

TẠI SAO CÓ DANH HIỆU QUÁN THỂ ÂM BỒ TÁT

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

PHẬT HỌC

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

ISSN: 2734-9195





Quán Thế Âm Bồ tát, còn được gọi là Bồ tát Quán Tự Tại, nghe có vẻ xa lạ nhưng thực chất đây là danh xưng khác của Quán Thế Âm Bồ Tát. Tên gọi Quán Tự Tại xuất phát từ chính pháp môn mà Ngài tu tập. Chính vì hạnh nguyện cứu khổ, ban vui và sự ứng hóa khôn cùng của Ngài

Thượng tọa Thích Thiện Hạnh

Phó Viện Trưởng Phân Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam tại Hà Nội

Trong nhân gian, thường xưng tán và nhắc đến tên nhiều nhất, đó là Quán Thế Âm Bồ Tát. Ngài là một vị Bồ tát hiện thân lòng Từ Bi, của tất cả chư Phật, thực hiện từ bi cứu khổ cứu nạn tất cả chúng sinh, trong sáu nẻo luân hồi. Bởi vì hạnh nguyện của ngài lúc nào cũng an ủi, nhắc nhở, khuyên nhủ, đem lại nguồn an vui cho tất cả chúng sinh. Ở đâu có tiếng than, có nỗi khổ, thì Ngài đều đến để cứu vớt. Vì vậy ngài tượng trưng cho tâm hạnh từ bi.

Với tinh thần từ bi, cứu khổ, cứu nạn giúp chúng sinh, thoát khỏi những nỗi khổ niềm đau, những ô nhiễm do thân và tâm gây ra, hướng đến mục đích tối thượng là đạt được sự giác ngộ rốt ráo. Mà đích đến cuối cùng, đó chính là sự giải thoát hoàn toàn. Vì vậy chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu câu nguyện thứ nhất trong mười hai câu nguyện của ngài Quán thế Âm Bồ Tát.

Trong Phẩm Phổ Môn, kinh Diệu Pháp Liên Hoa, thường tụng hàng ngày có đoạn kinh văn như sau: *“lúc bấy giờ, ngài Vô Tận Ý Bồ Tát, liền từ chỗ ngồi đứng dậy, trịch áo vai mặt, chấp tay hướng Phật và bạch rằng: bạch Đức Thế tôn! Ngài Quán Thế Âm Bồ Tát do nhân duyên gì mà tên là Quán Thế Âm.?”*

Phật bảo Ngài Vô Tận Ý Bồ Tát: *“Thiện nam tử! Nếu có vô lượng trăm nghìn muôn ức chúng sinh chịu các sự khổ não, thoáng nghe Quán Thế Âm Bồ Tát, hãy một lòng xưng danh Quán Thế Âm Bồ Tát liền được giải thoát. Nếu có người trì danh hiệu Quán Thế Âm Bồ Tát, dầu vào trong lửa lớn lửa chẳng cháy được, nhờ sức oai thần của bồ tát. Nếu bị...xưng danh hiệu Quán Thế Âm Bồ Tát, thì những người đó liền được thoát khỏi nạn...Do nhân duyên đó mà có tên là Quán Thế Âm.”*

Quán Thế Âm Bồ tát, còn được gọi là Bồ tát Quán Tự Tại, nghe có vẻ xa lạ nhưng thực chất đây là danh xưng khác của **Quán Thế Âm Bồ Tát**. Tên gọi Quán Tự Tại xuất phát từ chính pháp môn mà Ngài tu tập. Chính vì hạnh nguyện cứu khổ, ban vui và sự ứng hóa khôn cùng của Ngài, như trong nguyện thứ nhất đã nói lên:

*“Khi thành Bồ Tát
Danh hiệu tôi: Tự Tại Quán Âm
Mười hai lời nguyện cao thâm
“Nghe tiếng cứu khổ, Quán Âm thề nguyện”*

Trong câu nguyện này đã nói lên sức mạnh, lời nguyện từ bi và chứa đựng vô lượng công đức, toả hào quang sáng chói, chiếu sáng khắp mười phương trên thế gian này, để cho chúng sinh trong cõi trần gian luôn được an yên, và hạnh phúc. Do Ngài quán biết căn cơ của toàn bộ chúng sinh, nên sự giáo hóa cũng đạt đến Tự tại.

