

DẤU CHÂN PHẬT 2 (02)

Kinh THÀNH ÁP – TƯƠNG II, 185

BÁT CHÁNH ĐẠO – ĐƯỜNG LỐI TU CỦA ĐỨC PHẬT

Chúng ta thấy rằng đoạn kinh này: “Một người khi đi qua một khu rừng, đi qua một chặng núi, thấy một con đường cũ, một đạo lộ cũ do người xưa đã từng đi qua.” Câu này có ý nghĩa là gì? Một người khi đi qua một khu rừng hay đi qua một chặng núi, là người này trong khi đang mò mẫm trong khu rừng của vô minh, đang mò mẫm trong khu rừng của luân hồi sanh tử, đang mò mẫm để tìm ánh sáng ra khỏi sanh tử này, người này đã tìm được một ánh sáng đưa ra khỏi rừng rậm của vô minh, rừng rậm của sanh tử. Đó là ý nghĩa của câu mà Đức Phật ví dụ: “Ví như một người khi đi qua một khu rừng hay một chặng núi và người này đã thấy được một con đường cũ, một đạo lộ cũ do người xưa đã từng đi qua.”

Thì như vậy, Đức Phật Thích Ca của chúng ta, Thái tử Tất Đạt Đa của chúng ta cũng đã lần mò đi tìm ánh sáng để ra khỏi sanh tử, và Ngài đã tìm được con đường cũ, đạo lộ cũ do các bậc Chánh Đẳng Giác thuở xưa. Dù rằng là bất cứ một vị Chánh Đẳng Chánh Giác nào quá khứ, hiện tại hay vị lai, chúng đắc và thành tựu sự giải thoát sanh tử cũng đều nhờ vào trong sự chứng đắc và thành tựu trí tuệ về phương pháp Tám đúng, về đường lối tu hành với tám cái đúng này.

Sở dĩ con tránh dùng, ít dùng danh từ Bát Chánh Đạo là vì e ngại rằng chúng ta lừa dối với danh từ đó. Trước đây được nghe những danh từ đó, nhìn cái danh từ đó bằng một cái nhìn vô minh và cho rằng nó là tầm thường, là thấp kém. Mà vì vậy, trong sự chia sẻ của con thì sau này con hay dùng danh từ “phương pháp Tám đúng”. Nhưng mà khi dùng danh từ thuần Việt này thì chúng ta thấy ý nghĩa nó rõ ràng hơn, phải không ạ?

Thì như vậy, từ nay về sau chúng ta tu học con đường này, chúng ta đã biết mình tu tập theo đường lối tu tập của ai rồi, phải không ạ? Có thấy vững tin chưa? Vững vàng chưa? Và không còn sợ hãi mình lạc lối ở trong đạo Phật nữa, phải không ạ?

Thì như vậy, sau này khi mà chúng ta nói về đạo Phật hay Phật đạo, tức là đường lối tu hành của các đức Phật, thì chúng ta phải biết đó là “phương pháp Tám đúng”. Chúng ta đang tu tập theo một đường lối tám cái đúng trong đời sống của mình. Khi mở mắt ra nhìn, những gì chúng ta thấy trước mắt, chúng ta phải tập nhìn thấy biết được đó là cái gì. Và cái thấy biết đúng đầu tiên trong phương pháp đúng, chính là thấy biết đúng về thân tâm này và cuộc sống này.

Và thế nào là thấy biết đúng về thân tâm này và cuộc sống này? Là thấy biết được sự thật về thân tâm này và cuộc sống này. Mà sự thật về thân tâm này và cuộc sống này chính là gì? Thân tâm này được gọi là ngũ uẩn, và cuộc sống này được gọi là sự vận hành của ngũ uẩn. Cái đang hiện hữu của thân tâm này và cuộc sống này chính là sự hiện hữu của ngũ uẩn.

Mà ngũ uẩn này là gì? Hiện hữu ngũ uẩn này là gì? Chính là một cái tâm tham ái chấp thủ đối với ngũ uẩn. Sự hiện hữu của những thân tướng này, sự hiện hữu của đời sống này, sự hiện hữu của thế giới này là hiện hữu của một cái tâm mê, tâm tham đắm, tâm chấp thủ đối với ngũ uẩn. Thân này đang có mặt ở đây chính là do gì? Sự hiện hữu của thân này chính là sự hiện hữu của một cái tâm chấp thủ, tham ái, dính mắc đối với ngũ uẩn.

Cho nên, trong định nghĩa về Thánh trí thứ nhất, Đức Phật nói: “Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ.” Năm *thủ* uẩn chứ không phải năm uẩn à nha. Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ. Điều đó có nghĩa là tóm lại, cái tâm chấp thủ đối với năm uẩn này là khổ. Định nghĩa của Đức Phật rõ ràng là như vậy đó.

Sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, cầu không được là khổ, ái biệt ly là khổ, oán tắng hội là khổ, sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ. Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ. Năm thủ uẩn có nghĩa là gì? Sự chấp thủ ngũ uẩn là phiền não và khổ đau. Mà sự chấp thủ ngũ uẩn đó có nghĩa là gì? Là tâm chấp thủ ngũ uẩn là phiền não, là khổ đau. Chứ cái gì chấp thủ? Chúng ta rõ chỗ này không ạ?

Bốn Thánh trí mà chúng ta được con chia sẻ là gì? Thánh trí thứ nhất là: sự chấp thủ ngũ uẩn là phiền não và khổ đau. Nhưng mà cái gì chấp thủ? Nó không phải là ai chấp thủ ở đây hết, mà chính là cái tâm chấp thủ, cái tâm hôn mê, cái tâm dính mắc, cái tâm trói buộc đối với ngũ uẩn này phải chịu đựng phiền não và khổ đau. Cái đang phải chịu đựng phiền não và

khổ đau này chính là cái tâm chấp thủ đối với ngũ uẩn. Chúng ta rõ chỗ này không ạ?

Và cái tâm chấp thủ đối với ngũ uẩn này nó chịu cái nỗi khổ về sanh, tại vì nó chấp thủ, nó ám ảnh về sắc, thọ, tưởng, hành, thức này mà nó phải đưa đến sự tái sanh ở hiện tại và tương lai. Như vậy, cái chịu đựng cái đau khổ này là cái tâm chấp thủ đối với ngũ uẩn.

Rồi cái tâm chấp thủ, cái tâm dính mắc, cái tâm hôn mê nó chịu cái khổ gì nữa? Chịu cái khổ có một cái thân mà nó bị già, chịu đựng một cái thân bị bệnh, rồi nó phải chịu đựng một cái thân bị chết. Cái tâm chấp thủ ngũ uẩn này nó phải chịu đựng sự có sanh ra cái thân, rồi chịu đựng cái thân nó bị già, cái thân nó bị bệnh, cái thân nó bị chết. Chỗ này là rất thâm thúy và rất sâu sắc. Bằng không, chúng ta đọc mà không hiểu như thế nào “sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ, sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ”. Tóm lại, năm thủ uẩn này là khổ. Và nếu mà đọc ro ro như vậy thì vẫn không biết cái gì là khổ, thật sự không biết cái gì là khổ.

Thì như vậy, cái vấn đề để chịu đựng cái khổ ở đây chính là cái tâm chấp thủ đối với ngũ uẩn. Mà bây giờ, muốn không phải chịu đựng những cái khổ do sanh tử mang lại, những cái khổ do già nua, bệnh tật, chết chóc mang lại, những cái khổ do thương ghét mang lại, muốn không chịu đựng những cái khổ này thì chúng ta phải *bỏ được chấp thủ đối với ngũ uẩn*. Cái tâm nó chấp ngũ uẩn nên nó mới chịu về sanh tử. Thì bây giờ, cái tâm nó không chấp ngũ uẩn nữa thì nó sẽ không chịu cái khổ về sanh tử.

Ngay cái chỗ này, coi chừng, coi chừng, cái đó mới là Thánh trí thứ ba thôi, tức nhiên là hết chấp thủ thì hết sanh tử.

Thánh trí thứ nhất là cái tâm chấp thủ này chịu đựng khổ đau.

Thánh trí thứ hai: chính vì chấp thủ cái vô minh này mà cái tâm này mới chịu cái khổ này.

Thánh trí thứ ba: cái tâm này, mày làm ơn đừng có chấp thủ nữa thì hết khổ. Đơn giản quá, đúng hay không? Đây là lý thuyết, đây là công thức, đây là nhân quả. Nhưng từ một cái tâm chấp thủ mà mình kêu nó đi đến chỗ không chấp thủ thì nó phải có phương pháp, và phương pháp đó là gì? Là Thánh trí thứ tư.

Thánh trí thứ tư, tức là phải dùng phương pháp Tám đúng. Phải thấy đúng về cái tâm chấp thủ, và cho biết rằng tâm chấp thủ là khổ đó. Mà bây giờ kêu “thấy rồi thì nhả ra đi, nhả từ từ, ói ra đi những cái chấp thủ này, mửa ra đi những cái chấp thủ này”, thì như vậy phải có thấy biết đúng về ngũ uẩn. Thấy biết rằng tâm chấp thủ này là phiền não và khổ đau, và thế giới này là sự hiện hữu của một thế giới ngũ uẩn do tâm chấp thủ ngũ uẩn tạo thành.

