



Khổ và Vui trong cuộc sống

ISSN: 2734-9195

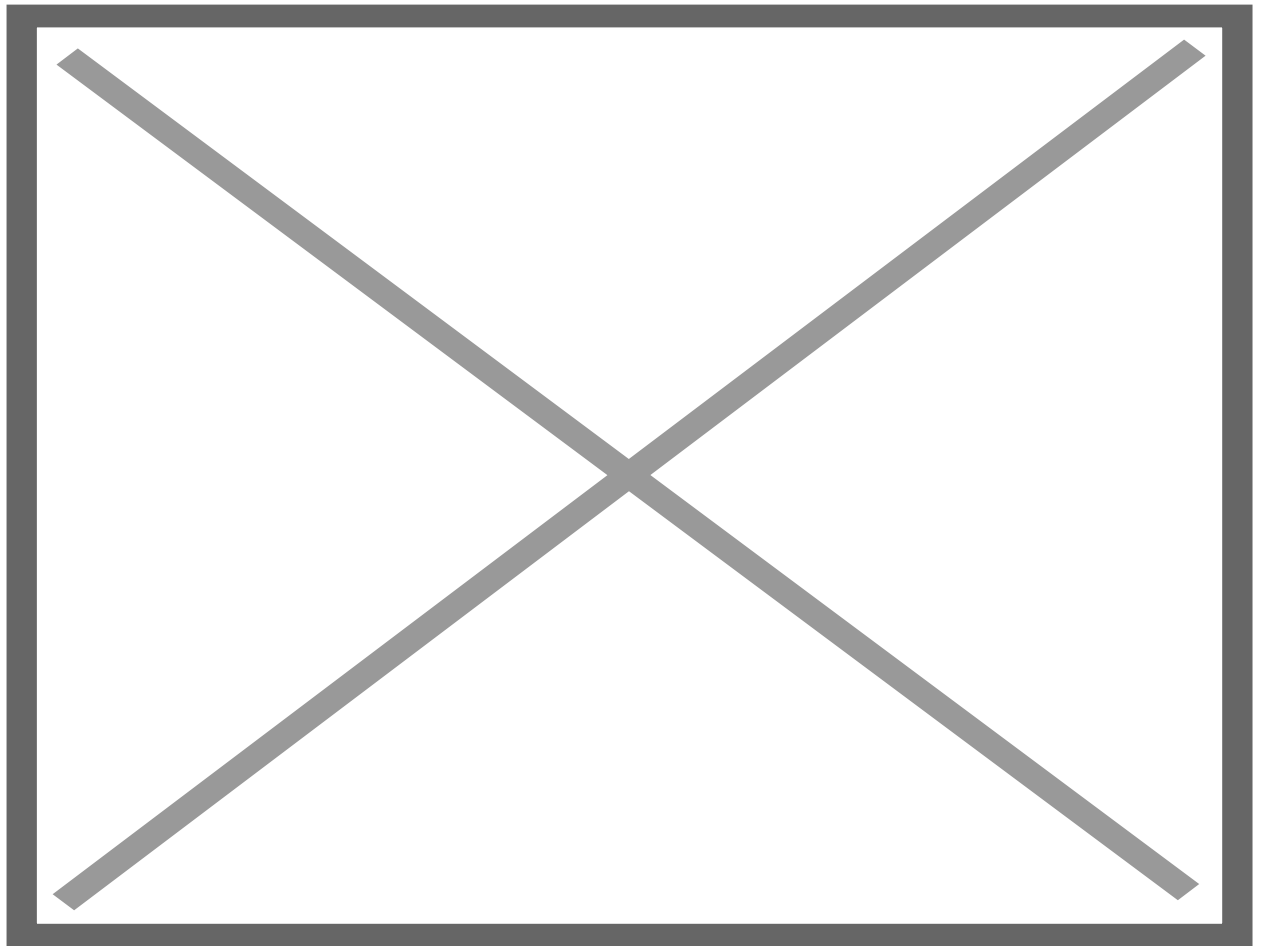
23:00 29/07/2024

Nếu nói về tính chất của khổ, cảm giác không hài lòng gọi là khổ thọ; cảm giác hài lòng gọi là vui thọ; cảm giác không khổ không vui gọi là không...

