Giới thiệu đạo Phật

ISSN: 2734-9195 15:29 18/04/2024

Đạo Phật được thu gồm trong bốn sự thật cao quý (Tứ diệu đế) và con đường trung dung (Trung đạo) mà Đức Phật đã giảng trong bài pháp ....

> **Đạo Phật được thu gồm trong bốn sự thật cao quý (Tứ diệu đế) và con đường trung dung (Trung đạo) mà đức Phật đã giảng trong bài pháp đầu tiên tại vườn nai sau ngày thành đạo.**

Tỳ kheo Bodhicitto, "Introducing Buddhism" (Bình Anson lược dịch) Nguồn: *Budsas.net*

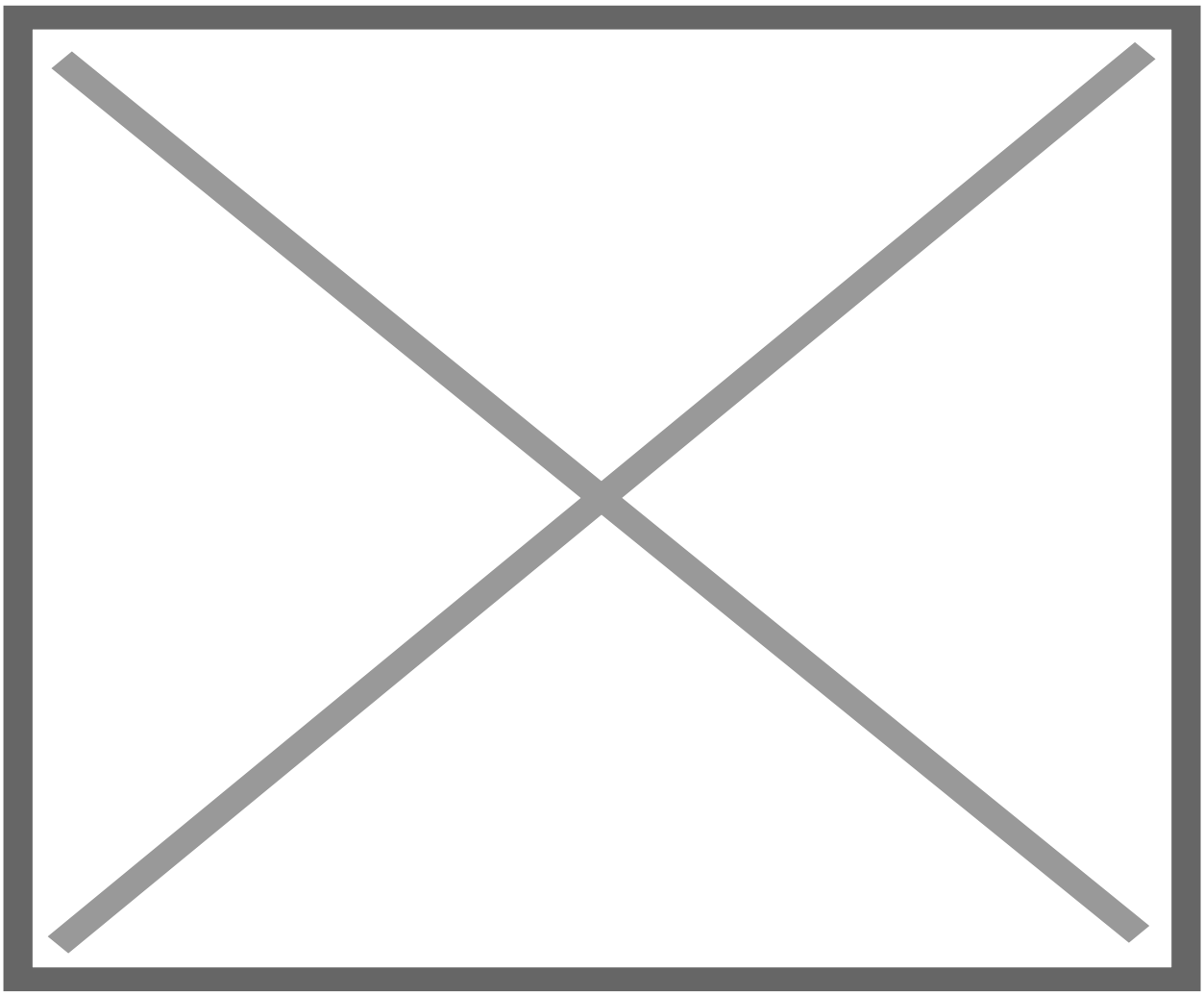
Trong 45 năm hoằng pháp độ sinh, đức Phật đã du hành khắp miền Bắc Ấn độ để giảng dạy con đường giải thoát mà Ngài đã tìm ra. Rất nhiều người đã quy y với Ngài, trở thành các tu sĩ nam và nữ hoặc các đệ tử cư sĩ.

