

## Cuộc sống của người tu

Nhiều người cho rằng Tăng sĩ không làm gì cả, nhưng thực ra công việc buông bỏ các uế nhiễm là công việc khó khăn nhất trên đời. Việc làm ở thế gian còn có ngày nghỉ, nhưng công việc của người tu không có lúc nào ngơi nghỉ. Đó là thứ công việc ta phải liên tục thực hành 24 giờ một ngày.

Những việc thú vị về cuộc sống người tu hành bạn có thể quan tâm

1. Đôi khi người tu sĩ cũng mệt mỏi, nhưng vẫn phải thực hành. Nếu không, ai sẽ làm việc đó cho ta? Đó là bổn phận của ta, chứ không phải của ai khác. Nếu không, ta sẽ nợ đàng-na thí chủ”.

2. “Dầu bạn làm gì, cũng phải trông chừng tâm. Nếu thấy nó đi lệch đường, hãy dừng ngay lại, dầu bạn đang làm gì, và tập trung sự chú tâm. Công việc canh giữ tâm lúc nào cũng ưu tiên trước nhất”.

3. “Pháp của Phật là akaliko - vô thời hạn. Lý do tại sao ta chưa thấu đạt Pháp của Ngài là vì ta có quá nhiều thời gian: thời gian cho thứ này, thứ kia, thời gian làm việc, thời gian nghỉ ngơi, thời gian để ăn, để ngủ... Cả cuộc đời ta xoay vần quanh quỹ thời gian, và kết cục là ta không có cơ hội để nhìn thấy sự thật rõ ràng bên trong ta. Nên ta phải biến sự thực hành của mình thành vô thời hạn. Khi đó, sự thật sẽ hiện lên trong tâm ta”.

4. Thiền sư Ajaan Fuang Jotiko rất kỹ lưỡng trong việc sắp xếp đồ đạc đúng chỗ và giữ chúng sạch sẽ. Ngài nói: “Nếu các con không thể quản được các thứ thô thiển như thế, thì làm sao có thể quản được những thứ vi tế hơn, như tâm mình?”.

“Rèn luyện một thiền sinh cũng giống như rèn một võ sĩ: Ta tấn công ít và không đâm họ quá đau đến độ họ không chịu nổi. Nhưng khi họ đánh trả, hãy để họ ra đòn thật mạnh”.

“Rèn luyện một thiền sinh cũng giống như rèn một võ sĩ: Ta tấn công ít và không đâm họ quá đau đến độ họ không chịu nổi. Nhưng khi họ đánh trả, hãy để họ ra đòn thật mạnh”.

Gửi người tu sĩ trẻ

5. Khi tôi trở lại Thái Lan vào năm 1976 để thọ Đại giới, Ajaan Fuang Jotiko cảnh báo tôi hai điều:

“Làm một thiền giả không có nghĩa là chỉ ngồi nhắm mắt. Làm việc gì con cũng phải sáng suốt”.

“Nếu con muốn học hỏi, con phải suy nghĩ như một kẻ cắp, và phải tìm cách đánh cắp sự hiểu biết cho mình. Điều đó có nghĩa là con không thể mong đợi

sư dạy cho con mọi thứ. Con phải ghi nhận hành động của sư và lý do hành động - vì tất cả mọi thứ sư làm đều có lý do”.

6. Mỗi liên hệ giữa một Tăng sĩ và các thí chủ cần phải cân bằng. Ajaan Fuang Jotiko thường nhắc nhở các đệ tử xuất gia của mình như sau: “Hãy nhớ, không ai mượn người làm tu sĩ. Không phải ta xuất gia để làm tô tở cho người”. Nhưng nếu có Tăng sĩ nào phàn nàn rằng những người làm công quả ở chùa không biết nghe lời, ngài sẽ nói: “Con xuất gia để có người phục dịch sao?”.

7. “Chúng ta sống nhờ vào sự hỗ trợ của người khác, vì thế không nên làm gì để họ nản lòng”.

8. “Người tu thọ thực phẩm cúng dường, nhưng không tu hành đàng hoàng, sẽ tái sinh làm trâu bò, phải cày ruộng vất vả để trả món nợ đó”.

9. “Đừng nghĩ rằng những giới luật nhỏ không quan trọng. Như ngài Ajaan Mun có lần nói, phiền gỗ không bao giờ bay vào mắt, nhưng bụi gỗ thì có thể - chúng có thể làm ta mù mắt”.

Dạy các Tăng sĩ, ngài nói: “Phụ nữ giống như dây leo. Lúc đầu, họ có vẻ mềm yếu, nhẹ nhàng, nhưng nếu con để họ bám vào con, họ sẽ quấn quanh con cho đến khi con không còn cửa quây, cuối cùng họ sẽ siết chết con”.

Dạy các Tăng sĩ, ngài nói: “Phụ nữ giống như dây leo. Lúc đầu, họ có vẻ mềm yếu, nhẹ nhàng, nhưng nếu con để họ bám vào con, họ sẽ quấn quanh con cho đến khi con không còn cửa quây, cuối cùng họ sẽ siết chết con”.