Phật giáo cho rằng lão, bệnh, tử là ba khổ cơ bản của thân; tham, sân, si là ba khổ cơ bản của tâm, đây là đại diện của các loại khổ. Nếu nói về tính chất của khổ, cảm giác không hài lòng gọi là khổ thọ; cảm giác hài lòng gọi là vui thọ; cảm giác không khổ không vui gọi là không khổ không vui thọ. Ba loại cảm thọ này, tính chất đều là khổ, tức là tam khổ: “*Khổ khổ, hoại khổ, hành khổ*”.

Viết dịch: **Huệ Như**

Khổ và vui là hai khái niệm trái ngược nhau. Hạnh phúc không đồng nghĩa với đau khổ, và đau khổ cũng không đồng nghĩa với hạnh phúc. Tuy nhiên, chúng cũng phụ thuộc và tồn tại cùng nhau. Không có khái niệm về khổ, làm sao chúng ta biết thế nào là vui? Ngược lại, không có khái niệm về vui, làm sao chúng ta biết thế nào là khổ? Cho nên khổ và vui vừa là đối lập, vừa là bổ sung cho nhau.



Do đó, khổ và vui có vẻ mâu thuẫn, nhưng thực chất lại là hai mặt của một vấn đề. Hạnh phúc dựa trên nền tảng của đau khổ; giải thoát khỏi đau khổ chính là hạnh phúc. Ngược lại, đau khổ cũng dựa trên nền tảng của hạnh phúc; mất đi hạnh phúc chính là đau khổ.

Vậy, khổ và vui là gì? Thông thường, cảm giác dễ chịu về cả thể chất và tinh thần được gọi là vui, trong khi cảm giác bức bối về cả thể chất và tinh thần được gọi là khổ. Tuy nhiên, khổ và vui chỉ là những cảm giác chủ quan, không có tiêu chuẩn khách quan. Trẻ em ở vùng thiên tai châu Phi, khi được ăn một bát cơm cảm thấy hạnh phúc, trong khi trẻ em nhà giàu, dù có một bàn đầy thức ăn lại cảm thấy khổ sở.

Công nhân làm đường dưới nắng như đổ lửa, chỉ cần ngồi dưới bóng cây uống một cốc nước đã thấy hạnh phúc; trong khi quý bà trong phòng điều hòa, không tìm được bạn chơi bài lại cảm thấy buồn chán, khổ sở. Từ đó, chúng ta thấy rằng cảm giác khổ và vui thay đổi tùy thuộc vào từng người, từng thời điểm, từng địa điểm và từng hoàn cảnh.

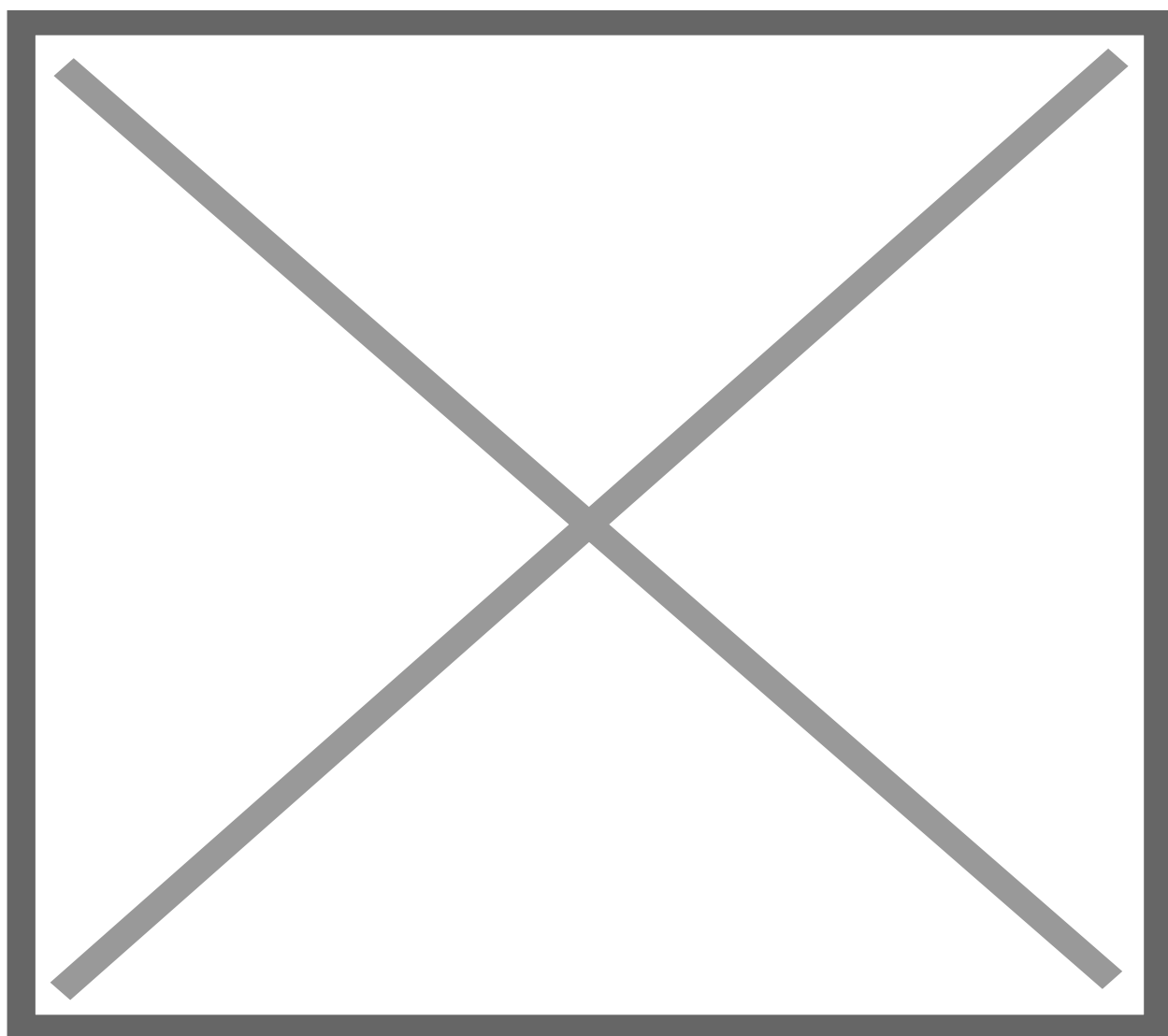
Phật Thích Ca Mâu Ni là bậc thánh triết chứng ngộ chân lý, theo quan sát của ngài, ngài cho rằng cuộc đời là khổ. Do đó, trong kinh Phật có câu: “*Đời người là tập hợp của khổ đau.*” Chữ khổ trong tiếng Phạn là “*duhkha*”, phiên âm Hán là “

đau cồ”, nó có nghĩa là khổ nạn, đau đớn, khổ não, không thỏa mãn, cũng như thiếu sót, vô thường, không thực.

Ở đây, nó đại diện cho quan điểm của Đức Phật về cuộc sống thế gian, cho nên trong kinh Phật có rất nhiều đoạn nói về khổ. Cho nên có người nói Phật giáo là tôn giáo chuyên nói về khổ, hoặc nói Phật giáo là tôn giáo bi quan.

Thực ra, Phật giáo không bi quan, cũng không lạc quan. Nếu như nhất định phải nói có quan điểm gì, thì Phật giáo là *“thực quán”*, đức Phật quán sát chân tướng cuộc đời thế gian, phát hiện rằng đời người đầy rẫy khổ đau và thiếu sót, ngài nói ra sự thật để mọi người nhận biết. Giống như một bác sĩ, khi chẩn đoán bệnh nhân, không phóng đại cũng không che giấu bệnh tình, chỉ nói sự thật để bệnh nhân biết rõ tình trạng.

Khổ là thực tế của cuộc đời, Kinh Phật thuyết Đạo Thiên dạy: *“Năm cảm giác không hòa hợp gọi là thân khổ, ý không hòa hợp gọi là tâm khổ.”* Từ đó, chúng ta thấy rằng đời người là *“thân tâm đều khổ.”* Mà khổ của thân tâm này, có những điều ta và người đều nhận biết, có những điều sống trong khổ mà không tự biết, đó là *“thói quen mà không nhận ra”*, quen rồi thì không cảm thấy.



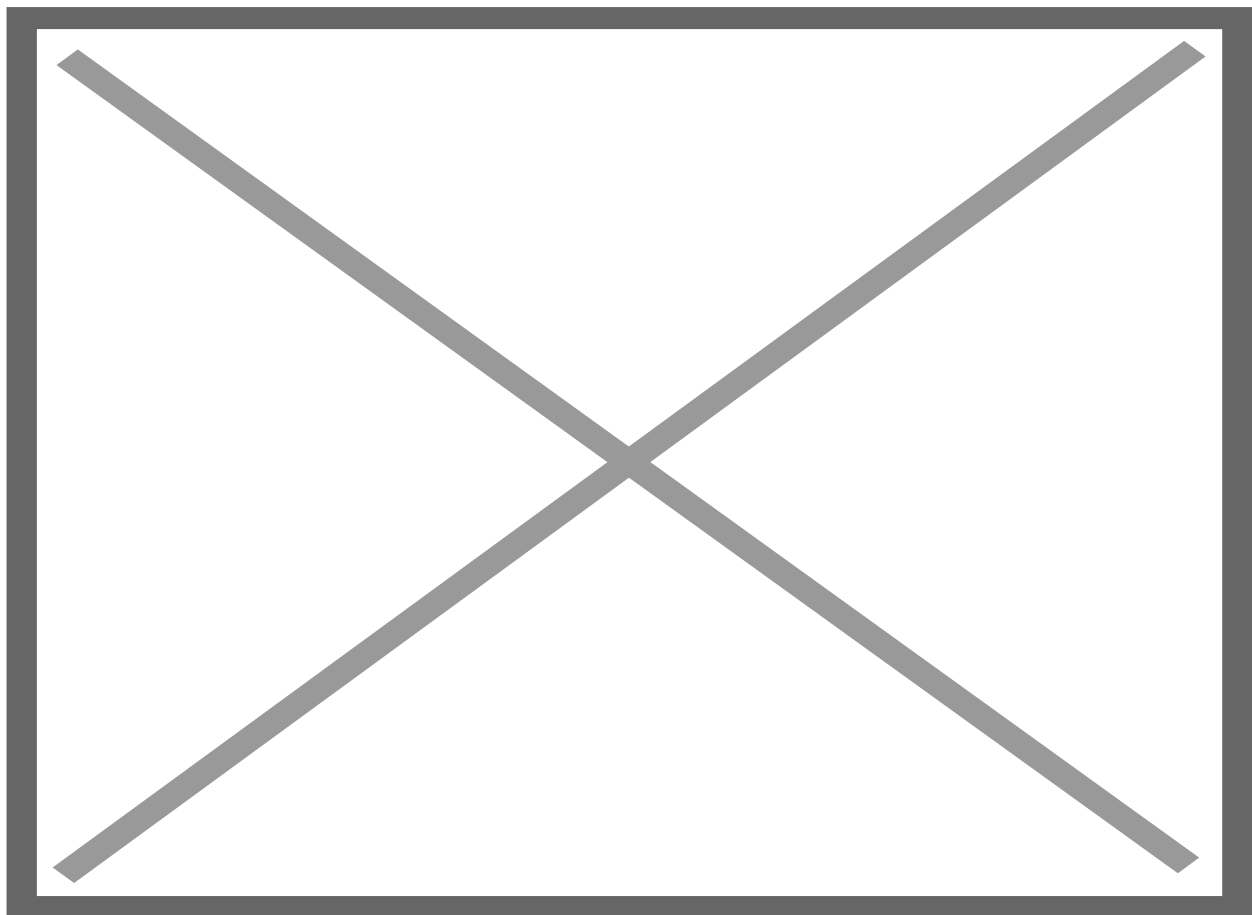
Thực ra, đức Phật cũng không phủ nhận rằng cuộc đời có niềm vui, ví dụ như niềm vui gia đình, niềm vui ngũ dục; niềm vui từ việc tu hành pháp xuất thế, niềm vui từ sự từ bỏ, niềm vui không bị ràng buộc, vv...Nhưng tất cả những niềm vui này đều nằm trong khổ. Tại sao? Bởi vì theo giáo lý duyên khởi, hạnh phúc là pháp do duyên sinh, không có bản chất. Hạnh phúc thay đổi theo nhân duyên, có thay đổi tức là vô thường, mà vô thường chính là khổ.

Kinh Phật thuyết Đạo Thiên dạy: *“Năm cảm giác không hòa hợp gọi là thân khổ, ý không hòa hợp gọi là tâm khổ”*. Từ đó, chúng ta thấy rằng đời người là “thân tâm đều khổ”. Những nỗi khổ của thân tâm này rất rõ ràng, dễ dàng nhận biết. Nhưng những nỗi khổ vi tế hơn thì khó nhận ra, như *“Vô thường tức là khổ”*, đó là nỗi khổ mà chúng ta không dễ nhận biết.

Kinh Phật nói rất nhiều về khổ, mà tính chất và phân loại của khổ cũng khác nhau. Nếu nói về chủng loại, có các loại như nhị khổ, tam khổ, tứ khổ, ngũ khổ, bát khổ, thập khổ, thập bát khổ, v.v., không thể kể hết. Bây giờ chỉ nói về hai loại đại diện là tam khổ và bát khổ.

Phật giáo cho rằng lão, bệnh, tử là ba khổ cơ bản của thân; tham, sân, si là ba khổ cơ bản của tâm, đây là đại diện của các loại khổ. Nếu nói về tính chất của khổ, cảm giác không hài lòng gọi là khổ thọ; cảm giác hài lòng gọi là vui thọ; cảm giác không khổ không vui gọi là không khổ không vui thọ. Ba loại cảm thọ này, tính chất đều là khổ, tức là tam khổ: *“Khổ khổ, hoại khổ, hành khổ”*.

Mọi sự vật trong vũ trụ, nó đều trải qua quá trình sinh, trụ, dị, diệt. Trong giai đoạn đầu, mọi thứ tương trợ lẫn nhau, nhưng về sau lại xung đột và đối lập. Sự chuyển đổi từ tương trợ sang đối lập này không đến từ nhân tố bên ngoài, mà là từ bản chất của sự vật. Nhà triết học Hegel nói: *“Giới hạn của sự vật hữu hạn không chỉ đến từ bên ngoài. Bản chất của sự vật chính là nguyên nhân tự hủy diệt của nó. Bằng hoạt động của chính nó, nó có thể chuyển hóa thành vật đối lập với chính nó.”*



Dựa trên hiểu biết này, bất kỳ hạnh phúc và niềm vui nào, dưới định luật vô thường của các pháp hành, đều không thể tồn tại mãi, cuối cùng trở thành khổ, đây là hành khổ trong tam khổ. Tuy nhiên, khi nói về khổ trong Phật pháp, thường nhắc đến “*bát khổ*”.

Bát khổ được đề cập trong các kinh như Kinh Đại Câu Hy La và Kinh Phân Biệt Thánh Đế trong Trung A Hàm. Bát khổ bao gồm sinh khổ, lão khổ, bệnh khổ, tử khổ, ái biệt ly khổ, oán tăng hội khổ, cầu bất đắc khổ, và ngũ ấm thịnh khổ. Đây là tám loại quả khổ mà chúng sinh phải chịu khi luân hồi trong lục đạo.

Do vậy nhìn lại, ta thấy cuộc đời đầy đau khổ, không phải lời nói vô căn cứ. Làm thế nào để thoát khỏi hoặc giảm bớt đau khổ? Đức Phật trong bốn chân lý cơ bản về khổ, tập, diệt, đạo đã nói: “*Khổ nên biết, tập nên đoạn, diệt nên chứng, đạo nên tu*”.

Nói một cách đơn giản, cắt đứt nguồn gốc của khổ: “đoạn tập”, thì có thể thoát khỏi hoặc giảm bớt đau khổ. Kinh Bát Đại Nhân Giác dạy: “*Nhiều dục là khổ, sinh tử mệt mỏi từ tham dục mà ra; giảm ham muốn sống giản dị, thân tâm tự tại*”. Kiểm chế dục vọng của chúng ta, cắt đứt nguồn gốc của đau khổ, chính là giảm bớt đau khổ.

Viết dịch: **Huệ Như**