

THIÊN SƯ DOGEN

(Đạo Nguyên Hy Huyền)

SƠ TỔ TÔNG TÀO ĐỘNG NHẬT BẢN



Tâm Thái

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 05-08-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

Lịch sử tông Tào Động

Cuộc đời của Dōgen

Tiến trình tu hành của Dōgen

Công cuộc hoằng pháp

Những tác phẩm của Dōgen

Shōbōgenzō (Chánh pháp nhãn tạng)

Pháp tu của Dōgen

Tọa thiền

So sánh giữa shikantaza và thiền "mặc chiếu" của Trung hoa

---o0o---

Thiền sư Nhật Dōgen Kigen (Đạo Nguyên Hy Huyền) (1200-1253), cũng thường được gọi là Eihei Dōgen, là vị tổ sáng lập tông Tào Động (Nh: Sōtō) tại Nhật. Hiện nay Thiền tông (Zen) tại Nhật có hai tông thịnh hành nhất là tông Lâm Tế (Rinzai) và tông Tào Động. Nhờ có giáo sư Daisetz Teitaro Suzuki (1870-1966) viết nhiều sách bằng Anh ngữ từ khoảng năm 1900 nên Tây phương đã được biết nhiều về Thiền tông Nhật bản nhưng chủ yếu về tông Lâm Tế. Điều đó cũng hiểu được là vì Suzuki tu theo tông Lâm Tế và đã chứng ngộ thiền lý năm 27 tuổi, vì vậy ông chỉ chuyên viết về tông Lâm Tế.

Tuy nhiên gần đây thì tông Tào Động cũng được biết đến vì nhiều thiền sư Nhật đã tới Mỹ để truyền pháp, mở thiền viện, cùng lúc nhiều tác phẩm của các thiền sư Nhật thuộc tông Tào Động được dịch ra tiếng Anh.

Hiện nay tông Tào Động tại Nhật có khoảng 15.000 ngôi thiền viện và 8 triệu Phật tử.

Tại Mỹ: thiền sư Nhật Soyen Shaku, cùng đệ tử là Nyogen Senzaki đến Mỹ năm 1905. Giáo sư D. T. Suzuki, đệ tử của Soyen Shaku, đến New York năm 1951 và bắt đầu giảng về Thiền. Thiền sư tông Tào Động Shunryu Suzuki tới Mỹ năm 1959 và lập Thiền viện ở San Francisco.

Tại Việt Nam thì tông Tào Động được truyền qua từ đầu thế kỷ 17 do thiền sư Thủy Nguyệt, hiệu Thông Giác (1637-1704) đã từ miền Bắc Việt Nam qua Trung hoa năm 1644 và thọ pháp của thiền sư Trung hoa là Nhất Cú Tri Giáo, đời thứ 35 tông Tào Động. Sư được ấn chứng là tổ thứ 36 và được phép về Việt Nam truyền tông Tào Động (HT Thích Thanh Từ: Thiền sư Việt Nam, trang 366).

---o0o---

Lịch sử tông Tào Động

Tông Tào động do hai thiền sư Trung hoa sáng lập: vị khai tổ là Lương giới Động sơn (807-869), và đệ tử là Tào sơn Bản Tịch (840-901). Danh từ Tào động là gồm hai địa danh Tào sơn và Động sơn nhập lại. Lương giới Động sơn là đệ tử của Vân nham, thuộc dòng Hành tư Thanh Nguyên là một trong số đệ tử của Lục tổ Huệ Năng. Trong đời nhà Đường (618-907) thì Thiền tông Trung hoa chia làm 5 phái thuộc 2 hệ thống khác nhau: hệ thống Nam Nhạc có Lâm Tế và Quy Ngưỡng, hệ thống Thanh Nguyên có Tào Động, Vân Môn và Pháp Nhãn. Trong sử gọi là Thiền Tông Ngũ Gia. Tông Tào Động sau này còn được gọi là Thiền Mặc Chiếu (Silent illumination zen, Mokusho zen) do thiền sư Tan hsia Tzu Chun (Đan Hà Tử Thuần, 1064-1117) khởi xướng. Sau đó tông này không phát triển mạnh ở Trung hoa vì không có đệ tử nào xuất sắc nổi tiếng. Nhờ có Dōgen qua Trung hoa thọ pháp và về truyền bá tại Nhật với một đường lối đặc biệt nên tông Tào Động ngày nay vẫn được phát triển mạnh.

