

Tứ Diệu Đế Diễn Nghĩa

(Chatvari Arya Satya)

Lê Huy Trứ

Mất 11 năm khổ công tâm đạo, Đức Phật Thích Ca đã đạt đại giác ngộ sau 49 ngày quyết tâm thiền định dưới cội cây bồ đề. Nhưng Đức Thế Tôn đã đắn đo đến việc nên hay không nên đem giáo lý của Ngài vừa chứng được, ra truyền bá cho chúng sanh?

Vì giáo lý của Ngài là giáo lý cao siêu, thâm diệu, còn chúng sanh phần đông căn cơ còn thấp kém, khó có thể giác ngộ nhanh chóng được như Ngài.

Nhưng không lẽ vì giáo pháp của Ngài cao thâm vi diệu mà không giáo hóa cho chúng sanh?

Để làm tròn nhiệm vụ hóa độ của ngài, Phật chọn phương pháp Tiệm Giáo (simple short cut), nói pháp Tứ Diệu Đế trước là để cho chúng sanh dễ hiểu, dễ bề tu hành, đạt được căn bản của huệ giác.

Trong Tứ Thập Nhị Chương Kinh, do hai ngài Ma Đăng Ca Diếp và Trúc Pháp Lan đời hậu Hán (Trung Quốc) dịch, phần nhập đề có ghi,

“Thế Tôn thành đạo dĩ, tác thị tư duy, ly dục tịch tĩnh thị tối vi thắng, trụ đại thiên định, giảng chư ma đạo. Ư Lộc Uyển trung, chuyển Tứ Đế pháp luân, độ Kiều Trần Như đẳng ngũ nhân nhi chứng Đạo Quả...”

Đoạn này có thể hiểu cách đơn giản là: Sau khi thành đạo, Đức Thích Ca khởi niệm suy nghĩ, xa lìa ái dục được tĩnh tại đệ nhất và đạt quả vị Chính Đẳng Chính Giác. Rồi Ngài an trụ trong thiên định hàng phục và chế ngự mọi ma lực. Quan sát căn cơ của năm người bạn đồng tu khổ hạnh với Ngài trước kia là nhóm ông Kiều Trần Như, có thể khai ngộ được với pháp Tứ Diệu Đế, Đức Phật đi đến vườn Lộc Uyển là nơi họ đang tu hành lấy giáo lý Tứ Đế để truyền giảng và độ nhóm ông Kiều Trần Như.

- Sống trong đau khổ mà mình nhận diện được cái khổ ấy có nguyên nhân từ đâu và kiên quyết trị liệu thì mình sẽ bớt khổ, cho đến dứt hoàn toàn khổ đau. Những người như thế không phải là không có giữa cuộc đời này và họ có mặt như một tấm gương sáng để mọi người tự soi mình, mà tỉnh thức.

Đức Phật gọi những người sống trong đau khổ, biết khổ, trị liệu nỗi khổ để bớt và hết khổ là những người có trí, sống đúng theo diệu pháp “Tứ Diệu Đế”.

Đó là bài pháp đầu tiên mà đức Phật giảng cho năm anh em ông Kiều Trần Như.

- Sống trong đau khổ mà vẫn an nhiên tự tại vì hiểu rõ lý nhân quả, có chánh niệm trong hành trì và đời sống nên những người như thế là hiện thân của Bồ tát, của Phật.

Thân đau, bệnh hay mọi nỗi khổ khác hiện diện đều được cho qua “màn” của nhân-quả để rồi mình thương chính mình và người. Thương chính mình thì phải sợ nhân (như Bồ tát) chứ đừng để quả có rồi mới sợ (sợ quả thì giống chúng sinh).

Bài học ngắn “*Bồ tát sợ nhân, chúng sinh sợ quả*” phải được niệm thường xuyên để thương mình và người. Nếu mình biết sát sanh là gây nhân bệnh tật, chết chóc là nhân chia lìa, khổ đau thì mình sẽ không nỡ giết hại, bởi sớm muộn mình cũng chịu quả đau đớn ấy. Đó chính là sợ nhân, chứ đừng đợi đến khi mình vào tù hoặc người thân mình bị sát hại, mình bị tử hình mới biết sợ thì e là đã muộn màng!

Sau khi nghe Phật thuyết pháp Tứ Diệu Đế, chánh kiến mê lầm tan vỡ, trí huệ siêu thoát xuất hiện, năm vị này được ngộ đạo,

chứng nhập quả vị A La Hán. Đó là năm vị đệ tử đầu tiên của Đức Phật Thích Ca.

Trong kinh Tạp A Hàm (Samyatt-Nikaya), Đức Phật có dạy các đệ tử của Ngài, *“Hỡi các Tỳ Kheo, các thầy đừng để tâm trí vào những tư tưởng sau đây: Thế giới là hữu hạn; thế giới là vô cùng. Điều đó không quan trọng. Điều quan trọng là, ta dạy các thầy về Sự Khổ, Nguyên Nhân Sự Khổ, và Con Đường Đi Đến Diệt Khổ. Những điều đó có ích, vì chắc chắn sẽ đưa các thầy đến cứu cánh của giác ngộ và giải thoát vậy”*.

Theo lời Phật dạy, Tứ Diệu Đế là giáo lý được Phật Tử trân trọng, xem như là nền tảng của Phật Giáo được Đức Thích Ca Mâu Ni thuyết giảng cho các đệ tử, để hiểu rõ hơn về chân lý rất đời, tuy đơn giản, dễ hiểu nhưng lại vô cùng cao siêu, thâm diệu.

