

Người Phật Tử và Con Đường Tu Phật

Phạm Kim Khánh
Seattle, USA, 2004

[III]

BA ĐẶC TƯỚNG CỦA ĐỜI SỐNG

---*---

I. ĐẶC TƯỚNG VÔ THƯỜNG

Vào một buổi hoàng hôn quang đãng, khách ngồi trên bãi biển ngắm cảnh mặt trời đang lặn. Cả một vùng trời vàng ửng óng ánh soi mình trong những ngọn sóng đua nhau xô vùi trên mặt đại dương. Thình thoàng, vài chiếc thuyền buồm lặng lẽ lướt qua, đàn chim nhíp nhàng bay la bay la về tổ, gió thoảng hiu hiu ... Khách mãi mê thường ngoạn phong cảnh, trong khi bầu trời màu vàng dần dần sẫm xuống, trở nên đỏ và đi vào đêm tối. Mỗi lượn sóng nhỏ lên, vượt đến tận đỉnh, uốn mình hạ xuống rồi tan biến, và trong khi tan, chuyển hết năng lực mình cho lượn sóng kế. Và như thế những lượn sóng liên tục nối tiếp hầu như vô cùng tận.

Đó là hình ảnh của đời sống: luôn luôn biến chuyển và mãi mãi triển miên diễn tiến.

Lời di huấn tối hậu của Đức Thế Tôn là:

"Tất cả các pháp hữu vi đều vô thường. Hãy tận lực kiên trì tinh tấn".

Vừa sau khi Ngài nhập diệt, Đức Phạm Thiên Sahampati than:

"Tất cả đều phải ra đi.

Tất cả chúng sanh đã sanh vào cõi đời

Đều phải bỏ lại cái hình hài được cấu thành này.

Đúng vậy, chỉ đến Đức Bốn Sư,

Đấng Vô Song, không ai bì kịp,

Bậc Trí Tuệ Cao Minh, Bậc Toàn Giác,

Cũng đã lìa đời". (Kinh Mahā Parinibbāna Sutta, Đại Niết Bàn)

Vua trời Sakka (Đế Thích) tiếp lời:

"Tất cả các nguyên tố cấu thành đời sống

Đều vô thường.

Chúng được sanh ra, kết hợp lại rồi tan rã.

Quả thật là an tịnh

Khi mà các thành phần ấy chấm dứt vĩnh viễn".

Cho đến ngày nay, trong các quốc gia Phật Giáo theo truyền thống Nguyên Thủy, lấy Tam Tạng Pāli làm căn bản, mỗi khi có đám tang chay, để nhắc nhở người nghe về bản chất sớm nở tối tàn của đời sống, chư Tăng tụng kinh Cầu Siêu đều có đọc những câu bằng tiếng Phạn có nghĩa như sau:

*"Tất cả các pháp hữu vi đều vô thường.
Phát sanh và hoại diệt là bản chất của chúng.
Chúng kết hợp thành chúng sanh, rồi qua đời.
Thoát ra khỏi chúng là hạnh phúc tối thượng".*

Hoặc câu:

*"Các pháp hữu vi thật không bền vững.
Nó có tánh cách sanh diệt là thường
Vi nhân sanh rồi diệt, diệt rồi sanh
(nên thường hay có sự khô nãy).
Chỉ có Niết Bàn là pháp tịch diệt,
Đứt cả các pháp hữu vi ấy được
Mới có sự an vui tuyệt đối".*

Danh từ Phật Giáo gọi các "pháp hữu vi" (*sankhārā*) là tất cả những gì được cấu thành do nhân và duyên, tất cả những gì do những nhân đã có trước đó tạo duyên để hiện hữu. Hiểu rộng ra, các pháp hữu vi bao gồm toàn thể thế gian hiện tượng, toàn thể những gì -- tinh thần hay vật chất -- trong vũ trụ.

Vô thường là không thường còn, mà luôn luôn thay đổi, không ngừng trở thành một cái gì mới. Tiếng Pāli gọi vô thường là "*anicca*". "*A*" là không, "*nicca*" là vĩnh viễn trường tồn. Các Bản Chủ Giải *Visuddhi Magga* (Thanh Tịnh Đạo) và *Abhidhamma* (Vi Diệu Pháp) giải thích rằng bởi vì trong các pháp hữu vi không gì có tánh cách vĩnh viễn trường tồn nên nói rằng nó không thường còn. Vì nó không "thường còn" (*nicca*), nên là "vô thường" (*anicca*).

Tất cả các pháp hữu vi, tức mọi sự vật trong thế gian hiện tượng này, đều ở trong trạng thái phù du, tạm bợ và bất ổn định: phát sanh rồi hoại diệt và từ sanh đến diệt không ngừng biến đổi. Từ vật lớn đến vật nhỏ, từ bên ngoài đến bên trong chúng ta, từ vật chất hữu hình đến những tư tưởng hay những hiện tượng vô hình nào khác, đều phải trải qua ba giai đoạn sanh, trụ, diệt. Từ những ngọn núi to lớn, những thiên thể khổng lồ đến hạt cát nhỏ bé, những vi khuẩn tí ti, tất cả đều không ngừng biến chuyển. Bao nhiêu thung lũng ngày nay, trước kia có thể là ao hồ rộng lớn. Bao nhiêu đồng ruộng mệnh mông, có thể trong một quá khứ xa xôi nào đã là vùng biển cả. Chính quả địa cầu mà trên đó chúng ta đang sống, cũng mất dần nhiệt độ, và các nhà khoa học tiên đoán rằng một ngày nào trong tương lai trái đất sẽ trở thành một hành tinh chết, một nguyệt cầu. Sinh rồi diệt, hợp rồi tan, đó hẳn là bản chất của đời sống.

Một tích chuyện thuật rằng vào thời Đức Phật có vị ni cô rất đẹp tên Janapada Kalyāni Rūpanandā, và rất hãnh diện với sắc đẹp của mình. Bà không chịu đến nghe Đức Phật thuyết giảng Giáo Pháp, vì Ngài luôn luôn nhắc đến tánh cách vô thường của thế gian và không hề tán dương vẻ đẹp của cơ thể vật chất.

Ngày nọ, duyên lành đưa đẩy bà vào thánh đường, nhưng lòng vẫn bảo lòng, hãy lẫn lộn trong đám đông các vị tỳ khưu ni, không để cho Đức Phật trông thấy. Đức Thế Tôn biết như vậy. Vì lợi ích của bà, Ngài tạo ra hình ảnh một thiếu nữ xinh đẹp tuyệt trần đứng sau lưng, cầm quạt quạt Ngài và chỉ có ni cô Rūpanandā trông thấy. Bà mãi mê nhìn, say đắm vẻ đẹp của thiếu nữ và hết lòng ước muốn cũng được như vậy. Khi ấy, Đức Phật làm cho bà thấy thiếu nữ xinh đẹp kia trưởng thành dần đến cỡ trung niên, rồi già cõi. Ni Cô Rūpanandā theo dõi từng giai đoạn của tiến trình biến đổi, thấy hết vẻ đẹp nây đến vẻ đẹp khác của thiếu nữ nói tiếp nhau tàn tạ. Bây giờ, thiếu nữ xinh đẹp lúc nãy chỉ còn là một bà lão lụm cùm, tóc bạc, răng long, xương khô, gãy yếu, lưng còm gồi mỏi, tay chân rung rẩy lập cập. Rồi Đức Phật cho bà thấy lão bà bị một cơn bệnh đau siết, rên la thê thảm và té ngã lăn xuống đất. Rồi bà lão chết, thi thể sinh lên, nước vàng tuông ra từ cừu khiếu, rồi giòi, từa trào ra, loi nhoi lúc nhúc v.v ...

Cảnh tượng ghê tởm ấy gợi cho Ni Cô Rūpanandā ý nghĩ: "Tại nơi đây thiếu nữ xinh đẹp tuyệt trần đã trở nên đứng tuổi, già nua và hoại diệt, thì chính thân hình mỹ miều của ta cũng sẽ không thể tránh khỏi con đường đau khổ, đáng chán, đáng ghê sợ ấy". Bà thức tỉnh và nhận chân tánh cách vô thường của vạn pháp.

Và sau khi nghe lời dạy của Đức Bổn Sư: "*Hãy quán xét tánh cách rỗng không của những yếu tố hợp thành cơ thể này. Hãy quảng đi, vứt bỏ lòng tham muốn đeo níu theo kiếp sinh tồn, con sẽ vững bước trong trạng thái vắng lặng*", bà chú tâm chỉ quán theo chiều hướng của lời dạy và chứng đắc Đạo Quả Tu Đà Huờn.

Người đi chùa thường mang theo bông hoa hay nhang đèn để cúng Phật. Khi thành kính quỳ lạy trước pho tượng Phật, người Phật tử hiểu biết chiêm ngưỡng và suy niệm về những lời dạy của Đức Tôn Sư. Những tai hoa đang héo xào, những ngọn đèn đang tàn lụi, những cây nhang đang mòn dần, đã nói lên và nhắc nhở họ bản chất vô thường của kiếp sinh tồn.

Đó là lối nhìn vào đời sống theo mức độ thông thường. Người suy tư nào cũng trông thấy hiển nhiên và hiểu biết rõ ràng rằng vạn pháp không ngừng biến đổi. Nhưng người Phật tử được dạy nên nhìn sâu vào tiến trình biến đổi không ngừng ấy. Một em bé sơ sinh có bỗng nhiên trở thành thiếu nhi, rồi bỗng nhiên trở thành thiếu niên v.v... chẳng? Một tai hoa đẹp đẽ vào buổi sáng, về chiều có bỗng nhiên tàn rụi chẳng? Hẳn là không có sự biến đổi bỗng nhiên mà có sự liên tục chuyển biến, những biến đổi vi tế mà người thường, với giác quan phàm tục, khó nhận thức. Mặc dầu với mắt thường ta không thể nhận thấy nhưng trong thực tế vẫn có sự biến đổi diễn tiến từng giây, từng khoảnh khắc.

Và tất cả đều biến đổi: *aniccā vata saṅkhārā*, tất cả các pháp hữu vi đều vô thường. Thân vô thường, tâm vô thường, hoàn cảnh vô thường, quốc độ vô thường. Câu này có nghĩa là chúng sanh (thân-tâm) là vô thường, mọi sự vật (hoàn cảnh) là vô thường và thế gian (danh từ quốc độ ở đây được giải thích là thế giới sa bà) là vô thường.

Trong bài này ta chỉ đặt trọng tâm vào con người, xem như một chúng sanh.

Để tìm hiểu thế gian rộng lớn bên ngoài người Phật tử được dạy hãy nhìn trở lại vào bên trong chính mình, tự quán chiếu. Và khi làm như vậy ta thấy rằng cái được gọi là chúng sanh, hay riêng cái mà ta vẫn chấp là chính "Ta" thật sự chỉ là sự cấu hợp của hai phần, phần vật chất (sắc, *rūpa*) và phần tâm linh (danh, *nāma*). Phần tâm linh hay danh, được chia chẻ thành Thọ, Tướng, Hành, Thức. Năm thành phần: Sắc, Thọ, Tướng, Hành, Thức, được gọi chung là ngũ uẩn hay ngũ âm.

Đi sâu vào công trình quan sát, ta nhận thấy sắc, hay cơ thể vật chất là sự kết hợp của những tế bào, rồi tế bào là sự kết hợp của những nguyên tử và ta đi lần xuống đến âm điện tử, dương điện tử, trung hòa điện tử. Ba loại điện tử này kết hợp với nhau cấu thành nguyên tử. Và tùy theo thứ tự kết hợp và tỷ lệ về số lượng khác nhau, những hạt điện tử ấy tạo thành những loại nguyên tử khác nhau. Theo các nhà khoa học hiện đại thì có 104 hoặc 106 loại nguyên tử. Và những loại nguyên tử này kết hợp lại với nhau để tạo thành tất cả các loại vật chất mà ta có thể tìm thấy trên quả địa cầu, trong đó có cơ thể vật chất của chúng ta [*], và nhiều hành tinh khác. Đặc tính cá biệt của mỗi loại vật chất không tùy thuộc vào khối lượng của những hạt điện tử mà phần lớn do những năng lực hay năng lượng giữa những hạt điện tử ấy tạo nên, như hấp dẫn lực giữa hai loại điện tử khác tính nhau, xung khắc lực vô cùng mạnh giữa hai loại điện tử cùng tính nhau, trao đổi lực v.v ... Như vậy, vật chất là sự cấu hợp tạm thời của những thành phần tạm thời, trong trạng thái không ngừng biến động.

[* Muốn có thêm chi tiết xin đọc bản dịch quyển "*Purification of View*" của Dr. C.B. Dharmasena, MB, BS (Lond) do Rāhula Phạm Kim Nguyên chuyển ngữ tựa đề "*Kiến Tịnh*".]

Phật Giáo, khi phân tách hình thể vật chất, hay sắc (*rūpa*), đến mức cùng tột thì thấy có bốn thành phần chánh là Đất, Nước, Lửa, Gió gọi là Tứ Đại Chánh Yếu (*Cattāri Mahābhūtāni*) hay gọi tắt là Tứ Đại, cùng với những chuyển hóa và những đặc tính của nó.

Đất: Là nguyên tố căn bản đầu tiên, ở thể rắn, có đặc tính cứng hay mềm (vì mềm cũng là một hình thức cứng. Khi một vật ít "cứng" hơn vật kia thì ta nói là nó "mềm" hơn vật kia). Chính do nguyên tố này mà một vật có trọng lượng nặng hay nhẹ, có hình dáng sần sùi hay trơn tru và chiếm không gian.

Nước: Là nguyên tố căn bản thứ nhì, ở thể lỏng, có đặc tính làm kết hợp lại những thành phần khác. Chính nhờ nguyên tố Nước mà ba thành phần kia của vật chất không phân tán rời rạc. Nên hiểu rằng lạnh không phải là đặc tính của nguyên tố Nước.

Lửa: Là nguyên tố căn bản thứ ba, có ảnh hưởng rất quan trọng đối với ba thành phần kia. Nguyên tố Lửa có đặc tính nóng hay lạnh (vì lạnh là một hình thức nóng), làm thay đổi trạng thái vật thể như biến đổi một vật từ thể rắn sang thể lỏng hay thể khí.

Chính nhờ thành phần Lửa này tạo hơi ấm cho cơ thể và giúp tiêu hóa thức ăn, hay làm cho một trái cây non trở thành già và chín mùi...

Gió: Nguyên tố căn bản cuối cùng là Gió, có đặc tính di động.

Tất cả mọi vật đều phải mang đủ bốn "nguyên tố" căn bản trên, chung nhau và cùng một lúc, không thể thiếu một. Ba nguyên tố không thể hiện hữu hay tồn tại nếu không có nguyên tố thứ tư hiện hữu và tồn tại cùng lúc. Như vậy, theo Phật Giáo, một vật chỉ là sự cấu hợp của bốn nguyên tố căn bản, hay Tứ Đại. Tứ Đại luôn luôn pha lẫn với bốn chuyển hóa của nó là màu, hương, vị, và bản chất dinh dưỡng. Tứ Đại và bốn chuyển hóa luôn luôn dính liền nhau và liên quan với nhau rất mật thiết, đến nỗi ta chỉ thấy là một. Vật thể này khác với vật thể kia do sự cấu hợp khác nhau của Tứ Đại và bốn chuyển hóa.

Còn phần tâm linh thì sao?

Phần tâm linh, tức Danh (*Nāma*), gồm bốn uẩn là: Thọ, Tưởng, Hành, Thức -- cảm giác, tri giác, sinh hoạt tâm linh và Thức. Ba uẩn đầu là những tâm sở đồng phát sanh và đồng hoại diệt với tâm vương, có đối tượng đồng nhất với đối tượng của tâm vương và cùng chung một căn (thiện hay bất thiện) với tâm vương. Thức (*Viññāna*) là tâm vương, đồng nghĩa với tâm (*Citta*) và ý (*Mana*).

Có tất cả 52 tâm sở. Thọ và Tưởng là hai tâm sở phổ thông (cũng được gọi là tâm sở biến hành), luôn luôn nằm trong tất cả các loại tâm. Năm mươi (50) tâm sở còn lại được gọi chung là Hành (*sankhārā*).

Thọ, cảm giác hay thọ cảm, là đặc tính chính yếu của tất cả các loại tâm vương. Có năm (5) loại thọ là:

- Thọ hỷ: cảm giác vui thích, về tinh thần;
- Thọ lạc: cảm giác sung sướng, về vật chất;
- Thọ ưu: cảm giác buồn khổ, về tinh thần;
- Thọ khổ: cảm giác khó chịu, về vật chất;
- Thọ vô ký: cảm giác không vui không buồn.

Thân và tâm tương quan với nhau rất mật thiết. Khi thân chịu đau đớn thì tâm cảm nghe buồn khổ, khi tâm sầu muộn thì thân mất thoải mái. Cùng thể ấy khi thân thọ hưởng khoái lạc thì tâm hoan hỷ, khi tâm thỏa thích thì thân cảm nghe vui sướng. Như vậy, ta có thể nói đại khái có ba loại thọ: Thọ lạc, thọ khổ, và thọ vô ký.

Tương, hay tri giác là nhận thức. Đặc điểm chánh của Tương là nhận thức một vật do dấu hiệu trên vật ấy, như màu, mùi, v.v... Chính do tâm sở Tương này ta nhận ra một vật mà trước kia có lần ta đã biết (tri giác) xuyên qua giác quan. Như trạng thái tâm của người thợ mộc khi anh ta nhận ra khúc gỗ này là cột trước, hay cột sau, khúc kia là rui, khúc nọ là mè v.v... nhờ những dấu hiệu mà anh đã ghi trên gỗ. Hoặc nữa, giống như người giữ kho, nhận ra món đồ nhờ cái nhãn cột dính theo món đồ.

Trong mỗi loại **Thức**, hay tâm vương, luôn luôn có 2 tâm sở Thọ và Tương cùng với một số tâm sở khác trong 50 tâm sở của **Hành**, nhiều hay ít tùy loại tâm.

