

Thấy lòng nhẹ nhàng khi học Phật

Khi học Phật Pháp, chúng ta phải làm cách nào để giáo lý của Phật giúp cho tâm tư ta nhẹ nhàng hơn, chứ không làm cho ta nặng nề thêm. Những bài pháp thoại có thể khiến cho đầu óc chúng ta thêm nặng nề nếu chúng ta chỉ học giáo lý với mục đích chất chứa thêm kiến thức.

Cho nên học Phật không cốt chứa nặng thêm những kiến thức. Học là để có một cơ hội đưa giáo lý vào trong tâm, phá những bế tắc, dẹp những vướng mắc.

Phương pháp đó không hay. Trái lại, nếu trong khi học mà ta cảm thấy càng ngày càng nhẹ nhàng hơn thì như thế chúng ta đang theo đúng đường. Nhẹ nhàng hơn vì những điều ta học có tác dụng tháo gỡ và phá bỏ những thấy nghe và hiểu biết sai lầm. Nghe tới đâu, học tới đâu, ta cảm thấy nhẹ nhàng và thoải mái tới đó.

Trong chúng ta vốn có nhiều mối vướng víu, nhiều chỗ bế tắc. Những cái kẹt và bế tắc ấy do tri giác sai lầm hoặc sự hiểu biết thiếu sót gây ra. Tri giác và hiểu biết sai lầm luôn luôn tạo ra những bế tắc, rồi từ đó sinh ra những thành kiến, những ngộ nhận, khiến tâm tư nặng nề thêm. Vì tâm tư nặng nề cho nên ngay trong đời sống hàng ngày chúng ta đau khổ, rồi lại gây đau khổ cho những người xung quanh. Cho nên học Phật không cốt chứa nặng thêm những kiến thức. Học là để có một cơ hội đưa giáo lý vào trong tâm, phá những bế tắc, dẹp những vướng mắc. Như khi ánh sáng mặt trời lên thì tuyết băng tan. Sau khi nghe một bài giảng, học một cuốn kinh mà tâm tư cảm thấy nhẹ nhàng, thoải mái hơn thì chúng ta đã thừa hưởng được bài học từ cuốn kinh hay từ bài giảng đó.

Học Phật để tâm ta thư thái nhẹ nhàng mới đúng. Trong đời sống hàng ngày, khi nghe và khi nói, chúng ta sẽ có một thái độ ung dung, một tinh thần cởi mở và nhẹ nhàng, thì trong cách tiếp xử chúng ta mới không tạo ra thêm khổ đau cho mình và cho người.

An nhiên tự tại đời thông dong

Lần trước chúng ta học về nhị đế, hai loại chân lý và tứ tất đàn, bốn tiêu chuẩn về sự thật trong kinh điển. Sau bài học đó, nhiều người có thể nghĩ rằng họ mới học thêm được hai khái niệm lý thuyết là nhị đế và tứ tất đàn. Nhưng biết hai điều đó rồi mà không cảm thấy lòng nhẹ nhàng hơn, tức là chưa học. Cảm thấy lòng thư thái nhẹ nhàng hơn, là chúng ta đã học và đã có thêm hạnh phúc. Bài giảng về nhị đế và tứ tất đàn đã phá vỡ, đã dẹp bỏ cho chúng ta nhiều mối nghi hoặc và bối rối trong lòng. Chúng ta thở phào ra, nói

rằng: Thảo nào, ngày xưa mình bị kẹt, ngày xưa mình thấy lộn xộn, ngày xưa mình còn chấp điều này điều kia. Bây giờ mình thấy trong lòng khỏe khoắn, khi nghe, khi nói, mình có thái độ rộng rãi hơn, tâm hồn nhẹ nhõm hơn. Học Phật để tâm ta thư thái nhẹ nhàng mới đúng. Trong đời sống hàng ngày, khi nghe và khi nói, chúng ta sẽ có một thái độ ung dung, một tinh thần cởi mở và nhẹ nhàng, thì trong cách tiếp xử chúng ta mới không tạo ra thêm khổ đau cho mình và cho người.