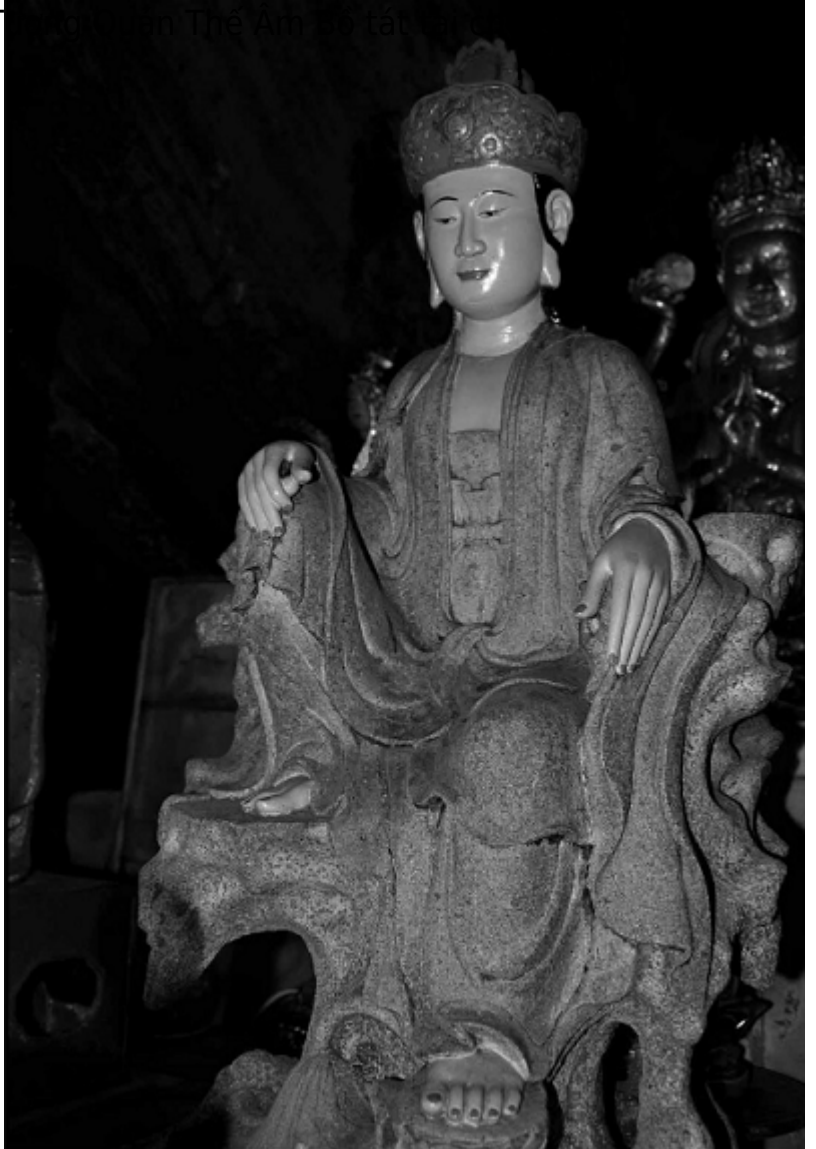
Sở dĩ Ngài mang tên gọi như vậy, là do Ngài có năng lực cứu độ, giúp chúng sinh rời xa khổ nạn, có được sự an nhiên, hoan hỉ, an lạc trong cuộc sống. Với hạnh nguyện cứu độ tất cả chúng sinh, Ngài đã hiện thân làm Quán Thế Âm Bồ Tát và thường trụ ở thế giới Ta Bà.

