



Chương II

Tứ Diệu Đế

Trái tim của giáo lý Đức Phật nằm ở chỗ **Tứ Diệu Đế** (*Cattari Ariyasaccani*) mà Phật đã trình bày trong *Bài Thuyết Giảng Đầu Tiên*¹ cho những người bạn tu khổ hạnh trước kia (5 anh em *Kiều Trần Như*) tại Isapantana (thuộc xứ Sarnath ngày nay) gần Banares (Ba-la-nại), Ấn Độ. Trong bài thuyết pháp này, như chúng ta cũng đọc thấy trong bản kinh nguyên thủy này, thì Tứ Diệu Đế (*Bốn Chân Lý Cao Diệu*) được thuyết giảng một cách ngắn gọn. Nhưng ở rất nhiều chỗ khác trong các tạng kinh nguyên thủy, Tứ Diệu Đế đã được giảng giải đi, giảng giải lại rất nhiều lần bằng nhiều cách khác nhau và với nhiều chi tiết giảng giải khác nhau.

Nếu chúng ta nghiên cứu *Bốn Diệu Đế* cộng với việc học hiểu tất cả những lần giảng giải khác nhau đó của Đức Phật, chúng ta sẽ hiểu khá tốt và chính xác về những lời dạy căn bản và cốt lõi của Đức Phật theo đúng tinh thần của kinh tạng nguyên thủy.

Bốn Diệu Đế là:

(1) *Dukkha*²—*Khổ* (Sự Thật về Khổ).

¹ *Dhammacakkappavattana Sutta* (*Kinh Chuyển Pháp Luân*). Mhvg. (Alutgama, 1922), trang 9 & sau, SV (PTS), trang 420 & sau.

² Tác giả để nguyên danh từ “*Dukkha*” trong nguyên bản thay vì dịch để gây hiểu lầm, bởi vì danh từ này bao hàm nhiều nghĩa rất sâu rộng, như sẽ được giảng giải ở phần sau của Chương này.

(2) *Nguyên Nhân của Khổ* (Sự Thật về Nguồn-gốc Khổ: *Dukkha-samudaya*).

(3) *Sự chấm-dứt khổ* (Sự Thật về sự Diệt-Khổ: *Dukkha-Nirodha*).

(4) *Đạo* (Sự Thật về Con-đường dẫn tới sự Diệt-Khổ: *Magga*).

Diệu Đế Thứ Nhất

(Sự Thật về “Khổ”)

Diệu Đế Thứ Nhất (*Dukkha-arigasacca*) từng được các dịch giả dịch là: “*Chân lý về khổ đau*” (như khổ sở và đau đớn...) và thường được diễn dịch theo nghĩa là: ‘Cuộc đời, theo ý Phật giáo, chẳng có gì ngoài khổ sở và đau đớn’. Cả hai cách dịch từ và dịch nghĩa trên đều không thỏa đáng và gây hiểu lầm. Bởi vì đó là cách dịch lướt, tùy tiện và hẹp nghĩa đó đã làm cho nhiều người hiểu lầm đạo Phật là bi quan.

Trước hết, Phật giáo không phải bi quan cũng không phải lạc quan. Nói đúng hơn, Phật giáo là *thực tiễn*, vì Phật giáo mang một cách nhìn về cuộc đời và thế gian một cách thực tế. Phật giáo nhìn sự vật một cách khách quan (*yathàbhutam*). Phật giáo không ru ngủ bạn vào một thiên đường nguy tạo mà cũng không làm bạn sợ hãi hay đau thương bằng những nỗi-sợ và tội-lỗi do tưởng tượng. Phật giáo chỉ cho bạn một cách nhìn khách quan bạn là ai và thế giới xung quanh bạn là gì, và chỉ cho bạn con-đường để đi đến sự tự-do, sự bình-an, sự thanh-tĩnh, và hạnh-phúc hoàn toàn.

Một người thầy thuốc có thể coi một căn bệnh là ghê gớm theo một cách thái quá và do vậy ông buông bỏ mọi hy vọng chữa chạy.

Một người thầy thuốc thì quá khinh suất, coi căn bệnh không là vấn đề gì lớn lao và không cần nghiên cứu chữa trị nghiêm túc và do vậy làm cho bệnh nhân yên tâm một cách sai lầm về căn bệnh của mình. Bạn có thể gọi người thứ nhất là bi quan và người thứ hai là lạc quan. Cả hai trường hợp trên đều nguy hiểm.

Nhưng có một vị thầy thuốc thứ ba chẩn đoán căn bệnh một cách đúng đắn, hiểu rõ được nguyên nhân và bản chất của căn

bệnh, do vậy thấy rõ căn bệnh có thể trị được, và tự tin đưa ra phương pháp trị-liệu, nên cứu sống được bệnh nhân. Đức Phật cũng giống như vị thầy thuốc thứ ba đó. Đó là một bác sĩ trí-tuệ và khoa-học đối với *những căn bệnh của thế gian* (*Bhisakkha*, hay *Blaisajya-guru*).

Đúng là trong tiếng Pāli chữ *dukkha* [tiếng Phạn *Duhkha*] có nghĩa thông thường là ‘khổ sở’, ‘đau đớn’, ‘sầu khổ’, ‘thống khổ’ là đối nghĩa với từ *sukkhā* có nghĩa là ‘hạnh phúc’, ‘sung sướng’, ‘dễ chịu’, ‘thoải mái’. Nhưng chữ *dukkha* trong *Tứ Diệu Đế* thì trình bày quan-điểm của Đức Phật về cuộc đời và thế gian với ý nghĩa sâu sắc hơn về mặt triết học, nó chuyển tải nhiều nghĩa rất **sâu rộng** hơn.

Ngoài nghĩa bình thường là “*khổ đau*”, chữ *dukkha* cũng bao hàm các nghĩa trong Phật giáo là: “*không hoàn hảo*”, “*không ổn định*”, “*không thường hằng*”, hay “*vô thường*”, “*trống không*” (*tức không phải là một thực thể gì hết*), “*không chắc chắn*” (*tức luôn thay đổi, luôn biến đổi, có mất, sinh diệt*), cho nên rất khó để mà tìm một chữ nào có thể bao hàm và dịch hết mọi ý-niệm của chữ *dukkha* trong *Tứ Diệu Đế* của Phật giáo. Và do vậy tốt nhất là để nguyên nó, không nên dịch, còn hơn là phải dịch mà không đầy đủ, không thỏa đáng, sẽ làm nhiều người hiểu lầm nếu ta cứ chọn cách dịch theo kiểu truyền thống là ‘đau khổ’ hay ‘khổ sở’.