Thọ, Tương, Hành cũng như Thức, luôn luôn biến đổi. Theo tâm lý học Phật Giáo, phần tâm linh, hay danh, biến đổi mười bảy (17) lần nhanh hơn phần vật chất, sắc.

Cũng như cơ thể vật chất (sắc), phần tâm linh không phải là một thực thể đơn thuần, nguyên vẹn mà là sự phối hợp của nhiều chấp tư tưởng. Cái tâm chỉ là chuỗi dài những tư tưởng liên tục nhanh chóng nối tiếp nhau hầu như vô cùng tận. Như trên biển cả mỗi lượn sóng nhỏ lên rồi lăn rơi trở xuống và tan biến trong lượn sóng kế đó, mỗi lượn trở thành một lượn khác. Cùng thế ấy, mỗi chấp tư tưởng phát sanh, tồn tại, rồi hoại diệt, nhường chỗ cho một chấp khác. Những chấp tư tưởng liên tục nối tiếp nhau, chấp này đến chấp kia, vô cùng nhanh chóng, đến đời ta cảm tưởng như có một thực thể đơn thuần. Trong thực tế chỉ có sự trôi chảy của những chấp tư tưởng kế tiếp nối đuôi nhau, giống như sự chảy trôi của một dòng sông.

Nhìn một dòng sông ta cảm tưởng như có một thực thể đơn thuần gọi là con sông. Nhưng đó chỉ là ảo tưởng. Cái được gọi là "con sông" không phải là cái gì nguyên vẹn mà chỉ là những giọt nước kế tiếp nối đuôi nhau và trôi chảy nhanh chóng. Heraclitus, triết gia trú danh thời cổ Hy-Lạp, khi truyền dạy chủ thuyết "*Panta Rhei*", nói như sau:

"Không có một người tịnh, bất động, không có thực thể bất biến, không đổi thay. Biến đổi, di động là Chúa Tể của vũ trụ. Tất cả mọi sự vật đều ở trong trạng thái đang trở thành, trạng thái chảy trôi liên tục" (*Panta Rhei*).

Và ông tiếp:

"Bạn không thể bước chân hai lần xuống cùng một nơi trên dòng suối; bởi vì luôn luôn có nước mới chảy tới bạn".

Đúng vậy, dòng suối luôn luôn trôi chảy và không ngừng đổi mới. Đã thấm nhuần Giáo Pháp của Đức Phật, ta có thể tiến thêm một bước và nói rằng:

"Cùng một người không thể bước chân hai lần xuống cùng một nơi trên dòng suối".

Bởi vì cái được gọi là "con người" cũng chỉ là một sự trôi chảy vật chất và tinh thần, không bao giờ ngừng lại trong hai khoảng khắc kế tiếp. Giữa khoảng cách từ bước này đến bước kia bao nhiêu nguyên tử, điện tử trong thân và bao nhiêu chấp tư tưởng trong tâm đã biến đổi.

Khi quan sát rất ráo như vậy người Phật tử thấy rằng cái gọi là "Ta", hay "Tự Ngã", chỉ là sự cấu hợp tạm thời của những thành phần rất vi tế luôn luôn biến động, không bao giờ tịnh và không ngừng trở thành một cái gì mới. Không có cái gì, dầu vật chất hay tinh thần mà tồn tại như một thực thể đơn thuần, nguyên vẹn, trong hai khoảng khắc kế tiếp. Tất cả đều vô thường. Một thực thể trường tồn bất biến chỉ là một khái niệm, một danh từ, một cái tên mà không hiện hữu trong thực tế.

Trong câu chuyện Vua "Milinda Vấn Đạo" (*Milinda Pañhā*), Đức Nāgasena hỏi Vua đến bằng gì, đi bộ hay đi xe. Vua trả lời rằng đến bằng xe.

"Tàu Đại Vương, nếu Ngài đến bằng xe xin Đại Vương vui lòng nói rõ, phải cái gọng là xe không?

-- Bạch Đại Đức, quả thật không phải.

-- Có phải cái ví là xe không?

-- Quả thật không phải.

-- Có phải cái thùng là xe không?

-- Quả thật không phải.

-- Có phải cái ách là xe không?

-- Quả thật không phải.

-- Có phải dây cương là xe không?

-- Quả thật không phải.

-- Có phải cây roi là xe không?

-- Quả thật không phải.

-- Tàu Đại Vương, Đại Vương nói rằng Ngài đến bằng xe, vậy cái xe đưa Đại Vương đến ở đâu? Ngài là vị Vua hùng mạnh nhất trong cùng khắp toàn cõi Ấn Độ mà còn nói dối hay sao khi Ngài bảo rằng đến bằng xe?

-- Kính Bạch Đại Đức, Trẫm không nói dối. Danh từ "cái xe" chỉ là một hình ảnh ngôn ngữ, một tiếng nói, một chữ, một tiếng gọi, một lối chỉ định có tánh cách quy ước để nói cái ví, cái gọng, cái thùng xe, bánh xe, v.v... khi các thành phần này được ráp lại với nhau.

Không có cái gì đơn thuần gọi là xe mà chỉ có những thành phần ráp nối lại với nhau. Cùng thể ấy, "chúng sanh", "con người", "Tôi", "Anh" hay "Ông A", "Ông B" v.v... chỉ là những danh từ, những chữ, không tương ứng chính xác với một cái gì đơn thuần, thật sự hiện hữu.

Có lời phê bình cho rằng Phật Giáo mãi nhắc đến vô thường và luôn luôn đề cập đến cái chết, như vậy là bi quan, yếm thế.

Phật Giáo không bi quan. Phật Giáo cũng không lạc quan. Phật Giáo chỉ thực tiễn. Trong một ngôi nhà đang bùng cháy, người lạc quan nghĩ rằng rồi đây lửa sẽ dịu dần và tắt hẳn. Mọi việc sẽ được an bày tốt đẹp. Nghĩ vậy, người ấy ăn uống no say rồi yên giấc, vững bụng rằng ngày mai trời lại sáng và đầu sẽ vào đó một cách an toàn, không có gì phải bận tâm lo nghĩ. Người bi quan trái lại, vừa thấy lửa bốc cháy đã hốt hoảng lo sợ, rồi tuyệt vọng nghĩ rằng tất cả đã sắp trở thành tro bụi, mọi người đã bị hỏa thiêu, đời sống đã trở nên đen tối và đăm ra âu sầu u uất, chán nản, mà không làm gì tích cực để thoát nạn, cho đến khi ngọn lửa thật sự thiêu đốt tất cả. Cùng trong một cảnh ngộ, người thực tiễn nhận định rõ ràng rằng thật sự có hiểm nguy và tận dụng khả năng để đối phó với hoàn cảnh một cách thích nghi. Đó là thái độ của người Phật tử.

Khi nói về vô thường và nhắc đến cái chết, Phật Giáo chỉ đề cập đến thực tại của đời sống:

"... Trong thể gian này, không có cái chi ổn định hay bất động. Dầu ta muốn hay không, thời gian vẫn biến đổi tất cả sự vật. Trên thế gian này không có cái gì có thể chặn đứng thời gian và không có cái gì tồn tại mãi mãi. Không có sự bền vững, sự ổn định, sự thường còn, bất luận

ở đâu, trên thế gian này... Chúng ta đang sống trong một thế gian luôn luôn chuyển biến và trong lúc ấy, chính chúng ta cũng không ngừng biến đổi". (Buddhist Reflections On Death, tác giả Gunaratna)

Chính nhờ thấu hiểu ý nghĩa của cái chết mà ta biết được mục tiêu của sự sống. Chính nhờ am tường bản chất vô thường của vạn pháp mà ta có thể đương đầu với mọi thử thách của kiếp nhân sinh một cách thích nghi.

Vào thời Đức Phật có một thiếu phụ tên Kisā Gotami. Bà sanh được một trai. Nhưng bất hạnh thay, khi vừa chập chững biết đi thì đứa trẻ lâm trọng bệnh rồi qua đời. Thương con quá, bà không đành để cho ai đem đi hỏa táng mà cứ nghĩ rằng sẽ có phương cách nào đó giúp con bà sống lại. Đây là lần đầu tiên bà kinh nghiệm nỗi buồn sâu xa của một bà mẹ mất con. Bà ôm đứa bé vào lòng, đi từ nhà này đến nhà khác, khóc than thảm thiết, kêu gọi mọi người mở tâm từ ái tìm phương cứu sống đứa con yêu quý nhất đời. Ai nghe cũng động lòng, nhưng không một người nào có thể giúp bà làm được việc ấy. Bà vẫn không nản lòng, vừa đi vừa tiếp tục kêu gào tìm người chữa trị cho con.

Nhờ người mách bảo, bà đến gặp Đức Phật. Bà quỳ xuống kính cẩn đánh lễ Ngài và bạch rằng: "Bạch Hóa Đức Thế Tôn, con nghe rằng Ngài là người có thể cứu sống đứa con của con, xin Ngài mở lòng từ bi chỉ dạy cho con cách thức phải làm thế nào".

Đức Phật dạy: "Con hãy đi tìm cho Như Lai một ít hạt cải trắng. Nhưng hạt cải ấy phải lấy ở trong gia đình nào mà xưa nay chưa bao giờ có người chết".

Bà Kisā Gotami hối hả chạy đi tìm cái mà bà tin là thuốc cứu mạng cho con, bụng nghĩ rằng hạt cải trắng ắt không khó tìm.

Bà đến trước ngôi nhà đầu tiên trong làng và hỏi: "Xin thưa, ở đây có hạt cải trắng không? Nếu có, xin cho tôi một vài hạt để cứu sống con tôi". Trong nhà liền có người chạy ra trao cho bà hạt cải. Nhưng khi bà hỏi thêm: "Xưa nay trong nhà có ai quá vãng chưa?" thì người nhà ngạc nhiên trả lời: "Sao bà hỏi lạ vậy? Gia đình nào mà chẳng có người chết. Riêng tại nhà tôi đây, số người đã chết còn nhiều hơn là số người đang còn sống nữa". Bà Gotami nghe vậy bèn xin lỗi, trả lại hạt cải và tiếp tục đến ngôi nhà thứ hai, bên cạnh ... rồi nhà thứ ba, thứ tư, v.v... Ở mọi nơi bà đến hỏi như vậy thì nhà nào cũng có hạt cải trắng, nhưng không gia đình nào mà lại không có người đã qua đời.

Bà Gotami đi hỏi như vậy cùng khắp xóm làng cho đến chiều tối mà chẳng tìm được điều bà muốn. Cuối cùng bà đứng lại than rằng: "Ôi! quả thật là một việc khó làm. Không ở đâu mà chẳng có người quá vãng. Rồi bà lại nghĩ: "À! như vậy đâu phải chỉ có một mình ta phải chịu cảnh chia lìa, phân tán. Đâu đâu người chết cũng nhiều hơn người sống".

Nghĩ vậy bà thức tỉnh, trở nên sáng suốt hơn và trở lại khu rừng nơi Đức Phật ngự.

Sau khi đánh lễ Đức Phật xong, bà bạch rằng: "Bạch Hóa Đức Thế Tôn, con không tìm được hạt cải trắng như Ngài dạy vì cùng khắp xóm làng đâu đâu người chết cũng nhiều hơn người sống".

Đức Phật dạy: "Vậy con đã hiểu biết rằng không phải chỉ có con mới chịu cảnh chết chóc phân ly như vậy, mà đó là định luật chung cho tất cả mọi chúng sanh. Định luật ấy là:

"Tựa hồ như dòng nước lũ cuồng loạn, từ thân lời cuốn tất cả chúng sanh vào biển cả của hoại vong ..."

Sau khi nghe Đức Tôn Sư thuyết giảng một thời pháp về bản chất vô thường của đời sống, bà *Kisā Gotami* chứng đắc Đạo Quả Tu Đà Huàn.

Ngày nọ, bà có nhiệm vụ trông coi nhang đèn ở Chánh Điện. Sau khi thắp xong các ngọn lưu ly trên bàn thờ, bà ngồi lại quan sát. Vài ngọn bật sáng lên, vài ngọn khác chập chờn rồi tắt hẳn. Bà lấy hiện tượng đó làm đề mục hành thiền và suy niệm như sau: "Đời sống của chúng sanh trên thế gian cũng giống như các ngọn đèn này. Vài người chợt sáng lên, trong khi ấy vài người khác chập chờn rồi tắt hẳn. Chỉ có những người đã thành đạt Niết Bàn thì không còn ai thấy nữa".

Như vậy, khi nhấn mạnh vào bản chất phù du tạm bợ của các pháp hữu vi Phật Giáo chỉ trình bày một quan điểm thực tiễn.

Dạy rằng bản chất thiên nhiên của đời sống là vô thường không phải để chúng ta yếm thế, rồi van vái nguyện cầu cho hạnh phúc trần gian được trường tồn vĩnh cửu mà để chúng ta suy niệm chân chánh và nương theo bản chất đổi thay của thế gian pháp để tiến hóa.

Do định luật vô thường, cảnh hoa tươi tốt vừa nở tung một cách huy hoàng buổi sáng đã héo xào vào buổi chiều; người tráng niên khỏe mạnh hôm nay sẽ trở nên già nua bệnh hoạn trong một ngày mai; gia đình đông con nhiều cháu, sum họp vui vầy hạnh phúc trong hiện tại sẽ ly tán chia lìa, người đi cảnh này kẻ cảnh khác.

Tuy nhiên, cũng do định luật vô thường mà sự vật tăng trưởng và tiến hóa. Hạt trở thành cây, cây con trở thành cội cây to lớn cành lá sum sê. Nụ trở thành hoa.

Do định luật vô thường, người tốt có thể trở nên xấu nhưng cũng nhờ định luật vô thường mà người xấu có thể trở thành tốt.

Nếu không có luật vô thường, không có biến đổi, người như thế nào mãi mãi vẫn như vậy thì làm thế nào một Vua Asoka (A Dục), có tiếng là hung ác bạo tàn, có thể trở thành đấng minh quân, đối những trận giặc xâm lăng khốc liệt ra những chiến dịch truyền bá đạo lý cao siêu và tâm từ bi của Phật Giáo, để mưu cầu hạnh phúc cho một phần nhân loại.

"Giữa oai danh của trăm ngàn vua chúa trong lịch sử nhân loại, danh thơm cao quý vừa hùng vĩ vừa dịu dàng, vừa trong sáng vừa trầm lặng của Đại Đế Asoka (A Dục) chói ngời rực rỡ như một ngôi sao sáng". (H.G. Wells, Outline of History)

Suy niệm chân chánh về lý vô thường còn là con đường dẫn đến mục tiêu tối hậu của người tu Phật. Đức Phật dạy:

"Này chư Tỳ Khuru, cơ thể vật chất (Sắc) này là vô thường. Cái gì là nguyên nhân và cái gì tạo duyên cho cơ thể này được cấu thành cũng vô thường. Như vậy, có thể nào Sắc được tạo nên do những gì vô thường, lại có thể thường còn không?"

"Thọ là vô thường ..., Tướng là vô thường ..., Hành là vô thường ..., Thức là vô thường ... Cái gì là nguyên nhân, cái gì tạo duyên cho Thọ, Tướng, Hành, Thức phát sanh cũng vô thường. Như vậy, có thể nào Thọ, Tướng, Hành, Thức, phát sanh do những gì vô thường tạo duyên, lại có thể thường còn không?"

"Nhận thức như thế, này chư Tỳ Khuru, bậc đệ tử cao quý đã được giảng dạy đầy đủ không luyện ái Sắc, không luyện ái Thọ, ... Thức. Vì đã chấm dứt mọi luyện ái, vì vậy có tâm buông bỏ, không bám níu vào chính bản thân mình. Vì buông bỏ, vị được giải thoát, và trong khi giải thoát vị này biết là mình đã giải thoát và thấu hiểu rằng mọi cuộc tái sanh đã chấm dứt, đời sống phạm hạnh đã được viên mãn, những gì cần phải làm đã được hoàn mãn viên thành, không còn trở lại trạng thái này hay trạng thái kia nữa". (Sāmyutta Nikāya, Tạp A Hàm, Phẩm Khandha Vagga, XXII, 18)

Và cũng trong Uẩn Phẩm này (Khandha Vagga), bài kinh 102 ghi như sau:

"Nhờ nhận thức được lý vô thường mà nhiều vị Tỳ Khuru phát triển và thường xuyên thực hành, chấm dứt mọi ái dục đeo níu theo Dục Giới, chấm dứt mọi ái dục đeo níu theo Sắc Giới và chấm dứt mọi ái dục đeo níu theo Vô Sắc Giới, chấm dứt mọi si mê, chấm dứt và tiêu trừ mọi ngã mạn chấp rằng đây là "Ta".

"Cũng như vào mùa thu, người nông dân cày sâu cuốc bẫm, cắt tận gốc rễ để tiêu diệt cỏ dại, cùng thế ấy, này chư Tỳ Khuru, nhận thức lý vô thường, phát triển và thường xuyên thực hành sẽ chấm dứt ái dục ..., chấm dứt và tiêu trừ mọi si mê, chấm dứt và tiêu trừ mọi ngã mạn chấp rằng đây là "Ta"."

Trong hai bài kinh trên Đức Phật dạy rằng vì không ý thức được thực tướng của vạn hữu là vô thường nên con người mê muội chấp thân này, cùng với những cảm giác, tri giác, sinh hoạt tâm linh và những tư tưởng (thọ, tưởng, hành, thức) là chính mình. Vì bị màn vô minh che lấp mà chúng ta khur khur tự đồng hóa với ngũ uẩn, chấp rằng ngũ uẩn là ta, ta là ngũ uẩn. Vì bị si mê bao phủ như lớp mây mù dày đặc mà ta thấy hư tướng thực, thấy giả tạo cho là vững bền, thấy tạm bợ nhất thời ngỡ là trường tồn vĩnh cửu. Vì lẽ ấy, chúng ta cố chấp đây là "Ta", cái này là "Của Ta".