Cùng với hạnh nguyện từ bi cứu khổ cứu nạn, mỗi khi chúng sinh bị khổ ách, nguy cấp liền nhất tâm niệm danh hiệu của bồ tát, ngài liền quán xét âm thanh đó, lập tức cứu họ thoát khỏi tai ách. Ngài là vị Bồ Tát luôn quan sát, lắng nghe tiếng kêu cứu khổ của chúng sinh trong cõi thế gian ô trược này, chứng kiến chúng sinh u mê không tỉnh, Ngài tùy duyên mà ứng hiện ra các hình tướng khác nhau để cứu khổ, độ sinh, thoát khỏi những đau khổ.

Ngài cũng có đầy đủ Bi- trí, đại diện cho tinh thần đại Bi của Phật giáo, sự giáo hóa của Ngài đạt đến chỗ tự tại, nên được gọi là Quán Tự Tại Bồ Tát.

Trong Bát Nhã Tâm Kinh, vị Bồ tát này mang tên là Quán Tự Tại dựa trên pháp môn tu tập của ngài. Khi quán chiếu thâm sâu vào chính mình, ngài nhận thấy năm uẩn không có tự tính và đều là giả tạm, ngộ ra được điều đó, ngài vượt thoát tất cả mọi khổ đau ách nạn.

Cho nên ngay đầu Bát Nhã Tâm Kinh có đoạn văn kinh như sau: *“Quán Tự Tại Bồ tát hành thâm Bát Nhã Ba la mật đa thời, Chiếu kiến ngũ uẩn giai không độ nhất thiết khổ ách”*. Có nghĩa là: *“Khi Bồ tát Quán Tự Tại thực hành trí tuệ giải thoát thâm sâu. Thấy rõ mình là Không,*



ngài vượt qua tất cả khổ nạn”. “Vượt qua tất cả khổ nạn” chính là “giác ngộ”, và nhận thấy rằng, năm uẩn đều là giả tạm, không có tự tính, Ngài ngộ ra được điều này và vượt qua mọi đau khổ, ách nạn.

Vậy hai câu đầu của Bát Nhã Tâm Kinh có nghĩa là: “*Khi Bồ tát Quán Tự Tại thực hành trí tuệ giải thoát thâm sâu. Thấy rõ mình là Không, ngài giác ngộ.*” Trong vô lượng kiếp Ngài hành Lục độ, ngày nay đạt được kết quả viên mãn. Kết quả này là nhờ vào trí tuệ quán chiếu, tạo thành mười thứ tự tại mà Ngài đạt được gồm:

- *Tâm tự tại không nhiễm sinh tử;*
- *Trí tự tại hiểu rõ tất cả các lời nói ngôn ngữ;*
- *Pháp tự tại gồm khế lý, khế kinh, khí cơ do tuệ mà được;*
- *Nghiệp tự tại: Chỉ làm điều thiện đồng thời khuyến khích mọi người cùng làm;*
- *Giải thoát tự tại: Có thể biến hóa tùy ý do nhẫn mà có được;*
- *Sinh tự tại: Tùy theo mong muốn mà thọ sinh, do giữ giới mà có được;*
- *Thần lực tự tại: Thần thông tối thắng do định mà được;*
- *Nguyện tự tại: Muốn gì được nấy do tinh tiến mà được;*
- *Thọ tự tại: Tuổi thọ có thể kéo dài theo mong muốn;*
- *Tài tự tại: Tiền của dư dả do hạnh bố thí mà có được.*



Với hạnh nguyện từ bi, dù ở kiếp nào, Ngài cũng đã phát nguyện rằng trong thời gian tu hạnh Bồ Tát, nếu có chúng sinh nào gặp nguy khốn, khổ não, không ai cứu độ, không nơi nương tựa, chỉ cần nhất tâm tụng xưng danh hiệu Ngài. Ngài quán chiếu âm thanh đó, mà giúp chúng sinh thoát khỏi khổ đau, có được cuộc sống an lạc, bình yên.