Bên ngoài, chúng ta thấy cả một cái vũ trụ hình tròn, phải không? Bao nhiêu nhà cửa, cây cối, vật chất, tiền bạc gì thì tất cả cũng chỉ là *sắc uẩn* thôi. Còn lại, bên trong mỗi một chúng sanh là thọ, tưởng, hành, thức hoạt động - hết. Và mê ở trong đó, vận hành, theo đuổi những cái đó là những

cái tâm mê, là cái tâm vô minh, là cái tâm vô trí đối với ngũ uẩn. Và nó muốn nắm giữ cái ngũ uẩn đó. Và chính cái tâm đó là nó tạo ra cái thế giới này.

Thì khi mà chúng ta thành tựu trí tuệ, nhìn ra được chân tướng cuộc sống này, nhìn ra được chân tướng của tự thân này và chân tướng của cuộc sống này, là chúng ta đã thành tựu chánh tri kiến, thành tựu sự thấy biết đúng về tự thân và cuộc sống. Mới ở cái thấy, cái nói, cái làm, cái suy nghĩ, chưa có biểu hiện gì hết. Thành ra tập từ từ cho cái nhìn, cái thấy của mình thuần thực, thuần thực. Tập nhận diện ngũ uẩn để thấy được ngũ uẩn vận hành trong mình như thế nào. Tập lắng nghe người khác nói để thấy ngũ uẩn của người đó hoạt động như thế nào. Tập lắng nghe tiếng nói của thế giới này để thấy được ngũ uẩn trong thế giới này hoạt động như thế nào.

Hồi này tắc kè kêu, có phải là ngũ uẩn hoạt động không? Ngũ uẩn hoạt động đó.

Thành ra, tập lắng nghe những tiếng nói, những cái gì đang hoạt động trong mình, những cái gì đang hoạt động bên ngoài cuộc sống này - những tiếng nói của thế giới này - tập lắng nghe để nhìn ra rõ cái bộ mặt của ngũ uẩn.

Và khi nào cái nhìn của chúng ta thâm sâu, thuần thực và viên mãn rồi - viên mãn nha - thì bây giờ nhìn ra là thấy sắc uẩn thôi, sắc pháp thôi. Bên trong là thọ, tưởng, hành, thức thôi. Nhìn vô là thấy, nhìn ra là thấy. Lúc

nào cũng thấy, không còn bị làm nữa. Không còn chấp "tắc kè là tắc kè" nữa.

Khi mà "tắc kè là tắc kè" thì khi đó chưa có chánh tri kiến. Khi nào "tắc kè là ngũ uẩn" - đó là lúc bắt đầu thành tựu chánh tri kiến. Khi nào nhìn ai đó mà nghĩ "đây là A", "đây là B", là chưa có thành tựu. Khi nào nhìn, thấy biết đó là chúng sanh, đó là sắc uẩn - bên trong là sắc, thọ, tưởng, hành, thức thôi.

Rồi đang nói, đang cười theo vô minh, theo si ám, theo tham sân si, theo tham dục, tham ái - nhìn thấy như vậy rồi chỉ biết lắc đầu, "hối ôi..."

Khi mà cái nhìn, cái thấy của chúng ta thành tựu, thâm sâu và viên mãn rồi, thì bắt đầu trong suy nghĩ này - mỗi một dòng suy nghĩ khởi lên - chúng ta sẽ thấy:

“Ồ, thôi tham sân si làm chi mấy cái ngũ uẩn này. Bực bội làm chi cảm thọ, sân giận làm chi, phiền não dính mắc mệt mỏi chi vậy? Đừng có dính mắc nữa.”

Những suy nghĩ nào khởi lên thuộc về dục, về sân, về ngu si, muốn làm hại mình, làm hại người - thì những suy nghĩ đó mình thấy là không nên nuôi dưỡng nữa. Có đáng hay không khi khởi lên lòng dục đối với mấy cái ngũ uẩn vô thường này? Đáng hay không khởi lên sự sân hận đối với mấy cái ngũ uẩn này? Đáng hay không mà nuôi dưỡng những cái tâm ngu

si, suy nghĩ để nói xấu người, suy nghĩ để làm hại người? Làm hại người là làm hại mình thôi.

Thành ra, khi nhìn lại những thọ, tướng, hành - là ta thấy người rồi! Hoạt động bấy bạ không à!

Thế là, khi chúng ta nhìn thấy được như vậy, là chúng ta đã nhìn thấy được cái tà tư duy trong chúng ta. Mà nhìn thấy tà tư duy rồi thì chúng ta có muốn nuôi dưỡng nó không? Không ai muốn nuôi nó nữa hết. Không ai muốn nuôi trong nhà mình mấy con rắn độc. Không ai muốn để trong nhà gọi là phân chó, phân mèo trong nhà mình - không ai muốn để hết, phải không? Mà muốn từ bỏ nó.

