

THERAVĀDA
PA AUK TAWYA

SAYADAW U REVATA

DIỄN VIÊN TRONG VỞ DIỄN LUÂN HỒI

ACTOR IN THE PLAY OF SAMSARA

BHĪKKHU PAVARADHAMMIKA PHIÊN DỊCH VÀ HIỆU ĐÍNH



DIỆU NHÃN CHUYỂN DỊCH
NGUYỄN NHƯ TRÌNH BÀ

Thật ra, tất cả chúng ta đều là những diễn viên đang diễn những vai diễn ở trong đời sống. Ngay cả khi chúng ta không phải là diễn viên trong những bộ phim nhưng chúng ta cũng đang phải diễn trong những vở diễn của Samsāra - Vòng luân hồi.

Thế nào được gọi là Samsāra - Vòng luân hồi?

Vòng luân hồi là một chuỗi không gián đoạn của năm uẩn kết hợp lại với nhau. Đức Phật nói rằng:

“Chúng ta không thể biết được điểm khởi đầu của vòng luân hồi - Samsāra. Chúng ta không biết và cũng không thể biết. Nhưng điểm kết thúc thì chúng ta biết và có thể biết được.”

Làm thế nào chúng ta có thể biết được điểm kết thúc của vòng luân hồi - Samsāra?

Khi chúng được đạo quả A-la-hán thì chúng ta sẽ thấy Nibbāna - Niết Bàn, và ngay lập tức lúc ấy chúng ta có thể biết được điểm kết thúc của vòng luân hồi. Chính vì thế, ngay cả khi chúng ta

không thể biết được điểm khởi đầu của vòng luân hồi thì chúng ta cũng đừng thấy buồn, bởi vì không có điểm khởi đầu nên sẽ không thể nào biết được.



Năm năm trước, có một thiên sinh ở thiên viện đã hỏi Sayadaw câu hỏi như sau:

“Tại sao Đức Phật là một người biết tất cả mọi thứ nhưng Ngài lại nói điểm khởi đầu của vòng luân hồi là không biết và không thể biết? Tại sao Đức Phật lại nói như vậy? Bởi vì Ngài là Bạc Chánh Đẳng Chánh Giác, Ngài là người biết được tất cả mọi thứ thì Ngài phải biết được điểm khởi đầu của vòng luân hồi chứ? Nhưng tại sao Ngài lại nói điểm đầu tiên là không biết và không thể biết? Nếu có ai đó hỏi chúng ta thì chúng ta phải trả lời làm sao?”

Thật ra thì câu trả lời này được giải thích ở trong chú giải nên chúng ta sẽ không tìm thấy ở trong chánh tạng pāli. Chính vì Ngài là người biết hết tất cả mọi thứ cho nên Ngài mới biết được rằng:

“Không có điểm khởi đầu của vòng luân hồi-Saṃsāra! Không biết và không thể biết được điểm bắt đầu của vòng sanh tử này từ khi nào.”

Vòng luân hồi giống như một vòng tròn khép kín. Nếu chúng ta vẽ một vòng tròn lên giấy và tự hỏi: Chúng ta có thể biết được điểm khởi đầu của vòng tròn này hay không? Đương nhiên là không thể biết được. Chính vì Đức Phật là người biết được tất cả mọi thứ, nên Ngài mới biết được rằng: *“Không có điểm khởi đầu.”* Do vậy chúng ta có thể nói rằng: Điểm khởi đầu là không biết và không thể biết. Không phải do Ngài không biết mà bởi vì Ngài biết rằng: *“Không có điểm khởi đầu của vòng luân hồi này.”*

Kể cả khi chúng ta không biết điểm khởi đầu hoặc điểm khởi đầu là không có nhưng chúng ta có thể biết được điểm kết thúc, điểm cuối cùng của vòng luân hồi - Saṃsāra. Khi chúng được đạo tuệ A-la-hán thì điểm kết thúc sẽ được chúng ta biết ngay tại thời điểm đó.

Do vô minh và tham ái mà chúng ta đã lăn trôi, đã trôi nổi vô số kiếp sanh tử. Chúng ta cũng giống như những diễn viên đang diễn trên sân diễn của vòng luân hồi. Thỉnh thoảng chúng ta có diễn



những vai diễn của Phạm Thiên (Brahma), của Chư Thiên (Deva), của con người, của súc sanh, của chúng sanh cõi địa ngục, ngạ quỷ...v.v. Tất cả chúng ta đều đã từng là những nhân vật ấy và

trong vòng luân hồi này thì không có vở diễn nào, không có phần nào mà chúng ta chưa từng diễn cả. Là súc sanh thì chúng ta đã diễn theo vai diễn của súc sanh. Là con người thì chúng ta đã diễn theo vai diễn của con người. Là Chư Thiên thì chúng ta diễn theo vai diễn của Chư Thiên. Là Phạm Thiên thì chúng ta diễn theo vai diễn của Phạm Thiên. Là ngã quý thì chúng ta lại diễn theo vai diễn của ngã quý. Và ngay cả chúng sanh ở cõi địa ngục thì chúng ta cũng đã từng diễn vai diễn này rồi.

