

ĐỂ THÀNH TỰU SỰ LÃNH ĐẠO CÓ CHÁNH NIỆM VÌ NỀN HÒA BÌNH BỀN VỮNG: GIỚI THIỆU TÔNG THIÊN JOSASEON (TỔ SƯ THIÊN)

TS. Young Ho Lee (Jinwol Downon)^(*)

1. GIỚI THIỆU

Những Mục tiêu Phát triển Bền vững (tiếng Anh viết tắt là SDGs) của Liên Hiệp Quốc còn được biết đến như Những Mục tiêu Toàn cầu, là tiếng gọi chung cho tất cả chúng ta hành động chấm dứt đói nghèo, bảo vệ hành tinh và đảm bảo rằng mọi người có được hòa bình và thịnh vượng. Trong đó, “hòa bình” là mục tiêu thứ 16 trong bộ 17 Mục tiêu SDGs này. Xét toàn diện, dù hòa bình là một mục tiêu riêng được nhấn mạnh trong Bộ mục tiêu phát triển nhưng Phát triển Bền vững nhìn chung và từng mục tiêu nói riêng không thể nào đạt được nếu như chúng ta không thành tựu vấn đề hòa bình cho thế giới. Hòa bình là một khái niệm mang tính toàn diện và rất quan trọng đối với tất cả các mặt của SDGs. Hòa bình thật sự không được mang tính tạm thời mà phải là ổn định và vĩnh viễn. Hòa bình bền vững có

*. Dongguk University, Gosung Monastery, CA, USA, President, Korean Buddhist Sangha of North California, USA. Người dịch: Phạm Hải Thy

thể đạt được và dẫn dắt bởi những nhà lãnh đạo tài ba ở nhiều lĩnh vực khác nhau như chính trị xã hội, kinh tế, văn hóa và tôn giáo trên bình diện địa phương và toàn cầu. Những nhà lãnh đạo này phải có chánh tư duy để quan tâm chăm lo cho người dân ở mọi tầng lớp xã hội, ở những quốc gia khác nhau và trên thế giới. Nhà lãnh đạo phải thực sự có Trí tuệ, sống cuộc đời chánh niệm và an lạc. An lạc cơ bản được phát triển trong và từ trí tuệ của con người. Rõ ràng rằng sẽ không có hòa bình thực sự nếu như không có an tĩnh trong tâm hồn. Nếu như tâm thức của chúng ta đều an lạc và từ bi thì xã hội và thế giới này sẽ tràn ngập an bình và nhân văn.

Để nuôi dưỡng sự an lạc và trí tuệ, dường như hành thiền là một trong những cách tốt nhất và hiệu quả nhất. Hành thiền không chỉ tốt cho sự an lạc của tâm thức mà còn đạt được sự khai sáng và chánh niệm trong từng lời nói và hành động. Tôi muốn giới thiệu một phương pháp hành thiền truyền thống, Josaseon (Tổ Sư Thiền) tại Hàn Quốc, đây là một phương pháp lâu đời và chân thật được truyền từ Ấn Độ sang Trung Hoa. Bài nghiên cứu này đầu tiên sẽ tổng quát và nhắc lại các mục tiêu SDGs bên trên thông qua việc xoay quanh Mục tiêu thứ 16, trước khi đi vào bàn luận phương cách lãnh đạo có sự ảnh hưởng của tư duy chánh niệm. Thứ hai, tôi sẽ giới thiệu Josaseon, một cách hành thiền Phật giáo truyền thống, bao gồm những chi tiết về bối cảnh và cách thức. Kết luận được đưa ra là cách hành thiền Josaseon nên được phổ biến rộng rãi và tập luyện thường xuyên để phát huy sự lãnh đạo có chánh niệm vì hòa bình bền vững. Đây là một trong những sự đóng góp giá trị trong việc phát huy nền hòa bình bền vững mang lại lợi ích cho tất cả chúng sanh trên trái đất này.

2. TỔNG KẾT LẠI VÀ NHẮC NHỞ VỀ Ý NGHĨA VÀ GIÁ TRỊ CỦA HÒA BÌNH VÀ SỰ LÃNH ĐẠO

2.1. Hòa bình

Tôi cho rằng hòa bình là mối quan tâm cơ bản và duy nhất của Đạo Phật dành cho cá nhân, cộng đồng và vũ trụ này. Phật giáo luôn được biết đến là một tôn giáo hòa bình nhất trên thế giới. Lịch sử nhân loại đã cho chúng ta thấy các tín đồ Phật giáo chưa bao giờ gây ra bất cứ cuộc chiến tranh nào dưới danh nghĩa

Phật giáo kể từ khi Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, người luôn dạy môn đồ của mình về bất bạo động và lòng từ bi với tất cả chúng sanh, khai lập ra đạo Phật. Những môn đồ của Đức Phật, như là Tỳ Kheo/Tỳ Kheo Ni, Sa Di/Sa Di Ni, Bồ Tát và Phật tử tại gia thọ nhận giáo lý khác nhau tùy theo tình trạng thực tế của từng người nhưng tất cả đều phải lấy việc tránh xa giết hại và làm đau tất cả chúng sanh làm giáo lý căn bản chủ yếu. Tôn trọng và chăm sóc các loài hữu tình và vô tình là chủ thuyết cơ bản của Phật giáo và nguyên tắc cơ bản của đạo đức. Không giết hại và làm đau chúng sanh khác là cơ sở của hòa bình và công lý trong cộng đồng Phật tử cũng như trong xã hội nói chung. Rõ ràng không có hòa bình khi có giết chóc, làm đau hay có thù hận và bạo lực xảy ra. Silla và Vinaya, những quy tắc ứng xử đạo đức hay còn gọi là Tạng luật được viết ra để ngăn ngừa sự bạo lực và xung đột trong Tăng đoàn và xã hội. Thiền định (Samadhi) giúp đầu óc con người an tĩnh và sáng suốt. Nó cũng có tác dụng làm cho tâm thức con người an lạc và từ bi cũng như có trí huệ và công bằng.

