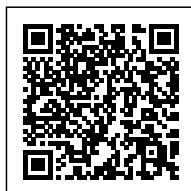


DUKKHA - HÌNH THÁI CỦA SỰ BẤT AN



Trong những sách về pháp Bụt các tác giả thường tóm tắt nội dung cốt tuỷ của pháp Bụt bằng mệnh đề “*Tìm nguyên nhân của khổ và chỉ ra đường lối diệt khổ*”. Điều đó là có căn cứ, bởi vì sau khi Bụt thành đạo, ngay tại buổi giảng Pháp đầu tiên cho năm người bạn cùng tu khổ hạnh trước đó ở gần Benares, Ngài đã trình bày vắn tắt nội dung nói trên như là nền móng của con

đường dẫn tới sự tỉnh thức trọn vẹn mà Ngài đã chứng nghiệm. Đó chính là Bốn Lẽ Thật Sâu Mầu (Cattāri Ariyasaccāni; Tứ Diệu Đế), mà trong những buổi thuyết giảng về sau Ngài đã giải thích cặn kẽ theo nhiều cách nhìn khác nhau tùy thuộc căn cơ của người nghe. Trong đó Dukkha trong tiếng Pali có thể dịch là nỗi khó chịu, nỗi khổ đau (hoặc sự bất an trong lòng) là Lẽ Thật Sâu Mầu căn bản được Ngài đề cập đến trước tiên.



Ở đây cần nói thêm rằng, nếu dịch Dukkha là “khổ” thì chưa thật đầy đủ và có thể làm một số người hiểu lầm rằng Pháp Bụt là một học thuyết bi quan, yếm thế, coi cuộc đời chỉ toàn là những nỗi khổ đau. Thật ra pháp Bụt không bi quan mà cũng chẳng lạc quan. Nói cho đúng, pháp Bụt là một cách nhìn như thật đối với hiện trạng của con người và thế giới, đồng thời chỉ ra đường lối dẫn con người tới tự do, yên vui và hạnh phúc.

Trong kinh sách, khái niệm “khó chịu” được hiểu theo ba khía cạnh sau đây:

1. Trước hết “khó chịu” thể hiện những nỗi khổ thông thường (Dukkha-Dukkha; Khổ-Khổ) về cả thể xác và tinh thần mà con người gặp phải trong đời, có thể kể như: sinh, già, bệnh, chết; chia ly với người thân yêu; mất đi những điều kiện mình ưa thích; niềm mong ước không thành

về công danh, phú quý hoặc tình duyên; phải gặp gỡ hoặc gần gũi những kẻ mà mình không ưa, hoặc căm ghét...

2. Nỗi khó chịu còn được hiểu theo nghĩa là sự tiếc nuối hoặc nhớ nhung những cảm giác hoặc những điều kiện sống sung sướng mà con người đã có nhưng không tồn tại dài lâu như mong muốn. Đó là nỗi khó chịu do sự thay đổi, sự tàn lụi gây ra (Viparināma-Dukkha; Hoại Khổ).

Hai khía cạnh nói trên trong khái niệm về nỗi khó chịu rất dễ hiểu vì chúng nằm ngay trong kinh nghiệm sống hằng ngày của con người.

3. Thứ ba là khía cạnh có ý nghĩa nhất của khái niệm “khổ đau”, hay “khó chịu”, trong triết lý pháp Bụt. Nó thể hiện ở chỗ con người luôn luôn bị thế giới bên ngoài chi phối và thế giới bên trong thôi thúc, nên không còn được tự do và thường cảm thấy không yên ổn trong lòng. Đó là nỗi khó chịu do luôn luôn bị chi phối và thôi thúc (Samkhara-Dukkha; Hành Khổ).

Khía cạnh thứ ba của khổ đau này có liên quan đến khái niệm về “Cái Tôi”, còn gọi là “cá nhân” hay “thực thể”. Theo triết học pháp Bụt, “Cái Tôi” đó chỉ là một sự gắn ghép (kết hợp) các năng lượng vật chất và tinh thần trong một điều kiện nào đó, tạo ra một sự biến đổi liên tục. Sự gắn ghép ấy được thực hiện bởi năm yếu tố ràng buộc, “năm nhóm” (Pāncakkhandha; Ngũ Uẩn). Trong kinh Samyutta-Nikāya Bụt định nghĩa: *“Hỡi các Tỳ kheo, Dukkha là gì vậy? Đó chính là sự tham ái và chấp thủ năm yếu tố ràng buộc cấu thành con người và thế giới”*.

