

SUY NIỆM VỀ CUỘC ĐỜI THÔNG QUA CÁI CHẾT VÀ QUAN ĐIỂM PHẬT GIÁO VỀ CÁI CHẾT

Thalpe Ge Indika Piyadarshani Somaratne*

TÓM TẮT

Thế giới ngày nay thừa nhận thực tế là việc tìm hiểu về cái chết cũng có giá trị ngang bằng như việc tìm hiểu về cuộc sống. Khai thị cho người chết là một thí dụ điển hình minh chứng cho thế giới hiện đại đã dành nhiều quan tâm tìm hiểu về cái chết và an ủi người sắp chết. Mục tiêu của việc nghiên cứu này là chỉ ra như thế nào để chăm sóc một người sắp chết bằng liệu pháp tâm lý đúng quy cách như là bằng giáo lý nhà Phật. Kinh điển Văn học Pàli Theravada được sử dụng như là văn bản gốc và phương pháp mô tả được chọn như là phương pháp nghiên cứu.

Phật giáo chú trọng đến cái chết một cách sâu sắc. Theo Phật giáo, Đức Phật ra đời để tìm ra giải pháp cho ba vấn đề sinh, già và chết. Nói một cách khác, giải thoát trong Phật giáo liên quan đến việc vượt lên ba sự kiện này. Đó là lý do vì sao Niết-bàn được nhìn nhận như là sự bất tử. Phật giáo phân loại cái chết rất rộng rãi. Và giá trị đạo đức của mỗi người khi trợ duyên cho kẻ sắp lâm chung không chỉ là một thực tập thuần tôn giáo mà còn là một trách nhiệm của một con người.

* Visiting Lecturer, Sabaragamuwa University of Sri Lanka, Sri Lanka
Người dịch: Liễu Pháp và Diệu Như

Người khai thị giữ một vai trò quan trọng với những lời khuyên bảo trong thời khắc lâm chung. Theo kinh điển Pāli, những gì một người cần là những lời hướng dẫn quan trọng trong lúc chết dùng để hỗ trợ nhiều hơn về mặt tinh thần cho người ấy. Trong *Petakopadesha* giảng giải bản thân cái chết có thể được xem là một sự đầu tư cho nhận thức về thực tại, đó chính là Pháp. Hơn nữa, người trợ niệm có nhiệm vụ làm lắng dịu trạng thái tinh thần ở người sắp lìa đời. Những thảo luận đáng tin cậy về đời sống con người sau khi chết được giới thiệu bởi *Nakulapitu Sutta* giải thích cách giúp an định tinh thần của người chết.

Giáo pháp tiêu biểu của Phật liên quan đến cách như thế nào một người có thể vượt qua khổ đau của cái chết. Giáo lý còn dẫn dắt vượt thoát từ cái chết khổ đau cùng cực đạt đến cái chết trong nhẹ nhàng thanh thản. Vì thế, có thể kết luận là Phật giáo bao hàm một sự hỗ trợ lớn lao về mặt tâm linh, một biện giải sâu sắc về cái chết.

1. PHÂN GIỚI THIỆU NHỮNG HƯỚNG DẪN VỀ CÁI CHẾT

Theo khoa học hiện đại, chết có nghĩa là sự chấm dứt vĩnh viễn của tất cả các hoạt động sống; sự kết thúc của sinh mạng (Tự điển Merriam Webster Dictionary (1993)). Trong xã hội hiện đại, vấn đề của sống và chết là một sự kiện mang tính quyết định của con người và tất cả chúng ta phải đối diện với nó. Thực ra, nó là một vấn đề tâm linh hơn là một vấn đề vật chất. Ngay cả khi chúng ta đang sống trong một xã hội vô cùng tiến bộ, cái chết vẫn không thể tránh khỏi. Do đó rất cần thiết để học cách chấp nhận cái chết và sẵn sàng đón cái chết trong tương lai. Đặc biệt là với những bệnh nhân nan y như bệnh nhân ung thư, AIDS và những bệnh khác, những khuyên bảo về cái chết đóng một vai trò rất quan trọng để xoa dịu họ. Những bệnh nhân này cảm nhận như thế nào trong giai đoạn cuối của cuộc đời? Những bệnh nhân vô phương cứu chữa phải đối phó với cái chết như thế nào? Như tôi đã đề cập chết là chắc chắn mà trong cuộc đời con người phải đối diện. Vì thế lời khuyên nhủ trong lúc

lâm chung cung cấp sự hỗ trợ tinh thần rất cần thiết cho người chết. Hơn nữa, với những phát triển của thế giới ngày nay, những lời khai thị phải được thực hiện đầy đủ hoặc là phải làm một cái gì khác khi mà mọi sự tiến bộ của thế giới này là vô nghĩa. Giáo dục là sự tự quán chiếu cần phải được dạy cho mọi người để họ sẽ không tham đắm với đời sống của mình và không chối bỏ cái chết.