Và bắt đầu hình thành cái chánh tri kiến đó. Mà bắt đầu vị này sẽ nhìn ra được tư duy, suy nghĩ của mình.

Chánh tri kiến là thấy biết về thân tâm mà. Thì sau khi thành tựu cái sự thấy biết viên mãn đó rồi, bắt đầu vị này dần nhìn ra những suy nghĩ trong đầu của mình, những cảm giác trong thân tâm của mình, những cái tướng trong nội tâm của mình. Nhìn ra rồi thấy những cái gì không hay, không đẹp - làm sao mà nuôi dưỡng nó được?

Cho nên, những tà tư duy, tà suy nghĩ, những cái suy nghĩ sai quấy đó không còn được nuôi dưỡng nữa. Và thấy rằng: “Thế là không nên nuôi dưỡng những cái bấy bạ đó nữa.” Thì cái suy nghĩ đó được gọi là chánh tư duy.

Thì như vậy, chúng ta thấy là: khi chúng ta thành tựu được trí tuệ về tự thân, thành tựu thấy biết đúng về tự thân và cuộc sống, thì chúng ta dần đi từ thấy biết đúng, đến suy nghĩ đúng, rồi lời nói đúng, rồi hành động đúng.

Mình đã có những suy nghĩ chân chánh được rồi, thì bây giờ đối duyên xúc cảnh, nhiều khi do tập khí của mình - một số thói quen ăn nói trong tập khí, ăn nói trong vô minh - bộc phát ra. Và khi nó phát ra thành linh như vậy rồi, thì mình thấy liền, tại vì mình có tuệ về tự thân mà.

Mà khi nó lỡ phát ra nhanh quá, thì sau khi thấy biết thì sao? Mắc cỡ không? Mắc cỡ, xấu hổ - ngày một, ngày hai, ngày ba - từ từ tâm mình cố gắng, tự hứa:

“Mai một phải cố gắng, phải ráng nha. Ráng không nói vậy nữa. Lúc giận không nói vậy nữa. Nói vậy là sai rồi. Tu hành mà nói như vậy bậy quá, không đúng.”

Thành ra mắc cỡ, xấu hổ. Lần đầu vẫn còn sai phạm là vì sao? Là vì xe nó đang xuống dốc, nó đang đổ dốc. Cái trớn của những tập khí cũ nó còn, thành ra nó vẫn bốc ra.

Nhưng cái quan trọng là: vị này có chánh kiến. Vị này thấy biết rõ những điều đó, và vị này quyết tâm nhiếp phục, làm chủ, chế ngự nó. Cho nên vị này dần dần đi đến sự chế ngự thôi.

Thì khi thành tựu sự chế ngự tà ngữ như vậy, thì lời nói của vị này là *chánh ngữ*. Vị này không còn nói những lời không chân chánh, không đúng pháp nữa, mà vị này chỉ nói lời chân chánh và đúng pháp.

Thì khi con phân tích, chia sẻ như vậy, thì chúng ta có thấy con đường này, cái đạo lộ này, phương pháp tu hành này của các bậc Chánh Đẳng Chánh Giác - có trong sáng, có rõ ràng, có thực tế hay không? Thực tế, phải không?

Có cái gì là tà kiến, là mê tín, là dị đoan không? Và có cái gì là ép buộc chúng ta “tin, tin, tin mà thôi” không? Không. Tất cả là sáng tỏ.

Vì vậy mà Đức Phật mới ví đạo Phật như là mặt trời. Gần với mặt trời là như vậy đó.

Phật có nghĩa là giác ngộ. Mà giác ngộ có nghĩa là phát giác, phát hiện, và giác ngộ sự thật của thân tâm và sự thật của cuộc sống.

Tức nhiên là điều này trước nay chưa ai phát giác, phát hiện ra hết - đúng không ạ? Chúng ta thấy thời Đức Phật có ai phát giác, phát hiện ra nguồn là gì đâu, phải không ạ?

Không ai phát giác, phát hiện ra phương pháp Tám đúng để tu hành chân chánh là gì. Và Đức Phật, Ngài đã phát giác, phát hiện ra điều đó.

Đó là ý nghĩa của chữ giác ngộ đó. Chúng ta rõ chữ giác ngộ này chưa ạ?

**“Ai quy y Đức Phật,
Chánh pháp và chư Tăng,
Ai dùng Chánh tri kiến
Thấy được bốn Thánh Đế**

**Thấy khổ và khổ tập,
Thấy sự khổ vượt qua,
Thấy đường Thánh tám ngành,
Đưa đến khổ não tận.**

**Thật quy y an ổn,
Thật quy y tối thượng,
Có quy y như vậy,
Mới thoát mọi khổ đau.”**

(Kinh Pháp Cú, Phẩm Phật Đà)