



Đi tìm ý nghĩa của đời sống

(Phiên tả pháp thoại của Sư Ông Làng Mai, ngày 18 tháng 5 năm 2003 tại chùa Từ Nghiêm, xóm Mới)

Chắc hẳn ai trong chúng ta cũng đã từng đi tìm cho mình một ý nghĩa của đời sống. Người chưa tìm ra được một ý nghĩa cho đời sống thì chưa có hạnh phúc, chưa có năng lượng. Nếu không khéo thì người đó có thể rơi vào tình trạng trống rỗng hiện sinh (existential vacuum). Tình trạng trống rỗng đó buộc con người phải đi tìm một cái gì đó để khóa lấp. Thường thì người ta đi tìm nơi đối tượng của dục. Có người tìm quên nơi rượu, có người sử dụng ma túy, có người tìm trong âm nhạc, trong những cuộc vui thâu đêm, cũng có người tìm nơi sắc dục để khóa lấp sự trống rỗng trong lòng.

Vào khoảng năm 1965, trong một cuộc thăm dò người ta thấy rằng ở châu Âu số lượng sinh viên có được một chủ đích sống trong cuộc đời lên tới 60 – 65%, trong khi số lượng sinh viên ở Mỹ chỉ có hơn 20%. Sự kiện “trống rỗng hiện sinh” là một triệu chứng của thời đại. Đó không phải là triệu chứng bất an của một cá nhân mà là triệu chứng tập thể của một xã hội. Người ta có cảm giác trống rỗng, cảm thấy đời sống không có ý nghĩa và rồi phải tìm tới những phương tiện để khóa lấp. Nhưng vì không được soi sáng nên họ đi về hướng sắc dục, ma túy và bạo động.

Vì vậy chúng ta phải làm thế nào để giúp cho người trẻ có được một ngọn lửa trong lòng, tìm ra được một ý nghĩa của cuộc sống, biết mình sống để làm gì, sống vì

cái gì, sống vì người nào, sống vì một chính nghĩa nào. Chúng ta không thể đưa ra một ý nghĩa của đời sống nào đó và mời họ: “*Đây là một chính nghĩa, anh lấy đi để xài!*”. Công việc mà chúng ta có thể làm là soi sáng cho người đó, giúp cho họ tìm ra được một ý nghĩa của cuộc đời.

Tưới tẩm hạt giống tốt

Thỉnh thoảng có những người tới Làng Mai trong tình trạng như vậy. Họ nói: “*Tôi không cảm thấy đời sống của mình có một ý nghĩa gì cả! Tôi thấy chết hay sống cũng giống nhau thôi!*”. Sự chán nản bao trùm lên những người đó. Khi đối diện với những người như vậy thì chúng ta phải làm gì để giúp họ? Chúng ta không thể nói một bài pháp thoại hay cho ý kiến để người đó chấp nhận. Chúng ta phải tìm cách nhìn sâu để có thể hiểu được, nhận diện được những hạt giống tốt của người đó, và chỉ cho họ phương pháp tưới tẩm những hạt giống tốt đó nơi họ. Đức Như Lai có dạy rằng người nào cũng có hạt giống tốt của tâm bồ đề. Khi được tưới tẩm thì hạt giống tâm bồ đề của ta biểu hiện ra cách này, và của người kia thì biểu hiện ra cách khác.

Vấn đề không phải là trao truyền những ý kiến mà là làm thế nào để giúp người kia tìm ra được lẽ sống của chính người đó. Ta sẽ không làm được chuyện đó nếu ta không biết gì về quá khứ cũng như hiểu được cách sống của người đó trong giây phút hiện tại. Những bài pháp thoại của chúng ta chỉ có tác dụng tưới tẩm, khơi lối cho người kia tìm ra được mục đích, ý nghĩa của

đòi họ. Ta cho pháp thoại không chỉ bằng lời nói mà còn có thể bằng cách sống của mình. Ta sống một cuộc sống có lý tưởng, có thương yêu, có mục đích. Ta hành xử và tỏa chiếu niềm vui, năng lượng. Rồi khi tiếp xúc được với con người và với cách sống của ta thì người đó có cơ hội nhìn trở lại để khám phá ra trong bản thân họ có một cái gì tương tự mà lâu nay đã bị bít lấp và đè nén.

Đôi khi người kia bị kẹt, bị những trở lực, và có những bức màn ngăn che không cho người đó thấy được khía cạnh tốt đẹp của chính mình. Ta có thể giúp người đó lột bớt bức màn ngăn che, tháo gỡ những chỗ kẹt để cuối cùng người đó có thể tiếp xúc với những cái đẹp, cái lành, cái thật nơi họ. Họ tìm ra được hướng đi của đời mình.