Đức Phật không nói là không có những hạnh-phúc trong cuộc đời thế tục khi Phật nói cuộc đời này có nhiều đau khổ. Ngược lại, Phật công nhận rất nhiều hạnh-phúc về vật chất và tinh thần có trong đời sống của mọi người sống tại gia cũng như các tu sĩ xuất gia. Trong Bộ Kinh Tăng Chi (**AN**), một trong 05 tuyển tập của Kinh Tạng Pāli chứa đựng những bài giảng của Đức Phật, có ghi một danh sách các loại hạnh-phúc (*sukhani*), chẳng hạn như: Hạnh

phúc của cuộc sống gia đình và hạnh phúc của cuộc sống của người xuất gia đi tu; Hạnh phúc của khoái-lạc giác-quan (dục lạc) và hạnh phúc của sự từ-bỏ được chúng; Hạnh phúc của sự ràng-buộc lẫn nhau và hạnh phúc của sự buông-bỏ được chúng; Hạnh phúc về vật chất và hạnh phúc về tinh thần....³. Nhưng tất cả những loại hạnh phúc đó đều nằm trong chữ *Dukkha*, đều thuộc về sự “Khổ”.

Ngay cả trạng thái tâm linh tinh khiết của những “tầng thiền định” (*jhana*, Phạn: *dhyana*) đạt được bằng phương pháp định-sâu, đó là trạng thái đã đã thoát khỏi bóng dáng của khổ đau theo nghĩa của thế gian, trạng thái đó được mô tả như là niềm hạnh-phúc thuần khiết, không pha tạp; thậm chí đó là trạng thái tầng thiền định (thứ tư) không còn bất kỳ cảm giác sướng (*sukka*) và khổ (*dukkha*) nào nữa, và đó là tầng cảnh giới “thuần túy vắng-lặng”—là cảnh giới tâm linh cao siêu, đầy phúc lành và tĩnh tại đó— nhưng những trạng thái đó cũng còn nằm trong *dukkha*, vẫn nằm trong sự khổ. (*)

Trong một bài kinh thuộc Trung Bộ Kinh (*Majjhima Nikāya*), sau khi đề cao giá trị hạnh-phúc tâm linh của những tầng thiền định này, Đức Phật nói thêm chúng vẫn chỉ là những “trạng thái vô-thường, là khổ, và luôn luôn bị đổi thay” [*aniccādukkha viparināma-dhamma*].⁴

³ A (Colombo), 1929, trang 49.

⁴ *Mahādukkhakkhandha Sutta* (Đại Kinh Khổ Uẩn), M I (PTS), trang 90.

(*) (Ở đây, tác giả muốn nói đến 04 tầng thiền định sắc-giới, từ tầng thiền định thứ nhất đến thứ tư, mà những người tu thiền định chứng đạt được. Theo Phật giáo, ai chứng đắc một trong các tầng thiền định này thì sau khi chết sẽ được tái sinh về những cõi trời sắc-giới (tiên giới) đầy hạnh-phúc. Nhưng những trạng thái vẫn còn nằm trong Khổ, vì vẫn còn thay đổi, vẫn còn sinh tử, chưa phải là niết-bàn).

Chúng ta nhớ rằng chữ “*dukkha*” đã được dùng một cách rõ ràng xác đáng như vậy. Đó là *sự Khổ*, không phải chỉ vì có ‘đau khổ’ theo nghĩa thông thường của thế gian, mà bởi vì: “***mọi thứ vô-thường đều là khổ***” (*yad aniccam tam dukkham*).

Đức Phật thì thực tế và khách quan. Phật đã dạy rằng, khi nói về cuộc đời và sự sung sướng, sự thụ hưởng khoái-lạc giác-quan (dục lạc), chúng ta nên thấu hiểu 03 điều sau đây:

1. *Sự thỏa-thích hưởng lạc (assada)*.
2. *Sự nguy-hại (nguy hiểm, bất toại nguyện sau đó) (ādinava)*.
3. *Sự thoát-khỏi chúng (nissarana)*.⁵

Ví dụ: khi bạn gặp một người dễ mến, duyên dáng và đẹp đẽ, bạn thấy thích người đó, bạn bị hấp dẫn, bạn muốn gặp lại người đó nhiều lần nữa, bạn cảm thấy vui lòng và thỏa mãn mỗi khi gặp người đó. Đó là *sự thỏa-thích (assāda)*. Đó là điều hiển nhiên mà ai cũng trải qua.

Nhưng sự vui sướng hay sự thỏa-thích này không tồn tại liên tục, không được như vậy mãi, không thường hằng. Vì hoàn cảnh thay đổi, vì khi bạn không thể gặp lại người đó nữa, khi bạn bị mất niềm vui đó, bạn trở nên buồn, bạn có thể trở nên khó chịu và hụt hẫng và thậm chí còn có thể cư xử này nọ không lành. Đó là mặt xấu, mặt bất toại nguyện, và là *sự nguy-hại (ādinava)* của bức tranh vui sướng đó. Đây cũng là điều hiển nhiên mà ai cũng trải qua.

Bây giờ, nếu bạn không còn dính mắc vào một người nào, nếu bạn hoàn toàn buông bỏ, thì đó là bạn được sự tự do, đó là *sự thoát-khỏi (nissarana)*.

⁵ M I (PTS), trang 85 & sau, S III (PTS), trang 27 & sau.

Ba điều này là sự-thật đúng đối với tất cả mọi sự khoái-lạc giác-quan (dục lạc) trong thế gian. (Chúng ta nên luôn ghi nhớ và chánh niệm về cái quy luật “3-điều” này.)

Từ đó cho thấy rằng, không cần phải rạch rời là bi quan hay lạc quan ở đây, mà chúng ta phải xem xét (1) những vui sướng khoái lạc trong đời và (2) cả những khổ đau và hệ lụy mà chúng mang lại, và (3) sự tự do thoát khỏi khỏi sự ràng buộc dính mắc vào chúng. Ba bước xem xét như vậy giúp chúng ta hiểu rõ một cách toàn diện (nhiều mặt) và đúng đắn về sự-sống trong cuộc đời. *Chỉ có như vậy, bạn mới có được “sự giải-thoát thực sự”.*

Khi nói về vấn đề này, Đức Phật nói rằng:

“Này các Tỳ kheo, nếu những tu sĩ (sa-môn) và bà-la-môn nào không hoàn-toàn hiểu một cách khách quan rằng: “Sự thỏa-thích là sự thỏa-thích; sự nguy-hại là sự nguy-hại. Sự thoát-khỏi là sự thoát-khỏi, thì KHÔNG THỂ NÀO họ có thể hiểu được dục-vọng khoái-lạc giác-quan một cách toàn diện, hoặc có thể hướng dẫn được người khác đi đến sự thoát-khỏi, hoặc người được hướng dẫn có thể hiểu được dục-vọng khoái-lạc giác-quan một cách toàn diện.