Trong một thời gian dài như thế và với rất nhiều đệ tử có nhiều nguồn gốc khác nhau, Ngài đã để lại một kho tàng các lời giảng quý báu với nhiều chủ đề, công dụng khác nhau. Tuy nhiên, cốt tủy của các lời giảng đó lúc nào cũng giống nhau: "Này chư Tỳ kheo, bây giờ cũng như trước đây, Như Lai chỉ dạy về Khổ và Con đường Diệt khổ".

Đức Phật - danh từ "Buddhism" là một danh từ phương Tây dùng để gọi tập hợp các lời dạy của đức Phật, để gọi một tôn giáo xây dựng trên nền tảng của các lời dạy đó. Tuy nhiên, tại các quốc gia Nam Á và Đông Nam Á, danh từ nguyên thủy thường dùng là "Buddha-Sasana", có nghĩa là lời dạy của đức Phật, hay Phật Giáo.

"Buddha", Phật đà, không phải là tên riêng. Đó là một quả vị, có nghĩa là người Giác ngộ (Giác giả), người Tỉnh thức, hoặc là người Biết như thật. Tên riêng của đức Phật là Sĩ đạt đa Cồ đàm (Siddhattha Gotama). Tuy nhiên, ngày nay có rất ít người dùng tên gọi này. Chúng ta thường gọi Ngài là đức Phật, hoặc đức Phật Cồ đàm.

Đức Phật sống vào khoảng 25 thế kỷ trước tại vùng Bắc Ấn độ. Ngài sinh ra là một vị hoàng tử của vương quốc Thích Ca (Sakya) tại vùng chân núi Hy mã lạp sơn, ngày nay thuộc nước Nepal. Ngài sống trong nhung lụa, có một thời niên thiếu cao sang, kết hôn với công chúa Da-du-đà-la (Yasodhara), và có một người con trai tên là La hầu la (Rahula).



Đời sống nhung lụa đó không che được mắt của một người hiền triết và thông minh như Ngài. Mặc dù vị vua cha đã gắng công tạo các thú vui giải trí để Ngài đắm say vào các cảnh vui sướng trong hoàng cung, Ngài Sĩ đạt đa cũng bắt đầu nhận thức được bề mặt đen tối của cuộc đời, nỗi khổ đau của đồng loại và tính chất vô thường của mọi sự việc.

Một lần nọ, khi Ngài đánh xe ngựa dạo chơi trên đường phố, Ngài thấy được bốn cảnh vật làm thay đổi các tư duy của Ngài. Ngài thấy một cụ già run rẩy, một người bệnh rên siết, và một tử thi sình thối. Ba cảnh này khiến Ngài suy nghĩ rất nhiều và quyết tâm tìm một phương cách để giúp nhân loại và để tìm một ý nghĩa chân thật của đời sống.

Cảnh vật thứ tư là cảnh của một vị du tăng bình an tĩnh lặng đã khiến cho Ngài có một niềm hy vọng là đó có thể là một con đường để tìm ra Chân Lý, thoát khỏi hoạn khổ.