Mục tiêu cuối cùng của đạo Phật là đạt đến Niết Bàn, một trạng thái an lạc và tự do hoàn toàn khỏi tà dâm, đau khổ, tuyệt vọng và nghiệp chướng, hay nói cách khác một trạng thái giác ngộ hoàn toàn với trí tuệ hoàn hảo. Do đó, chúng ta có thể nói những Phật tử chân chính là những người tìm kiếm sự an lạc dưới danh nghĩa tìm cầu Niết Bàn, nơi của sự an lạc hoàn toàn và niềm hạnh phúc vĩnh hằng. Tôi cho rằng hòa bình và hạnh phúc trong cõi Niết Bàn của đạo Phật có chất lượng hoàn hảo nhất so với những khảng định của những tôn giáo khác về vấn đề hạnh phúc và an lạc. Nhưng vấn đề là làm sao chúng ta có thể đạt đến Niết Bàn ở cấp độ cả xã hội và cá nhân. Tạo ra thế giới Niết Bàn, một xã hội an lạc tuyệt đối, là mục tiêu và nhiệm vụ chung của tất cả chúng ta. Chúng ta cần thảo luận và phát triển cách thức hiệu quả để đạt đến Niết Bàn trong bối cảnh của xã hội ngày nay.

Trong xã hội hiện đại, hòa bình đã và đang là vấn đề chính yếu cùng với những vấn đề như công bằng, công lý cho tất cả những mối quan hệ tương hỗ. Do đó, hòa bình nên là hòa bình công bằng của nó vì có những thứ trông giống như hòa bình nhưng thực tế lại có nhiều bất công đã diễn ra bên trong dưới cái tên của hòa bình do

những yếu tố chính trị.

Hòa bình với thực tế bất công không phải hòa bình thực sự mà chỉ là sự giả tạo hay hòa bình trên danh nghĩa. Do đó, để có hòa bình bền vững, tôi muốn mọi người quan tâm đến hòa bình công bằng hơn là chỉ là hòa bình mà thôi.

Chúng ta hãy phân tích nghĩa và ý nghĩa sâu xa của “công bằng” (“Just”) và “hòa bình” (“peace”) trong bối cảnh xã hội. “Công bằng” ám chỉ công bằng, đúng đắn, chân lý, đạo đức, chân thực, vinh dự, không thiên vị hay công bằng; nó cũng có nghĩa hiện tại, gần đây, mới đây, duy nhất, hiếm khi, chắc chắn, hoàn toàn hay hoàn hảo; nó cũng có thể ám chỉ đơn giản là, thực sự là, rõ ràng, cụ thể là. “Hòa bình” có thể có nghĩa là sự tĩnh tâm, yên tĩnh, bất động, an nhiên hay im lặng; nó cũng có nghĩa là sự hài hòa, sự thanh bình, sự hòa thuận hay tình hữu nghị; nó cũng có nghĩa là sự thấu hiểu, sự dung hòa, thỏa thuận, thỏa hiệp, sự đồng bộ, thiện ý, hay mối quan hệ tốt; nó cũng có nghĩa là ngừng bắn, chấm dứt chiến tranh, tự do khỏi xung đột hay không có bạo lực.⁽¹⁾ Tôi nghĩ rằng tất cả những ý nghĩa trên đều có liên quan nhau và phù hợp với những thảo luận của chúng ta trong bài nghiên cứu này.

2.2. Sự lãnh đạo

Lịch sử thế giới cho thấy Hoàng đế Asoka được xem như một vị Cakravartin, hay một vị Chuyển Luân thánh vương. Bánh xe pháp nghĩa là Pháp giới (Dharma) và nó có nghĩa là Hoàng đế đã cai trị vương quốc mình bằng Pháp giới, chân lý và giáo lý của Đức Phật, tránh bạo lực, thúc đẩy hòa bình và lòng từ bi có trí tuệ và công bằng. Lịch sử cho thấy Hoàng đế đã thực hành Đạo Phật và cố gắng truyền bá Đạo Phật đến khắp nơi trên thế giới. Ngài đã hoàn thành sứ mệnh truyền bá Đạo Phật cũng như cai trị dân chúng bằng những phương tiện hòa bình. Tôi cho rằng Ngài là một trong những nhà cai trị giỏi nhất và một trong những nhà lãnh đạo tài ba nhất trong lịch sử thế giới từ đó đến giờ. Sự lãnh đạo có chánh niệm và cai trị vì mục tiêu an dân của Ngài xứng đáng là mô hình mẫu về chính trị xã hội cho các thế hệ kế tiếp noi theo.