Ý tư liệu pháp (Logothérapie)

Nhà phân tâm học Viktor Frankl là cha đẻ của phương pháp trị liệu “Logothérapie”. Nếu dùng danh từ Phật giáo chúng ta có thể dịch “Logothérapie” là: ý tư liệu pháp. *Ý tư* mượn từ chữ *ý* tư thực (có khi còn gọi là tư niệm thực), tức là ước muốn (volition, deep desire). Nếu có ước muốn là ta có năng lượng và ta có thể đi tới. Những người chán chường, không muốn sống là những người không tìm ra được ý nghĩa của đời sống.

Frankl đã từng sống rất lâu trong trại tập trung của Đức Quốc Xã (Nazi) và đã trải qua những khổ đau, tuyệt vọng cho đến nỗi ông đã từng nghĩ rằng mình không có khả năng sống sót trở về. Ông là một nhà tâm lý trị liệu có tài. Ông đã sáng tác một tác phẩm nói về phương pháp trị liệu gọi là “*ý tư liệu pháp*”. Trong đó, ông muốn trao truyền những kinh nghiệm và tuệ giác của mình lại cho đời. Nhưng khi ông bị chuyển tới trại tập trung Auschwitz thì người ta khám phá ra bản thảo và đã tịch thu tác phẩm của ông. Đó là đứa con tinh thần, là lẽ sống của ông. Bây giờ đứa con tinh thần bị tiêu hủy thì cuộc sống của ông còn có ý nghĩa gì nữa?

Trong điều kiện sống tột tệ ở trại tập trung, người ta rất dễ dàng trở thành nạn nhân của sự tuyệt vọng. Nhưng ông đã tìm cách để sống sót. Sau khi lột áo ông để lấy bản thảo, người ta đưa cho ông cái áo rách tả tơi của một tù nhân vừa bị cho vào lò hơi độc. Trong cái áo tả tơi đó, ông tìm thấy một tờ giấy xé ra từ một cuốn kinh Do Thái. Trong tờ giấy có bài kinh Kadish, tức bài kinh được đọc lên trước khi chết để chứng tỏ mình có niềm tin rất vững ở Thượng Đế và mình coi thường cái chết, cái chết không đụng chạm gì được tới mình. Khi

tìm thấy mảnh giấy trong áo người tù đã chết trong phòng hơi độc thì ông bừng tỉnh. Ông thấy rằng cái chết và những khổ nhục lớn lao nhất của cuộc đời không làm cho người tù mất đi đức tin. Người này đã sống những giờ phút cuối cùng với đức tin đó. Vì vậy ông quyết tâm tìm mọi cách để sinh ra đứa con tinh thần của mình lần thứ hai.

Ông lượm những miếng giấy vụn, ghi lại những ý chính mình đã viết trong bản thảo, hy vọng được sống sót để một ngày nào đó có thể viết lại bản thảo. Chính nhờ bám vào ý tư, vào ước muốn đó mà ông chống cự được với những khổ nhục, nhất là với bệnh sốt thương hàn đang hoành hành trong trại tập trung. Theo Frankl, mình chỉ có thể tìm ra được ý nghĩa của cuộc sống khi có ba yếu tố:

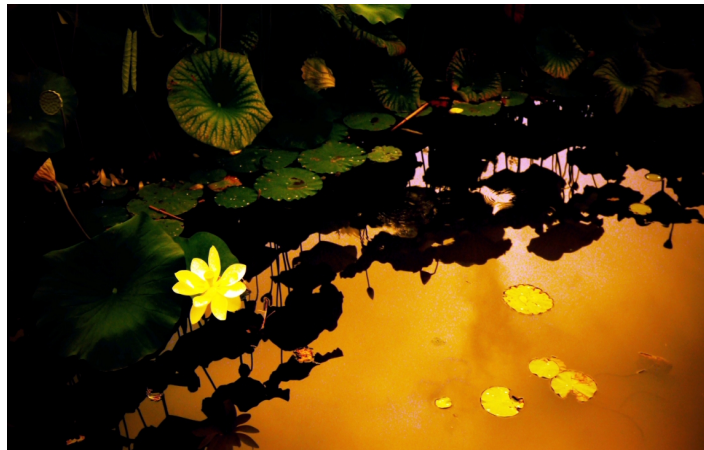
Yếu tố thứ nhất: mình muốn thực hiện một cái gì đó trong cuộc đời