Vào lúc 29 tuổi, thái tử Sĩ-đạt-đa rời hoàng cung, rời gia đình vợ con, gia nhập đời sống của một đạo sĩ khất thực trong 6 năm, đi tìm con đường diệt khổ. Vào đêm trăng rằm tháng Tư, khi ngồi thiền dưới cội cây Bồ đề ở Gaya, Ngài tìm được lời giải đáp và giác ngộ. Lúc đó, Ngài được 35 tuổi.

Đấng Giác Ngộ giờ đây được gọi là đức Phật. Ngài đi đến Sa-nặc (Sarnath) gần thành phố Ba-na-lại (Benares) và thuyết giảng bài pháp đầu tiên - Chuyển Pháp Luân - tại khu vườn nai (Lộc Uyển). Trong 45 năm tiếp theo, Ngài du hành từ nơi này sang nơi khác, giảng dạy về con đường giác ngộ cho những ai hữu duyên và sẵn sàng tu học, và Ngài thành lập một giáo đoàn các vị tỳ kheo (nam tu sĩ) và tỳ kheo ni (nữ tu sĩ) thường được gọi là Tăng đoàn (Sangha).

Trong suốt cuộc đời hoằng hóa, dù phải đối phó với nhiều trở ngại, đức Phật lúc nào cũng giữ một phong thái an nhiên tự tại, và ngay cả trong giờ phút lâm chung, Ngài vẫn bình thản cho dù thân xác đã suy yếu. Ngay trong giờ phút cuối cùng đó, Ngài vẫn tiếp tục giảng dạy và khuyên bảo các đệ tử để họ tiếp tục tu tập theo giáo pháp của Ngài:

"Này các tỳ kheo, Như Lai khuyên quý vị rằng mọi pháp hữu vi đều vô thường, quý vị hãy tinh tấn với chính niệm". Đó là những lời cuối cùng của đức Phật, và Ngài nhập diệt vào năm 80 tuổi, trong năm 543 trước Công Nguyên.

Mặc dù giờ đây đã hơn 2500 năm từ khi đức Phật nhập Đại Niết bàn, lời dạy của Ngài, hay là Phật Pháp (Dhamma), vẫn còn hữu ích cho chúng ta và Giáo Pháp đó chính là vị Thầy của chúng ta. Tăng đoàn là cộng đồng những người quyết tâm học hỏi, thực hành và truyền dạy Chính Pháp, đã nhận ngọn đuốc từ vị Thầy khai sáng và tiếp tục truyền giữ ngọn đuốc đó qua nhiều quốc độ và nhiều thế kỷ.

Ba yếu tố này:

Đức Phật, người khai sáng đạo; Pháp, lời dạy của Ngài; và Tăng, cộng đồng các tu sĩ -- lập thành Tam Bảo mà các phật tử tôn kính, và cũng là Ba Nơi Nương Tựa (Tam Quy Y) để hướng dẫn người con Phật trên Con đường đưa đến hạnh phúc và an lành tối hậu. Mỗi năm, vào ngày rằm tháng Tư âm lịch (ngày Vesakha), hằng triệu tín đồ Phật giáo trong truyền thống Nguyên thủy trên toàn thế giới cùng nhau cử hành đại lễ Tam Hợp, kỷ niệm ngày sinh (Phật Đản), ngày Thành Đạo, và ngày Đại Niết Bàn của người Cha Lành kính yêu.

Căn bản Đạo Phật

Các ý tưởng chính yếu của đạo Phật được thu gồm trong Bốn Sự Thật Cao Quý (Tứ Diệu Đế) và Con Đường Trung Dung (Trung Đạo) mà Đức Phật đã giảng trong bài pháp đầu tiên tại vườn nai sau ngày thành đạo. Bốn sự thật đó là:

1. Sự thật về Khổ (Khổ đế): Đây là sự thật về các vấn đề của đời sống, qua sinh, già, bệnh, và chết, và những ưu sầu, thất vọng. Dĩ nhiên những điều này là bất toại ý và người ta luôn cố gắng tránh né, không muốn dính vào chúng. Hơn thế, tất cả những việc gì trên đời, do các điều kiện mà có, thường có mầm mống đau khổ vì chúng không thường tồn, chỉ tạm bợ, xung khắc và giả tạo, không có một chủ thể lâu bền.