Tuy nhiên, trong thời đại ngày nay, bối cảnh thế giới mang tính đa văn hóa và có tính chất phức tạp. Như David E. Wright đã nói, thế giới

1. Mattie J.T. Stepanek with Jimmy Carter ed. By Jennifer Smith Stepanek, Just Peace: A Message of Hope; (Andrews MeMee Publishing: Kansas City, 2006), p.x vi

của chúng ta đang sống ngày một thiên về kỹ thuật. Hầu như tất cả các hoạt động liên quan đến kinh doanh đều gắn liền với nhiều tầng lớp kỹ thuật nhưng một trong những vấn đề quan trọng nhất liên quan đến thành công của kinh doanh và con người thì không hề liên quan đến kỹ thuật. Nó liên quan đến não trạng và trái tim con người về phương diện lãnh đạo. Không có sự lãnh đạo đáng tin cậy, tất cả những tiến bộ khoa học kỹ thuật trên thế giới sẽ không thể nào cứu vãn nổi một tổ chức hay một xã hội đang phải chật vật đấu tranh.⁽²⁾ Bàn về lãnh đạo, Alexander M. Haig, Jr. đã chỉ rõ rằng một số sinh ra đã có những phẩm chất thao lược của một nhà lãnh đạo tài ba. Nhưng ngược lại cũng có một số người thành tựu được tài năng của mình thông qua học tập và chuyên cần. Họ nhận ra rằng họ có thể học được và phát triển các nguyên tắc lãnh đạo nếu như họ chuyên tâm nghiên cứu học tập và phân tích những đặc tính đã được chứng minh bởi những thiên tài trước đó. Thật công bằng khi nói rằng cả những người tài năng và kém tài năng hơn đều luôn luôn có thể phát triển và cải thiện kỹ năng lãnh đạo của mình và có thể thực hiện điều đó bằng cách chú ý cải thiện những đặc tính tốt về lãnh đạo.⁽³⁾

Như Ed Oakley và Doug Krug đã đề nghị, chúng ta cần một nền lãnh đạo đã được giác ngộ mà trong đó các nhà lãnh đạo không chỉ có tầm nhìn mà còn có khả năng thu hút người khác chấp nhận tầm nhìn đó như của chính họ, và kế tiếp cam kết thực hiện tầm nhìn đó đến khi hoàn thành. Những nhà lãnh đạo đã ngộ giác cần phải có sự quyết tâm và khả năng lôi cuốn mọi người và tạo cảm hứng cho họ biết nên làm gì để biến tầm nhìn thành hiện thực. Một điều quan trọng là các nhà lãnh đạo phải nuôi dưỡng và khuyến khích cấp dưới của mình cởi mở, sáng tạo và cách tân và tìm hiểu xem điều gì sẽ làm cho họ có cùng mục tiêu với mình. Điều đó giúp họ thể hiện được những điều tốt nhất. Các nhà lãnh đạo nên hiểu tình trạng của cấp dưới mà mình tiếp xúc.⁽⁴⁾ Tôi cho rằng nhà lãnh đạo nên nhận thức đầy đủ về thực tế của thế giới và nên tư duy tỉnh thức về nhân loại trên thế giới này.

Các nhà lãnh đạo nên tạo cơ hội và môi trường an lạc trong đó vừa cho phép mọi người tận hưởng công việc của mình vừa có thể đặt ra những yêu cầu cao về thành tích hoạt động, và đợi xem thành

2. David E. Wright, *Leadership Defined* (Insight Publishing Co.: Servierivill, 2005), p.vii.

3. *Ibid*, p.6

4. Ed Oakley and Doug Krug, *Enlightened Leadership* (Simon & Schuster. New York, 1991), p.19

tích công việc tốt từ từ diễn ra. Chúng ta thấy rằng khi hiệu suất làm việc của một người tăng lên thì lòng tự tôn cũng như niềm thỏa mãn trong công việc và trong bản thân cũng dần tăng lên, điều đó sẽ giúp ảnh hưởng tích cực đến khả năng làm việc. Một nhà lãnh đạo có chánh niệm cần biết rằng để thu phục được trái tim và trí óc của người khác thì chỉ khi những người đó cảm nhận được rằng họ đang làm việc vì một mục đích mà họ cảm thấy xứng đáng. Họ biết rằng mọi người sẽ cảm thấy tốt về chính bản thân mình trước khi họ có đủ dũng khí để quán chiếu bên trong tìm sự thay đổi. Họ biết rằng càng làm tăng sự tự ý thức của bản thân sẽ khuyến khích sự phản chiếu chân thật cần thiết cho sự tăng trưởng cá nhân. Họ biết điều đó bởi vì họ đã kinh qua cả hai mặt của những tình huống mà thông qua đó họ đã học cách làm mới bản thân. Những nhà lãnh đạo có chánh niệm biết rằng mọi người sẽ nỗ lực làm việc chung với nhau để hoàn thành tâm nhìn chung. Chúng ta đều biết về sức mạnh ngạc nhiên của cộng đồng và xã hội khi tập thể cùng nhau nỗ lực làm việc hướng đến mục tiêu chung. Nhà lãnh đạo có chánh niệm là người hiểu được vai trò căn bản của mình chính là hỗ trợ và quan tâm mọi người. Các nhà lãnh đạo hiểu rằng lãnh đạo chính là chịu trách nhiệm khuyến khích một mối quan hệ phụ thuộc, và họ nhận lãnh trách nhiệm đó để ủng hộ mọi người dù là quan hệ độc lập hay phụ thuộc vì lợi lạc của mọi người cũng như của xã hội.⁽⁵⁾