Do đó:

Khi cái được gọi là "Ta" duyên vào vật ưa thích, tất có sự triu mến. Khi cái "Ta" bất mãn với vật không ưa thích, tất có ghét bỏ, giận dữ hay thù hận. Khi cái "Ta" thất bại, tất có sự đau khổ, âu sầu, phiền muộn, hối hận và tuyệt vọng sâu xa, có thể đưa đến tự quyền sinh hay gây án mạng cho người khác. Khi cái "Ta" lâm nạn, tất có sợ sệt. Khi cái "Ta" bị giới hạn trong ích kỷ hẹp hòi, tất có chia rẽ, ganh tỵ, thềm muốn, tham vọng. Khi cái "Ta" được thối phong, tự cao, tự đại, tất có ngã mạn kiêu căng.

Cũng trong bài kinh trên, đoạn "Vị Tỳ Khuru phát triển" có nghĩa là phát triển công trình hành thiền và đoạn "thường xuyên thực hành" là chuyên cần thực hành pháp Tứ Niệm Xứ.

Người chuyên cần niệm thân, niệm thọ, niệm tâm và niệm pháp sẽ thấu đạt thực chất của cái được gọi là "Ta" tức Thân, Thọ, Tâm và Pháp, thế gian rộng lớn bao quanh cái "Ta". Người ấy sẽ thấy rằng không thể nói đến bất luận cái gì trên thế gian này rằng cái này "tôn tại", bởi vì chính trong khi nói nó tồn tại thì nó đã đổi thay, đã trở thành một cái gì khác. Người suy niệm như thế sẽ nhận thức rằng tất cả sự vật trên thế gian huyền ảo và tạm bợ nhất thời này tựa hồ như: "Giọt sương buổi sáng, lông lánh trên lá cây, ngon cỏ và sớm tan biến khi những tia nắng bình minh bắt đầu rọi xuống, như bong bóng nước, như cái lặn gạch trên mặt nước, như hột cải để trên đầu mũi kim, như cái chớp trong đêm tối, như một khối bọt, như ảo cảnh, như giấc mơ ..."

Lúc bấy giờ hành giả đã phá chấp, không còn chấp vào cái "Ngã" nữa, đã vượt ra khỏi nó, không luyến ái, không phật lòng, không tham cũng không sân, mà phô cập hòa đồng với toàn thể, từ bi vô lượng, hỷ xả vô biên. Lúc bấy giờ hành giả đã thoát ra khỏi mọi hình thức ái dục, dầu ái dục đeo níu theo Dục Giới, Sắc Giới hay Vô Sắc Giới, tiến đến những Đạo và Quả của các tầng Thánh, và cuối cùng đến sự giải thoát toàn vẹn ra khỏi mọi khổ đau, khỏi vòng luân hồi, không còn tái sanh trở lại nữa. Vô thường là thực tướng của tất cả các pháp hữu vi, là bản chất của vạn pháp và như thế dính liền với mọi kiếp sinh tồn. Nếu không có vô thường ắt không có cái tiến. Nhưng nếu đề định luật vô thường biến đổi mình từ tốt ra xấu, từ trong sạch đến nhiễm ô, từ sáng suốt đến mê lầm thì rõ thật là tệ hại vô cùng.

Giáo Pháp dạy ta tinh tấn, kiên trì tinh tấn, tận lực tinh tấn, không ngừng nỗ lực lợi dụng bản chất vô thường để gội rửa bợn nhơ trong tâm, làm cho nó trở nên thanh khiết, để chuyển lần từ ác đến thiện, từ bóng tối của vô minh đến Ánh Sáng Chân Lý, từ mê lầm đến giác ngộ. Giáo Pháp dạy ta hãy chăm chú chân chánh và thường xuyên suy niệm về bản chất không ngừng đổi thay của vạn hữu.

Đó là cái chìa khóa sẽ giúp ta mở tung cánh cửa trần gian để thoát ra khỏi vòng quanh lẩn quẩn của mọi kiếp sinh tồn và vinh quang rực rỡ vượt đến Châu Toàn, Tịch Tĩnh Trường Cửu -- Niết Bàn.

II. ĐẶC TƯỚNG ĐAU KHỔ

Tất cả chúng sanh đều mưu tìm hạnh phúc và cố tránh đau khổ. Từ ngàn xưa con người cố gắng để hết tâm trí, năng lực và thì giờ trong công trình khắc phục cảnh vật bên ngoài nhằm tạo tiện nghi cho mình. Do đó cuộc sống của chúng ta ngày nay có phần thoái mái dễ chịu hơn người thời xưa nhiều. Khoa học tân tiến đã phát minh nhiều dụng cụ để phục vụ con người, và nhờ đó chúng ta không phải lao động nặng nhọc, vất vả và chịu đựng những lúc nóng bức và những cơn lạnh buốt xương vì thời tiết đổi thay, không phải gian lao khổ nhọc, mất nhiều thì giờ để di chuyển từ nơi này sang nơi khác v.v... Con người nỗ lực điều chỉnh những điều kiện thiên nhiên để làm cho cuộc sống của mình được thoải mái, và trong nhiều lãnh vực, đã về vang thành công.

Tuy nhiên, con người ngày nay có thật sự hạnh phúc không? Chúng ta có thật sự không còn đau khổ nữa chăng? Bao nhiêu cố gắng ấy có giúp ta chặn đứng, làm cho thân này đừng bệnh hoạn, đừng già nua, và mãi mãi sống đời không? Ta có còn phải sống chung với người hay vật mà mình không thích, có sống trong hoàn cảnh khó chịu, bất ổn, thiếu an lành, còn xa lìa người hay vật thân yêu nữa không? Chúng ta có luôn luôn viên mãn thành tựu những điều mong muốn không? Hỡi, tức đã giải đáp! Con người vẫn còn đau khổ, và chưa thành đạt hạnh phúc châu toàn.

Tại sao? Vì phương pháp mà chúng ta áp dụng để tạo hạnh phúc và chữa trị bệnh đau khổ không nhắm thẳng vào căn cội. Vấn đề phát sanh từ đâu thì ta phải giải quyết ngay tại đó. Hạnh phúc và đau khổ phát sanh và được duy trì trong tâm. Ta phải giải quyết vấn đề ngay chính trong tâm này.

Thay vì tìm cách sửa đổi hoàn cảnh bên ngoài để thích hợp với mình -- chuyện mà ta không thể làm -- Phật Giáo dạy ta nên tự sửa đổi chính mình để sống thích ứng với hoàn cảnh. Bản chất thiên nhiên của vạn pháp là vô thường, con người phải già, phải bệnh, phải chết v.v... Vì không chấp nhận chân lý của thực tại nên khi nó đến thì ta đau khổ. Phải hiểu biết đúng sự vật như sự vật là vậy, phải chấp nhận thiên nhiên, và điều chỉnh tâm mình để có một quan niệm sống thích hợp với thiên nhiên, nhằm sửa dọn thân tâm hoàn toàn trong sạch và cuối cùng, thoát ra khỏi mọi hình thức đau khổ.

Phật Giáo là đạo Giải Thoát. Giải là cởi mở. Ở đây là "cởi mở" những trói buộc để "thoát" ra khỏi mọi hình thức đau khổ của đời sống.

Đức Phật sanh ra là Thái tử *Siddhattha* (Sĩ Đạt Ta hay Tất Đạt Đa), một người như tất cả mọi người. Vào năm 29 tuổi, Ngài khước từ cuộc sống trên nhung lụa của cung vàng điện ngọc và trở thành Đạo Sĩ *Gotama* (Cồ Đàm). Sau sáu năm theo học với các vị đạo sư trừ danh thời bấy giờ và thực hành các pháp khổ hạnh đến mức cùng cực mà không thu được kết quả mong muốn, Đạo Sĩ Gotama tìm đến một nơi vắng vẻ tại *Uruvela* (U Luâu Tân Loa), giữa khu rừng tươi tốt, bên cạnh một dòng sông ngoằn ngoèo, rồi ngày đêm trầm tư mặc niệm, gom tâm quan sát từng yếu tố vật chất và tinh thần của chính bản thân mình, Ngài tìm ra Ánh Sáng Chân Lý, trở thành Phật, bậc Chánh Đẳng Chánh Giác. Từ đó, trong 45 năm trường Đức Phật *Gotama* đi cùng khắp miền Bắc xứ Ấn Độ, từ làng này đến làng khác, từ tỉnh nọ đến tỉnh kia, đi trên các con đường lớn và các nẻo nhỏ, để mang lại cho nhân loại bức thông điệp hòa bình và an tịnh, bủa rộng vòng hào quang trí tuệ và trí tuệ vô lượng vô biên của Ngài bao trùm tất cả sanh linh. Tôn giáo do Ngài sáng lập được gọi là Phật Giáo.

Như vậy, Phật Giáo xuất phát từ nhân sinh, hướng về nhân sinh, nhằm phục vụ nhân sinh.

Đức Phật không đặt nền tảng giáo lý trên sự sợ sệt một oai lực huyền bí siêu thế nào, cũng không dạy hàng tín đồ phải mong nhờ sự giúp đỡ nào từ bên ngoài, hay trông cậy nơi sự cứu rỗi nào từ trên ban xuống.

"... chẳng nên vội tin chắc một điều gì là chân lý chỉ vì điều ấy đã được ghi chép trong kinh sách, hay vì điều ấy do một nhân vật quan trọng hoặc có uy quyền truyền dạy, chỉ đến lời của chính Ngài, cũng không nên vội vã tin càng mà phải luôn luôn dùng lý trí phân tách, quan sát, xét đoán tỉ mỉ, tận tường, phân biệt đâu là lẽ phải rồi mới quyết định tin hay không." (Theo kinh *Kalāma Sutta, Aṅguttara Nikāya*, Tăng Nhứt A Hàm, quyển I, trang 189)

Ngài dạy, muốn tìm chân lý hãy hướng vào bên trong bản thân mình, bởi vì:

"Trong tâm thân nhỏ bé (nguyên văn: tâm thân dài một sải) này, cùng với những tri giác và những tư tưởng, Như Lai tuyên bố thế gian, nguồn gốc của thế gian, sự chấm dứt thế gian và con đường dẫn đến chấm dứt thế gian". (Kinh *Rohitassa Sutta*)

Danh từ *"loka"* mà ở đây được phiên dịch là thế gian, hàm xúc ý nghĩa thế gian đau khổ, và đau khổ là kinh nghiệm của thế gian bên trong ta.

Dukkha là danh từ Pāli mà Đức Phật đã dùng để chỉ cái thường được phiên dịch là đau khổ. Vậy, để được rõ ràng hơn ta hãy tìm hiểu ý nghĩa bao hàm trong danh từ *Dukkha*. Trong quyển *"The Buddha and His Teachings"*, Ngài Đại Đức Nārada giải thích: "Đứng về phương diện cảm giác, *Dukkha* là cái gì làm cho ta khó chịu đựng ("*Du*" là khó, "*Kha*" là chịu đựng). Nếu xem như một chân lý trừu tượng, *Dukkha* hàm xúc ý nghĩa khinh miệt "*Du*", và trống rỗng "*Kha*". Thế gian nằm trong sự đau khổ, và như vậy là đáng khinh miệt, không đáng cho ta bám níu vào. Thế gian là một ảo ảnh, không có thực chất. Do đó, thế gian là rỗng không, hư vô. Vậy, *Dukkha* có nghĩa là một hư vô đáng khinh miệt, không đáng cho ta luyến ái và bám níu".

Trong bài thuyết trình về Tứ Diệu Đế (*The Significance of The Four Noble Truths; Wheel Publication No. 123*) V.F. Gunaratna giải thích danh từ *Dukkha* như sau:

"Danh từ *Dukkha* gồm hai thành phần: "*Du*" và "*Kha*". "*Du*" là một tiếp đầu ngữ hàm xúc ý nghĩa xấu, thấp kém, đê tiện, hèn hạ, hay tầm thường. "*Kha*" là trống rỗng, hay nông cạn. Hai thành phần này hợp chung lại hàm xúc một cái gì xấu, không đáng được ưa thích, bởi vì nó trống rỗng, không có thực chất, huyền ảo, không làm thỏa mãn và thường được phiên dịch là "Đau Khổ" hay "Khổ Não". Tuy nhiên, hai chữ đau khổ và khổ não chỉ bao hàm những ý niệm về một trạng thái khó chịu, tinh thần hay vật chất, mà không diễn đạt trạng thái rỗng không, huyền ảo và không thực của Phạm ngữ *Dukkha*.

Dukkha không những khiêu gợi trong tâm ta những ý niệm không làm thỏa mãn của sự vật trên thế gian, trạng thái không thực, và dĩ nhiên, đưa đến tuyệt vọng, phiền muộn và bất ổn của tất cả những gì tạo nên môi trường sống của chúng ta. *Dukkha* bao gồm trạng thái chênh lệch, chao động và xáo trộn triền miên nối tiếp mà tất cả chúng sanh phải chịu, vì không tìm được trong thế gian này trạng thái vững bền, ổn định và thường còn. Tất cả sự vật bên trong và bên ngoài ta đều ở trong trạng thái luôn luôn sanh rồi diệt, diệt rồi sanh, vô cùng tận, tạo nên cảnh "bất toại nguyện" và "bất ổn định" của toàn thể vũ trụ.

Trong bài Pháp đầu tiên, gọi là Kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật mô tả cái khổ như sau:

"Hỡi này các Tỷ Khưu, bây giờ, đây là chân lý cao thượng về sự khổ. Sinh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, sống chung với người mình không ưa thích là khổ, xa lìa người thân yêu là khổ, mong muốn mà không được là khổ. Tóm tắt, chấp thủ vào ngũ uẩn là khổ."

Một câu chuyện thuật lại như sau:

"Người kia đi quanh quẩn giữa một khu rừng mênh mông, đầy chông gai và đá nhọn. Trong khi lang thang bất định, anh sức nhìn lại phía sau và thấy một thốt voi đang rượt theo. Giật mình, anh vọt chạy. Voi đuổi theo. Chạy đến một cái giếng cạn anh định nhảy xuống để tránh voi. Nhưng dưới đáy giếng có một con rắn độc. Thốt voi vẫn lù lù trở tới. Hoảng hốt, anh chụp lấy một dây rừng từ cây cao lòng thòng trên miệng giếng và vội vã leo phăng lên, bắt chắp gai nhọn đẩy trên sợi dây quàu trầy cả mình mẩy và tay chân. Anh chàng ngược mặt nhìn lên, thấy một ổ ong. Bầy ong bay tủa ra vây đánh anh. Phía trên nữa có hai con chuột, một trắng, một đen, đang cặm cùi gặm nhấm sợi dây mà anh đang đeo trên đó.

Vừa lúc ấy, một giọt mật từ ổ ong rơi xuống ngay vào miệng anh. Bầy giờ, quên cả thốt voi đang rượt, con rắn độc đang nằm dưới đáy giếng, sợi dây có gai nhọn quàu trầy cả mình mẩy, bầy ong đang vây đánh, và hai con chuột, đang gặm nhấm sợi dây, anh mê mết thọ hưởng giọt mật một cách thỏa thích ..."

Đó là hình ảnh của cuộc sống mà chúng ta đang sống. Người lang thang lạc bước giữa rừng là chúng ta. Khu rừng mênh mông đầy chông gai là kiếp nhân sinh trong vòng luân hồi. Thốt voi tượng trưng cho Tử Thần. Con rắn độc nằm dưới đáy giếng là sự già nua. Sợi dây rừng đầy gai nhọn là sự sanh. Bầy ong là những nỗi khổ đau luôn luôn đe dọa tình trạng an lành của chúng ta. Giọt mật hình dung những thú vui hiếm hoi trong đời. Hai con chuột, một trắng, một đen là ngày và đêm, đang gặm nhấm sợi dây đời sống.

Quả thật vậy, cuộc sống của chúng ta trong vòng luân hồi không giống như một vườn hoa tươi đẹp, lộng lẫy màu sắc và bát ngát hương trầm, mà tựa hồ như một khu rừng mênh mông đầy chông gai và đá nhọn. Trên bước viễn du trong vòng luân hồi, từ vô lượng kiếp, chúng ta vẫn còn đang lặn hụp trong những kiếp sống triền miên tiếp diễn mà không tìm ra lối thoát. Hạnh phúc mà phần đông chúng ta mong tìm chỉ là sự thỏa mãn một vài ước vọng. Nhưng vừa khi đạt đến điều mong mỏi ta lại ước mơ điều khác và cứ như thế không ngừng. Chúng ta không bao giờ được thỏa mãn trọn vẹn vì không bao giờ biết là đủ. Lễ dĩ nhiên, một ước vọng không được toại nguyện làm cho ta đau khổ. Nhưng đâu có được toại nguyện đi nữa, ta lại lo âu, bần tâm suy nghĩ để gìn giữ, sợ nó mất đi. Trong cảnh cơ hàn, ta ước mong được sang trọng giàu có, rồi khi được giàu sang ta lại lo sợ phải nghèo đói cơ cực. Nhưng trong cuộc sống vô thường tạm bợ này có thú vui nào tồn tại mãi mãi, có hạnh phúc nào vĩnh viễn trường tồn. Mặt trời mọc ở phương Đông chỉ để lặn ở phương Tây, hoa nở tốt tươi buổi sáng để rồi úa tàn về chiều, mọi cuộc sum họp vui vầy đều phải chấm dứt trong cảnh phân tán chia lìa, vừa lúc sanh ra đời đã phải mang theo mầm chết. Chừng ấy nỗi sầu muộn càng sâu đậm. Trong thế gian huyền ảo, tạm bợ, vô thường, ngã chấp và đầy tham vọng này, chúng ta không thể tìm được hạnh phúc thật sự, trường tồn vĩnh cửu.

Sanh, già, bệnh, chết là những gì mà trong đời sống không ai có thể tránh khỏi. Và bốn trạng thái đau khổ ấy được tượng trưng trong câu chuyện bằng sợi dây, con rắn dưới đáy giếng, gai nhọn trên sợi dây và thốt voi.