---o0o---

Cuộc đời của Dōgen

Dōgen sanh năm 1200 trong một gia đình quý tộc tại Kyoto, thân phụ của Dōgen là Kuga Michichika giữ chức vụ quan trọng trong triều đình. Từ nhỏ Dōgen đã tỏ ra rất thông minh. Mới 4 tuổi Dōgen đã biết đọc những bài thơ bằng chữ Hán, năm 9 tuổi đã đọc bản tiếng Hán cuốn Abhidharma (Thắng pháp). Cuộc đời khó khăn vì cha mất khi Dōgen mới lên 2, mẹ mất lúc 7 tuổi. Một người trong họ là Minamoto, một vị quan trong triều đình, đem Dōgen về nhận là con nuôi và tính dạy dỗ Dōgen theo con đường khoa bảng để sau này nối nghiệp. Nhưng vì hoàn cảnh mồ côi sớm đã gây xúc động mạnh khiến Dōgen thấy rõ lý vô thường nên quyết định xuất gia để tìm hiểu ý nghĩa về vấn đề sinh, tử. Đến năm 13 tuổi Dōgen xuất gia tại núi Hiei với thiền sư Kōen thuộc tông Thiên Thai, và được ban cho pháp danh là Buppō-bō Dōgen. Trong khi tu tập Dōgen vẫn thắc mắc, nghi hoặc với vấn đề: theo các kinh điển thì tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, vậy tại sao phải khổ công tu hành để chứng đạt được Phật tánh và giác ngộ. Không tìm được sự giải đáp nơi vị trụ trì Kōen nên Dōgen rời đến thiền viện Mii-deraji với vị trụ trì là Kōin nhưng vị này cũng không giải đáp được và có khuyên Dōgen đến gặp thiền sư Myōan Eisai (Minh Am Vinh Tây) tại thiền viện Kenninji (Kiến nhân) ở Kyoto. Thiền sư Eisai (1141-1215), đã qua Trung hoa và đem tông Lâm Tế về truyền bá tại Nhật, được coi là vị tổ khai sáng Thiền tông tại Nhật.

Nhờ sự chỉ dạy của Eisai nên Dōgen đã sáng hiểu phần nào nên quyết định ở lại theo học Eisai. Tiếc thay năm sau thì thiền sư Eisai qua đời. Dōgen tiếp tục ở lại thiền viện để theo học thiền sư Myōzen (1184-1225) là người kế thừa Eisai. Nơi đây Dōgen được chỉ dẫn tu tập theo pháp môn tông Lâm Tế và rời bỏ tông Thiên Thai.

Năm 1223 Dōgen lúc đó được 23 tuổi, theo thầy Myōzen qua Trung Hoa để tiếp tục tu học. Trước hết Dōgen đến tu viện Ching-te tại núi T'ien t'ung (Thiên Đòng) thọ giáo vị trụ trì Wu-chi, thuộc tông Lâm Tế. Ở đó Dōgen đã có nhiều tiến bộ trong sự học hỏi về Thiền tông, nhưng vẫn chưa hoàn toàn thỏa mãn nên sau đó lại đi tham vấn nhiều thiền sư khác. Thất vọng về việc đi tìm học đã lâu mà chưa đem đến kết quả, Dōgen có ý định trở về Nhật thì tình cờ được biết là vị trụ trì ở T'ien t'ung đã qua đời và vị kế nghiệp là Ju-ching (Thiên Đòng Như Tịnh, Tendo Nyojo) (1163-1228), vị tổ thứ 13 tông Tào Động, rất nổi tiếng, nên Dōgen quay trở lại đó.

Thiền sư Ju-ching tổ chức thiền viện rất là nghiêm chỉnh, đặc biệt chú trọng vào việc ngồi thiền. Nương theo gương của sư phụ nên Dōgen ngồi thiền chăm chỉ ngày đêm. Nhờ sự chỉ dạy của Ju-ching nên đã đạt được ước vọng và chứng ngộ, nên trong các tác phẩm sau này Dōgen luôn ghi nhớ công ơn đó. Sau khi đã được chứng ngộ Dōgen vẫn còn ở lại đó để tiếp tục tu hành thêm 2 năm nữa.

Năm 1227 Dōgen quyết định trở về Nhật để truyền bá Thiền tông. Ju-ching chấp thuận việc đó và có tặng cho Dōgen chiếc áo cà sa của Fu-jung Tao ch'ueh (Phù dung Đạo giai) (1043-1118), một vị tổ tông Tào Động, và hai cuốn sách nổi tiếng của tông Tào Động: Pao ching San Mei (Hōkyō Zammai, Bảo cảnh Tam muội) và Wu wei Hsien chueh (Goi Kenketsu) (Goi: Động sơn ngũ vị) cùng một bức họa chân dung của mình. (Yokoi, tr. 32)

Sau khi trở về Nhật Dōgen trở lại thiền viện Kenninji. Ở đó được 3 năm Dōgen thất vọng thấy tình trạng tu hành của tăng đoàn quá suy thoái so với trước. Sư kể lại là thấy các tăng ở phòng riêng, đồ đạc sang trọng, quần áo là lượt, thích nói những danh từ hoa mỹ, còn thì quên cả nghi lễ, chánh pháp. Sư từ giã thiền viện Kenninji và dọn tới thiền viện An'yō-in.

Sau đó sư dọn tới thiền viện Kōshōji và lập thiền đường để huấn luyện tăng ni cùng các cư sĩ. Vì nhu cầu nên sư phải lập thiền đường để có chỗ huấn luyện nhưng sư vẫn luôn nhắc nhở là việc xây chùa lớn nguy nga không phải đương nhiên là dẫn tới giác ngộ. Dù ở trong một chòi nhỏ, dưới gốc cây mà có theo hiểu được lời Phật dạy và hành trì theo đúng pháp thì Phật giáo mới thịnh hành được. Trong buổi khai mạc thiền đường sư nói là qua Trung Hoa thì sư ngộ được là "mắt ngang, mũi dọc", "tay không" khi trở về Nhật, sư không đem theo một cuốn kinh nào.

Trong thời gian ở thiền viện Kōshōji, Dōgen tiếp tục viết nhiều bài để giảng thêm về Thiền tông, mặc dầu số đệ tử càng ngày càng đông khiến sư không có nhiều thì giờ như trước. Ngoài ra tông phái của sư còn bị các tăng của tông Tendai (Thiên Thai), đang có nhiều thế lực lúc đó, vì ganh tị thấy tiếng tăm, ảnh hưởng của sư mỗi ngày gia tăng nên kiếm đủ cách để ngăn cản, phá rối tới mức là ra lệnh phá thiền viện Kōshōji.