Do vậy, trên sân diễn của vòng luân hồi thì chưa có một vai diễn nào mà chúng ta chưa từng diễn. Thế nhưng, ngay cả khi chúng ta đã diễn tất cả mọi vai diễn nhưng chúng ta có thể diễn theo cách mà chúng ta muốn hay không? Câu trả lời là không. Chúng ta không thể diễn theo cách chúng ta muốn được mà phải diễn theo sự chỉ đạo của đạo diễn.

Đạo diễn của vòng luân hồi - Saṃsāra là ai?



Đạo diễn ở đây chính là nghiệp - kamma. Chính nghiệp đã chỉ đạo cho chúng ta phải diễn như thế

nào ở trên sàn diễn của Samsāra. Chúng ta không thể nào và sẽ không bao giờ có thể diễn theo cách mà chúng ta muốn được. Thật ra thì đạo diễn ở đây không chỉ có nghiệp mà còn có cả kilesa - phiền não. Bởi vì có sự phiền não nên nghiệp mới sanh khởi. Nếu không có sự phiền não thì nghiệp có thể được sanh khởi hay không? Nghiệp trực tiếp chính là kamma còn nghiệp hỗ trợ chính là kilesa - phiền não.

Không một ai trong chúng ta có thể diễn theo cách mình muốn mà phải diễn theo sự chỉ đạo trực tiếp của nghiệp. Bởi vì có nghiệp sanh khởi nên diễn viên mới xuất hiện để diễn những vai diễn trong vòng luân hồi. Nếu vẫn còn nghiệp thì điểm kết thúc, điểm cuối cùng của vòng luân hồi sẽ không thể biết được. Do vẫn còn nghiệp nên sẽ còn những kiếp tái sinh, sẽ lại tiếp tục còn những diễn viên trong những vở diễn luân hồi này.

Nếu muốn kết thúc những vở diễn trên sàn diễn của vòng luân hồi Samsāra thì chúng ta phải làm gì?



Đúng là chúng ta cần phải hành thiện nhưng bên cạnh đó chúng ta còn phải dừng lại những gì có thể dừng, đó chính là nghiệp - kamma. Chúng ta

phải dừng những đạo diễn để dừng cho chúng tiếp tục.

Phải dừng bằng cách nào?



Nếu muốn dừng tất cả nghiệp thì chúng ta cần phải dừng tất cả những phiền não, bởi chính phiền não là yếu tố trợ duyên của nghiệp. Chúng ta phải dừng những đạo diễn đang chỉ đạo chúng ta diễn như thế nào trong sân diễn của đời sống. Nếu

không còn đạo diễn thì đương nhiên sẽ không còn diễn viên.

Làm thế nào để dừng đạo diễn-kamma lại? Chúng ta cũng đã biết khi kết thúc được kilesa - phiền não thì có thể kết thúc được kamma - nghiệp. Do vậy chúng ta phải rèn luyện để không chạy theo phiền não. Bởi nếu không dừng được phiền não thì sẽ không thể nào dừng được các nghiệp - kamma.

Theo lời dạy của Đức Phật thì không có phần nào, không có vở diễn nào mà chúng ta chưa từng diễn. Bây giờ, hiện tại chúng ta được sinh ra làm người và chúng ta lại tiếp tục trôi nổi theo cách cũ quen thuộc. Chúng ta đang diễn vai diễn của kiếp người.

Nếu làm người thì chúng ta sẽ làm được những gì? Có rất nhiều câu hỏi tương tự như vậy. Làm người thì chúng ta có thể làm được những nghiệp thiện hay nghiệp bất thiện. Tất cả các nghiệp thiện hay bất thiện sanh khởi là do thân, khẩu, ý. Nếu chúng ta làm đúng những hành động về thân, về

khẩu, nghĩa rằng chúng ta đang làm những thiện pháp. Hoặc có những thời điểm nếu chúng ta không làm những hành động chân chánh về thân, chân chánh về khẩu thì lúc đó chúng ta đang làm những nghiệp bất thiện. Khi tham dự khóa thiền ở đây thì chúng ta là những người biết làm những thiện Pháp có lợi ích cho chính bản thân mình và cho người khác nữa. Chính vì thế mà chúng ta đang ở đây cúng dường, hành thiền và giữ giới, đó chính là những thiện nghiệp.

Trước khi Đức Phật xuất hiện trên thế gian thì ở đó cũng có rất nhiều người đang làm những thiện nghiệp như là: cúng dường, giữ giới và hành thiền. Nhưng mà họ không biết được cái quả của những việc làm thiện pháp một cách đúng đắn. Họ chỉ làm theo sự hiểu biết, xu hướng hoặc truyền thống của họ mà thôi. Cũng giống như việc Đức Phật xuất hiện trên thế gian là bởi những thiện Pháp này. Cho dù họ không biết về quả báu của những thiện pháp nhưng mà nó vẫn sẽ cho quả, đó là quy luật của tự nhiên. Vậy cái quả nó cho sẽ là gì? Giống như là cảnh giới tốt đẹp như

tái sinh ở cõi người, cõi Chư Thiên, cõi Phạm Thiên.