Hiểu và hành được Tứ Diệu Đế sẽ chắc chắn tìm được sự thanh thản cho tâm hồn. Trong tư tưởng Phật Giáo, Tứ đế (Tứ Diệu Đế) là giáo lý cơ bản lấy con người làm trung tâm và vì con người mà thực hiện. Đức Phật đã nhận thấy ở chúng sinh cái nhân thiện lành, đó là Phật Tính, nếu biết tu tập đúng chính pháp đều có thể thành Phật, *“Nhất thiết chúng sinh giai hữu Phật tính”*.

Phật vì lòng đại từ bi muốn cứu độ cho chúng sinh mà thuyết giảng giáo pháp của mình. Đây là giáo lý Đức Phật thuyết giảng trong thời kỳ đầu nên cũng gọi là giáo lý Nguyên Thủy.

Tứ Diệu Đế đã được Đức Phật sắp đặt theo một thứ tự rất phương pháp khoa học (science), khôn khéo (intelligence), hợp lý (logic), hợp tình (truth).

Ngày nay, sau hơn 2,500 năm, các nhà nghiên cứu Phật học Âu Tây, mỗi khi nói đến Tứ Diệu Đế, ngoài cái nghĩa lý sâu xa, nhận xét xác đáng, còn tấm tắc, tán thán cái phương thức kiến trúc, cái bố cục, cái thứ lớp của toàn bộ pháp môn ấy của Đức Thế Tôn.

Trước tiên, Đức Phật chỉ cho chúng sanh thấy cái thảm cảnh hiện tại của cõi đời. Cái thảm cảnh bi đát này có nằm ngay trước mắt ta, bên tai ta, ngay trong chính mỗi chúng ta; những sự thật có thể thấy, nghe, ngửi, nếm, sờ được, chứ không phải những sự thật xa lạ ở đâu đâu.

Đã là một chúng sinh, ai không có sanh, ai không đau ốm, ai không già, ai không chết, ...? Và tất cả những trạng thái ấy đều mang theo tánh chất khổ đau. Đã có thân, tất phải khổ! Đó là một chân lý rõ ràng, giản dị, không ai là không nhận thấy, không thể phủ nhận.

Sau khi chỉ thẳng cho mọi người thấy cái khổ sờ sờ ở trước mắt, ở chung quanh và chính trong mỗi chúng ta rồi, Đức Phật mới đi qua giai đoạn thứ hai, là chỉ cho chúng sanh thấy nguồn gốc, lý do của những nỗi khổ ấy. Ngài đã từ hiện tại đi dần về quá khứ, đã từ bề mặt đi dần xuống bề sâu, đã từ cái dễ thấy đến cái khó thấy, từ cái cao siêu trở thành đơn giản.

Lý luận căn bản, vững chắc của Ngài đã dựa trên những vấn đề của thực tại (facts), trên những căn cơ có thể chứng nghiệm được, chứ không phải xa lạ, viển vông, mơ hồ.

Đến giai đoạn thứ ba, đức Phật trình bày cho chúng ta thấy cái an lạc của sự hết khổ. Giai đoạn này tương phản với giai đoạn thứ nhất - giai đoạn trên khổ sở như thế nào, thì giai đoạn này lại vui thú như thế ấy.

Cảnh giới vui thú mà Ngài trình bày cho chúng ta thấy ở đây, cũng không có gì là mơ hồ, viển vông, vì nếu đã có cái khổ đau thì đối lại phải có cái khoái lạc (dualism). Khoái lạc luôn đi đôi với khổ đau. Mà khi đã thấy rõ được cái khổ như thế nào, thì mới hăng hái tìm cách thoát khổ và khao khát hướng đến cái vui an lạc mà đức Phật đã giới thiệu.

Đến giai đoạn thứ tư là giai đoạn Phật dạy những phương pháp để thực hiện cái vui an lạc ấy.

Ở đây chúng ta nên chú ý là đức Phật trình bày cảnh giới giải thoát (liberation) trước, rồi mới chỉ bày phương pháp (Đạo, the way) tu hành sau.

Đó chính là một lối trình bày rất khôn khéo, đúng với tâm lý chung của con người - trước khi bảo người ta đi, thì phải nêu mục đích sẽ đến như thế nào, rồi để người ta suy xét, lựa chọn có nên đi hay không. Nếu người ta nhận thấy mục đích ấy cao quý, đẹp đẽ cho chính mình, thì khi ấy người ta mới hăng hái, nỗ lực không quản khó nhọc, để tự mình thực hiện cho được mục đích ấy.

Tứ Diệu Đế (Four Noble Truths, Chatvari Arya Satya) là cách dịch của người Hán từ nguyên gốc Phạn ngữ là Catuvarīyasacca, cũng có cách gọi khác là Tứ Chân Đế, Tứ Thánh Đế. Tứ là 4; Diệu là tuyệt vời, khéo, hay, diệu dụng, màu nhiệm; Đế là lời nói vững chãi, chắc thật, là chân ngôn, lời nói luôn đúng với chân lý. Tứ Diệu Đế là 4 điều chắc thật, diệu dụng không ai chối cãi được. 4 Đế lý ấy là giáo pháp cơ bản của Tứ Diệu Đế bao gồm Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế. Đó giáo lý căn bản, người Phật Tử không thể không hiểu không được. Không hiểu biết về Tứ Diệu Đế là không hiểu biết gì về giáo lý đạo Phật cả. Người Phật Tử, hơn ai cả, phải thấu triệt cõi đời là khổ. Muốn

thế, không gì hơn là hãy lắng nghe Đức Phật dạy về Khổ Đế, vì chỉ có Khổ Đế mới nói lên một cách tường tận đầy đủ, chính xác về mọi nỗi khổ đau của cõi đời.

