

## DIỆT DUYÊN ÁI

# DIỆT DUYÊN ÁI



**Trưởng lão Thích Thông Lạc**

Trích: **Mười hai cửa vào đạo**

Từ duyên thọ diệt thì duyên ái diệt. Trên bước đường tu tập chúng ta đã biết cách làm chủ bệnh tật, tức là diệt duyên cảm thọ. Diệt duyên **CẢM THỌ** bằng **ĐỊNH NIỆM HƠI THỞ** hay pháp **THÂN HÀNH NIỆM** hoặc bằng tâm **BẤT ĐỘNG**. Trong những pháp môn này pháp nào hợp với đặc tướng của mình thì quý vị tu tập sẽ có kết quả tốt đẹp.

Khi **CẢM THỌ** diệt thì **ÁI** diệt. Tại sao vậy?

Vì cảm thọ có ba:

- 1- CẢM THỌ lạc.**
- 2- CẢM THỌ khổ.**
- 3- CẢM THỌ bất lạc, bất khổ.**

- Cảm thọ lạc thì tâm ưa thích nên gọi là **ÁI LẠC**.
- Cảm thọ khổ thì tâm không ưa thích nên gọi là **ÁI KHỔ**.
- Cảm thọ bất lạc, bất khổ thì người tu theo Phật giáo không chấp nhận, vì đó là một trạng thái của một người bình thường, chớ không phải là một người tu sĩ nên trạng thái này không được kéo dài thời gian.

## DIỆT DUYÊN ÁI



Chúng ta ai cũng biết vì có **CẢM THỌ** thì mới có **ÁI**.

Do các cảm thọ có mà ái mới có. Chúng ta phân biệt và cảm nhận được **ÁI** có hai:

**1- Ái lạc có nghĩa là ưa thích, ham muốn, thương mến, dính mắc, chấp trước, luôn luôn chạy theo tìm cầu những dục lạc, khoái lạc, sung sướng đó, v.v..**

**2- Ái khổ có nghĩa là không ưa thích, sợ hãi, ghét bỏ, lo lắng, buồn phiền, khổ sở, tránh xa, không chấp nhận, không ham thích, v.v..**

Cho nên, khi diệt **CẢM THỌ** là diệt cả hai **ÁI**. Khi duyên ái bị diệt thì tâm ham muốn ưa thích cũng không còn. Do đó nhà cửa, của cải, tài sản, tiền bạc, danh vọng đều buông bỏ cả. Những vật chất quanh chúng ta đều buông xuống hết, nên trong kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy: “Duyên **ÁI** diệt thì duyên **HỮU** diệt”.

**HỮU** có nghĩa là có. Do có mà chúng ta sinh ra ưa thích nên cố giữ lại. Cố giữ lại nên mới có duyên **THỦ**. Khi tâm chúng ta không ưa thích (ÁI) thì chúng ta không có (HỮU) vật gì cả. Cho nên **ÁI** diệt thì **HỮU** diệt, đó là một qui luật đúng không bao giờ sai.

Đã sống trong cuộc đời mà không có gì cả, như đức Phật sống chỉ còn ba y một bát thì còn có những vật gì mà cất giữ nữa, phải không quý vị?

Cho nên kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy: **“Duyên HỮU diệt thì duyên THỦ diệt”**.

Sống trong cuộc đời mà không cất giữ một vật gì cả thì đời sống đâu còn có gì nữa, một cuộc sống chỉ còn ba y một bát như đức Phật, hằng ngày đi xin ăn để nuôi sống thân mạng.

Đời sống như vậy là một đời sống tu sĩ của Phật giáo, nếu quý vị sống được như vậy mới gọi là tu sĩ Phật giáo, và sống được như vậy mới thấy sự giải thoát của đạo Phật thật sự. Từ đời sống này chúng ta mới tu tập chứng đạo. Còn có của cải vật chất làm sao tu tập chứng đạo được, quý vị?

Cho nên kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy: **“Duyên THỦ diệt thì duyên SINH diệt”**.

Đó là một điều cơ bản nhất của đạo Phật, nếu ai muốn tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì phải sống như đời sống của đức Phật, còn không thể sống như vậy được thì xin quý vị hãy trở về đời sống của người cư sĩ, luôn luôn sống trong nền đạo đức nhân bản - nhân quả cũng xả được tâm và cuộc sống cũng được an vui hạnh phúc. Sức của mình tu tập được bấy nhiêu đó thì cũng tốt.

Còn những người quyết tâm tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì hãy đi cho trọn con đường của đạo Phật. Đi cho trọn con đường của đạo Phật thì phải sống cho đúng hạnh của Phật, mà để sống đúng hạnh của Phật thì làm chủ bệnh chết dễ dàng không có khó khăn và mệt nhọc.

Kinh Thập Nhị Nhân Duyên dạy rất rõ: **“Duyên SINH diệt thì duyên GIÀ, BỆNH, CHẾT”**.

Chúng ta là con người thì không ai thoát khỏi già, bệnh, chết. Cho nên đức Phật xác định: **“Muốn làm chủ già, bệnh, chết thì duyên sinh phải diệt”**. Vậy duyên sinh phải diệt như thế nào?