Chẳng hạn như ý muốn trao lại cho đời một đứa con tinh thần kết tinh từ những kinh nghiệm của mình, hoặc theo đuổi một chương trình, một sự nghiệp. Ví dụ mình tìm ra là mình có tài năng của một họa sĩ; những bức tranh của mình có thể đem lại niềm vui cho nhiều người, giúp họ quên bớt những khổ đau dằn vặt. Mình thấy những sáng tác của mình có thể tô điểm, làm đẹp cho cuộc đời. Vì vậy mình muốn theo đuổi sự nghiệp của một họa sĩ, không hẳn vì tiền bán tranh hay vì danh tiếng mà chỉ vì ý nguyện muốn làm đẹp cho cuộc đời. Nếu là người có khiếu âm nhạc, mình sáng tác không hẳn là vì quyền bính, vì danh vọng, vì lợi dưỡng hay sắc dục mà vì mình có ý nguyện. Sự nghiệp của mình là sống và thể hiện được cái mình cho là đẹp, là quý, là cần thiết cho cuộc đời.

Trong trường hợp của Siddharta, Siddharta muốn tu tập để chuyển hóa những khổ đau và giúp những người đương thời chuyển hóa khổ đau. Đó là một tư niệm và tư niệm đó giúp Siddharta đi qua được những thời gian khổ hạnh cực kỳ. Khi chưa tìm ra được con đường, Siddharta đã thử nhiều cách thực tập, trong đó có sự thực tập khổ hạnh, và làm cho thân thể héo mòn, tiêu tụy đến nỗi suýt chết. Nhưng Siddharta đi qua được tất cả những khổ hạnh đó và sống sót được vì có một ý tư rất mạnh. Ý tư đó là chuyển hóa phiền não và cứu độ con người. Sau khi thành đạo, ý tư đó vẫn còn hùng mạnh nên Siddharta đã để ra 45 năm để đào tạo, giảng dạy và thực tập. Siddharta không muốn nổi tiếng. Siddharta không muốn trở thành đối tượng của sự kính ngưỡng. Siddharta chỉ muốn chuyển hóa khổ đau và giúp người chuyển hóa khổ đau. Vì vậy ý nghĩa của

cuộc sống có được là nhờ sự nghiệp, mà sự nghiệp đó không phải là sự thỏa mãn những tư dục cá nhân. Chúng ta phải phân biệt rõ ràng điều đó.

Có những người đang chạy theo năm dục: tài (tiền bạc), sắc (sắc dục), danh (danh vọng), thực (ăn) và thụy (ngủ). Trong họ cũng có một động lực, họ biết họ muốn gì và chạy theo cái gì. Có nhiều người đi tìm những đối tượng của dục chẳng qua chỉ để khóa lấp cái trống vắng trong lòng. Có người đi tìm hạnh phúc nơi quyền lực. Họ nghĩ rằng khi có quyền lực thì có thể thỏa mãn được những dục khác. Có người thấy rằng có nhiều tiền thì sẽ có nhiều quyền lực. Mặc dù mình không phải là ông bộ trưởng, ông thủ tướng hay ông tổng thống, nhưng một khi mình có nhiều tiền thì ông bộ trưởng, ông thủ tướng hay ông tổng thống cũng phải đi theo mình. Vì vậy trong thế giới của chúng ta, những nhà lãnh đạo công nghiệp rất quan trọng, nhiều khi họ còn có nhiều quyền lực hơn những nhà lãnh đạo chính trị. Có tiền là có quyền lực.



Ngoài ra có những đối tượng khác như thức ăn ngon. Thức ăn ngon ở đây là những thứ làm thỏa mãn khẩu vị nhưng có ảnh hưởng tàn hại thân và tâm. Chúng ta không có khả năng chống cự lại những thức ăn hấp dẫn. Chúng ta biết ăn thứ đó vô thì sẽ khổ đau, sẽ dẫn đến tình trạng rã rời của thân và tâm nhưng không ăn không được.

Chạy theo đối tượng của năm dục chưa hẳn là đã tìm ra được ý nghĩa của sự sống. Có những người có quá nhiều quyền hành, quá nhiều tiền bạc nhưng họ đau khổ cực kỳ vì họ thấy trống rỗng. Những nhà lãnh đạo doanh thương lớn như ông Bill Ford đã tới tu viện Thanh Sơn ngồi thiền với Thầy. Ông thấy cuộc sống của một người giàu có và quyền lực không đem tới hạnh phúc. Ông cho biết trong giới giàu có và quyền lực, có người đau khổ rất nhiều. Họ rất cô đơn, sống cô

đơn mà chết cũng cô đơn. Vì vậy dù đi tìm quyền bính, đi tìm danh vọng người ta vẫn đau khổ như thường. Và rốt cuộc có người đã phải tự tử. Bill Ford đang đi tìm một ý nghĩa của đời sống. Ông muốn chế tạo ra xe hơi không gây ô nhiễm môi trường. Ông nuôi chí nguyện: làm sao để xe hơi sau này có thể chạy bằng nhiên liệu khí hydro. Đó là ý tư mà ông đeo đuổi. Nhưng liệu ông có nuôi được ý tư đó lâu dài hay không?