3. GIỚI THIỆU CÁCH HÀNH THIỀN ĐỂ CÓ ĐƯỢC SỰ LÃNH ĐẠO CÓ CHÁNH NIỆM VÀ GIÁC NGỘ & NÊN HÒA BÌNH CÔNG BẰNG: THIỀN JOSASEON

3.1. Giới thiệu chung về Hành thiền Josaseon

Josaseon nghĩa là Soen (Thiền của Josa. Josa, một vị Tổ sư Thiền đã có sự giác ngộ giáo pháp vốn bắt nguồn từ Tổ Bồ Đề Đạt Ma, vị Sơ Tổ Thiền Tông Trung Hoa. Thực sự, Bồ Đề Đạt Ma được biết đến là vị tổ thứ hai mươi tám ở Ấn Độ nơi mà Ngài Ca Diếp là vị Sơ Tổ đã được chân truyền từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, theo như Jeondeungrok (quyển Record of the Transimisson of the Light).⁽⁶⁾ Kể từ đó, đạo Pháp đã được truyền từ Bồ Đề Đạt Ma đến Doui Myeongjeok, một vị Tổ người Triều Tiên,

5. Ibid. p.247

6. Tao Yuan comp, Kim Wolun trans. Jeondeungnok (Donggukyeokgyeongwon: Seoul, 2016), pp148 - 176

người mà đã được chân truyền từ Seodang Jijang (Xitang Dicang 734 – 814), một vị thầy người Trung Hoa xếp thứ chín tính từ Bồ Đề Đạt Ma.⁽⁷⁾ Doui được công nhận là Jogyejongjo ở Triều Tiên, có nữa là vị Sơ Tổ Thiền của Phật Giáo Triều Tiên. Vì vậy, Josaseon ở đây đề cập đến Thiền tông truyền thống từ thời Bồ Đề Đạt Ma và tôi muốn giới thiệu giáo pháp và thực hành của Ngài trong bài viết này.

3.2. Pháp Josa (Tổ Sư Thiền Bồ Đề Đạt Ma)

Nói chung, Bồ Đề Đạt Ma đã nổi tiếng khắp thế giới như là một vị Tăng người Ấn Độ và là vị Tổ đời thứ nhất của Thiền tông Trung Hoa. Bồ Đề Đạt Ma sinh vào khoảng năm 440 ở Kanch của nước Tamil Nadu, vùng đông nam Ấn Độ. Ngài là vị Hoàng Tử thứ ba của quốc vương Hương Chí (Simhavarnam⁽⁸⁾). Gần đây, người ta đã công nhận Kanchporum gần Chennai là quê hương của Ngài. Theo lịch sử Ấn Độ thì Kanchiporum là kinh thành của triều đại Palava và không chỉ là trung tâm chính trị mà còn là trung tâm văn hóa tôn giáo thời đó. Thế nhưng, Ngài đã trở thành môn đồ Phật giáo và là đệ tử của Tổ Bát Nhã Đa La (Panyadara) và thực hành giáo lý đạo Phật cũng như hành thiền. Ngài sống theo lối khổ hạnh hay còn gọi là lối sống Duta, một lối sống tiết chế về ăn uống, ăn mặc và ngủ. Điều đáng chú ý là lối sống khổ hạnh này ít nhiều liên quan đến lối sống khổ hạnh của Ngài Ca Diếp, một trong mười môn đồ vĩ đại của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni và là vị Sơ tổ Thiền. Đạt Ma sư Tổ luôn chú tâm vào việc tự thức tỉnh và khai ngộ như là mục đích duy nhất của việc tu học. Ngài đã từng phê phán những hiện tượng liên quan đến đạo Phật lúc bấy giờ nhằm mục đích khai tỏ sứ mệnh Phật giáo là để khai sáng chúng sinh bằng việc thiền định. Ngài được mọi người ngưỡng mộ như một vĩ nhân huyền thoại không thể được mô tả bằng lời mà phải bằng nghệ thuật và cảm nhận.

3.3. Hệ tư tưởng và Thực hành của Đạt Ma Sư Tổ

3.3.1. Hệ tư tưởng

Bàn về vấn đề tư tưởng của Bồ Đề Đạt Ma Sư Tổ, chúng ta đánh giá cao rằng Ngài không quan tâm về những yếu tố huyền bí mà chỉ quan tâm đến trí tuệ thực sự. Là một chân giá trị, trí tuệ hiện tại không

7. Cheng Chien Bhikshu, Sun Face Buddha: The Teachings of Ma-tsu and the Hungchou School of Ch'an (Asian Humanitice Press: Berkeley, CA, 1992), 97.

