ý niệm của Thượng Đế.

Hỏi: Như vậy thì Đức Phật đã nói gì về nguồn gốc của vũ trụ?

Đáp: Thật là thú vị là lời giải thích của Đức Phật về nguồn gốc của vũ trụ rất phù hợp và gần gũi với quan điểm khoa học. Trong Kinh Trường A-Hàm, Đức Phật mô tả vũ trụ bị hoại diệt và rồi tái tiến hóa thành hình dạng hiện nay vô số triệu năm. Cuộc sống sơ khai hình thành từ những sinh vật có dạng đơn giản đến dạng phức hợp trên mặt nước trải qua vô số triệu năm. Tất cả những tiến trình đó không có khởi đầu và kết thúc, và được vận hành theo những nguyên lý tự nhiên.

Hỏi: Bạn nói không có chứng cứ về sự hiện hữu của Thượng đế. Vậy những phép lạ là cái gì?

Đáp: Nhiều người tin rằng những phép lạ là bằng chứng về sự hiện hữu của Thượng Đế. Chúng ta từng nghe những lời tuyên bố bừa bãi về cách dùng phép lạ để chữa khỏi bệnh, tuy nhiên chúng ta chưa bao giờ có được một chứng cứ nào từ văn phòng y khoa hay của một bác sĩ xác nhận về việc đó. Chúng ta đã nghe những tin đồn rằng có một số người được cứu sống khỏi những thiên tai một cách kỳ lạ nhưng chúng ta chưa bao giờ thấy có được một lần chứng kiến giải thích về việc ấy. Chúng ta đã nghe đồn

đoán rằng lời cầu nguyện có thể đi thẳng vào thân thể hay đến với tứ chi què quác của bệnh nhân, nhưng chúng ta chưa bao giờ thấy chụp quang tuyến hay có một lời nhận xét đúng đắn của những bác sĩ và y sĩ. Thật hiếm khi những phép lạ có bằng chứng rõ ràng và những bằng chứng này lại không thay thế được những lời tuyên bố bừa bãi, những bản báo cáo và tin đồn nhảm. Tuy nhiên, đôi khi những trường hợp không thể giải thích cũng có xảy ra, những sự kiện không chờ đợi đã xảy đến. Chúng ta phải thừa nhận sự bất lực của con người không thể giải thích được những bằng chứng về sự hiện hữu của Thượng Đế. Điều đó chứng minh rằng kiến thức của chúng ta còn giới hạn. Trước thời kỳ nền y học hiện đại phát triển, người ta không biết đâu là nguyên nhân gây ra bệnh và tin rằng Thần linh hay Thượng đế tạo ra bệnh tật để trừng phạt con người. Ngày nay chúng ta đã biết được lý do nào gây ra bệnh và khi đau bệnh chúng ta uống thuốc. Đã đến lúc kiến thức của chúng ta về thế giới ngày càng hoàn thiện hơn, chúng ta có thể hiểu cái gì tạo ra những hiện tượng không giải thích được, cũng như những nguyên do gây ra bệnh.

Hỏi: Nhưng có quá nhiều người tin vào một vài hình thức của Thượng Đế, điều đó chắc là đúng?

Đáp: Không hẳn. Đã có lúc người ta tin rằng trái đất này là bằng phẳng. Nhưng họ đã sai. Số người đã tin vào tư tưởng mà họ không dựa trên sự thật thường hay sai lầm. Chúng ta có thể nói việc ấy đúng hay sai chỉ bằng cách quan sát các sự kiện và kiểm tra lại chứng cứ.

Hỏi: Như thế, nếu như người Phật tử không tin vào Thượng Đế thì họ tin vào cái gì?

Đáp: Chúng tôi không tin vào Thượng Đế vì chúng tôi tin ở con người. Chúng tôi tin rằng mỗi con người là cao quý và quan trọng, rằng tất cả đều có một tiềm lực để thành một vị Phật - một con người toàn hảo. Chúng tôi tin rằng con người có thể vượt thoát được vô minh, những điều phi lý và thấy được mọi sự vật đúng như thật. Chúng tôi tin rằng ghen ghét, giận dữ, ganh tị khi có thể thay thế bằng lòng yêu thương, nhân nhục, rộng lượng và tử tế. Chúng tôi tin rằng tất cả những điều này đang có sẵn ở trong mọi người, nếu họ nỗ lực và được hướng dẫn, được những Phật tử thuần thành hỗ trợ và được hấp thụ giáo lý của Đức Phật.

Như lời Phật dạy:

"Không ai có thể cứu giúp được ta ngoại trừ chính ta.

Không ai có thể và không ai có thể làm được.

Chính ta phải bước vào con đường này.

Chư Phật chỉ là người dẫn đường." -- Kinh Pháp Cú, 165

Bhikkhu Shravasti Dhammika

Hỏi Hay, Đáp Đúng

Đại đức Thích Nguyên Tạng dịch

Năm giới

Hỏi: Những tôn giáo khác rút ra được những điều đúng và sai từ những lời dạy của Thượng Đế hay đáng giáo chủ của họ. Bạn là Phật tử không tin vào Thượng Đế thì làm sao biết được đâu là đúng và đâu là sai?

Đáp: Bất cứ ý nghĩ, lời nói hay hành động nào bắt nguồn từ tham lam, sân hận và si mê đều đẩy chúng ta ra khỏi Niết bàn là xấu và bất cứ ý nghĩ, lời nói hay hành động nào phát xuất từ bố thí, thương yêu và trí tuệ thì đều rõ ràng đưa ta đến Niết bàn là tốt.

Để biết được cái gì là đúng và cái gì là sai, chính bạn phải phát triển cái nhận thức và chánh kiến của mình, và đạo đức phải được đặt trên sự hiểu biết, luôn luôn mạnh hơn những gì chúng ta tuân theo một lời phán quyết.

Trong các tôn giáo lấy Thượng đế làm tâm điểm để nhận biết cái nào tốt cái nào không tốt, tất cả cần phải làm theo lời răn dạy. Nhưng Phật giáo lấy con người làm tâm điểm để biết điều đúng hoặc sai, bạn phải tự phát huy sự tỉnh giác và hiểu biết một cách sâu rộng. Và đạo đức được dựa trên sự hiểu biết thì luôn mạnh mẽ hơn là đáp ứng theo một mệnh lệnh.

Như thế muốn biết đúng sai, người Phật tử nên xem xét ba điều: ý định, tác dụng và hành động sẽ ảnh hưởng đến ta và người khác. Nếu ý định tốt (phát xuất từ lòng thương, bố thí và trí tuệ) sẽ giúp cho chính mình (có lòng từ bi hơn, bố thí nhiều hơn, khôn ngoan nhiều hơn) và cho cả người khác (giúp họ phát triển tâm bố thí nhiều hơn, yêu thương nhiều hơn và khôn ngoan nhiều hơn), việc làm và hành động đó được xem là thiện nghiệp, tốt và đạo đức. Cố nhiên, có nhiều sự khác nhau trong vấn đề này. Có lúc tôi hành động với ý tưởng tốt nhưng nó có thể không mang lại lợi ích cho chính mình và cho người chung quanh. Đôi khi ý định của ta không tốt nhưng hành động của ta lại giúp kẻ khác. Thỉnh thoảng ta hành động theo ý nghĩ tốt và có lợi ích cho ta nhưng có lẽ nó là nguyên nhân gây ra khổ đau cho người khác. Trong những trường hợp như thế, những hành động của ta đã lẫn lộn giữa những cái tốt và cái xấu. Khi những ý nghĩ xấu và hành động đó hoặc giúp cho chính ta hoặc giúp cho kẻ khác, hành động như vậy là sai. Và khi nào ý định của ta tốt và hành động của ta có lợi ích cho cả ta và người khác, thì hành động đó hoàn toàn đúng.

Hỏi: Vậy, Phật giáo có nguyên tắc đạo đức nào không?

Đáp: Có, đó là năm giới. Năm giới này là căn bản của đạo đức Phật giáo. Giới thứ nhất là không chém giết hay sát hại mọi chúng sanh. Giới thứ hai là không trộm cắp. Giới thứ ba là không tà dâm. Giới thứ tư là không nói dối và giới thứ năm là không uống rượu và các chất làm say người.

Hỏi: Nhưng chắc chắn có lúc sát hại là điều tốt. Chẳng hạn sát hại những vi trùng gây bệnh hoặc một ai đó muốn giết bạn?

Đáp: Điều đó có thể là tốt cho bạn. Nhưng đối với vật và người bị giết thì sao? Tất cả đều ham sống như bạn. Khi bạn quyết định giết một sinh vật gây bệnh, ý định của bạn có lẽ được đan xen giữa sự quan tâm chính bạn (tốt) và sự lây bệnh (xấu). Hành động đó sẽ có ích cho chính bạn (tốt) nhưng rõ ràng nó sẽ làm hại con vật kia (xấu). Vì thế, trong lúc giết hại có thể là điều cần làm, nhưng hoàn toàn không được xem là điều tốt.

Hỏi: Là Phật tử, sao bạn quá quan tâm đến côn trùng như kiến và sâu bọ?