2. THẾ NÀO LÀ NGƯỜI KHAI THỊ VỀ CÁI CHẾT?

Người khai thị về cái chết là một người thông thạo về cả hai mặt tâm linh và tâm lý hầu giúp cho người khác chấp nhận cái chết (Phật giáo và lời khai thị (2004), p 33). Điều này thông qua các phương diện từ lời dạy của Phật, giáo lý này phải luôn là một phần trong cuộc sống và sự tu dưỡng của chúng ta. Về mặt này, sự chăm sóc cho những bệnh nhân thì không giới hạn, đó chính là một giáo dục về cuộc sống. Tuy nhiên tiến trình khai thị này phải được nhấn mạnh hơn nữa với những bệnh nhân sẵn sàng phải đối diện với cái chết. Rất quan trọng để thấy ra sự khổ đau của cuộc đời, của già, bệnh và chết, những người đang chờ chết và để có thể cảm thông với họ, kỹ thuật và tập luyện cho những tư vấn về cái chết thì giống như sự chăm sóc và thuốc thì rất cần thiết. Đương nhiên, năng lực và lòng từ bi thì rất quan trọng nhưng những kỹ năng thì cần phải được thực hiện để có thể hỗ trợ hiệu quả cho người đang rất cần.

3. ĐỊNH NGHĨA CỦA PHẬT GIÁO VỀ CÁI CHẾT

Chết là một sự kiện quan trọng trong đời người, bởi vì khi chết đi, người ta sẽ bị dẫn đến trước Thượng Đế bị phán xét tùy theo những hành vi mà họ đã làm (Dictionary of Pali Proper Names, Malalasekara, p680). Quan niệm của Phật giáo về cái chết có hai loại: cái chết tạm thời và cái chết thật sự. Con người gồm bởi ngũ uẩn, tiếp diễn xuyên suốt lộ trình tái sinh, là dòng sinh diệt biến đổi không ngừng trong từng sát na (Karunadasa, (1998) The Dhamma Theory, p 4). Cái chết xuất hiện trong khoảng thời gian không thể nghĩ rằng ngăn ngại trong chớp mắt, đó được gọi là thời điểm chết, sự đột ngột của dòng sinh diệt vượt lên trên sự cảm nhận của giác

quan.Mặt khác, chấm dứt khả năng sống được gọi là cái chết thật sự. Sự dừng của danh và sắc trong phạm vi của cảm nhận giác quan xuất hiện trong tiến trình này. Nó được công nhận là chết.Thuật ngữ chết này được dung theo quy ước chết được nhìn nhận khi đời sống chấm dứt.Đây là ranh giới của sự kết thúc đời sống này và bắt đầu kiếp sống mới. Bởi vì cái chết không đánh dấu cho sự dừng dứt của ngũ uẩn. Lý do sự ám ảnh của cái chết được giải thích trong đạo Phật như sau:

3.1. Sự đối nghịch của nỗi khổ đau thuộc về thân

Là nạn nhân của bệnh hoạn thì phổ biến ở đời người, sự khổ đau cũng dao động tùy theo sự khác nhau của những căn bệnh, không có cơ sở để liên kết bệnh với cái chết, vì cuộc đời thì không thể thoát khỏi bệnh hoạn. Là con người chúng ta phải trải nghiệm những khổ đau về thể chất lẫn tinh thần trong cuộc đời phụ thuộc vào nhiều lý do khác nhau. Nhiều người sợ hãi thực trạng này, đó là vào lúc chết, người ta phải trải qua cái đau đớn khủng khiếp nhất trong cuộc đời của mình. Nhưng những nhà nghiên cứu trong lãnh vực này phân tích trải nghiệm đã qua của một người chết bằng cách dùng tiến trình thôi miên. Những khảo sát trên chứng tỏ sự kiện rằng vào thời điểm chết hay khi mà ý thức sau cùng khởi lên như tiến trình đối kháng một cách tự nhiên, người chết trở nên mất ý thức nên không còn phải chịu đựng những cơn đau đớn dữ dội nữa.