Chúng ta biết rằng Phật là một người có tuệ giác và biện tài. Vậy mà trong thời đại của Ngài, nhiều người vẫn hiểu lầm. Nhiều khi Phật cũng chỉ mỉm cười, không nói gì được nữa. Những sự thật Phật muốn dạy chúng ta, Ngài phải diễn bày qua các trường hợp cụ thể. Phật đã dùng tuệ giác của mình để quán chiếu căn cơ người đương thời, và Ngài đã đưa ra những lời dạy có công dụng tháo gỡ cho họ. Cố nhiên khi Phật nói với người này thì người khác cũng nghe và có thể họ không tiếp nhận được vì không ở trong cùng hoàn cảnh. Vì vậy nên đã có người hiểu lầm Phật.

Thái độ im lặng của Phật phát xuất từ nhận xét của Ngài là người kia không đi tìm phương pháp tu học, người kia đang đi tìm một chủ thuyết. Xác nhận một chủ thuyết có ngã hay chủ thuyết vô ngã, đều có thể có hại cho ông ta. Thà rằng đừng nói gì cả.

Một hôm có một nhà triết học tới hỏi Phật nhiều câu hỏi nhưng Ngài không trả lời. Ông ta hỏi rằng: “Có Ngã không? Và Phật không nói gì. “Hay là không có Ngã? Và Ngài cũng im lặng. Sau khi ông khách đi rồi, Thầy A Nan mới hỏi: “Bạch đức Thế tôn, tại sao Ngài không trả lời nhà thông thái đó? Ngài thường dạy chúng con về vô ngã, tại sao Ngài không nói với ông ta là không có ngã? Và Phật trả lời rằng: “Vị này tới để tìm một lý thuyết, để chờ tôi xác nhận lý thuyết vô ngã. Điều tôi dạy không phải là lý thuyết. Tôi dạy phương pháp giải thoát khỏi khổ đau.

Nếu nhìn phương pháp của tôi như một lý thuyết thì rất nhầm. Cho nên khi ông ta hỏi có ngã không, tôi không trả lời, mà khi ông ta hỏi có phải vô ngã không, tôi cũng không trả lời. Thái độ im lặng của Phật phát xuất từ nhận xét của Ngài là người kia không đi tìm phương pháp tu học, người kia đang đi tìm một chủ thuyết. Xác nhận một chủ thuyết có ngã hay chủ thuyết vô ngã, đều có thể có hại cho ông ta. Thà rằng đừng nói gì cả.

Một lần các đệ tử của Phật đàm luận với nhau, nói Phật dạy như thế này, Phật dạy như thế khác. “Không, Phật dạy như thế này này, không phải như anh vừa nói đâu! Và Chắc Phật cũng hơi nhức đầu nên Ngài bảo: “Tôi có nói gì

đâu! Trong 45 năm thuyết pháp tôi đâu có nói gì đâu! Vì Câu nói đó nó chứng tỏ Ngài cũng ý thức lắm, nói ra cái gì cũng có thể làm cho người ta kẹt vào cái đó, rồi cứ chấp vào đó mà tranh luận với nhau. Thành ra Ngài bảo:

“Tôi đâu có nói gì đâu mà các ông cãi nhau như vậy?

Cho nên ta phải có thái độ mềm mỏng, phóng khoáng, không cố chấp thì mới tiếp nhận được giáo lý của Phật. Khi chúng ta học về nhị đế hay tứ tất đàn, chúng ta biết rằng mỗi lời Phật nói nhằm vào một mục tiêu tương đối nào đó, tháo gỡ một cái kẹt của một người hoặc nhóm người nào đó. Chúng ta phải thấy được hoàn cảnh của họ mới mong hiểu được lời tuyên bố của Phật.

Thiền sư Thích Nhất Hạnh