Đáp: Người Phật tử cố gắng phát huy lòng từ bi mà không có sự phân biệt và tất cả đều như nhau. Họ thấy rằng thế giới này là một thể thống nhất, nơi mà mọi người, mọi loài đều nương vào nhau để sinh sống. Người Phật tử tin rằng trước khi chúng ta muốn hủy diệt hay muốn đảo lộn mọi sự cân bằng tinh tế và trật tự của thiên nhiên, chúng ta phải cẩn thận. Thử nhìn xem vào những quốc gia đã mạnh mẽ khai phá thiên nhiên, cho đến lúc đó không còn có cơ hội để phục hồi được nữa, họ đã xâm chiếm và tàn phá chúng. Thiên nhiên bị đảo lộn. Bầu không khí bị nhiễm độc, sông ngòi trở nên ô nhiễm và khô chết, có quá nhiều loài thú bị tuyệt chủng, núi rừng bị trơ trọi và xói mòn. Thậm chí khí hậu cũng bị thay đổi. Nếu con người có một chút ưu tư về tàn phá, hủy hoại và chém giết và hủy hoại thì sự khủng hoảng này sẽ không gia tăng. Và chúng ta nên cố gắng phát triển tinh thần tôn trọng giá trị của sự sống. Đó là những gì mà giới cấm thứ nhất đã đề cập.

Hỏi: Giới thứ ba nói đến việc tránh tà dâm. Vậy, tà dâm là gì?

Đáp: Nếu chúng ta dùng thủ đoạn gian trá, đe dọa, hay ép buộc một người khác quan hệ tình dục với mình, hành vi ấy gọi là tà dâm. Ngoại tình cũng là một hình thức tà dâm, vì khi chúng ta cưới nhau có hứa rằng sẽ chung thủy với nhau, nhưng khi ta phạm phải tội tà dâm thì chúng ta đã phá bỏ lời cam kết cũng như phản bội lại lòng tin của người kia. Vấn đề tình dục phải biểu lộ tình yêu và việc quan hệ mật thiết giữa hai người là góp phần duy trì tình cảm trong đời sống lứa đôi.

Hỏi: Quan hệ tình dục trước hôn nhân có phải là tà dâm không?

Đáp: Không hẳn, nếu cả hai người đều đồng ý và yêu thương nhau. Tuy nhiên không nên quên rằng do cấu tạo sinh học có thể dẫn đến việc mang thai và nếu một phụ nữ chưa lập gia đình mà có mang thì sẽ tạo ra nhiều việc rắc rối. Nhiều người biết suy nghĩ và chững chạc cho rằng tốt hơn hết phải để việc ấy cho đến sau khi làm lễ cưới.

Hỏi: Còn nói dối là gì? Có thể sống mà không nói dối được chăng?

Đáp: Nếu thật sự không thể tránh được việc nói dối trong xã hội, thì tình trạng hối lộ và sai trái cần

được thay. Phật tử là người cương quyết làm điều gì đó thực tế mà sự trung thực là trên hết cả.

Hỏi: Còn vấn đề rượu thì sao? Uống chút ít không hại gì chứ?

Đáp: Người ta không uống vì hương vị. Khi họ uống một mình là để tìm cách thư giãn những căng thẳng và khi họ uống xã giao, thường là để hòa đồng với mọi người. Ngay cả một lượng rượu nhỏ cũng lạc dẫn ý thức và làm mất đi sự tỉnh thức. Dùng một lượng lớn, hậu quả của nó có thể bị tàn phá.

Hỏi: Nhưng uống chỉ một chút thì có phạm giới phải không? Đó chỉ là một việc nhỏ thôi mà.

Đáp: Có, đó chỉ là một việc nhỏ nhưng nếu bạn không chịu tập để buông bỏ, thì việc phạm giới và lời cam kết này không phải là lớn sao?

Hỏi: Năm giới cấm trên có tính tiêu cực, nó bắt buộc bạn không được làm mà nó không đưa ra điều gì bạn được phép làm.

Đáp: Năm giới ấy là nền tảng đạo đức của người Phật tử. Nhưng đó không phải là tất cả. Chúng ta bắt đầu nhận ra những thói hư tật xấu của mình và cố gắng loại bỏ chúng. Sau khi ta đã loại bỏ những việc xấu, chúng ta bắt đầu làm những điều thiện. Chẳng hạn như lời nói. Đức Phật dạy rằng chúng ta nên nói chân thật, hòa ái, lịch sự và nói đúng lúc. Đức Phật dạy:

"Khi từ bỏ vọng ngữ sẽ là người nói chân thật, đáng tin, có thể tin cậy được, vị ấy không lừa dối thế gian. Không nói lời nói ác độc, không lập lại những gì mình nghe ở đây, cũng không lập lại những gì mình nghe ở kia để gây ra sự bất hòa giữa nhiều người. Vị ấy hòa giải những người bị chia rẽ và mang những người bạn lại gần nhau. Hài hòa là niềm vui, là tình yêu, là hạnh phúc của vị ấy; nó là động cơ của lời nói của vị ấy. Không nói lời thô bỉ, lời nói vị ấy không trách mắng, dễ nghe, hợp lòng người, tao nhã được mọi người yêu thích. Từ bỏ tật nguyền lê đôi mách, vị ấy nói hợp thời, đúng chuyện, có liên quan đến giáo lý và giới luật. Vị ấy nói những lời đáng trân trọng, đúng thời , hợp lý, rõ ràng và chính xác.." -- (M I 179)

Tái sinh

Hỏi: Con người từ đâu đến và rồi sẽ đi về đâu?

Đáp: Có ba câu trả lời có thể giải đáp câu hỏi này. Nhiều người tin vào một Thượng đế hay thần linh thì cho rằng trước khi một con người được sinh ra, con người không hiện hữu, rồi người ấy được sinh ra qua ý định của Thượng Đế. Trong đời sống con người tùy theo tín ngưỡng và hành động mà người ấy sẽ được lên thiên đàng vĩnh hằng hay đọa lạc nơi địa ngục vĩnh viễn. Các nhà nghiên cứu khoa học nhân văn, các nhà khoa học đã tuyên bố rằng con người xuất hiện từ những nguyên nhân tự nhiên, sống rồi chết, sự hiện hữu ấy không ngừng. Phật giáo không thừa nhận những lời giải thích này. Lời giải thích thứ nhất gặp nhiều vấn đề về đạo đức. Vì nếu có một vị Thượng Đế tốt tạo ra mỗi chúng ta, điều đó thật khó giải thích tại sao có quá nhiều người khi mới sinh ra bị dị dạng đến ghê tởm, hay tại sao có quá nhiều đứa trẻ sảy thai trước khi sinh. Những vấn đề khác với lời giải thích của thuyết hữu thần dường như rất bất công, rằng một người sẽ phải chịu đau khổ vĩnh viễn trong địa ngục do vì những tội lỗi anh ta đã tạo ra trong vòng sáu mươi hay bảy mươi năm trên đời này. Sáu mươi hay bảy mươi năm của một đời người không có tín ngưỡng và vô đạo đức thì không đáng để chịu những hình phạt vĩnh viễn như vậy. Cũng thế, sáu mươi hay bảy mươi năm của một người có tín ngưỡng và đạo đức chỉ là một kết quả nhỏ đâu thể có một cuộc sống sung sướng vĩnh viễn ở trên thiên đàng. Cách giải thích thứ hai khá hơn cách thứ nhất và có nhiều chứng cứ khoa học hơn để hỗ trợ cho điều đó, nhưng vẫn chưa có câu trả lời cho câu hỏi quan trọng trên. Làm sao một hiện tượng quá phức tạp đến ngạc nhiên khi ý thức có thể phát triển từ một cuộc tiếp xúc đơn giản của hai tế bào, tinh trùng và trứng? Và hiện nay theo khoa cận tâm lý được thừa nhận là một phần của khoa học, hiện tượng đó giống như thần giao cách cảm tạo ra khó khăn để thích hợp với khuôn mẫu thiên về của tư tưởng duy vật.

Phật giáo đã cung cấp lời giải thích thỏa đáng nhất về việc con người từ đâu đến và rồi sẽ đi về đâu. Khi chúng ta chết, thần thức, với tất cả những khuynh hướng sở thích, tài năng và tính tình có sẵn và tùy thuộc vào đời sống này, chính nó sẽ tái thiết lập ở trong trứng thụ tinh. Như vậy, một cá nhân trưởng thành, là sự tái sinh và sự phát triển nhân cách, được quy định bởi hai yếu tố tính chất tinh thần trong quá khứ và môi trường sống mới. Nhân cách sẽ thay đổi và sẽ được bổ sung bởi những nỗ lực của ý thức và những yếu tố trong sinh hoạt như giáo dục, ảnh hưởng của cha mẹ và xã hội và một lần

nữa cái chết xảy ra, rồi chính nó lại tự tái lập trong một trứng thụ tinh mới. Tiến trình sinh tử, tử sinh này sẽ tiếp tục lập đi lập lại cho đến khi tham ái và vô minh đoạn diệt. Khi một người làm được như thế, thay vì tái sinh thì tâm của họ đạt được một trạng thái, được gọi là Niết bàn và đó là mục đích tối hậu của đạo Phật và cũng là mục tiêu của cuộc sống.