Nhưng mà họ có biết làm thế nào để chứng ngộ Niết Bàn hay không? Họ không biết. Họ không biết cái nghiệp mà họ đã từng tạo. Do vậy nếu muốn thì họ có thể nguyện để dừng lại các nghiệp, dừng lại các phiền não và nguyện để cho sự chứng ngộ Niết Bàn. Thế nhưng họ không biết điều đó, họ chỉ làm theo thói quen. Chính vì cái thiện pháp này, thiện nghiệp này mà họ đã từng lăn trôi và trôi nổi qua vô số những vòng sanh tử theo đúng như cách của chúng ta bây giờ.

So sánh về sự lợi ích của những người làm thiện Pháp khi Đức Phật xuất hiện trên thế gian đối với những người cũng làm thiện Pháp thời khi chưa có Đức Phật xuất hiện?

Nếu chúng ta muốn làm những thiện pháp như: cúng dường, giữ giới hay hành thiện và nguyện để tái sinh được làm người, làm Chư Thiên, Phạm Thiên thì nó có khác gì so với những người làm những thiện pháp trước khi Đức Phật xuất hiện

trên thế gian hay không? Không có gì khác biệt ở đây. Bởi vì nếu chúng ta cứ làm theo cách như vậy thì không thể nào làm kết thúc, không thể nào dừng các nghiệp lại được. Bởi vì chúng ta nguyện để tái sinh hết kiếp này đến kiếp khác trong vòng vô số các kiếp sanh tử. Chúng ta đã từng là những diễn viên diễn trên sân diễn của Samsāra và bây giờ lại tiếp tục như vậy.

Bởi vì sự xuất hiện của Đức Phật trên thế gian nên chúng ta mới biết được rằng: “Khi cúng dường và nguyện làm người trở lại thì cái thiện pháp cúng dường đó sẽ chỉ cho cái quả đó mà thôi. Nhưng nếu chúng ta cũng làm những thiện pháp và nguyện kết thúc tất cả những khổ đau, chúng ngộ được Niết Bàn để dừng lại tất cả các nghiệp, các phiền não thì sẽ rất là lợi ích. Vì vậy bất kỳ khi nào làm những thiện Pháp như cúng dường (dāna), giữ giới (sīla) hay hành thiền (bhāvanā) thì chúng ta phải thay đổi cái cách mà chúng ta đã từng làm và nguyện cho sự chứng ngộ Niết Bàn để kết thúc tất cả mọi khổ đau.



Nếu chúng ta lo lắng là khi nguyện như vậy sẽ không thể trở thành người giàu có...? Chúng ta đừng có lo lắng về điều đó. Bởi vì bất cứ ai được sanh ra hôm thứ hai, thứ ba, thứ tư,...cho đến chủ nhật thì chúng ta có nằm trong số những người sinh vào những ngày đó hay không? Nếu chúng ta cứ rải tâm từ đến với tất cả những chúng sanh