Muốn diệt duyên **SINH** thì phải buông xả sạch tất cả vật chất chung quanh ta, chỉ còn sống một đời sống như đức Phật ngày xưa, đó là buông xả thứ nhất. Nếu ai muốn tu tập như Phật để làm chủ **SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT** mà không sống như Phật thì khó có thể làm chủ bốn sự đau khổ này. Khi buông xả được như vậy kế tiếp chúng ta phải chọn lấy một chỗ thanh vắng yên tịnh như: Một gốc cây có bóng mát, một đồng rơm, một mái nhà tranh, một bụi tre, v.v.. Rồi ở đó một mình, khi đi, khi đứng, khi ngồi hoặc khi nằm đều tập **TĨNH GIÁC**, đi thì biết bước đi, còn nằm, ngồi hay đứng đều biết hơi thở ra hơi thở vô. Khi tập tĩnh giác như vậy tâm không còn hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không và vọng niệm thì đây là giai đoạn thứ hai.

Khi tu tập tĩnh giác được như vậy thì chúng ta tiếp tục tu tập trong bốn oai nghi: *Đi, đứng, nằm, ngồi dùng sức TĨNH GIÁC xả từng tâm niệm và các ác pháp bên ngoài khi chúng tấn công vào thân tâm chúng ta. Đây là giai đoạn xả rất ráo cho nên phải dùng pháp môn NHƯ LÝ*

*TÁC Ý, lúc nào cũng phải nhớ tác ý. Xin quý vị nhớ lời Phật dạy: “Ý làm chủ, ý tạo tác, ý dẫn đầu các pháp”, cho nên TÁC Ý là ý thức không bị diệt. Khi chúng ta tu chứng đạo thì ý vẫn còn hoạt động như thường, nhưng sự hoạt động của nó bấy giờ là diệu dụng của tâm thanh tịnh. Người chưa có tâm thanh tịnh thì không thể bảo rằng ý thức là diệu dụng được, chỉ có người tu chứng đạo tâm thanh tịnh thì ý thức bấy giờ là diệu dụng khi người tu chứng đạo điều khiển nó.*

Cho nên, pháp môn nào tu tập mà làm cho ý thức đình chỉ thì pháp môn đó không phải của Phật giáo mà của tà giáo.

Như quý vị đều biết, pháp môn niệm Phật nhất tâm, tham công án, tham thoại thoại đầu, biết vọng liền buông, v.v.. là những pháp ức chế tâm chịu ảnh hưởng tư tưởng **VÔ VI** của Lão Trang thuộc văn hóa Trung Hoa. Những phương pháp này tu hành chẳng làm chủ sinh, già, bệnh, chết mà chỉ lọt vào **KHÔNG TƯỚNG** của thiền Đông Độ, gọi là Phật Tánh (Tánh Không)

Mười hai nhân duyên tu tập đến đây chúng ta đã làm chủ **SINH, GIÀ, BỆNH, CHẾT**. Giảng đến đây chắc quý vị đều biết khi muốn làm chủ sinh, già bệnh, chết phải vào cửa nào mới làm chủ được sự sống chết.

Nhưng chúng ta cũng cần nghiên cứu thêm để hiểu biết 12 nhân duyên vào cửa nào cũng được, song vào được mà ra không được. Cho nên, chúng ta chỉ nghiên cứu cho biết, chớ không thể tu tập được xin quý vị lưu ý. Dưới đây là những duyên mà trong kinh Mười Hai Nhân Duyên chỉ dạy cho chúng ta thấy duyên khởi trùng trùng, hễ có duyên này thì có duyên kia, như trong kinh dạy:

**“Từ duyên GIÀ, BỆNH, CHẾT diệt thì duyên VÔ MINH diệt.**

**Từ duyên VÔ MINH diệt thì duyên HÀNH diệt.**

**Từ duyên HÀNH diệt thì duyên THỨC diệt.**

**Từ duyên THỨC diệt thì duyên DANH SẮC diệt.**

**Từ duyên DANH SẮC diệt thì duyên LỤC NHẬP diệt.**

**Từ duyên LỤC NHẬP diệt thì duyên XÚC diệt.**

**Từ duyên XÚC diệt thì duyên THỌ diệt”.**

Trên đây là bắt đầu diệt duyên già, bệnh, chết. Diệt duyên **GIÀ, BỆNH, CHẾT** tức là diệt duyên **CẢM THỌ**. Duyên cảm thọ diệt thì tất cả 11 nhân duyên khác đều bị diệt theo và như vậy một thế giới đau khổ bị diệt, loài người thoát khổ. Nhưng muốn vậy cũng không phải dễ, vì muốn diệt duyên cảm thọ chúng ta là người phải có đầy đủ ý chí và nghị lực, nếu không đủ ý chí và nghị lực thì đừng vào cửa cảm thọ. Nếu chúng ta không đủ sức chịu đựng những cơn đau xé ruột, xé gan thì nên vào các cửa khác, xin quý vị lưu ý. Duyên cảm thọ chỉ có người có ý chí dũng mãnh kiên cường, chẳng hề nao núng trước cái chết và các cảm thọ đau đớn.

**Trưởng lão Thích Thông Lạc**

Trích: **Mười hai cửa vào đạo**