Có thể nói cuộc đời của tướng De Gaulle rất thành công. Ông đã giải phóng được nước Pháp, đem lại độc lập và tự do cho nhân dân Pháp. Ông nổi danh như cồn và có thời dân Pháp coi ông như quốc phụ (tức người cha của tổ quốc). Nhưng những ngày tháng cuối của tướng De Gaulle rất buồn thảm. Sau một cuộc biểu tình chống đối của người trẻ, ông tổ chức buổi trưng cầu dân ý (referendum) để hỏi người dân có còn muốn ông đứng ở địa vị tổng thống nữa không? Ông tin chắc rằng người dân sẽ trả lời “muốn” tại vì ông là quốc phụ, là người đã có công giải phóng nước Pháp. Nhưng kết quả của cuộc trưng cầu dân ý thì trái lại,

người dân không muốn. Ông bỏ chức vụ tổng thống, ngay lập tức trở về làng quê của ông trong vòng 24 giờ đồng hồ. Trong lòng ông có một nỗi thất vọng lớn. Ông nghĩ người dân Pháp vô ơn bạc nghĩa; mình là người anh hùng đã cứu nước Pháp mà bây giờ dân lại nói không thích mình. Những ngày tháng cuối cùng của tướng De Gaulle rất cô đơn. Ông chưa thoát khỏi ý niệm về ngã và chưa chuyển hóa được lòng tự hào của mình.

Như vậy, danh vọng, dù lên tới mức cùng cực, cũng chưa có thể làm cho con người có hạnh phúc chân thật, hưởng hồ là lợi lộc, quyền bính và sắc dục. Chúng ta thấy rõ ràng khi chưa tìm được ý nghĩa của đời sống thì ta dễ bị xao động bởi sự đi tìm đối tượng của dục. Ta nghĩ đi tìm đối tượng của dục có thể khóa lấp được cái trống rỗng trong lòng. Chúng bệnh tập thể của thời

đại chúng ta là chứng bệnh trống rỗng hiện sinh (existential vacuum). Ta phải tu học như thế nào để vượt thoát triệu chứng đó và giúp cho đời bằng muôn ngàn phương tiện để mỗi người trong xã hội tìm ra được ý nghĩa của đời sống. Nếu là người xuất gia mà ta lâm vào tình trạng đó tức là Bồ đề tâm của ta bị soi mòn. Không có ý tứ thực thì ta không giúp được cho chính mình, không giúp được cho tăng đoàn của mình chứ đừng nói là giúp được cho xã hội.

Khi Bồ đề tâm không vững, chí nguyện tu học không bền thì tự nhiên mình đi tìm những chuyện tầm thường trong phạm vi năm dục để khóa lấp sự trống rỗng. Nhưng nếu mình có khối lửa trong tâm thì sự lôi kéo của năm dục không đủ sức để làm xao động lòng mình.

Yếu tố thứ hai: Tình yêu, kinh nghiệm của trái tim

Tình yêu đó có thể là tình yêu Thượng đế hay tình yêu nam nữ. Khi có tình yêu thì mình bắt đầu đi trên con đường khám phá, khám phá bản chất của người mình yêu và bản chất của chính mình. Theo Frankl, tình yêu là cách duy nhất để nắm được một cách sâu sắc bản chất của một người. Không có tình yêu thì không thể hiểu được người đó. Nhưng theo thầy thì làm sao mình nắm được bản chất của một người khác khi mình không biết được mình là ai? Mình chưa biết mình là ai thì làm sao mình biết được người khác là ai? Tình yêu chân thật là một con đường khám phá, khám phá được bản thân tới chừng nào thì mình khám phá được đối tượng thương yêu tới chừng đó. Nếu không có sự khám phá bản thân thì không thể nào khám phá được người khác. Đức Thế Tôn có mười danh hiệu, trong đó có danh hiệu Thế Gian Giải, tức là bậc hiệu thấu thế gian. Có hiểu mới có thương. Tại sao đức Thế Tôn hiểu thấu được thế gian? Tại vì Ngài hiểu được chính mình. Hiểu được thì mới thương được người và giúp người thoát khỏi vòng khổ đau.