“Nhưng này các Tỳ kheo, nếu những tu sĩ và bà-la-môn nào hoàn-toàn hiểu một cách khách quan rằng: “Sự thỏa-thích là sự thỏa-thích; sự nguy-hại là sự nguy-hại. Sự thoát-khỏi là sự thoát-khỏi, thì họ CÓ THỂ được dục-vọng khoái-lạc giác-quan một cách toàn diện, và có thể hướng dẫn được người khác đi đến sự thoát-khỏi, và người được hướng dẫn có thể hiểu được dục-vọng khoái-lạc giác-quan một cách toàn diện.”⁶

⁶ M I (PTS), trang 87.

Khái niệm của “*dukkha*” có thể được nhìn từ 03 khía cạnh:

1. *Dukkha* là *Khổ* theo nghĩa thông thường (*Khổ khổ: Dukkha-dukkha*),
2. *Dukkha* là *Khổ* do thay đổi, do vô thường (*Vô-thường khổ: Viparinàma-dukkha*),
3. *Dukkha* là *Khổ* do phụ thuộc những điều-kiện (*Hành khổ: Samkhāra-dukkha*).⁷

Ba nghĩa này có thể được giải thích sơ qua như sau:

1. Tất cả những khổ đau trong cuộc đời, chẳng hạn như: sinh, già, bệnh, chết, gặp người mình ghét, gặp hoàn cảnh khó chịu, không được điều mình muốn, sự buồn sầu, than khóc, đau đớn, phiền ưu, và tuyệt vọng... Tất cả những sự “*chịu đựng*” về vật chất và tinh thần như vậy thường được gọi chung là những sự khổ, đau khổ, đau thương. Những thứ khổ này đều thuộc về *dukkha* theo nghĩa thông dùng của chữ *Khổ* (tức “*Khổ Khổ*”: *Dukkha-dukkha*).

2. Một cảm giác hạnh phúc, một điều kiện hạnh phúc, nhưng nó không liên tục, không tồn tại lâu, không ổn định. Nó thay đổi liên tục, có rồi mất, nay vậy mai nọ. Khi nó thay đổi, nó tạo ra khổ đau, làm người ta bất mãn, bất hạnh. Sự thăng-trầm có mất này nọ kiêu đó cũng thuộc về *dukkha*, theo nghĩa *Khổ* do bị thay đổi, do biến chuyển, do vô thường (“*Vô thường khổ*”: *Viparinàma-Dukkha*).

Hai dạng *Khổ* trên đây thì có thể hiểu được đối với chúng ta. Có lẽ ít ai còn chối cãi về những dạng *Khổ* rõ ràng như vậy trong cuộc sống của chúng ta. Cũng chính do vậy nên người ta thường chỉ biết đến *Diệu Đế Thứ Nhất* theo 02 ý nghĩa này của từ *Khổ*, do chúng

⁷ Vism (PTS), trang 499, Abhisamuc, trang 38.

đễ hiểu, dễ thấy, và chúng xảy ra một cách *hiển nhiên* trong cuộc sống thường ngày mà chúng ta đều trải qua.

3. Nhưng dạng Khổ thứ ba được gọi là Khổ do vào các tùy thuộc những điều-kiện (*tùy duyên, hữu vi*) (“*Hành khổ*”: *Samkhāra-dukkha*) là khía cạnh triết học quan trọng nhất của *Diệu Đế Thứ Nhất*, và nó đòi hỏi chúng ta phải đi vào phân tích lý giải về những cái gọi là: một ‘*thực thể sống*’, một ‘*bản ngã*’, hay cái gọi là cái ‘*Ta*’.

Theo Phật giáo, cái mà chúng ta gọi là một ‘*thực thể sống*’, một ‘*bản ngã*’ hay một cái ‘*Ta*’ thực ra chỉ là một sự kết hợp của các nguồn năng lực thúc đẩy và năng lượng thuộc về vật chất và tinh thần *vốn luôn luôn biến đổi*. Chúng được chia thành 05 tập hợp hay còn gọi là *Năm Uẩn* (*Pāṇka-khandha*).

Đức Phật đã nói: “*Nói ngắn gọn, năm-uẩn bị đánh chấp là Khổ*” (*Samkhittena pancupādānakkhandhā dukkha*).⁸

Và trong những lần thuyết giảng khác, Đức Phật lại dạy thêm rằng: “*Này các Tỷ kheo, khổ là gì? Phải nên nói rằng khổ chính là năm-uẩn bị đánh chấp*” (*năm uẩn chấp thủ, năm thủ uẩn*).⁹ Vậy ở đây chúng ta cần phải hiểu rõ ràng: *Khổ* và *năm-uẩn* không phải là 02 thứ khác nhau, năm-uẩn tự thân chúng là *sự Khổ* (*dukkha*). Chúng ta sẽ hiểu rõ điều này hơn khi chúng ta hiểu thêm các khái niệm về năm-uẩn, chúng là những điều-kiện cấu thành một cái gọi là ‘*một sự sống*’ hay một ‘*con người*’. Bây giờ, năm-uẩn đó là gì?

Năm-Uẩn

⁸ “*Samkhittena pancupādānakkhandhā dukkha*”. SV (PTS) trang 421.

⁹ S III (PTS), trang 158.

Uẩn (HV) = Tập hợp, tổ hợp, đồng. Năm nhóm tập hợp gọi là Năm Uẩn. Đó là:

(1) Đầu tiên là uẩn về **vật chất** hay **thân** được gọi là **Sắc-Uẩn** (*Rupa-khandha*). Theo thuật ngữ này, sắc uẩn bao gồm nhóm *Bốn Yếu Tố Tứ Đại* theo quan niệm truyền thống, bao gồm (i) thể cứng (đất), (ii) thể lỏng (nước), (iii) thể động (gió), (iv) thể nhiệt (lửa), và cũng gồm cả những thể sắc phái sinh (*upadaya-rupa*) từ bốn yếu tố Tứ Đại đó sinh ra.¹⁰

Theo thuật ngữ này “*Những thể sắc phái sinh từ Tứ Đại*” lại bao gồm *năm giác-quan* (căn) thuộc về thân của chúng ta (*mắt, mũi, tai, lưỡi, và thân*) và *những đối-tượng bên ngoài* (trần) của chúng là: *những hình-sắc* (thấy được bằng mắt), *những âm-thanh*, *những mùi-hương*, *những mùi-vị*, và *những đối-tượng chạm xúc với thân*; Cộng với những suy nghĩ, ý tưởng hay khái niệm vốn thuộc về những đối-tượng của tâm. (*Tâm được coi là một giác-quan (một căn) và những đối-tượng của tâm còn được gọi là pháp*). Và những thể sắc thuộc môi trường (*xứ*) của những đối-tượng của tâm, hay gọi là *những pháp xứ (dharma-yatana)*.¹¹

Vì vậy, toàn thể tập hợp về vật chất hay thân, bao gồm cả bên trong lẫn bên ngoài, đều thuộc Sắc-Uẩn.

