

QUAN ĐIỂM "GIẢI THOÁT LUẬN" TRONG TÂM KINH BÁT NHÃ



Giải thoát hàm ý là cởi bỏ được sự trói buộc của phiền não, vượt thoát khỏi thế giới mê muội khổ đau, nên cũng gọi là Độ thoát, Đắc thoát. Nói theo nghĩa rộng, khi thoát khỏi bất cứ sự trói buộc nào của thế gian mà cảm thấy được tự do, tự tại, thì đều có thể gọi là Giải thoát.

Như là thoát khỏi sự trói buộc trong ba cõi Dục, Sắc, Vô sắc thì lần lượt được gọi là: Dục triền giải thoát, Sắc triền giải thoát, Vô sắc triền giải thoát. Nói cách rất ráo, giải thoát là dứt tuyệt nguyên nhân sinh tử, ra khỏi vòng nghiệp báo luân hồi, vĩnh viễn an trụ trong cảnh giới Niết bàn, Viên tịch.

Tác giả: **Thích Quảng Nhật**

Học viên Cao Học Khoa Triết học Phật giáo Khóa II - Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

Dẫn nhập

Có là một từ gắn liền với bất kỳ ai sinh ra trên thế gian này. Từ khi lọt lòng mẹ, có thân này, rồi một chuỗi có xuất hiện, có thức ăn để duy trì mạng sống, có không khí trong lành để thở, có y phục để mặc, có thuốc thang để chữa bệnh, đều cần có. Có từ vật chất như nhà, cửa, xe,...đến các mối quan hệ có gia đình, có bạn bè, có vợ con, rồi có buồn, vui, giận, ghét, đố kỵ của tinh thần đan xen lẫn lộn theo dòng hiện sinh.

Trải qua dần theo từng giai đoạn của tuổi đời, con người dần tích tụ hiểu biết kinh nghiệm của bản thân hoặc từ giáo dục học đường, cũng như trong giao tế cuộc sống.

Các kiến thức thế gian tô bồi cho tri thức mà con người cho là quý nhất làm quy chuẩn cho xã hội. Tri thức ấy xây dựng phục vụ cho nhân loại tiến bộ, văn minh hơn. Song bên cạnh ấy nó không ngừng tô bồi cho cái tôi cá nhân để khẳng định mình trước người khác về danh vọng, tiền tài, tất cả sở hữu mà giáo lý Phật đà thường nhắc đến là ngã và ngã sở. Chấp thủ những giá trị hiện thực mà con người có được, con người không muốn mất đi, chỉ muốn nhiều hơn nữa mà thôi.

Chính vì chấp ngã và ngã sở nên tham, sân, si trong mỗi con người càng có cơ hội tăng trưởng. Vì chấp ngã mà con người tạo vô số nghiệp, rồi nghiệp làm chủ, nghiệp trói buộc và dẫn dắt đi trong sinh tử luân hồi các cõi. Vì chấp ngã nên bị khổ ràng buộc không bao giờ được tự do, tự tại và làm chủ được đời sống của mình trong vòng sống chết của kiếp nhân sinh này.

Đức Phật thị hiện nơi nhân gian bằng nguyện lực từ bi. Ngài đến với một sứ mệnh duy nhất là chỉ cho con người thấy được sự khổ, nguyên nhân và con đường thoát khổ. Con đường ấy bằng sự thực hành chân chính sẽ giải thoát được tất cả khổ đau hiện tại đời này và vô số đời sau. Con đường đó không phải dễ dàng để đạt được sự giải thoát. Những lời dạy trong tam tạng kinh điển của đức Phật đều là phương tiện dẫn dắt chúng sinh ra khỏi tư tưởng chấp có đã cố hữu sâu ở tiềm thức mỗi người.

Bát Nhã Tâm kinh là một trong những bài kinh quan trọng trong truyền thống kinh điển Đại thừa. Trở thành bài tụng không thể thiếu trong các thời khóa hàng ngày của Bắc truyền Phật giáo. Tâm kinh Bát Nhã tượng trưng cho trí tuệ vô lậu của Chư Phật, Bồ tát và Bậc Thánh A-la-han. Bát Nhã tâm kinh sẽ như dòng nước tinh khiết trong sạch chảy mãi vào nguồn tâm của hành giả cho đến khi thanh lọc những nhiễm ô, bất tịnh trả lại sự sáng trong của tâm thức.

