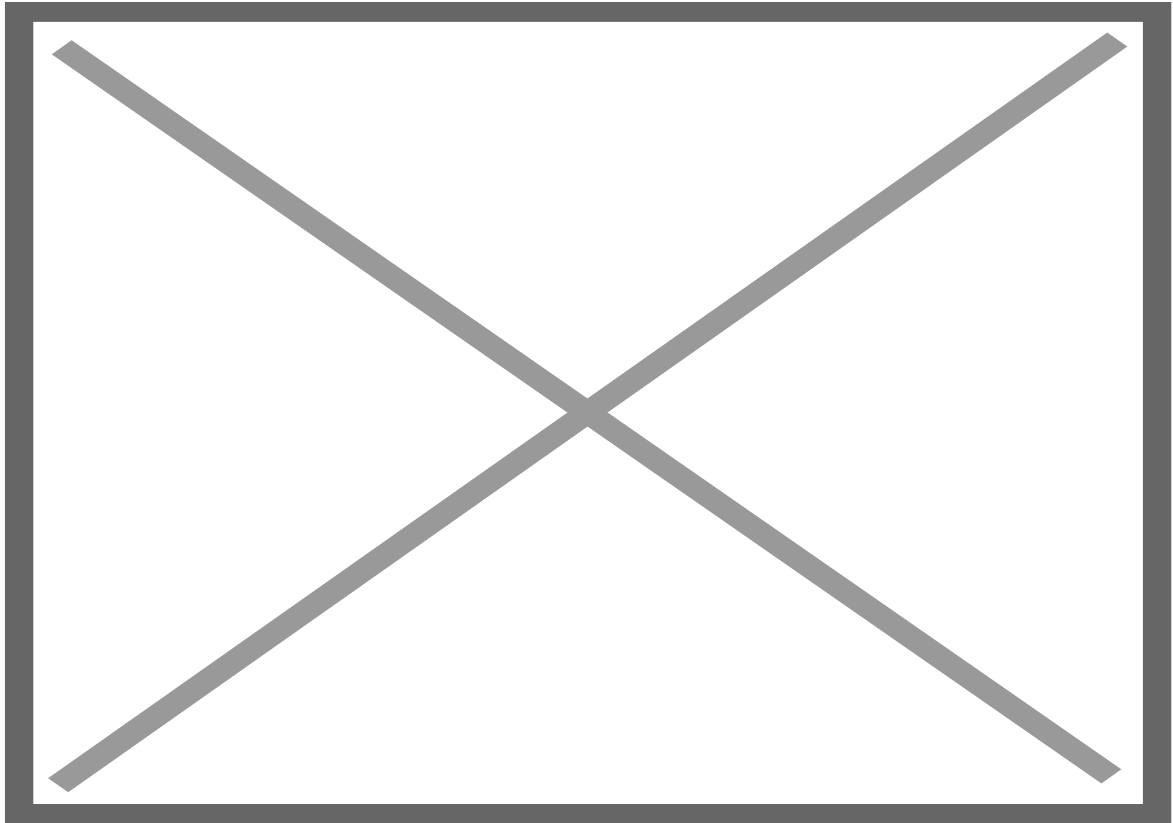


Tứ vô lượng tâm

ISSN: 2734-9195 17:24 23/06/2016



Công cuộc giáo hoá độ sinh của đức Phật thành tựu viên mãn chính nhờ Ngài tu tập Tứ vô lượng tâm đạt đến vô lượng. Tứ vô lượng tâm là bốn tâm vô lượng bao gồm: Từ vô lượng tâm, Bi vô lượng tâm, Hỷ vô lượng tâm và Xả vô lượng tâm.

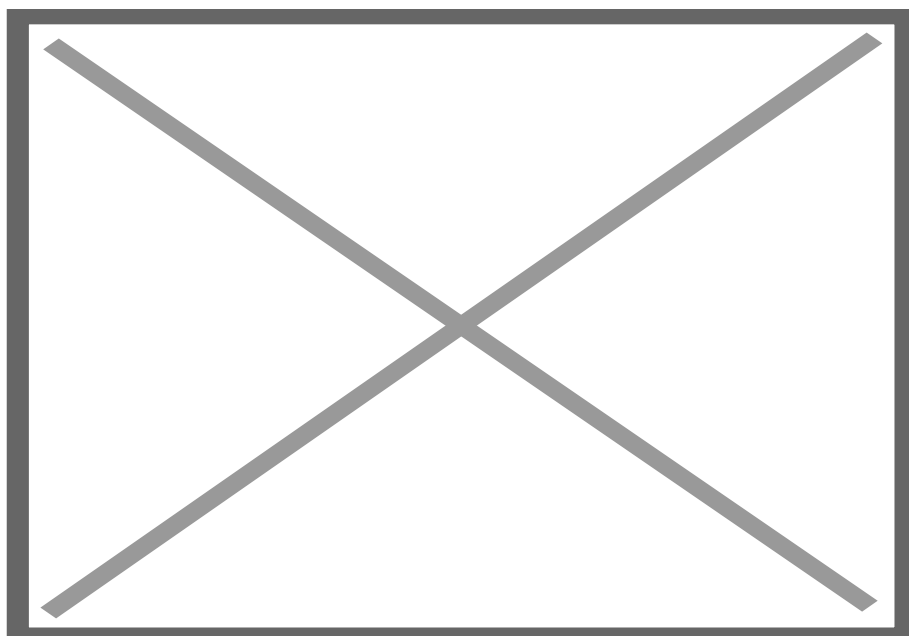
“Từ” nguyên văn là: “Từ năng dữ nhất thiết chúng sinh chi lạc”