Sư và một số đệ tử phải dời đến một ngôi thiền viện nhỏ là Yoshimine-dera. Nơi đây nhờ sự bảo trợ của quận trưởng Yoshishige có thế lực và rất sùng bái đạo Phật. Sau đó ông quận trưởng xây một ngôi thiền viện vĩnh viễn cho

sư trụ trì, đó là thiền viện Daibutsu, mà sau đó được đổi tên là thiền viện Eihei-ji (Vĩnh Bình, Eternal Peace) là một trong hai tổ đình của tông Tào Động và cũng là ngôi chùa Thiền tông được coi như lớn nhất của Nhật.

Sư mất năm 53 tuổi tại Kyoto vào ngày 28 tháng 8 năm 1253.

---o0o---

Tiến trình tu hành của Dōgen

Từ khi xuất gia năm 13 tuổi cho tới khi được tiếp xúc với tông Tào Động, sư đã chuyển đổi từ tông Thiên Thai qua tông Lâm Tế, nhưng mỗi "đại nghi" (great doubt) của sư về Phật tánh (busshō, buddha-nature) vẫn chưa được giải đáp. Sư tự hỏi theo kinh điển Đại thừa thì tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, nhưng tại sao phải tu hành khó khăn, khổ hạnh để đạt được giác ngộ. Như vậy dường như có sự mâu thuẫn giữa cái sẵn có, bẩm sinh, với sự chứng đắc. Với sự thành tâm quyết tìm cho được câu giải đáp sư đã hết lòng đi nhiều nơi để mong gặp được vị "chân sư" (shōshi, authentic teacher) mà sư cho là cần thiết để đạt mục đích. (Trong những tác phẩm sau này, sư luôn nhấn mạnh đến vai trò của vị chân sư. Sư lấy ví dụ như có khúc gỗ quý nhưng nếu không có người điêu khắc giỏi thì không thể có được một pho tượng tốt).

Điểm đại nghi của Dōgen phần nào được sáng tỏ khi Esai, vị sơ tổ tông Lâm Tế Nhật giảng: "Tất cả chư Phật ba thời đều không thấy là mình có Phật tánh, nhưng mèo, bò đều thấy là chúng có Phật tánh". (Yokoi, tr. 28)

Nhờ có Esai khai mở nên Dōgen thấy được con đường tu tập. Cũng nên ghi là Esai hai lần đi Trung Hoa mới thành công và được ấn chứng, trở nên sơ tổ tông Lâm Tế tại Nhật. Sau khi Esai tịch thì Dōgen ở lại tu viện để tiếp tục theo học Myōzen là người kế thừa của Esai. Dōgen rất kính phục Myōzen và chăm chỉ tu tập theo pháp tu của tông Lâm Tế, nhưng vẫn chưa thỏa mãn trong việc giải đáp mỗi đại nghi.

Khi qua Trung Hoa sư may mắn gặp được thiền sư Ju-ching, một vị tổ tông Tào Động. Mặc dầu sư là người Nhật nhưng sư được Ju-ching thương mến và hết lòng chỉ dạy. Ngay ngày đầu tiên khi được yết kiến Ju-ching, sau khi trình bày sở nguyện của mình sư đã được Ju-ching chấp nhận vào thiền viện. Sư cho đó là điều hết sức may mắn nhờ phước đức từ kiếp trước. (Takashi, tr. 53). Ju-ching còn đặc biệt cho phép sư được tham vấn bất cứ

lúc nào. Sư coi đó là một bậc chân sư mà sư ao ước được gặp từ khi có đại nghi.

Pháp tu của Ju-ching chủ yếu là shikantaza (just sit, singleminded intense sitting, nhất tâm chuyên chú tọa thiền). Dōgen viết: "Ju-ching dạy: "Học thiền với một vị thầy là buông xả thân và tâm (drop the body and mind); đó là tọa thiền chuyên chú, nhất tâm, không có thấp nhang, thờ cúng, niệm Phật, sám hối, tụng kinh" (Takashi, tr. 58). Mặc dầu đã ngoài 60 tuổi, Ju-ching vẫn tọa thiền cho tới hơn 11 giờ đêm và thức dậy 2 giờ rưỡi hoặc 3 giờ để tiếp tục tọa thiền, mỗi đêm như vậy, không thiếu đêm nào. Những thiền sinh nào mà ngủ gật trong khi tọa thiền thì bị Ju-ching thẳng tay đánh đập và trừng phạt. Kỷ luật tại thiền viện này nổi tiếng là nghiêm ngặt so với những thiền viện khác,

Một buổi sáng sớm trong khi đi kiểm soát trong giờ thiền Ju-ching thấy một thiền sinh ngủ gật nên rầy: "Việc tu tập tọa thiền (zazen) là phải buông xả thân và tâm. Nay ngươi ngủ gật như vậy thì để đạt được gì?" Dōgen nghe thấy vậy thì tức thời đại ngộ. Dōgen đi tới thất của Ju-ching thấp nén hương và quỳ trước mặt Ju-ching để trình kiến giải và được ấn chứng. Đó là vào năm 1225. Trong một buổi lễ Ju-ching chánh thức trao cho Dōgen giấy chứng nhận ấn chứng việc truyền pháp của tông Tào Động. Sau khi được ấn chứng, sư ở lại thêm 2 năm để tiếp tục tu tập rồi mới trở về Nhật.