Mỗi lần tụng là một lần huân tu lời Phật dạy, nhắc nhở tâm này đừng khởi tưởng phân biệt, chấp trước hay mong cầu. Dùng trí tuệ Bát Nhã chặt đứt gốc rễ tham, sân, si ngự trị bao đời để trở về sống với bản thể Chân-như. Bát-nhã tâm kinh là con đường đưa đến sự Giải thoát rốt ráo cho người tu tập và hành trì. Là bài kinh quan trọng để đối trị với những khổ đau phiền não mà giá trị của nó là vượt thời gian, không gian và đặc biệt là ngay trong cuộc sống đầy những biến động của thời đại 4.0 hôm nay.



1. Khái quát về Giải thoát luận và Tâm kinh Bát nhã

1.1. Khái niệm về Giải thoát

Theo Phật Quang Đại Từ Điển:

Giải Thoát: 解脫

Phạm: Vimokṣa (dịch âm: Tì mộc xoa, Tì mục xoa) hoặc Vimukti (dịch âm: Tì mục đế) hoặc Mukti.

Pāli: Vimutta hoặc Vimokkha hoặc Vimutti. Cũng gọi Mộc xoa, Mộc đế, Độ thoát, Đắc thoát.

Giải thoát hàm ý là cởi bỏ được sự trói buộc của phiền não mà vượt thoát khỏi thế giới mê muội khổ đau, nên cũng gọi là Độ thoát, Đắc thoát. Nói theo nghĩa rộng, khi thoát khỏi bất cứ sự trói buộc nào của thế gian mà cảm thấy được tự do, tự tại, thì đều có thể gọi là Giải thoát. Như là thoát khỏi sự trói buộc trong ba cõi Dục, Sắc, Vô sắc thì lần lượt được gọi là: Dục triền giải thoát, Sắc triền giải thoát, Vô sắc triền giải thoát. Nói cách rất ráo, giải thoát là dứt tuyệt nguyên nhân sinh tử, ra khỏi vòng nghiệp báo luân hồi, vĩnh viễn an trụ trong cảnh giới Niết bàn, Viên tịch.

Phật giáo vốn dùng Niết bàn và Giải thoát để biểu thị cảnh giới cùng tột của đạo, nhưng về sau dần dần Giải thoát trở thành một thứ phân loại để khảo cứu như Hữu vi giải thoát: chỉ cho Bậc A-la-hán người có thể hiểu rõ tác dụng của tâm, tức Thắng giải. Vô vi giải thoát: Niết bàn, hoặc Tính tịnh giải thoát: chỉ cho tâm chúng sinh vốn có bản tính thanh tịnh xa lìa phiền não. Chương tận giải thoát: do phiền não hiện thực làm cho bản tính thanh tịnh sẵn có bị như nhớp, cho nên nay đoạn trừ phiền não mà được giải thoát, hoặc Tâm giải thoát: chỉ cho tâm lìa tham

ái và Tuệ giải thoát: dùng trí tuệ quán chiếu mà xa lìa vô minh.

Hoặc Tuệ giải thoát chỉ cho bậc A la hán chưa đến được Diệt tận định và Câu giải thoát chỉ bậc A la hán đã đến được Diệt tận định. Thời giải thoát và Bất thời giải thoát. Ngoài ra, còn có 10 loại giải thoát như: Phiền não giải thoát, Tà kiến giải thoát v.v... Lại nữa, hoặc tai nghe Phật pháp mà được giải thoát, thì đặc biệt gọi là "*Giải thoát nhĩ*". Giải thoát vị: chỉ cho mùi vị chân thực của sự giải thoát; do cảnh giới giải thoát là bình đẳng không sai khác, nên cũng gọi là Nhất vị (chỉ có một mùi vị)...

Phật giáo Tiểu thừa cho rằng, giải thoát nhanh nhất cũng phải trải qua ba đời, nên có thuyết "*Tam sinh giải thoát*", đồng thời, gọi Như lai là chân giải thoát, La hán là nhất phần giải thoát. Nếu người chấp chặt vào sự giải thoát mà không làm lợi ích cho ai, thì gọi là "*người rơi vào hố sâu giải thoát*".

1.2. Khái quát về Tâm kinh Bát nhã

Tâm kinh Bát nhã, tiếng Phạn gọi là Prajnaparamitā Hrdaya Sutra, Hán dịch là Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, Việt dịch là kinh Trái Tim Tuệ Giác Vô Thượng; gọi tắt là Kinh Trái Tim hay Tâm kinh.

Theo nhiều sử liệu, kinh Bát Nhã xuất hiện trước Tây lịch khoảng một trăm năm. Bản kinh này lần đầu tiên được dịch sang tiếng Trung Hoa vào năm 179 sau Tây lịch, dưới nhan đề là Đạo Hành Bát Nhã (Tiểu phẩm Bát Nhã) gồm 8.000 bài kệ, dẫn xuất từ bản Pancavimasatisàrikā (Đại Phẩm Bát Nhã, cũng gọi là Quang Tán Bát Nhã hay Phóng Quang Bát Nhã), gồm có 25.000 bài kệ.