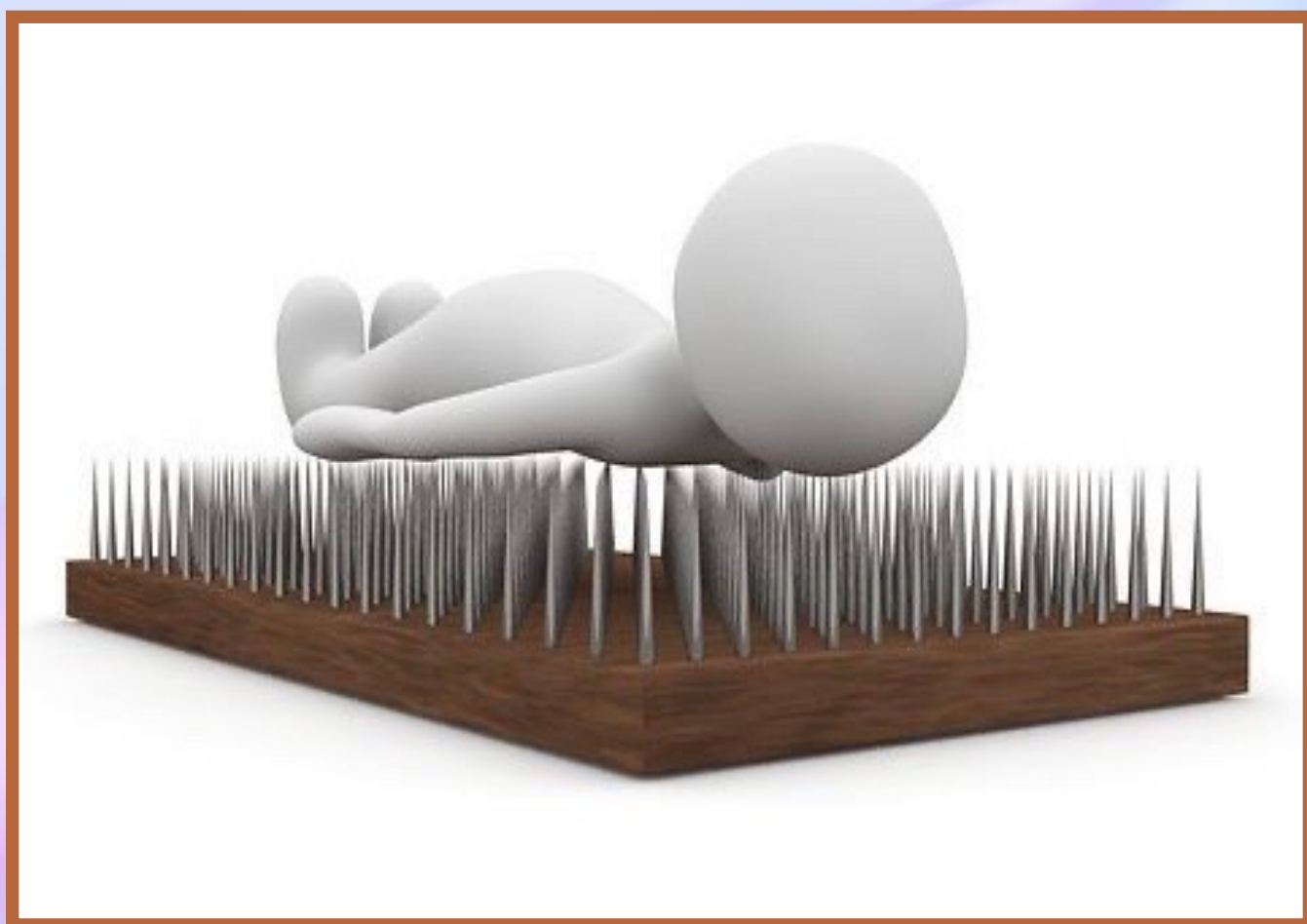
sinh vào bảy ngày như vậy thì đương nhiên là chúng ta cũng nằm trong số những chúng sanh đó rồi. Nếu chúng ta nguyện để kết thúc tất cả những khổ đau, nghĩa rằng chúng ta muốn hay không muốn, chấp nhận hay không chấp nhận. Nếu chúng ta vẫn còn ở trong vòng luân hồi này, khi chưa chấm dứt hết tất cả khổ đau thì do phước báu của việc cúng dường, giữ giới, hành thiện nó sẽ cho quả giống như là giàu có, đẹp trai, xinh gái, giỏi giang và thông minh...v.v. Đó là những quả báu mà chúng ta có thể có được.

Hãy nhớ là dù chúng ta có chấp nhận hay không chấp nhận thì nó cũng vẫn cho quả như vậy. Chính vì thế khi chúng ta phát nguyện để tái sinh làm người, Chư Thiên, Phạm Thiên thì nó sẽ không cho sự chứng ngộ Niết Bàn.

Nhưng sự khác biệt ở đây là gì?

Đó là một ngày nào đó chúng ta có thể dừng lại được tất cả các nghiệp - kamma. Một ngày nào đó chúng ta có thể dừng được kilesa - phiền não. Một ngày nào đó chúng ta có thể kết thúc được những

khổ đau. Và một ngày nào đó chúng ta có thể thấy và biết được Niết Bàn - Nibbāna. Đó chính là sự lợi ích về sự xuất hiện của Đức Phật trên thế gian. Bởi vì thế mà chúng ta phải cần thay đổi cách chúng ta làm những thiện pháp ở trong đời sống hàng ngày.



Như Sayadaw đã nói: Chúng ta vẫn đang lăn trôi, trôi nổi theo cái cách cũ quen thuộc và chúng ta đang chơi cái cuộc chơi trong vai diễn là con người. Sayadaw và chúng ta đang làm con người và chúng ta đang diễn vai diễn trên sân diễn của cõi người đúng không? Chúng ta ở đây đang diễn những vai diễn của Tu Nữ, thiên sinh, Tỳ-kheo, và những người biết làm những lợi ích cho bản thân của mình và cho người khác...v.v.

Sayadaw muốn so sánh về phần mà chúng ta đang diễn với những diễn viên thực sự trong những bộ phim. Trước khi đi xuất gia thì chúng ta vẫn còn là cư sĩ, lúc ấy chúng ta cũng đã từng xem phim phải không? Khi đó thì những thứ mà chúng ta thấy là gì? Có phải là chúng ta thấy rất nhiều những diễn viên khác nhau đang diễn trong những bộ phim?