Thành trì vững chắc của người tu

10. Các phụ nữ phương Tây thường bức bối khi họ biết rằng Tăng sĩ không được phép đụng chạm họ, và họ thường coi đó là bằng chứng cho việc Phật giáo kỳ thị phụ nữ. Nhưng Ajaan Fuang Jotiko giải thích điều đó như sau: “Lý do Đức Phật không cho phép Tăng sĩ được chạm đến người phụ nữ không phải vì họ có điều gì không tốt. Nhưng lý do là vì các Tăng sĩ có điều không tốt: Họ vẫn còn các tâm uế nhiễm, do đó họ phải được kiềm chế”.

11. Dạy các Tăng sĩ, ngài nói: “Phụ nữ giống như dây leo. Lúc đầu, họ có vẻ mềm yếu, nhẹ nhàng, nhưng nếu con để họ bám vào con, họ sẽ quấn quanh con cho đến khi con không còn cửa quây, cuối cùng họ sẽ siết chết con”.

Khi dạy các tu nữ, ngài sẽ cảnh báo họ về đàn ông. Có lần một tu nữ định rời chùa, về nhà vì biết rằng cha cô đã chuẩn bị cho cô lập gia đình. Cô thưa chuyện với ngài và xin một lời khuyên. Ngài nói: “Hãy tự hỏi mình. Con có muốn sống trong rọ hay tự do ở ngoài?”. Kết quả, cô quyết định không chui vào rọ.

12. “Nếu người Tăng sĩ nhận thấy mình đang nghĩ về tính dục, hãy sờ tay lên đầu để tự nhắc nhở mình là ai”.

13. Ajaan Fuang Jotiko thường kể nhiều câu chuyện về thời gian sống với thầy mình, ngài Ajaan Lee. Một trong những câu chuyện tôi tâm đắc như sau: “Có lần một nhóm đệ tử ở Bangkok của ngài Ajaan Lee tổ chức đi hành thiền với ngài trong rừng. Họ hẹn gặp tại Hua Lampong, nhà ga chính tại Bangkok, để đón tàu đi Lopburi ở phương Bắc. Khi cả nhóm gặp nhau ở sân ga, có nhiều người mang theo ít nhất hai va-li lớn những đồ “cần dùng” cho chuyến đi. Ngay cả các vị sư ở Bangkok cũng mang rất nhiều hành lý. Thấy vậy, ngài Ajaan Lee không nói gì, chỉ dẫn đoàn đi về hướng Bắc dọc theo đường ray tàu hỏa.

Vì ngài đi bộ, cả nhóm phải đi theo, nhưng chẳng bao lâu thì những người khuôn nhiều hành lý bắt đầu than thở, “Thưa sư, sao ngài bắt tụi con đi bộ? Tụi con phải mang quá nhiều hành lý nặng”. Lúc đầu Ajaan Lee không trả lời, nhưng cuối cùng khi vẫn tiếp tục đi bộ, ngài bảo họ, “Nếu nặng, thì không làm gì?”. Khi nhóm đệ tử hiểu ra ý ngài, họ dừng lại, bỏ bớt đi những thứ không cần thiết trong hành lý của mình. Khi cả nhóm đến trạm tàu kế tiếp, Ajaan Lee nhận thấy họ đã làm gọn.

“Khi có Phật tử đến viếng, ta cho họ ngồi xuống, hành thiền trước để họ biết cách làm cho tâm yên tĩnh. Sau đó ta mới để họ trình bày vấn đề mà họ quan tâm, muốn chia sẻ. Nếu ta cố gắng thảo luận các vấn đề mà tâm họ chưa lắng đọng thì không có cách gì giúp họ hiểu”.

“Khi có Phật tử đến viếng, ta cho họ ngồi xuống, hành thiền trước để họ biết cách làm cho tâm yên tĩnh. Sau đó ta mới để họ trình bày vấn đề mà họ quan tâm, muốn chia sẻ. Nếu ta cố gắng thảo luận các vấn đề mà tâm họ chưa lắng đọng thì không có cách gì giúp họ hiểu”.

Nền tảng cơ bản của người tu

14. “Khi sống trong chùa, hãy xem như ta đang sống một mình. Điều đó có nghĩa là khi ta đã hoàn tất các trách nhiệm chung với đại chúng - thợ trai, đọc kinh, quét dọn, vân vân - ta không phải liên hệ với bất cứ ai. Hãy trở về thất để hành thiền”.

“Khi sống một mình, hãy xem như ta đang sống trong tu viện: Hãy lập thời biểu sinh hoạt, và tuân thủ nó”.

15. Khi tôi đến wat Asokaram - một tu viện rất lớn - để qua mùa an cư đầu tiên của tôi, Ajaan Fuang Jotiko dặn: “Nếu người ta hỏi con bằng tiếng Thái, hãy trả lời bằng tiếng Anh. Nếu họ hỏi bằng tiếng Anh, hãy trả lời bằng tiếng

Thái. Sau một lúc, người ta sẽ mệt mỗi khi nói chuyện với con, họ sẽ để con yên mà hành thiền”.