Trong thôi miên, những nhà nguyên cứu đã chứng minh rằng, khi ra khỏi tử cung của người mẹ, người ta phải chịu đựng những cơn đau dữ dội. Nhưng vào thời khắc lâm chung thì không lý giải bằng cách như thế, nghĩa là chết là một sự an ủi của tự nhiên với những gì xuất hiện trong khi người chết thì không còn ý thức. Thuật ngữ dùng trong những đoạn kinh là Suttappabuddhoviaya sự tỉnh thức từ giấc ngủ có thể được dùng trong ý nghĩa này.

3.2. Hoài nghi về đời sống sau khi chết

Trong lời khuyên bảo cho người chết, người khai thị nên cảm thông về nỗi sợ tự nhiên phát sinh ở người chết về đời sống sau cái

chết, dù được hứa hẹn rằng, họ sẽ được tái sinh lên cõi trời sau khi chết, những nghi ngờ có thể phát sinh liệu thực sự có xảy ra được hay không. Cũng như nói rằng không có sự sống sau cái chết thì khi đó vẫn còn hiện hữu sự nghi ngờ. Có thể cho rằng, với mục đích giúp cho người ta xa rời những thực tập tôn giáo thô thiển được trình bày rất đa dạng đã làm phát sinh sự sợ hãi trong tâm trí con người. Đây là con đường vòng vèo giúp đào tạo và huấn luyện những người sơ cơ.

Nhưng trong các khám phá của Phật giáo trong lãnh vực này thì rất sâu sắc và mới mẻ. Phật giáo là một là động lực thôi thúc con người tuệ tri về chân lý trong thế giới hữu vi, được tán thán là có giá trị hướng dẫn đạo đức hơn là những những điều răn (hiểm nguy của phương pháp trừng phạt). Hành trình luân hồi của con người nên hiểu là lộ trình tiến hóa chứ không là một lối thụt lùi, thoái bộ. Những trải nghiệm thời thơ ấu dù tốt hay xấu chắc chắn sẽ hỗ trợ cho thời kỳ trưởng thành định hướng cách đánh giá về trình độ đạo đức trong xã hội. Và cũng chính là bài học cho sự phát triển tâm linh ở kiếp sống tiếp nối. Điều này có nghĩa là tri thức mà ta hiện rèn luyện chắc chắn sẽ có lợi lạc trong kiếp tương lai. Ở hiện tại chúng ta đang sở hữu những tri thức mà chúng ta đã trau dồi trong suốt vòng luân hồi miên viễn. Một thí dụ minh họa là một đứa trẻ sẽ trở thành một người lớn chứ không thể một người trưởng thành sẽ trở nên một đứa trẻ.

Theo tính chất phổ quát về giáo lý đã được nêu ở trên khi bạn nên nỗ lực để đạt được thành tựu trong đời sống hiện tại thì sẽ có một sự phát triển chắc chắn sau khi chết trong lộ trình tâm linh của bạn chứ không phải là sự sụt lùi. Đây là một sự thật nhưng cũng có vài ngoại lệ. Sự xuôi chảy của dòng sông là tự nhiên nhưng do kết quả của xây dựng các con đập chúng ta có thể tạm thời làm dừng dòng chảy. Tương tự như thế con người có thể vượt thoát hết những hình phạt trong đời sống của họ như là sự tù tội hay khổ đau về thể xác ...vv. Gần đây khuynh hướng của các tôn giáo đã phát triển mạnh quan điểm cho rằng người ta có thể bị đọa vào địa ngục bởi các bất thiện nghiệp rất nhỏ, điều đó đã gây một nỗi lo sợ lớn lao

trong tâm trí của con người. Phật giải đáp quan điểm này là tùy vào căn cơ mỗi người, họ sẽ bị thối đọa do những bất thiện nghiệp quá khứ vào lúc lâm chung. Tăng Chi Bộ kinh đã phân tích chi tiết quan điểm này. Kinh văn giải thích ngắn gọn là một người có thể bị đọa cho dù là ác nghiệp nhỏ mà họ đã phạm phải, họ sẽ không bao giờ có thể chứng đắc Niết bàn.