Thấy rõ được mọi nỗi khổ đau rồi, ta cần tìm hiểu vì đâu có khổ, nguyên nhân của khổ là đâu. Vì chỉ khi nhận thấy được nguồn gốc của nó, mới có thể diệt trừ tận gốc nó được. Điều này, cũng không chỗ nào nói rõ ràng, phân tích rành mạch bằng Tập Đế. Nhưng khi thấy được mọi nỗi đau khổ của cõi đời và hiểu được nguồn gốc sâu xa của nỗi khổ rồi, thì ta lại bi quan, chán đời, khóc than, rên siết, cầu được giải cứu.

Nếu thế thì không có gì tiêu cực bi quan, yếm thế bằng.

Một số dư luận tưởng lầm đạo Phật là yếm thế bi quan là vì họ đã dừng lại ở hai phần đầu của Tứ Diệu Đế.

Người Phật tử không dừng lại đó. Phải phát tâm Bi-Trí-Dũng.

Đã thấy và biết đau khổ làm cho cuộc đời xấu xa, đen tối thì phải cam đảm, đối diện và diệt trừ nó.

Hạnh phúc không đâu xa, hạnh phúc an lạc hiện ra sau khi tự mình diệt trừ được khổ đau.

Đau khổ lùi chừng nào thì hạnh phúc đến chừng ấy, như bóng tối tan đi đến đâu thì ánh sáng thay vào đến đó.

Muốn thấy ánh sáng của Niết Bàn thì phải thực hiện những lời dạy của Phật trong Diệt Đế. Muốn thực hiện Niết Bàn thì phải có đủ phương tiện (tool, mechanism).

Những phương pháp (the way) này, Đức Phật đã cung cấp một cách đầy đủ trong Đạo Đế.

Khổ Đế (Dukkha Ariyasacca)

“Đời là bể khổ!”

Khổ Đế là chân lý chắc thật, trình bày rõ ràng cho chúng ta thấy tất cả những nỗi đau trên thế gian này mà mỗi chúng sinh đều phải chịu những nỗi khổ đầy đầy trên thế gian, bao vây chúng ta, chìm đắm chúng ta như nước biển.

Khổ không chỉ có nghĩa là cảm giác đau đớn, khổ nhọc thân, mà còn chỉ trạng thái tinh thần, tâm không yên ổn, không thỏa mãn những mong muốn trong lòng.

Tư tưởng Phật Giáo phân tích và nhận định, từ khi sinh ra đến lúc nhắm mắt xuôi tay không có lúc nào vui hết khổ đau.

“Thoạt sinh ra thì đã khóc choé; đời có vui sao chẳng cười khi?”

Nguyễn Công Trứ

Vũ trụ và vạn vật luôn luôn trong chu kỳ biến đổi: *“Thành - Trụ - Hoại - Không/Diệt”*. Về thân xác, chúng sinh và con người, cũng phải trải qua những chu kỳ tương tự: *“Sinh - Lão - Bệnh - Tử”*. Mà cả bốn quá trình ấy gắn liền với nỗi khổ: *“Sinh khổ (sinh ra là khổ), Lão khổ (quá trình già nua của thân thể là khổ), Bệnh khổ (có bệnh tật đau ốm là khổ), Tử khổ (chấm dứt sự sống là khổ)”*.

Rồi sống trong cuộc sống xã hội cũng luôn có nỗi khổ: *“Sở cầu bất đắc khổ (mong muốn mà không đạt được là khổ), Ái biệt ly khổ (yêu thương nhau mà phải xa lìa, tương tư, thất tình), Oán tắng hội khổ (ghét thù nhau mà phải sống gần nhau là khổ; ghét của nào trời trao của đó), Ngũ thụ uẩn khổ (năm giác quan tương tác với thế giới bên ngoài, thọ nhận tướng sắc của vật chất, bị hình tướng của vật chất che mất bản chất và mãi bị mê muội theo nó là khổ)”*.

Đó là 8 nỗi khổ của con người mà Phật Giáo gọi là Bát Khổ. Phật Giáo quan niệm, những thứ khổ trong tam giới này là do cái nhân của tiền kiếp, trầm luân trong cái quả của hiện nghiệp

làm người. Khổ hơn nữa là bị đày làm súc sinh (animals), hay đọa vào địa ngục làm ngạ quỷ.

Theo tôi nghĩ, khổ ít nhất là được làm súc sinh, vì súc sinh không tạo nghiệp ác nhiều hơn con người cho nên không bị cái khổ như con người.

Địa ngục ngạ quỷ, nếu có, thì chỉ dành cho con người chứ không đủ chỗ cho súc sinh. Tuy nhiên, mọi dạng tồn tại đều mang tính khổ não (khổ từ não) nhưng khổ đau tự nó từ tâm sinh lý của con người mà ra, không thể hoàn toàn đổ cho nhân duyên, tiền định, cause & effect, như đã nói ở trên để mà yếm thế, bi quan.