Năm yếu tố ràng buộc đó gồm: thứ nhất là mối ràng buộc vật chất (Rūpakkhandha; Sắc Uẩn). Thế giới vật chất gồm bốn yếu tố lớn: rắn, lỏng, sức nóng và chuyển động. Bốn yếu tố này cùng với các cơ quan tương ứng trong cơ thể, mà thông qua các cơ quan ấy con người có thể cảm thụ, nhận biết và có khả năng kiểm soát và phát triển cảm thụ và nhận biết. Tất cả những cái đó hình thành cái gọi là “mối ràng buộc vật chất”. Mối ràng buộc vật chất này bao gồm toàn bộ các lĩnh vực vật chất bên trong và bên ngoài cơ thể con người liên quan với nhau trong quá trình cảm thụ và nhận biết.

Thứ hai là mối ràng buộc cảm giác (Vedanākkhandha; Thọ Uẩn). Mối ràng buộc này tạo ra ba loại cảm giác: thích, không thích và chẳng thích cũng chẳng không thích (trung tính). Tùy theo cơ quan thể xác hoặc tâm thức nào liên hệ với thế giới bên ngoài gây ra cảm thụ, ta chia ra sáu loại cảm thụ: cảm giác nảy sinh lúc nhìn, cảm giác nảy sinh lúc nghe, cảm giác nảy sinh lúc ngửi, cảm giác nảy sinh lúc nếm, cảm giác nảy sinh lúc sờ chạm, cảm giác nảy sinh lúc nghĩ tính. Duy thức học gọi các cảm thụ ấy là những tâm sở.

Thứ ba là mối ràng buộc về sự nhận biết, nghĩ tính (Sannākkhandha; Tưởng Uẩn). Đó là mối ràng buộc mô tả sự nhận biết khi gặp đối tượng vật chất hoặc tâm thức nhờ có sự liên tưởng những ký ức đã tích lũy từ trước.

Thứ tư là mối ràng buộc đặc trưng cho hành vi của ý thức, sự thôi thúc từ bên trong dẫn tới hành động, hay là ý chí (Samkhāra-khandha; Hành Uẩn). Đó là động cơ hành động tạo ra hiệu quả (Kamma; nghiệp quả). Hiệu quả có thể là lành, hay dữ, hay chẳng lành cũng chẳng dữ (trung tính), tùy theo hành động xuất phát từ hành vi của ý thức hoặc tốt, hoặc xấu, hoặc

trung tính. Người ta đã liệt kê được mười hai loại hành vi ý thức có thể tạo ra hiệu quả, thể hiện qua mười hai hình thái tinh thần sau đây: chú ý, ý chí, quyết tâm, tin cậy, trí năng, nghị lực, ham muốn, căm ghét, ngu dốt, khoe khoang, dính mắc “Cái Tôi”, gom tâm (tập trung tâm trí).



Mối ràng buộc thứ năm là sự để ý một đối tượng bất kỳ nào đó khi đối tượng ấy xuất hiện trong mối tương quan với chủ thể, hoặc xuất hiện một mình trong ý thức (độc đầu ý thức), gọi là “mối ràng buộc để ý” (Vinnānakkhandha; Thức Uẩn). Tùy theo điều kiện của đối tượng bên ngoài hay bên trong làm nảy sinh sự để ý này ta có thể chia ra sáu loại hoạt động của mối ràng buộc để ý sau đây: để ý nhìn, để ý nghe, để ý ngửi, để ý nếm, để ý sờ chạm, để ý diễn biến trong tâm thức.