8. Red Pine, *The Zen Teaching of Bodhidharma* (North Point Press: New York, 1987), p.ix.

thể chỉ diễn tả bằng lời nói thông thường mà cả phải bằng thực nghiệm tâm linh và thực hành một cách siêu phàm. Phần lớn mọi người đều chỉ quan tâm đến giá trị góp phần tạo phần thưởng trần tục dựa trên nguyên tắc nhân quả. Những tư tưởng đó không thể là cứu cánh khỏi luân hồi mà chỉ làm tăng thêm nghiệp sinh tử. Tổ Bồ Đề Đạt Ma đã chỉ rõ hiện thực và những giá trị tối thượng vượt xa khuôn khổ của những ước mơ bình thường. Lịch sử ghi lại trước khi Bồ Đề Đạt Ma đến Trung Quốc thì Phật giáo đã rất phát triển kể từ khi đạo Phật du nhập vào Trung Hoa khoảng đầu thế kỉ thứ nhất sau Công nguyên. Tuy nhiên, thời đó vẫn chưa có nhiều nỗ lực để đạt đến sự khai sáng, mục đích rốt ráo của đạo Phật. Do đó, Tổ Bồ Đề đã cố gắng thay đổi những sự quan tâm trần tục hướng đến sự giác ngộ thực sự. Ngài muốn mang sự chú ý của con người đến việc thực hành nội tại hơn là những hoạt động bên ngoài. Ngài tập trung vào giải quyết những cái căn cơ gốc rễ và mục tiêu nguyên thủy của đạo Phật hơn là chỉ chuyên chú những vấn đề bên ngoài mang tính hiện tượng hay những điều trần tục.⁽⁹⁾ Hãy cùng xem lại đoạn văn đáp Gwansimnon Những Phương cách để đạt được Tâm Thiên)⁽¹⁰⁾, từ đó chúng ta có thể hiểu được hệ tư tưởng của Tổ Bồ Đề:

‘Nếu như một người muốn đạt đến sự giác ngộ, thì đâu là phương pháp quan trọng nhất mà một người có thể thực hành? Phương pháp quan trọng nhất, bao gồm tất cả phương pháp, đó chính là quán tâm của mình. Nhưng làm sao một phương pháp có thể bao hàm tất cả các phương pháp còn lại? Tâm là gốc rễ để mọi thứ hình thành. Nếu một người có thể hiểu được tâm, mọi thứ khác sẽ tự nhiên theo sau. Giống như rễ của cây. Tất cả những cái như trái, hoa, nhánh và lá đều phụ thuộc vào rễ cây. Nếu như chúng ta nuôi dưỡng bộ rễ tốt, cây sẽ đâm chồi. Nếu như chúng ta chặt nó, cây sẽ chết. Những người nào hiểu được tâm của mình sẽ dễ dàng đạt đến sự giác ngộ. Những người nào không hiểu được tâm sẽ chỉ thực hành một cách vô ích mà thôi. Mọi điều tốt hay xấu đều do tâm sinh. Để tìm thấy điều gì đó ngoài tâm thì là không thể nào... Chúng luân phiên nhau như nhân quả tùy thuộc vào duyên, tâm trong sáng sẽ sinh những việc làm tốt, tâm mờ ám sẽ thu hút vào những ý nghĩ đen tối. Tâm ai không bị ô nhiễm là người tỉnh thức. họ chuyển

9. Tao Yuan comp, Sohaku Ogata trans., *The Transmission of the Lamp* (Longwood Academic: Wolfeboro NH, 1990), pp.57-67.

10. Gheongheo Seongu ed. *Seonmunchalyo* (Geumjeongsan Beomeosa: Busan, 1968), pp123-135..

hóa khổ đau và trải nghiệm trong niềm vui Niết Bàn. Những người còn bị dính mắc bởi tâm ô nhiễm và bao quanh bởi nghiệp chướng sẽ vướng vào sinh tử luân hồi. Những chúng đó sẽ trôi nổi ba đường và chịu thống khổ vô biên và tất cả chỉ vì tâm ô nhiễm của mình làm mờ đi tự ngã thực sự của mình’.⁽¹¹⁾

Từ đoạn trích dẫn trên, chúng ta có thể hiểu được sự nhấn mạnh của tổ Bồ Đề Đạt Ma đối với tâm và chú ý đến nó như thế nào. Tất cả mọi thứ và cả sự sống đều phụ thuộc vào tâm. Tâm con người lèo lái và quản lý cuộc sống và thế giới. Tâm có thể tạo hòa bình hay chiến tranh phụ thuộc vào ý thích chúng muốn hoặc cần làm gì với thế giới này.

Nhân đây người viết muốn mượn câu chuyện thiền tông nổi tiếng về cách làm sao cho tâm an giữa Bồ Đề Đạt Ma Sư Tổ và môn đồ của Ngài là Huệ Khả. Huệ Khả bạch hỏi Đạt Ma Sư Tổ rằng: “Tâm con vẫn chưa an được. Xin Hòa thượng chỉ cho con cách!”. Đạt Ma Sư Tổ đáp rằng: “Đem tâm ra ta an cho con!”. Huệ Khả nói: “Con tìm tâm không được”. Sư tổ nói: “Ta đã an tâm cho con rồi đó”. Câu chuyện này được biết đến như là Ansimbeommun (Tìm đường vào Tâm) Nếu như ai đó có vấn đề với tâm mình hay nói cách khác là tâm cứ lăng xăng, tốt hơn hết chúng ta nên nghĩ lại câu chuyện trên đây giữa Tổ và ngài Huệ Khả. Đặc tính của Thiền tông là nếu một người có thể thấy bản chất của tâm mình thì người đó đã thấy được Phật tánh của mình. Xét về các văn tự giáo lý của Tổ Bồ Đề Đạt Ma thì đáng chú ý nhất là sự việc mà Tổ nói với ngài Huệ Khả: “Ta có bốn cuộn kinh Lăng già muốn truyền trao lại cho con. Kinh này chứa đựng những tinh hoa giáp pháp của Như Lai cho phép tất cả chúng sanh có thể dẫn đạt đến sự khai ngộ”. Từ câu nói này, chúng ta biết được rằng Tổ Bồ Đề Đạt Ma khuyến khích chúng ta học theo Kinh và luyện tập những giáo lý của Kinh Lăng Già. Kinh Lăng Già được phân loại là Kinh điển Đại thừa. Kinh Lăng Già tập trung phương pháp giác ngộ bên trong và triết lý về Phật tính (hay còn gọi là Như Lai Tạng hay Chân như), về Duy Thức hay Duy Thức Tông. Hơn nữa, giáp pháp này cũng dạy chúng ta rằng ngôn từ không còn cần thiết cho việc diễn đạt ý tưởng nữa. Do đó, triết lý của Tổ Bồ Đề được biết là dựa trên giáp pháp về Bản thể và Duy