Cũng như vậy, sẽ có rất nhiều những diễn viên chính và những diễn viên phụ hỗ trợ cho những diễn viên chính đó. Nhiều khi chúng ta thấy rằng những người trong đó đang diễn vai diễn của người mẹ, người cha, người anh, người chị, thầy,

trò...v.v.Và thỉnh thoảng chúng ta cũng thấy những người đang diễn vai diễn của người ác, người xấu. Tại sao Sayadaw lại nói điều này? Bởi vì Sayadaw muốn cho chúng ta thấy được, quán chiếu được rằng: Khi chúng ta làm diễn viên và diễn trên sàn diễn của Samsāra - Vòng luân hồi, nếu chúng ta không biết được vai diễn của mình thì chúng ta có thể quán tưởng những điều này là những hành động, là những vai diễn.



Nhiều khi Đức Bồ Tát (Bodhisattva) của chúng ta là diễn viên chính và Ngài diễn những vai rất tốt. Nhưng nhiều khi Đức Bồ Tát chỉ là diễn viên phụ. Chúng ta đã từng nghe những nghiệp bất thiện mà Đức Bồ Tát đã từng tạo khi Ngài có được thọ ký từ Đức Phật (Dīpaṅkara)? Nhưng mà rất là ít, không có nhiều lắm những lần Ngài tạo ra những nghiệp bất thiện. Tại thời điểm đó những nghiệp xấu mà Ngài đã từng tạo hay những phần mà Ngài đã diễn là bởi vì do phiền não. Sayadaw nghĩ rằng không có ai sai ở đây cả. Thật ra, cái sai ở đây chính là kilesa - phiền não. Chúng ta đang diễn vai diễn của diễn viên chính và có thể luyện cho cái tâm để không bị chìm đắm vào trong đó, khi ấy thì chúng ta sẽ trở thành những diễn viên tốt. Nhưng nhiều khi chúng ta không thể kiểm soát được, chúng ta bị chìm đắm vào trong những phiền não. Lúc đó thì chúng ta lại trở thành những diễn viên xấu và diễn những vai xấu.

Khi đi tu thiền thì chúng ta đang làm những thiện Pháp. Nhưng trước khi chúng ta tới đây, khi chúng còn trẻ và cho tới bây giờ, hãy thử quán tưởng, quán xét giống như khi chúng ta thấy

những diễn viên trong những bộ phim. Có phải là họ diễn theo sự chỉ đạo của đạo diễn, theo sự sắp xếp hay không? Nếu họ vào vai nữ diễn viên chính thì họ phải diễn theo đúng vai diễn của họ mà không được phép diễn vào vai của những người khác. Đối với những diễn viên phụ thì họ cũng phải diễn theo sự chỉ đạo tương tự, phần họ diễn cũng chỉ là sự hỗ trợ cho những diễn viên chính bởi vì đạo diễn ở đây chính là nghiệp và phiền não. Nhiều khi chúng ta là những diễn viên chính nhưng cũng có nhiều khi chúng ta là những diễn viên phụ hỗ trợ, chính vì thế chúng ta cần phải quán tưởng như vậy.



Trên thực tế thì chúng ta thực sự là những diễn viên trên sân diễn của Saṃsāra - Vòng luân hồi với vai diễn của kiếp người. Điều Sayadaw muốn nhắc nhở cho chúng ta đó là: Sayadaw không thấy một chúng sanh nào làm những điều sai, nếu có chỉ là do nó bị ảnh hưởng bởi những phiền não. Mà phiền não lại chính là những đạo diễn còn chúng ta đang là những diễn viên phải làm theo sự chỉ đạo của chúng. Như vậy thì chúng ta có nên theo sự chỉ dẫn của phiền não hay không? Câu trả lời sẽ là không nên. Nếu chúng ta muốn là một diễn viên tốt, diễn viên chính thì chúng ta cần phải thiện xảo trong cách hiểu biết để đọc được tâm của chính bản thân mình. Như vậy, những đạo diễn chỉ đạo chúng ta thì có cần biết hay không cần biết? Chắc chắn là chúng ta cần phải biết mọi lúc khi phiền não chỉ đạo chúng ta diễn theo vai diễn này hoặc vở diễn kia. Và nếu chúng ta chạy theo phiền não đó thì điều gì sẽ xảy ra? Đó là chúng ta thể hiện là mình đang là người tốt. Lúc đó, điều mà Sayadaw muốn nói ở đây đó là: Đừng nghĩ đó là những điều sai. Không có ai sai ở đây cả. Mà tất cả chúng ta đều biết nguyên nhân

là do đạo diễn chỉ đạo những diễn viên phải diễn theo kịch bản như thế thôi.

Đạo diễn ở đây rất là ngu ngốc, rất là nguy hiểm và đang chỉ đạo những sự không đúng đắn. Chính vì vậy khi chúng ta thấy được sự nguy hiểm của đạo diễn thì chúng ta mới muốn kết thúc tất cả kilesa - phiền não. Chúng ta phải thanh lọc những phiền não, bởi vì nếu không thanh lọc chúng thì chúng ta sẽ không bao giờ có thể kết thúc được những khổ đau, không thể dừng lại các nghiệp.