Hỏi: Làm thế nào thần thức có thể đi từ thân xác này đến một thể xác khác?

Đáp: Cứ nghĩ là nó giống như làn sóng của máy radio. Làn sóng máy phát thanh không phát đi không bằng lời nói và âm nhạc mà từ năng lượng theo những tần số khác nhau và được truyền đi qua không gian, rồi được tiếp nhận bởi máy thu thanh với lời nói và âm nhạc như ở nơi nó được phát đi. Điều này ví như tâm thức vậy. Khi chết, năng lực tinh thần của con người đi qua không gian, rồi bị cuốn hút và được đón nhận bởi một trứng thụ tinh. Khi bào thai phát triển, chính thần thức tập trung ở não bộ nơi mà về sau "đài phát thanh" này được xem như một cá nhân mới.

Hỏi: Có phải con người thường tái sinh trở lại kiếp người không?

Đáp: Không. Có nhiều cõi giới mà con người sẽ có thể tái sinh. Có người tái sinh lên cõi trời, có người tái sinh xuống địa ngục, có người tái sinh làm quỷ đói..v.v... Cõi trời không phải là nơi chốn nào đó mà là một trạng thái hiện hữu trong con người mang thân xác và tâm hồn phần lớn trải qua sự vui sướng. Một số tôn giáo cố gắng để được đầu thai vào cõi trời (thiên đàng) và thật là lầm lẫn tin rằng đó là nơi vĩnh hằng. Kỳ thật không phải vậy. Giống như tất cả điều kiện nhân duyên, thiên đàng vẫn phải chịu sự đổi thay và thọ mạng người ấy sẽ chấm dứt, vì ấy có thể tái sinh trở lại kiếp người. Địa ngục cũng thế, không có một chỗ nào đó rõ ràng mà chỉ là một trạng thái hiện hữu nơi mỗi con người mang hình dạng vi tế và tư tưởng chủ yếu luôn trải qua trong sầu khổ và lo âu. Ngạ quỷ, một lần nữa cho ta thấy cũng chỉ là một trạng thái hiện hữu với thân xác và tâm thức liên tục bị cấu xé bởi những tham ái và không như ý.

Như vậy, chúng sanh ở thiên đàng phần lớn trải qua sự vui sướng, chúng sanh ở địa ngục và ngạ quỷ thường trải qua sự khổ đau cùng cực, và cõi người thì lẫn lộn với hai trạng thái này: khổ và vui. Như thế, chỗ khác nhau chính yếu giữa cõi người và cảnh giới khác là ở chỗ hình dạng thân xác và tính chất thọ báo.

Hỏi: Cái gì quyết định cho việc tái sinh?

Đáp: Đó là yếu tố tối quan trọng nhất, nhưng không phải cái duy nhất ảnh hưởng nơi ta sẽ được tái sinh và cuộc sống ta sẽ có thuộc loại nào, đó là nghiệp (karma). Nghiệp nghĩa là hành động có liên hệ tới những hành động có tác ý. Nói cách khác, những gì chúng ta đã quyết định là do chúng ta đã nghĩ và hành động trong quá khứ. Cũng thế, bây giờ chúng ta nghĩ và hành động thế nào thì nó sẽ ảnh hưởng đến ta như thế ấy trong tương lai

Hạng người hiền lành, từ ái thì có khuynh hướng tái sinh vào thiên đàng hoặc cõi người có ưu thế được hạnh phúc. Hạng người hay sầu lo, đau khổ và độc ác có xu hướng rơi vào địa ngục hoặc tái

sinh vào kiếp người trong hoàn cảnh khổ đau. Hạng người bị ám ảnh về tham ái, thèm khát mãnh liệt có khuynh hướng tái sinh vào loài ma đói hoặc sinh làm người luôn thất vọng bởi sự thèm muốn và khát vọng của họ. Nói chung, bất cứ một thói quen tinh thần nào phát triển một cách mạnh mẽ ở đời này, sẽ tiếp tục có mặt ở đời sau, tuy nhiên, phần lớn người ta đều tái sinh vào kiếp người.

Hỏi: Như thế chúng ta không bị nghiệp chi phối, chúng ta có thể thay đổi được nó chăng?

Đáp: Cố nhiên chúng ta có thể. Đó là một trong những tầng bậc của Bát Chánh Đạo, là Chánh Tinh Tấn. Nhưng còn tùy thuộc vào sự nhiệt tâm, nghị lực và thói quen của chúng ta nữa. Quả thật, có một số người đơn giản đã trải qua cuộc sống của họ dưới sự ảnh hưởng nặng nề của thói quen quá khứ, mà không cố gắng để chuyển hóa chúng nên trở thành nạn nhân cho những hậu quả khổ đau. Người như vậy sẽ tiếp tục khổ đau cho đến khi nào họ chịu thay đổi những thói hư tiêu cực của họ. Bao lâu những thói quen tiêu cực còn tồn tại thì việc thay đổi chúng càng khó bấy nhiêu. Người Phật tử biết rõ điều này và tận dụng mọi cơ hội để loại bỏ những thói quen tiêu cực của tinh thần và phát triển những thói quen tinh thần thuộc về kết quả hạnh phúc. Thiền định là một trong những kỹ thuật làm giảm bớt những thói quen đã định hình trong quá khứ của ta như nói năng hay chế ngự nói năng hoặc hành động hoặc chế ngự hành động. Đời sống của người người Phật tử là rèn luyện, thanh lọc tâm, và giải thoát. Chẳng hạn, nhẫn nhục và từ bi là một phần rõ ràng trong cá tính của bạn ở kiếp trước, những cá tính ấy sẽ tái xuất hiện ngay trong đời này. Nếu nó mạnh mẽ và được phát triển trong đời này thì chúng sẽ có mặt, thậm chí còn mạnh hơn và rõ rệt hơn ở những kiếp sau. Điều đó căn cứ trên sự kiện đơn giản và dễ dàng quan sát rằng những thói quen hình thành lâu đời thì có khuynh hướng khó thay đổi..

Hiện tại, nếu bạn là một người nhẫn nhục và từ bi, rõ ràng và chắc chắn là bạn sẽ không dễ bị người khác quấy nhiễu, bạn không có ác cảm với người, mọi người đều thích bạn và như thế bạn cảm thấy hạnh phúc hơn.

Bây giờ xem xét một ví dụ khác, hãy cho là bạn sinh ra với cá tính nhẫn nhục và từ tế, vì đó là thói quen tinh thần của bạn có từ kiếp trước. Nhưng trong đời này, bạn lãng quên việc phát triển những thói quen ấy. Chúng sẽ dần dần yếu đi, mất hẳn và có lẽ hoàn toàn không còn nữa trong tương lai. Kiên nhẫn và từ tế trong trường hợp này đã yếu đi, có thể hoặc đời này hoặc đời sau, nóng tánh, sân hận và độc ác, có thể được hình thành và phát triển trong bạn mà chính nó sẽ mang đến cho bạn những sầu muộn và khổ đau.

Ta hãy xem một ví dụ khác, vì thói quen tinh thần từ kiếp trước nên trong đời sống hiện tại bạn có khuynh hướng hay cáu gắt, nóng giận và khi bạn nhận ra những thói quen ấy chỉ làm cho bạn khổ đau và như thế bạn cố gắng hóa giải chúng. Bạn thay thế chúng bằng những cảm xúc tích cực. Nếu bạn có thể loại bỏ chúng hoàn toàn thì có thể với nỗ lực bạn có, bạn sẽ tự tại trước những cơn nóng giận và thất vọng. Nếu bạn chỉ có thể làm cho những khuynh hướng ấy yếu đi thì chúng sẽ tái xuất hiện trong đời sau, nếu bạn nỗ lực hơn nữa thì chúng có thể bị đoạn tận và bạn sẽ được giải phóng khỏi những

hậu quả bất an của chúng.

Hỏi: Bạn đã nói nhiều về tái sinh, nhưng có bằng chứng để biết là chúng ta tái sinh khi chúng ta qua đời?