Cái sanh mà trong câu chuyện được tượng trưng bằng sợi dây đầy gai nhọn phải được hiểu là sự sống. Và sự sống trong một kiếp bắt đầu lúc vừa được thọ thai, không phải lúc lọt lòng mẹ. Vài người tưởng tượng thai bào như một nơi chốn ấm cúng đầy đủ tiện nghi, hay như một tịnh thất đượm nhuần tình thương mà con người ẩn rút vào đó một thời gian để tịnh dưỡng tâm linh. Trong thực tế, được thọ thai vào lòng mẹ không giống như hiện thân vào nằm trong một đóa hoa sen đẹp đẽ, tinh khiết và có mùi thơm dịu dàng. Trái lại, tứ bề là những gì như nhớp, tanh hôi. Không có gì hấp dẫn cho cả mẹ lẫn con. Sau chín tháng mười ngày chịu đựng mọi đau khổ, nằm trong một cái bọc, em bé thoát lòng mẹ và được kéo lôi ra, tống vào đời. Một lần nữa, mẹ và con vô cùng đau đớn. Mẹ nhăn nhó rên siết, con cất tiếng chào đời bằng giọng la khóc, trong khi mọi người khác hân hoan thỏa thích đón mừng.

Khi nói sanh là khổ, không phải chúng ta chỉ nghĩ đến nỗi khổ nhọc hiềm nguy gây nên do cảnh mang nặng đẻ đau mà sâu xa hơn, ta phải nhận thức rằng chính cái sanh là đầu dây mối nhợ, là khởi duyên tạo cơ hội cho cái khổ bám vào. Nếu không sanh tức không có sự sống và không có sự sống tức không có khổ. Vì lẽ ấy mục tiêu cứu cánh của người Phật tử là thoát ra khỏi vòng sanh tử luân hồi, tức thoát ra khỏi mọi khổ đau. Nhưng bản chất tự nhiên của chúng sanh là cố bám vào sự sống, giống như anh chàng bị gai quào trầy cả mình mà vẫn đeo chắc lấy sợi dây, vì ái dục, lòng ham muốn sống, là một năng lực vô cùng hùng mạnh, luôn luôn tiềm tàng ngủ ngầm bên trong tất cả mọi người. Chính ái dục, thô kịch hay vi tế, thúc đẩy ta đeo níu, cố bám chắc vào sự sống dưới mọi hình thức và do đó, dẫn dắt ta mãi mãi phiêu bạt trong biển trầm luân.

Đã sanh ra tất trưởng thành và đi dần vào cảnh già nua. Trong câu chuyện, con rắn độc nằm dưới đáy giếng tương trưng cho tuổi già. Danh từ "*Jarā*" mà Đức Phật dùng ở đây không phải chỉ riêng tuổi già mà hàm xúc ý niệm "đi dần đến tuổi già", hay "hư hoại".

Như vậy có sự biến đổi từ lúc còn trong bào thai chớ không đợi đến lúc lọt lòng mẹ. Lẽ dĩ nhiên, thân thể hao mòn tiêu tụy, răng long, tóc bạc, má hóp da nhăn, mắt mờ tai điếc, tinh thần suy kém, trí não lu mờ, quên trước lộn sau ... là cảnh già nua phát lộ ra ngoài và nổi bật một cách hiển nhiên mà tất cả mọi người đều thấy. Nhưng từ khi thọ thai, chúng ta luôn luôn biến đổi, liên tục trưởng thành, không ngừng trở thành một cái gì mới, rồi đi dần đến cảnh già nua, diệt vong, và tan rã.

Tất cả mọi sự vật được cấu thành đều phải hư hoại và diệt vong. Lẽ dĩ nhiên, thân thể của chúng ta, do nhiều thành phần lớn nhỏ cấu hợp, ắt phải hoại diệt. Đó là đau khổ (*Dukkha*) đối với những ai hằng bám níu vào cơ thể vật chất của mình, chấp rằng đây là "Tôi", cái này là "Của Tôi". Chúng ta có thể nhìn sự hư hoại của thân, tức *Dukkha*, dưới ba phương diện. Trước là một phần của thân hư hoại, không thể hoạt động như ý ta muốn, như một cánh tay hay một cái chân bại絮, một bộ phận trong mình bị tê liệt ... và hằng trăm triệu chứng ươn yếu khác. Trường hợp thứ nhì là giác quan hư hỏng, như đui mù, câm điếc chẳng hạn. Và thứ ba là trí não hư hoại, như thần kinh rối loạn, mất trí nhớ, trở nên lảng trí không còn hiểu biết rõ ràng. Tất cả những trạng thái hư hoại ấy đều dẫn đến đau khổ. Nhưng nếu so sánh, hai phương diện hư hoại đầu, đầu rất khó chịu đựng, vẫn không sâu xa bằng phương diện thứ ba. Ta có bị tật nguyên cách nào, trạng thái đau khổ chỉ kéo dài trong một kiếp sống, trong khi người mà tâm linh hư hoại ắt không đủ sáng suốt để đi theo con đường của Giáo Pháp và như vậy phải chịu khổ đau triền miên trong nhiều kiếp sinh tồn.

Nhiều bạn trẻ rất hãnh diện với thân hình cường tráng khỏe mạnh của mình, vẫn không thích nghĩ đến tuổi già, để trọn vẹn thọ hưởng những thú vui của thời niên thiếu. Nhưng đầu ta có nghĩ đến nó hay không, nó vẫn ở đâu đây. Con rắn độc vẫn luôn luôn nằm dưới đáy giếng. Tình trạng già nua đến với ta từng giây, từng phút và thấu ngấn đời sống chúng ta trong từng chấp tư tưởng. Bao nhiêu người trong chúng ta chịu bình tâm suy niệm về hiện tượng chết?

Có sanh, có sống là có bệnh. Bệnh hoạn là việc dĩ nhiên trong đời sống và trong câu chuyện, được tương trưng bằng những gai nhọn trên sợi dây. Dầu già, dầu trẻ hay bất luận ở lứa tuổi nào ta cũng có thể lâm bệnh. Tâm thân ô trược này chỉ là nơi nương tựa của bao nhiêu bệnh hoạn tật nguyên.

Đức Phật dạy:

"Hãy nhìn cái thân thể đẹp đẽ này, một khối đau đớn, một đồng bệnh tật, được người ta bận tâm đến nhiều, nhưng không chứa đựng gì bên trong, không có gì tồn tại".

Có những bệnh tật của cơ thể, cũng có những bệnh tinh thần. Cả hai, bệnh tinh thần hay cơ thể, đều là nguyên nhân sanh khổ.

Một nguyên nhân khác đưa đến đau khổ (*Dukkha*) mà không ai có thể tránh là cảnh sanh từ biệt ly, bởi vì chết là nghìn thu vĩnh biệt. Trên bước thăng trầm trong vòng luân hồi, đã bao lần ta chết và đã bao lần ta khóc cái chết của một người thân. Hãy lắng nghe Đạo Hữu Huỳnh Thanh Long ngỏ lời nhắn nhủ người khách lữ hành đang lạc lối giữa rừng:

*"Hỡi người khách lữ hành trên cõi thế
Đi lang thang vô định đã bao đời!
Vòng từ sanh sanh tử, nẻo luân hồi
Trong Tam Giới xoay đi rồi chuyển lại!
Vô lượng kiếp khóc cha rồi khóc mẹ
Khóc vợ con, quyến thuộc kẻ thân yêu
Khóc cửa nhà, tài sản sớm tiêu điều!
Từ vô thi khóc than bao cảnh khổ
Những giọt lệ đắng cay người đã đổ
Còn nhiều hơn nước mặn khắp trùng dương!
Hỡi người khách lữ hành trên cõi thế
Đi lang thang vô định đã bao đời!
Vòng từ sanh sanh tử, nẻo luân hồi
Trong Tam Giới kiếp này rồi kiếp khác!
Từ vô thi mỗi đời người bỏ xác
Khắp địa cầu phủ trắng đồng xương khô!
..."*

Sanh, tru, diệt, là định luật chung của muôn loài vạn vật. Trong thế gian hiện tượng này có cái chi luôn luôn tồn tại? Có cuộc sum họp nào mãi mãi vững bền? Có cuộc sống nào không đi dần đến cái chết? Cứng rắn như sắt đá, to lớn như hành tinh, hung dữ như ác thú, khôn ngoan như loài người, tất cả đều phải hoại diệt. Cũng như từ cành cây có nhiều trái rơi rụng, trái non có, trái già có, trái chín mùi có, cùng thế ấy, từ cành cây của đời sống ta có thể rơi lia bất luận ở lứa tuổi nào, từ sơ sinh, thiếu niên, tráng niên v.v ... chỉ đến khi niên cao tuổi lớn. Già chết, trẻ chết, giàu sang chết, quyền quý chết, bản hàn chết, tối tăm ngu muội chết, thông minh sáng suốt chết ... cái chết không dành riêng cho một người, một gia đình, một xóm làng, một quốc gia hay dân tộc nào, mà đó là số phận của tất cả mọi chúng sanh trong tam giới, từ Dục Giới, Sắc Giới đến Vô Sắc Giới, từ hạng nga quý, cầm thú, đến chư Thiên, chư Phạm Thiên. Chúng ta bước vào đời và trưởng thành giữa những người thân yêu: nào cha mẹ, ông bà, nào cô bác, cậu dì, nào anh chị em, nào thân bằng quyến thuộc, thầy cô, xóm giềng v.v... Chúng ta thương yêu nhau, vui cười với nhau, rồi lần lượt mỗi người ra đi một ngã, tùy theo cái nghiệp của mình. Đến như thế nào, ra đi đường thế ấy.

Chúng ta đến một thân một mình, với hai bàn tay trắng. Cũng một thân một mình chúng ta sẽ ra đi với hai bàn tay không.

Đối với phần đông chúng ta, chết là diễn biến đau khổ trọng đại nhất trên đời vì chúng ta suy tư sai lạc. Trong thực tế, cái chết không giống như một chạng tinh hung dữ ẩn núp đầu đây trong lùm bụi, bên đường, chực chờ lúc ta trở tới là chụp lấy ăn thịt. Cái mà ta gọi là chết chỉ là cái gì đã xây đến ta vô số lần trong kiếp sống, chỉ khác ở một điểm là lần này hiện tượng chết biểu lộ dưới một hình thức hiển hiện hơn. Sách Thanh Tịnh Đạo (*Visuddhi Magga*) dạy rằng trong ý nghĩa cùng tột, chúng sanh chỉ sống trong thời gian của một chấp tư tưởng: "Tựa hồ như bánh xe lăn trên mặt đất, trong mỗi điểm thời gian vòng bánh xe chỉ chấm đất ở một điểm. Cùng thế ấy, kiếp sống của chúng sanh chỉ tồn tại trong khoảnh khắc của một chấp tư tưởng hay như ta thường gọi, một sát-na tâm. Khi chấp tư tưởng ấy chấm dứt, chúng ta nói rằng chúng sanh ấy chấm dứt" [*Chấp tư tưởng, hay sát-na tâm, được giải thích là một phần triệu triệu của khoảng thời gian một cái chớp*].

Như vậy, trong từng khoảnh khắc của kiếp sống chúng ta đang chết và đang tái sinh. Vì mê muội, không phân biệt được bản chất của cái chết tạm thời trong mỗi khoảnh khắc nên chúng ta lo sợ một cái chết đặc biệt, xảy đến vào phút cuối cùng của kiếp sống, mà không thấy rằng đó chỉ là sự chấm dứt tạm thời của một hiện tượng tạm thời.

Trong câu chuyện kể trên, cái chết được hình dung như thốt voi luôn luôn theo bèn gót người đi lang thang bất định giữa khu rừng bát ngát mê mông của đời sống.

Sanh, già, bệnh, chết là những cái khổ mà mặc dầu không ai tránh khỏi, chỉ đến với ta vào giai đoạn nào. Ta chỉ sanh ra một lần và chết một lần, chỉ trở nên già nua vào lúc xế chiều của cuộc sống, và trừ phi phải bị một chứng bệnh kinh niên bất khả trị, ta chỉ lâm bệnh từng lúc. Nhưng còn những đau khổ khác có tánh cách thường xuyên hơn, như sống chung với người mình không ưa thích, xa lìa người thân yêu, mong muốn mà không được, đều là nguyên nhân sanh khổ. Tóm tắt, vì chấp thủ vào ngũ uẩn, xem ngũ uẩn là ta, ta là ngũ uẩn nên khi sanh, già, bệnh, chết v.v... là ta đau khổ. Đó là những phiền phức và đau khổ khác không ngớt ve vãn để phá tan tình trạng an lạc của ta. Trong câu chuyện là bầy ong không ngừng bay vù vù bao phủ khách lữ hành đang lạc lối trên cõi thế. [*Xin xem câu chuyện cụ già Nakulapīta, trong tập sách này*]

Phải sống chung với người mình không ưa thích là một điều khổ. Chung sống với một người điên, với kẻ sát nhân hung bạo tàn ác, với một tên trộm luôn luôn chực chờ để đánh cắp một vật gì của mình, với người có tánh lăng loàn lang chạ, người gian dối, thô lỗ cộc cằn, người có tánh đâm thọc, đem chuyện đầu này đi nói xấu ở đầu kia, rồi đem chuyện đầu kia về gièm pha ở đầu này, sống với người say sưa, hư hèn mất nét v.v... đều là khổ. Và lại "người mình không ưa thích" ở đây có thể là một con thú, hay một vật làm cho mình khó chịu, cũng có thể là thời tiết quá lạnh hay quá nóng, hoặc nữa là một công việc làm để sinh sống mà mình không thích. Tất cả những hoàn cảnh ấy đều là nguyên nhân đưa đến đau khổ.

Cùng một thể ấy, phải xa lìa người thân kẻ yêu là nguyên nhân gây đau khổ khác không thể tránh. Con xa cha mẹ, cha mẹ xa con, chồng lìa vợ, vợ lìa chồng, bạn bè xa cách, quyến thuộc chia lìa, đều là khổ. Nhưng có hợp là có tan, đó là lẽ tự nhiên. Cảnh sum họp trên thế gian là tạm bợ. Và đời sống của chúng ta, gặp gỡ nhau trên thế gian, cũng chỉ là tạm thời. Tất cả những mối liên hệ trong gia đình, trong xã hội, như cha mẹ, anh em, chồng vợ, bạn bè quyến thuộc v.v... tất cả đều tạm bợ.

Nếu trong trường hợp trên -- sống với người không ưa thích -- chúng ta bị thương tích vì mũi tên có tẩm thuốc độc "sân hận" thì ở trường hợp này -- xa lìa người thân yêu -- mũi tên bắn vào mình ta lại tẩm thuốc độc "tham ái". Chúng ta mến yêu, muốn mãi mãi sống một bên những người, những sinh vật, hay những vật dụng mà ta thương mến hay ưa thích, nhưng rồi tham vọng ấy không được thỏa mãn trọn vẹn và chúng ta thất vọng và đau khổ. Trong một thể gian mà tính khát khao tham muốn và gắn bó luyến ái luôn luôn ngự trị và cảnh phân tán chia lìa là điều không thể tránh thì làm thế nào chúng ta có thể vượt thoát ra khỏi được hai hình thức đau khổ này? Chúng ta hàng ngày lặn hụp bơi lội trong biển vô thường và trong lúc ấy, chính chúng ta cũng không ngừng biến đổi, thì chắc chắn là ta phải chịu hai loại đau khổ thường xuyên này. Như vậy, bằng cách này hay cách khác, chúng ta không thể tránh khỏi cảnh "mong muốn mà không được".

Điều mong ước mà không thành tựu làm cho ta đau khổ. Trái lại, những cảnh ngộ nghịch lòng hay những điều mà ta ít mong mỏi nhất, lắm khi đến với ta một cách đột ngột. Những trường hợp nghịch cảnh tương tự trở thành không thể chịu đựng nổi và đau khổ đến nỗi vài người yếu tánh và kém hiểu biết phải nghĩ đến việc quyên sinh, tưởng chừng như chết là giải quyết mọi vấn đề đau khổ.

Về điểm này Đức Phật dạy rằng chúng sanh phải chịu cảnh già, bệnh, chết, phiền muộn, ta thán, đau đớn, âu sầu và tuyệt vọng, và lúc ấy mong muốn: phải chi ta khỏi bị cảnh già, bệnh,

chết, phiền muộn, ta thán, đau đớn, âu sầu và tuyệt vọng! Phải chi những hoàn cảnh bất hạnh kia đừng bao giờ đến với ta! Nhưng, không phải chỉ bằng cách mong muốn suông mà ta có thể chặn đứng, làm cho những hoàn cảnh bất hạnh ấy không đến với ta. Và điều ước muốn mà không thành tựu là nguyên nhân đưa đến đau khổ.

Đức Phật nhiều lần nhấn mạnh rằng mong ước suông không thể bảo vệ chúng ta. Đường lối duy nhất để thoát khỏi đau khổ là thực hành Giáo Pháp và phát triển tuệ minh sát. Giờ đây, để chấm dứt đoạn mô tả đau khổ (*Dukkha*) Đức Phật dạy:

"... *Sankhittena Pañcupādānakkhandhā Dukkhā*"

Câu này có nghĩa "tóm tắt, ngũ uẩn thù là khổ".