Pháp môn tu hành của Ngài là quán chiếu, xem xét. Do đó ta có thể nói: Quán Tự Tại Bồ Tát là vị Bồ Tát không bị trói buộc, không khuôn phép do không dính mắc, không đi theo thói quen, mà bản tính tiềm năng, mọi thứ luôn tự nhiên. Ngài đã đạt được giác ngộ, thấu hiểu chân lý vũ trụ, và chứng đắc thân thông “*nhĩ căn viên thông*”, thấu hiểu tất cả âm thanh vũ trụ, như người đã tỉnh tường ngôi nhà “vũ trụ” đó, nghe thấu hết các thanh âm dù là nhỏ nhất.

Khi con người khao khát tri thức và trí tuệ, thì Bồ Tát Văn Thù, trở thành biểu tượng, thể hiện trí tuệ thánh thiện. Ngược lại, khi nhân loại cần tình thương, sự che chở và bảo hộ, [Quán Thế Âm Bồ Tát](#) sẽ trở thành điểm tựa tinh thần, đem lại sự ấm áp và an ủi trong cuộc sống đầy

biến đổi, đau khổ.

Hai vị Bồ Tát này, (Quan âm và Văn Thù) là biểu tượng tiêu biểu, cho hai khía cạnh quan trọng của “từ bi” và “trí tuệ”, hai tính chất quan trọng, vốn hiện hữu trong tất cả các tài liệu kinh điển của Phật giáo. Trong số đó, hình tượng của Bồ Tát Quán Thế Âm, người tượng trưng cho tình thương vô biên và vô hạn, được tôn vinh là người mẹ hiền hơn cả mọi mẹ hiền trong thánh nhân.

Với lòng từ bi, khả năng cứu độ không biên giới và không ngừng nghỉ, Ngài luôn được đức Phật đề cập trong các kinh điển Đại Thừa và nhận được lòng tôn kính từ người đời, được xem như là người đánh thức những người đang ngủ mê trong “ngôi nhà” thế tục. Do đó, khi chúng sinh xưng niệm danh hiệu của Ngài, thì sẽ được Ngài “lắng nghe tiếng cầu khẩn”, giúp thoát khỏi khổ đau và hoạn nạn, do đó, Ngài thường được tôn vinh là Quán Thế Âm.

Cho nên hàng ngày chúng ta phải “*nhìn bên trong chính mình*”. Chỉ cần chúng ta biết quán chiếu chính mình, nhận chân được rõ ràng chính mình, thì ngay giờ phút đó bản thân đã đạt được thành tựu. Chỉ cần tâm mình tự tại thì tất cả mọi cảnh giới sẽ tự tại.

Trong cuộc sống nếu tâm trí chúng ta không thường tồn an tĩnh, tự tại, thì Khiến cho tâm chúng ta vẫn còn dao động, không kiên định, mà tạo thành thói quen không giữ vững bản tâm, từ đó ngày càng dẫn đến gia tăng thêm sự trói buộc đứng trước tám ngọn gió: tán dương ca tụng, hiềm khích, hủy báng, danh dự, lợi dưỡng, suy tàn khổ đau và khoái lạc độc hại, khi cơn gió lốc thổi qua mà tâm ta vẫn không bị lay động thì chúng ta đã thành tựu được đức hạnh tự tại.

Nếu ta “*thấy rõ ta là Không*” đương nhiên là ta đã “*có trí tuệ giải thoát thâm sâu*”, “*Khi ta nhìn bên trong chính mình và thấy rõ mình là Không, thì ta đã giác ngộ*.” Từ đó, cảm ngộ được sự tự tại trên con đường tu tập, dễ dàng buông bỏ những sợi dây xiềng xích vô hình trói buộc. Do đó chúng ta hàng ngày phải tự quán chiếu, quan sát, xem xét chính mình để có thể “*Chiếu kiến ngũ uẩn giai không*”.