Sư kể lại: "... sau khi tu học với sư phụ Ju-ching tôi đã ngộ rằng đôi mắt nằm ngang và mũi dọc, không còn bị ai lừa nữa". Sư nói:

"Gần đây tôi trở về quê nhà với hai bàn tay không.

Và như vậy sơn tăng này không có Phật pháp."

(trích Eihei-koroku (Vĩnh Bình quảng lục), tập 1, do Okumura & Leighton dịch)

Theo tác giả Takashi, việc trở về "tay không" có nghĩa là Dōgen tin rằng mình đã thể nhập được Phật pháp sau khi đã được sư phụ truyền pháp nên khỏi cần đến các kinh sách. Chánh pháp đó đã được truyền từ đức Phật Thích Ca, qua các vị Tổ rồi đến Dōgen.

Công cuộc hoằng pháp

Sau khi đã ngộ đạo từ Trung Hoa về thì Dōgen trở lại thiền viện cũ là Kenninji, ở đó 3 năm và bắt đầu công cuộc hoằng pháp.

Trước hết sư viết bài Fukanzazengi (A universal recommendation for Zazen, Phổ khuyến tọa thiền nghi). Trong đó sư giảng rất chi tiết về việc tọa thiền, từ lý do, mục đích đến cách thực hành. Sư nhắc lại việc đức Phật Thích Ca đã ngồi thiền trong 6 năm, còn tổ Bồ Đề Đạt Ma quay mặt vào vách ngồi thiền trong 9 năm, vậy mà các hành giả chỉ chạy theo ngôn ngữ để có kiến giải tri thức thôi thì làm sao chúng đắc được. Phải tọa thiền mới có thể đạt tới giác ngộ viên mãn. Đó là sự hiển lộ của thực tại tối thượng.

Sau đó Dōgen dời về thiền viện An'yō-in và bắt đầu viết tác phẩm Shōbōgenzō. Một lần nữa Dōgen dời về thiền viện Kōshōji. Số tăng chúng và cư sĩ theo học rất đông nên sư phải khởi công xây cất thiền đường. Nhân dịp này sư thảo nội quy về thiền đường rất kỹ lưỡng. Bản nội quy này có 20 điều, sau đây là vài điểm đặc biệt: - không ra khỏi thiền viện, trừ khi có điều khẩn cấp, - không đọc sách, kể cả những sách về Thiền tông, - không nói xấu người khác, không tìm lỗi người khác, - không mang tràng hạt, - không đọc và tụng kinh.

Trong số đệ tử của sư có những vị đặc sắc là Ejō, Sōkai, Sen'e, Ekan, Gikai, Giin, Gien, Gijun. Đặc biệt là Koun Ejō (Cô Vân Hoài Trang) (1198-1280) rất thân cận với sư, vị này sau này đã có công trong việc thu thập những ngữ lục của sư và làm cuốn Shōbōgenzō Zuimonki. Sau đó Ejō phụ giúp Dōgen trong việc xây dựng thiền viện Eiheiiji và được cử làm phó trụ trì và khi Dōgen tịch thì Ejō được cử là vị tổ thứ 2.

Sau này người nổi tiếng sau Dōgen là vị tổ thứ tư Taiso Keizan (Oánh Sơn Thiệu Cẩn), người đã xây dựng ngôi thiền viện Sojiji, lớn thứ nhì của tông Tào Động.

Trong thời gian 10 năm ở thiền viện Kōshōji, Dōgen được coi như đạt tới đỉnh cao nhất trong cuộc đời tu hành của sư. Tại đó sư đã sáng tác được nhiều tác phẩm chánh của mình, và đã truyền bá pháp Thiền đem từ Trung Hoa về và thêm vào những đường lối tu hành độc đáo của sư để tạo dựng nên tông phái Sōtō đặc biệt của Nhật bản. Thiền viện Kōshōji được xây dựng theo một kiến trúc khác hẳn, và tổ chức sinh hoạt cũng đặc biệt và nghiêm ngặt hơn các thiền viện khác. Số đệ tử tăng lên rất nhiều, ngoài ra sư rất chú ý tới việc giảng dạy cho các cư sĩ nữa.

Dōgen tiếp tục hoàn tất cuốn Shōbōgenzō (Chánh pháp nhãn tạng), tác phẩm lớn nhất và quan trọng nhất của sư. Cuốn này được viết bằng tiếng Nhật, là điều đặc biệt vì thời đó các tài liệu Phật pháp khác đều viết bằng chữ Hán. Cuốn này gồm 95 chương, gồm các bài viết theo từng chủ đề khác nhau, chứ không phải là một tài liệu thống nhất. Văn pháp của sư rất linh hoạt, sâu sắc, tự nhiên và hấp dẫn nên được các giới Phật học cũng như văn học khen ngợi.

Đến năm 1243 sư và một số đệ tử rời Kōshōji đến vùng Echizen, một vùng hẻo lánh miền bắc. Việc rời đi đó khá đột ngột và gây ra thắc mắc cho các học giả sau này đã đưa ra nhiều luận đoán và giả thuyết khác nhau. Tại nơi này sư đã xây dựng nên thiền viện Eihei-ji, và sư thường tự xưng danh trong các bài viết với tên Eihei, cho nên sau này sư được kêu là Eihei Dōgen. Theo đúng chủ trương của sư phụ Ju-ching nên sư không muốn liên lạc với các quan chức triều đình. Tuy vậy đến năm 1247 sư lại nhận lời mời của Hōjō Tokiyori, một vị võ quan trong triều đình, và đến Kamakura, gần Tokyo hiện nay, để giảng dạy về Phật giáo. Sau một thời gian ở đó sư thất vọng nên sớm trở về thiền viện.