Frankl nói một câu giống như giới thứ ba của Năm giới: Sự gần gũi nam nữ chỉ có thể được chấp nhận khi có tình yêu chân thật, nếu không thì đó là hành động có tính cách tàn hại. Trong giới thứ ba, chúng ta nói: *“Con nguyện không ăn nằm với bất cứ ai nếu không có tình yêu đích thực và những cam kết chính thức lâu dài.”* Theo Frankl, sự gần gũi nam nữ trong trường hợp có tình thương đích thực có thể là một cái gì thánh thiện. Mình có thể chấp nhận câu nói của Frankl. Vì vậy trong Năm giới dành cho người tại gia chúng ta cũng có một câu tương tự.

Đối với người xuất gia thì khác. Tại sao một sự thật áp dụng được cho người này lại không áp dụng được cho người khác? Người xuất gia cũng biết rằng hành động giao hợp nam nữ nếu được xảy ra trong sự cung kính, trong tinh thần trách nhiệm, trong tình yêu chân thật và sự cam kết lâu dài thì không phải là chuyện xấu. Nhưng tại sao người xuất gia không làm chuyện đó? Câu trả lời là tại vì người xuất gia có một tư niệm rất đặc biệt, muốn dồn hết năng lượng của mình về một hướng, sử dụng tất cả năng lượng để thực hiện chí nguyện của mình. Đời sống độc thân là một trong những nền tảng rất quan trọng cho chí nguyện đó. Những nhà cách mạng bốn ba nơi hải ngoại để tìm con đường sống cho quê hương cũng sống giống như người xuất gia. Họ không vướng bận thế nhi. Người xuất gia không cho đó là chuyện xấu ác, nhưng không làm vì mình đang theo đuổi một chí nguyện lớn. Vướng vào ái dục cũng là một trở lực không cho phép mình đi tới được.

Trong trường hợp thứ hai (tình yêu), hình như trong thâm tâm của tác giả có nói tới một kinh nghiệm tâm linh (religious experience), có thể nói là tình yêu Thượng đế. Tình yêu đó có thể cho mình nhiều năng lượng để đi tới và làm được chuyện này chuyện kia. Khi yêu một người thì mình có thể hy sinh thân mạng để người đó được hạnh phúc.

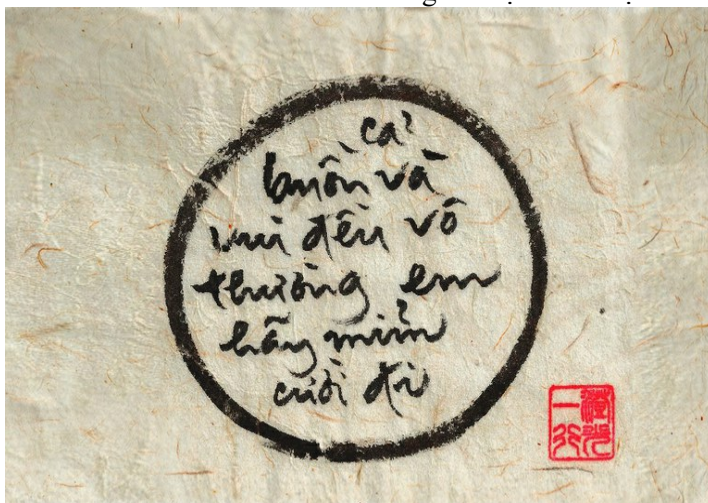
Nhưng trong ánh sáng của sự thực tập, chúng ta thấy rất rõ là khi thương một người và muốn làm cho người đó hạnh phúc thì mình phải hiểu người đó. Khả năng hiểu tùy thuộc nơi sự thực tập của mình, vì nếu không hiểu được mình là ai thì mình chưa thể hiểu được người kia là ai. Cũng như thương, nếu không thương được mình thì làm sao mình có thể thương được người khác. Thương như vậy chẳng qua là một sự đam mê. Mình phải phân biệt giữa đam mê và tình thương. Đam mê thì đưa đến sự vướng mắc, rồi diu nhau vào chỗ khổ đau. Còn tình thương thì đưa tới hạnh phúc và tự do cho cả hai phía.

Chúng ta phải phân biệt, phải nhìn cho rõ: sự nghiệp này có thể chỉ là sự chạy theo đối tượng của năm dục và tình yêu này có thể chỉ là sự chạy theo đam mê. Khi đọc Frankl với con mắt của Phật thì mình thấy như vậy. Tình yêu, theo đạo Phật, là một sự khám phá, không phải chỉ là sự khám phá người kia mà thôi. Làm sao mình khám phá được bản chất của người kia khi mình không biết mình là ai? Mình không yêu được mình thì làm sao mình yêu được người kia? Mình không giải phóng được mình thì làm sao mình giải phóng được người khác? Khi mình chưa tìm ra được ý nghĩa của

đời mình thì làm sao mình giúp được người kia tìm được ý nghĩa đời sống của người kia?