Đây cũng là điều đầu tiên người tu hành cần làm, đó chính là tự soi xét, quán chiếu xem bản thân mình mắc lỗi ở đâu thì sửa đổi ngay, không nên chỉ nhìn mà chấp nhận lỗi lầm của thế gian. Nhờ như vậy mà trong từng phút giây chúng ta luôn phản tỉnh bản thân, có được sự tự tại trong tâm, có được cuộc sống an lạc, nhẹ nhàng, đối nhân xử thế phù hợp, luôn cảm thấy mọi khó khăn nghịch cảnh trở nên dễ tiếp nhận hơn, và dễ từ bỏ thói quen dẫn đến cái khổ, từ đó dễ đạt được sự viên mãn.

Chỉ có ai đã trải qua nỗi đau khổ tột cùng, mới có khả năng cảm nhận được hạnh phúc tột cùng. Khổ đau đến giống như những ngày mưa gió bão bùng, để nhắc nhở chúng ta biết sống và trân quý, những ngày nắng đẹp gió hiền. Tất nhiên, không ai muốn mình bị đau khổ và luôn tìm mọi cách để tránh né chúng. Nhưng đôi lúc chúng ta cũng cần có đau khổ, để cảnh báo mình phải dừng lại, để đánh giá cuộc sống của chính mình.

Những người đạt đến đỉnh cao hạnh phúc trong đời sống, là những người biết hướng tâm về

tâm linh và thường không quan tâm nhiều đến vật dục. Mỗi ngày, chúng ta phải trải qua một cuộc đấu tranh lớn bên trong nội tâm. Đó là cuộc đấu tranh giữa thể xác và tâm linh. Thể xác là nơi phát sinh những đam mê vật dụng, mà mình sinh ra đã có, tạo tác trong quá khứ.

Đau khổ thường xảy ra, khi vật dụng không được đáp ứng thỏa đáng và tâm linh, thì cứ tiếp tục đòi hỏi thêm mãi. Nghĩa là thân và tâm không được hòa hợp bình an. Sống ở đời mà không có đau khổ thì đời người thật là trống vắng và buồn chán. Điều đáng nói ở đây là tại sao đau khổ? Mà đau khổ lại cần thiết trong đời sống? Đau khổ sẽ mang lại lợi ích gì mà mình cần đến nó? Nếu chúng ta tư duy cho kỹ mình sẽ thấy, tại sao Phật lại nói về khổ đế (sự thật về khổ), là một trong bốn sự thật (Tứ đế).

Trong bài giảng đầu tiên, chuyển Pháp luân. Tại sao đức Phật không khởi đầu bằng đạo đế (sự thật về đạo)? nhớ lại lịch sử khi đức Phật còn là Thái tử, trong lúc dạo chơi ngoài thành, ngài đã trực tiếp nhìn thấy khổ đau. Ngài kinh ngạc phát hiện ra rằng, những khổ đau này không chữa ai cả! Như lời ông Xa nặc đã trả lời: *"hể làm con người tức là phải có bệnh, có lão, và có tử, không ai có thể tránh khỏi"*.

Ngài lại càng ngạc nhiên hơn, khi thấy hầu như ai cũng mặc nhiên chấp nhận sự thật này, mà không hề làm một cái gì đó để tránh né. Khổ đau là đầu mối, khiến Thái tử Sĩ Đạt Ta ưu tư không dứt và đây chính là một trong những nguyên nhân khiến ngài quyết tâm cầu đạo giải thoát. Bởi vì, đức Phật, và chư Bồ Tát, đã quán chiếu rõ được trạng thái tâm bất an, với trạng thái tâm an lạc là điều quan trọng nhất.