Theo Heinrich Dumoulin, giáo sư người Đức đã nghiên cứu kỹ về lịch sử Thiền Tông, thì đó là bắt đầu thời kỳ "suy giảm" của Dōgen. Không rõ vì lý do gì nhưng những bài viết sau này cho thấy có sự thay đổi về quan điểm của sư về một số vấn đề. Thí dụ như lúc trước sư rất khen ngợi về tông Lâm Tế mà sư chứng kiến khi đi tu học ở Trung Hoa, trong đó có thán phục về thiền sư Đại Huệ Tông Cảo (1089-1163). Nhưng sau đó sư lại viết nhiều bài chỉ trích mạnh mẽ Đại Huệ. Lúc trước sư chủ trương cởi mở và cho rằng các cư sĩ và phái nữ đều có thể thành đạo được, nhưng sau đó sư lại chủ trương chỉ có những người xuất gia mới có thể thành đạo được. Đó là vài thí dụ mà các học giả đã đưa ra để kết luận là thời kỳ ở Echizen chứng tỏ có sự thay đổi quan điểm của sư theo chiều hướng suy giảm so với sự phát triển mạnh mẽ trong thời kỳ sư còn ở Kōshōji.

---o0o---

Những tác phẩm của Dōgen

Nhiều bài giảng pháp của Dōgen đã do chính Dōgen viết hoặc do các đệ tử ghi lại vào khoảng 120 bài ghi trong 8 tác phẩm chánh. Những tác phẩm của Dōgen được coi là xuất sắc trong nền văn học Phật giáo và cả ngay trong nền văn học Nhật bản. Sau đây là một số tác phẩm thường được nhắc tới:

- Shōbōgenzō (True Dharma Eye Treasury, Chánh pháp nhãn tạng).
- Shōbōgenzō Zuimonki (Chánh pháp nhãn tạng tùy văn ký),
- Shōbōgenzō sambyakusoku (Chánh pháp nhãn tạng tam bách tắc)
- Hōkyō ki, cuốn nhật ký ghi chép những lời dạy của Ju-ching trong thời kỳ sư đi tầm đạo tại Trung hoa 1225-1227.
- Tenzō kyōkun (Điền tọa giáo huấn, Instructions for the Cook)
- Eiheiji kōroku (Vĩnh Bình quảng lục), cũng được gọi là Đạo Nguyên Hòa thượng quảng lục (Dōgen ōshō kōroku).

Dōgen là vị thiền sư Thiền tông viết nhiều nhất, khác hẳn các thiền sư khác thường viết vắn tắt, hoặc chỉ do các đệ tử ghi lại. Sư thường tự tay viết các bài giảng trước khi trình bày cho đệ tử hoặc quần chúng. Điểm đặc biệt là cách hành văn của sư thường dùng các từ ngữ thời đó, thêm vào việc sư rất chú ý vào việc giảng dạy kỹ lưỡng, như những bài triết học nên sau này việc phiên dịch rất là khó khăn và khó hiểu. Cũng vì tự tay viết nên tùy thời kỳ tiến triển giảng dạy, sư có khuynh hướng sửa đổi các bản viết, cho nên có bài viết mà lại có nhiều bản khác nhau, đôi khi có ý tưởng đối chọi nhau, khiến cho các học giả sôi nổi bàn cãi.

Tuy vậy các học giả đều tán phục và công nhận tài năng về Phật học cũng như về văn hóa của sư. Thomas Cleary, người đã dịch rất nhiều tài liệu về Phật giáo ra tiếng Anh, đã viết là cuốn Shōbōgenzō là một tuyệt tác không những ở Nhật mà "cùng đứng hàng đầu với các tác phẩm văn chương toàn thế giới". (trích: Rational Zen- The Mind of Dōgen Zenji). Heinrich Dumolín, học giả người Đức viết rất nhiều sách về Phật học, đã viết: "Đọc cuốn này người ta phải ngạc nhiên nhận thấy rằng Dōgen luôn giữ được một ý chánh là nhìn được mọi vật 'như là đức Phật nhìn' (butsu no kata yori), một thành quả đạt được khi tọa thiền. Từ cái nhìn này nên mọi mỗi khía cạnh của đời sống được nhìn rõ - từ những việc ở đời sống thường ngày, việc tu Thiền, khung cảnh thiền viện, Phật pháp, lễ nghi cho đến cả thực tại tuyệt đối.", "Những bài viết của sư về Phật giáo và lịch sử tôn giáo đã được nhiều triết gia Tây phương say mê. Tư tưởng của sư được so sánh với Heidegger. Dù so sánh thế nào thì Dōgen vẫn hoàn toàn đứng vai Phật tử và cũng là một nhà nghiên cứu trọn vẹn." (trích "Zen Buddhism: A History- Japan).