Khi thương thì mình có khả năng giúp được người kia phát triển tiềm năng trong họ. Người đó ban đầu thấy rã rời, không có năng lượng. Nhưng nhờ tình thương, mình có thể soi đường chỉ lối, gỡ ra những bết tắc của người đó và làm cho họ phát hiện ra được những tiềm lực lớn lao trong người họ. Và người đó trở thành một bậc anh hùng, một chàng hiệp sĩ, một người có khả năng làm đẹp cho cuộc đời. Đức Thế Tôn đã từng thương như vậy. Ngài đã khám phá ra những tài ba tiếp nối được Ngài như thầy Xá Lợi Phất, thầy Mục Kiền Liên, thầy A Nan, v.v. Sở dĩ Đức Thế Tôn làm được vì Ngài đã khám phá được chính Ngài. Ngài đã khám phá ra ý tư của Ngài, lẽ sống của đời Ngài. Ngài đã hiểu được Ngài. Ngài đã tự giác nên mới giác tha. Ngài đã tự độ nên mới độ tha. Ngài đã tự ái nên mới ái tha. Điểm thứ hai là có tình yêu thì tự nhiên có một lẽ sống. Lẽ sống không thể có bằng sự đam mê mà phải bằng tình yêu chân thật.

Tất cả mọi người trong trại tập trung gần như tuyệt vọng, không thấy một chút hy vọng sống sót nào. Và Frankl cũng không chắc có thể viết lại được, sinh ra đứa con tinh thần lần thứ hai để hiến tặng cho đời. Tất cả mọi người chung quanh đều nghĩ nếu không có được ngày mai thì tất cả các khổ nhục mà mình đang chịu đựng sẽ không có ý nghĩa gì nữa. Nhưng Frankl không để mình bị cuốn chìm trong tư tưởng đó. Và nhờ tờ giấy có bài kinh Kadish vò nhàu trong túi áo mà Frankl thấy rõ ràng: người Do Thái kia đi vào phòng hơi độc với những bước chân rất vững, ngẩng đầu lên và đọc bài kinh, không khiếp sợ, không co rúm, không than khóc. Frankl chợt tỉnh: những tuệ giác mà mình muốn trao cho người, mình có thể sống những tuệ giác đó trong giây phút hiện tại. Có thể ngày mai hay ngày một mình sẽ chết, nhưng nếu mình còn một hay hai ngày để sống thì mình phải sống với cái tuệ giác mà mình muốn trao truyền đó. Mình trao truyền bằng sự sống của chính mình. Frankl nghĩ: nếu ta chết trong phòng hơi độc với những tuệ giác ta muốn trao truyền thì ta đã thành công rồi. Vì vậy khổ đau tuyệt vọng cũng là một điều kiện để ta tìm ra được nghĩa sống.



Yếu tố thứ ba là khổ đau

Khổ đau đã có nhiều, ta không cần phải đi tìm thêm khổ đau. Nhưng nếu biết quán sát, nhìn sâu vào lòng của khổ đau thì ta tìm ra được ý nghĩa của đời sống. Điều này rất rõ trong giáo lý “Tứ diệu đế”. Bụt nói sự thật hiển nhiên là có khổ đau (ill-being) và nếu quán chiếu sâu sắc khổ đau thì mình tìm ra được ý nghĩa của đời sống, tức sự thật thứ tư – Đạo đế. Khổ đau phải có giá trị mở mắt cho mình, giúp mình tìm ra được lẽ sống của đời mình. Nếu không thì khổ đau sẽ tràn ngập, và làm cho mình chết đuối trong biển cả mê mông của nó.

Frankl nói một câu rất hào hùng: nếu mình không thể chuyển đổi được tình trạng thì mình phải chuyển đổi tự thân mình! Mình đừng nói rằng hoàn cảnh này không thể chuyển đổi được nên tôi chịu thua, tôi bỏ đi.

Frankl kể, một hôm một ông bác sĩ tới gặp Frankl, than khóc buồn khổ vì vợ ông mới qua đời, một người vợ mà ông thương yêu hết mực. Ông coi bà như lẽ sống của đời mình. Người đó chết nên ông không tìm được niềm vui sống nữa. Đau khổ, tuyệt vọng của ông lớn quá, ông chịu không nổi. Ông có ý muốn tự tử đi cho khỏe. Trong ông có sự trống rỗng hiện sinh. Frankl đã nói với ông như thế này:

– Này ông, bây giờ ông thử trả lời tôi. Nếu ông chết và bà sống thì ông có nghĩ là bà sẽ khổ đau sau khi ông chết không?