11. Red Pine, *op.cit*, pp77-78.

Thức của Đức Phật cũng như sự tự khai ngộ từ bên trong.⁽¹²⁾

3.3.2. Hành thiền

Để tìm cầu phương cách hành thiền của Tổ Bồ Đề Đạt Ma, chúng ta nên nhìn lại Bản tóm tắt cách hành thiền của Tổ như sau:

‘Có nhiều con đường để vào Đạo, nhưng cơ bản có hai cách: lý nhập và hạnh nhập. Hiểu thế nào là lý nhập thì phải hiểu rằng và tin rằng tất cả chúng sanh đều có chung bản thể, nhưng lại không nhận ra vì nó bị những ảo ảnh vọng tưởng che mờ chi phối. Nếu như khách trần chịu rời hư dối trở về thực, dừng lại trong bích quán (ngồi thiền tọa trước bức tường), không thấy có mình có người, phàm thánh là một, cũng không theo chữ nghĩa, đó là hợp với lý, không phân biệt tịch diệt vô vi, thì chúng ta đã có lý nhập. Hạnh nhập có bốn hạnh đó là: Báo Oan Hạnh, Tùy Duyên Hạnh, Vô Sở Cầu Hạnh, và Xứng Pháp Hạnh. Báo Oan Hạnh: Tôi chấp nhận khổ đau bất công với trái tim rộng mở mà không chút phàn nàn về những khổ đau đó. Kinh nói “khi chúng ta gặp những đau khổ thì không nên khởi lên oán ghét, bởi vì đó là điều bình thường tất yếu phải như thế”. Hiểu rõ như vậy, chúng ta đã tương ứng với Lý nhập. Và bằng cách chịu được khổ đau chúng ta bước vào Đạo. Thứ hai là Tùy Duyên Hạnh ... được mất tùy theo duyên, tâm không vọng động. Những ai tâm không bị lay chuyển bởi cơn gió vui thì sẽ bước vào Đạo. Thứ ba, Vô Sở Cầu Hạnh... Vạn vật đều là không. Trong vạn vật rộng không và không có chỗ cho ham muốn... Kinh nói “Có cầu tất có khổ. Không cầu được vui”. Vậy khi chúng ta không tìm cầu, chúng ta đã bước vào Đạo. Thứ tư là Xứng Pháp Hạnh... Các Pháp là chân lý và thanh tịnh. Theo đó, mọi vật đều là không. Không nhiễm, không trước, không chủ, không khách... vì thế, thông qua thực hành những cách này, chúng ta có thể giúp đỡ những chúng sanh khác và làm rạng danh cho giáo pháp Khai ngộ. Và như với hạnh bố thí, những hạnh này cũng có thể thực hành cùng với những đức hạnh khác’.

Như trên, chúng ta có thể thấy thông điệp của việc hành thiền rất đơn giản và dễ hiểu để thực hành cho tất cả mọi người. Điều này có thể áp dụng không chỉ cho từng cá nhân mà còn cho tất cả mọi người trên thế giới. Ở đây, Đạo đề cập đến Pháp, Bồ Đề, và

12. Kenneth Ch'en, *Buddhism in China: A Historical Survey* (Princeton University Press: Princeton, 1973), pp352-353.

Niết Bàn hay Thiển.⁽¹³⁾ Chúng ta có thể điều chỉnh Đạo cho cả cấp độ cá nhân và xã hội xét về mặt hòa bình và hạnh phúc. Giáo lý Bồ Đề Đạt Ma hài hòa cân bằng với lý nhập và hạnh nhập. Chúng ta nên tin sâu và đối xử với những người khác như chính chúng ta để hiểu rằng “tất cả chúng sanh đều có chung một chân tánh” mặc dù “nó bị che mờ bởi cảm xúc và hư vọng”, mà điều này có thể được loại bỏ, từng bước vượt qua bằng cách quay về thực tại thông qua thiền (Seon/Zen). Rõ ràng rằng nếu một người tìm cầu an bình và hạnh phúc thì những người khác cũng sẽ tìm kiếm giống nhau; nếu một người không thích tranh đấu và sự bất hạnh, thì những người khác cũng sẽ không thích những điều đó, bởi vì đây là quy luật vàng của vũ trụ. Nếu như chúng ta vượt qua bản ngã cũng như sự cấu nhiễm, chúng ta có đạt đến tự do và giải phóng khỏi những căng thẳng và chịu đựng mâu thuẫn với người khác.