Shōbōgenzō (Chánh pháp nhãn tạng)

Tác phẩm này được coi là quan trọng nhất trong việc học hỏi hoặc tìm hiểu về Dōgen. Tác phẩm này gồm những bài do Dōgen viết về những bài pháp mà sư giảng cho các đệ tử hoặc cho những buổi thuyết trình cho các giới. Đây không phải là tác phẩm trình bày thứ lớp, liên kết, có hệ thống, mà là những đề tài riêng biệt của mỗi lần thuyết pháp ở những thời điểm khác nhau, và có thể ở những trạng thái tinh thần khác nhau nữa.

Điểm khó khăn trong việc nghiên cứu cuốn Shōbōgenzō là có nhiều bản khác nhau. Bản được sử dụng nhiều nhất là bản có 95 chương. Bản này được thảo ra vào đời Genroku (1688-1703) và được khắc gỗ năm 1816. Như vậy tức là bản này xuất hiện sau thời Dōgen hơn 500 năm. Những bản khác đều là chép bằng tay. Sau này người ta lại phát hiện ra bản 75 chương mà các học giả cho là chính Dōgen tự tay viết bản này. Cuộc bàn cãi vẫn còn tiếp tục vì có ý kiến lại cho rằng bản 12 chương mới là đích thực của Dōgen. Đó là 3 bản chánh được bàn cãi nhiều nhất. Còn có những bản khác nữa, như là 12, 28, 60 84, 87, 88 chương. Đó là chưa kể đến việc lúc cuối cuộc đời Dōgen đang sửa lại cuốn này thành 100 chương mà chưa hoàn tất. (Trích: Gudo Wafu Nishijima, Understanding the Shōbōgenzō, 1992). Nay số đông thường dùng bản 95 chương làm tài liệu chánh.

Việc tìm đọc cuốn Shōbōgenzō rất là khó khăn, xin tạm dùng việc nghiên cứu của giáo sư Nishijima để tóm tắt, người tự nhận đã nghiên cứu cuốn này hơn 50 năm. Cuốn này có thể chia làm 4 đề tài:

1. **Tâm**: những chương liên quan đến tâm, lý thuyết, tư tưởng, tôn giáo. (gồm 23 chương)
2. **Cảnh**: vật thể, thiên nhiên, ngoại cảnh, không gian. (gồm 26 chương)
3. **Hành**: sự đồng nhất giữa thân và tâm, giữa tâm và vật, hiện tại, hành động. (gồm 27 chương)
4. **Thực tại** (reality): sự phức tạp của thực tại, biểu tượng của thực tại. (gồm 19 chương)

Theo giáo sư cuốn này trình bày triết lý về thực tại, đó là một vấn đề không thể thực hiện được vì Thực tại không thể dùng tri thức để đạt hay diễn tả được, nhưng Dōgen đã làm được việc này.

Pháp tu của Dōgen

Tọa thiền

Dōgen cho rằng chủ yếu trong việc tu hành của đạo Phật là tọa thiền. Tuy vậy phép tọa thiền của sư khác hẳn với phép tọa thiền của các tông phái khác trong đạo Phật, kể cả các tông phái khác trong Thiền tông.

Sư luôn nhắc nhở các đệ tử là trong việc tu hành thì tọa thiền (zazen) là điều quan trọng nhất. Sư dạy: "Phật pháp đã được trực tiếp truyền thừa từ các đức Phật và các Tổ là shikantaza." Sư dùng danh từ Shikantaza để phân biệt pháp tọa thiền của Thiền Tào Động với các pháp Thiền khác. (shikantaza' (祇管打坐, just sitting) "Shikan" có nghĩa là "chỉ có" được dịch ra tiếng Anh là "just" hoặc "nothing but". (Shikantaza= just sitting). Danh từ này được dịch ra tiếng Việt là "Chỉ quản đả tọa" (Chân Nguyên, trang 90).

---o0o---

So sánh giữa shikantaza và thiền "mặc chiếu" của Trung hoa

"Mặc" có nghĩa là yên lặng (silent). "Chiếu" có nghĩa là giác ngộ (illuminate, enlightened state, satori). Pháp này có 3 đặc tánh: 1- nhấn mạnh về "tự tánh thanh tịnh", theo như lời dạy của Lục tổ Huệ Năng, 2- không có vấn đề chứng đắc, 3- nhấn mạnh tọa thiền là pháp hành của vị Phật bản sanh. (Kiyozumi Ishii, trang 2)



Dōgen cũng theo đúng đường hướng đó, nhưng cho rằng một số người đã hiểu lầm thiền Mặc Chiếu và cho rằng như vậy không cần phải tu tập gì cả. Trong bài Fukanzazengi (Phổ khuyến tọa thiền nghi) sư nhấn mạnh việc tọa

thiền là sự hiển lộ của thực tại tối thượng. Ngay khi tọa thiền thì chánh pháp tự hiển lộ.

Trong cuốn *Bendōwa* (Biện đạo thoại) Dōgen giải thích kỹ lưỡng hơn nữa về pháp tọa thiền. Cuốn này gồm 18 câu hỏi-đáp. Về câu hỏi tại sao Phật pháp có nhiều phương pháp tu hành mà nay sư cho là chỉ có tọa thiền là chân pháp. Sư đáp: "Đức Thích Ca đã truyền diệu pháp này để tu hành đạt đạo, và các đức Như Lai ba đời (quá khứ, hiện tại và vị lai) cũng đạt đạo do tọa thiền. Cho nên nói đó là chánh pháp. Ngoài ra các tổ từ Ấn Độ và Trung hoa cũng đạt đạo do tọa thiền." Cuốn sách đó ghi tiếp: "Quan niệm rằng chỉ cần lên tiếng, với cái lưỡi cử động mà cho rằng có thể sánh được công đức hành trì của đức Phật thì thật là việc không có nghĩa lý, còn xa, rất xa với Phật pháp", "muốn đạt đạo bằng cách tụng cả triệu lần thì cũng vô ích như muốn đi về phương nam mà xe lại hướng đi về phương bắc", "Cho rằng hành trì và chứng ngộ là hai việc riêng biệt thì đó là cái nhìn của ngoại đạo. Trong Phật pháp, hành trì và chứng ngộ là một và như nhau", "Phật pháp đã chỉ rõ rằng thân và tâm là một, thể và tướng không hai".