(2) Uẩn thứ hai là nhóm **những cảm-giác**, hay còn gọi là **Thọ-Uẩn** (*Vedana-khandha*). Nhóm này bao gồm những cảm-giác sinh ra thông qua sự tiếp-xúc của các giác-quan và thể giới bên ngoài, bao gồm những cảm-giác sướng (dễ chịu; lạc thọ) và những cảm-giác khổ (khó chịu; khổ thọ). Những cảm-giác thì gồm 06 thứ cảm-

¹⁰ S III (PTS), trang 158.

¹¹ Abhisamuc, trang 4. Vibh. tr 72, Dhs. trang 133 và trang 594.

giác: Cảm-giác do mắt tiếp xúc với những hình-sắc nhìn thấy được; cảm-giác do tai tiếp xúc với những âm-thanh nghe thấy được; cảm-giác do mũi tiếp xúc với những mùi-hương ngửi thấy được; cảm-giác do miệng tiếp xúc với những mùi-vị nếm thấy được; và cảm-giác do thân tiếp xúc với những đối-tượng chạm xúc được, và cảm-giác do tâm tiếp xúc với những đối-tượng của tâm; (nói lại, theo Phật giáo, tâm là giác-quan (căn) thứ sáu)¹². Những cảm-giác về vật chất (thuộc thân) và tinh thần (thuộc tâm) của chúng ta thuộc về nhóm Thọ-Uẩn này.

Chữ dùng để diễn tả về thuật ngữ “*Tâm*” (*mana*) trong triết lý Phật giáo cũng nên được giải thích luôn ở đây. Cần phải hiểu rằng tâm không phải là ‘tâm hồn’ đối nghĩa với ‘thân xác’. Phật giáo không công nhận có một ‘tâm hồn’ trong thân xác như các triết học khác công nhận. Tâm chỉ đơn giản chỉ là một *giác-quan* hay một *căn* (*indriya*) giống như mắt và tai vậy. Nó cũng có thể được kiểm soát, kiềm chế, tu tập và phát huy giống như những giác-quan khác vậy. [Và Đức Phật đã luôn nói về giá trị của việc thường xuyên kiểm soát và điều phục 06 giác-quan (6 căn) đó là rất quan trọng! Đó là phần tu tập “*điều-phục sáu căn*”]. Sự khác nhau giữa mắt và tâm là mắt cảm thụ thế giới những màu-sắc và hình-sắc, còn tâm thì cảm thụ thế giới của những ý-tưởng, suy-nghĩ và những đối-tượng của tâm.

Chúng ta trải nghiệm, chúng ta biết được những mảng khác nhau của thế gian (pháp trần) bằng (theo/thông qua) những cảm-giác khác nhau. Chúng ta không thể nghe màu-sắc nhưng chúng ta có thể nhìn thấy chúng, hay chúng ta không thể nhìn thấy âm-thanh, nhưng chúng ta có thể nghe chúng. Vì vậy, với 05 giác-quan thuộc

¹² S III (PTS), trang 59.

thân—*mắt, tai, mũi, lưỡi, thân*—chúng ta chỉ có thể cảm thụ và nhận biết được thế giới của *những hình-sắc, những âm-thanh, những mùi-hương, những mùi-vị, và những thứ hữu-hì chạm xúc với thân*. Nhưng những thứ này chỉ là một phần của thế giới chứ không phải là tất cả. Còn ý-tưởng và ý-nghĩ là gì? Chúng cũng là một phần của thế giới sự sống. Nhưng chúng không thể được cảm thụ bằng những giác-quan thuộc thân như mắt, tai, mũi, lưỡi, thân. Nhưng chúng có thể được cảm nhận và nhận biết bằng một giác-quan khác—đó là *Tâm*.

Bây giờ lại tiếp tục thấy luôn rằng những ý-tưởng và ý-nghĩ cũng không độc lập với cái thế giới mà 05 giác-quan thuộc thân cảm thụ được. Sự thật là những ý-tưởng và ý-nghĩ phụ thuộc vào và bị chi phối bởi những cảm-giác thuộc thân. Ví dụ: Một người mù mắt bẩm sinh không thể nào có ý-tưởng hay khái-niệm về những màu-sắc, ngoài sự người đó có thể cảm thụ được những âm-thanh, mùi-hương, mùi-vị, và những đối-tượng chạm xúc thông qua những giác-quan kia. Ý-tưởng và ý-nghĩ là một phần của thế giới sự sống cũng theo cách đó, chúng có mặt là tùy thuộc vào và bị chi phối theo những cảm-giác thuộc thân và những cảm-giác thuộc *Tâm*. Vì vậy, *tâm* cũng được xem là một cơ-quan cảm-giác, là một giác-quan hay một căn cảm-nhận (*indriya*), giống như mắt và tai vậy.

(3) Uẩn thứ ba là tập hợp ***những nhận-thức*** hay còn gọi là ***Tưởng-Uẩn*** (*Sanna-khandha*). Cũng giống như những cảm-giác có được thông qua sự tiếp-xúc của 06 giác-quan nói trên, sự nhận-thức cũng có được thông qua *sự tiếp-xúc* của 06 giác-quan đó của chúng ta với thế giới bên ngoài. Chính Tưởng-Uẩn này nhận thức được những đối-tượng là thuộc thân hay thuộc tâm.¹³

¹³ S III (PTS), trang 60

(4) Uẩn thứ tư là tập hợp “những sự hình-thành”, “những sự tạo-thành”, đó là **những sự tạo-tác cố-ý** của **Tâm**.¹⁴ Vì đó là những “hành-vi” tạo tác của tâm nên nhóm này được gọi là **Hành-Uẩn** (*Samkharaka-khandha*). Nhóm này gồm *những hành-vi cố-ý* bao gồm cả cả sự cố-ý (tư) tốt và xấu; sự cố-ý thiện và bất thiện. **Những gì được gọi là nghiệp (*kamma, karma*) cũng thuộc nhóm Hành-Uẩn này.** Cần ghi nhớ rõ định nghĩa riêng của Đức Phật về nghiệp là:

“Này các Tỳ kheo, chính sự cố-ý (*cetana, tư*) ta gọi là nghiệp. Vì đã có *suru* cố-ý, nên người ta hành động thông qua thân, lời-nói và tâm-ý (*thân, miệng, tâm*)”.¹⁵ Sự cố-ý (*tư*) là “sự tạo-tác thuộc tâm, là hành-vi thuộc tâm. Chức năng của nó là hướng dẫn tâm thực hiện những hành vi tốt, xấu, hoặc không tốt không xấu”.¹⁶

Cũng như tổ hợp *những cảm-giác* (thọ uẩn) và *những nhận-thức* nhận biết (tưởng uẩn) nói trên, tổ hợp *những sự tạo-tác cố-ý* (hành uẩn) cũng có 06 thứ dạng thuộc thân và thuộc tâm, liên quan đến 06 cơ-sở cảm-nhận bên trong [6 giác-quan] và 06 cơ-sở cảm-nhận bên ngoài [sáu đối-tượng của các giác-quan].¹⁷ *Những cảm-giác* và *những nhận-thức* không phải là những hành-vi thuộc sự cố-ý. Do vậy chúng không tạo nghiệp hay nghiệp quả.

¹⁴ “Hành-uẩn” (HV) là tập hợp *những sự tạo-tác cố-ý* của tâm là một danh từ thường dùng để diễn tả ý nghĩa rộng lớn của chữ *samkhāra* trong danh sách năm-uẩn. Nhưng chữ *samkhāra* ở trường hợp khác thì có nghĩa chỉ về *những thứ do điều-kiện mà có* (những pháp hữu-vi): tức *mọi thứ trong thế gian*.

¹⁵ A (Colombo, 1929) trang 590 – “Cetanāham, bhikkhave kammam vadāmi. Cetayitvā kammam karoti kàyena vācā manasā”.

¹⁶ Abhisamuc, trang 6

¹⁷ S III (PTS), trang 60.

Chỉ **những hành-vi cố-ý**, chẳng hạn như sự cố-tâm (*manasikara*), ý-muốn (*chanda*), sự quyết định (*addhimokha*), niềm-tin (*saddha*), sự định-tâm (*samādhī*), trí-tuệ (*pāṇṇa*), sự nỗ-lực tinh tấn (*virīya*), tham-muốn (*raga*), sự thù-ghét sân-hận (*patigha*), sự không hiểu-biết hay vô-minh (*avijja*), sự tự-ta (*mama*, ngã mạn, ta-đây), quan-niệm có một danh-tính cái ‘ta’ (*sakkaya-ditti*, thân kiến) ... vân vân ..., đều có thể tạo nghiệp.

Có 52 loại hành-vi của tâm (tâm hành) như vậy tạo thành tập hợp **Hành-Uẩn**.

(5) Uẩn thứ năm là tập hợp **thức**, còn gọi là **Thức-Uẩn** (*Vinnattakkhandha*)¹⁸. Thức là một phản xạ hay sự đối ứng có 01 trong 06 giác-quan (*mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, tâm*) làm cơ-sở và đối ứng lại với 01 trong 06 hiện-tượng tương ứng bên ngoài làm đối-tượng (*hình-sắc, âm-thanh, hương-vị, mùi-vị, những thứ hữu hình chạm xúc với thân, và các đối-tượng của tâm (như ý-nghĩ, ý-tưởng...)*).

Ví dụ, *thức-nhìn* hay *nhãn-thức* (*cakhu-vinnāṇa*) có mắt làm cơ-sở cho nó, và hình-sắc nhìn thấy được làm đối-tượng của nó. *Thức-tâm* hay *tâm-thức* (*mano-vinnāṇa*) có tâm (*mana*) làm cơ-sở của nó và đối-tượng của tâm ý (ví dụ: ý-nghĩ, ý-tưởng ... pháp) làm đối-tượng của tâm thức.

¹⁸ Theo triết lý Phật giáo Đại thừa, tập hợp *Thức Uẩn* gồm cả 3 phương diện: *tâm-thức* (*citta*), *tâm* (*mana*) và *thức* (*viññāṇa*). Và *A-lại-ya Thức* (*Alayā vinnāṇa*) thông thường được dịch và gọi là *Tàng Thức*, (nghĩa là Thức để chứa đựng, kho tàng), cũng chiếm chỗ ở trong Uẩn này. Về chủ đề này, bạn có thể tham khảo một nghiên cứu với nhiều liên quan và chi tiết trong một tác phẩm triết học Phật giáo viết sau tác phẩm này bởi cùng một tác giả.

Như vậy, Thức-Uẩn cũng liên hệ với các giác-quan. Vì vậy, cũng như 03 uẩn thuộc tâm thân là Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn nói trên, ta thấy Thức-uẩn cũng có 06 dạng liên quan đến 06 giác-quan bên trong và 06 đối-tượng tương ứng của trần cảnh bên ngoài.¹⁹

Chúng ta nên nhớ rõ rằng: *Thức không nhận-ra đối-tượng*. Nó chỉ là một kiểu ‘biết được’ hay ‘có biết’ sự có-mặt của một đối-tượng mà thôi. Ví dụ, khi mắt tiếp xúc với một màu-sắc, như màu xanh, nó không thể nhận biết được là màu xanh. Ngay lúc này không có sự nhận biết hay nhận ra màu gì. Chỉ có uẩn Nhân-Thức (tưởng uẩn) mới nhận thức được đó là màu xanh. Thuật ngữ ‘thức-nhìn’ hay ‘thức mắt’ (nhãn thức) là cách diễn đạt mang tính triết học, chẳng qua để chỉ cái ‘sự thấy’, ‘sự nhìn thấy’ theo nghĩa thông thường. Nhìn thấy không có nghĩa là “nhìn ra” hay “nhận biết được” (màu gì). Các loại thức khác cũng tương tự. (Ví dụ, nghe thấy chứ lúc này không thể nghe ra hay phân biệt được âm-thanh là tính chất gì; ngửi thấy mùi-hương chứ lúc này chưa ngửi ra hay phân biệt được mùi-hương là tính chất gì).

Cần lặp đi lặp lại nhiều lần rằng, trong triết học Phật giáo, không có một ‘tâm hồn’ biệt lập và thường hằng mà người ta hay gọi là một ‘bản ngã’ hay một ‘linh hồn’ hay cái ‘Ta’ là phần đối trọng với thân-xác. Và Thức (*vinṇāna*) không nên được xem là ‘linh hồn’ theo nghĩa đối lập sắc-thân. Điều này cần phải đặc biệt nhấn mạnh. Vì sao? Vì từ khởi thủy đến nay, người đời vẫn luôn luôn nghĩ một cách sai lầm rằng Thức chính là phần ‘hồn’ hay ‘linh hồn’ biệt lập cố định có mặt trong kiếp này và những kiếp sau.