Dù biết khổ đau chỉ là tâm lý, không thực, nhưng nó luôn luôn ảnh hưởng và chi phối toàn bộ kiếp sống chúng sanh qua từng sátna.

Theo triết lý Phật Giáo, khổ đau nói tổng quát có Tam Khổ, nói sâu rộng có Bát Khổ như đã trình bày ở đoạn trên.

TAM KHỔ và **BÁT KHỔ** này là những nguyên nhân chính đưa đến niềm đau, nỗi khổ triền miên cho con người.

Tam Khổ gồm có:

- **Khổ Khổ:** chính là cái khổ này chồng chất lên cái khổ kia, bản thân đã là khổ lại còn bị hoàn cảnh chung quanh đè lên bao cái khổ khác. Chúng sanh luôn khổ não bởi những sự việc trái ý, nghịch lòng; những sự đón đau, sâu muộn, bất an diễn ra mãi. Nỗi sầu này chưa vơi, thì niềm đau kia lại đến, nó luôn vây khốn, quấy nhiễu suốt cuộc đời của chúng sanh. Muốn sống cũng không xong; muốn chết cũng không được. Cầu được an thân cũng chẳng đặng.

“Họa vô đơn chí; Phúc bất trùng lai”.

- **Hành Khổ:** là những ý định, những chủ tâm dẫn đến phát khởi những hành động của thân, khẩu, ý. Hay nói cách khác, Hành uẩn là sự tạo tác của mọi hoạt động trong tâm thức trước khi bộc phát thành hành động. Sự hoạt động này rất chủ động. Do Hành sanh ra Thức, thúc đẩy Thức tạo nghiệp. Hoạt động của Hành rất vi tế, ẩn tàng trong tâm khó có thể nhìn thấy, thế nhưng nó điều khiển tất cả mọi hành động của thân, khẩu, ý làm cho tâm trí chúng sanh luôn dao động, lo toan, ưu phiền. Công năng của hành uẩn thật đáng sợ, luôn hoạt động thường trực, nhưng vi tế khó nhận biết, nó dẫn dắt tâm ý hoạt động xấu, tốt hoặc không xấu, không tốt. Như vậy, hành uẩn có khả năng chủ đạo, tạo nghiệp, và dẫn dắt chúng sanh trôi lăn trong bể khổ luân hồi, chịu nhiều khổ đau.

- Hoại Khô: là sự hủy hoại đưa đến sâu khô. Nghĩa là tất cả vạn vật trong vũ trụ thường biến đổi và đưa đến hư hoại, tiêu tán. Không có gì là bất biến, vĩnh cửu, Phật gọi là hoại khô hay đời là bể khổ, đây chính là Vô Thường (impermanence). Hiện tượng vô thường này khiến cho chúng sanh luôn bị áp lực bởi tâm lý thương tiếc, sâu khô... mãi diễn ra trong tâm thức.

Vạn vật trong vũ trụ đều bị hủy hoại qua thời gian, tất cả vật chất đều bất lực trước đổi thay, non sông cũng thay đổi, cảnh củ người xưa cũng đổi thay, “*Dấu xưa xe ngựa hồn thu thảo, cảnh củ lâu đài bóng tịch dương*”, mà bản thân con người càng bị hủy hoại nhanh chóng hơn nữa.

Cho nên, Phật khuyên chúng ta bay lượn thảnh thơi như con chim ưng không nên bám (cling), trụ (attach) vào cuộc đời vô thường.

Sâu xa hơn, Phật Giáo nhìn nhận cuộc đời một cách trực tiếp, phản ảnh thực tiễn thế giới quan, chúng sinh bị ngoại cảnh chi phối, kết hợp với ràng buộc của tiềm thức dẫn đến thân tâm Chấp Ngã, tưởng có được một cái tôi độc tôn. “*Ngũ Uẩn: uẩn (thân xác vật chất), Thụ Uẩn (cảm giác, cảm xúc), Tướng Uẩn (tri giác, tướng tượng), Hành Uẩn (hành vi, ý muốn của con người), Thức Uẩn (tập hợp ý thức)*” chính là những nguyên nhân và điều kiện dẫn đến nỗi khổ của con người.

Khô tự tâm vô minh mà ra. Không hiểu chân lý thì khô, tham dục vô minh thì khô. Cội gốc của sanh tử luân hồi là do từ những phiền não mê lầm, là do từ những dục vọng xấu xa, những ý niệm sai trái làm não loạn thân tâm chúng ta.

Tập Đế (Samedā Dukkha, Samudayat Ariyasacca)

Tập Đế là chân lý chắc thật, trình bày nguyên nhân của bề khổ trần gian, là lý do vì đâu có những nỗi khổ ấy.

Khô Đế như là bản kê hiện trạng (diagnostic) của chứng bệnh. Trong khi đó, Tập Đế như là bản phân tích, nói rõ nguyên nhân (analysis, root cause) của chứng bệnh, những lý do (causes, reasons) vì sao có bệnh (effect), từ thói quen cố chấp đã hình thành và bám trụ từ muôn kiếp.

