

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

# PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195

## NÈO VỀ CỦA TÂM

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

# PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195

GIẢI LY - LỊCH SỬ - TRIẾT HỌC

## *Nẻo về của Tâm*

Thích Thiên Minh

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

# PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195





Khi nhắc đến đạo Phật, người ta thường nói đến chữ Tâm. Trong Truyện Kiều, Nguyễn Du cho rằng cái thiện ở trong tâm của mỗi người, chữ Tâm được coi trọng hơn rất nhiều so với chữ Tài: “Thiện căn ở tại lòng ta, chữ Tâm kia mới bằng ba chữ Tài”. Trong Kinh Pháp cú (Dhammapāda) thì đề cập về chữ Tâm như: “Tâm dẫn đầu các pháp, Tâm làm chủ tâm tạo”

“Manopubbangamā dhammā manosethā manomayā.”, “心如工畫 師畫種種五陰” Tâm như công họa sư, họa chủng chủng ngũ âm...”, “Khó nắm giữ khinh động, theocácđụcquaycuồng, lành thayđiều phục tâm, tâm điều an lạc đến” “Sududdasam sunipunam, yatthakāmanipātinam; cittam rakkhetha medhāvī, cittam guttam sukhāvaham”, ... Nhiều người cho rằng đạo Phật là đạo tu Tâm, nhưng Tâm là gì và phải tu như thế nào thì chắc hẳn ít nhiều người vẫn còn mơ hồ và chưa hiểu rõ về nó.

Tiến trình tu tập Phật giáo là một tiến trình nhất quán “Văn - Tư - Tu” (Śruta-Cintā- Bhāvanā), hay còn gọi là Văn tuệ, Tư tuệ và Tu tuệ. Tuệ ở đây có nghĩa là trạch pháp, tức là khả năng phân tích các pháp. Văn tuệ là trí tuệ có được do nghe và đọc, Tư tuệ là trí tuệ có được do suy ngẫm và Tu tuệ là trí tuệ có được nhờ vào sự áp dụng, thực hành những gì đã nghe, đọc và suy nghĩ được. Văn Tư chỉ là việc nạp các thông tin dữ liệu về các hiện tượng liên quan đến sắc pháp hay tâm pháp, hay chỉ là các khái niệm thuộc về hệ thống tri thức, kiến thức thông thường, Tu là quá trình chuyển hóa những khái niệm thành thấy Pháp, tức là dựa vào những khái niệm này để thể nhập thực tại. Cho nên, khi nói đến chữ Tâm, chúng ta không chỉ lắng nghe suy nghĩ về chữ Tâm, mà phải còn thể nhập thực tại của nó.

Trước tiên, Tâm nguyên ngữ tiếng Sanskrit là Citta. Có hai động từ gốc của Tâm là √cint và √ci. √cint nghĩa là suy nghĩ, √ci là tích tụ, tích tập. Khi Căn tiếp xúc với Cảnh thì sẽ sinh ra Thức, sau khi Thức này diệt thì để lại một ấn tượng; như khi mắt thấy bông hoa, thì người thấy sẽ biết đó bông hoa đó màu xanh hay màu đỏ, xấu hay đẹp, ... sau sát na nhận thức về bông hoa đó, người đó mặc dù không thấy bông hoa đó nữa, nhưng vẫn lưu lại một dấu vết, ấn tượng về bông hoa đó; trong thuật ngữ Phật giáo gọi đó là Tập khí, khí này thuộc vật chất. Cũng giống như làm việc thiện nhiều thì sẽ để lại nhiều ấn tượng về điều thiện, làm việc xấu nhiều thì sẽ để lại nhiều ấn tượng về điều xấu; đây cũng là cách lý giải liên quan đến cận tử nghiệp và tái sinh của con người. Vậy Tâm là gì? Tâm là tập hợp tất cả những gì ấn tượng tích lũy từ đời này sang đời khác; Tâm vừa có lực của ác và thiện nghiệp, lực là cái được lưu lại sau khi những ấn tượng đã lưu lại hay đã đi qua.