Trong chương *Genjōkōan* (được dịch theo ý là: spontaneous realization, đốn ngộ) thuộc cuốn *Shōbōgenzō*, Dōgen tóm tắt: "Hành Phật đạo là phải biết rõ mình. Biết rõ mình là phải quên mình. Quên mình là phải ngộ được muôn pháp. Ngộ được muôn pháp là phải buông xả thân và tâm mình và người." (Yasutani dịch)

Thiền sư Keizan (Oánh Sơn, 1268-1325), vị tổ thứ tư tông Tào Động Nhật, trong bài "*Tọa thiền dụng tâm ký*" viết rất rõ ràng về pháp tọa thiền này:

"Nay tọa thiền chính là vào biển Phật tánh, tức là nêu bày cái thể chư Phật, cái diệu tịnh minh tâm sẵn có được hiện tiền.

Chư Phật vì một đại sự nhân duyên xuất hiện ra đời là chỉ thẳng chúng sanh mở bày ngộ nhập tri kiến Phật. Cái diệu thuật để được tri kiến Phật là tọa thiền. Tọa thiền tức là cái tam muội chư Phật tự thọ dụng, cũng gọi là tam muội vua tam muội.

Phật nói: "Nghe (văn), suy nghĩ (tư) như ở ngoài cửa, tọa thiền chính là trở về ngồi an ổn trong nhà". Thật vậy, nếu nghe, suy nghĩ các kiến giải chưa dứt, tâm địa còn ràng buộc, cho nên như ở ngoài cửa, chỉ có tọa thiền bỏ hết tất cả không còn chỗ nào chẳng thông, nên tự người trở về ngồi an ổn trong nhà.

Buông bỏ tâm ý thức, dứt hết niệm tướng quán, chớ mong làm Phật, đừng nghĩ thị phi, khéo gìn giữ quý tiếc ngày giờ như cứu lửa cháy dầu. Không dùng thấp hương, lễ bái, niệm Phật, tu sám, xem kinh, trì tụng, chỉ chú trọng tọa thiền là đủ." (HT Thích thanh Từ, "**Thiền đốn ngộ**")

Sau đây là một bài viết của thiền sư Kōshō Uchiyama (1912-), trích trong cuốn "**Nothing is hidden**" của Jisho Warner.

"Shikantaza có nghĩa là "chỉ có" tọa thiền. Nhưng thực sự chúng ta thực hành như thế nào khi tọa thiền?

Chữ "tâm" (Nh: shin) là cả một vấn đề, tùy theo chúng ta hiểu nghĩa chữ này thế nào thì việc hành thiền như vậy. Trước hết "tâm" thường được hiểu như là cái tâm của tâm lý hoặc ý thức (citta). Khi hiểu như vậy thì "tập trung tâm vào cái gì" có nghĩa là hướng tất cả tâm vào cái đó. Pháp thiền của ngoại đạo và các tông phái ban đầu của đạo Phật đều hành như vậy. Tâm của chúng ta lúc nào cũng rối loạn và hành giả dùng pháp đó để làm cho tâm yên tĩnh.

Dōgen nói rõ là pháp tọa thiền này không phải là để kiềm chế tâm. Dōgen nói: " Tổ dạy rằng thả để tâm như con cáo xảo trá còn hơn là dẫn dắt nó vào con đường chật hẹp của việc kiềm chế".

Tâm này là cái tâm đã được truyền thừa rõ rệt từ đức Phật: "một tâm là muôn pháp và muôn pháp là một tâm". Tâm và pháp là một, chứ không phải như các phương pháp tập trung, kiềm chế để trở thành vô tâm hay vô niệm như người ta thường dùng.

Vì vậy khi nghĩ rằng phải kiềm, dẹp tất cả ý nghĩ khởi lên lúc hành thiền thì đó không phải là phép tọa thiền của Dōgen. Rõ ràng khi ý nghĩ khởi lên và ta chạy theo chúng thì không phải là tọa thiền. Ngay khi chúng ta cố gắng để ngăn chặn không cho tâm khởi nghĩ thì cũng chỉ là ý thức tác dụng, đó cũng không phải là tọa thiền. Chúng ta không chạy theo tâm đó, cũng không dụng trí để dẹp bỏ chúng, nhưng chỉ để chúng tự do nổi lên và tự do tan biến. Chúng ta nhìn tất cả như quang cảnh về thực tại của đời sống.

Chúng ta là sinh vật có bộ óc. Như vậy khi tọa thiền những ý nghĩ sanh rồi diệt chỉ là điều tự nhiên. Đó chỉ là sự hoạt động của bộ óc.

