

Ý nghĩa của 13 hạnh đầu đà

Là vị đại đệ tử của Đức Phật, Tôn giả Đại Ca Diếp luôn tinh tấn tu tập và đã trở thành một người gương mẫu với phẩm hạnh đầu đà cao quý trong giáo đoàn của Phật. Điều đặc biệt là Đức Phật tán thán việc tu hạnh đầu đà của tôn giả Đại Ca Diếp.

Khi Thái Tử Tất Đạt Đa (người sau này trở thành Đức Phật Thích Ca Mâu Ni) khi đi qua bốn cửa thành, thấy rõ bốn sự thật của cuộc đời, Ngài đã phát tâm dũng mãnh, dứt bỏ tất cả để xuất gia, tầm sư học đạo với mục đích cứu khổ muôn loài. Ngài đã thực tập tất cả các pháp tu khổ hạnh theo quan điểm tu tập lúc bấy giờ. Cuối cùng, Ngài giác ngộ ra rằng: “Khổ hạnh cực đoan không đem lại lợi ích gì. Đó là hành thân hoại thể, không mang lại sự giác ngộ, giải thoát nơi tâm. Để đạt được thành tựu trên con đường cầu đạo Vô thượng Bồ đề, phải là con đường trung đạo, không khổ hạnh thái quá mà cũng chẳng hưởng thụ thái quá”. Từ đó, Đức Phật đã hướng dẫn Tăng đoàn thực hành 13 hạnh đầu đà.

Chúng ta đều biết, đạo Phật là trung đạo. Đức Phật cũng nhờ tránh xa hai cực đoan dục lạc và khổ hạnh mà thành tựu đạo quả. Sau khi giác ngộ, trên bước đường hoằng hóa, Thế Tôn vẫn nêu cao lập trường trung đạo. Tuy vậy, những ai kham nhẫn được với sự thanh bần, thực hành hạnh đầu đà đến trọn đời vẫn được Thế Tôn ca ngợi.

Đức Phật tán dương hạnh đầu đà

Trong hàng đệ tử Phật, Tôn giả Đại Ca Diếp đã trọn đời giữ hạnh đầu đà. Dù rằng, lúc tuổi cao sức yếu, đạo giải thoát đã viên mãn, và chính Như Lai có lời khuyên “nên bỏ hạnh khát thực, cho đến các hạnh đầu đà, mà nên nhận lời mời của các trưởng giả và nhận y áo” nhưng Tôn giả vẫn giữ vững công hạnh. Một phần vì Tôn giả vốn đã quen với hạnh đầu đà, nhưng quan trọng hơn, có lẽ Tôn giả ngầm gửi một lời nhắn nhủ sâu xa đến hàng hậu thế chúng ta hiện nay.

“Một thời Phật ở thành La-duyệt, vườn trúc Ca-lan-đà, cùng với đại chúng Tỳ-kheo năm trăm vị.

Bấy giờ Tôn giả Đại Ca-diếp trụ A-lan-nhã. Đến giờ khát thực, Tôn giả không phân biệt giàu nghèo. Tôn giả ở một nơi, ngồi một chỗ hoặc dưới gốc cây, hoặc ngoài đồng trống, hoặc ở chỗ vắng vẻ trọn không dời đổi, mặc áo năm mảnh, hoặc giữ ba y, hoặc ở gò mả, hoặc ăn một bữa, hoặc ăn chính ngọ, hoặc hành đầu-đà mặc dù tuổi cao già cả. Bấy giờ Tôn giả Đại Ca-diếp ăn xong liền đến dưới một cội cây thiên định, thiên định xong, liền từ chỗ ngồi

đứng dậy, sửa sang y phục, đi đến chỗ Thế Tôn. Bấy giờ Thế Tôn từ xa trông thấy Ca-diếp đến. Thế Tôn bảo rằng:

- Khéo đến, Ca-diếp!

Ca-diếp đến chỗ Phật cúi lạy rồi ngồi một bên. Thế Tôn dạy rằng:

- Ca-diếp! Nay Thầy đã lớn tuổi, già cả, quá suy, lợm khòm, vậy Thầy nên bỏ hạnh khổ thực, cho đến các hạnh đầu-đà, mà nên nhận lời mời của các trưởng giả và nhận y áo.