Từ là ban vui, đem tình thương vô điều kiện đến cho tất cả chúng sinh. Trong cuộc sống, để tu tập đạt được Từ vô lượng tâm, trước tiên cần phải có lòng trắc ẩn thương người thương vật, có xúc cảm thương yêu đồng loại thì mới có khả năng đem an vui đến cho người khác bằng cách giúp đỡ vật chất hoặc tinh thần để họ vui sống an lạc.

Với lòng từ vô lượng, đức Phật đã ban vui, ban lợi ích vô lượng cho tất cả chúng sinh. Tâm “từ” của Ngài là tình thương không điều kiện, không bị ràng buộc và tình thương đó không mưu cầu. Đức Thế Tôn hóa độ những người mặt hạn,

người cùng khổ của xã hội và cứu vớt tất cả sinh linh, nên “từ” của Ngài là ban vui cùng khắp. Bồ tát ban vui cho chúng sinh có khi bằng vật chất, bằng tinh thần hoặc bằng đạo lý. Các Ngài ban tặng, khuyên răn hoặc đem đạo lý giáo hoá nhằm giúp chúng sinh bớt mê khai ngộ, tháo gỡ bế tắc tinh thần, giảm thiểu ràng buộc để chúng sinh có thể sống đời thông dong, tự tại và an vui trọn vẹn. Với nội tâm trong sáng, các Ngài phục vụ lợi ích chúng sinh có thể làm cho người khác bớt khổ được vui bởi lòng vị tha vô ngã, vì cảm nhận được đồng loại có niềm đau, có xúc cảm đau khổ khi gặp phải điều bức bách, ép ngặt làm cho hệ thống thần kinh và não bộ của cơ thể phải cảm xúc đau đớn. Nếu quán chiếu được điều ấy, tâm từ sẽ nảy nở và phát triển rồi dần hình thành được lòng trắc ẩn để có thể thương yêu đồng loại, thương yêu chúng sinh, đó là ý nghĩa của “Từ”. Vì thế, chúng ta cần phải tu tập hạnh trang trải tâm từ mà không mưu cầu lợi ích, không điều kiện để có thể xoa dịu niềm đau nhân thế bằng chất liệu yêu thương và đem lại an vui trong mọi hoàn cảnh.

Chữ Hán có câu: “Bi năng bạt nhất thiết chúng sinh chi khổ.” Đạo Phật là đạo từ bi, đạo cứu khổ, thương người, thương vật và thương tất cả chúng sinh. Hình ảnh đức Phật với nhân dáng toàn mỹ, tinh thần Ngài với trí tuệ, uy dũng, hùng lực và từ bi. Khi chúng sinh bị vướng vào trói buộc, Ngài tìm mọi cách tháo gỡ để tâm hồn họ được thanh lương, không còn bị phiền não chi phối và tham sân si dần vật trong lòng. Diệt khổ là tác dụng của tâm bi đạt đến vô lượng, khi thấy người thiện hay kẻ ác, bạn hay thù, giàu hay nghèo, sang hay hèn, người hay vật cho dù gặp khổ bất cứ hoàn cảnh nào, đức Thế Tôn đều sẵn lòng cứu giúp để chúng sinh được an vui, hạnh phúc bởi đó là lòng trắc ẩn cao thượng của Ngài trước nỗi khổ niềm đau của chúng sinh. Vì vậy, nỗi khổ của chúng sinh vô cùng thì tâm bi của Bồ tát cũng vô tận. Những vị Bồ tát cứu khổ độ sinh như: Bồ tát Quan Âm, Bồ tát Phổ Hiền, Bồ tát Địa Tạng... với tâm bi đã phát đại nguyện lần xả vào cuộc đời ô trược để cứu khổ độ sinh. Các Ngài hòa quang đồng trần để từng bước tháo gỡ những vướng mắc, đau khổ cho chúng sinh. Người ở thế gian thấy ai đau khổ thì bị xúc cảm làm chấn động thân tâm. Ngược lại, các vị Bồ tát với lòng thương vô bờ mà chẳng bị xúc cảm thường tình của thế gian làm chấn động, vì xúc cảm của các Ngài đã được tịnh hoá nên mang tính trong sáng. Để tôn vinh các Ngài, chúng ta cần tu tập, biết thương yêu những người bất hạnh lầm than trong cuộc sống, tùy hỷ và không đố kỵ khi gặp người thành công, thành đạt, thành danh hay hạnh phúc. Cần nói năng, suy nghĩ và hành động thiện lành, gieo nhân tốt để tránh quả khổ, dần dần tâm bi phát triển đến mọi người, mọi giới trong xã hội và lan toả đến vô lượng để tất cả đều đạt được an vui hạnh phúc.