Chúng ta nên phản chiếu hiện thực khi nói đến cách thức của giáo pháp. Khi chúng ta tìm cầu cái gọi là Đạo hòa bình gặp phải chướng ngại, thì chúng ta nên nghĩ về bản thân chúng ta, “trong những kiếp quá khứ, tôi đã lang thang lạc đường với muôn ngàn hình dạng, thường xuyên giận dữ không nguyên cớ, và phạm nhiều tội lỗi. Kiếp này, dù tôi không làm gì sai, nhưng tôi vẫn bị trừng phạt cho những tội lỗi tôi đã gây ra trong quá khứ đó. Không có thần thánh hay con người nào có thể dự báo khi nào ác nghiệp sẽ trở quả. Vì vậy hiểu được lẽ đó, tôi chấp nhận những đau khổ này với trái tim rộng mở mà không chút oán ghét sự bất công”.⁽¹⁴⁾ Đó chính là cách luyện tập sự kiên nhẫn để vượt qua tình vị kỷ và sự oán ghét của bản thân cũng như thực hành hạnh quan tâm chăm sóc những người khác. Giống như cái chết, chúng ta đều do nhân duyên chi phối, chứ không do chính chúng ta. Nhân duyên chi phối sự đau khổ và niềm hạnh phúc của chúng ta. Nếu như chúng ta cảm thấy an lạc thanh thoi, đó là kết quả của hạt giống mà chúng ta đã gieo trong quá khứ. Nếu những điều kiện nhân duyên thay đổi, thì kết quả trên sẽ chấm dứt. Nếu chúng ta mong ước an lạc, chúng ta nên gieo trồng và vun đắp những duyên lành hỗ trợ cho sự an bình hạnh phúc đó. Chúng ta phải nhận biết nguyên lý duyên sinh..

Phần lớn con người đều bị vọng tưởng tham lam mong muốn

13. *Ibid.*, p.115.

14. *Ibid.* p4-5.

nhiều điều. Nhưng trí tuệ bừng tỉnh và chọn lựa sự hiểu biết. Họ thay đổi tâm thức và để thân tùy duyên. Nếu chúng ta muốn vui vẻ an lạc, chúng ta nên bỏ đi tâm tham lam và làm hạnh bố thí cho người khác. Chúng ta nên biết Pháp (Dharma) sẽ giúp chúng ta có được an lạc và hạnh phúc. Pháp là định luật xây dựng và gìn giữ sự an lạc hạnh phúc trong tâm con người và trong xã hội. Nếu muốn bình yên, chúng ta nên luyện tập Pháp và hiểu Pháp⁽¹⁵⁾ Do đó, cách tốt nhất đạt đến giác ngộ, cũng như an lạc và hoan hỷ cho từng người và mọi người thì không gì ngoài luyện tập giáo pháp của Bồ Đề Đạt Ma Sư Tổ với tâm không oán ghét, không tham lam và không si mê.⁽¹⁶⁾

Tại Hàn Quốc có Jogyejong, một tông phái thiền, đã duy trì truyền thống và trao truyền theo Tổ thiền Josaseon. Ngày nay phái thiền này đã sử dụng Ganhwaseon, cách hành thiền phát triển dựa trên truyền thống thiền Josaseon. Ganhwaseon là suy ngẫm và tìm hiểu “Hwadu” (một cụm câu hỏi quan trọng) mà thông qua đó hành giả có thể hiểu được thâm ý của Tổ và cuối cùng là thấy được Chân Như của chính mình. Ví dụ, một vị tăng người Trung Quốc đã hỏi sư phụ của mình “ý định của Tổ từ Thiên Trúc phương tây đến đây là gì?” (ở đây Tổ là chỉ ngài Bồ Đề Đạt Ma Sư Tổ, người đến từ phương Tây, Ấn Độ). Tổ đã trả lời “Một cây thông phía trước vườn”. Câu trả lời của Tổ với vị Tăng này chính là một loại Hwadu. Các vị hành giả nên cố gắng hiểu thâm ý của Tổ thông qua cái Hwadu này “một cây thông phía trước vườn”, hãy cố tìm hiểu “tại sao Tổ lại nói như vậy?”. Thông qua Ganhwaseon hay Hwaduseon, chúng ta cuối cùng có thể đột phá và hòa làm một với Tổ và nhận ra Phật tánh của chúng ta. Giác ngộ bằng cách hiểu được Hwadu, cũng được gọi là “Gyeonseong seongbul” ở Hàn Quốc, nghĩa là “kiến tánh thành Phật”. Phật chính là giác ngộ và đạt được niết bàn, một trạng thái an tĩnh và tự do tuyệt đối.

3.3.3. Sự lãnh đạo của những Thiền giả Josaseon và Nền Hòa bình

Lịch sử Hàn Quốc cho thấy Hòa thượng Cheongheo Hyujeong (1520-1604) và môn đồ của Ngài là Hòa Thượng Samyeong Yujeong (1544-1610) đều là những thiền giả Josaseon và đều

15. Ibid. p5-7.

16. Jinwol, “A practical Way of Buddhist Peace –building for the World peace: An Applying the Zen Teaching of Bodhidharma to Everyone’s Life for peace,” in *Buddhist Contribution to Global Peace-building* (TP.HCM Religion Press: Vietnam, 2014), pp142-144.

là những bậc lãnh đạo đất nước trong thời kì Hàn Quốc bị Nhật Bản xâm lăng giai đoạn 1592 – 1598. Các Ngài chiến đấu vì cứu dân chúng ra khỏi đau khổ tàn phá của chiến tranh. Hòa Thượng Samyeong là người đứng đầu trong đoàn công sứ ngoại giao đến Nhật sau khi chiến tranh kết thúc đảm trách việc thương thuyết hòa bình hữu nghị. Ngài đã thành công hoàn thành sứ mệnh và mang tù binh quay về. Hòa Thượng Youngseong Jinjong (1864-1940) và Manhae Youngun (1879-1944) là hai vị có xuất thân từ Phật giáo là thành viên của Phong trào 1 tháng 3 gồm 33 thành viên đấu tranh đòi độc lập cho Hàn Quốc vào năm 1919.. Họ là những Thiền giả Josaseon masters và đã dẫn đầu những phong trào đấu tranh phi bạo lực. Hòa thượng Goam Sangeon và Toeong Seongcheol, đều là môn đồ và dòng truyền thừa của Hòa thượng Youngseong, tất cả họ đều là những nhà lãnh đạo tài ba, và là những vị Trưởng lão tối thượng của Thiền tông Jogye trong lịch sử Phật giáo Hàn Quốc, đã thể hiện một sự lãnh đạo có chánh niệm và những nỗ lực vì hòa bình bền vững của cộng đồng và đất nước.