Sau khi Đức Phật tự mình chứng ngộ thì Ngài có nói đoạn này trong Saṃyutta-nikāya (Tương Ưng Bộ Kinh) rằng:

“Ta không nói rằng là không có sự thỏa mãn, sự thỏa thích của dục lạc. Có sự thỏa thích trong sự hưởng thụ những dục lạc chính vì thế nên con người ta mới thích thú và đam mê. Thế nhưng nó có sự nguy hiểm, có sự lỗi lầm trong cái dục lạc. Và ta không nói rằng là không có sự nguy hiểm hay không có lỗi lầm trong các dục lạc”.



Nó có, chính vì thế mà người ta muốn thoát khỏi sự nguy hiểm này. Bởi vì muốn thoát khỏi sự nguy hiểm của dục lạc nên chúng ta mới từ bỏ thế gian để đi vào trong rừng, chúng ta xuất gia ở đây, hành thiền ở đây. Dục lạc chính là cái cảnh để nuôi dưỡng kilesa - phiền não. Tại sao con người ta lại chìm đắm ở trong dục lạc, chìm đắm ở trong phiền não? Bởi vì do sự thỏa mãn thích thú mà dục lạc đem đến. Khi thấy được những cảnh khả ái, khả ý thì kilesa - phiền não sẽ đi theo sau cảnh đó. Chính là do tham ái, dính mắc, thèm khát sanh khởi trong tâm của chúng ta. Bởi vì thấy những cảnh khả ý nên mới có tham ái, và mong muốn chính là đạo diễn chỉ đạo cho chúng ta diễn phần diễn mà kilesa - phiền não thích thú. Chúng ta làm, hay kilesa chỉ đạo chúng ta làm? Ngược lại, nếu chúng ta thấy những cảnh bất khả ý, bất khả ái thì kilesa - phiền não đi theo sau sẽ là gì? Đó chính là sân, là những cảm thọ không thích, không thỏa mãn đi theo sau cảnh đó. Nếu ai đó chê trách, chỉ trích, tìm lỗi hay phàn nàn chúng ta thì lúc đó tâm sân sẽ sanh khởi. Như vậy lúc đó chúng ta đang làm theo sự chỉ đạo của đạo diễn và chúng ta chỉ là những diễn viên làm theo sự

chỉ dẫn ấy mà thôi. Chúng ta đừng nghĩ rằng mình đang là chủ. Chúng ta không phải là chủ mà chỉ đang diễn vai diễn của phiền não. Tức là chúng ta luôn luôn là người đi theo sự chỉ đạo của đạo diễn kilesa. Nếu mà nhìn thấy ai đó hơn chúng ta thì điều gì sẽ xảy ra? Thì ghen tỵ nó sẽ đi theo sau và cái tâm keo kiệt, bủn xỉn, cảm thọ khổ sẽ xuất hiện trong tâm. Khi ấy thì sự tranh đua sẽ sanh khởi và chúng ta cố gắng để hơn thua. Vào lúc ấy thì người ta nghĩ rằng: “Họ chỉ đang làm những thứ mà họ cần làm”. Nhưng thật ra thì họ không thể làm được điều ấy. Nếu lúc ấy chúng ta thực sự biết rằng mình chỉ đang diễn theo sự chỉ đạo của phiền não. Và một lúc nào đó thì chúng ta không còn muốn là một diễn viên, không còn muốn diễn thêm bất cứ vai diễn nào nữa. Cả Sayadaw cũng muốn ngừng đóng những vai diễn trong vòng luân hồi này rồi, không còn muốn diễn thêm bởi vì nó thật sự rất là khổ đau.

Sayadaw muốn giải thích thêm rằng chúng ta vẫn đang diễn những vai diễn hàng ngày của mình. Và trong đời sống thì chúng ta không thể sống một mình, chúng ta phải sống và giao tiếp với nhiều

người khác. Nhiều khi chúng ta đang diễn là diễn viên phụ hỗ trợ nhưng cũng có lúc chúng ta là diễn viên trong vai diễn là nữ chính, nam chính, vị thầy, học trò, Tỳ-kheo...v.v. Và trong tất cả những vai diễn như vậy, nếu các diễn viên không diễn một cách nhịp nhàng với nhau thì bộ phim ấy có trở thành một bộ phim hay không? Chắc chắn là nó sẽ không trở thành bộ phim hay được. Nếu họ diễn đồng điệu và hòa nhịp với nhau thì bộ phim đó mới trở thành bộ phim hay.

