Tứ Vô Lượng Tâm dưới góc nhìn đạo hạnh

ISSN: 2734-9195 14:33 09/05/2023

Thích nữ Hiển Liên *Học viên Ths Khóa V, Học viện PGVN tại Tp.HCM Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 5/2023*

Dẫn nhập: Trong "Đạo Đức Phật Giáo và Hạnh Phúc Con Người" HT.Minh Châu đã khẳng định "Phật học rốt lại chính là đạo đức học"(1). Đây chính là ý nghĩa thực tiễn tối quan trọng của Phật giáo. Đạo đức Phật giáo là một nếp sống phù hợp với lẽ phải, luật pháp mà con người chấp nhận và tôn trọng, góp phần tăng thượng tâm, hướng đến đời sống giác ngộ viên mãn. Đặt giữa tương quan đó, không thể thiếu đạo đức đức hạnh – một nền tảng đạo đức có khả năng chữa lành, chuyển hóa nỗi khổ niềm đau, trong đó tiêu biểu là sự hiện hữu của giáo lý Tứ Vô Lượng Tâm.

Phân tích Tứ Vô Lượng Tâm qua lăng kính đạo đức đức hạnh Phật giáo, không chỉ giúp cho ta có thêm góc nhìn mới về một giáo lý quan trọng, mà còn mở ra nhiều đường hướng mới về cách ứng dụng giáo lý của Như Lai, để chuyển hóa tâm thức, cứu độ chúng sinh, xây dựng hạnh phúc nhân sinh, đặc biệt là trong thời điểm nhiều cuộc khủng hoảng toàn cầu nổ ra, cần lắm sự vực dậy nền đạo đức tôn giáo và đạo đức xã hội. **Từ khóa:** Tứ Vô Lượng Tâm, đạo đức xã hội, đạo đức tôn giáo, Như Lai, giáo lý, ứng dụng…

Tap Chi Nghien Cuu Phat Hoc So Thang 5.2023 Tu Vo Luong Tam Duoi Goc Nhin Dao

Định nghĩa

Tứ Vô Lượng Tâm là giáo lý vô cùng hữu ích trong việc rèn luyện phẩm hạnh cá nhân, tiến đến xây dựng hạnh phúc xã hội đúng như đại nguyện của Như Lai. Tứ Vô Lượng Tâm là bốn tâm vô biên, vô lượng, không có ngằn mé, được gọi là bốn phạm trú(2) vì khi tu tập thành tựu bốn tâm này rồi, được xem như ở chung với Phạm Thiên và có đời sống phẩm hạnh cao cả, thanh tịnh(3).

Kinh Trung A Hàm và Luận Đại Trí Độ giải thích như sau: *"Từ Vô Lượng... được an vui mà vào Từ đẳng chí... Xả vô lượng... nghĩ đến việc vô lượng chúng sinh hết thảy đều bình đẳng,... nên vào Xả đẳng chí"*(4). Như thế, Tứ Vô Lượng Tâm là bốn trạng thái tâm Từ - Bi – Hỷ - Xả không giới hạn, phân biệt, chấp trước.

Đạo đức đức hạnh không phải là một chủ đề phổ biến, nhưng có nền móng nhất định trong nền tảng minh triết thế giới. Trong lĩnh vực đạo đức, đức hạnh được sử dụng theo hai nghĩa khác nhau: 1) phẩm chất của cá nhân; 2) một thói quen hành xử tương ứng với phẩm chất của cá nhân. Theo Christppher Queen, đạo đức đức hạnh Phật giáo mang nghĩa thứ 2. Theo Aristotle, khi mọi người có được thói quen tốt về tính cách, họ có khả năng điều chỉnh cảm xúc và lý trí tốt hơn(5). Thế nên, đạo đức đức hạnh tuy mang nghĩa thói quen cư xử cá nhân hoàn toàn xuất phát từ phẩm chất của cá nhân đó.

"Từ tâm tứ Thánh lục phàm/ Ngay tâm, Địa ngục – Niết Bàn mở khai"(6). Tâm là động lực chính tạo ra khổ đau hay hạnh phúc, là điều kiện tiêu chuẩn để nhận định thiện hay ác. *"Đạo đức đức hạnh nhấn mạnh vai trò trung tâm của động cơ trong các câu hỏi đạo đức"*(7), cũng chính là tâm. Thế nên đạo đức đức hạnh có thể nói là bản chất của Tứ Vô Lượng Tâm. Và ngược lại, Tứ Vô Lượng Tâm chính là biểu hiện cụ thể, minh bạch nhất của đạo đức đức hạnh.