Chính cái thói quen (habit) cố chấp đó biểu hiện thành thế giới vật chất hữu thường và tinh khí thần của chúng sinh, mà đặc biệt là con người. Thói quen tạo ra tâm tưởng, nên những cái mà chúng ta thường gọi là vật chất, kể cả tập quán, văn hóa và khoa học, Phật giáo gọi là “*Thế Lưu Bố Tưởng*”.

Trong bộ kinh Đại Thừa, Thành Duy Thức Luận, “*Tam giới duy tâm, Vạn pháp duy thức*”. Tất cả thế giới vật chất lẫn tinh thần,

hữu hình lẫn vô hình đều chỉ là từ tâm thức chứ không có gì là hiện hữu cả.

Tập Đề truy tầm nguyên nhân của khổ. Tìm cái gốc khổ (root cause of suffering) đó là từ Luật Nhân Quả (the law of Cause & Effect) cùng với Thập Nhị Nhân Duyên (12 Causal Conditions, Twelve Conditional Factors) phát sinh ra cái khổ đau (suffering).

Thập Nhị Nhân Duyên là phép tu hành của Duyên Giác Thừa, phép này chủ yếu quan sát tất cả các sự vật, cho đến luân hồi, đều do nhân duyên mà phát khởi, nhân duyên hội họp thì gọi là sanh, nhân duyên tan rã thì gọi là diệt, sự thật vốn không có cái gì sanh, cái gì diệt cả.

Trước khi Phật ra đời, cũng đã có nhiều vị tu hành giác ngộ được đạo lý nhân duyên, ra khỏi luân hồi, đó là các vị Độc Giác. Đối với những đệ tử Phật, có căn cơ ‘quán’ nhân duyên, thì Phật dạy 12 nhân duyên phát khởi ra luân hồi, để các đệ tử ấy tu tập theo và chứng quả Duyên Giác.

Mười hai (12) nhân duyên của luân hồi là những sợi dây chuyền (interconnected links, interdependent strings) liên tục, chuyền từ khâu (link) này đến khâu khác, trong một đời cũng như trong nhiều đời. Mười hai nhân duyên ấy là duyên vô minh sinh ra duyên hành, hành ra thức, thức ra danh sắc, danh sắc ra lục

nhập, lục nhập ra xúc, xúc ra thọ, thọ ra ái, ái ra thủ, thủ ra hữu, hữu ra sinh, sinh ra lão tử.

Cần nhận rõ hành tướng của các nhân duyên, hiểu rõ sự tác động của nhân duyên này đối với sự phát sinh của nhân duyên khác, dùng phép quán duyên khởi, diệt trừ (break off the links) những khâu chính trong dây chuyền 12 nhân duyên, để đi đến chứng được đạo quả của Duyên Giác Thừa.

1. Vô Minh:

Vô minh là không sáng suốt, là mê lầm, không nhận được bản tính duyên khởi chân thật. Do vô minh, nên không biết tất cả sự vật, dầu thân, dầu cảnh, dầu sinh, dầu diệt, dầu năng, dầu sở, dầu có, dầu không, đều do nhân duyên hội hợp mà giả dối sinh ra, do nhân duyên tan rã mà giả dối mất đi, đều theo nhân duyên mà chuyển biến như huyễn, như hóa, không có thật thể. Chính vì không biết như thế, nên tưởng lầm, nhận thật có cái ta, thật có cái thân, thật có hoàn cảnh, rồi do sự đối đãi giữa thân tâm và cảnh giới, phát khởi ra những tâm niệm sinh diệt chuyển biến không ngừng.

2. Hành:

Hành, chính là cái tâm niệm sinh diệt chuyển biến không ngừng ấy, nó làm cho chúng sanh nhận lầm có cái tâm riêng, cái ta riêng của mình, chủ trương gây các nghiệp, rồi về sau chịu quả báo.

3. Thức:

Tâm niệm sinh diệt tiếp tục ấy, theo duyên nghiệp báo sinh ra cái thức tâm của mỗi đời, chịu cái thân và cái cảnh của loài này hoặc loài khác.

4. Danh Sắc:

Các thức theo duyên nghiệp báo sinh ra danh sắc. Sắc (matter, form) bao gồm những cái có hình tướng, như thân và cảnh; Danh, bao gồm những cái không có hình tướng, như cái sự hay biết, nói một cách khác, là thức tâm thuộc nghiệp nào, thì hiện ra thân tâm và cảnh giới của nghiệp ấy.

5. Lục Nhập:

Thân tâm đối với cảnh giới thì duyên khởi ra các sự thâm nhận từ 6 giác quan, nhãn căn lãnh nạp sắc trần, nhĩ căn lãnh nạp thanh trần, tỷ căn lãnh nạp hương trần, thiệt căn lãnh nạp vị trần, thân căn lãnh nạp xúc trần và ý căn lãnh nạp pháp trần.

6. Xúc:

Do những lãnh nạp như thế, mà các trần ảnh hưởng đến tâm hay biết sinh ra quan hệ với nhau, nên gọi là Xúc.

7. Thọ:

Do những quan hệ giữa tâm và cảnh như thế, nên sinh ra các thọ là khổ thọ, lạc thọ, hỷ thọ, ưu thọ và xả thọ.

8. Ái:

Do các thọ đó, mà sinh lòng thương ghét, đối với lạc thọ, hỷ thọ thì ưa thích, đối với khổ thọ, ưu thọ thì ghét bỏ và đã có ưa ghét thì tâm gắn bó với thân, với cảnh, hơn bao giờ hết.