Ca-diếp đáp:

- Con không dám theo lời Như Lai dạy. Vì sao? Vì nếu Như Lai không thành đạo Vô thượng Chánh chân, thì con ắt thành Bích-chi Phật, mà Bích-chi Phật trọn hành A-lan-nhã. Đến giờ khổ thực, con không phân biệt giàu, nghèo. Con ở một nơi, ngồi một chỗ hoặc ngồi dưới gốc cây, hoặc ngoài đồng trống, hoặc chỗ vắng vẻ trọn chẳng dời đổi, hoặc mặc áo năm mảnh, hoặc giữ ba y, hoặc ở gò mả, hoặc ăn một bữa, hoặc ăn đúng ngọc, hoặc hành đầu-đà. Nay con chẳng dám bỏ thói cũ mà học hạnh khác.

Thế Tôn bảo rằng:

- Lành thay! Lành thay, Ca-diếp! Thầy có nhiều lợi ích, độ người vô lượng, rộng đến tất cả Trời, Người đều được độ. Vì sao? Ca-diếp! Nếu hạnh đầu-đà này được ở đời thì pháp của Ta cũng sẽ được lâu dài ở đời. Nếu có pháp ở đời, thì thiên đạo tăng thêm, ba đường ác liền giảm. Cũng vậy, thánh Tu-đà-hoàn, Tư-đà-hàm, A-na-hàm, đạo Tam thừa đều còn ở đời. Nay các Tỳ-kheo, hãy học như Ca-diếp tu tập.

Như vậy, các Tỳ-kheo, nên học điều này.

Bấy giờ các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm.

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập I, phẩm Nhập đạo, VNCPHVN ấn hành, 1997, tr145)

Lợi ích khi thực hành pháp tu hạnh đầu đà

“Đầu đà” là tiếng dịch âm từ Phạn ngữ “dhūta”, có nghĩa là trừ bỏ phiền não trần cấu. Đầu đà là một trong những phương pháp tu khổ hạnh, cho nên cũng được gọi là “hạnh đầu đà”, cốt để tôi luyện thân tâm, bằng cách diệt trừ lòng tham trước đối với ba vấn đề thiết yếu của đời sống hằng ngày là cơm nước, áo quần và chỗ ở. Chư vị Tỳ kheo thường tu tập hạnh đầu đà, cho nên cũng còn được gọi là chư vị “đầu đà”. Trong sinh hoạt hằng ngày, người tu tập hạnh đầu đà phải chấp hành mười hai điều quy định – được gọi là 13 hạnh đầu đà (có nơi ghi 12) như sau:

1. Y phục làm bằng những mảnh vải rách.

2. Chỉ dùng ba y.
3. Khất thực mà ăn.
4. Chỉ ăn một bữa vào giờ trưa.
5. Không ăn quá no.
6. Không giữ tiền bạc.
7. Sống độc cư.
8. Sống trong nghĩa địa.
9. Sống dưới gốc cây.
10. Sống ngoài trời.
11. Không ở cố định, thường du hành.
12. Ngồi ngủ, không nằm ngủ.
13. Chỉ dùng bình bát.

Trong Kinh Mi Tiên Vấn Đáp có đoạn: "...Tại gia tu hành chân chính cũng đạt đạo, đạt đạo rất nhiều là khác. Nhưng một vị Sa môn, một Tỳ kheo thọ 13 pháp đầu đà là đã gần kề bên Niết bàn, lại còn lợi ích cho chúng sinh không kể xiết nữa...". Bởi người hành giả khi thực hành các hạnh đầu đà này sẽ đạt được những đức tính cao thượng.

Hạnh đầu đà là phương tiện quý báu trợ duyên cho sự thoát ly khỏi tham dục. Tu hạnh đầu đà để thành tựu Giới, tăng trưởng Định, và viên thành Tuệ. Thế Tôn đã xác quyết, "hạnh đầu đà này được ở đời thì pháp của Ta cũng sẽ được lâu dài ở đời, thiên đạo tăng thêm, ba đường ác liền giảm, Tu đà hoàn, Tư đà hàm, A na hàm đều còn ở đời".

Rõ ràng, trong thời hiện đại hiếm có người tu nào giữ được một, hai hay trọn hết các hạnh đầu đà. Tuy vậy, công hạnh của bậc Thánh Đầu đà đệ nhất nhắc nhở chúng ta về một đời sống giản dị, thanh bần, muốn ít và biết đủ. Làm sao để trong đời sống tu hành không bị vướng mắc nhiều quá vào ăn, mặc, ở hay ngủ dục, ngũ trần nói chung. Vì giải thoát, trong ý nghĩa đơn giản nhất là không bị kẹt, bị dính mắc, thong dong với mọi thứ trong đời sống hàng ngày.

Thanh Tâm