¹⁹ S III (PTS), trang 61.

Một trong những đệ tử của Đức Phật, tên Sati, cứ khẳng khẳng cho rằng Đức Phật đã nói rằng: *“Chỉ có cùng một thức chuyển đi chuyển lại đây đó.”* Đức Phật liền hỏi ý người đó nói *“Thức”* nghĩa là gì? Sati trả lời Phật bằng một câu cổ điển: *“Nó chính là cái để biểu lộ, để cảm thấy, để biết được hậu quả của những hành vi tốt xấu, thiện ác”*. (Ý của vị này nói thức là phần ‘linh hồn’).

Đức Phật liền quả và dạy rằng: *“Này kẻ rồ dại kia, mọi người có ai đã nghe ta giảng điều này theo kiểu đó hỏi nào? Ngược lại, ta đã bằng nhiều cách nói rằng: Thức khởi sinh do có những điều-kiện (duyên), rằng không thể nào có Thức nếu không có điều-kiện tạo ra nó.”*

Sau đó, Đức Phật tiếp tục giảng giải về Thức như sau:

“Thức được gọi tên tùy theo điều-kiện (duyên) tạo ra nó: Do có mắt và những hình-sắc được nhìn thấy nên khởi sinh một loại thức, và đó được gọi là Thức-nhìn hay thức-mắt (Nhãn Thức).

- *“Do có tai và những âm-thanh nên khởi sinh một loại thức, và đó được gọi là Thức-nghe hay thức-tai (Nhĩ Thức).*

- *“Do có mũi và những mùi-hương nên khởi sinh một loại thức, và đó được gọi là Thức-ngửi hay thức-mũi (Tỷ Thức).*

- *“Do có lưỡi và những mùi-vị nên khởi sinh là một loại thức, và đó được gọi là Thức-nếm hay thức-lưỡi (Thiệt Thức).*

- *“Do có thân và những thứ hữu-hình chạm xúc nên khởi sinh một loại thức, và được gọi là Thức-xúc hay thức-thân (Thân Thức).*

- *“Do có tâm và những đối-tượng của tâm (ý-tưởng, ý-nghĩ ... pháp) nên khởi sinh một thức, và đó được gọi là Thức-tâm (Tâm Thức)”*.

Đức Phật còn giảng về Thức bằng những ví dụ minh họa khác:

“Một ngọn lửa được gọi tên theo chất liệu mà nó cháy: Lửa cháy bằng củi gỗ gọi là lửa củi, lửa cháy bằng rom rạ thì gọi là lửa rom. Cũng vậy, thức được gọi tên theo điều-kiện (duyên) làm nó khởi sinh.”²⁰

Về điểm này, ngài Phật Âm (Buddhaghosa), một học giả luận sư Phật giáo lỗi lạc đã giải thích như sau:

“...Lửa cháy bằng củi chỉ cháy được khi còn củi, nhưng lửa sẽ tắt ngay tại đó khi không còn (nguồn) củi nữa, bởi vì điều-kiện đã thay đổi, và lửa củi không thể chuyển qua (cháy) các đá vụn xung quanh đó để mà trở thành ‘lửa đá-vụn’. Và tương tự vậy, Thức-nhìn (nhãn thức) khởi sinh ngay công của giác-quan (nhãn quan, mắt) chỉ khi nào có điều-kiện của mắt, hình-sắc, ánh-sáng, sự-nhìn, sự chú-ý duyên hợp với nhau; nhưng thức này sẽ mất đi ngay khi điều-kiện hay sự duyên hợp không còn nữa, bởi vì điều-kiện đã thay đổi, thức đó không thể chuyển qua tai, mũi... để mà biến thành Thức-nghe (nhĩ thức), thức-ngửi (tỷ-thức)... cho được.”²¹

Đức Phật đã khẳng định nhất quán rằng Thức phụ thuộc vào 04 uẩn là Sắc, Thọ, Tưởng, Hành; và Thức không thể tồn tại một cách độc lập khỏi 04 uẩn đó cho được. Phật đã nói:

“Thức tồn tại khi có Sắc làm phương tiện (rūpupayam), Sắc làm đối-tượng (rūppārammanam), Sắc làm chỗ dựa (rupaPālittham), và khi tìm khoái-lạc, nó (tức Thức) sẽ lớn lên, gia tăng, phát triển. Hoặc Thức tồn tại khi có Thọ là phương tiện... hoặc Tưởng làm phương tiện... hoặc Hành làm phương tiện, Hành làm đối tượng,

²⁰ Maha-tanha-samkhaya Sutta (Đại Kinh Trì Dứt Dục Vọng), M I (PTS), trang 256.

²¹ MA II, PTS, trang 306-307.

Hành làm chỗ dựa, và khi tìm khoái-lạc, nó (tức Thức) sẽ lớn lên, gia tăng, phát triển.

“Nếu có người nói rằng: Tôi sẽ chỉ ra được sự đến, sự đi, sự mất đi, sự khởi sinh, sự lớn lên, sự tăng trưởng, hay sự phát triển của Thức mà không dính dáng gì đến Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, thì người đó đang nói về một cái gì đó không hề có thực.”²²

Nói ngắn gọn, tóm lại đó là Năm-Uẩn. Cái chúng ta hay gọi là một ‘thực thể sống’, một ‘con người’, một ‘cá thể’, hay một cái ‘Ta’ thực ra chỉ là tên gọi hay một nhãn hiệu đặt cho một “sự-duyên-hợp” hay cái tổ-hợp “Năm-Uẩn” này mà thôi. Tất cả các Uẩn đều là vô-thường, luôn luôn biến đổi, chúng không bao giờ là cố định để mà trở thành hay được gọi là một ‘thực thể’, một ‘con người’ hay một ‘chúng sinh’ cố hữu (truyền kiếp) nào cả. Chúng là vô-thường nên không thể nào là một ‘thực thể’ cố định như một cái ‘Ta’ biệt lập và thường hằng nào cho được.

Và “**Mọi thứ vô thường đều là khổ**” (*Yad annicam tam dukkham.*) Đây là cái nghĩa đích thực trong lời Đức Phật đã nói: “**Nói ngắn gọn, Năm-Uẩn bị dính chấp là sự khổ, dukkha**”. Chúng không bao giờ giống nhau trong 02 khoảng-khắc liên tục. Ở đây, ‘A’ là không tương đồng với ‘A’ (trong hai khoảng-khắc liên tục). Chúng biến đổi theo từng đơn vị thời gian, từng khoảng-khắc, từng sát-na, chúng khởi lên rồi mất đi trong dòng sinh-rồi-diệt liên tục.