Nền tảng của Tứ Vô Lượng Tâm là công phu tu tập

Vô Lượng Tâm là tâm có tình yêu thương bao trùm tất cả chúng sinh, cũng gọi là "Đẳng Tâm". Với tâm như thế, không thể xuất hiện ở một người thiếu vắng sự tu tập tinh cần, miên mật công phu thiền định được. Socrate nhận định rằng: *"Một nền đạo đức không thể căn cứ vào giáo lý mơ hồ"*(8), mà phải xuất phát từ một sự thực hành chắc thật. Thế Tôn cũng đã dạy rằng: *"Dầu lợi người bao nhiêu/ Chớ quên phần tư lợi."*(9) Hiểu được, muốn làm lợi cho người, trước phải hoàn thiện phẩm cách mình, sẽ hiểu được bản chất đạo đức đức hạnh qua Tứ Vô Lượng Tâm.

Thế Tôn đã dạy: *"... nếu bỏ một nắm muối vào sông Hằng thì ảnh hưởng xem như không có gì"*(10). Nếu muốn có được tâm Từ như pháp, trước hết phải nỗ lực dụng công làm tâm sánh với "sông Hằng" mới có thể dung chứa muối vậy. Với tâm Bi cũng thế, nếu không chuyên tâm tu học, không hiểu được *"cái khổ đến với mình đều sinh ra từ nhân duyên"*(11), sẽ không thể nào trải đủ lòng thương trước nỗi đau khổ của chúng sinh và sẵn sàng hy sinh thân mình cho người khác. Hay với tâm Hỷ, khi có sự thông đạt nhất định về giáo lý cũng như công phu thiền quán vững vàng, ta sẽ hiểu rằng: *"Đặc tính của tâm Hỷ là hoan hỷ với thành công,... của người khác, cho nên vui cười không phải là đặc tính của tâm Hỷ... được coi là kẻ thù gián tiếp của tâm Hỷ"*(12). Với tâm Xả, nền

tảng vững chắc về Chính Kiến và Chính Tư Duy cần được thiết lập song hành với Thiền Quán, mới có thể đạt được *"tâm Xả làm cho ghét và ưa lắng xuống"* (13).

Tap Chi Nghien Cuu Phat Hoc So Thang 5.2023 Tu Vo Luong Tam Duoi Goc Nhin Dao

Tới đây, có thể khẳng định, Tứ Vô Lượng Tâm chỉ có mặt trong nội tâm của người khéo tu tập, tinh cần và miên mật công phu thiền định. Đó là người luôn cố gắng hoàn thành phẩm cách cá nhân để hoàn thiện giá trị bản thân, trở về với bản thể Phật thuần túy. Khi vững vàng trên công phu tu tập, ta tiến xa trên con đường thực tập Tứ Vô Lượng Tâm, mà ở đó hiểu thương và tri ân là bước quan trọng.

Tứ Vô Lượng Tâm là đặt người mình vào vị trí của người khác

Đạo đức đức hạnh nhấn mạnh động cơ, hay còn gọi là tâm ý khi thực hiện hành động. Một trong những động cơ quan trọng tạo nên giá trị của Tứ Vô Lượng Tâm: đặt người khác là mình và đây cũng là nền tảng xây dựng quan hệ cá nhân.(14)

Từ có thể đem đến an lạc cho tất cả chúng sinh, Bi là lòng thương xót rộng lớn trước nỗi đau khổ của muôn loài(15). Để làm được điều đó, hành giả phải dụng tâm quán sát *"điều gì không làm ta vui lòng và dễ chịu thì người khác cũng đâu vui lòng và cam chịu"*(16). Với sự quán sát xuất phát từ chúng sinh, thì tình thương thật sự mới được phát khởi. Cũng thế, với Hỷ - Xả, nếu như không đặt mình vào người, ta sẽ không thể hiểu, từ đó khó lòng vui trước sự thành công của người, xả bỏ sự hơn thua, được mất. Chỉ khi nào, tâm hành giả và chúng sinh hòa lại làm một thì giá trị của Tứ Vô Lượng Tâm mới được phát huy mạnh mẽ nhất.