Hơn nữa, kinh còn đề cập là khi một vị thành tựu tuệ giác vị ấy sẽ không còn bị đọa địa ngục vì một hành động sai quấy nhỏ đã phạm phải. Đức Phật dùng so sánh về hạt muối trong giải thích này. “Này các tỳ kheo giả sử có một người bỏ một hạt muối vào sông Hằng. Các thầy nghĩ sao? Nước sông Hằng có trở nên mặn do bởi hạt muối nấy và không thể uống được không?”. “Bạch Phật, không ạ. Vì sao thế? Vì với lượng nước lớn của sông Hằng, nó không thể trở nên mặn không thể uống được với một hạt muối (kinh hạt muối). Cùng một cách như thế với người đã thành tựu tuệ giác không thể bị đọa lạc bởi một lỗi lầm nhỏ mà vị ấy đã sai phạm trong cuộc đời. Kinh chứng minh một thực tế rằng một người khi quán niệm về cái chết, người ấy không còn bị dao động về mong cầu một đời sống tiếp nối (Saracchandra, E.R.(1993) trang 82).

Những trải nghiệm về cận tử cùng lúc đó cũng hiển lộ một số đời sống tương lai của người đó. Dhammika Upasake là một đệ tử của Đức Phật. Ông thường cùng với những họ hàng thực tập giáo pháp. Có lần ông bị bệnh và khi biết mình sắp chết, ông bạch Phật xin một số Tỳ kheo đến đọc kinh bên giường bệnh của mình. Những vị tỳ kheo được gọi đến theo như thỉnh cầu và họ bắt đầu đọc kinh Tứ Niệm Xứ. Khi các tỳ kheo đọc đến khoảng nửa bài kinh thì ông bỗng hét lên- Ngưng! Ngưng! Nghe như thế các thầy tỳ kheo rất ngạc nhiên. Họ nghĩ rằng Upasaka đã yêu cầu họ ngưng tụng, họ dừng lại và trở về bên Phật.

Phật hỏi các thầy tỳ kheo sao họ trở về sớm thế. Các thầy trả lời rằng Upasaka đã bảo họ dừng đọc, và vì thế họ trở về sớm. Phật bảo rằng các thầy chắc chắn đã hiểu nhầm những gì Upasaka đã nói. Nguyên nhân thực sự, Phật giải thích, thì không phải thế. Ông Up-

asaka đã yệu cầu các Vị trời, những người đã đến để đón ông về cõi thiên bằng xe của họ, ông bảo ngưng là để ngăn những nỗ lực của họ đón ông đi cùng. Chứ ông không phải bảo những thầy tỳ kheo dừng tụng kinh. Câu chuyện này đã nói lên sự xuất hiện của các vị trời hay những linh hồn xấu ác vào thời điểm cận tử của một người, tùy thuộc vào những nghiệp hay những hành động của họ trong cuộc đời. Theo quan điểm Phật giáo ‘Những người bị đọa địa ngục sẽ có thị kiến một khối lửa to, những ai bị sanh vào loài ngựa quỳ sẽ thấy tối đen và mờ ảo chung quanh, những người sanh vào hàng súc sanh và những loài vật khác sẽ thấy cảnh súc vật, rừng rú, những ai sanh vào cõi người sẽ thấy những thân bằng quyến thuộc đã chết, những người sanh vào cõi trời sẽ có thị kiến những thành quách, cung điện cõi thiên. Có năm loại thị kiến thường xuất hiện trước người chết như thế.