Sự giao tiếp rất là lợi ích trong đời sống hàng ngày của chúng ta. Vì thế, chúng ta cũng phải hiểu được thói quen của tất cả các diễn viên thì mới có thể hòa đồng với nhau được. Bên cạnh đó chúng ta còn cần phải biết tri ân những diễn viên hỗ trợ cho mình. Bởi vì nhờ có họ đã giúp và hỗ trợ cho chúng ta có cơ hội để rèn luyện tâm của mình trở nên biết kham nhẫn hơn. Nếu họ không tri ân chúng ta cũng không sao, bởi vì cách mà chúng ta thoát khỏi sự khổ đau là phải hoàn thành

một trong những ba-la-mật đó là kham nhẫn.
Chúng ta phải học cách kham nhẫn.



Làm sao có thể tiến bộ khi tâm của mình không kham nhẫn phải vậy không? Do vậy chúng ta phải biết được cái tâm của mình đang như thế nào.

Bất kỳ ai mà chúng ta gặp trong đời sống hàng ngày, họ diễn ra sao không quan trọng? Nếu chúng ta đủ thông minh, sáng suốt và thấy được sự lợi ích của việc gặp gỡ, giống như việc chúng ta dùng cái đồ lọc nước và biết lọc để lấy được nước sạch như thế nào. Kể cả những điều tốt hay điều xấu đến với chúng ta đi chăng nữa thì nhờ vào sự sáng suốt và thông minh mà chúng ta sẽ sàng lọc những thứ cần để lược bỏ và chỉ giữ lấy phần nước hữu dụng mà thôi.

Có rất nhiều người hỗ trợ trong vai diễn của chúng ta, ví dụ: Bây giờ Sayadaw đang diễn vai diễn là một vị thầy, và tất cả các học trò đang diễn vai diễn của diễn viên phụ hỗ trợ cho Sayadaw có thể sớm kết thúc được tất cả những khổ đau. Bởi vì tất cả những diễn viên phụ này, diễn viên hỗ trợ này nên Sayadaw cần phải kham nhẫn rất là nhiều. Họ đang dạy cho Sayadaw làm thế nào để kiên nhẫn. Họ đang rèn luyện cho Sayadaw phải kiên nhẫn hơn. Nhiều khi họ cũng dạy cho Sayadaw làm thế nào để hào phóng, để thanh tịnh tâm. Cũng có lúc họ gợi ý cho Sayadaw làm thế nào để dạy họ...v.v. Tất cả chúng ta cũng đủ để

làm cho Sayadaw có đủ khả năng để thấy được Niết Bàn và kết thúc tất cả những khổ đau. Đủ để cho Sayadaw có đủ khả năng để nghỉ hưu, nghỉ làm cái nghề diễn viên trong vòng sanh tử luân hồi saṃsāra này rồi. Sayadaw càng biết thì Sayadaw càng muốn từ bỏ. Đây chính là sự tri ân của Sayadaw đối với những diễn viên phụ và đó cũng là cách rất tốt để hỗ trợ cho chúng ta.

Chính vì thế trong đời sống hàng ngày, nhiều khi chúng ta thấy những thứ không muốn thấy, nghe những thứ không muốn nghe, ngửi những thứ không muốn ngửi...v.v, thì khi ấy chúng ta phải sống chánh niệm. Chúng ta có muốn làm theo sự chỉ đạo của đạo diễn nữa hay không? Hay là muốn rèn luyện cái tâm của chính mình? Do vậy phải cẩn thận. Sayadaw muốn lấy một câu nói từ Đức Phật:

“Đừng để cái tâm dẫn dắt chúng ta mà hãy để cái tâm dẫn dắt bởi chúng ta”.

Điều này rất là quan trọng, nghĩa rằng: *“Nếu chúng ta làm theo sự chỉ đạo của đạo diễn là kilesa - phiền não, thì khi ấy chúng ta đang bị cái tâm dẫn dắt. Nếu chúng ta không làm theo lời chỉ dẫn của đạo diễn kilesa - phiền não, thì lúc ấy chúng ta đang đóng vai trò là người dẫn dắt cái tâm của chính mình”*.

Sẽ thấy xấu hổ như thế nào khi chúng ta phải đi nghe theo lời chỉ dẫn của kilesa - phiền não phải không? Do làm theo sự chỉ đạo của đạo diễn mà chúng ta đã đau khổ rất nhiều kiếp rồi.

Sự khác biệt của những người có thể rèn luyện tâm và những người không thể rèn luyện tâm?

Nếu chúng ta không để tâm dẫn dắt mình mà chúng ta có thể dẫn dắt tâm thì khi đó chúng ta đã làm được sự lợi ích cho tất cả, cho chính bản thân và cả những người khác. Bởi vì tâm chính là cái dẫn dắt thế gian này, tâm thiện dẫn dắt thế giới của thiện pháp còn tâm bất thiện sẽ dẫn dắt vào thế giới của sự bất thiện. Đây là những điều rất

cần trong đời sống hàng ngày chính vì thế chúng ta cần phải cần trọng.



Để có đủ khả năng thanh tịnh thân, khẩu, ý. Để có đủ khả năng để dừng lại kilesa - phiền não thì Đức Phật đã dạy chúng ta điều gì?