"Ngũ uẩn thù" ở đây là sự bám níu (thủ: *upādāna*) vào ngũ uẩn (*pañcakkhandhā*), chấp ngũ uẩn là ta, ta là ngũ uẩn. Như vậy, bám níu vào ngũ uẩn là khổ. Đây là sắc thái tế nhị nhất của khổ (*Dukkha*) và cũng là sắc thái bền bỉ dính liền và gắn gũi với chúng ta nhất. Năm nhóm bám níu này tức: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức, là những thành phần cấu hợp nên chúng sanh. Do nghiệp tạo trong tiền kiếp, chúng ta đã bám níu vào ngũ uẩn từ thuở bắt đầu kiếp sống hiện tại. Và trong kiếp sống hiện tại ta tiếp tục tạo nghiệp bằng cách luôn luôn ham muốn, khát khao hoặc ghét bỏ, xua đuổi điều này vật nọ. Cả hai trường hợp đều là hình thức bám níu khác nhau, vì ghét bỏ, xua đuổi là ham muốn khát khao, tức bám níu, cái ngược lại. Nhưng bản chất của cái mà ta bám níu -- ngũ uẩn -- là bất ổn định, không ngừng sanh rồi diệt và như vậy bám níu vào nó, chấp nó là mình, xem mình là nó, không khác nào những em nhỏ dùng cát để xây cát nhà trên bãi biển. Chắc chắn là ta phải thất vọng, đau khổ. [*Điểm này sẽ được đề cập đến ở đoạn "hành-khổ" (Sankhāra Dukkhatā), và cũng xin xem câu chuyện cụ già Nakulapīta.*]

Trên đây là phần đen tối của cuộc sống mà chúng ta đang sống. Tuy nhiên, trong khu rừng của đời sống không phải chỉ có chông gai và đá nhọn. Thịnh thoáng ta cũng gặp một vài bông hoa tươi đẹp, một vài kỳ hoa dị thảo, hay một vài giọt mật ngọt ngào.

Chính những giọt mật hiếm hoi ấy làm cho ta say đắm, quên hẳn mọi sầu khổ và hiểm nguy. Và trong khi chúng ta mãi mê thọ hưởng giọt mật thì hai con chuột, một trắng, một đen, tượng trưng ngày và đêm, không ngừng gặm nhấm sợi dây. Mỗi ngày qua đưa ta đến gần cái chết hơn một ngày. Mỗi đêm qua đưa chúng ta đến gần cái chết hơn một đêm.

Giáo Huấn của Đức Phật đặt trọng tâm vào sự đau khổ (*Dukkha*), nhằm chấm dứt đau khổ. Trong khi dạy rằng đau khổ (*Dukkha*) là đặc tánh nổi bật nhất của đời sống, Phật Giáo nhìn *Dukkha* dưới ba sắc thái:

a) **Khổ-Khổ** (*Dukkha-Dukkhatā*): Đời sống hiển nhiên là đau khổ. Đau khổ là trạng thái hiển nhiên mà mọi người đều có thể trông thấy.

Trong quyển "*The Buddha's Ancient Path*", Ngài Đại Đức *Piyadassi* viết:

"Đối với người có quan kiến chân chánh, tức hiểu biết và không luyến ái, một sự kiện nổi bật rõ ràng minh bạch là trong toàn thể thế gian chỉ có một vấn đề, là đau khổ (*dukkha*), bất toại nguyện. Tất cả những vấn đề khác đã được hay chưa được biết, đều trọn vẹn nằm trong vấn đề có tánh cách phổ thông này.

Nếu vạn nhất có việc gì trở thành vấn đề thì đương nhiên việc ấy phải dính liền với trạng thái bất toại nguyện, hay nếu muốn dùng một danh từ khác, trạng thái xung đột, bất ổn -- xung đột giữa ý muốn của ta và các diễn biến của đời sống. Và lẽ dĩ nhiên, mọi người đều cố gắng giải quyết vấn đề, hay nói cách khác, nỗ lực của mọi người là chấm dứt trạng thái bất toại nguyện ấy, là kiểm soát, chế ngự cuộc xung đột đã làm cho ta u u phiền, đau khổ. Chúng ta nhìn vấn đề duy nhất ấy dưới nhiều khía cạnh khác nhau, vấn đề kinh tế, vấn đề xã hội, vấn đề chánh

trị, vấn đề tâm lý, chí đến vấn đề tôn giáo. Phải chăng tất cả các vấn đề ấy đều phát nguyên từ đau khổ (*dukkha*), bất toại nguyện? Nếu không phải vậy, nếu các vấn đề ấy không phải là đau khổ, bất toại nguyện, tại sao ta cố gắng giải quyết? Giải quyết một vấn đề phải chăng là để làm giảm suy trạng thái bất toại nguyện? Tất cả các vấn đề tạo nên bất toại nguyện và nỗ lực của ta nhằm chấm dứt tình trạng ấy".

Đối với *V.F. Gunaratna*, chỉ cần nhìn quanh ta với cặp mắt quan sát và tâm suy tư, là ta sẽ thấy hiển nhiên nổi bật đặc tánh đau khổ của đời sống. Trong một bài thuyết trình về Tứ Diệu Đế, ông nói:

"Có đời sống của người nào, từ bé đến già, mà phẳng lặng, im lìm như mặt nước ao hồ, không bị chút lo âu, sợ sệt, buồn rầu, làm chao động? Có gia đình nào chưa từng khóc cái chết của một người thân? Tìm ở đâu ra một trái tim chưa từng bóp siết nhói đau và chưa bao giờ sâu muộn? Và chính trong giờ phút này, ngay lúc tôi đang nói và quý vị đang nghe, có bao nhiêu trăm, bao nhiêu ngàn, hơn nữa, bao nhiêu triệu người đang trần trọc hay nằm vùi trên giường bệnh, ở nhà hay ở bệnh viện, trong thế gian rộng lớn và đầy đầy đau khổ này? Bao nhiêu triệu bệnh nhân khác cũng trong giờ phút này, đang nằm trải mình trên bàn mổ, giữa hai trạng thái, sống và chết? Bao nhiêu người khác nữa đã đến mức tận cùng của đời sống, cũng trong giờ phút này, đang cố bám lấy hơi thở mà hầu như không còn trở lại nữa, và cố hớp lấy từng hớp hơi thở cuối cùng? Và bao nhiêu triệu cha mẹ, con cái, bạn bè, đang than khóc sự ra đi của thân bằng quyến thuộc? Không thấy tức không biết, ngoại trừ người suy tư. Vậy thử nhìn qua thế gian chung quanh ta để nhận thấy đến mức độ nào đói rét và nạn thất nghiệp đã gây đau khổ cho nhân loại? Có phải chăng đó là dấu hiệu không thể lầm lẫn chỉ rõ tánh cách phổ cập của đau khổ (*dukkha*)?"

Đó là sắc thái đau khổ hiển nhiên của đời sống mà mọi người suy tư đều có thể nhận thấy.

b) **Vô Thường Khổ** (*Viparanāma-Dukkhatā*): Đau khổ vì vô thường. *Viparanāma* là thay đổi, biến chuyển, thay hình đổi dạng. Bản thể của đời sống là đau khổ vì tánh chất thiên nhiên của vạn pháp là vô thường.

Khi mà tất cả mọi sự vật đều biến đổi, không có gì ổn định, không có gì bền vững, không có gì tồn tại giống hệt nhau trong hai khoảnh khắc thì hậu quả dĩ nhiên là trạng thái vô thường, bất ổn, bất định, bất điều hòa, những khía cạnh khác nhau của đau khổ (*dukkha*). Chính sự biến đổi là dấu hiệu của *Dukkha*.

Thú vui được có tài sản sự nghiệp, thú vui được lợi lộc, thú vui được danh thơm tiếng tốt, được vinh quang phú quý, thú vui gia đình, thú vui với thân bằng quyến thuộc v.v... thật là thích thú dễ chịu. Nhưng tất cả đều biến đổi và cuối cùng cái chết có thể chia rẽ tất cả. Đến chừng ấy nỗi sâu muộn cũng sẽ sâu đậm, tương đương với thú vui trước kia. *V.F. Gunaratna* viết:

"Có người nào dám bảo rằng điều may mắn sẽ không trở thành rủi ro và những điều kiện thỏa đáng sẽ tiếp tục còn thỏa đáng? Đặc tánh biến đổi luôn luôn tiềm tàng trong mọi sự vật. Chừng nào mà đặc tánh này còn tồn tại thì chừng ấy lo sợ còn làm cho chúng ta đau khổ, vì chúng ta không muốn những điều kiện thỏa đáng ấy bị chấm dứt hay gián đoạn. Đó là sắc thái "vô thường khổ" (*viparanāma*) của đau khổ. Từ thưở bình minh của lịch sử nhân loại, tình trạng bất an toàn của những gì tốt đẹp trong đời sống đã nói lên sự đau khổ."

Vua chúa lo sợ cho tình trạng an toàn của ngôi vị mình. Người thường dân lo sợ cho tình trạng an toàn của mạng sống mình. Người tư bản lo sợ cho tình trạng an toàn của sự nghiệp mình. Người làm công lo sợ cho sự an toàn của công ăn việc làm của mình. Nếu mọi sự vật đều biến đổi thì không thể có thanh bình và an toàn. Nếu không có thanh bình và an toàn tức có xáo trộn, bất ổn và lo sợ. Và đó là đau khổ (*dukkha*).

Chẳng những sự vật tạo thú vui phải biến đổi mà chính người thọ hưởng thú vui ấy cũng luôn luôn biến đổi. Như vậy, chúng ta đang mục kích cảnh tượng buồn cười, những chúng sanh luôn luôn biến đổi cố gắng rượt theo và bám lấy những vật cũng luôn luôn biến đổi, hình ảnh một cái bóng chạy theo và cố chụp cho được một cái bóng khác. Về điểm này Ngài *Piyadassi* giải thích:

"Xuyên qua khả năng nhảy của giác quan (lục căn) con người bị ngoại cảnh (đối tượng của giác quan, lục trần), thu hút, và thích thú trong ấy. Do đó phát sanh sự thọ hưởng hay trạng thái hoan hỷ thỏa thích trong lục trần. Đó là sự kiện hiển nhiên, không thể phủ nhận vì tất cả chúng ta đều thường xuyên chứng nghiệm.

"Tuy nhiên cả hai -- sự thọ hưởng và đối tượng thích thú của nó -- đều không thể tồn tại lâu dài. Cả hai đều phải biến đổi. Bây giờ, khi người kia không thể giữ lại được, hay bị mất đi những lạc thú, theo lẽ thường thì người ấy buồn rầu, sầu muộn, thất vọng. Người ấy cũng không thích cái gì nhằm chán, và luôn luôn đi tìm những thích thú mới, giống như những con bò thả ăn ngoài đồng, luôn luôn đi tìm bãi cỏ mới. Nhưng đặc tánh của những thích thú mới cũng là vô thường, tạm bợ, tồn tại nhất thời rồi trôi qua. Như thế, những lạc thú của đời sống, dầu ta có hoan hỷ thỏa thích với nó hay không, vẫn là bước đầu, mở đường vào trạng thái đau khổ". (*The Buddha's Ancient Path*).

Trong quyển *The Buddha and His Teachings*, Ngài *Nārada* viết:

"Hạng người thường chỉ thấy lớp mặt bên ngoài, nhưng bậc Thánh Nhân thấy được thực tướng của sự vật. Đối với các Ngài, tất cả đời sống đều khổ và các Ngài nhận thấy rằng không thể có hạnh phúc thật sự, hoàn toàn bền vững, trong một thế gian huyền ảo, tạm bợ và vô thường. Không thể có hạnh phúc trường tồn vĩnh cửu trong một thế gian luôn luôn biến đổi. Hạnh phúc vật chất chỉ là sự thỏa mãn một vài ước vọng. Nhưng khi ta vừa đạt được nó thì nó đã vội lia bỏ ta. Dục vọng không khi nào được thỏa mãn trọn vẹn. Không bao giờ ta cho là đủ".

c) **Hành Khổ** Sắc thái thứ ba của đau khổ là Hành Khổ (*Saṅkhāra Dukkhatā*).

Đau khổ vốn có hữu dính liền với chúng sanh trong sự cấu thành của chúng sanh. Chính tự bản chất của mình, chúng sanh là đau khổ. Tự chúng sanh là đau khổ. Chính ngũ uẩn là đau khổ.

Hành (*Saṅkhāra*) là một danh từ có rất nhiều ý nghĩa. Ở đây, danh từ này bao hàm tất cả những gì được cấu tạo do nhiều nguyên nhân cùng hợp lại, một cấu hợp, một nhóm, một khối. Theo Phật Giáo con người là sự cấu hợp của hai thành phần: Danh và Sắc, phần tâm linh và phần vật chất.

Về phần vật chất, như đã thảo luận rộng rãi trong đoạn "Đặc Tướng Vô Thường" của đời sống, với khoa học hiện đại ta biết rằng cơ thể của chúng ta là sự cấu hợp của nhiều tế bào, tế bào là sự cấu hợp của nhiều nguyên tử và nguyên tử bao gồm âm điện tử, dương điện tử, trung hòa điện tử, những thành phần luôn luôn biến đổi, luôn luôn di động, từng giây, từng khoảnh khắc. Như vậy, con người, sự cấu hợp của vô số những thành phần luôn luôn biến đổi, ắt không ngừng chuyên biến.

Hơn 2500 năm về trước, Đức Phật dạy rằng: "Hai thành phần Danh và Sắc, tâm và vật chất, ở trong trạng thái luôn luôn di động".

Theo triết học Phật Giáo không có khoảnh khắc nào mà tâm có thể trống không, tức không có lúc nào không có một loại tâm duyên theo một đối tượng, vật chất hay tinh thần. Thời gian tồn tại của một loại tâm như vậy gọi là chấp tư tưởng hay sát-na tâm. Khi một chấp tư tưởng diệt,

tức khắc có một chặp mới phát sanh. Như vậy, những chặp tư tưởng liên tục nối tiếp và thời gian tồn tại của một chặp tư tưởng thật ngắn, khó mà quan niệm được.

Mỗi chặp tư tưởng gồm ba giai đoạn: sanh (*uppāda*), trụ (*thiti*) và diệt (*bhāṅgā*). Ngay khi một chặp tư tưởng vừa trải qua giai đoạn diệt (*bhāṅgā*) tức khắc giai đoạn sanh (*uppāda*) của chặp tư tưởng kế nối lên. Trong tiến trình luôn luôn biến đổi của đời sống, mỗi chặp tư tưởng khi diệt, chuyển tất cả năng lực và tất cả những cảm giác đã thu nhận cho chặp tư tưởng kế. Chặp tư tưởng mới bao gồm những tiềm năng do chặp trước trao lại và thêm vào đó, là kinh nghiệm và cảm giác riêng của nó. Như vậy có sự luân lưu không ngừng của tâm. Luồng tâm giống như dòng suối luôn luôn trôi chảy. Chặp tư tưởng mới không hoàn toàn giống như chặp tư tưởng trước, bởi vì thành phần cấu tạo đã đổi mới, mà cũng không hoàn toàn khác, bởi vì cả hai đều cùng nằm trong một luồng sống, một dòng đời. Không có chúng sanh đồng nhất nhưng có sự đồng nhất trong tiến trình đời sống của chúng sanh.

Bốn loại hiện tượng tâm lý: Thọ, Tưởng, Hành, Thức, hợp với hiện tượng vật chất, sắc, tạo nên ngũ uẩn hay năm nhóm, năm khối, năm thành phần cấu tạo một chúng sanh. Mỗi cá nhân là sự cấu thành của năm nhóm ấy. Như vậy, cơ thể con người không phải là một thực thể đơn thuần, nguyên vẹn, không biến đổi, mà là một tiến trình luôn luôn tiếp diễn. Tâm cũng luôn luôn biến đổi như sự tiếp nối liên tục của một dòng sông luôn luôn trôi chảy và không bao giờ tồn tại giống hệt nhau trong hai khoảnh khắc kế tiếp. Mỗi giây, mỗi khoảnh khắc trôi qua thì ở một điểm, nước cũng trôi đi, nhường chỗ cho nước từ một điểm khác trôi đến. Cùng thể ấy, những chặp tư tưởng liên tục tiếp nối không gián đoạn. Điều này đưa ta đến kết luận: danh-sắc, sự cấu thành chúng sanh phức tạp mà ta gọi là con người chỉ là một tiến trình liên tục diễn tiến. Đã là một tiến trình thì nó là cái gì luôn luôn biến đổi, không tồn tại lâu dài. Chính vì lẽ ấy mà nó là đau khổ (*dukkha*).

Vậy sự đau khổ dính liền với con người trong sự cấu thành con người. Chính bản chất của khối ngũ uẩn là đau khổ (*dukkha*). Đó là sắc thái hành-khổ (*saṅkhāra dukkhatā*).

Từ ngàn xưa, không phải chỉ con người mà tất cả chúng sanh trong ba giới bốn loài, đều mưu tìm hạnh phúc và cố tránh đau khổ. Đến nay, ta có thể nhìn quanh và xác nhận rằng sự kiện này vẫn còn. Và trong tương lai, có ai còn hoài nghi chăng rằng chúng ta sẽ còn tiếp tục theo đuổi mục tiêu huyền ảo ấy? Chúng ta tận lực làm đủ mọi việc và ước mong sẽ chứng nghiệm thọ lạc, tránh khỏi thọ khổ -- tinh thần cũng như vật chất.

Phần lớn chúng ta hướng ra ngoài và cố gắng đổi thay hoàn cảnh bên ngoài để thỏa mãn những sở thích của mình. Lẽ dĩ nhiên, đó chỉ là củ cải mà người ta treo lủng lẳng trước đầu con lừa. Lừa nỗ lực bước tới để tấp lấy củ cải nhưng không bao giờ được.

Khi đề cập đến vấn đề đau khổ của kiếp nhân sinh, Ngài Đại Đức *Nārada* viết:

"Hạnh phúc thật sự nằm bên trong chúng ta và không thể định nghĩa bằng những danh từ như tài sản, sự nghiệp, quyền thế, danh vọng hay chinh phục, xâm lăng, chiếm đoạt. Nếu sự nghiệp vật chất ấy được thấu đạt bằng bạo lực, cường quyền, hay bằng một phương tiện bất công nào khác, hoặc giả, nếu sự nghiệp vật chất ấy được hưởng theo một chiều hướng lầm lạc, hay nếu ta đem lòng luyến ái, dính mắc, triu mến nó thì đó chính là nguồn đau khổ, lo âu và phiền muộn, cho người làm chủ nó. Đối với người thường, thọ hưởng dục lạc của ngũ trần là hạnh phúc tốt đẹp duy nhất. Chắc chắn là có thích thú nhất thời trong khi ta mơ ước, lúc thọ hưởng và khi hồi nhớ lại những khoái lạc vật chất tương tự. Nhưng hạnh phúc ấy quả thật là huyền ảo và tạm bợ. Theo Đức Phật, không luyến ái, tức vượt lên trên mọi dục lạc là hạnh phúc tối thượng".