Ấn giáo quan niệm rằng, mỗi Pudgala (Bổ Đặc Già La, tức là con người, cá thể) tồn tại mỗi Tiểu ngã (Atman) có tính chất thường hằng bất biến, phải chịu khổ đau từ đời này sang đời khác, bị tách ra khỏi Đại ngã (Brahman) và được bao phủ bởi tham. Theo văn học Upanisadic, khái niệm về Atman được hiểu như không tái sinh, thường hằng, bất diệt, lâu đời và tồn tại sau cái chết thể xác “ajo nityam śāsvatoyam purāno - na hanyate hanyamāne śarīre”. Cho nên giải thoát chính là làm Tiểu ngã trở về với Đại ngã, khổ hạnh để loại bỏ hết tham dục trong người mới có thể giải thoát. Thiên Chúa giáo thì quan niệm rằng linh hồn là do Thượng đế mang cho mỗi chúng ta, linh hồn thường hằng bất biến, nếu làm nhiều việc thiện thì được sinh lên thiên đàng, ngược lại làm nhiều việc ác thì sau khi chết bị đọa xuống địa ngục. Trong khi đó, Phật giáo quan niệm đời sống không bị đoạn diệt, chết là một giai đoạn của Hữu, có một sự tiếp nối kiếp này kiếp khác, không có linh hồn mà cũng không có Tiểu ngã, mà chỉ có năm uẩn.

Năm uẩn sau khi chết có tồn tại không? Nó vẫn tồn tại dưới dạng vi tế sắc, tinh sắc căn; nó là một dạng năng lượng, lang thang tìm chỗ cư trú và chỉ tồn tại dưới dạng thể. Tự thể của ngũ

uẩn có tất cả các tập khí mà chúng ta đã in dấu ấn vào. Lực của Tâm sẽ đẩy thân Trung hữu đi đến chỗ phù hợp với nó. Tâm chính là khối ấn tượng tồn tại từ đời này sang đời khác, tương tục, sinh diệt... Cho nên, luân hồi của một kiếp sống trong Phật giáo không phải là một vòng tròn, vì vòng tròn thì điểm A sẽ tiếp tục lặp lại điểm A, như vậy thì không đúng với lý vô thường; mà luân hồi được biểu hiện qua hình vòng xoắn ốc, từ A thành A', từ A' thành A'', ... luôn luôn tương tục thay đổi. Chúng ta có thể hiểu về luân hồi tái sinh khi dùng Tâm để làm hệ quy chiếu, đây cũng chính là một trong những lý do tại sao đạo Phật là đạo tu Tâm.



Có một điều mà chúng ta cần lưu ý giữa Tâm thức (Consciousness) và Tiểu ngã (Atman), chúng không phải là một, như quan điểm sai lầm của Tỳ kheo Sati về Tâm thức và Tiểu ngã như được đề cập trong kinh Trung bộ. Sati cho rằng Tâm thức này luân chuyển và không thay đổi từ đời này sang đời khác “viññānam sandhāvati samsarati anaññam”. Nhưng Thế Tôn dạy rằng, Tâm thức là do duyên khởi, không có duyên thì thức không hiện khởi “paticcasamuppānam viññānam vuttam mayā: aññatra paccayā na-tthi viññānassa sambhavo ti.”

Mỗi sát na không có hai tâm cùng hiện hữu, mỗi sát na chỉ có một tâm nên thường gọi là sát na tâm. Vì tính chất vô thường của sự vật hiện tượng nên tâm cũng vậy, một tâm sinh và diệt trong cùng một sát na. Trong Duy Thức Tam Thập Tụng, Bồ tát Thế Thân (Vasubandhu) nói rằng: “Hằng chuyển như bộc lưu” (like a violent fall, the mind is constantly flowing); nghĩa là tâm như một thác nước chảy mạnh và liên tục không ngừng nghỉ.