Tứ Vô Lượng Tâm phải song hành cùng Trí Tuệ

Với lời dạy của HT. Minh Châu *"Trong thế giới đầy hận thù này,... hãy nêu gương sáng của cuộc sống đầy tình thương. Trong thế giới đầy bóng tối này,... hãy thắp lên ngọn đèn của trí tuệ, của hiểu biết và thông cảm."*(17) ta thấy rõ tình thương và Trí Tuệ phải song hành. Như Lai đã khẳng định *"... Này các Tỳ kheo, chính kiến là dẫn trước."*(18). Quả thật, nếu hiểu rõ lý Duyên Khởi là sự tương quan, tương duyên, tương tác, tương hữu giữa mọi sự vật, thì sự liên hệ mật thiết giữa Từ - Bi - Hỷ - Xả và Trí Tuệ trở nên vô cùng sáng tỏ.

Có thể nói rằng Từ - Bi - Hỷ - Xả được vững chắc là nhờ nền tảng trí tuệ và trí tuệ có phát triển là nhờ ở Từ - Bi - Hỷ - Xả. Trong kinh Từ Bi, đức Phật đã dạy ta phải thương yêu cứu độ tất cả các chúng sinh, không phân biệt, không điều

kiện, không giới hạn.(19) Để làm được điều này, cần có sự thông hiểu về giáo lý Nhân Quả, Nhân Duyên và Nghiệp Báo, mới thấy được tất cả chúng sinh đều có liên đới với nhau, cho nên sự khổ đau của chúng sinh cũng không khác gì sự khổ đau của chính mình. Với Hỷ - Xả cũng thế, không có trí tuệ dẫn đường, ta khó phân định được đâu là sự vui vẻ của thế gian, đâu là Hỷ chân chính, đâu là buông thả vô trách nhiệm, đâu là buông xả như giáo lý của Phật Đà.

Thiếu Trí Tuệ thì Từ - Bi - Hỷ - Xả có thể chỉ là cảm xúc nhất thời và thiếu Tứ Vô Lượng Tâm thì Trí Tuệ khó lòng được thể hiện. Từ - Bi - Hỷ - Xả và Trí Tuệ luôn đi đôi và gắn liền với nhau, vì từ nguồn Trí Tuệ mà suối Vô Lượng Tâm tuôn chảy, nhờ suối Từ - Bi - Hỷ - Xả cho nên cây Trí Tuệ trổ hoa.

Tap Chi Nghien Cuu Phat Hoc So Thang 5.2023 Tu Vo Luong Tam Duoi Goc Nhin Dao

Vài điều suy tư

Trong kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật dạy người tu tập Tứ Vô Lượng Tâm sẽ được mười một điều lợi ích như sau: *"thức – ngủ an lạc, được người – chư thiên ái mộ, không bị thuộc độc làm hại... "*(20). Hơn thế, thực hành Tứ Vô Lượng Tâm, giá trị đạo đức Phật giáo sẽ được lan tỏa, tình yêu thương sẽ tràn ngập và đây là nền tảng để xây dựng hòa bình, hạnh phúc của nhân sinh.

Xem xét một cách kĩ lưỡng ta nhận thấy, Tứ Vô Lượng Tâm không chỉ truyền tải nét đạo đức đức đức hạnh mà còn bao hàm trọn vẹn đạo đức Phật giáo. Bởi, muốn có được Tâm vô lượng, ta cần nghiêm túc trong việc tu tập chuyển hóa nội tâm vốn là nét đặc trưng của đạo đức giới hạnh; sự am hiểu giáo lý, hiểu rõ bản chất của hiện tượng nhân sinh, dễ dàng bao dung cho tất cả (đạo đức vị tha) và một sự hy sinh, mong muốn chúng sinh bớt khổ được vui (đạo đức dấn thân).

Để có được Tứ Vô Lượng Tâm ta phải tu tập tích lũy trên từng ý nghĩ, hành động dù là nhỏ nhất, dưới sự thúc đẩy mạnh mẽ của chí nguyện vì người vì mình, để ánh sáng Phật giáo có thể lan tỏa khắp nơi, đúng như HT. Minh Châu dạy: *"Đạo đức Phật giáo là một nếp sống đem lại hạnh phúc cho con người..."*(21).