Chúng ta không nên tự lường gạt mình, cố tình hiểu rằng không bao giờ có hoàn cảnh khổ đau trên thế gian. Đó là phương cách của con đà điểu, khi thấy có hiểm nguy sắp đến thì vội vã cắm mỏ lùi trong cát để không thấy nữa, một phương cách lánh nguy không mang lại hiệu

quả. Chúng ta phải mở rộng mắt nhìn thẳng vào vấn đề đau khổ. Khi ta chấp nhận rằng đã từ lâu mình mãi cặm cụi vác trên vai bao nhiêu ưu phiền và đau khổ, thì chừng đó ta sẵn sàng buông xuống gánh nặng để khoan thai rảo bước trên con đường đưa đến tự do và hạnh phúc thật sự trường cửu.

Phật Giáo nhận cái khổ như một sự kiện sẵn có và dính liền với đời sống. Nhưng Đức Phật không dừng bước tại đây để buồn rầu hay để cầu nguyện cho chúng sanh. Như vị lương y, khi nhận thấy và xác nhận rằng thật sự có bệnh thì tìm phẳng lên nguyên nhân của chứng bệnh và sau khi xác nhận rằng chứng bệnh có thể chữa trị, kê toa và chỉ dạy bệnh nhân phương thức trị liệu thích hợp. Cùng thể ấy, Đức Phật xác nhận đau khổ là chứng bệnh trầm kha của chúng sanh, ái dục là nguồn gốc của đau khổ, có thể tận diệt ái dục, và phương thức diệt trừ ái dục, chấm dứt đau khổ, là Bát Chánh Đạo gồm Giới, Định, Tuệ.

Như vậy, Phật Giáo không bị quan, cũng không lạc quan, mà chỉ thực tiễn. Người Phật tử không tự dối mình mà cho rằng thế gian này quá thật là cảnh giới mong mỏi, và hạnh phúc vẫn phẳng phát đâu đây. Phật Giáo không hề khuyến bảo chúng ta phải tin rằng mọi việc đều tốt đẹp trong kiếp sống này hay trong kiếp tới. Phật Giáo không mê hoặc con người bằng những liều thuốc ngủ: "Con hãy uống viên thuốc ngủ, khi từ thân đến, liều thuốc sẽ cứu con tỉnh dậy và con sẽ sống vĩnh cửu, mãi mãi đẹp đẽ và vinh quang".

Người Phật tử có thái độ của người thấy con rắn bò dưới chân, tự nhủ rằng đây là một sinh vật nguy hiểm, phải tìm cách lánh xa nó, chớ không âu sầu, ngồi yên một chỗ để than khóc vái van, hay tự dối mình, mãi mê vui chơi việc khác và lơ hãn thực tế. Hành động như vậy cũng không phải là đào tẩu, vì đào tẩu là lẩn trốn, sợ bỏ chạy, không dám ứng phó với những bất hạnh của đời sống. Người đào tẩu khác hẳn với người biết suy luận, đang nỗ lực chạy thoát, hoặc tìm đường chạy thoát ra khỏi cảnh hiểm nguy.

Hàng ngày ta có thể nhận định tánh cách vô thường của vạn pháp. Hoa nở rồi tàn. Con người sanh ra, trưởng thành rồi chết. Mọi sự vật đều luôn luôn biến đổi. Không có cái chi tồn tại vững bền trong hai khoảnh khắc kế tiếp. Do lý vô thường, có đau khổ. Đau khổ là sự kiện dĩ nhiên, một thực tế của đời sống. Phật Giáo dạy chúng ta tận dụng khả năng để quan sát, suy luận và đối phó với thực tế.

III. ĐẶC TƯỢNG VÔ NGÃ

Cái gì là gánh nặng? Năm uẩn (*Khandha*) là gánh nặng.

Ai chấp nhận gánh nặng? Ái dục (*Tanhā*) chấp nhận gánh nặng.

Thế nào là vứt xuống gánh nặng? Tận diệt ái dục là vứt xuống gánh nặng.

Ngũ uẩn (*Pañcā Khandha*) quả thật là cái gánh nặng trĩu. Chấp nhận gánh nặng là đau khổ; vứt đi, quẳng gánh xuống bên đàng là tiến đến hạnh phúc.

Khi diệt trừ ái dục tận gốc rễ, tham ái khát khao không còn phát sanh trở lại. Gánh nặng cũ đã được đặt xuống bên đàng, không còn gánh nặng mới phải đặt lên vai. Đó là thành đạt Niết Bàn, trạng thái tịch tịnh trường cửu. Người đã có đức tin nơi Giáo Pháp và đã thấu đạt một vài kiến thức căn bản về Danh (*Nāma*), Sắc (*Rūpa*), Vô thường (*Anicca*), Khổ (*Dukkha*) và Vô Ngã (*Anattā*) hãy cố gắng hành thiền Minh Sát. Đây là pháp hành nhằm ghi nhận danh và sắc luôn luôn ở trong trạng thái chảy trôi như một dòng suối trường lưu bất tức nơi sáu cửa (lục môn, lục nhập, hay lục căn), đúng như được chỉ dạy trong kinh Tứ Niệm Xứ. Ghi nhận những gì mắt thấy, ghi nhận những gì tai nghe, ghi nhận những gì mũi hửi, ghi nhận những gì lưỡi nếm, ghi nhận những gì thân xúc chạm, ghi nhận những gì tâm suy tư, chừng đó hành giả sẽ nhận thức tất cả những gì cần phải được nhận thức, tương xứng với trình độ của mình.

Khi chuyên cần chú niệm như vậy, định lực của hành giả trở nên vững chắc mạnh mẽ, tâm trong sạch. Chừng đó hành giả có thể phân biệt rõ ràng Danh (*Nāma*), cái tâm hay biết, và Sắc (*Rūpa*), cơ thể vật chất, cái được hay biết. Hành giả sẽ nhận chân rằng không có cái gì có thể gọi là bản ngã (*Attā*) hay "Ta". Sự ghi nhận thường xuyên lập đi lập lại sẽ dẫn hành giả đến trạng thái nhận thức thông suốt nhân và quả trong danh sắc. Cuối cùng mọi ý niệm về một bản ngã trường tồn sẽ tan biến một cách rõ rệt. Trước khi thực hành chú niệm hành giả có thể còn nghi ngờ không biết cái "ta" đã có hiện hữu không trong quá khứ, vẫn còn đang hiện hữu không trong hiện tại, và sẽ còn hiện hữu không trong tương lai. Sau khi thực hành minh sát, tất cả mọi hoài nghi đều chấm dứt vì hành giả đã thấu triệt tận tường bản chất thật sự của mọi hiện tượng. Tiếp tục ghi nhận thêm, hành giả sẽ thấy rằng trần cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) cùng với những thức liên hệ (nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức) cũng đều tan biến. Tất cả đều vô thường. Tất cả đều phát sanh và tự nhiên hoại diệt. Những gì vô thường ắt không thể làm thỏa mãn một cách trọn vẹn. Không có chi thật sự có thể chắc vững bền. Như vậy thì có cái chi để bám níu vào mà gọi là "Ta" hay "Của Ta". Tất cả mọi hiện tượng đều ở trong trạng thái di động, chày trôi, vừa sanh đã diệt. Quán xét rõ ràng như vậy ta có thể xác quyết tin chắc và loại bỏ ý niệm về một bản ngã trường tồn. (Hai đoạn trên đây được trích dịch từ bài giảng về kinh *Bhara Sutta* của Ngài Thiên Sư *Mahāsi Sāyadaw*).

Vào thuở ấy Đức Thế Tôn ngự tại Benares (Ba La Nại). Sau khi truyền dạy và gởi sáu mươi vị đệ tử A La Hán đầu tiên đi các nơi với lời kêu gọi: "...vì lòng từ bi, hãy đem lại sự tốt đẹp, lợi ích và hạnh phúc đến chư Thiên và nhân loại. Mỗi người hãy ra đi một ngã. Này hỡi các Tỷ Khưu, hãy công bố đời sống thiêng liêng cao thượng (*brahma cariya*, lối sống phạm hạnh), vừa toàn thiện, vừa trong sạch ... Chính Ngài cũng ra đi, về hướng Uruvelā (Ưu Tân Đà Loa) để hoằng dương Giáo Pháp.

Trên đường đi, một hôm Đức Phật dừng chân và tách vào rừng, tĩnh tọa dưới một cội cây. Lúc bấy giờ trong làng có ba mươi thanh niên cũng dắt vợ vào cụm rừng ấy để ăn uống vui chơi. Trong nhóm trai trẻ này có một chàng không có vợ, dẫn theo người bạn gái. Trong khi ai nấy vui đùa với nhau không để ý, cô bạn gái lên bờ đi, đem theo nhiều món đồ quý giá. Lúc hay ra, cả ba mươi thanh niên cùng nhau chạy đi tìm khắp rừng. Khi đồn đảo quanh quẩn thì họ thấy Đức Phật ngồi dưới gốc cây, bèn đến gần hỏi thăm:

"Bạch Đức Sa Môn, Ngài có thấy chăng một thiếu phụ vừa đi ngang qua đây?"

-- Này các con, tại sao các con tìm một người phụ nữ để làm gì?

Họ bạch lại tự sự. Đức Phật hỏi:

"Các con nghĩ thế nào, tìm một người phụ nữ và tự tìm ra mình, đàng nào hơn?"

[Ở đây, "tự tìm ra mình" có nghĩa là nhìn vào bên trong mình để tìm hiểu thực tướng của chính mình. Điểm này đã được rộng rãi đề cập đến trong phần "Đặc Tướng Vô Thường"]

-- Bạch Ngài, tự tìm ra mình hẳn là hơn.

-- Vậy, các con hãy ngồi lại đây. Như Lai sẽ giảng giải Giáo Pháp cho các con.

Và tất cả đều quý xuống đánh lễ Đức Thế Tôn rồi ngồi lại một bên chăm chú lắng nghe.

Thông thường, để tìm chân lý, người ta được dạy nên hướng mắt nhìn ra ngoài, hoặc nhìn lên trên. Để tìm chân lý về kiếp nhân sinh, người Phật tử được dạy nên nhìn trở vào bên trong mình. Thay vì hướng ngoại hay hướng thượng, Phật Giáo dạy ta hướng nội bởi vì, Đức Phật dạy, tất cả chân lý đều nằm vồn vẹn trong tấm thân nhỏ bé này. Xưa kia, cũng nhờ ngày đêm trầm tư mặc niệm, gom tâm quán xét từng yếu tố vật chất và tinh thần của bản thân mình mà

Đạo Sĩ *Gotama* (Cồ Đàm) tìm ra chân lý và trở thành Đức Phật *Gotama* (Cồ Đàm), bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, Chánh Biến Tri.

Khi người Phật tử quán trách bản thân mình một cách sâu sắc thì nhận thức rằng con người là sự cấu hợp của hai thành phần, vật chất và tâm linh, hay sắc và danh. Phần vật chất, cơ thể vật chất hay sắc, không phải là một thực thể đơn thuần, nguyên vẹn, không biến đổi mà là một tiến trình luôn luôn tiếp diễn, luôn luôn trở thành một cái gì khác. Phần tâm linh, tâm hay danh, cũng luôn luôn biến đổi như một sự tiếp nối liên tục. [*Điểm này đã được rộng rãi đề cập đến trong phần "Đặc Tướng Vô Thường"*].

Như vậy, sự kết hợp của tâm và thân, cấu thành chúng sanh phức tạp mà ta gọi là con người. Không phải là một thực thể tự mình phát sanh và tự mình có khả năng tồn tại mà chỉ là một tiến trình liên tục diễn tiến.

Ngoài "Danh" và "Sắc" là hai thành phần cấu tạo chúng sanh, Phật Giáo không thừa nhận có một linh hồn, xem như một thực thể đơn thuần không biến đổi, hay một bản ngã trường tồn mà con người thọ lãnh một cách bí ẩn, từ một nguồn gốc cũng không kém bí ẩn.

Tục Đế và Chân Đế

Theo Phật Giáo có hai loại thực tế: Thực tế biểu hiện ra bề ngoài và thực tế cùng tột. Thực tế biểu hiện ra bề ngoài

là chân lý mặc ước, chế định, thông thường (*sammuti sacca*, tục đế hay thế đế, *conventional truth*). Thực tế cùng tột là chân lý trừu tượng, tuyệt đối (*paramattha sacca*, chân đế hay nghĩa đế, *ultimate truth*).

Khi nhìn trên mặt bàn với mắt thường, ta thấy rằng mặt bàn bằng phẳng, bóng láng. Cũng mặt bàn ấy, nhìn xuyên qua ống kính hiển vi, ta sẽ thấy rằng nó không còn trơn tru bóng láng nữa mà gồ ghề, có chỗ lồi cao có nơi trũng thấp. Bây giờ, nếu ta dùng một loại kính điện tử có khả năng phóng đại cực mạnh thì dưới mắt ta, mặt bàn bằng phẳng, trơn tru nhẵn nhụi trước kia chỉ còn giống như núi cao chập chùng và thung lũng sâu thẳm, có khi còn có cả sinh vật sống trên đó.

Và nếu ta phân tích sâu thêm nữa, đến mức cùng tột, cái mặt bàn chỉ là những năng lực và tính chất, hay nói cách khác chỉ là những rung động.

Vậy, nên tin những gì mà mắt thường vẫn thấy, tai thường vẫn nghe, hay chỉ tin vào những gì sự phân tích sâu sắc đến mức cùng tột cho thấy? Cả hai đều là thực tế. Vì lẽ ấy Phật Giáo phân biệt có hai loại thực tế.

Trong đời sống thông thường, nhà khoa học gọi nước là nước, nhưng vào phòng thí nghiệm ông ta sẽ gọi là H₂O. Cùng một thế ấy, Phật Giáo không phủ nhận thực tế trong đời sống hàng ngày, và trong Tạng Kinh (*Sutta Pitaka*) Đức Phật dùng những danh từ mặc ước, thông thường như người, thú, đàn ông, đàn bà hay ông A, ông B v.v ... để dạy một lối sống đạo đức, một nếp sống hàng ngày khả dĩ đưa đến tiến bộ tinh thần.

Tuy nhiên, ta cũng không thể phủ nhận những gì thật sự đúng như sự vật là vậy, mà mắt thường không thể trông thấy. Vì lẽ ấy trong Tạng Luận (*Abhidhamma Pitaka*), phần triết lý cao siêu của Phật Giáo, Đức Phật truyền dạy giáo lý cùng tột và dùng những danh từ trừu tượng, có tánh cách chuyên môn, như ngũ uẩn, tứ đại, lục căn v.v ...

Phạn ngữ "*paramattha sacca*" được phiên dịch ở đây là chân lý cùng tột hay chân đế, hoặc nghĩa đế. Trong Phạn ngữ này, "*parama*" được giải thích là không thể còn biến chất nữa (*aviparita*), trừu tượng (*nibbattita*): "*attha*" là vật, "*sacca*" là chân lý hay đế. Vậy *paramattha*

sacca là chân lý trừu tượng không còn phân tích được nữa. Một cái lọ bằng đồng không phải là chân đế, thực tế cùng tột (*paramattha*) bởi vì bên trong cái lọ, trong chất đồng, có sự thay đổi từng giây, từng phút, từng khoảnh khắc.

Lại nữa, ta có thể uốn nắn hay nấu cái lọ để lấy đồng làm ra một món đồ khác, như cái tô chẳng hạn, tức là biến cái lọ thành cái tô. Bây giờ, nếu phân tích cả hai món đồ đồng ấy đến mức cùng tột, cuối cùng ta sẽ đi đến những năng lực và những tính chất căn bản mà Vì Diệu Pháp (*Abhidhamma*) gọi là sắc nghĩa đế (*rūpa paramattha*). Những tính chất và năng lực ấy vẫn còn có thể biến đổi, nhưng đặc tính riêng biệt của những "sắc" (*rūpa*) ấy vẫn là nền tảng căn bản của hai món đồ. Và nếu ta nấu đồng ấy ra trở lại nữa để làm món đồ khác, thì thể chất của nó hay "sắc" ấy vẫn còn giữ nguyên vẹn đặc tính.

Như vậy, những tính chất và năng lực của đồng là chân đế, thực tế cùng tột.

Thông thường người ta xem chính mình và những người khác là những thực thể sống, và mỗi thực thể sống này có một linh hồn. Giữa thế gian vững vàng tin chắc ý niệm về linh hồn trường cửu. Đức Phật tuyên ngôn rằng "*attā*", linh hồn, hay thực thể sống, chỉ là ngôn từ chế định (tục đế). Trong ý nghĩa cùng tột (chân đế), thật sự chỉ có luồng trôi chảy liên tục của tiến trình sắc và danh, những hiện tượng vô ngã". Vô ngã (*anattā*) có nghĩa là không có một thực thể vĩnh cửu trường tồn, không biến đổi, trong bất luận vật gì hay chúng sanh nào.

Nên hiểu rằng Phật Giáo không phủ nhận sự hiện hữu của một cá nhân theo ý nghĩa thông thường (tục đế). Phật Giáo chỉ phủ nhận trong định nghĩa cùng tột (chân đế), một chúng sanh bất biến, một thực thể đơn thuần nguyên vẹn, vĩnh tồn, chớ không phủ nhận trạng thái liên tục trong tiến trình biến đổi.

Ảo Kiến

Bốn loại hiện tượng tâm linh: Thọ, Tưởng, Hành, Thức, hợp với một hiện tượng vật lý (sắc) là sự kết hợp vô cùng phức tạp của năm thành phần cấu tạo một chúng sanh. Mỗi cá nhân đều do năm uẩn ấy cấu thành.