Chúng tạo sầu khổ và thất vọng cho những ai vì vô minh mà chấp chặt vào chúng. Những ai muốn tự do thoát khỏi các khổ đau cần có một thái độ đúng đắn, một tri kiến và trí tuệ để nhìn mọi sự vật trên đời. Cần phải học tập để nhận định sự vật đúng theo bản chất của chúng. Các sự cố bất toại ý của đời sống cần phải được quán sát, nhận định và thông hiểu.

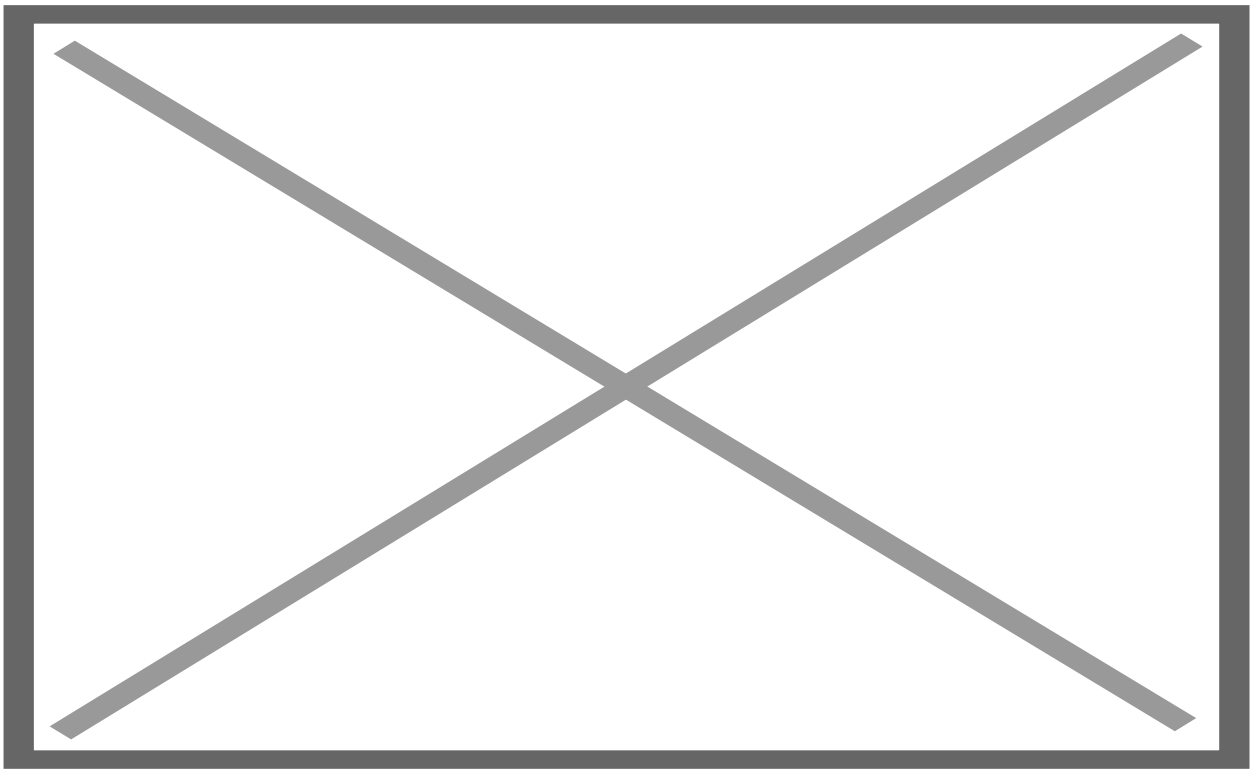
2. Sự thật về Nguồn gốc của Khổ (Tập đế): Trong sự thật này, đức Phật quán xét và giải thích sự khởi sinh của hoạn khổ từ nhiều nguyên nhân và điều kiện. Đây là sự thật sâu xa về luật Nhân-Quả và Duyên Nghiệp. Tất cả các loại hoạn khổ trên đời đều bắt nguồn từ lòng tham thủ, và các tham muốn ích kỷ đều bắt nguồn từ si mê, vô minh.