Khi tọa thiền, tâm không còn bị ràng buộc vào bất cứ sự tác ý nào, ngay cả những ý nghĩ như "tôi muốn giác ngộ", "tôi muốn an định tâm" ... "

Thiền sư Sekkei Harada (1926-), vị trụ trì thiền viện Hosshinji, trong cuốn: "*The essence of Zen*" viết:

"Không can thiệp vào sự hoạt động của tâm" có nghĩa là để cho những cảm xúc hư huyền, những vọng tưởng, những quan niệm về tốt và xấu, đúng và sai ... tự chúng trôi chảy tự nhiên. Đừng can thiệp vào những ý nghĩ vì chúng chỉ là sự hoạt động tự nhiên của tâm (bộ óc).

" Thiền là quán tâm. Tâm thì luôn luôn chuyển động. Hoạt động đó là chức năng của tâm. Như vậy có nghĩa là một sai lầm lớn nếu ai muốn dùng ý chí để chặn đứng hoạt động tự nhiên đó. Không có lý do để làm cho tâm trở như cây, như đá. Cần thiết là để cho tâm hoạt động theo chức năng của nó (as-it-is), tức là để cho nó trôi chảy liên tục.

" Tôi thấy rằng có nhiều người sẽ nghĩ như vậy: "Ta phải ngưng mọi ý nghĩ" và họ gắng để ngăn chặn mọi ý nghĩ khởi lên. Đó là điều làm lẫn lộn. Họ đang ngăn chặn dòng lưu chuyển tự nhiên của các pháp. Đừng có cho rằng phải ngăn chặn mọi ý nghĩ. Khi tác ý: "Không nghĩ, không nghĩ" thì đã mất cái bản chất tự nhiên rồi.

"Thiền không phải là hữu niệm hay vô niệm."

Dōgen giải thích thêm về lý do tọa thiền:

"Nếu các ông chỉ biết quán Phật pháp bằng "tâm" thôi thì dù cả ngàn kiếp sống có thể chứng ngộ được không? Nhưng nếu các ông buông xả tâm và từ bỏ những tri thức, hiểu biết thì có thể chứng ngộ được. Những người đã chứng đạo khi nhìn thấy hoa nở, hoặc nghe tiếng đá chọi vào cây đều chứng ngộ do nơi "thân". Vì vậy nếu các ông buông xả hoàn toàn các ý nghĩ và khái niệm trong tâm và chỉ chú tâm vào tọa thiền thì sẽ tiến xa trong việc tu đạo. Việc chứng ngộ thật sự chỉ đạt được với "thân". Các ông cần chú ý vào tọa thiền." (Masunaga, tr. 47)

Dōgen luôn nhắc nhở là việc tọa thiền là cách tu hành tốt nhất để theo đúng với chánh pháp của đức Phật. Pháp tọa thiền của sư có điểm đặc biệt là phải thấy rõ việc tu tập và giác ngộ là một, không thể nói tu tập "để được" giác ngộ. Tính "như nhau" giữa tu tập và giác ngộ là điều không thấy ở các pháp môn khác trong đạo Phật. Hiểu được đặc điểm này mới hiểu được tại sao

tông Tào động Nhật đã đặt trọng tâm vào việc tọa thiền. Dōgen đã căn cứ vào kinh điển, đã thực chứng và nhấn mạnh vào tính bản nguyên của sự giác ngộ, của Phật tánh. Sự coi điều đó là căn bản cho sự tu hành. Sư viết một bài rất dài (chương Phật tánh) trong cuốn Shōbōgenzō để giải thích rõ về vấn đề này. Việc tu hành không phải là phương tiện để đạt cứu cánh là giác ngộ. Nếu cho rằng việc giác ngộ chỉ đạt được sau khi tu hành thì không thể nói đó là bản nguyên được. Sư nhắc lại đó là cái "bản lai diện mục" (original face), cái tự tánh mà tổ Huệ Năng nói trong Pháp Bảo Đàn Kinh, cũng còn được gọi là Phật tánh.

Tài liệu trích dẫn:

- Thích thanh Từ, "Thiền sư Việt Nam".
- Thích thanh Từ, "Thiền đốn ngộ", Phật học viện quốc tế, 1984
- Chân Nguyên & Nguyễn tường Bách, "Từ điển Phật học", 1999
- Takashi James Kodera, "Dogen's Formative Years In China", Routledge & Kegan Paul, 1980
- Takashi James Kodera, "The Buddha-nature in Dōgen's Shōbōgenzō". Japanese Journal of Religious Studies, 4 December 1977.
- Yūhō Yoki, "Zen Master Dōgen- An introduction with selected writings", Weatherhill, 1976
- Heinrich Dumolín, "Zen Buddhism: A History- Vol. 2: Japan", Macmillan Publishing Company, 1990
- Jisho Warner, ed. "Nothing Is Hidden", Weather Hill, 2001
- Reihō Masunaga, "A Primer of Sōtō Zen- A Translation of Dōgen's Shōbōgenzō Zuimonki", An East-West Center Book, 1971
- Hakuun Yasutani, "Flowers Fall - a commentary on Zen master Dōgen's Genjōkoan", Shambala, 1996
- Kiyozumi Ishii, "What Kind of Zen Did Dogen Create from Chinese Chan?"
- Sekkei Harada, "The Essence of Zen", Kodansha International, 1993
- Hiện nay hệ thống Sōtō-zen có mặt tại nhiều nơi trên thế giới, riêng tại Mỹ có khoảng 40 Trung tâm.
(danh sách đầy đủ tại: http://www.sotozen-net.or.jp/kokusai/e_jiin.htm).

---o0o---

HẾT