Bụt chỉ rõ rằng sự có mặt của mối ràng buộc thứ năm (tạm ký hiệu bằng chữ “Y”) phụ thuộc một trong bốn mối ràng buộc nói trên (sắc, thụ, tưởng, hành uẩn) (tạm ký hiệu bằng chữ “X”) theo ba kiểu thức sau đây:

1. “X” là phương tiện cho sự có mặt của “Y”.
2. “X” là đối tượng cho sự có mặt của “Y”.
3. “X” là chỗ dựa cho sự có mặt của “Y”.

Trong khi tìm kiếm hưởng thụ các mối ràng buộc có thể nảy ra, lớn lên và mở rộng.

Mối ràng buộc thứ nhất chỉ mang tính vật lý và đại diện cho vật chất. Còn bốn mối ràng buộc còn lại có liên quan tới tâm trí nên mang tính tâm lý. Như vậy năm mối ràng buộc này bao trùm hết thấy mọi sự vật trong vũ trụ.

Như trên đã nói, cái mà ta quen gọi là “Cái Tôi” (Ngã), hoặc “cá nhân”, hoặc “thực thể” thật ra chỉ là một nhãn hiệu, hoặc một cái tên gọi gán cho sự gắn ghép nhất thời của năm yếu tố này mà thôi. Chính năm yếu tố này lại luôn luôn biến đổi và sự gắn ghép giữa chúng cũng không cố định chút nào, cho nên “Cái Tôi” là vô thường (chẳng còn mãi). Bụt dạy rằng: *“Tất cả là vô thường (chẳng còn mãi). Còn dính mắc vào “thường” là khổ đau.”*

Ở khoảnh khắc (sát na) này năm yếu tố và sự gắn ghép giữa chúng không còn giữ nguyên như ở khoảnh khắc liền ngay trước. Do vậy vũ trụ là một dòng chảy liên tục và không còn mãi (vô thường), tuân theo quy luật “chuỗi nhân quả”: Sự vật hiện đang có mặt là kết quả của những sự vật có trước, đồng thời là nguyên nhân cho sự có mặt của các sự vật có sau. Đằng sau dòng chảy này chẳng có cái gì có bản chất không thay đổi (bất biến), chẳng có cái gì có thể thực sự được coi là “Cái Tôi” còn mãi (hay linh hồn vĩnh cửu) cả.

Nhưng khi năm yếu tố vật chất và tâm trí cùng hoạt động lệ thuộc nhau trong một mối quan hệ gắn ghép, hình thành một cơ cấu tâm - sinh - lý hoặc một thực thể nhất thời và tương đối thì dễ đưa đến sự nhận lầm, thậm chí dính mắc với ý niệm cho rằng có thật “Cái Tôi”, hoặc “Cá Nhân” (Sakkaya; Ngã Chấp). Từ đó đưa tới những hành vi muốn tạo nghiệp. Tóm lại, sự dính mắc với ý niệm lầm lẫn rằng thật sự có mặt “Cái Tôi” đã đưa đến nỗi khó chịu trong lòng (Dukkha; Khổ) mà con người phải chịu đựng.

Ở đây cũng cần nhắc lại rằng chỉ nỗi khó chịu hình thành bởi năm yếu tố luôn luôn biến đổi do nghiệp lực chuyển hoá mà thôi, chứ tuyệt nhiên không thể tìm thấy “Cái Tôi” nào cả. Cũng vậy, đằng sau sự suy nghĩ không có người nghĩ, hoặc “Cái Tôi” nghĩ, bởi vì sự suy nghĩ và người nghĩ chỉ là một và luôn luôn biến đổi. Từ những nhận thức đó ta thấy vũ trụ quan của pháp Bụt hoàn toàn trái ngược với ý tưởng mà Descartes nêu ra trong câu nói sau đây: *“Tôi tư duy (suy nghĩ), vậy là tôi tồn tại”* (Je pense, donc je suis).

Tác giả: **Huyền Cương Lê Trọng Cường**
Tạp chí Nghiên cứu Phật học - Số tháng 5/2018

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

- Tám quyển sách quý - HT.Thích Thiện Hoa - (Nxb. Tp. HCM - 1987).
- Phật giáo Từ điển - Đoàn Trung Còn - (Nxb.Tp. HCM - 2006).
- Bài: Quán vô thường - Thích Nguyên Hùng - (Giacngo- Online 1-2018)