4. SỐNG MỘT CUỘC ĐỜI PHẠM NHIỀU TỘI ÁC

Khi chúng ta đến khai thị cho một người đã chết, có thể biết thường trong lúc sinh tiền họ đã gây nhiều ác nghiệp và hối lỗi. Chúng ta nên cảm thông và tìm hiểu những sự sai phạm này sau đó giúp làm tăng trưởng hoặc trau dồi tâm họ với những tư tưởng thiện lành để có thể hỗ trợ họ tránh phải tái sinh trong khổ cảnh hoặc một cõi không phù hợp để sống. Có những tội ác đã phạm phải do hoàn cảnh xã hội và vai trò của vị ấy. Như Amgulimala, vì theo lời dạy của thầy, đã giết hàng ngàn người, những điều sai phạm hay tội ác này không thể từ bỏ lý do vai trò mà họ đang gánh bó. Một thí dụ, khi một chính quyền hay một vị vua nên phải xử trị nghiêm khắc những hành vi sai trái của người dân. Nếu họ không quan tâm những sai trái này, nó sẽ phương hại đến toàn xã hội. Nếu họ cho rằng hình phạt là phương tiện để tấn công tội phạm thì xã hội sẽ suy thoái. Dù thế nào đi nữa, một người đã tạo rất nhiều tội lỗi vẫn có thể đạt được một cái chết an bình nếu có được sự khai mở trí tuệ với những phẩm chất tốt đẹp vào lúc họ sắp lìa đời.

5. LÌA XA NHỮNG NGƯỜI YÊU THƯƠNG VÀ NGHĨ VỀ SỰ ĐƠN ĐỘC CỦA MÌNH

Bị chia lìa những người yêu quý là một nỗi khổ đau. Khi một người cảm thấy là họ sắp chết, vì thế, khi nghĩ đến sự xa cách với vợ hoặc chồng, con cái và những người thân yêu khác, nỗi lo sợ phát sinh. Không cần thiết để buồn khổ với những suy nghĩ như thế đối với một người am tường Phật pháp. Một người phải có trách nhiệm quan tâm về đời sống hiện tại. Họ hàng quyến thuộc chỉ là hiện hữu vật lý. Nhưng khi linh hồn rời đi thì thể xác không còn là sở hữu của họ nữa.

Cùng với cái chết, một người luôn chấp chặt rằng ngũ uẩn là ‘tôi’, với nhận thức này được phát sinh, đấy chính là nguyên do dẫn đến sự tìm kiếm kết hợp với một cơ thể khác. Có thể, sắc uẩn sẽ hình thành trong hiện tại. Nếu không, nó có thể là một vật vi tế mà mắt thường không thể nhìn thấy. Cho dù nó được sinh khởi như thế nào, con người thì không hề đơn độc. Vì vậy, không có lý do gì để phải lo lắng bị lẻ loi. Bởi vì, những thân bằng quyến thuộc mới sẽ được thành lập. Nếu một người khai thị có thể xây dựng được nhận thức như thế ở người chết, có thể, người chết sẽ duy trì được một nội tâm thanh thản.

6. NỖI LO SỢ XA RỜI NHỮNG SỞ HỮU QUÝ GIÁ

Đây là một tâm lý thông thường, một người tuyên bố một điều gì đó thì nó luôn xuất phát từ một tham cầu. Tham cầu này tăng trưởng khi họ sử dụng và tích lũy nó. Ở đây, điều quan trọng là để họ nhận thức được quy luật của chân lý. “Khi bạn không là của bạn, thì nói chi đến con, đến của cải vv.. sẽ là của bạn”, Đức Phật đã giảng giải như thế. Phật đã dạy rằng trong vòng luân hồi, con người sinh ra và chết đi, trải nghiệm hạnh phúc bằng nhiều cách khác nhau. Kinh dạy rằng” Khi bạn thấy một người họ sống rất hạnh phúc, bạn nên biết rằng bạn đã từng có một hạnh phúc như thế trong nhiều kiếp trước. (Tăng Chi Bộ kinh)

Vì cho rằng những cái không thuộc sở hữu là ‘của ta’, người ta sợ phải từ giã cõi đời. Chúng ta nên xem lại phần lớn giáo lý của Phật dạy liên quan đến ‘vô ngã’ để nhận thức rằng chúng sanh không

mang theo được gì khi chết. Một người khi ngộ ra điều này thì không có sợ lo khi chết nữa. Vì nếu ta không có sở hữu chi thì có lý do gì phải sợ mất. The Tanhasankhaya (Kinh Hoàn toàn diệt tắt ái dục) dạy rằng thật không đúng lẽ khi cho rằng những vật hiện hữu trên thế gian là ‘của tôi’. Chết nên được hiểu là trạng thái ‘dừng nghỉ’ và ‘làm mới’. Phật giáo tin rằng cơ thể là nơi trú ngụ của tâm thức, khi tâm thức rời đi giống như con rắn lột bỏ lớp vỏ già cỗi. Vì thế không có gì sai trái khi từ bỏ một vật vô dụng đối với chúng ta. Nếu người nào đạt được nhận thức này, sẽ giảm nỗi buồn đau khi cái chết đang dần tiến đến.