Đáp: Không những chỉ có chứng cứ khoa học xác minh cho tín ngưỡng Phật giáo về tái sinh mà còn có lý thuyết về đời sống sau khi chết và có bằng chứng để hỗ trợ việc này. Không có một dấu hiệu nào để chứng minh sự hiện hữu của thiên đàng và cổ nhiên chứng cứ hủy diệt vào lúc chết cũng không có. Tuy nhiên trong suốt 30 năm qua, các nhà nghiên cứu về tâm đã xem xét một số người có trí nhớ sâu xa về kiếp trước của họ. Chẳng hạn như ở Anh quốc, một bé gái năm tuổi, nói rằng em có thể nhớ đến "cha mẹ khác" của em và em nói chuyện một cách sống động về một đời sống của một người khác. Các nhà nghiên cứu tâm lý được mời đến và họ hỏi em hàng trăm câu hỏi và được em trả lời hết tất cả. Em đã nói về cuộc sống ở một ngôi làng đặc biệt thuộc nước Tây Ban Nha, em cho biết tên ngôi làng và tên đường phố nơi em sống, tên của những người láng giềng và nhiều chi tiết khác về cuộc sống hàng ngày ở đó. Em đã rơi nước mắt khi cho biết em đã bị xe đụng, bị thương và qua đời hai ngày sau đó. Những chi tiết này sau đó được kiểm chứng, người ta thấy sự kiện rất chính xác. Quả thật có một ngôi làng như thế ở Tây Ban Nha với cái tên mà em bé năm tuổi đã cung cấp. Có ngôi nhà mà theo kiểu em bé đã mô tả nằm trên con đường mà em bé đã cho biết tên. Người ta còn tìm ra ngôi nhà của một phụ nữ 23 tuổi đã chết vì tai nạn xe hơi cách đó năm năm. Làm sao một em bé năm tuổi đang sống ở Anh quốc, chưa từng đến Tây Ban Nha mà lại biết hết tất cả những chi tiết ấy? Và tất nhiên, đó không phải là trường hợp duy nhất về tái sinh. Giáo sư Ian Stevenson thuộc phân khoa tâm lý trường đại học Virginia, Hoa Kỳ, đã mô tả hàng chục trường hợp tái sinh trong cuốn sách (1) của ông. Ông Ian Stevenson, một nhà khoa học uy tín với hơn 25 năm nghiên cứu về những người có trí nhớ về đời sống quá khứ là một chứng cứ rất vững chắc cho những lời đạo lý Phật giáo về vấn đề tái sinh.

Hỏi: Một số người cho rằng khả năng nhớ về kiếp trước là công việc của ma quỷ?

Đáp: Bạn không thể đơn giản bỏ qua những gì không phù hợp với đức tin của mình như chuyện của ma quỷ. Nếu bạn muốn phản bác vấn đề ma quỷ là phi lý và mê tín, bạn phải dùng lý lẽ hợp lý để hỗ trợ cho ý kiến mình đưa ra

Hỏi: Bạn nói bàn thảo về ma quỷ là mê tín, còn nói về tái sinh không phải là mê tín sao?

Đáp: Từ điển định nghĩa từ "mê tín" là "một niềm tin không được đặt trên sự kiện hay trên lý trí mà chỉ là sự kết hợp của các ý tưởng, như là phép lạ". Nếu bạn có thể chỉ rõ cho tôi thấy từ một cuộc nghiên cứu thận trọng về sự hiện hữu của ma quỷ được một nhà khoa học ghi chép thì tôi sẽ thừa nhận rằng tin vào ma quỷ không là mê tín. Nhưng tôi chưa bao giờ nghe thấy bất cứ một cuộc nghiên cứu nào về ma quỷ cả, đơn giản là các nhà khoa học không bận tâm nghiên cứu những việc như vậy. Vì thế tôi xin nói không có bằng chứng nào cả về sự hiện hữu của ma quỷ. Tuy nhiên như chúng ta được biết, đã có chứng cứ xem như ủng hộ cho thuyết tái sinh. Vì vậy, nếu tin tưởng có việc tái sinh ít ra nó cũng

căn cứ trên vài dữ kiện, nên không thể xem là mê tín được.

Hỏi: Thôi được, vậy đã có nhà khoa học nào tin vào thuyết tái sinh không?

Đáp: Có, ông Thomas Huxley, người có công đưa khoa học vào hệ thống giáo dục của Anh ở thế kỷ thứ 19 và là nhà khoa học đầu tiên bảo vệ luận thuyết của Darwin, ông tin rằng tái sinh là một khái niệm hợp lý. Trong cuốn sách nổi tiếng "Sự Tiến Hóa, Đạo Đức học và những bài luận khác" , ông nói:

Trong học thuyết luân hồi, bất kể nguồn gốc nó là gì, theo sự nghiên cứu Phật giáo và Bà La Môn giáo, đã cung cấp những dữ kiện để chứng minh hợp lý về hoạt động của vũ trụ đến con người.... Tuy lý lẽ này không đáng tin hơn những lý thuyết khác và không ai ngoài những người suy nghĩ vội vàng sẽ phản bác vì cho đó là chuyện vô lý. Giống như học thuyết tiến hóa, thuyết tái sinh có nguồn gốc từ thế giới hiện thực; và điều đó có thể xác thực như là một lý luận mạnh mẽ có đủ khả năng đáp ứng.

Thêm nữa, Giáo sư Gustaf Stromberg, một nhà thiên văn học và vật lý học, người Thụy Điển và là bạn thân của nhà khoa học Einstein cũng tìm thấy khái niệm về tái sinh:

Có nhiều quan niệm khác nhau về linh hồn con người hoặc có thể tái sinh trên đời hay không. Vào năm 1936, một trường hợp thú vị đã được những viên chức của chính phủ Ấn Độ kiểm tra và được báo cáo lại. Một bé gái (tên Shanti Devi ở Delhi) có thể mô tả chính xác về đời sống trước đây của em (ở Muttra cách Delhi khoảng năm trăm dặm). Em đã qua đời tại nơi đó rồi tái sinh lần thứ hai. Em cho biết tên của người chồng, người con và mô tả ngôi nhà cũng như lai lịch về cuộc đời em. Một ủy ban điều tra đã đưa em đến thăm người thân trong kiếp trước để xác minh lại lời trình bày của em. Trong số những người tái sinh ở Ấn Độ được xem như chuyện bình thường, nhưng trong trường hợp này đã làm cho người ta ngạc nhiên vì bé gái này đã nhớ rất nhiều về những sự kiện đã qua. Trường hợp này và còn nhiều chuyện tương tự khác có thể thêm vào bằng chứng cho học thuyết ký ức không thể hủy diệt.

Giáo sư Julian Huxley, một khoa học gia nổi tiếng người Anh , là tổng giám đốc tổ chức UNESCO (2) tin rằng tái sinh hoàn toàn phù hợp với quan điểm của khoa học:

Không có gì ngăn cản sự thường còn của một linh hồn cá nhân sau khi chết giống như một thông điệp vô tuyến được truyền đi trong một hệ thống truyền thông đặc biệt. Nhưng phải nhớ rằng thông điệp chỉ trở thành một thông điệp khi nó tiếp xúc với một cơ cấu phù hợp mới nơi nhận. Vì thế với sự phát ra linh hồn của ta có thể cũng như thế. Việc này không bao giờ cảm nhận hay nghĩ đến trừ khi được "hiện thân" trong một vài trường hợp. Nhân cách của ta dựa vào thân xác mà có nên không thể nghĩ rằng sự sống còn sẽ là những cảm giác thuần túy mà không cần có thân xác. Tôi có thể nghĩ rằng linh hồn được thoát ra chịu đựng sự liên hệ giữa nam và nữ như bức thông điệp truyền đi tới máy thu thanh. Nhưng trong trường hợp đó "cái chết" hãy còn xa để có thể thấy được, như không có gì nhưng sự rối loạn của những mô thức khác lang thang trong khắp vũ trụ đến khi ... họ ...trở lại với thực tại của ý thức để tiếp

xúc với sự vận hành như bộ máy thu của tâm thức.

Ngay cả những người thực tế hiện nay như nhà công nghiệp Mỹ, Henry Ford đã chấp nhận quan niệm về tái sinh. Ông Ford bị thuyết tái sinh lôi cuốn vì nó không giống như quan niệm hữu thần hay thuyết duy vật, tái sinh cho bạn thêm cơ hội thứ hai để tự thăng hoa chính mình. Ông Henry Ford nói:

Tôi chấp nhận thuyết tái sinh lúc tôi hai mươi sáu tuổi. Tôn giáo không giúp tôi được gì cả. Ngay cả công việc cũng không làm tôi hài lòng. Công việc sẽ trở nên vô vị nếu chúng ta không thể dùng kinh nghiệm được tích lũy trong đời này cho đời sau. Khi tôi khám phá thuyết tái sinh dường như tôi đã tìm thấy một kế hoạch phổ quát. Tôi thấy mình có cơ hội để thực hiện những dự án của mình. Thời gian không còn giới hạn nữa. Tôi không còn lệ thuộc vào thời gian nữa.... Thiên tài là kinh nghiệm. Dường như có người nghĩ đó là thiên phú hay tài năng, nhưng nó chỉ là kết quả của kinh nghiệm dài lâu từ nhiều kiếp. Linh hồn của vài người già hơn những người khác, nên họ hiểu biết nhiều hơn.... Việc khám phá ra thuyết tái sinh làm cho tôi yên tâm.. Nếu bạn gìn giữ bản ghi chép cuộc đàm thoại này, hãy viết nó ra để làm cho tâm trí mọi người được thoải mái. Tôi muốn truyền đạt tới mọi người sự an lạc mà tầm nhìn lâu dài của cuộc sống đã trao cho chúng ta.