Trong khi những thành phần của năm uẩn luôn luôn biến đổi thì có cách nào mà sự tổng hợp của năm uẩn ấy, tức con người, lại có thể không biến đổi từng khoảnh khắc [*Xin xem phần I "Đặc Trưng Vô thường"*]. Trong hai khoảnh khắc kế tiếp không thể có một người nguyên vẹn không đổi thay, bởi vì trong người ấy cả thành phần vật chất lẫn phần tâm linh đều không ngừng biến đổi. Khi tôi viết trên giấy hai chữ "tôi viết" thì người viết chữ "viết" đã không còn là người viết chữ "tôi", vì trong khoảng thời gian giữa lúc tôi viết chữ đầu và chữ thứ nhì thì bao nhiêu đổi thay, cả vật chất lẫn tinh thần, đã xảy ra diễn biến trong tôi.

Đức Phật dạy: "*Na ca so, na ca añño*", không tuyệt đối là một người, cũng không hẳn là hai người hoàn toàn khác biệt. Không là một người, vì sự biến đổi không ngừng diễn tiến rất nhanh chóng bên trong tôi. Nhưng cũng không phải là hai người hoàn toàn khác biệt, vì cả hai đều nằm trong một tiến trình sống, một dòng sinh tồn. Chỉ có một luồng sống, một diễn tiến của đời sống hay một sự liên tục. Tuy nhiên, sự liên tục đổi thay này đã xảy ra nhanh chóng đến độ, với giác quan phàm tục, ta không thể phân biệt một cách hiển nhiên.

Chính hai yếu tố -- liên tục và nhanh chóng -- đã làm cho ta lầm tưởng có một thực thể đơn thuần không biến đổi. Một cây nhang cháy trong đêm tối, ta chỉ thấy là một đốm sáng. Khi quay cây nhang thật nhanh theo một vòng tròn thì ta thấy một vòng ánh sáng.

Trong thực tế, không có vòng tròn ánh sáng mà chỉ có một điểm sáng di chuyển liên tục và nhanh chóng theo vòng tròn. Xem chớp bóng, ta thấy cảnh vật di động trên màn ảnh. Nhưng thực ra chỉ có những bức ảnh riêng biệt, liên tục tiếp diễn theo một tốc độ nào và cho ta cảm giác đang nhìn một loại hoạt cảnh liên tục.

Cùng thế ấy, vì những thành phần của ngũ uẩn biến đổi liên tục và quá nhanh chóng nên ta cảm tưởng như có một thực thể đơn thuần, nguyên vẹn, không biến đổi gọi là người, anh, tôi, thú v.v... Thực ra, toàn thể tiến trình của những hiện tượng tâm-vật lý ấy luôn luôn trở thành rồi tan rã, sanh rồi diệt, không thể gọi là "Ta", là "Của Ta", hay một linh hồn trường cửu, một bản ngã vĩnh tồn của ta. Đức Phật dạy:

"Như có người kia, không phải mù lòa, đi dài theo sông Ganges (sông Hằng), trông thấy bong bóng nước trên mặt sông, nhìn lại kỹ và quan sát tận tường. Sau khi quan sát tường tận người ấy thấy rằng bên trong bong bóng thật trống rỗng không có thực chất, không có thể chất vững bền. Cũng dường thế ấy vị tỳ khuru trông thấy sắc, thọ, tưởng, hành, thức trong quá khứ, trong hiện tại hay ở vị lai, bên trong mình hay ở ngoài, thô kịch hay vi tế, cao thượng hay thấp hèn, xa hay gần, và vị tỳ khuru nhìn lại kỹ càng và quan sát tường tận ngũ uẩn. Sau khi quan sát ngũ uẩn một cách tận tường, vị tỳ khuru cũng thấy nó rỗng không, không thực, không có thể chất vững bền. Sắc giống như một khối bọt. Thọ như bong bóng nước. Tưởng như một ảo ảnh. Hành, móng manh như tàu lá chuối. Thức như trò ảo thuật." (Samyutta Nikāya, Tập A Hàm)

Trong bộ Trung A Hàm, *Majjhima Nikāya*. bài số 62, có ghi lại tích chuyện như sau:

- Ngày nọ Sa Di *Rāhula* (La Hầu La, tức con Thái Tử Sĩ Đạt Ta) đi theo Đức Phật trị bình. Phong độ oai nghiêm quý trọng của hai vị tu sĩ xem tựa hồ như thốt ngự tượng đồng dạc cùng đi với tượng con quý phái, như thiên nga của đức vua dắt con bơi lội trên mặt hồ trong hoàng cung, như hồ chứa oai phong và hùm con lẫm liệt. Cả hai Ngài đều có thân hình vô cùng đẹp đẽ, cả hai Ngài đều thuộc dòng mã thượng vương tôn, cả hai Ngài đều từ ngài vàng cát bước ra đi. Trong lúc chiêm ngưỡng dung nhan Đức Thế Tôn, Sa Di *Rāhula* nghĩ rằng: "Ta cũng đẹp đẽ như Đức Thế Tôn, cha ta. Thân hình của Đức Phật vô cùng đẹp đẽ và thân hình của ta cũng vậy".

Đức Phật đọc ngay tư tưởng ô nhiễm ấy. Đang đi, Ngài dừng lại ngay, dạy như sau: "Bất luận hình dáng đẹp đẽ hay xấu xí, hay thể nào đi nữa, cũng phải được quan sát rằng: cái này không phải của ta (*N'etaṃ mama*); cái này không phải là ta (*N'eso ham'asmi*): cái này không phải là tự ngã của ta (*Na me so attā*)."

Đến đây ta có thể thắc mắc:

-- Nếu không có "ta" không có "người" thì ai tạo nghiệp? và ai gặt quả? "Nghiệp có phải là một sự tích trữ trong linh hồn không?"

Vào cuối thế kỷ XVI, Descartes (1596-1650) một triết gia vừa là toán học gia người Pháp chủ trương "tôi suy tư, tức là có tôi". Nhưng ông không chứng minh rằng có cái "tôi" suy tư.

Phật Giáo đồng quan điểm với Giáo Sư William James (1842-1910), một nhà tâm lý học vừa là triết gia người Mỹ, khi ông nầy bác bỏ luận cứ ấy và cho rằng, "Chính tư tưởng là người tư tưởng." (hàm ý "chính sự suy tư là người tư tưởng")

Trong sách *The Buddha And His Teachings* (Đức Phật Và Phật Pháp), Ngài Đại Đức Nārada viết:

"Để trả lời câu hỏi tế nhị ấy Đức Buddhaghosa viết trong sách *Visuddhi Magga* (Thanh Tịnh Đạo) như sau:

*"Không có người tạo nghiệp.
Không có người gặt quả,
Chỉ có những thành phần cấu tiến mãi mãi
(chỉ có sự vận chuyển của các pháp hữu vi).
Đó là nhân thức chân chánh."*

[Tập ii, trang 602. Xem Warren, *Buddhism in Translations* trang 248. *The Path of Purity*, phần iii, trang 728.]

Thông thường người ta xem chính mình và những người khác là thực thể sống, và mỗi thực thể sống này có một linh hồn. Giữa thế gian vững vàng tin chắc ý niệm về linh hồn trường cửu, Đức Phật tuyên ngôn rằng "attā", linh hồn, hay thực thể sống, chỉ là ngôn từ chế định (tục đế). Trong ý nghĩa cùng tột (chân đế), thật sự chỉ có luồng trôi chảy liên tục của tiến trình sắc và danh, những hiện tượng "vô ngã". Vô ngã (*anattā*) có nghĩa là không có một thực thể vĩnh cửu trường tồn, không biến đổi, trong bất luận vật gì hay chúng sanh nào.

Nên hiểu rằng Phật Giáo không phủ nhận sự hiện hữu của một cá nhân theo ý nghĩa thông thường (tục đế). Phật Giáo chỉ phủ nhận trong định nghĩa cùng tột (chân đế), một chúng sanh bất biến, một thực thể đơn thuần nguyên vẹn, vĩnh tồn, chớ không phủ nhận có sự liên tục trong tiến trình biến đổi.

Như vậy, trong định nghĩa cùng tột, Phật Giáo không tin có một thực thể đơn thuần nguyên vẹn như một người, hay một linh hồn vĩnh cửu trường tồn hành động ngoài sự hành động, tri giác ngoài sự tri giác, hay ý thức một việc ngoài cái thức. Nói cách khác, Phật Giáo chủ trương có sự hành động mà không có người hành động, có sự tri giác mà không có người tri giác, có thức mà không có người ý thức.

Vậy thì ai tạo Nghiệp và ai gặt Quả?

Một cách chính xác, tâm sở tác ý (*cetanā*), hay ý muốn làm, tức ý nghĩ nằm bên trong hành động, tự nó là "người tạo nghiệp". Chính tác ý (*cetanā*) làm động cơ phát xuất hành động bằng thân, khẩu hay ý, và tâm sở thọ (*vedanā*), cảm giác một đối tượng khi đối tượng ấy tiếp xúc với lục căn, là người gặt Quả. Ngoài hai tâm sở "tác ý" và "thọ" không có linh hồn, bản ngã, hay người tạo Nghiệp, cũng không có người gặt Quả.

"Đức Buddhaghosa dạy rằng khi những thành phần vật chất phối hợp lại cấu thành cái được gọi là cây, một ngày nào và ở một điểm nào cây trở trái, thì ta nói "cây sanh trái" hay "cây trở trái". Cũng dường thế ấy năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) phối hợp lại cấu thành cái được gọi là chúng sanh, trời hay người, và một ngày nào quả lành hay quả dữ trở sanh thì ta nói vị trời hay người ấy thọ lãnh phước lành hay gánh chịu tội dữ".

Nghiệp có được tàng trữ ở một nơi nào không?

Trong sách Đức Phật và Phật Pháp, Ngài Nārada viết: "Phật Giáo chủ trương rằng cái Nghiệp không được chứa giữ trong một nơi tàng trữ tâm linh nhất định nào, bởi vì không có chi chứng minh rằng có một nơi nào trong guồng máy phức tạp và luôn luôn biến đổi của con người có thể làm nơi chứa đựng như một kho tàng. Tuy nhiên, tùy thuộc nơi sự biến đổi liên tục của hiện tượng tâm-vật-lý cá nhân như một luồng trôi chảy luân lưu bất tận, mỗi kinh nghiệm mà cá nhân ấy trải qua, mỗi ảnh hưởng thọ nhận, mỗi cảm thọ nhận thấu, mỗi đặc tánh, phàm hay thánh, của một người được phát triển. Tóm tắt, tất cả Nghiệp lực đều tùy thuộc nơi luồng trôi chảy linh động của tâm (*citta santati*) luôn luôn sẵn sàng phát hiện trong muôn ngàn hiện tượng mỗi khi có cơ hội.

Một hôm vua Milinda hỏi Đại Đức Nāgasena:

-- Kính Bạch Đại Đức, Nghiệp được tích trữ ở đâu?

-- Tâu Đại Vương, ta không thể nói Nghiệp được tích trữ ở một nơi nào trong cái tâm luôn luôn biến đổi, hay một nơi nào khác trong thân thể con người. Nhưng tùy thuộc nơi danh và sắc, Nghiệp khởi hiện trong một lúc thích ứng. Cũng như ta không thể nói trái xoài được tích

trở ở nơi nào trong cây xoài, nhưng, tùy thuộc nơi cây xoài và khi đầy đủ cơ duyên, nó sẽ trở ra đúng lúc, đúng mùa." [*Visuddhi Magga, Thanh Tịnh Đạo, chương XVII*]

Cũng như ta không thể nói gió hay lửa được tàng trữ ở một nơi nhất định nào, ta không thể quả quyết Nghiệp được chứa đựng trong hay ngoài thân.

Nghiệp là một năng lực cá biệt, di chuyển từ kiếp này sang kiếp khác. Nghiệp có một vai trò quan trọng trong việc cấu tạo tâm tánh con người. Nghiệp giải thích những hiện tượng kỳ diệu mà ta gọi là bậc vĩ nhân, thiên tài, thần đồng v.v... Một sự hiểu biết về định luật Nghiệp Báo là điều kiện chánh yếu khả dĩ tạo tình trạng an lành hạnh phúc cho thế gian.

Thân Ươn Yếu Bệnh Hoạn, Nhưng Tâm Khỏe Mạnh

Vào thời Đức Phật có một cụ già tên Nakulapīta, hôm nọ đến bạch với Ngài: "Bạch hóa Đức Thế Tôn, nay con đã già yếu nhiều, thân thể gầy còm, đi đứng lụm cụp, tuổi quá cao. Con đã đến mức tận cùng của đời sống, thường bệnh hoạn và luôn luôn ươn yếu. Cuối xin Đức Thế Tôn mở lượng từ bi khuyến dạy, an ủi như thế nào để con có thể an hưởng phước báu lâu dài.

-- Đúng vậy, này ông thiện nam, quả thật thân thể của ông đã yếu đuối mỗi mòn. Tuy nhiên, này ông thiện nam, người nào mang thân này mà khoe khoang rằng mình hoàn toàn mạnh khỏe, chỉ trong chốc lát thôi, người ấy cũng là điên rồ. Như vậy, này ông thiện nam, ông hãy tu tập suy niệm như sau, "*Dầu thân có ươn yếu, ta sẽ không để cho tâm bệnh hoạn.*"

Cụ già Nakulapīta nghe được lời dạy của Đức Phật thì lòng phấn khởi, hoan hỷ đánh lễ Ngài rồi lui gót. Và Cụ đến bạch với Ngài *Sāriputta* (Xá Lợi Phất) xin Ngài giải thích rộng thêm 'thế nào là thân bệnh hoạn mà tâm cũng bệnh hoạn, và thế nào là thân bệnh mà tâm không bệnh.'

Đức *Sāriputta* dạy:

-- Nơi đây (trong trường hợp này), này ông thiện nam, người không phân biệt rõ ràng Giáo Pháp, không tu tập theo lời dạy của Giáo Pháp, xem cơ thể vật chất này là chính mình, thấy tự ngã của mình nằm trong thân, thân thể nằm trong tự ngã. Người ấy nói, "tôi" là thân này, thân này là "của tôi", và ý tưởng ấy thâm nhiễm lâu ngày nhiều kiếp như vậy.

Đến khi thân thể biến đổi, tàn tạ, và ngày càng trở nên tồi tệ thêm -- theo định luật vô thường, bất ổn định, dính liền với mọi sự vật, mọi kiếp sinh tồn -- thì cảm nghe buồn rầu, âu sầu, đau khổ, người ấy ta thán, than van, tuyệt vọng. Người ấy xem thọ, tưởng, hành, thức, nằm trong chính mình và nói chính ta là ngũ uẩn, ngũ uẩn là ta, cái này là thọ, tưởng, hành, thức "của ta" và cứ thế ý niệm tự đồng hóa mình với ngũ uẩn thâm nhiễm người ấy. Do đó, khi thọ, tưởng, hành, thức biến đổi -- vì bản chất của nó là bất ổn định và luôn luôn biến đổi -- thì người ấy buồn rầu, ta thán, âu sầu và tuyệt vọng. Đó, này ông thiện nam, là thân bệnh hoạn mà tâm cũng bệnh hoạn.

Và bây giờ, thế nào là thân ươn yếu bệnh hoạn mà tâm cường tráng khỏe mạnh?

Người được thọ giáo đầy đủ, tu tập thuần thực trong Giáo Pháp của bậc Thánh Nhân, người đã xem thân này không phải là tự ngã, và tự ngã không nằm trong thân này. Người ấy không nói, "Tôi là thân này, thân này của tôi", mà cũng không bị ý niệm ấy thâm nhiễm. Như vậy, khi thân biến đổi và tàn tạ, người ấy không âu sầu, không phiền muộn v.v...

Cùng thế ấy, người ấy không xem thọ, tưởng, hành, thức, là chính mình, cũng không xem tự ngã mình nằm trong bốn uẩn ấy. Người ấy không bị ý niệm kia thâm nhiễm và không nói, "thọ, tưởng, hành, thức, là "tôi", "tôi là thọ, tưởng, hành, thức". Vì không thâm nhiễm ý niệm

sai lạc ấy, khi thọ, tưởng, hành, thức biến đổi, người ấy không âu sầu, phiền muộn v.v... (Viết theo Tap A Hàm, *Samyutta Nikāya*, phần iii, chương xxii).

Kinh Vô Ngã Tướng

Sau khi Đức Thế Tôn vận chuyển bánh xe Pháp Bảo, thuyết giảng thời Pháp đầu tiên có tên là Kinh Chuyên Pháp Luân (*Dhamma Cakka Sutta*) cho năm vị đạo sĩ *Kondañña*, *Bhaddiya*, *Vappa*, *Mahānāma* và *Assaji* [Nhóm năm vị này thường được gọi là năm anh em Kiều Trần Như], tại vườn Lộc Uyển, thì Ngài *Kondañña* (Kiều Trần Như) đắc Quả Tu Đà Huân. Trong thời Pháp kế đó, khi nghe Đức Phật giảng thêm, pháp nhãn (*dhammacakkhu*) của cả bốn vị kia cũng không còn vướng bụi. Cả bốn vị đều thành đạt tri kiến vô nhiễm và chứng ngộ rằng, "cái gì đã được sanh ra tức phải hoại diệt" [*Câu này có nghĩa, "tất cả năm vị đều chứng đắc Đạo Quả Tu Đà Huân"*].