Ông nói:

– Như vậy sẽ nguy hiểm lắm, tại vì bà ấy sẽ khổ đau vô cùng.

Frankl nói:

– Đó, ông thấy không? Ông biết bà chết thì không phải gánh nỗi khổ đau tuyệt vọng mà ông đang gánh. Có phải như vậy là đỡ cho bà lắm không? Vì vậy ông phải thực tập gánh khổ đau này cho bà. Đó là tình thương, đó là tình yêu.

“*Phổ tế nhất thiết, nguyện đại chúng sanh, thọ vô lượng khổ*” có nghĩa là thay thế cho chúng sanh mà chịu đựng khổ đau vô lượng. Đó là câu trong kinh *Tám điều giác ngộ của các bậc đại nhân (Kinh Bát đại nhân giác)*. Bây giờ ông đang chịu gánh nặng đau thương để bà khỏi đau thương, như vậy thì điều này có ý nghĩa không? Ông bác sĩ tìm thấy ý nghĩa và ông hết đau khổ giống như một phép lạ vậy. Mình không thể làm phép lạ cho bà sống dậy, nhưng mình có thể làm cho ông hết khổ hay là bớt khổ.

Nếu không thay đổi được hay chưa thay đổi được tình trạng thì ta phải thay đổi bản thân mình. Thay đổi bản thân thì ta bớt đau khổ liền mà không cần phải đòi hỏi người này phải như thế này, người kia phải như thế kia. Thay đổi tâm mình thì tự nhiên hoàn cảnh trở nên trong sáng và ta chấp nhận được tất cả những cái mà ta chưa chấp nhận được trong quá khứ. Frankl cũng giỏi, ông nói được ngôn ngữ của những người trong cuộc.

Có một ông Rabi – tức giáo sĩ Do Thái giáo – đến gặp Frankl. Vợ và bốn đứa con của ông chết trong trại tập trung. Ông không còn đứa con nào để tiếp nối, để đọc kinh Kadish khi ông chết. Vậy nên ông tục huyền, cưới một bà vợ khác. Nhưng bà này lại không có khả năng sinh con nên ông tuyệt vọng vô cùng. Ông nói:

– Bốn đứa con trai của tôi đã bị bức tử. Tâm hồn chúng trong trắng, bây giờ chúng đang ở trên cõi trời với Thượng đế. Còn tôi là một người trần tục. Tôi có nhiều tội lỗi, nhiều yếu kém.

Frankl nói:

– Nhưng mà ông cũng còn hy vọng là sau khi chết, ông sẽ trở về đoàn tụ với con ông trên đó.

Ông Rabi nói:

– Chắc không? Con tôi rất trong trắng. Khi chúng chết thì Thượng Đế đưa chúng trực tiếp lên trên đó. Còn tôi, tôi không còn trong trắng nữa, tôi có những phạm tục. Chắc chắn là trong khi tôi chết không có đứa con nào đọc kinh Kadish và tôi cũng không được đưa lên để gặp các con.

Frankl không có niềm tin như ông đó, nhưng Frankl học nói ngôn ngữ đức tin của ông ta:

– Nhưng nếu giáo sĩ chấp nhận những khổ đau này để thanh lọc hóa thì khổ đau trở nên có ích lợi. Nhờ những đau khổ này mà ông có thể thanh lọc tự tâm. Và chính nhờ sự thanh lọc mà sau này Thượng Đế sẽ cho ông lên đoàn tụ với các con của ông.

Frankl giúp cho ông Rabi thấy trong quá trình đi ngang qua khổ đau, mình có thể biến khổ đau trở thành hữu ích và tìm ra được nghĩa sống của đời mình. Đạo Bụt nói rất rõ khổ đau là chất liệu làm ra tuệ giác, an lạc; cũng như bùn là chất liệu làm thành hoa sen. Không có khổ đau thì không có hạnh phúc, hiểu biết và thương yêu. Nhưng ta không cần và không nên tạo thêm khổ đau. Đã có quá đủ khổ đau cho ta sử dụng rồi.