16. “Cũng tốt, nếu phải sống trong một tu viện mà không phải ai cũng quan tâm đến việc tu hành rất ráo, vì điều đó dạy con phải dựa vào chính mình. Ngược lại, nếu con chỉ sống với các vị thiền sư quá nghiêm mật, con sẽ không thể sinh tồn trong bất cứ nơi nào khác”.

17. “Trong tu viện, chúng ta vẫn giữ lại những người khó chịu như một cách để kiểm tra xem các uế nhiễm của ta đã thực sự được xóa bỏ”.

18. “Mục đích của việc tuân giữ các giới luật nghiêm khắc là để bào mòn các uế nhiễm của ta. Nếu ta chỉ giữ chúng với ý định gây ấn tượng đối với người khác, thì tốt hơn là không nên giữ chúng”.

19. Về việc nhịn ăn như một phương cách giúp ta hành thiền tốt hơn, ngài khuyên: “Với người này, phương cách đó thích hợp, với người khác thì nó có tác dụng ngược lại - họ càng nhịn ăn, thì uế nhiễm của họ càng tăng. Không phải là ta bỏ đói cái thân, thì các uế nhiễm của ta cũng bị đói, vì chúng không phải đến từ thân. Chúng từ tâm ta mà ra”.

20. “Trong kinh có đoạn Đức Phật hỏi, ‘Ngày và đêm qua đi, qua đi. Hiện tại con đang làm gì?’. Vậy ta có câu trả lời gì cho Ngài?”.

21. “Nếu ta đi dạy người khác (trước khi việc tu tập của mình đã chuẩn) thì ta gây hại nhiều hơn là làm tốt”.

“Trong kinh có đoạn Đức Phật hỏi, ‘Ngày và đêm qua đi, qua đi. Hiện tại con đang làm gì?’. Vậy ta có câu trả lời gì cho Ngài?”.

“Trong kinh có đoạn Đức Phật hỏi, ‘Ngày và đêm qua đi, qua đi. Hiện tại con đang làm gì?’. Vậy ta có câu trả lời gì cho Ngài?”.

Những yếu tố làm tiêu hại người tu sĩ

22. “Rèn luyện một thiền sinh cũng giống như rèn một võ sĩ: Ta tấn công ít và không đâm họ quá đau đến độ họ không chịu nổi. Nhưng khi họ đánh trả, hãy để họ ra đòn thật mạnh”.

23. Trước đây, từ Bangkok đến wat Dhammasathit, phải mất cả ngày. Những Phật tử ở xa đến vấn đạo, ngài đều chia sẻ. Ngài nói: “Cũng hay khi ta sống tận nơi này. Nếu ta ở gần Bangkok, những người rảnh rỗi, không biết sử dụng thời gian, sẽ đến đây chuyện vãn làm mất thì giờ của ta. Trái lại, dầu chúng ta ở xa xôi, mà Phật tử đã cất công đến đây, chứng tỏ là họ thực sự cần ta giúp đỡ. Nên dầu phải mất bao nhiêu thời gian với họ, cũng không thành vấn đề”.

24. “Khi có Phật tử đến viếng, ta cho họ ngồi xuống, hành thiền trước để họ biết cách làm cho tâm yên tĩnh. Sau đó ta mới để họ trình bày vấn đề mà họ

quan tâm, muốn chia sẻ. Nếu ta cố gắng thảo luận các vấn đề mà tâm họ chưa lắng đọng thì không có cách gì giúp họ hiểu”.

Thiền sư Ajaan Fuang Jotiko

Diệu Liên Lý Thu Linh (Chuyển ngữ từ The Celibate Life, trích từ quyển Awareness Itself,

Nguồn: <http://accesstoinight.org/lib/thai/fuang/itself.html>, Metta Forest Monastery, P.O.Box 1409, Valley Center, CA 92082, USA)

Thiền sư Ajaan Fuang Jotiko, sinh năm 1915 tại tỉnh Chanthaburi, Đông Nam Thái Lan. Mồ côi năm 11 tuổi, sư sống ở nhiều chùa, cho đến năm 20 tuổi được thọ giới xuất gia, về sau trở thành một thiền sư lớn (theo truyền thống tu tập trong rừng) ở Thái Lan.

Tỳ-kheo Thanissaro (Geoffrey DeGraff) người Mỹ, theo học thiền với Ajaan Fuang Jotiko và xuất gia năm 1976 tại Thái Lan. Hiện Tỳ-kheo Thanissaro cũng là thiền sư, chuyên trước tác và giảng dạy về thiền. Tỉnh giác (Awareness Itself) là một trong những giáo huấn văn tắt, thiết thực của Thiền sư Ajaan Fuang Jotiko, được Tỳ-kheo Thanissaro soạn tập và dịch từ tiếng Thái sang tiếng Anh.