Bản Tâm kinh này là bản cô kết nhất, theo bản chữ Hán gồm 260 chữ, và đang được lưu hành rất phổ biến tại các nước Viễn Đông châu Á. Về mặt lịch sử tư tưởng, kinh Bát-nhã là bộ kinh đầu tiên truyền bá tư tưởng Đại thừa (Mahayana), bắt nguồn từ miền Nam Ấn Độ, thuộc trung tâm truyền giáo của Đại chúng bộ (Mahasamghika) và đại biểu trung tâm của kinh này là Tính Không (Sunyata). Tâm kinh này đã được dịch ra nhiều thứ tiếng trên thế giới như tiếng Anh, Đức, Pháp,...

Bản Anh ngữ đầu tiên do Max Muller dịch, in năm 1884; bản thứ hai do Shaku Hannyo dịch, in năm 1923; bản dịch lần thứ ba do TS. Suzuki dịch, và được in trong bộ Thiền Luận năm 1934. Bản dịch đầu tiên của ngài Huyền Trang vào thế kỷ thứ VII.

Về nội dung, Tâm kinh được xem như là "*Trái tim*" của toàn bộ đại Bát-nhã, cũng như của tư tưởng Phật giáo được nói ra bởi Tuệ giác Vô thượng của Phật, nhằm dắt dẫn chúng sinh đi vào thực tại giải thoát. Bát-nhã là trí tuệ vô lậu, gồm ba giai đoạn.

(1) Văn tự Bát nhã: Ngôn ngữ, những lời dạy của đức Phật qua kinh điển như Hoa Nghiêm, Pháp Hoa, Lăng Già.

(2) Quán chiếu Bát nhã: An trú nơi trí tuệ vô lậu để tu tập đoạn trừ sự tập khởi của năm thủ uẩn. Nhận biết như thật sự tập khởi của chúng là vô thường, khổ, không, vô ngã. Ba là Thực tướng Bát-nhã: Là thể nhập không tướng rỗng lặng không sinh diệt của các Pháp; đồng nghĩa với Niết-bàn, an lạc.



2. Giải thoát trong Tâm kinh Bát nhã

2.1. Quán chiếu năm uẩn là không

Mở đầu tâm kinh đức Phật dạy ngài Xá-lợi-phất rằng Bồ tát Quán Tự Tại nhờ hành thâm Bát nhã Ba-la-mật thấy rõ năm uẩn là không mà vượt qua được hết thảy mọi khổ ách. Năm uẩn là năm yếu tố kết hợp nên con người: sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Nhà Phật chia thành hai phần: Vật chất là Sắc, và tinh thần là Danh. Danh và Sắc do nhiều yếu tố hợp lại mà thành. Sắc do đất, nước, gió, lửa hợp lại gọi là Sắc uẩn. Về phần Tâm thì có: Thọ, Tưởng, Hành, Thức.

Mỗi yếu tố này cũng do nhiều thành phần hợp lại nên gọi là Thọ Uẩn, Tưởng Uẩn, Hành Uẩn và Thức Uẩn.

Thọ uẩn: Là những cảm giác của thân hay, cảm thọ của tâm có ba loại: Thọ Lạc: Thích thú hay hạnh phúc. Thọ khổ: Không thích hay phiền não. Thọ vô ký: Cảm thọ không thương cũng không ghét, an nhiên hay thọ xả.

Tưởng uẩn: sự liên tưởng, ấn tượng ghi vào tâm thức. Tưởng ghi nhận hình ảnh đối tượng hiện tại hoặc nhớ nghĩ chuyện quá khứ hay tưởng tượng chuyện tương lai.

Hành uẩn: Là uẩn thứ hai trong Thập Nhị Nhân Duyên. Hành uẩn cũng là uẩn thứ tư trong ngũ uẩn. Hành có 50 tâm sở, trong đó quan trọng nhất tác ý (cetanã). Tác ý chủ động điều hành tập hợp các tâm sở tương ứng tạo nên Ý nghiệp. Ý nghiệp dẫn đầu, thân và khẩu nghiệp theo sau.

Thức uẩn: Thức được xem là sự hiểu biết của con người. Là cái biết so sánh, phân biệt tốt xấu, phải quấy hai bên, gọi là tâm nhị nguyên. Thông thường thức có tính quyết định nói ra lời và

hành động tùy theo tâm hành, tạo nên khẩu và thân nghiệp. Năm yếu tố này kết hợp với nhau, có điều kiện tính và phụ thuộc vào nhau tồn tại trong kiếp sống của con người.

Con người dưới sự phân tích năm nhóm trên thì thân thể thuộc một nhóm là vật lý, sinh lý; tâm lý thì chia thành bốn nhóm: cảm giác, tri giác, động lực (hay ý chí) và thức. Mỗi nhóm là một tập hợp của các yếu tố, đồng thời mỗi nhóm đều nương tựa vào nhóm kia mà tồn tại, nhóm này có trong nhóm kia và ngược lại. Nói cách khác, trong sắc có thọ, trong thọ có sắc, chúng nương vào nhau mà có mặt. Năm nhóm là các khía cạnh khác nhau của một thể thống nhất là con người. Thể thống nhất ấy mới nhìn qua tưởng như độc lập, bất biến được điều khiển bởi một chủ thể nhưng thật ra chúng chỉ là một hợp thể vô ngã, vô thường và rất tạm bợ.

Đức Phật dạy trong Tiểu kinh Saccaka: *"Này các Tỳ-kheo, sắc là vô thường, thọ là vô thường, tưởng là vô thường, hành là vô thường, thức là vô thường. Này các Tỳ-kheo, sắc là vô ngã, thọ là vô ngã, tưởng là vô ngã, hành là vô ngã, thức là vô ngã. Tất cả hành là vô thường, tất cả pháp là vô ngã"*.

Con người có thói quen hay tư duy về cái ngã, về cái tồn tại, cái chủ động đằng sau cái biến động, nên mọi sự rối loạn từ đó mà sinh. Mặt khác, con người thường bị dính mắc, bị cột chặt vào một cái gì đó như thân thể, tình cảm hay tư tưởng... Nếu bị mất mát, bị lấy đi, tâm tư chúng ta sẽ trống rỗng và khủng hoảng. Mục đích phân tích năm uẩn là để nhìn thấy rõ bản chất của con người và thế giới hiện tượng. Những đau khổ của con người là do vô minh, là không thấy rõ bản chất của sự sống, do vô minh nên chấp ngã, chấp vào cái chủ thể bất biến, do chấp ngã mà có tham ái, sân hận, và si mê, có sợ hãi, thất vọng, vấp ngã, tai nạn, đau khổ và có sinh tử triền miên.

Trong kinh Vô Ngã Tướng đức Phật dạy:

Tất cả các sắc, dầu ở quá khứ, hiện tại hay tương lai, ở bên trong hay ở ngoài cảnh, thô kịch hay vi tế, thấp hèn hay cao thượng, xa hay gần, phải được nhận thức theo thực tướng của nó. Cái này không phải của tôi, đây không phải là tôi, cái này không phải là tự ngã của tôi.

Tất cả các thọ, tưởng, hành, thức, dầu ở quá khứ, hiện tại hay tương lai, ở bên trong hay ở ngoài cảnh, thô kịch hay vi tế, thấp hèn hay cao thượng, xa hay gần, phải được nhận thức theo thực tướng của nó. Cái này không phải của tôi, đây không phải là tôi, cái này không phải là tự ngã của tôi.

Bậc Thánh đệ tử đã thông suốt pháp học thấy vậy thì nhàm chán sắc, thọ, tưởng, hành, thức, dứt bỏ, không luyến ái những gì không đáng ưa thích và do sự dứt bỏ ấy, được giải thoát. Rồi tri kiến trở nên sáng tỏ. *"Ta đã được giải thoát"*. Vị ấy thấu hiểu rằng dòng sinh tử đã chấm dứt, đời sống phạm hạnh đã được thành tựu, những điều phải làm đã được hoàn tất viên mãn, không còn trở lại trạng thái này nữa.

Đức Phật dạy: *"Ngũ uẩn giai không"* Ngã này vốn vô thường giả hợp theo nhân duyên mà tán, tụ. Sắc thân con người phụ thuộc rất nhiều nhân duyên ở bên ngoài thân cần thức ăn để duy trì, nếu không có thức ăn thân này sẽ đói khát đi đến tình trạng suy tàn và hoại diệt; trong thân bốn thứ đất, nước, lửa, gió phải được quân bình nếu có phần nào thịnh hơn đều khiến cho con người trở nên khó chịu và phiền não khổ đau.

"Thọ, tưởng, hành, thức cũng là như thế" những tâm hành này thường bị ngoại cảnh chi phối, sáu căn tiếp xúc với sáu trần sinh ra sáu thức. Một người có thể đau khổ tột cùng khi thọ khổ

trong chuyện tình cảm tâm họ tưởng tượng ra rất nhiều không chỉ hiện tại mà còn quá khứ và tương lai về vấn đề họ đang gặp phải bị trói buộc trong tâm tư, nuôi dưỡng trong ý thức về một hình ảnh bấy lâu yêu quý giờ đã không còn khả hỷ cho đến lúc dồn nén không thể giải quyết được nghiệp thức lôi kéo họ đi đến ngõ bế tắc phải quyên sinh để giải thoát nỗi đau này. Con người bị chi phối bởi tam khổ và bát khổ nó được nói đến trong giáo lý Tứ Diệu Đế. Chính vì chấp ngã nên sự hiện hữu của bản thân là quan trọng nó cần hơn hết là sự khát khao về tài, sắc, danh, thực, thù với những điều tốt đẹp. Từ đó tâm chấp vào được, mất; hơn, thua, tám thứ gió làm lay động và trói buộc theo kiến giải của thế gian mà không bao giờ thoát ra khỏi vương bận muộn phiền và tiếp tục cuốn theo dòng nghiệp thức, mãi đắm chìm trong biển luân hồi vô tận.

Bồ tát Quán Tự Tại khi thực hành quán chiếu Bát-nhã thấy rõ sắc tức là không, không tức là sắc; thọ, tưởng, hành, thức cũng là như vậy. Cái có và không ấy phụ thuộc và điều kiện tính cho nhau tùy duyên mà hiện hữu và biến dịch, nó là "*chân không, diệu hữu*" - Chân không-Diệu hữu là một chìa khóa để hiểu nhận thức luận về bản thể và hiện tượng của Phật giáo. Vì mọi hiện tượng xuất phát từ "*Không*" nên nó không có một bản chất trường tồn và riêng biệt, đó là thuyết Vô ngã. Chỉ có Ngũ uẩn đang vận hành, không có người vận hành chúng. Nhà Vật lý học Hawking cho rằng có sự sáng tạo nhưng không có ai sáng tạo cả. Thuyết Vô ngã khó hiểu cho những ai mới làm quen với đạo Phật. Cũng thế, vũ trụ tự sáng tạo và sáng tạo một cách tuyệt diệu, nhưng không có đấng sáng tạo.

Cái sự giả hợp vô thường của vạn vật vũ trụ và con người vốn mong manh như Vạn Hạnh Thiền Sư đã nói:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô,
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô.
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy,
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô.

Ngài đã nhắn gửi đến đệ tử rằng đời người như bóng chớp, có rồi lại không. Như cây cối, mùa xuân tốt tươi, mùa thu rụng rời; cho nên vận đời dù thịnh hay suy, đừng sợ hãi. Vì sự thịnh suy cũng như giọt sương đầu ngọn cỏ. Người học Phật phải luôn tu tập và quán chiếu sâu sắc về năm uẩn là không thường hằng bất biến, mọi sự vật đều do duyên sinh duyên diệt. Bản chất năm uẩn vốn không có tự ngã, nếu chúng ta đi tìm cái tự ngã trong thân năm uẩn của con người và vũ trụ thì cũng giống như đi tìm lõi cây trong thân cây chuối vậy.

Khi đã rõ được năm uẩn giai không trong những giai thoại của cuộc sống con người mới có thể tránh được những lụy phiền. Tâm mới không mang nặng những niềm đau khi khi ai đó đụng vào bản ngã của mình con người mới có thể buông cái Tôi vốn ích kỷ, hẹp hòi.

Tâm thường bị ngoại cảnh tác động giống như ngựa rong chơi đồng hoang, khi chuyển cảnh nên sáu căn tiếp xúc sáu trần liền sinh sáu thức. Thức tâm tùy nghiệp mà sinh khởi tham ái, chấp thủ, và bị mười triển cái trói buộc. Vì vậy muốn thoát ra sự vô minh này không ngoài quán về duyên khởi. Đức Phật đã chứng thành đạo quả bằng giáo lý này và đã dạy rất nhiều, trong Bát-nhã tâm kinh một lần nữa Ngài nhấn mạnh tầm quan trọng lớn lao cho thầy Xá-lợi-phất về sự thật mầu nhiệm khi hành sâu Bát-nhã để đi đến sự giải thoát tuyệt đối

2.2. Quán chiếu về Duyên khởi của các Pháp

Trong tâm kinh Bát-nhã các pháp là không tướng. Vì lẽ tướng các Pháp có là do duyên khởi mà có chúng vốn bất định bị vô thường làm đổi thay. Dù cho núi, sông cũng có lúc chịu cảnh vật đổi sao dời. Không tướng vì không một Pháp nào riêng mình nó mà tồn tại luôn phải chịu các điều kiện và nhiều yếu tố nhân duyên khác nhau mà có. Ngài Nagasena Tỳ-kheo đã dùng ví dụ về chiếc xe để phân tích cho Vua Milinda về yếu tố không thực của cái gọi là xe. Nó chỉ là giả danh của các bộ phận liên kết lại với nhau mà có. Riêng một bộ phận thì không gọi là xe nhưng nếu xe không có bộ phận đó nó cũng không thể hoạt động được.

Các Pháp bất sinh, bất diệt, bất cấu, bất tăng, bất giảm mà trong kinh Pháp Hoa đức Phật dạy 'Pháp như thị' mà thường con người luôn khởi tâm phân biệt chấp trước nhân, ngã, bỉ, thử rồi đánh giá, suy xét, phê bình đúng, sai, phải, trái. Con người đã không thấu được bản chất và tính Không của các Pháp mà chỉ dựa vào các tướng bên ngoài qua sáu giác quan đặc biệt là âm thanh, hình tướng rồi đi đến kết luận quy chụp nó dưới kiến giải hay kinh nghiệm có được của mình.

Trung Bộ Kinh (Kinh 115, Bahudhatuka Sutta) đức Phật dạy:

Cái này có thì cái kia có;

Cái này sinh thì cái kia sinh;

Cái này không có thì cái kia không có

Cái này diệt thì cái kia diệt.

Đức Phật gọi các pháp là vô thường bởi tính chất của chúng là sinh diệt, biến dị, có rồi không. Các pháp sinh diệt, biến đổi gây đau khổ cho loài hữu tình, những chúng sinh còn tham ái và chấp thủ, nên gọi là khổ. Tất cả các pháp hữu vi đều do duyên sinh, không có thật sinh hay thật diệt, "vô tự tính" nên gọi là vô ngã. Với định thức duyên khởi, cái này có vì cái kia có, do đó không một pháp nào tự hữu, như vậy, pháp do duyên khởi nên gọi là "Không."

Như vậy tất cả các pháp hữu vi, dù được nêu trở dưới hình thức ngũ uẩn, thập nhị xứ, thập bát giới đều mang tính chất duyên sinh, vô thường, vô ngã. Đã là duyên sinh, vô thường, vô ngã rồi mà cứ lầm nhận là thường hằng, hữu ngã thì theo đó đau khổ sẽ phát sinh.

Do đó, muốn giải thoát khổ đau thì phải từ bỏ mọi vọng tưởng về ngã và ngã sở (tôi và của tôi), phải nhìn các pháp theo nghĩa "*biết và thấy thực tại như thế là như thế*" nghĩa là các pháp vận hành như thế nào thì biết và thấy như thế ấy mà không cố gắng gán bất kỳ ngã tính nào lên chúng. Đây là cái nhìn khách quan, như thị của Phật giáo, một cái nhìn phi khổ đau, trung đạo, vô vi và thanh tịnh, như chính đức Phật xác định quan điểm của Ngài: "*Khi Như lai thanh tịnh, Như lai thấy thế giới thanh tịnh.*"

Duyên khởi nói lên thực tính của các pháp, thực tính ấy là "*duyên sinh tính*" hay "*vô ngã tính*," bởi vì "*gọi là duyên sinh là các pháp được tác thành, hữu vi, biến hoại, tan rã, đoạn diệt, vô thường.*" Bài kệ mở đầu Trung Luận của Tổ Long Thọ cũng nói lên ý nghĩa ấy:

" *Bất sinh diệt bất diệt,*

Bất thường diệt bất đoạn,

Bất nhất diệt bất dị,

Bất khứ diệt bất lai".

Thừa nhận thực tại là duyên khởi tức thừa nhận các pháp có "*sinh diệt*;" cũng chính do duyên khởi mà các pháp "*bất sinh bất diệt*," nghĩa là Không. Như Trung Luận viết: "*Vi Không cho nên Có*" (dĩ hữu Không nghĩa cố, nhứt thiết pháp đắc thành). Ở đây không nên hiểu là vì có cái Không cho nên có cái Có, theo tính chất đối đãi của hiện hữu. Nên hiểu bản chất của hiện hữu là Không, là Duyên sinh vô tính. Đó là ý nghĩa Trung đạo của định thức duyên khởi. Chính nhờ sống được trong tính không nên đức vua Trần Nhân Tông sống rất tự tại, không bận lòng với những duyên trần:

"Ở đời vui đạo hãy tùy duyên,

Đói đến thì ăn mệt ngủ liền

Trong nhà có báu thôi tìm kiếm,

Đối cảnh vô tâm hỏi chi thiền". (Hòa Thượng Thích Thanh Từ dịch)

Thật vậy, "*đối cảnh vô tâm*" chính là khi mắt thấy sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân xúc chạm và ý đối với pháp trần sinh diệt mà không sinh khởi ý niệm năng thủ và sở thủ gì nên sắc chẳng khác gì tính không, tính không cũng chẳng khác gì sắc; và thọ, tưởng, hành, thức cũng lại như vậy.

Tóm lại, "*tính không*" là chỉ cho tính không rỗng lặng không sinh diệt của Bát-nhã. Tính không của Bát-nhã là chân tâm không sinh diệt. Vì chân tâm không sinh diệt nên tất cả đều không tâm; vì tất cả chỗ không tâm nên không có chỗ trụ; vì không có chỗ trụ nên năm thủ uẩn này chẳng khác. Theo đó, mọi hiện tượng đều xuất phát một cách nội tại từ "*Không*", không do tác nhân bên ngoài. Chúng xuất hiện trong thế gian và tuân thủ nguyên lý Duyên khởi, đủ điều kiện thì sinh, đủ điều kiện thì diệt. Các hiện tượng đó không ai làm chủ nhân, chúng làm tiền đề cho nhau để sinh và diệt. Khi sinh thì sinh từ chân không, khi diệt thì không còn chút bóng hình lưu lại. Các hiện tượng, mà trong đạo Phật gọi là "*pháp*", không chịu sự hạn chế nào cả, không có ai lèo lái. Khi đủ điều kiện thì mọi hình thái của sự sống đều khả năng xuất hiện.

2.3. Tu tập về giải thoát qua Tâm kinh Bát nhã

Quán Ngủ uẩn là không để sống cuộc đời trọn vẹn và ý nghĩa. Đối với bản thân tu tập Giới để kiểm soát thân, khẩu, ý của mình không để tham, sân, si làm chủ dẫn dắt, tạo nghiệp. Tu Định để tâm luôn được an trú trong chính niệm tỉnh thức không chạy theo sắc, thanh, vị... trần những duyên bên ngoài làm cho dính mắc và chi phối khiến thức tâm dao động khổ vui đeo bám theo hoài. Tu Tuệ để luôn nhận ra các Pháp là Vô thường, Khổ, Vô ngã để tập dần Buông xả. Đối với tha nhân thực hành hạnh bố thí, nhẫn nhục để đem lại niềm vui và lợi ích cho người. Không chấp Ta - Người để khoảng cách phân biệt làm nên bao nhiêu phiền não vì đạo Phật không phải chỉ cầu giải thoát cho bản thân mà sự giải thoát đến từ niềm hạnh phúc và sự giải thoát của tha nhân.

Tâm kinh Bát nhã giống như tiếng chuông cảnh tỉnh hành giả trên con đường tu tập hằng ngày. Một lần tụng một lần nghe là một lần tỉnh thức biết rằng nhân và pháp là không nên không chỗ chấp mắc. Quán chiếu tâm, cảnh vốn vô thường vì thế không mong cầu hay giao động trước muôn ngàn thế sự đến đi. Dưới nền tảng của Giới-Định-Tuệ để phát khởi sự quay về tìm phiên bản tốt nhất của chính mình- cái tâm bản lai bất sinh, bất diệt, bất tăng, bất giảm,

bình đẳng giữa nhân ngã, bỉ thử.

Quán chiếu Bát nhã để đạt được tâm giải thoát và tuệ giải thoát mới thật sự tự do, tự tại trước những cái thấy cái nghe của trần cảnh mà không gì làm trói buộc. Vạn Pháp là một dòng chảy của duyên khởi nên khi duyên đến thì làm, duyên đi thì buông. Như Hương Hải Thiền Sư nói cho Vua Lê Dụ Tông về ý chỉ của Phật: *“Nhận quá trường không, Ảnh trầm hàn thủy, Nhận vô di tích chi ý, Thủy vô lưu ảnh chi tâm”*.

Nghĩa là Nhận bay trên không, Bóng chìm đáy nước, Nhận không có ý để dấu, Nước không có tâm lưu bóng. (H.T Thanh Từ). Tâm không chút dính mắc ấy là tâm không ràng buộc đạt đến thành thoi vô ngại trước danh lợi cám dỗ của cuộc đời mà chư Phật, chư Tổ đã luôn an trú trong ấy chỉ đến với đời trải Đại bi tâm vì chúng sinh mà hóa độ chỉ cho chúng sinh cũng thấy được bản lai diện mục của mình xưa nay là như thế quay về sẽ thấy được Niết-bàn ngay nơi hiện tiền mà không cầu tìm đâu xa.



Kết luận

Bồ tát Quán Tự Tại trước tất cả những pháp đối đãi nhị nguyên ở trần gian này Ngài được tự tại nên không gì làm Ngài vương bận hay đau khổ nhờ Ngài tu quán chiếu về năm uẩn đều Không mà đạt đến sự tự tại đó. Vì vậy đây là con đường duy nhất cho tất cả chúng hữu tình muốn vượt qua tất cả những khổ ách phải tu theo hạnh của Ngài khi thấy năm uẩn là Không rồi thì có gì để đắc nên tất cả Ngài đều *“Vô sở đắc”* mà xa rời được vọng tưởng điên đảo chúng đắc Niết bàn.

Trên con đường tu tập, để nối bước theo dấu chân Ngài, thiết nghĩ hành giả là người muốn giải

thoát phải tinh tấn thiền định, phải giữ gìn giới luật nghiêm minh thì trí tuệ phát sinh. Trí tuệ là lưỡi gươm sắc bén nhất, có thể cắt đứt được tận gốc rễ của phiền não, tham, sân, si. Khi các kiết sử được đoạn tận gốc rễ, chúng ta mới được an vui, giải thoát. Sự an vui giải thoát này không ở đâu xa, mà chính ở ngay trong cuộc sống này.

Khổ đau bắt nguồn từ thói quen bám víu vào tính chất cố định của thực tại, trong khi thật sự không có gì là cố định cả. Thói quen này đã ăn sâu trong tâm, nhất là thói quen bám vào khái niệm về cái tôi. Chính thái độ chấp bám này là gốc rễ của mọi vấn đề lớn của con người khi tiếp xúc với thế giới và con người xung quanh. Và cũng vì thói quen này đã ăn sâu trong tâm thức, nên cho đến khi nào tự mình phá vỡ nhận thức tà kiến của chính mình về bản thân và về thế giới xung quanh, ngoài ra không còn con đường nào khác để đến với giải thoát chân chính. Khi thấy được nhân không và pháp không thì chúng ta sẽ được tự tại trong cái nhìn, cái thấy, cái nghe giống như Quán Tự Tại Bồ tát- Ngài đã tự tại được trong mọi Pháp; như chư Phật và Bồ tát đến đi trong cuộc đời này không bị vướng bận bất cứ điều gì chỉ tùy duyên mà ứng hiện để cứu đời, vì nguyện mà hiện thân vô số.

Nhờ thiền quán về tính Không, chúng ta vượt qua được những đối đãi nhị nguyên, quán chiếu mọi hiện tượng, mọi sự, mọi vật đều bình đẳng và sự lo âu, sợ hãi trước nghịch cảnh sẽ được vượt qua, và được chiến thắng. Nhờ thiền quán về tính Không, và luôn luôn sống với “trí tuệ bát nhã”, chúng ta có thể buông xả chấp ngã, chấp pháp. Như thế ở đâu hành giả cũng được tự do và hạnh phúc như Sư Viên Minh đã nói: “Tự do là ung dung trong ràng buộc, Hạnh phúc là tự tại giữa đau thương”. Giải thoát ngay nơi chân tâm này.

Tác giả: **Thích Quảng Nhật**

Học viên Cao Học Khoa Triết học Phật giáo Khóa II - Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

1. Vu Lăng Ba giảng, Lê Hồng Sơn dịch, Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh, (2021), Nxb Đà Nẵng.
2. Thích Minh Châu, Tương Ưng Bộ Kinh, Quyển 3, Kinh Vô Ngã Tướng.
3. Thích Quảng Độ dịch, Phật Quang Đại Từ Điển tập 2, (2014), Nxb Phương Đông.
4. Thích Thắng Giải, Giảng Nghĩa Kinh Kim Cang, Bát Nhã và 33 Bài Kệ Của Các Vị Tổ Ấn-Hoa, (2021), Nxb Tổng Hợp Tp.HCM.
5. HT.Tuyên Hóa, Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh Phi Đàm Tụng Giải, (2008), Xuất bản Tổng Hội Phật Giáo Pháp Giới Vạn Phật Thánh Thành Mỹ Quốc, California
6. Kimura Taiken, HT.Thích Quảng Độ dịch, Đại Thừa Phật Giáo Tư Tưởng Luận, (1969), Viện Đại Học Vạn Hạnh Xuất Bản.
7. Thích Tâm Thiện dịch và chú, Kinh Trái Tim Tuệ Giác Vô Thượng, (2000), Nxb TpHCM.
8. Thích Chơn Thiện, Lý Thuyết Nhân Tính Qua Kinh Tạng Pali, (1996), Nxb Phương Đông.
9. HT. Thích Phổ Tuệ, Phật Học Là Tuệ Học, (2022), Nxb Tôn Giáo.