Các vị Tổ hay những hành giả thiền đều có một đặc điểm đặc biệt tập trung vào một điểm nào đó hoặc một vấn đề nào đó để có được sự lý giải bằng tất cả thiền định chánh niệm. Họ phải thành thật và chân thật để đạt được mục tiêu cuối cùng. Nếu hành giả xem xét vấn đề lãnh đạo hay hòa bình xét về cách Hwadu, họ sẽ có thể làm hết sức mình giải quyết vấn đề thách thức của thế giới. họ phải nhận lấy nhiệm vụ với sự luyện tập chánh niệm về con người trên khắp thế giới. họ là một nhà lãnh đạo đã giác ngộ có chánh niệm và có khả năng giác ngộ được những người xung quanh. Họ phải cố gắng tạo ra hòa bình cho mọi người cũng như cho chính bản thân họ xét về mặt bên trong hay bên ngoài hay xét về mặt bối cảnh xã hội. Việc tìm kiếm và đạt được hòa bình phải là vĩnh viễn và bền vững cho mọi người và cho chính họ để đạt được đến thế giới Niết Bàn. Tôi tin rằng những ai thực tập thiền Josaseon về phương cách lãnh đạo và hòa bình như là Hwadu của họ để có hòa bình đều có khả năng làm được. Họ sẽ gặt hái được sự lãnh đạo có chánh niệm và thúc đẩy hòa bình bền vững trên thế giới.

4. KẾT LUẬN

Trước tiên tôi đã khái quát lại những khái niệm về “lãnh đạo” và “hòa bình”. Dù cho lãnh vực chính trị xã hội, kinh tế, văn hóa và tâm

linh, chúng ta đều cần một nhà lãnh đạo đã giác ngộ và có chánh niệm để tạo ra hòa bình bền vững cho thế giới. Chúng ta rất cần những nhà lãnh đạo như Vua Asoka (A Dục Vương), Bidhidharma, Cheongheo và Samyeong, Đạt Lai Lạt Ma, và Thích Nhất Hạnh. Do đó, tôi đã giới thiệu Thiền Josaseon như là một cách đạt được sự lãnh đạo có chánh niệm và hòa bình bền vững. Đặc tính suy ngẫm và thái độ thẩm thấu hoặc cách thức cống hiến của các Tổ thiền Josaseon và những hành giả rất xứng đáng là phương thức để phát triển và cải thiện chất lượng lãnh đạo như là sự lãnh đạo giác ngộ có chánh niệm cho mọi người và cho xã hội. Hành thiền Josaseon có thể giúp đạt được hòa bình công bằng bền vững cho mọi người và dù ở bất cứ đâu nếu như chúng ta thực sự nghiêm túc muốn thực hành nó cho chúng ta và cho mọi người. Nếu chúng ta chia sẻ và lan truyền những ý tưởng này và thực hành cùng với mọi người, sẽ có nhiều nhà lãnh đạo giác ngộ, những người mà có khả năng đạt được những mục tiêu SDG trong hòa bình. Chúng ta chỉ có một nhiệm vụ là làm sao lan truyền để mọi người biết đến và thực hành thiền Josaseon, một trong những cách tốt nhất để thấy và hiểu được bản chất thực sự của con người, đó là sự an lạc và từ bi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bhikshu, Cheng Chien, Sun *Face Buddha: The Teachings of Ma-tsu and the Hung-chou School of Ch'an*, Asian Humanitice Press: Berkeley, CA, 1992.

Ch'en, Kenneth, *Buddhism in China: A Historical Survey*, Princeton University Press: Princeton, 1973.

Gyeongheo Seongu ed. *Seonmunchalyo*, Geumjeongsan Beomeosa: Busan, 1968.

Junwol, "A practical Way of Buddhist Peace –building for the World peace: An Applying the Zen Teaching of Bodhidharma to Everyone's Life for peace," in *Buddhist Contribution to Global Peace-building*, TP.HCM Religion Press: Vietnam, 2014.

Oakley, Ed and Doug Krug, *Enlightened Leadership*, Simon & Schuster: New York, 1991.

Stepanek, Mattie J.T. with Jimmy Carter ed. by Jennifer Smith Stepanek, *Just Peace: A Message of Hope*, Andrews McMee Publishing: Kansas City, 2006.

Tao Yuan comp, Kim Wolun trans. *Jeondeungnok*, Donggukyeokgyeongwon: Seoul, 2016.

Tao Yuan comp, Ogata, Sohaku trans., *The Transmission of the Lamp*, Longwood Academic: Wolfeboro NH, 1990.

Wright, David E. *Leadership Defined*, Insight Publishing Co.: Serviervill, 2005.

