

An lạc được chứng đắc không sinh ra từ hưởng lạc, hoặc do khổ hạnh

ISSN: 2734-9195 09:05 01/01/2025

Thế Tôn thuyết pháp những lời khuyên chúng sinh từ bỏ tham, ly dục, hướng đến đoạn diệt bất thiện pháp để tự mình chứng ngộ an lạc và tri thức, không phải là sống một đời sống hưởng thụ hay thọ khổ cực đoan.

Duyên khởi kinh

Một thời, Thế Tôn sống giữa dân chúng Bhagga, tại Sunsumaragira, rừng Bhesakala, vườn Lộc Uyển. Vương tử Bodhi mời Thế Tôn cùng chúng tỳ kheo tới thọ bữa. Vương tử chia sẻ ý nghĩ của mình với Thế Tôn rằng: “*Lạc được chứng đắc không phải do lạc, lạc được chứng đắc do khổ.*”



Ảnh minh họa, thiết kế bởi AI - Tạp chí Nghiên cứu Phật học

Nội dung chính của bài thuyết giảng

1. Ví dụ khúc gỗ

Pháp đưa tới an lạc phải là pháp hướng đến yếm ly, ly tham, đoạn diệt phiền não, hướng đến an tịnh, thượng trí, giác ngộ, Niết bàn, chứ không phải hướng đến các tướng.

Ví như một khúc gỗ ẩm ướt, đầy nhựa sống, đặt trong nước. Thế Tôn hỏi rằng, với khúc gỗ đó, một vị tu sĩ tới, cầm dụng cụ làm lửa với ý nghĩ sẽ nhóm lửa cho hơi ấm hiện ra. Khúc gỗ ẩm ướt, đầy nhựa, trong nước đó, cọ xát với dụng cụ làm lửa thì có nhen lửa được không? Chắc chắn là không. Vị ấy càng cọ xát làm lửa chỉ khiến cho bản thân càng bức bối, mệt mỏi thêm.

Cũng vậy, những sa môn, bà - la - môn thực hành thiền định, nhưng không xả ly các dục về thân, dục tham, dục ái, dục khát vọng, dục nhiệt não, về nội tâm chưa khéo được đoạn trừ, chưa khéo làm cho nhẹ bớt, khi không bất ngờ cảm nhận khổ thọ đau đớn, khổ đau, khốc liệt, các vị ấy không thể chứng được tri kiến dẫn tới chứng ngộ an lạc, và ngay cả khi bất ngờ cảm nhận khổ thọ đau đớn, khổ đau, khốc liệt, các vị ấy cũng không thể chứng được tri kiến dẫn tới chứng ngộ an lạc.

Ví như một khúc gỗ khô, không nhựa. Thế Tôn hỏi rằng, với khúc gỗ đó, một vị tu sĩ tới, cầm dụng cụ làm lửa với ý nghĩ sẽ nhóm lửa cho hơi ấm hiện ra. Khúc gỗ khô, không nhựa đó, cọ xát với dụng cụ làm lửa thì có nhen lửa được không? Chắc chắn là có thể.

Cũng vậy, những sa môn, bà - la - môn thực hành thiền định, đã xả ly các dục về thân, dục tham, dục ái, dục khát vọng, dục nhiệt não, về nội tâm đã được đoạn trừ, đã khéo làm cho nhẹ bớt, khi không bất ngờ cảm nhận khổ thọ đau đớn, khổ đau, khốc liệt, các vị ấy chứng được tri kiến dẫn tới chứng ngộ an lạc, và ngay cả khi bất ngờ cảm nhận khổ thọ đau đớn, khổ đau, khốc liệt, các vị ấy cũng vẫn chứng được tri kiến dẫn tới chứng ngộ an lạc.

2. Sự ức chế tâm khi thực hành khổ thọ

Thế Tôn giảng cho vương tử rằng, ngài nghiêng rằng, dán chặt lưới lên họng, lấy tâm chế ngự tâm, nhiếp phục tâm, đánh bại tâm, mồ hôi thoát ra. Dầu ngài có tinh tấn, tâm tinh cần, tận lực, niệm không dao động, nhưng thân ngài vẫn bị kích động, không được nhẹ nhàng, bởi ngài bị chi phối bởi sự tinh tấn do tinh tấn chống lại khổ thọ ấy.