Vì không biết rõ bản chất thật sự của mọi đối tượng trên đời nên con người tham muốn chiếm đoạt và làm nô lệ chấp chặt vào chúng. Vì các tham muốn đó không bao giờ được thỏa mãn và qua những phản ứng không thích nghi, họ lại tạo ra sự buồn khổ và thất vọng cho chính họ. Từ các tham thủ biểu hiện qua lời nói, cử chỉ hoặc trong tâm ý, họ tạo ra các nghiệp hành gây đau khổ cho chính họ và cho người khác, và đau khổ đó ngày càng chồng chất.

3. Sự thật về sự Diệt Khổ (Diệt đế): Đây là sự thật về mục đích của người con Phật. Khi vô minh hoàn toàn được phá tan qua trí tuệ chân thật và khi lòng tham thủ và ích kỷ bị hủy diệt và thay thế bằng thái độ đúng đắn của từ bi và trí tuệ, Niết Bàn trạng thái của an bình tối hậu, hoàn toàn giải thoát khỏi mọi khổ đau và lậu hoặc sẽ được thực chứng.

Đối với những ai vẫn còn đang tu tập, chưa đến giải thoát rốt ráo, họ sẽ thấy rằng khi sự vô minh và tham thủ được giảm thiểu thì các phiền não cũng theo đó mà giảm thiểu. Khi đời sống của họ được hướng về từ bi và trí tuệ, đời sống đó sẽ tạo ra nhiều hạnh phúc và an lành cho chính họ và những người chung

quanh.



4. Sự thật về Con đường đưa đến tận diệt Khổ đau (Đạo đế): Đây là sự thật về con đường hành đạo của mọi Phật tử, là đường hướng sinh hoạt của người con Phật, bao gồm các căn bản chính yếu của lời Phật dạy và đường lối thực hành để tiến đến Niết Bạn, giải phóng khỏi mọi ràng buộc vào cuộc sống luân hồi trong thế gian. Con đường này gọi là Con Đường Tám Chính (Bát Chính Đạo), gồm có 8 yếu tố chân chính và chia thành 3 nhóm (Tam vô lậu học, 3 nhóm học để diệt trừ phiền não):

- Giới: Chính ngữ, Chính nghhiệp, Chính mạng

- Định: Chính tinh tấn, Chính niệm, Chính định

- Tuệ: Chính kiến, Chính tư duy

Theo sự thật này, một đời sống tốt đẹp không phải chỉ do gắng công cải thiện các yếu tố ngoại vi liên quan đến xã hội và thiên nhiên. Cần phải phối hợp với sự tu tập và cải thiện bản thân như trình bày qua Bát Chính Đạo, có liên quan đến việc giữ gìn giới hạnh, huân tập tâm ý, và khai phát trí tuệ. Nói cách khác:

