

## Phôi Phai

Mọi pháp hữu vi đều vô thường  
Đều thuộc bản chất sinh diệt  
Khởi sinh rồi biến mất  
Chấm dứt sinh diệt là hạnh phúc tối thượng.

*--kinh tụng người chết, tiếng Pali--*

Phật dạy chúng ta hiểu biết về sự chết, đó là lẽ thường của mọi thứ hiện hữu; sự sống là không chắc chắn và sự nhận biết được lẽ thật này sẽ giúp chúng ta không còn mê đắm vào thế giới. Khi chết, người có ít cũng để lại tất cả. Kẻ có nhiều của cải cũng để lại tất cả. Chẳng ai giữ được thứ gì. Chẳng mang theo được thứ gì. Nhiều người có nhiều của cải ruộng đất để lại cho con cháu. Nhưng chưa chắc con cháu giữ được, rồi chúng cũng chết đi, cũng để lại phía sau. Chưa kể thói thường thì chúng tranh giành, chia năm xẻ bảy và tiêu tán hết. Chẳng có gì trên đời này là chắc chắn. Thế gian là vậy.

Trong văn hóa Á Đông, người ta nghĩ rằng chết là tích nhiều công đức. Nhưng quan trọng hơn là tích góp công đức trong lối sống của mình. Đạt đến một số hiểu biết thực sự và thay đổi lối sống để sống có đức hạnh thì mới là công đức đích thực, đó mới là thứ có giá trị.

Sự sống và chết cũng giống như trái xoài trên cây xoài. Nó già và chín, rồi rụng xuống đất. Khi đã rụng, nó chẳng còn thuộc về thân cây xoài nữa, và thân cây xoài cũng chẳng còn dính líu gì đến trái xoài đó nữa.

Cuộc đời của chúng ta là như vậy. Khi hiểu được vậy, chúng ta không còn lơ đãng, vô tâm. Chúng ta chú tâm nghĩ

về cách chúng ta nên sống, về cách chúng ta tiêu dùng thời gian của cuộc đời, và về những điều gì chúng ta nên tu dưỡng.

Chúng ta muốn thoát khỏi khổ. Chúng ta muốn loại trừ hết khổ khỏi tâm, nhưng chúng ta vẫn bị khổ hoài. Tại sao vậy? Là do suy nghĩ sai lầm. Nếu sự suy nghĩ của chúng ta phù hợp với đường lối của mọi sự vật, chúng ta sẽ được tốt đẹp và bình an. Tu tập giáo pháp có nghĩa là tìm kiếm sự hiểu biết đúng đắn (chánh kiến). Ví dụ nhìn vào thân. Thân xác là của chúng ta? Hình như không phải vậy. Thân được sinh ra, đổi thay, già đi, và chết. Chúng ta đâu thể ngăn không cho nó già, không cho nó chết. Ta đâu thể làm cho nó chắc chắn và trường thọ được. Do vậy, chúng ta phải luôn luôn điều tra và nhìn vào sự thật của vấn đề. Hãy tự hỏi mình về lẽ thật này, hãy nhìn ra rằng chúng ta chẳng thể làm gì để kiểm soát để cái thân vô thường được thường hằng và bất tử theo ý chúng ta. Không thể được. (Dù ta có cố chăm sóc và giữ gìn nó hết mực, nó vẫn cứ già, bệnh và chết. Nó chẳng nghe theo ý ta, vì nó không phải là ‘ta’, nó không phải là ‘của ta’). Khi ta nhìn ra (giác ngộ, chứng ngộ) được điều này, tâm sẽ thay đổi và bước vào Giáo Pháp. Liên tục nhìn vào bản chất của mọi thứ hữu vi (*sankhara*) đó, ta sẽ đi đến nhìn ra thân là không đáng dựa vào, là không chắc chắn, chỉ là giả tạm, vô thường, và sẽ già chết. Thấy được vậy, ta nhìn thấy chân lý (diệu đế) về khổ mà Phật đã nói.