9. Thủ:

Do tâm gắn bó với thân, với cảnh nên không thấy được sự thật như huyễn, như hóa, như mộng, mà còn kết hợp được những ảnh tượng rời rạc đã nhận được nơi hiện tại, thành những sự tướng có định, rồi từ đó chấp mọi sự vật đều có thật, sự chấp trước như thế, gọi là Thủ.

10. Hữu:

Do tâm chấp trước, nên những sự vật như huyễn như hóa lại biến thành thật có, có thân, có cảnh, có người, có ta, có gây nghiệp, có chịu báo, có sống và có chết, cái có như thế, tức là Hữu.

11. Sinh:

Có sống, tức là có sinh, nói một cách khác, là do không rõ đạo lý duyên khởi như huyễn, không có tự tánh, nên nhận lầm thật có sinh sống.

12. Lão Tử:

Lão Tử là già rồi chết. Do có sinh sống, nên có già, rồi có chết.

Mười hai nhân duyên là một dây chuyền liên tục, chuyền từ khâu này đến khâu khác trong nhiều đời. Do có vô minh qua hành ở các đời quá khứ nên duyên khởi ra thức tâm của đời này. Thức tâm ấy, theo duyên nghiệp báo sinh ra duyên danh sắc, danh sắc sinh ra lục thập, lục thập sinh ra xúc, xúc sinh ra thọ. Thức, danh sắc, lục nhập, xúc và thọ, đều là cái quả báo dị thực của các nghiệp, đã gây ra từ trước. Cho nên, Tập có nghĩa là tích lũy (tập - nhóm họp, gộp lại, tập họp).

Nếu quá khứ hay hiện tại con người không biết được đời là khổ, không biết vạn vật hữu hình hay vô hình chỉ là giả tạm, luôn biến đổi; không biết những ý nghĩ, lời nói và hành động của mình sẽ gây ra nghiệp nên lần hồi cứ làm theo mãi, vì suy nghĩ và hành động xấu mà ngày càng tích lũy những điều xấu, bị xô đẩy trôi lăn mãi trong sinh tử luân hồi.

Tóm lại, Đức Phật dạy rằng, vì vô minh che lấp nên con người không nhận ra thực tướng của vạn vật, rồi cứ tham đắm chạy theo cái hư ảo, vô thường đó nên tạo ra nghiệp.

Đó là nguyên nhân của nỗi khổ. Trong đó, có ba thứ độc (tam độc) - Tham (tham lam), Sân (giận, bực, nóng nảy), Si (ngu mờ, mê muội) là 3 nguyên nhân chính của nỗi khổ.

Xét cho cùng thì mọi hành động, dù thiện hay ác, sẽ tạo ra các nghiệp mà các nghiệp này tích lũy, gắn liền với sinh tử trong

tam giới, con người phải bị trùng trùng vướng mắc bởi những Tập Đé đó.

Diệt Đé (Nirodha Dukkha, Nirodha Ariyasacca)

Diệt Đé là chân lý chắc thật, trình bày rõ ràng hoàn cảnh quả vị an lành, tốt đẹp mà chúng sanh sẽ đạt đến khi đã diệt trừ được những nỗi khổ và những nguyên nhân của đau khổ.

Diệt Đé như là một bản cam đoan (assurance) của lương y nói rõ sau khi đã tìm ra cách chữa trị, sau khi phân biệt được các cái khổ của trần gian, biết rõ những nguyên nhân gây nên cái khổ. Đức Phật mới tự tin nói đến Diệt Đé, nói đến sự thật (truth), về hoàn cảnh tốt đẹp, an lạc mà con người đạt được sau khi diệt được ái dục.

Sau khi qua được cơn mê khổ đau, người bệnh sẽ bình phục, lành mạnh trở lại, sẽ ăn ngon, ngủ yên như thế nào, thân thể sẽ tráng kiện, tâm hồn khoan khoái như thế nào.

Cho nên chúng sinh muốn thoát khỏi bệnh đau khổ thì phải phá chấp. Phá bỏ thói quen chấp thật đã quá kiên cố từ vô lượng kiếp; tự chứng ngộ trạng thái bản thể vắng lặng không có gì cả (chân như), mà thuật ngữ Phật Giáo gọi là Tịch Diệt, còn gọi là Niết Bàn (涅槃, sa. nirvāṇa).

Tóm lại, Diệt là trạng thái giác ngộ, không còn cố chấp nữa. Thiên Tông gọi là “*Minh Tâm, Kiến tánh thành Phật*”.

Khi đã phá bỏ chấp trước, tâm lực có thể thắng được lực vật lý của vật chất, hành giả đã đạt tới sinh tử tự do, làm chủ được Lục (6) Căn, Lục Trần, Lục Thức ($6 \times 3 = 18$ giới) của mình, có Lục Thần Thông là Thân Như Ý Thông, Thiên Nhãn Thông, Thiên Nhĩ Thông, Tha Tâm Thông, Túc Mệnh Thông, và Lưu Tận Thông.

Túc Mệnh Thông là biết được quá khứ vị lai của mình và các chúng sinh khác. Lưu Tận Thông là thoát khỏi sinh tử luân hồi, không còn bị trôi lăn trong lục đạo nữa.