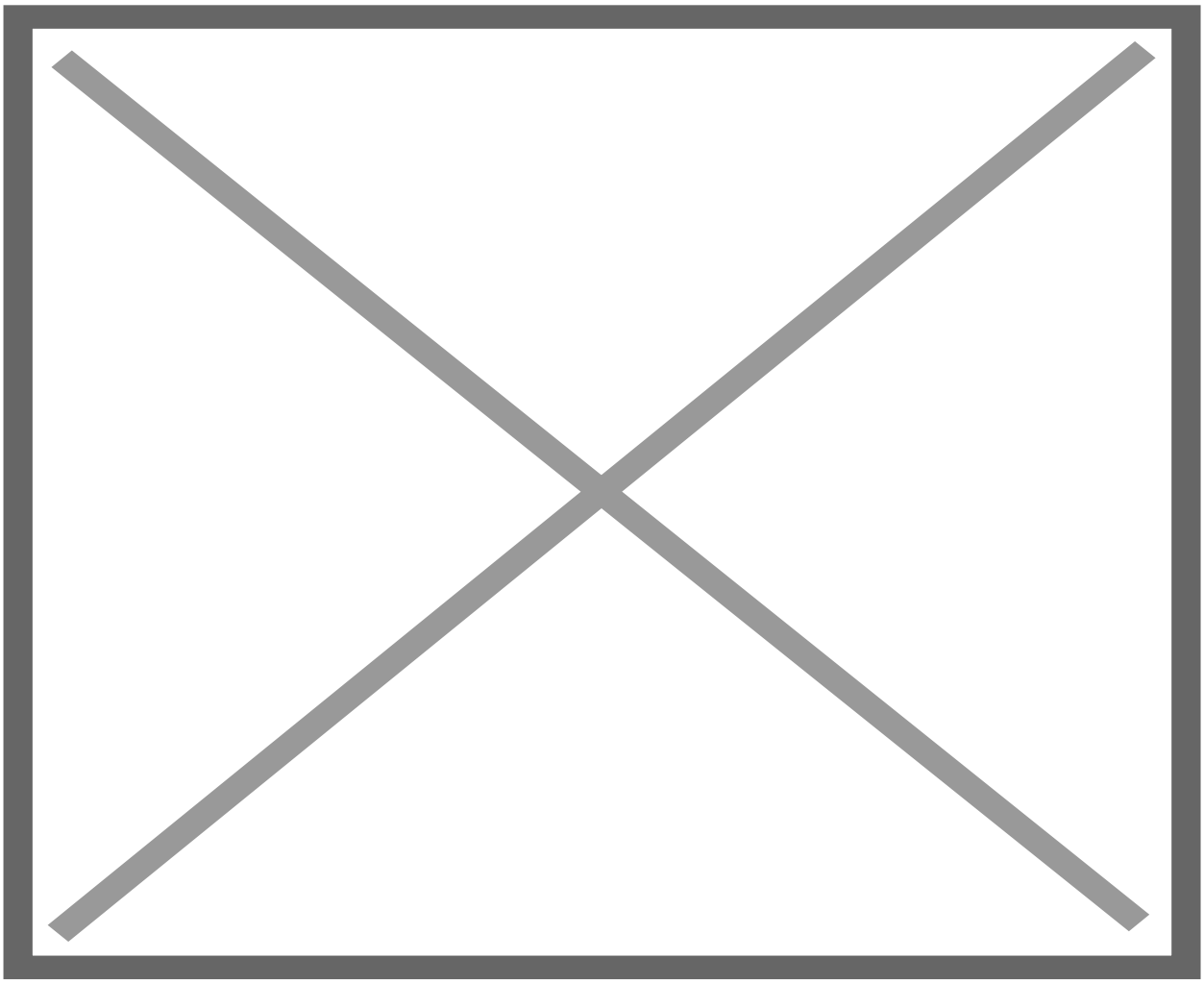
- Không làm điều gì gây đau khổ cho mình và cho người khác;

- Nuôi dưỡng điều thiện tạo an vui cho cá nhân và cho mọi người; và

- Thanh lọc tâm ý, loại trừ những bợn nhơ của tham lam, sân hận, và si mê.

Con đường Tám Chính này gọi là Trung Đạo, vì đây là một đường lối thăng bằng, không có những cực đoan của sự hành hạ xác thân hoặc nô lệ dục lạc. Đây là con đường duy nhất để giác ngộ giải thoát. Đức Phật dạy rằng nơi nào các đệ tử của Ngài luôn gắng công hành trì trên con đường này thì nơi đó sẽ không bao giờ thiếu vắng các bậc thánh trí giác ngộ.