Trạng thái tâm quấy nhiễu sự an bình nội tại, như giận, ganh ghét, tham ái, gọi là si mê. Chúng là nguyên nhân chính gây ra tất cả khổ đau. Chúng ta nghĩ rằng khổ đau của bản thân là do người khác mang đến như; điều kiện vật chất nghèo, và xã hội...gây nên, thế nhưng, thực tế khổ đau bắt nguồn từ trạng thái tâm si mê của chúng ta. Điểm quan trọng trong tu tập, là giảm thiểu và cuối cùng loại trừ tất cả suy mê của chúng ta, và thay vào đó là trạng thái tâm an tịnh chân chính. Đây là điểm cốt lõi trong tu tập quán chiếu.

Trong đời sống hàng ngày, chúng ta suy nghĩ, nói năng, và hành động, nhưng những tư tưởng câu nói và hành động đó, có thể đang làm hại bản thân của chúng ta, mà chúng ta không biết. Cho nên hàng ngày chúng ta phải quán chiếu để nhìn thấy cái bản thân của ta. Làm thế nào để ta hiểu được ta và như vậy ta mới có thể thương ta.

Thông thường chúng ta tìm hạnh phúc bên ngoài như; vật chất, công việc, vị trí xã hội...tốt hơn, nhưng dù cho chúng ta có thành công đến đâu về mặt bên ngoài, chúng ta vẫn gặp phải nhiều vấn đề rắc rối và không toại ý. Thật sự chúng ta không thể tránh khỏi những vấn đề tự nhiên trong cuộc sống như: Bệnh tật, già yếu, chết. Chính vì vấn đề này mà khiến chúng ta không bao giờ có được sự an lạc và hạnh phúc lâu dài.

Cho nên, đức Phật khuyên chúng ta không nên tìm hạnh phúc bên ngoài, mà hãy thiết lập hạnh phúc chính trong nội tâm của chúng ta. Vậy làm sao chúng ta có thể đạt được điều này? Chúng ta hãy thanh tịnh hóa và kiểm soát tâm thông qua việc tu tập pháp pháp và thực hành quán chiếu. Chúng ta luyện tập được như vậy thì tâm của chúng ta an tĩnh và hạnh phúc trong

mọi lúc mọi nơi, và mọi hoàn cảnh. Dù cho bên ngoài chúng ta gặp phải những khó khăn trở ngại gì thì chúng ta cũng luôn an lạc và hạnh phúc.



Như chúng ta đã biết, mục đích của đức Phật Thích Ca Mâu Ni thị hiện trên thế gian này là, để khai thị cho chúng sinh ngộ nhập Phật tri kiến của chính mình, như trong tinh thần kinh Pháp Hoa đã đề cập. Nói một cách khác, sự ra đời của đức Phật là để chỉ ra bản tâm thanh tịnh sáng suốt chưa từng bị ô nhiễm của mỗi chúng ta.

Bản tâm thanh tịnh đó, trong thuật ngữ nhà Phật gọi là chân tâm hay còn gọi là Phật tính, nó hiện hữu sống động, thể hiện nói lên sự sáng suốt tính giác và lương tri đạo đức, luôn thường hằng trong đời sống tâm linh của tất cả mọi người, dù cho chúng ta đang sống lăn lộn trong cõi phàm trần, và nhiều vọng động, bị ngũ dục cám dỗ, phiền não chi phối....

Khi chúng ta mở lòng tiếp nhận, nguồn tuệ giác và cảm thọ lòng đại bi tâm từ nơi đức Phật và Bồ Tát, thì bắt đầu từ trong tiềm thức sâu xa và trong tâm hồn sâu lắng của chúng ta, dù ít hay nhiều, cũng sẽ hình thành nên một nhân cách sống đạo, để chuyển hóa nghiệp lực bản thân. Nhân cách văn hóa đặc thù tâm linh này, cũng sẽ góp phần, chuyển hóa đời sống còn nhiều khổ đau của nhân loại trong xã hội hiện nay.