Sứ mạng thương yêu

Nhìn và quan sát cây cỏ, ta thấy lá chuối chị nuôi lá chuối em và nuôi thân chuối. Ta học được rất nhiều trong sự quan sát đó. Lá chuối chị được sinh ra trước, tiếp thu ánh sáng mặt trời, những chất hơi như carbonic dioxide (CO₂) và chuyển hóa thành những chất nuôi dưỡng thân chuối và những lá chuối con đang từ từ phát hiện. Lá chuối chị có một sứ mạng, có thể gọi đó là sứ mạng thương yêu. Ngay trong giới cây cỏ cũng có, đó là điều rất tự nhiên: nuôi dưỡng và bảo hộ cho thế hệ tương lai. Đó là một cái gì được ghi khắc vào trong sự sống. Nhưng có một điều trong lá chuối chị có một cái mà mình có thể tạm gọi là ý nghĩa sống, mục đích sống của lá chuối chị là nuôi cây chuối và những thế hệ lá chuối tương lai.

Khi một bà mẹ thương yêu và nuôi dưỡng đứa con, mình thấy rất rõ trong bà mẹ có tình thương, có một ý nghĩa của đời sống. Mục đích của bà là nuôi con lớn lên. Bà mẹ có sứ mạng giống như lá chuối chị. Nhưng

trong khi lá chuối đang làm việc nuôi nấng cây chuối và những lá chuối khác thì nó cũng có thể có hạnh phúc trong giây phút hiện tại. Nó xòe ra tiếp nhận ánh sáng ban mai, trình bày tất cả những tươi mát, đẹp đẽ của mình và sống an lạc trong từng giây từng phút. Hai công việc đó không chống đối nhau. Năng lượng của Bò đê tâm và khả năng lạc trú trong giây phút hiện tại không chống đối nhau. Con sư tử mẹ hay con mèo mẹ cũng chăm sóc, bảo hộ những những đứa con nó sinh ra. Nhiều khi nó nhìn để cho con ăn. Nó có tình yêu, nó có một ý nghĩa của đời sống.

Là một người cha hay một người mẹ, ta phải thấy đời sống của mình có một ý nghĩa nào đó. Ta đã tiếp nhận như thế nào và sẽ hiến tặng như thế nào? Nếu không thấy được mình đã tiếp nhận cái gì thì làm sao thấy được mình sẽ hiến tặng cái gì? Là một người xuất gia, ta đã tiếp nhận được giới pháp, ta đã tiếp nhận được Tam bảo, đã có hạnh phúc. Ta đã trở thành một sư anh, một sư chị. Ta có bồn phận nhìn các sư em bằng con mắt đó. Ta phải sống và hành xử như thế nào để mỗi giây phút của đời sống hàng ngày có tác dụng nuôi nấng các sư em. Ít nhất ta phải làm được như một tàu lá chuối. Vì vậy mỗi bước chân của ta phải đi trong chánh niệm. Nếu bước chân không chánh niệm thì bước chân đó không có tính cách nuôi dưỡng và không thể hiện được tình thương của mình. Là một sư chị mà ta không biết thờ và ôm ấp khi có sự bức tức biểu hiện thì ta không thương các sư em. Mình nói mình thương sư em, thương thầy nhưng nếu mình không làm được việc đó thì lời tuyên bố kia trở thành trống rỗng. Thương là một cái gì có thật. Thương bằng mỗi bước chân, bằng mỗi hơi thở, bằng cách hành xử, bằng từng

lời nói của mình. Mình có tình thương hay không, điều này có thể thấy được rất rõ ràng, không thể che giấu được.

Sinh hoạt quán niệm tháng 2 năm 2018

- Ngày quán niệm đầu tháng 2 năm 2018 của tăng thân Thuyền Từ sẽ được tổ chức vào thứ Bảy 3 tháng 2 từ 9 giờ sáng tới 4 giờ chiều tại Chapel của Unitarian Universalist Congregation of Fairfax (UUCF), 2709 Hunter Mill Road, Oakton, VA 22124, sẽ có tụng kinh cầu an để mừng Xuân Mậu Tuất. Kính xin quý vị đem theo thức ăn chay để ăn trưa chung và mang y phục thoải mái để ngồi thiền. Xin vào trang nhà dưới đây để biết thêm chi tiết: <http://crpev.org/thuyentu/>
- Sinh hoạt quán niệm với tăng thân MPCF do anh chị giáo thọ Chân Ý và Chân Trí hướng dẫn bằng Anh ngữ sẽ được tổ chức tại UUCF, 2709 Hunter Mill Road, Oakton, VA 22124.

* Trọn ngày quán niệm vào thứ Bảy 10 tháng 2 từ 8:45 giờ sáng tới 4 giờ chiều tại MPCF.

Quỹ tu học:

Quỹ trước còn	\$4981.34
Đóng góp tháng 1	\$146.00
Phước sponsor MPCF	-\$100.00
Quỹ còn	\$5027.34

Thuyền Từ
10413 Adel Road
Oakton, VA 22124