Hỷ vô lượng tâm còn gọi là Đại hỷ, là niềm vui không bờ mé. Những niềm vui thế gian rồi cũng qua đi, nỗi buồn nào rồi cũng dần nhạt phai theo năm tháng, vì niềm vui đến ngập tràn rồi cũng phải tắt lịm. Riêng niềm vui trong lòng đức Thế Tôn và các vị Bồ tát dù gặp phải trở ngại khó khăn hoặc chướng duyên nghịch cảnh vẫn không bao giờ lay động, vì các Ngài đã tu tập viên mãn Hỷ vô lượng tâm, niềm vui đó xuất phát từ tu tập Giới-Định-Huệ, do làm các hạnh lành, giữ giới, thiền định, sống lành mạnh tự do hoá tâm hồn và thấy được đạo lý chân thật. Vì thế, các Ngài cho rằng không phải chỉ có ánh sáng của ngũ dục lục trần là niềm vui tối thượng trên cuộc đời này. Bởi lẽ, cuộc sống dôi dào tiền bạc, tài sản và của cải vật chất thì tất nhiên gặp nhiều thuận lợi hơn, nhưng có biết bao người giàu có bỗng chốc trở nên hư hỏng, ăn chơi trác táng, trụy lạc, sa vào tệ nạn xã hội rồi trở thành những phạm nhân. Niềm vui của ngũ dục lục trần chính là nhân đau khổ, còn niềm vui của người thấu hiểu đạo lý thì cuộc đời được xây đắp bằng những hạnh lành, công huân giữ giới, thiền định và chuyển mê khai ngộ, có thể xua tan phiền não và tạo được niềm vui chân thật tận cõi lòng. Cho nên người có đức tùy hỷ thì tâm thanh thản, nhẹ nhàng, không vương bận, còn người có lòng vị kỷ thường hay ganh tỵ và đố kỵ khi thấy người khác giàu có hoặc hạnh phúc hơn mình. Vì thế, tăng ni, Phật tử cần tu tập đạt Hỷ vô lượng tâm thì mới có thể làm cho Phật pháp xương minh, người người an lạc.

Xả vô lượng tâm là tâm buông xả tất cả, trong lòng không chấp chứa thị phi, nhân ngã, bỉ thử, phải quấy, tốt xấu, hơn thua, buồn vui, thương ghét. Nói cách khác, buông xả là một trạng thái thiền định sâu, chặt đứt tất cả mọi phiền não vô minh mà an nhiên tự tại giữa dòng đời. Đức Phật tu tập đạt được tâm xả vô lượng, trong lòng Ngài thanh tịnh với tâm thường định nên không bồn loạn trước nghịch cảnh chướng duyên. Các vị Bồ tát xả chấp ngã, xả chấp pháp cho đến khi các Ngài xả cả địa vị tu chứng, tâm hoàn toàn buông thư không dính mắc

thế gian và xuất thế gian nên được tôn xưng là bậc Vô trụ, Vô nhiễm.

Tóm lại, với bốn đức tính Đại từ, Đại bi, Đại hỷ và Đại xả, còn gọi là Tứ vô lượng tâm, đức Thế Tôn đã trở thành Phật như trong kinh đã nói: Ngài là Bậc Thiên nhân chi Đạo sư, Tứ sinh chi Từ phụ (Bậc Đạo sư dẫn đường cho cõi Trời, cõi Người và cha lành của cả bốn loài). Người tu tập cần tinh tấn theo lời Phật dạy, lấy tâm từ bi hỷ xả làm lợi ích cho vạn loại, chan hòa tình thương chân thật khắp nơi nơi để giúp đời, giúp người, xả bỏ mọi chấp trước để nội tâm an trú chính niệm, lấy hạnh phúc làm chất liệu chuyển hóa thân tâm và thành tựu viên mãn Bốn tâm vô lượng. Và chính Bốn tâm vô lượng này là cương lĩnh, là phương châm xử thế của người đệ tử Phật chân chính.

Tác giả: **Thích Thông Huệ** Tạp chí Nghiên cứu Phật học số tháng 5/2016