Hành trình tu tập trong Phật giáo được xem như hành trình trở về nguồn Tâm. Khi chúng ta hiểu được về Tâm và thể nhập vào nội tại của chính nó. Hạnh phúc hay khổ đau đều không ngoài Tâm. Khi đau khổ chúng ta thường cho rằng do những yếu tố bên ngoài như sự nghèo khổ, môi trường xã hội, ... nhưng thực tế đều đến từ trạng thái của Tâm. Bản chất của sự tu tâm chính là sự giảm bớt, rồi dần dần đoạn diệt những ảo tưởng, vọng tâm, thay thế bằng hạnh phúc nội tại của Tâm. Có câu: “Người ta có nhiều nơi để đến nhưng chỉ có một chốn để quay về”; thật vậy, đó chính là nẻo về của Tâm.

Tác giả: **Thích Thiên Minh**  
**Tạp chí Nghiên cứu Phật học số tháng 5/2020**

CHÚ THÍCH:

Truyện Kiều, trích trong Nguyễn Du toàn tập I, Mai Quốc Liên (ed.), Nxb. Văn Học, 2015.

Kinh Pháp cú: Lời Phật dạy, Thiện Tri thức (biên tập), Hà Nội: Nhà Xuất bản Hồng Đức, 2014, tr. 18.

《大方廣佛華嚴經》卷10, T09, no. 278, tr. 465c14. “心如工畫師, 畫種種五陰, 一切世界中, 無法而不造。”

Kinh Pháp Cú: Lời Phật dạy, Thiện Tri thức (biên tập), tr. 38.

(Skt.) Śruta nghĩa là lắng nghe cẩn thận; Cintā nghĩa là suy nghĩ, phản chiếu đối tượng lắng nghe trước đó; Bhāvanā nghĩa là thiền quán trên đối tượng đã lắng nghe, phản chiếu trước đó. “Śruta – Cintā – Bhāvanā” cũng là một mô thức logic, phương pháp học tại Đại học Nālandā cổ xưa.

Nguyên văn Sanskrit. Sangītisūtra 3.35.3.b: tīrāḥ prajñāḥ | śrutamayī prajñā cintāmayī prajñā bhāvanāmayī prajñā | <http://dhammatalks.net/suttacentral/sc/skt/sf253.html>

Pāli. PTS, DN 33, iii, tr. 219: Aparāpi tisso paññā—cintāmayā paññā, sutamayā paññā, bhāvanāmayā paññā. Katha Upanisad II.18.

Majjhima- Nikāya, V. Trenckner (ed), London: Published for the Pāli Text Society, by Henry Frowde, Oxford University Press Warehouse, 1888, Tập 1, Kinh số 38 (Mahātanhāsankhaya – sutta), tr. 256.

Mahātanhāsankhaya – sutta, PTS, tr. 259.

Thích Trí Châu, “Duy Thức Tam Thập Tụng,” Duy Thức Tam Thập Tụng Lược Giảng, 2005. Ngày công bố: 20/11/2010 trên Website: <https://thuvienhoasen.org/a7341/duy-thuc-tam-thap-tung>. “恒轉如暴流”

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Katha Upanisad.
2. Kinh Hoa Nghiêm. 大方廣佛華嚴經》卷10, T09.
3. Kinh Pháp Cú: Lời Phật dạy, Thiện tri thức (biên tập), Hà Nội: Nhà Xuất bản Hồng Đức, 2014.
4. Majjhima- Nikāya, V. Trenckner (ed), London: Published for the Pāli Text Society, Oxford University Press Warehouse, 1888.
5. Thích Trí Châu, Duy Thức Tam Thập Tụng Lược Giảng, 2005. Ngày công bố: 20/11/2010 trên Website: <https://thuvienhoasen.org/a7341/duy-thuc-tam-thap-tung>.
6. Truyện Kiều, trích trong Nguyễn Du toàn tập I, Mai Quốc Liên (ed.), Nxb. Văn Học, 2015.