Nhưng chúng ta thường sợ. Khi ai dạy chúng ta nghĩ về cái chết, chúng ta không dám nghĩ về nó. Khi chúng ta nghe những giáo lý về lẽ “vô thường, khổ và vô ngã”, chúng ta không muốn nghe. (Vô thường và khổ còn hiểu được chút chút, chứ vô ngã là sao? Sao lại không có bản ngã, không có linh hồn, không có cái ‘ta’ nào ‘của ta’?...). Phật nói rằng đây chính là chỗ chúng ta cần phải thực sự để tâm và suy nghiệm

(suy xét, quán niệm, quán chiếu, chánh niệm) liên tục. Nhưng người đời thì quá sợ. (Tất cả dường như đều tránh né, không muốn nghe, nói, hay hiểu về những sự thật này). Họ chỉ muốn sinh mà không muốn chết. Họ mừng những sinh nhật và khóc than những đám chôn. Họ chỉ muốn những điều tốt. Thật ngớ ngẩn. Làm sao ta chỉ có được toàn những thứ tốt đẹp. Hãy bỏ một vài phút suy nghĩ thật sâu sắc về điều này.

Giáo lý đã dạy “*Tất cả mọi thứ có điều kiện đều là vô thường, đều thuộc bản chất sinh diệt.*” Mọi thứ có mặt rồi phai! Vô thường là cái gì? Những “thứ có điều kiện” (hữu vi) là cái đang ngồi đây ngay lúc này. Thân này là thứ do duyên hợp, do những điều kiện của các uẩn hợp lại mà có, và bản thân năm uẩn đó cũng thay đổi từng giây. Khi nào hết duyên hợp (không còn đủ các điều kiện duy trì thân sống) thì thân tan rã, chết. Tất cả chúng ta đều đối diện với ‘số phận’ này. Nhưng hiện tại chúng ta không chịu đối diện với nó và điều tra về nó.

Cách tốt nhất là điều tra tìm hiểu về nó. Thờì bây giờ con người vẫn không ngừng nghiên cứu điều tra về ung thư, nhưng dường như họ cũng chưa tìm ra cách trị nó. Tại sao họ không điều tra nghiên cứu luôn về căn bệnh “chết”? Tìm ra phương thuốc bất tử thì tốt nhất, có phải không. Căn bệnh chết còn đáng sợ hơn bệnh ung thư. Tôi vẫn thường nói rằng, căn bệnh chết thực sự đáng được quan tâm hơn nhiều. Vậy tại sao mọi người không tìm hiểu nó? Nếu chúng ta biết suy nghiệm về điều này, có thể chúng ta sẽ ưu tiên nghiên cứu tìm hiểu về căn bệnh “chết”. Người ta lo lắng nhiều về căn bệnh ung thư. Nhưng nghĩ ra ngay cả căn bệnh “già” còn tệ hại hơn ung thư. Căn bệnh chết thì tất cả mọi người đều đã bị dính rồi. Tất cả mọi chúng sinh. Người bị bệnh ung thư bị chết. Người

không bệnh ung thư cũng chết. Do vậy, căn bệnh “chết” mới thực sự đáng để phân tích, đáng để điều tra, tìm hiểu.

Khi chúng tôi dạy các Phật tử quán tưởng về cái chết, họ liền phản ứng “Không, đừng nói về cái chết. Chúng tôi không muốn nghe. Chúng tôi không muốn làm đâu.” Cách nghĩ như vậy thật là sai lầm. Căn bệnh chết chính là căn bệnh nan y mãn tính của kiếp người. Phật muốn chúng ta nhìn vào lẽ thực này và hiểu rõ tất cả mọi chúng sinh đều ở trong tình cảnh này. Đó là lẽ thật, đó là sự thật không thể chối cãi được, do vậy Phật dạy chúng ta đừng quên sự chết, đừng ảo tưởng này nọ. Nếu chúng ta tập quán tưởng (quán niệm, chánh niệm) về sự chết một cách thường xuyên, chúng ta sẽ không còn tâm hăm hại người khác hay vật khác nữa. Ta sẽ thấy chẳng có lý do gì phải làm chuyện xấu ác và ta mang theo tâm niệm vô-ác đó cho đến tận khi chết. Đó là tâm niệm mang lại lợi lạc cho mình, cho gia đình, và cho mọi người trong xã hội. (Khi hiểu được lẽ sinh tử, nhận ra ta cũng chẳng hơn gì người và vật khác, thì tâm sẽ từ bỏ ác nghiệp. Tâm trở nên vô ác, hiền lành).