“Này các bà-la-môn, giống như một dòng sông chảy từ trên núi, luôn chảy và trôi qua mắt, mang theo mọi thứ trong dòng của nó, không có một khoảng-khắc nào nó ngừng chảy, mà nó liên

²² S III (PTS), trang 58.

*tục chảy, liên tục. Vì vậy, này các bà-la-môn, đời người cũng vậy, giống như một dòng sông chảy từ trên núi vậy.”*²³

Và trong một lần khác, Đức Phật cũng nói với ông Patthapala rằng: “*Thế gian là một dòng chảy liên tục và vô thường*”.

Một sự vật mất đi, làm điều-kiện (duyên) cho sự xuất hiện của sự vật khác theo một chuỗi nhân-duyên và hệ-quả tác động của chúng (nhân-quả). Không có một thể chất nào không biến đổi và mãi mãi thường hằng bên trong chúng. Không có gì đằng sau chúng để được gọi là một cái ‘Ta’ hay cái một cái ‘Ngã’ cố hữu (*Atman*), hay một dạng ‘linh hồn’ bất biến và truyền kiếp nào cả. Mọi người sẽ đồng ý rằng không có Sắc, không có Thọ, không có Tưởng, Hành, Thức nào thực sự có thể được gọi là một cái ‘ngã’ hay cái ‘Ta’ (mà chúng ta vẫn hằng tưởng tượng).²⁴

Nhưng khi năm tập hợp *Uẩn thuộc thân (Sắc)* và *tinh thần (Thọ, Tưởng, Hành, Thức)* này phụ thuộc vào nhau, cùng hoạt động với nhau trong một sự kết-hợp như là một *bộ-máy tâm-sinh lý*,²⁵ thì chúng ta có một *ý-niệm* về cái ‘Ta’ theo kiểu một ‘linh hồn’ của-ta.

(Thực ra, đó chỉ là sự kết-hợp của những tập-hợp vật chất (sắc) và tinh thần (danh) mà thôi. Sự kết-hợp đó là có điều-kiện (hữu vi).

²³ A (Colombo, 1929), trang 700. Những từ ngữ này là do Đức Phật nói ra cho một vị Đạo sư (*sattha*) tên là Araka, người đã hoàn toàn thoát-dục. Điều thú vị là học thuyết của Heraclitus ở Châu Âu (khoảng năm 500 trước CN) cũng nói tương tự, rằng *mọi sự vật đều ở trong trạng thái của một dòng chảy*, và câu nói nổi tiếng của ông là: “*Bạn không bao giờ bước chân xuống hai lần trong cùng một dòng sông, vì luôn luôn là dòng nước mới chảy qua chân bạn.*”

²⁴ Triết lý Anatta “Vô Ngã” sẽ được trình bày trong Chương VI.

²⁵ Thật ra, Buddhaghosa đã so sánh một ‘thực thể sống’ đó như một cỗ máy bằng gỗ (*dāruyanta*). Vism. (PTS), trang 594-595.

Khi một hay nhiều yếu tố trong sự kết-hợp đó thay đổi hay không còn (tức điều-kiện thay đổi), thì cái sự kết-hợp đó cũng thay đổi theo, biến hoại theo, chấm dứt theo, chứ đâu có ‘cố-hữu’ là một cái ông ‘A’ nào đó).

Ý-niệm đó (“ngã” chấp) chỉ là một ý tưởng sai lầm, chỉ là một sự tạo-tác của tâm (tâm hành). Nó chẳng là gì cả, chỉ là một trong 52 Tâm Hành thuộc tập hợp Uẩn thứ tư (Hành uẩn), như chúng ta đã nói ở trên. Đó chỉ là cái sự tưởng tượng về cái ‘Ta’, về cái ‘của-ta’ (thân kiến, *sakkhāya-ditthi*). Thân kiến hay ngã kiến chỉ là một quan-điểm sai lầm, chỉ là một tà-kiến.

Khi có Năm Uẩn đó kết-hợp lại, chúng ta gọi là đó là một ‘thực thể sống’, nhưng bản chất của mỗi Uẩn đó đều là *Khổ* (*dukkha*), nên còn được gọi là *Hành Khổ* (*samkhāra-dukkha*)—(tức là loại khổ thâm hậu và phức tạp hơn nhiều so với 02 dạng khổ đầu tiên). Không thực sự có một ‘thực thể’, một cái ‘Ta’, hay một ‘linh hồn’ nào đứng sau năm đồng Uẩn này để thực sự ‘ném trái’ hay ‘chịu đựng’ sự *Khổ* cả. Giống như ngài Phật Âm (*Buddhaghosa*) đã nói:

“Chỉ có sự khổ, nhưng không có người chịu khổ”

“Chỉ có nghiệp, nhưng không có kẻ tạo nghiệp”.²⁶

Nghĩa là: Không có ‘người thúc đẩy’ nào, không có ‘tác nhân thúc đẩy’ đứng sau một sự chuyển-động. Nó chỉ đơn thuần là sự chuyển-động. Nếu nói cuộc sống chuyển động thì không đúng, mà đúng thực thì sự-sống chính nó là sự chuyển-động. Sự-sống và sự chuyển-động không phải là hai sự khác nhau. Nói cách khác, không có cái ‘người nghĩ’ đằng sau một ý-nghĩ. Ý-nghĩ tự thân nó là người nghĩ. Nếu lấy đi ý-nghĩ thì cũng không tìm thấy người-nghĩ!

²⁶ Vism (PTS), trang 513

Chúng ta không quên rằng quan điểm của Phật giáo là ngược lại với tư tưởng Descart (Đề-các) của Châu Âu trước kia: “*Cogito ergo sum*”: “*Tôi suy nghĩ, do vậy là có tôi*”. (*Tôi tư duy là tôi tồn tại.*)

Bây giờ: vấn đề đặt ra là liệu sự-sống của chúng ta bắt đầu từ đâu, khởi thủy của nó là gì? Theo lời dạy của Đức Phật, sự bắt-đầu hay khởi-thủy của sự-sống của chúng sinh là không thể nào nhận biết được, là *không thể nghĩ bàn!* Những người tin vào thuyết cho rằng sự-sống là do một thượng đế tạo ra khi nghe điều này chắc sẽ ngạc nhiên. Nhưng nếu bạn hỏi họ “*Cái gì tạo ra thượng đế đó, hoặc thượng đế đó từ đâu ra?*”, thì họ sẽ trả lời một cách không do dự là “*Thượng Đế không từ đâu ra, không có khởi thủy*”— và rồi chính họ cũng không ngạc nhiên với chính câu trả lời của mình (vì vòng lại nó cũng giống với lời Phật đã nói).