Sự phân tích thành 8 yếu tố hoặc 3 nhóm tu học là để cho dễ hiểu. Tuy nhiên, các yếu tố đó cần phải được hành trì đồng đều - không thiếu sót một yếu tố nào - để bổ sung, hỗ trợ cho nhau, thì con đường đó mới trọn vẹn và mang đến ích lợi, giải thoát thật sự.



Trên đây là một thái độ sống của đạo Phật, một con đường rộng mở cho tất cả mọi người, không phân biệt màu da, giới tính, giai cấp. Đức Phật tuyên bố rằng mọi người đều bình đẳng, và chỉ được đánh giá qua hành động và phong cách của họ, qua những gì họ suy nghĩ và thực hành, không phải qua màu da và quê quán. Mỗi người lãnh chịu hậu quả về hành động của mình theo luật nhân quả. Mỗi người là chủ của mình.

Con đường tu học đạo Phật là con đường tự nỗ lực, không cần các điều cầu xin thần linh hay mê tín dị đoan. Con người có khả năng cải thiện cho đời sống của chính họ và đạt đến mục đích tối hậu qua các cố gắng tinh tấn của chính họ. Ngay cả Đức Phật cũng không bao giờ tuyên bố Ngài là đấng cứu rỗi. Ngài chỉ là người tìm ra Con đường giải thoát, và Ngài chỉ dạy cho chúng ta về con đường đó.

Ngài hướng dẫn và khuyến tấn chúng ta, nhưng chúng ta phải tự mình tiến bước trên con đường đó. Khi ta tiến bước được trên những chặng đường thì ta có thể khuyến khích và hướng dẫn những người bạn đồng hành của ta.

Cho những ai đang đi trên con đường thanh lọc bản thân, Đức Phật dạy rằng tri thức và trí tuệ là chìa khóa quan yếu. Trí tuệ chỉ có thể được khai phát qua hành trì thiền quán. Hành giả cần phải quán soi thâm sâu vào nội tâm, để trạch vấn và thông hiểu cho chính mình. Các nguyên tắc của đạo Phật là phải tự mình chứng ngộ, chứ không phải những giáo điều để mù quáng tin theo.

Phương pháp đức Phật dạy qua Tứ Diệu Đế có thể xem như là những lời dạy của một vị y sĩ: định bệnh (Khổ đế), xác định nguyên nhân của bệnh (Tập đế), mô tả trạng thái khi lành bệnh (Diệt đế), và cách thức trị bệnh (Đạo đế).

Có rất nhiều người ưa thích bàn luận, dò đoán, bình giải về các lời dạy của Đức Phật, qua lăng kính triết lý, luận lý, tâm lý, tâm linh, v.v. Tuy nhiên, đó chỉ là những kiến thức đầu tiên, phiến diện, qua sách vở và suy luận, thường gọi là Văn huệ và Tư huệ.

Thêm vào đó, đạo Phật cần phải được thực chứng để phát triển trí tuệ thật sự, gọi là Tu huệ, chứ không phải chỉ để lý luận, tranh cãi suông. Đạo Phật là những hướng dẫn để chúng ta thực hành, tu tập thanh lọc tâm ý, để chúng ta thấy được lợi ích qua kinh nghiệm thực tế của chính bản thân trong đời sống hằng ngày. Đức Phật đã từng dạy rằng: "Giáo pháp của Như Lai được giảng rõ ràng, để thực chứng với kết quả hiện tiền, vượt thời gian, mời mọi người đến xem, đưa đến giải thoát, được người trí thông hiểu, tự mỗi người phải thực hiện cho chính mình".

Tác giả: **Tỳ kheo Bodhicitto, "Introducing Buddhism**" (Bình Anson lược dịch) Nguồn: *Budsas.net*