7. ĐAU BUỒN DO THẤY KẸ KHÁC TỰ TIỆN PHÁ TÁN TÀI SẢN MÀ MÌNH ĐÃ LAO NHỌC TẠO NÊN

Điều nêu trên cũng là một trong những lý do khiến người ta sợ chết. Mọi vật trên trần gian này tất cả là của ta, như cho rằng trái trên cây là của tất cả các loài chim. Con người cá nhân hóa tất cả những gì đến trong tay họ. Họ nghĩ đó là hợp lý lẽ, khi cái chết đến, họ lại cho là phải từ bỏ tất cả. Thật là không công bằng cho điều đó.

8. SUY NGHĨ ‘ RẰNG NHỮNG GÌ SẼ XẢY RA CHO NGƯỜI THÂN KHI HỌ CHẾT’

Tư tưởng này cũng là lý do gây náo phiền cho người chết. Tuy nhiên, người ta có thể tránh được những khổ đau này khi thấy ra lẽ thật. Thí dụ, chúng ta có thể thấy nhiều người đạt được địa vị cao trong xã hội mà không có bất kỳ sự giúp đỡ hoặc hỗ trợ nào từ cha mẹ.

Có những bậc cha mẹ đã dành tất cả loại nỗ lực để giáo dục con cái của mình. Dù vậy, chúng ta cũng thấy có số người đã phá tán toàn bộ gia sản của cha mẹ và lâm vào tình cảnh khốn cùng. Theo những điều nêu trên, dễ để nhận ra rằng nên là chính người ấy mang lại sự thành công cho mình hơn là nhờ vào trợ giúp từ cha mẹ. Khi cha mẹ nỗ lực vun đắp, cung cấp cho con mình những gì tốt nhất, nó sẽ trở nên vô dụng khi thiếu vắng những nguồn lực trợ giúp như thế. Jivaka, một cái tên nổi tiếng trong những bài kinh đặc biệt trong Tạng kinh. Ông là một người đứng đầu trong ngành y học và

nổi tiếng ở nhiều quốc gia. Tiểu sử của ông được tìm thấy trong Cīvarakkhandhaka trong Vinaya Piṭaka. Mẹ là một kỹ nữ và ông bị bỏ rơi từ lúc còn bé thơ. Ông được một vài người nuôi dưỡng và sau đó đã trở thành một danh y ở Ấn Độ.

Chúng ta đã trình bày ở trên những thảo luận về trạng thái thông thường của tâm bị ám ảnh và sợ hãi của người đã chết. Nếu chúng ta có thể sống với sự cảm thông về thực trạng cái chết, người chết sẽ có một cái chết thanh thản và giảm tối đa những tác động xấu của việc tái sanh. Trong văn học Phật giáo, chúng ta có thể tìm thấy một số thí dụ có thể giúp cân bằng định tĩnh trước cửa tử. Kinh Nakulapitutu là một minh chứng cho điều đó. Thật khó khăn để chia lìa người chồng yêu quý. Cả hai Nakulamātā và Nakulapitutu đều đang thực tập giáo pháp và đã đạt được một sự phát triển cao về tâm linh. Khi người chồng sắp chết, người vợ đã khuyên bảo chồng những khai thị hữu ích cho một người phải làm thế nào trước cửa tử. Trong kinh văn, người vợ đã cố gắng để giúp chồng phát triển trạng thái tinh thần thay vì khóc lóc và thốt ra những lời bi ai. “Nếu ông chết đi thì tôi sẽ chăm sóc cho hàng quyến thuộc”. Người vợ đã nói với chồng như thế. Ngạc nhiên thay sau khi nghe những lời của vợ, Nakulapitutu đã bất ngờ choàng dậy từ cái chết và sống tiếp một thời gian ngắn nữa với tình trạng sức khỏe tốt. Từ những sự kiện trên, rõ ràng lời khai thị rất có hiệu lực.

Phật giáo là cội nguồn lót đường cho sự nhận thức về cái chết một cách rất trí tuệ. Giáo pháp dạy rằng, chúng ta không sinh ra trong cuộc đời bằng năng lực và ý chí của chính mình. Và cái chết thì cùng cách như sự sinh ra. Hơn nữa, quán chiếu về cái chết (quán niệm-tiếng Pali) (in pali anussati) (Trevor, A dictionary of Buddhism Từ điển Phật học, (1981) trang. 20) là khuyên bảo quý giá dành cho các đệ tử không những phải xả ly những vật chất cõi đời mà còn luyện tâm bắt đầu thực tập sự hài lòng. Được đề cập trong Thanh Tịnh Đạo luận, quán niệm về cái chết thật là tuyệt vời và hữu ích, ảnh hưởng của những lợi lạc kể như sau ‘Một đệ tử khi dành trọn thân tâm cho việc

quán niệm cái chết thì luôn thận trọng, không còn tham đắm bất kỳ sắc hữu nào, đoạn tận mọi khát khao một đời sống tiếp sau, phê phán những hành vi xấu ác, vượt thoát sự thèm khát như yêu quý những vật tiện dụng của đời sống, nhận thức của vị ấy về vô thường trở nên vững chãi, vị ấy nhận ra bản chất khổ đau và vô ngã của pháp, vào thời điểm lâm chung vị ấy không hề có lo sợ, an trú chánh niệm và hoàn toàn tự chủ. Cuối cùng, nếu trong hiện kiếp vị ấy không chứng đắc Niết-bàn, dựa trên sự không bám chấp vào thân vị ấy sẽ có một vận số hạnh phúc. Như thế có thể thấy rằng chánh niệm lúc chết không những tịnh hóa và tinh luyện tâm thức mà còn có tác động cắt đứt những nỗi lo và khiếp sợ trước cái chết, và giúp cho vị ấy trong thời điểm quan trọng khi thở hơi thở sau cùng, đối diện với cái chết một cách dửng dưng cảm và bình thản. Vị ấy không bao giờ bị kích động khi nghĩ về cái chết mà luôn chuẩn bị chào đón nó. Là một người như thế thật sự có thể thốt lên ‘ chào thần chết, lưỡi hái của ông đâu rồi?’

Với những điều được thảo luận ở trên, có thể kết luận rằng Phật giáo đã chú tâm đến cái chết một cách sâu sắc. Theo giáo lý, Phật đã nêu lên để tìm ra giải pháp cho ba vấn đề đó là già, bệnh và chết. Nói một cách khác, giải thoát trong Phật giáo thì liên quan đến sự vượt lên trên tình huống này (Piyadassi, *The Buddha's Ancient Path*. (1970) p 70-71). Vì thế Niết bàn được xem như là sự bất tử (Vô ngã, (1982) p42,43). Giáo lý phân chia cái chết một cách rộng rãi. Nhiệm vụ căn bản của Phật giáo là nhận thức như thế nào để có thể chấp nhận và vượt lên được già, bệnh và chết. Nhiệm vụ này không nhằm vào mưu cầu phép mầu. Nó hoàn toàn đoạn tận vô minh là nguyên nhân của khổ đau, từ đó giúp chúng ta nhận thức về chân lý. Và đó là đạo đức cho mỗi con người, tham gia giúp người lúc lâm chung không chỉ là thực tập thuần tôn giáo mà còn là một trách nhiệm của người con Phật.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Karunadasa, Y. (1960) *The Dhamma Theory*, The Wheel Publications, BPS Kandy.

Griffith, P, (1986) *On Being Mindless, Buddhist Meditation and the mind body problem*, Open Court Publication, USA

Malalasekara” Dictionary of Pali Proper Names

Merriam Webster Dictionary (1993) 10th edition, USA .

Saracchandra, E.R.(1994) *Bhuddhist Psychology of Perception, Second Edition*. Buddhist Cultural Centre,

Steven Collins, *Selfless Persons, Imaginary and Thought in Thearavada Buddhism*, 1982

Trevor Ling, (1981) *A Dictionry of Buddhism*, K.P.Bagachi & Company , Culcutta- New Dilhi

Piyadassi, (1995) *The Buddha’s Ancient Path.. Reprinted and donated by the Corparate Body of the Buddha Educational Foundation*, Taiwan.

Gunaratne, V.F. *Buddhist Reflection of death*, The Wheel Publications, Kandy.

Hiriyanna, M. (1994) *Out lines of Indian Philosophy*, India, Motilal Banarsidas Publications, Deilhi.