Khi tâm đã nhận ra cái lẽ sinh diệt vô thường, nhiều người đã lỡ làm nhiều điều xấu ác thì bắt đầu tránh bỏ chúng, tránh bỏ lối sống cũ. Những nghiệp bất thiện chưa làm thì tránh đi. Sự ô nhiễm bất thiện của tâm cũng dần dần giảm đi. Rồi khi ta chia sẻ với người khác về một lối sống hiền lành và vô ác, ta sẽ tận tâm làm gương cho họ và giúp đỡ họ tu sửa.

Tưởng tượng đến một người bị kết án tử hình: trong 15 ngày, hoặc một tháng, người ấy bị bịt mắt đứng trước đội hành quyết. Đờn ta cũng như vậy thôi, rồi cũng đến lúc “phải” chết. Vậy chúng ta nên tiêu dùng thời gian ra sao khi cái chết rồi cũng sẽ đến? Chúng ta nên nghĩ gì? Hãy suy xét về điều này trong một vài phút—điều gì sẽ lướt qua tâm ta? Liệu ta có

thể ăn muối mà thoát khỏi vị mặn của nó hay không? (Liệu ta sinh ra để sống mà có thể tránh được sự chết hay không? Chắc là không. Có sinh là có tử).

Rồi một ngày nào đó chúng ta sẽ chết. Bao lâu thì chưa xác định được, mọi thứ còn tùy duyên. Nhưng chẳng dài lâu gì đâu, nhiều lắm thêm năm bảy chục năm nữa, nhưng sự vô thường cũng có thể xảy ra trong ngày một, ngày hai. Vì vậy hãy luôn nghĩ rằng chúng ta cũng như người đang mang một án tử hình—như tử tù đang ở trong nhà tù, như những con bò đang ở trong lò sát sinh với thẻ đỏ gắn trên cổ, hôm nay con này, ngày mai tới con kia, lần lượt chết. Chúng ta giống như một đàn bò, sống đến ngày phải chết là chết. Vậy chúng ta còn đùa cợt về chuyện sống chết nữa không, hay vẫn đang hát những bài hát ca ngợi về đời sống của mình?

Đây đích thực là tình cảnh của chúng ta. Vì vậy, Phật khuyên chúng ta tạo lập những điều lợi lạc. Đừng tạo lập bằng những của cải vật chất, mà bằng những thiện nghiệp—ý nghĩ, hành động, lời nói, và bằng năng lượng của sự suy xét khôn khéo. Cố làm mỗi ngày một việc thiện, một hành động công đức. Nếu chẳng làm được gì, tối thiểu cũng biết nghĩ về lòng từ bi đối với những con vật tội nghiệp. Đừng để một ngày trôi qua mà không tạo lập một việc làm đức hạnh nào.

Cuộc sống của mọi chúng sinh là không chắc chắn. Nếu chúng ta hiểu được điều này, chúng ta càng thấy thư thả về những việc mình làm trong đời này. Chúng ta không còn dính vào và phản ứng búa xua với những thăng trầm, buồn vui, khổ sướng ở trên đời; chúng ta không còn bị sốc, bị thất vọng, bị tuyệt vọng, hoặc bị sợ hãi nhiều nữa. Chúng ta cũng không còn lao vào tận cùng những khoái lạc. Dù chết hay sống, ta đã tạo lập được một nơi an toàn bằng những nghiệp thiện lành như vậy.

Không còn lúc nào khác để tu hành! Tu hành là tu ngay bây giờ! Hãy tu hành khi mình còn đang sống. Làm việc thiện lành và tạo lập đức hạnh là việc làm ngay bây giờ, rồi bạn sẽ thấy ngay kết quả thiện lành. Chờ đến khi chết thì quá muộn, lúc đó chỉ có đám tang. Khi ta chết, người ta đến cúng vái, ta chỉ còn là một cái tên trên bàn thờ để họ vái lạy tiễn đưa để họ có chút công đức. Còn công đức của ta thì đã ‘kết sổ’ trước khi chết. Vậy nên nếu chúng ta liên tục tạo lập công đức từ lúc này, ngay khi ta đang còn sống, thì công đức sẽ được đong đầy trước khi ta chết.

***Thiền sư Ajahn Chah***

*(“Lễ Sinh Diệt, Lý Tu Hành”, Quyển 1, 19, LKK)*