Đây cũng là nền tảng, là tiền đề để tăng ni Phật tử nói riêng và toàn xã hội nói chung, cùng nhau chung tay tích cực góp phần xây dựng nên một thế giới an lành, hòa bình lâu dài và bền vững.

Khi nói đến nhân cách của một con người, tức là chúng ta nói đến phẩm chất giá trị đạo đức của con người đó. Bởi nhân cách vĩ đại hay tầm thường của con người, nó tùy thuộc vào giá trị đạo đức và sự giới hạn đạo đức nơi mỗi con người. Ngài là người đầu tiên trên thế gian này, nhận ra chân tướng của nhân sinh và vũ trụ, nơi chân Tâm ngài tròn đầy đức hạnh từ bi hỷ xả.

Người tu hành theo đạo Phật không có từ tâm thì chẳng thể nào giác ngộ và giải thoát được. Cũng chính tầm quan trọng này, mà tinh thần từ bi và trí tuệ luôn được hiển bày. Trong pháp môn tu tập có tám muôn bốn ngàn phương tiện. Mỗi phương tiện thông qua, đức Phật đã định hướng rất cụ thể trong cách ăn, cách nói, cách suy nghĩ, cách giao tiếp, cách hành động...

Nói chung đó là cách sống đạo, tức là nếp sống lấy đạo đức và tình thương (từ bi) làm nền tảng, lấy trí tuệ lèo lái cuộc sống đi theo con đường chân Thiện Mỹ, nói chung đã là một phương cách sống để chuyển hóa ba nghiệp: thân- khẩu- ý, từ vận động, bất tịnh, trở nên sáng suốt thanh tịnh.

Ngài đã giúp cho chúng ta trong đời sống này từng bước xa rời tham, sân, si, để từ đó, trong mỗi lời nói, mỗi suy nghĩ, mỗi việc làm, điều nhiếp nhàn vận hành trong quỹ đạo giới- định- tuệ, nhiếp nhàn trong quỹ đạo chân- thiện- mỹ, để tiến đến thể nhập chân tâm, chứng ngộ Phật tính.

Trong bát Chính đạo (Tám con đường diệt khổ) Của đạo Phật thì Chính nghiệp là một trong tám con đường phật dạy diệt khổ. Chính nghiệp là hành động, đúng với lẽ phải, phù hợp với chân lý, có lợi ích cho người lẫn vật. Người theo đúng Chính nghiệp là người luôn luôn thận trọng, giữ gìn mọi hành động của mình, để khỏi làm tổn hại đến quyền lợi, nghề nghiệp, địa vị, danh dự, hạnh phúc, tính mạng của người khác.

Đến với đạo Phật, trước tiên chúng ta cần phải có niềm tin vào chính Pháp, một người đệ tử thánh thiện, có niềm tin vững chắc nơi Phật, Pháp và tăng, có đầy đủ những đức tính của bậc thánh, dựa vào những điều đó, thì chúng ta có thể giống như dòng nước chảy xuôi, cuối cùng sẽ đến được bến bờ kia, cắt đứt mọi phiền não. Bởi vì ngôi nhà Tam Bảo là nơi trú ẩn an toàn

và ổn định cho chúng ta trong hiện tại và mãi mãi về sau:

*“Đây là nơi trú ẩn an toàn,
Là nơi nương tựa lý tưởng nhất,
Ai đến đây tìm sự bảo hộ,
Sẽ thoát khỏi mọi sự khổ đau.”*

Quán Thế Âm là vị Bồ Tát quan sát và cảm nhận những khổ đau của chúng sinh trong thế giới, với tấm lòng từ bi sâu sắc, giúp chúng sinh tránh xa khỏi sự phiền não và tìm thấy niềm vui an lạc. Ngài mang trong mình hình ảnh toàn diện của lòng từ bi và tình thương vô biên.

Bởi vì lòng từ bi sâu sắc, Ngài có thể xuất hiện ở bất kỳ hình thức nào, từ hình thân Phật, cho đến hình dạ xoa, la sát, nhằm mang sự giải thoát và cứu độ cho chúng sinh. Chính khả năng hóa thân đa dạng này, đã làm cho hình ảnh của Ngài trở nên sống động và tích cực hơn trong việc cứu độ chúng sinh.

Trong kinh Tương Ưng III, đức Phật dạy: *“Ai không chấp trước, không tham luyến, không suy tưởng, không hoan hỷ về sắc, thọ, tưởng, hành, thức... người ấy giải thoát khỏi ác ma”*. Như vậy, vấn đề chủ yếu không phải là sự hiện hữu của năm uẩn mà chính là sự có mặt của chấp trước và tham luyến năm uẩn. Con người có thói quen tư duy về ngã, về cái tồn tại, cái chủ động đằng sau cái biến động, nên mọi sự rối loạn từ đó mà sinh.

Mặt khác, chúng ta thường bị dính mắc, bị cột chặt vào một cái gì đó như là thân thể hay tình cảm, tư tưởng... nếu cái ấy bị mất mát, bị lấy đi, tâm tư chúng ta sẽ trống rỗng, bị khủng hoảng ngay. Phật dạy: *“Người ngu thường nghĩ rằng thân này là chính ta, ta có cái thân này, thân này ở trong tự ngã hoặc có tự ngã ở trong thân... Cái khổ này là chính ta, ta có nỗi khổ này, nỗi khổ này ở trong ta, ta đang ở trong cái khổ...”*.

Do vậy, khi sắc thân, cảm thọ... thay đổi, con người thay đổi theo; sợ hãi, chướng ngại, khát vọng và phiền muộn phát sinh. Khi tâm chấp trước và tham luyến được rũ bỏ, năm uẩn là thanh tịnh, là vô lậu, là pháp uẩn. Khi ấy sắc thân là thân tự tại, thọ là tâm từ bi, tưởng là trí vô phân biệt, hành là trí thanh tịnh và thức là trí căn bản. Như vậy, đạt được giải thoát hoàn toàn như Bát Nhã Tâm kinh nói: *Vượt thoát mọi khổ ách*.

Đây là chìa khoá, để cho chúng ta thấy, hiểu biết được tự thân, tính trạng sắc, thọ, tưởng, hành, và thức của chính mình. Hiểu được thì có thể chấp nhận được và ta bắt đầu có an. Đạo Phật là đạo trí tuệ, tự bản thân mình phải đem tuệ giác vào cuộc sống, để nhập thể hành đạo.

Vì vậy chúng ta hãy ngồi lại, thả sáng chính niệm, chiếu vào năm yếu tố là sắc, thọ, tưởng, hành và thức của mình để thấy được những cội nguồn của tính trạng năm uẩn đang có mặt. Thấy được cội nguồn tức là thấy được bản chất, thấy được tự tính, hòa nhập vào xã hội, giúp mọi người an vui, hạnh phúc làm sáng tỏ Phật pháp.

Đó cũng là điểm sáng của Phật giáo Việt Nam, cùng xã hội hướng tới mục tiêu *“tốt đời đẹp đạo”*. Bốn đặc tính cơ bản của Phật giáo mà đời thường chúng ta hay ví như *“kim chỉ nam”* cho mọi người hành động để hành đạo, đó là tính *“nhân bản- bình đẳng- từ bi- vô ngã”*. Muốn

thành đạt, thì chúng ta phải “*tu thân*” muốn “*tu thân*” thì phải “*Chính Tâm*” và đặc biệt phải thành ý. Đồng thời phải biết tu học và thực hành theo lời Phật dạy, đưa Phật pháp vào đời, làm lợi ích cho nhiều người.

NAM MÔ ĐẠI TỪ ĐẠI BI QUÁN THẾ ÂM BỒ TÁT

Thượng tọa Thích Thiện Hạnh

Phó Viện Trưởng Phân Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam tại Hà Nội