- Đức Phật nói rằng:

“*Này các Tỳ kheo, vòng luân hồi sinh tử [saṃsāra] là không có điểm khởi đầu (vô thủy) có thể nhận biết được (là không thể khám phá được, không thể nghĩ bàn). Một thời điểm khởi đầu (của nó), từ lúc chúng sinh lang thang và trôi giạt (trong đó) do bị chướng ngại bởi vô-minh và bị trói buộc bởi dục-vọng, là không thể nhận biết được.*”²⁷

- Và về sau khi nói về sự “vô-minh”, nguyên nhân “gốc rễ” tạo ra vòng luân-hồi sinh tử liên tục, Đức Phật đã nói thêm:

“*Nguồn gốc của vô-minh (avijja) không thể nhận thấy được bằng cách nào dễ dàng để mà có thể quả quyết rằng bên trước*

²⁷ S II (PTS), trang 178-179, III trang 149 &151.

*một thời điểm nào đó là không có vô-minh”.*²⁸

Dp vậy cũng không thể quả quyết rằng không có sự-sống nào bên trước một giới-hạn hay thời-điểm nào.

—Tóm lại, đây là ý nghĩa của “*Chân lý về Sự Khổ*”. Hiểu rõ được *Diệu Đế Thứ Nhất* này là cực kỳ quan trọng, bởi vì Đức Phật đã nói:

*“Ai nhìn thấy sự khổ, (người đó) sẽ thấy luôn nguồn-gốc khổ, thấy luôn sự chấm-dứt khổ, và thấy luôn con-đường dẫn đến sự chấm-dứt khổ.”*²⁹

“*Chân lý về sự Khổ*” này không làm cho cuộc đời của các Phật tử trở nên u buồn và ảm đạm. Trái lại, một Phật tử thật sự là người hạnh-phúc nhất trong tất cả chúng sinh, không sợ-hãi hay lo-âu. Người Phật tử luôn bình lặng và thanh thản và không còn thất vọng hay bất mãn với những đổi-thay và bất-ổn của sự-sống, bởi vì người Phật tử nhìn thấy được bản chất mọi sự “*đúng như chúng thực là*”.

Đức Phật không bao giờ u sầu hay ảm đạm. Phật được mô tả bởi người cùng thời là “*luôn luôn mỉm cười*” (*mihita-pubbamgama*). Tranh vẽ hay tượng tạc Đức Phật luôn luôn thể hiện Đức Phật với vẻ mặt hạnh-phúc, tĩnh-lặng, viên-mãn và từ-bi. Không có những nét mặt đau khổ, chịu đựng, hay khổ sở nào được thấy.³⁰ Những tác phẩm nghệ thuật, kiến trúc nhà Phật và các chùa

²⁸ A V (PTS), trang 113.

²⁹ AV (PTS), trang 437. Thật ra, Phật đã nói: “*Ai nhìn thấy một Diệu Đế nào trong Bốn Diệu Đế, thì cũng sẽ nhìn thấy cả 03 Diệu Đế còn lại.*” Bốn Diệu đế này tương tức hữu cơ với nhau.

³⁰ Tuy nhiên có một tượng Phật ở Gandhara, Ấn Độ và một tượng Phật có ở Phúc Kiến, Trung Hoa đã mô tả Đức Phật Cồ-đàm như một nhà tu khổ hạnh,

chiến cũng không bao giờ thể hiện sự sầu não hay buồn bã mà chỉ tạo nên một không khí thanh-tịnh và an-lạc.

Mặc dù rõ ràng có những sự khổ đau trong cuộc sống, nhưng một Phật tử thì không nên ưu-sầu về điều đó, không nên bất-mãn hay bất-nhẫn về điều đó. Theo đạo Phật, một trong những kẻ thù lớn của đời người chính là sự bức tức sân giận (*patigha*). “*Sự bức tức và sân giận đối với chúng sinh, đối với sự khổ đau đều là những tính thuộc về khổ đau*” và “*Bức tức với hoàn cảnh chính là gốc tạo ra những tâm trạng không hạnh-phúc (bất hạnh) và những hành-xử xấu ác (bất thiện).*”³¹

Vì vậy, bất-nhẫn hay thiếu nhẫn-nhục trước sự khổ đau là điều sai lầm. Thiếu kiên-nhẫn hay tức-giận với sự khổ đau cũng không làm hết được khổ đau, mà ngược lại còn làm thêm rắc rối, làm tăng thêm sự khó khổ và làm cho tình huống hay hoàn cảnh vốn đã khó khổ lại càng thêm khó chịu đựng, càng làm bức xúc ta mà thôi. Điều cần thiết phải làm KHÔNG phải chỉ là không bức-tức và không bất-nhẫn mà phải HIỂU RÕ vấn đề của sự khổ, tại sao nó xảy đến, và làm cách nào để loại bỏ nó. Rồi hành-động đúng như như đã hiểu, với sự kiên nhẫn, thông minh, can đảm và nghị lực.

Có hai tập kinh *Trường Lão Kệ* (*Theragāthā*) và *Trường Lão Ni Kệ* (*Therīgāthā*) chứa đầy những lời hoan-hỷ của những đệ tử của Đức Phật, Tăng và Ni, những người đã tìm thấy an vui hạnh-phúc trong đời nhờ giáo lý của Phật.

Vua của xứ Kosala (Kiền-tát-la) một hôm đã thưa với Phật:

tiều tụy, gãy óm để lộ cả xương sườn. Nhưng đó là trước khi Giác Ngộ, lúc đó Phật còn tu theo lối tu hành xác khổ hạnh khắc nghiệt mà sau này khi đã thành Phật, Phật đã bác bỏ lối tu hành cực đoan vô ích đó.

³¹ Abhisamuc, trang 7.

“Khác với nhiều đồ đệ của các giáo phái khác, họ thường trông hốc hác, thô kệch, xanh xao, tiêu tụy, khó nhìn, những đệ tử của Phật thì luôn luôn “vui tươi và hoan hỷ (*hattha-pahattha*), hớn hở và hân hoan (*udaggudagga*), vui sống với đời sống tâm linh (*abhiratarūpa*), các căn (giác quan) thanh tịnh (*binitindrinya*), thanh thản không lo âu (*sppossuka*), tĩnh lặng (*pannaloma*), bình an (*paradavutta*), thư thái vô tư như tâm loài hươu núi (*migabhūtena cetasa*)”. Nhà Vua còn nói thêm rằng ông tin khuynh-hướng **lành thay** đó là do nhờ ở chