TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Phòng hộ giác quan để tránh lỗi lầm trong hành vi

ISSN: 2734-9195 14:10 23/03/2025

Phòng hộ giác quan không có nghĩa là khước từ thế gian hay ép mình không cảm nhận cuộc sống, mà là biết tiếp xúc nhưng không chấp thủ, nhận diện nhưng không dính mắc.

Phần I. Đoạn kinh trích từ Tương Ưng bộ kinh, Phần Bốn: Năm mươi kinh thứ tư, Chương III: Phẩm Biển, Bài VIII: Với lửa cháy

"Này các Tỷ-kheo, Ta sẽ giảng cho các Ông về pháp môn lửa cháy, pháp môn Chính pháp. Hãy lắng nghe. Và này các Tỷ-kheo, thế nào là pháp môn lửa cháy, pháp môn Chính pháp?

Thật tốt hơn, này các Tỷ-kheo, nếu nhãn căn bị hủy hoại với một cây kim bằng sắt nung đỏ, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Như vậy, không có chấp thủ tướng riêng, không chấp thủ tướng chung đối với các sắc do mắt nhận thức, này các Tỷ-kheo, thức có thể vững trú, kiên trú, bị trói buộc bởi vị ngọt tướng chung hay bị trói buộc bởi vị ngọt tướng riêng. Trong thời gian ấy, nếu mệnh chung, thời sự kiện này xảy ra: Đi thác sinh vào một trong hai sinh thú này: địa ngục hay bàng sanh.

Này các Tỷ-kheo, do thấy nguy hiểm này, Ta nói như vầy: Thật tốt hơn, này các Tỷ-kheo, nếu nhĩ căn bị hủy hoại với một cái dùi bằng sắt nung đỏ, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Như vậy, không chấp thủ tướng riêng, không chấp thủ tướng chung đối với các tiếng do tai nhận thức, này các Tỷ-kheo, thức có thể vững trú, kiên trú, bị trói buộc bởi vị ngọt tướng chung, hay bị trói buộc bởi vị ngọt tướng riêng. Trong thời gian ấy, nếu mệnh chung, thời sự kiện này có thể xảy ra: Đi thác sinh vào một trong hai sinh thứ này: địa ngục hay bàng sanh.

Này các Tỷ-kheo, do thấy nguy hiểm này, Ta nói như vầy: Thật tốt hơn, này các Tỷ-kheo, nếu tỷ căn bị phá hủy với một cái kềm sắc bén, bị hừng cháy, rực

cháy, cháy lửa ngọn... nếu thiệt căn bị hủy hoại với một con dao sắc bén hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn... nếu thân căn bị hủy hoại với một cái kiếm sắc bén, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn...

Này các Tỷ-kheo, do thấy nguy hiểm này, Ta nói như vầy: Thật tốt hơn là nằm ngủ. Nằm ngủ, Ta nói rằng là trống không đối với các loài có sinh mạng. Ta nói rằng là vô quả đối với các loài có sinh mạng: Ta nói rằng là mù mờ đối với các loài có sinh mạng. Vì rằng (nếu ngủ), thời không có suy nghĩ những vấn đề để có thể bị những vấn đề tư duy chinh phục, để có thể phá hòa hợp Tăng: Này các Tỷ-kheo, thấy sự trống không (của nằm ngủ) và sự nguy hiểm (của tỉnh thức), Ta nói như vậy.

Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Đa văn Thánh đệ tử suy nghĩ như sau: "Hãy dừng lại, chớ đề nhãn căn bị hủy hoại với một cây kim bằng sắt nung đỏ, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, mắt là vô thường. Các sắc là vô thường. Nhãn thức là vô thường. Nhãn xúc là vô thường. Phàm duyên nhãn xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường".

Hãy dừng lại, chớ để nhĩ căn bị hủy hoại với một cái dùi bằng sắt nung đỏ, hùng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, tai là vô thường. Các tiếng là vô thường. Nhĩ thức là vô thường. Nhĩ xúc là vô thường. Phàm duyên nhĩ xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường".

Hãy dừng lại, chớ để tỷ căn bị hủy hoại với một cái kềm bằng sắc bén bị hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, mũi là vô thường. Các hương là vô thường. Tỷ thức là vô thường. Tỷ xúc là vô thường. Phàm duyên tỷ xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường". Hãy dừng lại, chớ để thiệt căn bị hủy hoại bởi một con dao sắc bén, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, lưỡi là vô thường. Các vị là vô thường. Thiệt thức là vô thường, thiệt xúc là vô thường. Phàm duyên thiệt xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường".

Hãy dừng lại, chớ để thân căn bị hủy hoại bởi một lưỡi kiếm sắc bén, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, thân căn là vô thường. Các xúc là vô thường. Thân thức là vô thường, thân xúc là vô thường. Phàm duyên thân xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường".

Hãy dừng lại, chớ nằm ngủ. Ta hãy tác ý như sau: "Đây, ý căn là vô thường. Các pháp là vô thường. Ý thức là vô thường, ý xúc là vô thường. Phàm duyên ý xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; cảm thọ ấy là vô thường".

Thấy vậy, này các Tỷ-kheo, vị Đa văn Thánh đệ tử nhàm chán đối với mắt, nhàm chán đối với các sắc, nhàm chán đối với nhãn thức, nhàm chán đối với nhãn xúc. Phàm duyên nhãn xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khổ bất lạc thọ; vị ấy nhàm chán đối với cảm thọ ấy... nhàm chán đối với ý, nhàm chán đối với các pháp, nhàm chán đối với ý thức, nhàm chán đối với ý xúc. Phàm duyên ý xúc khởi lên cảm thọ gì, lạc thọ, khổ thọ, hay bất khố bất lạc thọ; vị ấy nhàm chán đối với cảm thọ ấy."



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

Phần II. Luận giải đoạn kinh

1. Cách hành văn cực đoan gây ấn tượng mạnh mẽ

Đức Phật thường dùng hình ảnh lửa cháy nói về dục lạc, tham ái và sự trói buộc được khởi lên nơi tự tâm khi các giác quan tiếp xúc đối tượng của chúng. Pháp môn Chính pháp ở đây chính là sự thấy rõ sự nguy hại của chấp thủ, ái luyến.

Hình ảnh cây kim sắt nung đỏ

“Thật tốt hơn, này các Tỷ-kheo, nếu nhãn căn bị hủy hoại với một cây kim bằng sắt nung đỏ, hừng cháy, rực cháy, cháy lửa ngọn”. Đức Phật không nói theo nghĩa đen rằng nếu tham ái thì nguy hiểm, mà Người dùng một hình ảnh cực

đoan để nhấn mạnh sự nguy hiểm của chấp thủ giác quan. Điều này có nghĩa là thà mất đi khả năng thấy còn hơn là mắt bị trói buộc vào tham ái đối với các sắc tướng, để tham ái điều khiển hành vi của bản thân, vì tham ái mà khiến cho mình hành động sai lầm dựa trên thúc đẩy bởi tham ái.

Chấp thủ tướng riêng và tướng chung

Tướng riêng là những đặc điểm cụ thể của một đối tượng mà mắt thấy được, ví dụ: màu sắc, hình dạng của một vật, một người, hoặc một thứ gì đó. Tướng chung là những đặc điểm tổng quát mà ta nhận diện được trong nhiều đối tượng khác nhau, ví dụ: khái niệm về cái đẹp, sự dễ chịu, ... Khi tâm dính mắc vào những tướng này, thức sẽ bị trói buộc bởi vị ngọt (ẩn dụ cho sự hấp dẫn của dục lạc) và không thể an trú vững chắc trong Chính pháp.

Hậu quả của sự chấp thủ

“Trong thời gian ấy, nếu mệnh chung, thời sự kiện này xảy ra: Đi thác sinh vào một trong hai sanh thú này: địa ngục hay bàng sanh.”

Nếu một người bị trói buộc trong tham ái đối với sắc tướng, tâm không giải thoát, trong thời gian ấy nếu chết có thể tái sinh vào địa ngục hoặc cõi bàng sanh. Đây là một cảnh báo nghiêm trọng: nếu tâm luôn bị cuốn vào sắc tướng, tham đắm vào dục khởi từ tâm, thì khi chết sẽ bị lôi kéo vào cảnh giới tương ưng. Vốn dĩ không có một đấng nào tạo ra các cõi hoặc đày đọa ai, nhưng do lực đẩy bởi tự tâm mà chúng sinh nương tựa vào thân xác tương ưng.

Tương tự vậy với các giác quan và đối tượng còn lại như tai nghe thanh, mũi ngửi hương, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm.

“Thật tốt hơn là nằm ngủ”. Đức Phật nói rằng nằm ngủ còn tốt hơn so với một trạng thái tâm tỉnh thức nhưng bị chi phối bởi tham dục, chấp thủ vào trần cảnh. Khi ngủ, tâm tạm thời không bị cuốn vào các đối tượng giác quan, không bị khởi tâm ái luyến. *“Nằm ngủ là trống không đối với các loài có sinh mạng”*. Trống không ở đây có nghĩa là không tạo nghiệp xấu. Khi ngủ, ta không khởi tham, sân, si, không tạo hành động hay lời nói gây tổn hại đến chúng sinh khác. *“Ta nói rằng là vô quả đối với các loài có sinh mạng”*. “Vô quả” có thể hiểu là vì thân miệng ý không gây nghiệp nên không có quả.

Đức Phật không khuyến khích nằm ngủ nhiều, mà đang cảnh báo rằng một tâm trí tỉnh thức nhưng bị chi phối bởi tham ái còn nguy hiểm hơn cả người ham mê ngủ.

2. Đoạn kinh có tiêu cực không? Có khuyến khích tàn phá giác quan không?

Đoạn kinh này không mang tính tiêu cực, cũng không khuyến khích tàn phá giác quan, mà thực chất là cách hành văn với dụng ý gây ấn tượng mạnh mẽ, là một lời cảnh tỉnh sâu sắc về sự nguy hiểm của tâm thức khi bị tham ái trói buộc nếu tự mỗi cá nhân không phòng hộ các giác quan.

Trước hết, khi đức Phật nói "thà rằng nhãn căn bị hủy hoại bởi một cây kim bằng sắt nung đỏ...", điều này không có nghĩa là Ngài khuyến khích hủy hoại giác quan theo nghĩa đen. Phật giáo không phải là một giáo lý chủ trương bạo hành bản thân hay cực đoan trong khổ hạnh. Hình ảnh cực đoan này chỉ nhằm nhấn mạnh sự nguy hại của tham dục. Nếu một người bị trói buộc vào sắc đẹp, thanh âm, hương thơm, vị ngon, xúc chạm dễ chịu, mà không thấy rõ bản chất vô thường của chúng, thì họ dễ dàng bị chúng lôi kéo vào tham đắm, gây ra khổ đau và hành động được kích thích bởi sự tham ái đó.

Cái đáng sợ không phải là giác quan, mà là sự chấp thủ vào những gì giác quan tiếp nhận.

Vì thế, đoạn kinh này không hề tiêu cực, mà là một bài học để chúng ta biết làm chủ giác quan thay vì để giác quan chi phối mình. Khi giác quan không bị tham ái trói buộc, con người có thể sống một đời sống thanh thản, an nhiên.

Khi một người quá say đắm vào sự hưởng thụ giác quan (tiền bạc, nhan sắc, danh vọng), họ có thể quên đi những giá trị sâu sắc hơn như tình thân, sự chung thủy, lòng biết ơn. Một người nghiện sắc đẹp có thể phản bội gia đình chỉ vì những cám dỗ nhất thời. Một người tham vọng tiền tài có thể làm việc bất chấp đạo đức, chỉ vì muốn giàu có hơn. Đó là bị dục lạc giác quan làm chủ tâm mà không quán chiếu sự vô thường của cảnh sắc và sự xúc chạm, sự khởi lên của tự tâm.

Không phải diệt trừ giác quan, mà là biết làm chủ giác quan. Thấy một cảnh đẹp, thưởng thức nhưng không tham đắm. Nghe một lời khen, đón nhận nhưng không kiêu mạn. Hưởng thụ một món ngon, cảm nhận nhưng không đắm chìm,...

Lời kết

Phòng hộ giác quan không có nghĩa là khước từ thế gian hay ép mình không cảm nhận cuộc sống, mà là biết tiếp xúc nhưng không chấp thủ, nhận diện nhưng không dính mắc. Mắt thấy sắc, tai nghe âm thanh, mũi ngửi hương, lưỡi

nếm vị, thân chạm xúc, ý khởi niệm, tất cả đều là dòng chảy tự nhiên của thân tâm trong đời sống. Nhưng nếu không tỉnh thức, ta dễ bị chúng lôi cuốn vào vòng xoáy tham ái, sân hận, si mê, rồi từ đó gây ra tổn thương cho chính mình và những người xung quanh.

Nhận thức lẽ vô thường của cảnh trần giúp ta không còn cố chấp vào những gì tạm bợ, không đánh mất hiện tại vì tiếc nuối quá khứ hay mộng tưởng tương lai. Khi thấy rõ bản chất vô thường của sự vật, ta không còn bị khuấy động bởi những được mất, khen chê, vinh nhục, mà có thể sống với sự an nhiên, nhẹ nhàng trong từng giây phút.

Mỗi ý nghĩ được khởi lên, mỗi lời nói thốt ra, mỗi hành động thực hiện đều có hậu quả, và quán chiếu điều này là một cách tự bảo vệ bản thân, đồng thời tránh gây đau khổ cho những người thân yêu xung quanh.

Sống giữa thế gian nhưng không để thế gian trói buộc, đó là con đường của sự tỉnh giác. Khi có thể giữ gìn các căn, quán chiếu vô thường, ý thức rõ hậu quả của từng hành động, ta sẽ không chỉ bảo vệ chính mình khỏi khổ đau mà còn đem lại bình an cho những người thân yêu bên cạnh.

Cư sĩ Phúc Quang

***

Tài liệu: Tương Ưng bộ kinh, Phần Bốn: Năm mươi kinh thứ tư, Chương III: Phẩm Biển, Bài VIII: Với lửa cháy, Dịch giả: HT.Thích Minh Châu.