Kết luận

Như thế, Tứ Vô Lượng Tâm là những bước đầu tiên trên chặng đường giải thoát mà mỗi hành giả cần trải qua, là chất keo kết nối quan hệ cá nhân mà ở đó giá trị tình thương và trí tuệ đặt lên hàng đầu. Vì vậy, Tứ Vô Lượng Tâm là đạo đức căn bản mà mỗi con người, không phân biệt tôn giáo, chủng tộc cần phải trau dồi và thực hành. Rất khó để trình bày đầy đủ và chuẩn mực về Tứ Vô Lượng Tâm qua góc nhìn đạo đức đức hạnh chỉ với vài trang giấy, nhưng người viết vẫn

mong sự trình bày trên phần nào làm điểm tô cho giáo lý cao quý này.

Thích nữ Hiển Liên *Học viên Ths Khóa V, Học viện PGVN tại Tp.HCM Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 5/2023* ***

CHÚ THÍCH: (1) Thích Minh Châu, Đạo Đức Phật Giáo & Hạnh Phúc Con Người, Lời Nói Đầu, Nxb. Tôn Giáo, Hà Nội, 2002, tr. 3. (2) Brāhmavihāra: Phạm trú. Brahma là phạm, vị trí cao thượng. Vihāra: trú, phương pháp, lối sống, trạng thái phẩm hạnh. (3) Brāhmacariya: Phẩm hạnh cao cả, thanh tịnh - hay dịch là Phạm hạnh. (4) Thích Quảng Độ (dịch), Phật Quang đại từ điển, tập 6, Nxb. Phương Đông, 2014, tr. 7621. (5) Đinh Thanh Xuân, Quan điểm của arixtốt về giáo dục, Tạp chí Giáo dục, số đặc biệt táng 4/2020, tr. 57-61. (6) Thích Nữ An Hưng, Lợi ích của Thiền Tứ Vô Lượng Tâm trong đời sống, TCVHPPG số 397, tr. 11. (7) An Nam Books (dịch), Luân Lý Học - Tác phẩm triết học kinh điển của Aristotle, Nxb. Bản Hội Nhà Văn, 2021, tr. 203. (8) Nhiều tác giả, Phật giáo Nguyên thủy từ truyền thống đến hiện đại, "Đạo đức và đạo đức Phật giáo trong bối cảnh hội nhập và phát triển" của Thích Viên Trí, Nxb. Hồng Đức, HN, 2014, tr.305. (9) ĐTKVNNT, kinh Tiểu Bộ, tập 1, kinh Pháp Cú, kệ số 166, Thích Minh Châu (dịch), Nxb. Tôn giáo, Hà Nội, 2018, tr. 65. (10) Thích Minh Châu, Tăng Chi Bộ Kinh, tập 1, VNCPHVN, Tp.HCM, 1996, tr. 452. (11) Thích Thiện Siêu, Kinh Trung A Hàm, tập 1, VNCPHVN, Tp.HCM, 1992, tr. 369. (12) Phạm Kim Khánh (dịch), Đức Phật và Phật Pháp, tập 1, Nxb. Hồng Đức, 2019, tr. 436. (13) Thích Nữ Trí Hải (dịch), Thanh Tịnh Đạo, tập 1, Nxb. Hồng Đức, tr. 633. (14) SN: 55:07. (15) HT. Thiện Hoa, Phật học phổ thông, Nxb. Tôn giáo, Hà Nội, 2010, tr. 524. (16) Lê Kim Kha (dịch), Giáo lý của Phật để sống hòa hợp trong cộng đồng xã hội và trong Tăng đoàn, Nxb. Hồng Đức, tr. 22. (17) Thích Minh Châu, Hiểu và hành chính pháp, Nxb. Văn hóa Sài Gòn, 2008, tr. 309. (18) Lê Kim Kha (dịch), Giáo lý của Phật để sống hòa hợp trong cộng đồng xã hội và trong Tăng đoàn, Nxb. Hồng Đức, tr. 15. (19) Thích Minh Châu dịch, Kinh Tiểu Bộ 1, VNCPHVN, Tp. HCM, 1999, tr. 506. (20) Thích Minh Châu, Tăng Chi Bộ Kinh, chương 11, phẩm Tùy Niệm, Nxb. Hà Nội, tr. 684. (21) Thích Minh Châu, Đạo đức Phật giáo & hạnh phúc con người, Nxb. Tôn giáo, Hà Nội, 2002, tr. 23.