Có ba sự thực hành đó là: **Giới, Định, Tuệ**. Đây là cách để dẫn đến Nibbāna. Con đường dẫn đến Niết Bàn cũng chính là con đường dẫn đến sự kết thúc khổ đau, dừng lại tất cả phiền não và nghiệp.

Trước khi chúng ta có thể kết thúc tất cả khổ đau, dừng lại tất cả các nghiệp, các phiền não thì chúng ta cần phải thanh tịnh về thân và khẩu. Sự thực hành đầu tiên đó chính là giới. Nếu tất cả chúng ta thực sự giữ giới thì chắc chắn trong đời sống hàng ngày sẽ rất tươi đẹp, lợi ích, an lạc và bình an. Bên cạnh đó thì cuộc sống, xung quanh, môi trường, tu viện, đất nước, thế giới...v.v, của chúng ta sẽ là một thế giới rất an bình và không có sự hiểm nguy lâu dài. Đây chính là sự lợi ích, sự luyện tập của việc giữ giới.

Sau khi thanh tịnh về thân, khẩu thì bước tiếp theo là phải thực hành về định, đây là bước để chúng ta thanh tịnh về tâm. Dù cho chúng ta có

đang thực hành về định thì cũng không nên quên sự thực hành về giới. Sau đó chúng ta tiếp tục sự thực hành thứ hai, đó chính là định. Khi chúng ta có thể phát triển định thì tâm sẽ trở nên rất thanh tịnh. Chúng ta có thể nhập vào thiền Jhāna (định) trong vòng một tiếng, hai tiếng, ba tiếng và tâm của chúng ta sẽ thanh tịnh trong vòng một tiếng, hai tiếng, ba tiếng đồng hồ. Khi đó thì năng lực của tâm sẽ trở nên mạnh, sắc bén và tâm có thể biết các Pháp như chúng đang là.

Bước tiếp theo là sự thực hành thứ ba để biết thế nào là sắc chân đế, danh chân đế, thấy được nhân quả, thấy được duyên khởi. Nếu chúng ta thấu suốt được danh Pháp chân đế như chúng đang là, thấy được nhân quả thì khi đó chúng ta đã sẵn sàng cho đề mục thiền quán Vipassanā. Bởi vì đối tượng của Vipassanā là danh chân đế, sắc chân đế, nhân, quả và lúc đó định của chúng ta hướng tâm lên sự sanh khởi, sự sanh diệt liên tục của các danh và sắc, nhân và quả.

Cuối cùng, khi trí tuệ của Vipassanā trở nên chín muồi thì Đạo Tuệ sẽ sinh khởi, không có một khe

hở nào giữa Đạo Tuệ và Quả Tuệ. Quả Tuệ sẽ sanh khởi ngay sau Đạo Tuệ. Bất kỳ khi nào muốn nhập vào Quả Tuệ thì chúng ta có thể có được, kinh nghiệm được. Đạo quả đầu tiên loại bỏ những kilesa - phiền não như là: thân kiến, hoài nghi, giới cấm thủ. Từ đó thì chúng ta có thể được tự do và thoát khỏi vai diễn trong sân diễn của bốn cõi khổ.



Do đã chứng được đạo quả nên chúng ta thoát khỏi vai diễn của: súc sanh, địa ngục, ngã quỷ và cuộc sống sẽ trở nên an bình hơn, hạnh phúc hơn. Nếu chúng ta tiếp tục thực hành Vipassanā một cách tinh tấn mà không để lại dư sót gì đằng sau thì đạo quả thứ hai, đạo quả thứ ba và đạo quả A-la-hán sẽ sanh khởi. Khi mà đạo quả A-la-hán sanh khởi thì ngay lập tức chúng ta đã dừng được vai diễn, dừng được phiền não và dừng được tất cả các nghiệp. Khi nghiệp dừng lại thì chúng ta đã thoát khỏi vòng luân hồi, không còn những kiếp sống mới, không cần phải diễn bất kỳ vở diễn nào của Samsāra nữa.

Mong cho tất cả chúng ta có đủ khả năng thoát khỏi các vai diễn trong sân diễn của Samsāra. Mong cho tất cả có đủ khả năng để kết thúc tất cả khổ đau ngay trong kiếp sống này.

Sādhū! Sādhū! Sādhū!

**Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayā'vahaṃ hotu.
Idaṃ me puññaṃ nibbānassa paccayo hotu.**

**Phước lành này của chúng con, nguyện đoạn
trừ các lậu hoặc - trầm luân.**

**Phước lành này của chúng con, nguyện là
duyên thành tựu được Niết bàn.**

**Mama puññabhāgaṃ sabbasattānaṃ bhājemi;
Te sabbe me samaṃ puññabhāgaṃ labhantu.**

**Phần phước của chúng con, xin chia đều đến
tất cả sanh linh, Mong tất cả hãy thọ nhận
phần phước ấy được đều nhau.**

Sādhu! Sādhu! Sādhu!