Huệ Năng, Đơn Điền và Hám Sơn đã biến thân xác của họ thành bất hoại để làm tin cho đời sau, hiện vẫn còn thờ ở chùa Nam Hoa tại Tào Khê, gần thị trấn Thiều Quan, tỉnh Quảng Đông, Trung Quốc. Nhục thân của Huệ Năng đã tồn tại 1,300 năm mà không cần phải ướp xác hay có sự can thiệp nào từ bên ngoài.

Các vị Độc Giác thường quán tất cả các sự vật, dù thân hay cảnh, dù sống hay chết, đều do các duyên hội hợp mà hóa thành như có, chứ không phải thật có. Các vị thường quán các sự vật, chỉ có tánh đối đãi, chứ không có tự tánh. Nhận rõ được các tướng của sự vật đều giả dối, không thật, theo duyên mà phát hiện, theo duyên mà thay đổi, không có gì là chắc thật cả. Các vị

Độc Giác sau khi quán sát như thế, thì ngộ được các pháp đều vô ngã, cảnh cũng vô ngã, thân cũng vô ngã, cho đến những sự sống, chết đều vô ngã. Đồng thời, các vị Độc Giác cũng ngộ được các pháp vô ngã, theo duyên mà chuyển biến, mà thường dùng định lực quán cái có ra không, cái không ra có, làm cho càng rõ thêm sự thật của mọi sự vật, chúng được bản tánh vô ngã và ra khỏi luân hồi.

Trong lúc tu phép quán Thập Nhị Nhân Duyên để ra khỏi luân hồi, nhà tu hành thường quán theo đạo lý duyên khởi và bắt đầu diệt trừ những khâu (link) quan trọng, duyên khởi ra phân đoạn sinh tử là ái, thủ và hữu.

Các vị này, nương theo đạo lý duyên sinh, quán biết thân cảnh đều giả dối, không thật và các thọ sinh ra trong quan hệ giữa thân và cảnh, vốn không có gì, nên diệt trừ được lòng ưa ghét. Khi lòng thương ghét đã diệt trừ thì đối với tất cả các sắc, đều xem như bóng trong gương, đối với tất cả các tiếng, đều xem như luồng gió thổi qua, không có gì là chắc thật và cũng không có gì đáng để ý, bận tâm.

Do tâm đối với cảnh không phát sinh ưa ghét và thường phóng xả như thế, nên sự chấp trước cũng giảm bớt, đến bị tiêu diệt, hết chấp. Tâm đã không chấp trước, thì thấy rõ mọi sự vật đều huyễn hóa, không thật có, chính khi sinh, không có gì đáng gọi là sinh, chính khi diệt, không có gì đáng gọi là diệt. Do đó, phát

khởi được trí vô ngã, diệt trừ phân biệt ngã chấp và chứng được bậc sơ tâm của Duyên Giác Thừa. Từ đó, các vị sơ tâm dùng trí vô ngã gột rửa lần lần các thói quen mê lầm, diệt trừ hành ăm, diệt trừ cơ sở vô minh duyên sinh ra luân hồi và lên đến Quả Vô Học.

Nói tóm lại, phép tu của Duyên Giác Thừa dựa vào phép quán mọi sự, mọi vật đều do nhân duyên mà có sinh diệt, nhận rõ mọi sự, mọi vật do nhân duyên mà sinh, nên không thật có sinh, do nhân duyên mà diệt, nên không thật có diệt, mà chứng được đạo quả Vô Sinh Diệt.

Các vị tu theo Duyên Giác Thừa, còn quán các sự vật đều do duyên hợp thành và thường theo duyên mà chuyển biến. Các vị thường dùng tâm niệm của mình, chuyển đổi những sự vật này, hóa thành sự vật khác, để trực nhận một cách sâu sắc đạo lý duyên khởi như huyễn.

Do lối tu như thế, nên các vị Độc Giác và Duyên Giác thường có nhiều thần thông và cũng hay dùng thần thông để hóa độ chúng sanh. Do các vị ấy, chứng được đạo lý duyên khởi như huyễn, nên phạm vi hóa độ chúng sanh cũng rộng hơn Thanh Văn Thừa và chỗ giác ngộ cũng gần với Bồ Tát Thừa hơn. Vì thế, mà trong kinh có nơi gọi Duyên Giác Thừa là Trung Thừa, Trung Đạo, nghĩa là cái thừa ở giữa Tiểu Thừa và Đại Thừa, phát nguyện

rộng lớn thì thường mau chóng chứng được những quả vị của Đại Thừa.

Các bậc giác ngộ thường không bao giờ để lộ cho người đời thấy được thần thông của họ. Tuy nhiên có một số kỳ nhân, có thể chưa kiến tánh, có chút ít thần thông, đã phô trương cho người đời thấy công năng đặc dị của họ, vì họ vẫn còn bám trụ vào chấp, chưa thật sự Chánh Định.

Diệt Đế nói về sự khổ bị tiêu diệt, được giải thoát. Diệt tức là tịch diệt hay Niết Bàn. Nghĩa là nghiệp đã hết không còn khổ lụy sinh tử luân hồi nữa. Khổ là mầm gốc của phiền não. Mà phiền não được diệt nên những nghiệp quả trong tam giới cũng diệt. Nếu các nghiệp phiền não trong tam giới đã diệt thì liền chứng đắc được cảnh giới Niết Bàn (Hữu Dư Niết Bàn). Khi xả báo huẩn thân (nghĩa là chết), thân tứ đại không còn (nhà Phật dùng từ tịch hoặc tịch diệt hay nhập Niết Bàn), cái khổ của đời sau không còn tương tục nữa, khi ấy gọi là Vô Dư Niết Bàn.