Thế Tôn tu thiền nín thở, ngài gặp nhiều chướng ngại hơn, cơn gió thổi qua khiến ngài đau nhói trong đầu, sinh tưởng nhiều hơn, chỉ một cơn gió nhưng ngài ví như mình bị một lực sĩ quán nện bằng da quanh đầu rồi xiết mạnh, sức nóng kinh khủng khởi lên trong thân ngài, sự kích động càng lớn hơn.

Rồi Thế Tôn giảm thiểu tối đa sự ăn uống, ăn ít từng giọt một như xúp đậu xanh, xúp đậu đen,..., thân ngài dần trở nên gầy yếu, tay chân như đốt cây leo khô héo, xương sống phô bày, xương sườn giống như các thanh gỗ hư nát mục rữa, con người nằm sâu thẳm trong lỗ con mắt, da đầu nhăn nheo khô cằn, sờ da bụng chạm được da lưng và ngược lại, lông tóc rụng khỏi thân, da bị hư hoại, do ngài ăn quá ít.

Thế Tôn thuyết rằng ngài thực hiện khổ hạnh một cách tối thượng, không gì có thể hơn được, không ai thực hành khốc liệt hơn thế nữa, vậy mà vẫn không chứng được pháp thượng nhân, tri kiến thù thắng xứng đáng bậc Thánh.

3. Những yếu tố để chứng được an lạc, tri kiến.

Thế Tôn nghĩ tới dòng tộc mình, xuất thân của mình, trong khi dòng tộc đang hưởng thụ thì ngài ngồi dưới bóng mát gốc cây, ly các pháp bất thiện, nhờ đó mà an trú vào tầng thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh, có tầm, có tứ.

Thế Tôn nghĩ rằng thật không dễ gì chứng đạt an lạc đó lâu dài với thân thể ốm yếu kinh khủng như này. Sau khi ăn uống bình thường trở lại, ngài chứng ngộ tầng thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh, khởi lên, tồn tại nơi ngài nhưng không chi phối tâm ngài.

Diệt tầm và tứ, chứng và trú thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sinh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Như vậy, lạc thọ khởi lên nơi ngài, được tồn tại nhưng không chi phối tâm ngài.

Ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú thiền thứ ba. Như vậy lạc thọ khởi lên nơi ngài, được tồn tại nhưng không chi phối tâm ngài.

Xả lạc xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú thiền thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Như vậy lạc thọ khởi lên nơi ngài, được tồn tại nhưng không chi phối tâm ngài.

Với tâm định tĩnh, thuần tịnh trong sáng, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình tĩnh, ngài dẫn tâm, hướng tâm đến trí tuệ, đến quán chiếu sinh tử của chúng sinh, đến lậu tận trí của tứ diệu đế.

Năm tinh tấn cần thực hiện

(1). Vị có lòng tín, sự tin tưởng, nếu không có lòng tin thì không thể đạt được thứ mà Thế Tôn đạt.

(2). Ít bệnh, ít nã, với bộ tiêu hóa được điều hòa, không quá lạnh, không quá nóng, không quá đói, không có hưởng thụ, trung bình, phù hợp với tinh tấn.

(3). Vị ấy không gian trá, không xảo trá, tự mình xử sự như chân, đối với bậc đạo sư, với các vị có trí hay đối với các vị đồng phạm hạnh.

(4). Vị ấy sống tinh cần, tinh tấn từ bỏ các bất thiện pháp, làm cho khởi lên các thiện pháp, kiên cố, kiên trì, không từ bỏ gánh nặng đối với các thiện pháp.

(5). Vị ấy quán sát trí tuệ về sự sinh diệt của các pháp.

Lời kết

Thế Tôn thuyết pháp những lời khuyên chúng sinh từ bỏ tham, ly dục, hướng đến đoạn diệt bất thiện pháp để tự mình chứng ngộ an lạc và tri thức, không phải là sống một đời sống hưởng thụ hay thọ khổ cực đoan.

Thế Tôn từ bỏ đời sống dục lạc, và cả hành khổ tối tượng, Thế Tôn cũng từ bỏ pháp ấy.

Cư sĩ Phúc Quang tóm lược

Tài liệu tham khảo: Kinh Vương tử Bồ - đề (Bodhirajàkumàra sutta), thuộc Trung Bộ kinh (Majjhima Nikaya), tập 2, Dịch giả: Hoà thượng Thích Minh Châu.