Như vậy giáo lý Phật giáo về tái sinh có chứng cứ khoa học hỗ trợ. Thuyết này trước sau đều hợp lý và nó đủ giải tỏa những nghi vấn mà các thuyết hữu thần và duy vật không làm được. Ngoài ra thuyết tái sinh cũng an ủi ta. Có gì tệ hơn một học thuyết sinh tồn mà không cho bạn có cơ hội thứ hai, không có cơ hội để sửa chữa những sai lầm bạn làm trong kiếp này và không có thời gian để phát triển năng khiếu và kỹ năng nhiều hơn mà bạn đã được giáo dục trong đời này. Nhưng theo Đức Phật, nếu bạn không chứng đắc Niết bàn trong kiếp này, thì bạn sẽ có cơ may cố gắng ở kiếp sau. Nếu bạn phạm sai lầm trong đời này thì bạn có thể sửa chữa trong đời sau. Bạn có thể sẽ thành thật xem lại những sai lầm của mình. Điều bạn không thể làm hay đạt được trong kiếp này thì có thể hoàn tất trong đời kế tiếp. Thật là một giáo lý tuyệt vời.

(1) "Twenty cases suggestive of reincarnation and cases of Reincarnation Type" (Hai mươi trường hợp tái sinh gợi ý và những trường hợp tái sinh tiêu biểu, do University Press of Virginia, Charlottesville, Hoa Kỳ xuất bản năm 1975)

(2) United Nations Educational Scientific and Cultural Organisation (Tổ chức giáo dục, khoa học, và văn hóa của Liên Hiệp Quốc),

Thiền Định

Hỏi: Thiền định là gì?

Đáp: Thiền định là một sự nỗ lực của ý thức để làm thay đổi sự vận hành của tâm. Từ Pali gọi thiền định là "Bhavana" nghĩa là "tăng trưởng" hay "phát triển".

Hỏi: Thiền định có quan trọng không?

Đáp: Có, thiền định quan trọng. Cho dù chúng ta muốn tốt đẹp bao nhiêu cũng khó mà đạt được nếu chúng ta không chịu thay đổi những dục vọng là nguyên do đưa đến hành động. Ví dụ, một người có thể nhận ra rằng anh hay nóng nảy với vợ và anh hứa với lòng mình rằng "từ đây về sau ta sẽ không nóng nảy nữa". Nhưng một giờ sau, anh ta có thể la mắng vợ mình, đơn giản vì anh ta không tự tỉnh thức, sự tức giận kia đã phát khởi mà anh không kiểm soát được. Thiền định giúp phát sự tỉnh thức và nghị lực cần thiết để chuyển hóa dần những thói quen tiêu cực của tinh thần.

Hỏi: Tôi nghe nói rằng thiền định có thể rất nguy hiểm. Điều đó có đúng không?

Đáp: Để sống chúng ta cần muối. Nhưng nếu bạn phải ăn một ký muối thì chính nó sẽ giết bạn. Sống trong thời đại hôm nay, bạn cần xe hơi, nhưng nếu bạn không tuân thủ luật lệ giao thông hay trong lúc lái xe bạn say rượu thì xe hơi trở thành cái máy nguy hiểm. Thiền định cũng giống như thế, nó cần thiết cho sức khỏe tinh thần và hạnh phúc nhưng nếu bạn thực hành sai phương pháp, nó sẽ tạo ra những rắc rối. Một số người có vấn đề như buồn phiền, thất vọng, sợ hãi hay bệnh tinh thần, họ nghĩ thiền định là một phương cách điều trị cấp thời cho những vấn đề của họ, họ bắt đầu áp dụng thiền và đôi khi vấn đề của họ lại càng tồi tệ hơn. Nếu bạn ở trong trường hợp như thế, tốt nhất bạn phải tìm một người chuyên môn giúp đỡ, sau đó bạn khá hơn mới nên áp dụng thiền. Một số người khác tự tìm hiểu rồi thực hành, thay vì họ đi dần từng bước một, họ lại quá hấp tấp, chẳng bao lâu họ kiệt sức. Nhưng có lẽ phần lớn những vấn đề về thiền xảy ra là do loại "thiền nhảy vọt" (1).

Một số người đi đến một vị thầy để học thiền rồi áp dụng phương pháp thiền của vị ấy trong một thời gian, sau đó họ đọc sách thiền rồi quyết định thực hành theo sự chỉ dẫn trong sách, một tuần sau có một thiền sư nổi tiếng viếng thăm thành phố của họ và họ quyết định phối hợp một số lời dạy của vị ấy vào trong việc tu thiền của họ, chẳng lâu sau đó họ rơi vào tình trạng lộn xộn một cách thất vọng. Thiền nhảy vọt giống như con Kangaroo từ một vị thầy này đến một vị thầy khác, từ một phương pháp

này sang một phương pháp nó là một việc làm sai lầm. Tuy nhiên, nếu bạn không có vấn đề gì về tinh thần và bạn áp dụng thiền cũng như thực hành đúng phương pháp thì chắc chắn thiền định là một trong những pháp môn tốt nhất mà bạn có thể tự làm.

Hỏi: Có mấy loại thiền ?

Đáp: Đức Phật dạy có nhiều loại thiền khác nhau, mỗi loại đều có phương cách đối trị mỗi vấn đề riêng biệt hay để phát triển trạng thái tâm lý đặc biệt. Nhưng có hai loại thiền phổ biến và thường được sử dụng nhiều nhất là quán niệm hơi thở và quán từ bi .

Hỏi: Nếu tôi muốn thực hành pháp môn thiền quán niệm hơi thở thì tôi phải làm sao?

Đáp: Bạn phải làm theo các bước sau đây, có bốn điều cần biết: nơi chốn, tư thế ngồi, thực hành và những trở ngại. Trước hết bạn tìm một chỗ ngồi thích hợp, có thể một căn phòng không ồn ào và nơi đó bạn không bị quấy rầy. Ngồi tư thế tốt là chân bạn xếp lại, dưới mông có một cái gối, lưng thẳng , hai bàn tay xếp lên nhau đặt trên hai chân và mắt nhắm lại. Tùy theo sự lựa chọn, bạn có thể ngồi trên ghế và giữ lưng thẳng lâu như bạn muốn.

Bước tiếp theo bạn phải áp dụng đúng như thế. Trong lúc ngồi yên tĩnh với mắt nhắm lại , bạn tập trung vào sự chuyển động của hơi thở vô và hơi thở ra. Phép thiền này có thể làm bằng cách đếm hơi thở hay theo dõi sự phình lên và xẹp xuống của bụng. Khi ngồi thiền có thể có một số vấn đề và khó khăn phát sinh. Bạn có thể thấy ngứa ngáy khó chịu trên cơ thể và đau nhức nơi đầu gối. Nếu điều này xảy ra, hãy cố gắng giữ cơ thể thư giãn, không nhúc nhích và tiếp tục tập trung vào hơi thở. Có thể sẽ có nhiều ý nghĩ xuất hiện ở tâm bạn và làm xao lãng việc chú ý vào hơi thở của bạn. Cách duy nhất giải quyết việc này nên trở lại chú ý hơi thở một cách kiên nhẫn. Nếu bạn tiếp tục làm như thế, cuối cùng ý nghĩ kia sẽ yếu đi và việc định tâm của bạn sẽ tốt hơn và bạn sẽ có được giây phút đi sâu vào sự an lạc và thanh tịnh nội tâm.

Hỏi: Tôi nên ngồi thiền bao lâu?

Đáp: Thật là tốt để ngồi thiền mỗi ngày 15 phút, sau đó cố gắng tăng thêm năm phút mỗi tuần cho đến khi bạn có thể hành thiền trong 45 phút. Sau một vài tuần lễ ngồi thiền đều đặn như vậy, bạn bắt đầu thấy việc định tâm sẽ tốt hơn, những ý tưởng tán loạn sẽ giảm dần và bạn sẽ có những giây phút an lạc và yên tĩnh thật sự.

Hỏi: Còn quán Từ bi là gì? Cách thực hành ra sao?

Đáp: Khi bạn quen thuộc với pháp môn quán hơi thở và thực hành đều đặn rồi, bạn có thể bắt đầu thiền Quán từ bi. Phép quán này nên thực hiện hai hay ba lần mỗi tuần sau khi thực hành quán hơi thở. Trước tiên, bạn phải quay về quan tâm chính mình và tự nói những lời như "Cầu mong cho tôi được khỏe mạnh và hạnh phúc. Cầu mong cho tôi được an lạc và bình yên. Cầu mong cho tôi thoát khỏi mọi hiểm nguy. Cầu mong tâm tôi không còn sân hận. Cầu mong tâm tôi đầy ấp tình thương. cầu mong cho tôi khỏe mạnh và hạnh phúc". Kế đó bạn tiếp tục rải tâm từ bi đến với người thân, những bạn bình

thường, và cuối cùng là những người mà bạn không thích, ước nguyện cho họ an vui, khỏe mạnh như bạn từng ước mong cho mình vậy.

Hỏi: Lợi ích của loại thiền quán từ bi này ra sao?

Đáp: Nếu bạn thực hành đều đặn thiền quán từ bi này với thái độ đúng đắn, bạn sẽ thấy trong bạn sẽ thay đổi theo hướng tích cực. Bạn sẽ thấy mình có thể hướng tới việc chấp nhận và tha thứ. Bạn sẽ thấy tình cảm dành cho người mình thương gia tăng thêm. Bạn sẽ thấy mình thân thiện hơn với những người mà trước đây mình thờ ơ và không quan tâm và bạn sẽ nhận thấy những ác cảm hay oán giận mà bạn đã có với người nào đó nay sẽ giảm xuống và cuối cùng sẽ biến mất. Thỉnh thoảng nếu bạn biết ai đó đang bệnh, buồn rầu hay gặp khó khăn, bạn có thể nghĩ đến họ trong lúc hành thiền và thương thì bạn sẽ thấy tình cảnh của họ được cải thiện.

Hỏi: Điều ấy có thể như thế nào?

Đáp: Tâm trí, khi phát triển thích hợp sẽ là một phương tiện hùng mạnh. Nếu chúng ta biết tập trung vào năng lực tinh thần để hướng đến người khác thì sẽ có ảnh hưởng đến họ. Hẳn bạn đã có kinh nghiệm như thế. Có lẽ bạn đang ở trong một phòng đông người và bạn có cảm giác rằng ai đó đang chú ý đến mình. Bạn xoay một vòng xem và biết chắc là ai đang nhìn chăm chăm vào mình. Điều gì đã xảy ra khi bạn bắt được năng lực tinh thần của người khác. Thiền quán từ bi cũng giống như vậy. Chúng ta hướng năng lực tích cực của tinh thần tới người khác và dần dần sẽ chuyển hóa được họ.

Hỏi: Tôi có cần một người thầy hướng dẫn hành thiền không?

Đáp: Một người thầy thì hoàn toàn không cần thiết nhưng một sự hướng dẫn cá nhân chuyên môn về thiền thì chắc chắn có ích. Tiếc thay, một số tu sĩ và cư sĩ tự xem mình là thiền sư, kỳ thực họ không biết mình đang làm gì. Hãy cố gắng chọn một người thầy đức hạnh, có nhân cách và trung thành với lời Phật dạy.

Hỏi: Tôi nghe rằng thiền định ngày nay được các nhà tâm lý học và chuyên gia về tâm thần áp dụng rộng rãi. Điều đó có đúng không?

Đáp: Vâng, đúng như thế. Ngày nay thiền được tiếp nhận như một liệu pháp cao cấp ảnh hưởng sâu rộng và được nhiều chuyên viên về sức khỏe tâm thần sử dụng để giúp làm thư giãn và vượt qua những ám ảnh và mang đến sự tỉnh thức. Sự soi sáng của Đức Phật cho tâm trí nhân loại đang giúp rất nhiều cho con người hôm nay cũng giống như đã từng giúp cho con người thời xưa.

(1) "Kangaroo meditation" (Kangaroo: một loài động vật ở châu Úc có thể nhảy xa bằng hai chân sau rất khỏe).

Bhikkhu Shravasti Dhammika

Hỏi Hay, Đáp Đúng

Đại đức Thích Nguyên Tạng dịch

Trí Tuệ và Từ Bi

Hỏi: Tôi thường nghe Phật tử nói về Trí tuệ và Từ bi. Hai từ này có ý nghĩa gì?

Đáp: Một số tôn giáo tin rằng từ bi hay tình thương là phẩm chất tinh thần quan trọng nhất nhưng họ đã không thành công về việc phát triển trí tuệ, kết quả chỉ là một người khờ tốt bụng, một người tử tế có chút ít hiểu biết hoặc không biết gì cả. Những hệ thống tư tưởng khác như khoa học, tin rằng trí tuệ có thể tốt nhất để phát triển, trong khi tất cả mọi tình cảm kể cả từ bi bị loại ra. Hậu quả của kiểu suy nghĩ này mà khoa học có khuynh hướng bận tâm về kết quả mà lãng quên đi là khoa học phải phục vụ con người chứ không phải để kiểm soát và khống chế con người. Nói khác hơn, làm cách nào các nhà khoa học mặc cả khả năng của mình để phát triển bom nguyên tử, chiến tranh vi trùng.v.v... Tôn giáo luôn xem lý trí và trí tuệ như là kẻ thù của tình cảm cũng như yêu thương và lòng trung thành. Khoa học luôn xem tình cảm như yêu thương và trung thành là kẻ thù của lý trí và tính khách quan. Và dĩ nhiên, hễ khoa học phát triển thì tôn giáo suy thoái. Mặt khác, Phật giáo dạy rằng để trở thành một người hoàn hảo phải phát triển cả trí tuệ và lòng từ bi. Vì nó không phải là giáo điều mà dựa vào kinh nghiệm, Phật giáo không có gì phải e ngại khoa học cả.

Hỏi: Như vậy theo Phật giáo, trí tuệ nghĩa là gì?

Đáp: Trí tuệ tôi thường thấy rằng tất cả các hiện tượng sự vật đều không hoàn hảo, không thường hằng và vô ngã. Sự hiểu biết này là tự tại hoàn toàn và đưa đến phúc lạc lớn lao, được gọi là Niết-bàn. Tuy nhiên, Đức Phật không nói nhiều về mức độ trí tuệ này. Không phải là trí tuệ nếu chúng ta đơn giản tin tưởng vào những gì người khác nói lại. Trí tuệ thực sự là nhìn thấy trực tiếp và tự mình hiểu. Ở mức độ này, trí tuệ làm cho tâm cởi mở hơn là tâm lượng hẹp hòi, lắng nghe những quan điểm của người khác hơn là tin mù quáng; cẩn thận xem xét những sự kiện ngược lại hơn là vùi đầu trong mê lộ; phải khách quan hơn là thành kiến hay phe phái; dành thời gian để hình thành ý kiến và niềm tin hơn là chỉ chấp nhận điều đầu tiên hay điều dễ cảm xúc nhất đưa đến cho ta ; và luôn sẵn sàng thay đổi niềm tin một khi sự thật tương phản lại ta. Người làm được điều này chắc chắn là khôn ngoan và cuối cùng đến gần với hiểu biết chân chính. Con đường của người Phật tử đòi hỏi phải có lòng can đảm, kiên nhẫn, linh động và thông minh.

Hỏi: Tôi nghĩ là có rất ít người có thể làm điều đó. Vậy thì điểm nổi bật của Đạo Phật là gì nếu

chỉ có một ít người có thể thực hành ?

Đáp: Sự thật không phải mọi người đều sẵn sàng theo Đạo Phật. Vì vậy có thể nói rằng chúng tôi nên dạy đạo mà mọi người có thể dễ hiểu hơn là thất bại trong sự buồn cười. Phật giáo nhắm vào chân lý và nếu người chưa hiểu hết bây giờ, họ có thể sẵn sàng ở kiếp sau. Tuy nhiên có nhiều người, chỉ với những lời chân thật hay khuyến khích thì có thể làm tăng trưởng sự hiểu biết của họ. Vì thế người Phật tử cố gắng trong khiêm tốn và âm thầm chia sẻ sự hiểu biết về đạo của mình với người khác. Phật dạy chúng ta lòng từ bi và chúng ta truyền dạy đến người khác cũng vì lòng từ bi.

Hỏi: Theo Phật giáo, Từ bi là gì?

Đáp: Như trí tuệ bao gồm sự hiểu biết hay tri thức từ bản thể của ta, từ bi bao gồm tình cảm hay cảm giác của bản tính con người. Giống như trí tuệ, từ bi là phẩm chất duy nhất của con người. Từ bi - compassion - được tạo thành bởi hai từ "co" là cùng nhau và "passion" là cảm giác mạnh. Và đó là từ bi. Khi ta thấy một người nào đó buồn khổ chúng ta cảm thấy nỗi đau của họ như là nỗi đau của chính ta và cố gắng loại bỏ hay xoa dịu nỗi đau của họ thì đó là từ bi. Vì thế, tất cả mọi người đều tốt, tất cả đều có đức tính như Phật là chia sẻ, sẵn sàng an ủi, thông cảm, quan tâm và chăm sóc - tất cả đều là biểu hiện của lòng từ bi. Bạn cũng nên chú ý rằng trong con người có lòng từ bi, sự quan tâm và yêu thương người khác cũng là bắt nguồn từ sự chăm sóc và thương yêu chính mình. Chúng ta có thể thật sự hiểu người khác khi ta thật sự hiểu được chính mình. Chúng ta biết điều gì tốt nhất đối với người khác cũng như ta biết cái gì tốt nhất cho chính ta. Vì vậy trong Đạo Phật, sự phát triển tâm linh của riêng mình sẽ nở rộ một cách tự nhiên trong sự quan tâm đến sự lợi lạc của người khác. Cuộc đời của Đức Phật đã minh chứng rất rõ điều này. Ngài đã dành sáu năm dài để tìm ra hạnh phúc cho mình, sau đó Ngài mang lại lợi ích đó cho toàn nhân loại.

Hỏi: Vậy bạn nói rằng tốt nhất chúng ta có thể giúp người khác rồi sau đó mới giúp chính mình.

Không phải là ích kỷ hay sao?

Đáp: Chúng ta thường thấy lòng vị tha, quan tâm đến người khác trước khi cho chính mình, ngược lại với tính ích kỷ là quan tâm đến mình trước người khác. Phật giáo không xem điều này hay điều kia mà hòa lẫn cả hai. Thật sự quan tâm đến mình sẽ dần dần hướng sự quan tâm đến người khác khi người ấy nhận ra người khác thật sự cũng giống như mình. Đây mới thật sự là từ bi. Từ bi là viên ngọc đẹp nhất trong phần thưởng của giáo lý Phật giáo.

Ăn Chay

Hỏi: Phật tử có phải là người ăn chay không?

Đáp: Không nhất thiết như thế. Đức Phật không phải là người ăn chay. Ngài cũng không dạy đệ tử mình ăn chay, thậm chí ngày nay có nhiều Phật tử danh tiếng cũng không phải là người ăn chay.

Hỏi: Nhưng nếu bạn ăn thịt thì bạn gián tiếp chịu trách nhiệm với cái chết của thú vật. Không phải là phạm giới thứ nhất sao?

Đáp: Đúng là khi ta ăn thịt, ta gián tiếp hay có một phần trách nhiệm trong việc giết hại thú vật nhưng điều này cũng giống như việc bạn ăn rau cải. Người nông dân phải phun thuốc diệt sâu bọ trong vụ mùa của họ, vì thế khi rau quả trong bữa ăn của bạn được tươi tốt. Lại nữa, những sinh vật bị giết để lấy da làm túi xách, dây nịt, lấy mỡ làm xà phòng và hàng ngàn sản phẩm khác cho bạn sử dụng. Dù sao, trong một vài hình thức nào đó trong cuộc sống không thể nào tránh được việc gián tiếp chịu trách nhiệm đến cái chết của những loại vật khác, và đây chỉ là một dẫn chứng khác của Chân Lý Thứ Nhất, đó là sự hiện hữu thường tình của khổ đau và không như ý. Khi bạn giữ giới thứ nhất, bạn cố gắng loại bỏ nguyên nhân trực tiếp sát sinh.

Hỏi: Phật tử theo tông phái Đại thừa không ăn thịt chứ?

Đáp: Điều này không đúng. Phật giáo Đại thừa ở Trung Hoa đặt nặng việc ăn chay nhưng cả tu sĩ và cư sĩ theo truyền thống Đại thừa của Nhật Bản và Tây Tạng lại thường ăn thịt.

Hỏi: Nhưng tôi vẫn nghĩ Phật tử phải là người ăn chay.

Đáp: Nếu có người ăn chay nghiêm chỉnh nhưng lại ích kỷ, dối trá, keo kiệt và một người khác không ăn chay nhưng hay quan tâm đến người khác, thành thật, rộng lượng, và tử tế. Ai là người Phật tử tốt hơn trong số hai người này?

Hỏi: Người thành thật và tử tế

Đáp: Tại sao?

Hỏi: Vì những người như vậy rõ ràng là có lòng tốt.

Đáp: Đúng thế. Một người ăn thịt có thể có một tấm lòng trong sạch, cũng vậy một người không ăn thịt có thể có tâm u tối. Theo lời dạy của Phật, điều quan trọng là phẩm chất ở tấm lòng, chứ không phải là vấn đề ăn uống kiêng cử. Nhiều Phật tử rất quan tâm đến việc không bao giờ ăn thịt, nhưng họ lại

không quan tâm gì đến bản tính ích kỷ, dối trá, độc ác hay ganh tị. Họ thay đổi cách ăn uống, điều này dễ thực hiện, trong khi họ lại quên đi sự cải đổi tâm tánh của họ, điều này thật khó làm. Vì vậy cho dù bạn là người có ăn chay hay không, hãy nhớ rằng việc quan trọng nhất trong Phật giáo là bản tâm phải thanh tịnh.

Vận may và Định mệnh

Hỏi: Phật đã nói gì về phép lạ và đoán số mệnh?

Đáp: Phật xem các tập tục đoán số mệnh, đeo bùa hộ mạng, chọn hướng tốt xây nhà, tiên đoán vận mệnh và coi ngày tốt xấu là mê tín dị đoan vô ích và Đức Phật tuyệt ngăn cấm hàng đệ tử của mình những việc làm như thế. Ngài gọi những thứ đó là "tài nghệ thấp kém".

Có một số đạo sĩ đã sống nhờ vào thức ăn của người tín đồ do những tài nghệ thấp kém như vậy, thật là một phương tiện sinh kế không đúng đắn như xem chỉ tay, đoán sao hạn, giải mộng mang đến may mắn hay vận đen... cầu thần ban phước... chọn hướng tốt xây nhà, đệ tử của Phật (sa môn Cồ-đàm) cố tránh những việc làm thấp kém này, vì đó là phương kế sinh nhai sai lầm. -- (DI 9-12)

Hỏi: Vậy tại sao người ta vẫn làm và tin tưởng chúng?

Đáp: Vì tham lam, sợ hãi và thiếu hiểu biết. Khi người ta hiểu lời dạy của Phật, họ nhận ra rằng với bản tâm thanh tịnh có thể bảo vệ họ tốt hơn là những mảnh giấy, những miếng kim loại với vài ba chữ bùa và họ không còn bao bao lâu nữa để tin tưởng vào những thứ đó. Theo lời dạy của Đức Phật, chính sự thành thật, lòng nhân ái, hiểu biết, nhẫn nhục, khoan dung, trung thành, rộng lượng và những đức tính tốt khác đã thật sự bảo vệ bạn và giúp bạn thành công .

Hỏi: Nhưng một số bùa phép may mắn chắc có linh nghiệm phải không?

Đáp: Tôi biết một người kiếm sống bằng nghề bán bùa may mắn. Anh ta tuyên bố rằng bùa của anh mang đến vận may, giàu có và anh bảo đảm rằng bạn có thể chọn ba số hên. Nhưng nếu điều anh ta nói là đúng tại sao chính anh không trở thành tỷ phú? Nếu bùa may của anh thật sự linh nghiệm tại sao hàng tuần anh không trúng số? May mắn duy nhất của anh ta là có những người u mê đã mua những lá bùa của anh mà thôi.

Hỏi: Vậy thì có những điều may mắn như thế không?

Đáp: Tự điển định nghĩa may mắn là "tin tưởng rằng bất cứ điều gì xảy ra, tốt hoặc xấu, đến với một người trong diễn biến sự việc là do cơ hội, số mệnh hay vận may mà có ". Đức Phật hoàn toàn phủ nhận đức tin này. Mọi việc xảy ra đều có nguyên nhân hay lý do cụ thể của nó và phải có mối liên hệ giữa nhân và quả. Chẳng hạn, bị bệnh là có nhiều nguyên nhân cụ thể. Người bị nhiễm vi trùng và cơ thể của họ phải yếu đi nên chính vi trùng đó đã gây ra bệnh. Có một mối quan hệ xác định giữa nguyên

nhân (vì trùng và cơ thể yếu) và kết quả (bệnh) vì chúng ta biết rằng vì trùng đã tấn công vào các tế bào và gây ra bệnh. Nhưng ở đây không có mối liên hệ nào được tìm thấy trên một mảnh giấy có viết vài chữ mà mang đến giàu sang hay thi đậu.

Đạo Phật dạy rằng bất cứ điều gì xảy ra là do một hay nhiều nguyên nhân chứ không phải vì may mắn, vì cơ hội hay do định mệnh. Người quan tâm đến vận may luôn luôn cố gắng tìm kiếm một thứ gì đó: thường là muốn có thêm tiền bạc và sự giàu sang. Phật dạy chúng ta điều quan trọng hơn hết là mở mang tâm trí. Ngài nói:

Học thức và khéo tay,

Rèn luyện và giữ lời;

Là điều may mắn nhất.

Nuôi dưỡng cha mẹ già,

Yêu mến vợ và con

Sống đời này đơn giản;

Là điều may mắn nhất.

Rộng lượng và công bằng,

Giúp đỡ những người thân,

Không đổ lỗi cho người

Là điều may mắn nhất.

Có tránh những điều xấu,

Xa hẳn mọi rược chề,

Luôn trau dồi đức hạnh;

Là điều may mắn nhất.

Kính nhường và khiêm tốn,

Biết đủ và nhớ ơn

Tùy thời nghe Chánh pháp

Là điều may mắn nhất.

-- Sn 261-265

Trở thành Phật tử

Hỏi: Những điều bạn nói thật là thú vị đối với tôi. Làm thế nào để tôi trở thành một Phật tử?

Đáp: Ngày xưa có một người tên là Ưu-Ba-Ly. Ông là tín đồ của một đạo khác đến gặp Đức Phật để tranh luận với Ngài, cố gắng làm Ngài cải đạo. Nhưng sau khi nói chuyện với Đức Phật, ông quá cảm kích đến nỗi đã quyết định trở thành đệ tử của Phật, nhưng Đức Phật khuyên rằng:

- "*Trước hết ông hãy dò xét cho kỹ. Tìm hiểu kỹ lưỡng như vậy là tốt cho một người nổi tiếng như ông*".