Cảnh giới Niết Bàn thật vắng lặng, tĩnh tịch và an lạc, đoạn diệt hết thảy nghiệp luân hồi nên gọi là Diệt Đế. Tuy nhiên diệt khổ, tức loại bỏ những phiền não do tâm bất định mà ra cũng chưa phải là đủ để an lạc lâu dài mà còn phải biết giữ lấy kết quả đó cho chắc chắn, không được nói bỏ, vì thế Phật chỉ ra Đạo Đế.

Đạo Đế (Nirodha Gamadukkha, Magga Ariyasacca)

Đạo Đế là những phương pháp đúng đắn, rõ ràng, chắc thật để diệt trừ khổ đau. Đó là chân lý (axiom), là ngón tay chỉ thẳng con đường quyết định đi đến cảnh giới Niết Bàn. Nói một cách giản dị, đó là những phương pháp tu hành của Phật Giáo để diệt khổ và được an vui.

Đạo Đế cũng như cái toa thuốc mà vị lương y đã kê ra để người bệnh mua thuốc (prescription, Rx) những lời chỉ dẫn mà bệnh nhân cần phải y theo toa thuốc để lành bệnh.

Đạo Đế chính là con đường tu hành giúp chúng ta phá bỏ các tập khí ‘chấp trước’ để đạt tới giác ngộ, giải thoát.

Đạo Đế nói về phương pháp diệt trừ nguyên nhân sự khổ và con đường để thoát khổ. Vì nếu biết rõ nguyên nhân của khổ, vì sao mà khổ, biết được con đường để giải thoát mà không có phương pháp giải thoát thì lại càng khổ hơn, chính vì vậy Đạo Đế là phần quan trọng nhất trong Tứ Diệu Đế.

Đạo là luân lý, là con đường (the Way) đúng đắn, đạo còn có nghĩa là năng thông năng đạt, nó chính là những phương pháp, là con đường để cho chúng sinh theo đó mà tu tập để mong cầu vượt thoát khỏi trầm luân, khổ ải trong tam giới.

Trong đó, Đức Phật chỉ ra 8 con đường chính, bao gồm - thấy biết chân chính (Chính Kiến); suy nghĩ chân chính (Chính Tư Duy); lời nói chân chính (Chính Ngữ); nghề nghiệp chân chính (Chính Nghiệp); đời sống chân chính (Chính MỆNH); siêng năng chân chính (Chính Tinh Tấn); tưởng nhớ chân chính (Chính Niệm); định tâm chân chính (Chính Định).

Tám (8) con đường chân chính ấy, Phật Giáo gọi là Bát Chính Đạo.

Bát Chính Đạo (Eightfold Paths) Nội dung cơ bản của đạo để là Bát Chánh Đạo, gồm có: Chính Kiến (hiểu biết đúng đắn); Chính Tư Duy (suy nghĩ đúng đắn); Chính Ngữ (lời nói đúng đắn, trung thực, thận trọng); Chính Nghiệp (hành động đúng đắn); Chính Mạng (kiếm sống chính đáng, lương thiện); Chính Tinh Tấn (siêng năng phấn đấu để tiến bộ); Chính Niệm (tâm niệm điều thiện lành, neo chính); Chính Định (tập trung tư tưởng đúng đắn).

Bát Chính Đạo rất thiết thực đối với cá nhân, xã hội, đối với đời sống tương lai. Bát Chánh Đạo giúp con người cải thiện tự thân, cải thiện hoàn cảnh.

Tóm lại, Đạo Đế còn có 37 Phẩm Trợ Đạo nương trợ, tương hỗ với Bát Chính Đạo để chắc chắn có thể đưa chúng sinh vượt qua khổ ải, chứng nhập cảnh giới Niết Bàn, nên được gọi là Đạo Đế.

Tam Vô Lậu Học (Giới - Định - Tuệ)

- Phải trì Giới để giữ không cho những mầm bất thiện phát sinh.
- Dùng Định để diệt trừ mọi phiền não ẩn chứa trong tâm.
- Phát triển trí Tuệ để diệt vô minh vì vô minh, ái dục là đầu mối mọi bất mãn, khổ đau của con người.

Phật Giáo chủ trương vừa lấy Trì Giới, Định Tâm, Trí Tuệ diệt trừ vô minh, phá vòng luân hồi sinh tử, vừa thực hành tu tập diệt trừ tham dục để chuyển nghiệp đạt đến sự giải thoát.

Tu hành để mong cầu giải thoát trong nhà Phật cũng có nhiều phương cách. Phật nói có tám vạn bốn ngàn pháp môn (con số tượng trưng), bất kỳ ai thấy khế hợp và phát nguyện tu tập theo một pháp môn nào thì đều có thể trở thành bậc giác ngộ, giải thoát, vì Phật Tính trong mọi chúng sinh là không khác nhau, chỉ là một, và mọi pháp môn đều đưa đến giác ngộ.

Tuy nhiên, cho dù là pháp môn nào đi nữa thì cũng phải lấy phương tiện ‘*Tam Vô Lậu Học (Giới - Định - Tuệ)*’ làm căn bản và cương yếu để đạt đến cứu cánh.

Reference

Phá Chấp, Lê Huy Trú