Thấy tất cả năm vị đã sẵn sàng lãnh hội, Đức Thế Tôn giảng bài Pháp thứ nhì, được biết là *Anattā Lakkhana Sutta*, Kinh Vô Ngã Tướng. Nghe xong thời Pháp, cả năm vị đều chứng đắc Đạo Quả A La Hán. Thời Pháp rất quan trọng này được ghi lại trọn vẹn trong bộ *Dīgha Nikāya* (Trường A Hàm), phẩm *Mahā Vagga* và trong bộ *Samyutta Nikāya* (Tap A Hàm), phẩm *Khandha Vagga*, có thể được phân giải như sau:

Phần Vô Đề

"Tôi có nghe như vậy. Một thời nọ, lúc Đức Thế Tôn ngự tại vườn Lộc Uyển, Isipatana (Chư Thiên Đọa Xứ), gần Benares (Ba La Nại). Ngài dạy nhóm năm vị đạo sĩ như sau:

Trên đây là phần tuyên ngôn của Đức A La Hán *Ānanda* (A Nan) trong kỳ kết tập Tam Tạng lần đầu tiên, trước năm trăm vị A La Hán đệ tử Phật.

Phần Thứ Nhất

"Này chư Tỳ Khuru, sắc (*rūpa*, chi cơ thể vật chất này) là vô ngã (*anattā*, không có một linh hồn trường cửu). Này chư Tỳ Khuru, nếu trong sắc này có một bản ngã (xem như một thực thể không biến đổi do Thần Linh tạo nên hay phát xuất từ một Đại Hồn, Paramatma, tinh hoa của Thần Linh) thì sắc này ắt không phải chịu đau khổ. 'Sắc này phải như thế này', 'sắc này phải không như thế kia', trường hợp tương tự có thể xảy ra. Nhưng vì sắc này không có bản ngã nên nó còn phải chịu khổ đau và không thể có trường hợp ra lệnh, 'cái này phải như thế này, cái này không được như thế kia' "

Cùng một cách ấy Đức Phật giảng giải từng điểm một, thọ, tưởng, hành, thức, giống như Ngài giải về đoạn sắc uẩn ở trên và chỉ rõ rằng không có một bản ngã hay một linh hồn vĩnh cửu trong uẩn nào.

Nếu vật gì là của tôi, tôi phải có thể biến đổi nó ra thế nào hay sai khiến nó phải như thế nào, tùy theo ý tôi. Nếu "sắc", hay cơ thể vật chất này là tôi thì tức nhiên tôi phải có khả năng làm cho nó phải như thế nào, mập hay ốm, to hay nhỏ, cao hay lùn ... như ý tôi muốn. Nếu "sắc" là của tôi, tức nhiên tôi phải có quyền năng sai khiến, truyền lệnh cho nó phải như thế nào, tùy theo ý muốn của tôi.

Trên thực tế, có như vậy không? Được thọ thai là một tế bào vô cùng vi tế, "sắc" nở nang dần đến lúc lọt lòng mẹ và từ đó, trưởng thành, khỏe mạnh lên, rồi bắt đầu suy yếu tàn tạ đến già, đến chết và cuối cùng tan rã. Đó là tiến trình biến đổi tự nhiên của sắc uẩn, hay cơ thể vật chất này, mà dầu muốn dầu không, tôi không thể làm cách nào khác. Với trí thông minh của con người, đôi khi ta có thể sửa đổi một phần ít ỏi nào trong tiến trình biến đổi này. Nhưng dầu ta có uy quyền đến đâu, cũng không thể ra lệnh cho "sắc", hay thân này, hãy dừng lại, đừng tiến triển nữa, hãy cưỡng lại định luật vô thường: hãy dừng bệnh hoạn, đừng yếu đuối, đừng già

nua, đừng chết, đừng tan rã. Một vua Tần Thủy Hoàng, có đầy đủ quyền uy của một quốc vương hùng cường, độc đoán cai trị một dân tộc lớn mạnh và văn minh nhất thời bấy giờ, vẫn không tìm đâu ra phương thuốc trường sanh bất tử. Chỉ đến Đức Phật và chư vị A La Hán, khi nào còn sống trong thế gian hữu vi, còn mang "gánh nặng ngũ uẩn", thì còn phải chịu định luật vô thường chi phối. Đức Phật vẫn có một lương y tên *Jivaka*. Vậy ta không thể nói thân này là "ta", ta là thân này, hay thân này là "của ta".

Kể đó là thọ uẩn. Thọ có ba: thọ lạc, thọ khổ và thọ vô ký. Khi thọ khổ phát sanh, ắt ta không vui, mà khát khao mong muốn cho nó chấm dứt. Ngược lại, khi thọ lạc đến, ta cố gắng bám níu, giữ chặt nó lại làm của riêng cho mình đời đời, giống như hót lấy một nắm nước và đồng thời muốn giữ nước vĩnh viễn nắm trong tay. Tại sao "thọ" không thể tồn tại lâu dài? Bởi vì "thọ" phát sanh do điều kiện: sự tiếp xúc giữa căn và trần, như đã thấy ở phần trên, mà cả hai đều là pháp hữu vi, luôn luôn biến đổi. Như vậy, nếu cố chấp thọ là ta, ta là thọ, và mong muốn cho thọ lạc được trường tồn thì chắc chắn là ta phải thất vọng, đau khổ.

Rồi đến tướng uẩn, tri giác. Cũng như thọ, "tướng" cũng là pháp hữu vi, phát sanh do những gì trước đó tạo duyên. Tôi nghe một tiếng động, nhận ra là cánh cửa đập. Cái gì là nền tảng cho sự nhận ra, hay "tướng" ấy? Trước tiên tôi phải có lỗ tai (nhĩ căn), rồi phải có tiếng động (nhĩ trần), chạm vào phần nhạy của lỗ tai. Từ xúc chạm ấy phát sanh sự nhận ra là tiếng cửa đập. Như vậy "tướng" không phải tự mình hiện hữu. Khi tiếng động chấm dứt, chấp "tướng" ấy cũng chấm dứt. Như vậy, "tướng" không có khả năng tự mình tồn tại, mà luôn luôn tùy thế chuyển biến.

Khi tướng uẩn nhận ra một hình sắc, một âm thanh, hay mùi vị v.v... hành uẩn phát sanh, có lòng ưa thích, ghét bỏ, buồn, vui, ganh tỵ v.v...-- tức năm mươi tám sở của hành uẩn ngoài thọ và tướng. Như vậy, hành uẩn cũng không tự mình hiện hữu mà tùy thuộc nơi tướng.

Đến đây ta thấy rằng trong sắc cũng như trong thọ, tướng, hành, không có gì tồn tại vững bền, có thực chất hay chứa đựng gì có thể gọi là "Ta" hay "Tự Ngã" của ta.

Còn uẩn thứ năm, thức, thì sao?

Thức là tâm vương. Thọ, tướng, hành là tâm sở. Theo định nghĩa: "Năm mươi hai trạng thái tâm đồng liên hợp với tâm vương, đồng sanh, đồng diệt với tâm vương, cùng có chung một đối tượng và cùng xuất nguyên từ một căn (thiện hay bất thiện) với tâm vương, được gọi là tâm sở (*cetasika*)".

Như vậy thì thức, tâm vương, không thể tồn tại riêng rẽ không có thọ, tướng và hành, mà tất cả đồng sanh, đồng diệt cùng một lúc. Do đó, thức cũng phù du tạm bợ, chỉ tồn tại trong một sát na tâm.

Phần Thứ Nhì

"Vậy chư Tỷ Khưu nghĩ như thế nào, thân này thường còn hay vô thường?"

-- *Bạch Đức Thế Tôn, là vô thường (anicca).*

Cái gì vô thường là khổ đau hay hạnh phúc?

-- *Bạch Đức Thế Tôn, là khổ.*

Vậy, có hợp lý chăng, nếu nghĩ đến cái gì vô thường, khổ và tạm bợ phù du với ý tưởng, "cái này của tôi, đây là tôi, đây là linh hồn của tôi"?

-- *Bạch Đức Thế Tôn, chắc chắn là không hợp lý".*

Trong phần trên ta thấy rằng từng uẩn một cũng như toàn thể năm uẩn, đều không phải là "Ta" hay "Của Ta". Ta không thể muốn nó phải như thế nào, cũng không thể sai khiến, cưỡng bách nó phải như thế nào, không thể sửa đổi tính cách biến chuyển không ngừng của nó. Nó không thể tồn tại y hệt trong hai khoảnh khắc kế tiếp.

Đoạn này Đức Phật nêu lên những câu hỏi để chính năm thầy tỳ khuru khẳng định đặc tướng vô thường của ngũ uẩn. Rồi Đức Phật hỏi tiếp để năm thầy quả quyết rằng vô thường là biến đổi, bất ổn định, không bền vững, không thể đưa đến hạnh phúc thật sự, vững bền, ổn cố, lâu dài, mà chỉ có thể đưa đến bất toại nguyện, tức đau khổ. Cuối cùng, Ngài đưa năm thầy đến kết luận rằng cái gì vô thường, bất toại nguyện và phù du tạm bợ không thể có thực chất vững bền, không thể thật sự là "ai" hay "của ai".

Phần Thứ Ba

"Nhu vậy, này chư Tỳ Khuru, tất cả các sắc, dầu ở quá khứ, hiện tại hay vị lai, ở bên trong hay bên ngoài, thô kịch hay vi tế, thấp hèn hay cao thượng, xa hay gần, phải được nhận thức với tri kiến chân chánh theo thực tướng của nó, 'cái này không phải là tôi, đây không phải là của tôi, cái này không phải là tự ngã của tôi'.

"Tất cả thọ, tưởng, hành, thức, dầu ở quá khứ ... không phải là tự ngã của tôi".

Ba đặc tướng của đời sống, vô thường, khổ, vô ngã, liên quan với nhau rất mật thiết. Bất luận đâu đâu, bất cứ ở vào thời nào, dầu Đức Thế Tôn có thị hiện trên thế gian cũng không, ba đặc tướng này vẫn nổi bật một cách hiển nhiên trong thế gian.

Riêng phần đặc tướng vô ngã, Ngài dạy rằng dầu trong Tam Giới (tại thế) hay ngoài (siêu thế), không nơi nào có thể tìm ra một linh hồn, hay một bản ngã, trường tồn bất biến.

Kinh *Dhammapada*, Pháp Cú, có ghi ba câu kệ (277, 278, 279) liên tiếp như sau:

"Tất cả các pháp hữu vi đều vô thường ...
Sabbe saṅkhārā aniccā ..."

"Tất cả các pháp hữu vi đều khổ ...
Sabbe saṅkhārā dukkhā ..."

"Tất cả các pháp đều vô ngã ...
Sabbe dhammā anattā ..."

Ta có thể thận trọng ghi nhận rằng trong hai câu đầu, Đức Phật dùng danh từ "*saṅkhārā*" có nghĩa là "pháp hữu vi", hay vật hữu lậu, vật tùy thế, những gì tự nó không hiện hữu mà được cấu thành do nhân và duyên. Trong thực tế "pháp hữu vi" bao hàm tất cả những gì trong thế gian hiện tượng này. Đến câu thứ ba, Đức Phật dùng chữ "*dhammā*", "pháp" mà ý nghĩa bao trùm cả hai: những pháp tại thế và những pháp siêu thế. Điều này có nghĩa rằng bất luận ở đâu, dầu ở trạng thái Niết Bàn cũng không có một linh hồn trường tồn không biến đổi. Chẳng những không có cái "Ta" trong năm uẩn mà cũng không có trong bất cứ nơi nào khác.

Phần Thứ Tư

"*Bậc Thánh đệ tử đã được giáo truyền đầy đủ, thấy vậy thì nhàm chán sắc, thọ, tưởng, hành, thức; dứt bỏ, không duyên ái những gì không đáng được ưa thích và do sự dứt bỏ ấy, đã giải thoát. Rồi tri kiến trở nên sáng tỏ, "Ta đã được giải thoát".*

Vị ấy thấu hiểu rằng dòng sanh tử đã chấm dứt, đời sống phạm hạnh đã được thành tựu, những gì phải làm đã được hoàn tất viên mãn, không còn trở lại trạng thái này nữa".

Vị đệ tử của Đức Phật đã được thọ huấn đầy đủ và thành đạt các tầng Thánh, đã thấy rõ ba đặc tướng vô thường, khổ, vô ngã của đời sống nên nhàm chán, ghê sợ những kiếp sanh tồn, sanh tử, từ sanh, triển miên tiếp diễn trong vòng luân hồi. Sự ghê sợ và nhàm chán đã thúc đẩy Ngài quyết tâm dứt bỏ, không bám níu vào những gì huyền ảo, không thực, không đáng được ưa thích. Ngài không chấp ngã, không cho rằng "người làm điều này là tôi, cái gì làm việc kia là tôi, vì Ngài đã thấu triệt rằng không có người hành động mà chỉ có hành động, không có người tư tưởng mà chỉ có sự tư tưởng, chỉ có một luồng tâm-vật lý trôi chảy mà không có một thực thể đơn thuần nguyên vẹn.

Hiểu biết như vậy Ngài không chấp ngã vẫn là mình, mình là ngã vẫn và do tri kiến sáng tỏ, giải thoát ra khỏi cảnh vô thường và đau khổ. Ngài đã thành đạt Niết Bàn, chấm dứt dòng sanh tử, từ sanh, từ phạm trở nên Thánh.

Phần Thứ Năm

"Đức Thế Tôn giảng giải như vậy và các vị tỳ khưu lấy làm hoan hỷ, tán dương và thọ lãnh giáo huấn"

Tháo Gỡ Thằng Thúc

Có mười thằng thúc (*Samyojana*, dây trói buộc, kiết sử) cột chặt chúng sanh vào vòng sanh tử luân hồi.

Khi chúng ngộ Niết Bàn lần đầu tiên hành giả được gọi là Tu Đà Hườn (Nhập Lưu, *Sotāpanna*), người bước vào dòng suối chảy đến Niết Bàn lần đầu tiên. Ngài đã dứt bỏ ba dây trói buộc là thân kiến (*sakkāya diṭṭhi*, ảo kiến về tự ngã của mình), hoài nghi (*vicikicchā*, không quyết định, không dứt khoát tin tưởng nơi Phật, Pháp, Tăng) và giới cấm thủ (*silabbata parāmāsa*, lầm lạc tin tưởng rằng những nghi thức tế lễ thần linh có thể đưa đến giải thoát). Trong ba thằng thúc này thân kiến là dây trói buộc quan trọng nhất. Với vị hành giả đã dứt bỏ thân kiến, mọi khái niệm có tính cách trí thức về một cái "Ta" đã tan biến. Đặc tính của vị Tu Đà Hườn là: Niềm tin nơi Tam Bảo luôn luôn tiềm tàng vững chắc; không bao giờ phạm giới nào trong ngũ giới; không bao giờ còn tái sanh vào bốn khổ cảnh, vì đã vững bước trên con đường giác ngộ. Ngài còn phải tái sanh trở lại vào cảnh người tối đa là bảy lần.

Tầng Thánh kế đó là Tư Đà Hàm (*Sakadāgāmi*, Nhất Lai, chỉ còn tái sanh trở lại một lần nữa). Vị Thánh Tư Đà Hàm làm giảm suy, nhưng chưa hoàn toàn dứt bỏ, hai thằng thúc *kāmarāga*, lòng tham duyên theo Dục Giới và *paṭigha*, bất toại nguyện, bất mãn, sân hận.

Tầng Thánh thứ ba, A Na Hàm (*Anāgāmi*, Bất Lai, trạng thái không bao giờ trở lại) tận diệt hai thằng thúc mà vị Tư Đà Hàm chỉ làm giảm suy, chưa hoàn toàn tận diệt. Từ đây vị Thánh Bất Lai không còn tái sanh trở lại vào cảnh người hay cảnh trời Dục Giới vì đã hoàn mãn tận diệt mọi tham ái duyên theo Dục Giới.

Cuối cùng, vị A La Hán tận diệt năm thằng thúc còn lại là ái sắc (*rūparāga*, ham muốn duyên theo cảnh Sắc Giới), ái vô sắc (*arūparāga*, ham muốn duyên theo cảnh Vô Sắc Giới), ngã mạn (*māna*), phóng dật (*uddhacca*), và vô minh (*avijjā*).

Ta có thể ghi nhận rằng tất cả mười thằng thúc đều có liên quan đến cái "Ta". Tất cả là những khía cạnh khác nhau của khái niệm về một bản ngã thường còn, biểu hiện dưới nhiều hình thức khác nhau. Trên con đường giải thoát, mười dây trói buộc (thằng thúc) phải được tháo gỡ và diệt trừ dần dần làm bốn giai đoạn.

Vượt Thoát Ra Khỏi Cái "Ta"

Người trang nghiêm trì giới, chuyên cần nhiếp tâm an trụ và phát triển trí tuệ minh sát sẽ thấu đạt thực tướng của vạn pháp và sẽ có quan điểm chân chánh về kiếp sinh tồn. Người ấy nhận thức rằng tất cả sự vật trên thế gian đều huyền ảo và tạm bợ nhất thời, không đáng cho ta bám níu, thân yêu v.v...

Lúc bấy giờ người ấy đã vượt ra khỏi cái "Ta". Cái được gọi là "Ta" đã chan hòa và đồng nhất với tất cả, ắt có lòng vị tha bất cầu lợi, có tình huynh đệ tương thân tương ái với tất cả chúng sanh, có tâm từ vô lượng vô biên, có lòng bi mẫn dồi dào, và có sự thuận hòa điều hợp với tất cả. Ánh Sáng Trí Tuệ dần dần đánh tan đêm tối của si mê, không còn tham ái, sân hận, người ấy đã thoát ra khỏi mọi hình thức ái dục, tiến đến Đạo Quả Thánh và cuối cùng, đến sự giải thoát toàn vẹn ra khỏi vòng luân hồi, khỏi mọi hình thức đau khổ, như lời Phật dạy:

"Như ta nhìn bọt nước, như ta nhìn ảo ảnh, nếu người kia nhìn thế gian này như vậy, Từ Thân không còn thấy người ấy nữa" (Kinh Pháp Cú, câu 170)

-ooOoo-

[Đầu trang](#) | [00](#) | [01](#) | [02](#) | [03](#)

Chân thành cảm ơn Bác Phạm Kim Khánh đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 12-2004)

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)

last updated: 30-12-2004