Ưu-Ba-Ly nói:

- "*Bây giờ tôi rất vui và hài lòng hơn khi Đức Thế Tôn dạy: "Trước tiên hãy dò xét kỹ". Vì nếu là thành viên của một tôn giáo khác bảo đảm là khi tôi là một tín đồ, họ tuyên bố cho cả thành phố biết rằng: "Upali đã theo đạo của chúng tôi". Nhưng Đức Thế Tôn đã nói với tôi rằng: "Trước tiên ông hãy dò xét cho kỹ. Tìm hiểu kỹ lưỡng như vậy là tốt cho một người nổi tiếng như ông."* (M II 379)

Trong Phật giáo, sự hiểu biết là điều tối quan trọng và đòi hỏi có thời gian để tìm hiểu. Vì vậy đừng vội vàng đến với Phật giáo. Hãy dành thời gian để tìm hiểu và suy xét cẩn thận, rồi mới đi đến quyết định. Đức Phật không quan tâm đến số lượng lớn của người tín đồ. Ngài chỉ lưu ý mọi người nên thực hành theo lời dạy của ngài như là một kết quả từ việc tìm hiểu và suy xét cẩn thận

Hỏi: Nếu tôi đã tìm hiểu và tôi chấp nhận lời Phật dạy, tôi phải làm gì nếu tôi muốn trở thành một người Phật tử?

Đáp: Tốt nhất là tham gia sinh hoạt ở một ngôi chùa đang hoạt động hoặc gia nhập vào các nhóm Phật tử, hỗ trợ họ và bạn sẽ được họ giúp đỡ, rồi tiếp tục học hỏi nhiều hơn về giáo lý. Khi bạn đã sẵn sàng chính thức trở thành một Phật tử là phải Quy Y Tam Bảo.

Hỏi: Quy y Tam Bảo là gì?

Đáp: Quy y là chỗ nương tựa nơi người ta tìm đến khi họ buồn phiền hay họ cần sự yên tĩnh và an ổn. Có nhiều cách nương tựa. Khi không hạnh phúc, họ nương tựa nơi bạn bè, khi họ lo âu và sợ hãi họ có thể nương tựa vào niềm tin và những hy vọng hão huyền. Khi họ gần kề với cái chết, họ có thể nương tựa vào đức tin ở cõi thiên đàng vĩnh cửu. Nhưng Đức Phật lại dạy rằng không có chỗ nào kể trên là

chỗ nương tựa thật sự cả vì thực tế nó không đem đến sự thoải mái và an toàn.

Những thứ ấy không là nơi nương tựa an toàn, không là nơi nương tựa cao vợi, Nương tựa nơi ấy không thể thoát khỏi mọi khổ đau.

Mà hãy nương tựa vào Phật Pháp Tăng để có hiểu biết thật sự về bốn chân lý mâu nhiệm.

Khổ đau, nguyên nhân của khổ đau, vượt qua khổ đau và con đường Bát Chánh Đạo, đưa đến sự diệt khổ.

Đây quả thật là chỗ nương tựa an toàn, là nơi nương tựa siêu việt, nương tựa nơi đây, người ta thoát khỏi mọi khổ đau. (Dp 189-192)

Quy y Phật là chấp nhận niềm tin rằng con người có thể giác ngộ và hoàn thiện như Đức Phật. Quy y Pháp có nghĩa là hiểu được Bốn Chân Lý Mâu Nhiệm và cuộc sống của mình nương theo Bát Chánh Đạo. Quy y Tăng tức là tìm sự hỗ trợ, khuyến tấn, và hướng dẫn từ những ai đã thực hành Bát Chánh Đạo. Thực hiện được như thế sẽ trở thành một Phật tử và là bước khởi đầu để đến Niết bàn.

Hỏi: Những thay đổi gì xảy ra trong đời khi bạn thọ giới Tam quy?

Đáp: Như hàng triệu người khác hơn 2500 năm qua, tôi nhận thấy giáo lý của Phật đã cho biết tri giác của ta vượt thoát thế gian đau khổ, Đạo Phật cũng chỉ rõ cuộc sống này là vô nghĩa, Đạo Phật cũng đã cho tôi những giá trị nhân bản và từ bi để dẫn dắt đời tôi, chỉ cho tôi phương pháp để có thể đạt được trạng thái an tịnh và hoàn thiện trong đời sau. Một nhà thơ Ấn Độ cổ đại đã viết về Đức Phật như sau: Đến với Ngài để nương tựa, để tán dương Ngài, để tôn kính Ngài và thực hành theo giáo pháp của Ngài là một việc làm thông minh.

Tôi hoàn toàn đồng ý lời phát biểu này.

Hỏi: Tôi có một người bạn luôn cố gắng thuyết phục tôi theo đạo anh ta. Tôi thật sự không thích đạo ấy, tôi đã nói lên điều này nhưng anh ta vẫn không để tôi yên. Tôi có thể làm gì đây?

Đáp: Trước tiên bạn phải hiểu rằng người ấy thật sự không phải là người bạn. Một người bạn chân thành phải chấp nhận bạn và tôn trọng nguyện vọng của bạn. Tôi cho là người này đang chỉ giả vờ làm bạn để có thể cải đạo bạn mà thôi. Khi người ta muốn đánh tráo ý đồ của họ với bạn thì chắc chắn người ấy không phải là bạn.

Hỏi: Nhưng anh ta nói là muốn chia sẻ đạo của mình với tôi.

Đáp: Chia sẻ tín ngưỡng của mình với người khác là một điều tốt. Nhưng tôi thấy người bạn của bạn không nhận ra sự khác nhau giữa việc chia sẻ và áp đặt. Nếu tôi có một trái táo, tôi tặng bạn một nửa và bạn chấp nhận, đó là tôi đã chia sẻ với bạn. Nhưng nếu bạn nói với tôi "cám ơn tôi đã ăn rồi" mà tôi vẫn tiếp tục nài bạn lấy nửa trái đến khi bạn chịu thua trước sức ép của tôi, điều này khó gọi là chia sẻ. Người giống như "bạn" của bạn cố che dấu hành vi xấu bằng cách gọi đó là "chia sẻ", "thương yêu" hay "rộng lượng" nhưng cho dù tên gọi của nó là gì, hành vi của họ vẫn là khiếm nhã, thô lỗ, và ích kỷ.

Hỏi: Làm sao tôi có thể ngăn cản anh ta?

Đáp: Đơn giản thôi. Trước hết, phải biết rõ bạn muốn làm gì. Thứ hai là nói rõ ràng, ngắn gọn với người ấy. Cuối cùng, người ấy sẽ hỏi bạn những câu hỏi như sau "Niềm tin của anh là về vấn đề này là gì?" hay "Tại sao anh không muốn đến cuộc họp với tôi? ", câu trả lời đầu tiên của bạn phải rõ ràng, lịch sự và nhắc lại một cách kiên định:

- "Cảm ơn lời mời của anh nhưng tôi không đến thì hơn".
- "Tại sao không?"
- "Đó thật sự là chuyện riêng của tôi. Tôi không đến thì tốt hơn."
- "Nhưng có nhiều người vui thích ở đó mà."
- "Tôi chắc là có, nhưng tôi không muốn đến."
- "Tôi mời anh vì tôi quan tâm đến anh."
- "Tôi mừng là anh quan tâm đến tôi nhưng tôi không muốn đến."

Nếu bạn lặp lại lời mình một cách rõ ràng, kiên nhẫn, liên tục và từ chối để bạn không còn dấn lú vào cuộc bàn cãi đó nữa, cuối cùng người ấy sẽ chịu thua. Thật là hổ thẹn mà anh phải làm thế, nhưng lại rất quan trọng để người ta hiểu rằng họ không thể áp đặt đức tin hay ý muốn của họ lên người khác được.

Hỏi: Người Phật tử có cố gắng chia sẻ giáo lý với người khác không?

Đáp: Có chứ, người Phật tử nên làm. Và tôi nghĩ hầu hết các Phật tử đều hiểu sự khác nhau giữa sự chia sẻ và áp đặt. Nếu người ta hỏi bạn về Đạo Phật, hãy nói cho họ biết. Thậm chí bạn có thể chia sẻ giáo pháp của Phật mà không cần họ hỏi. Nhưng nếu họ có lời nói hay hành động cho thấy họ không quan tâm và không chấp nhận, thì bạn nên tôn trọng sự ý muốn của họ. Điều quan trọng khác nên nhớ rằng bạn chia sẻ với họ về giáo lý một cách có hiệu quả qua sinh hoạt của mình hơn là chỉ thuyết giảng suông. Chỉ dẫn giáo lý cho họ với sự luôn quan tâm, từ ái, khoan dung, chánh trực và chân thành. Hãy để đạo lý tỏa sáng qua lời nói và hành động của bạn. Nếu mỗi người chúng ta, bạn và tôi, hiểu chân lý rốt ráo, thực hành chân lý đầy đủ và chia sẻ nó một cách rộng rãi với người khác, chúng ta có thể là nguồn lợi ích to lớn cho chính mình và người khác.

-Hết-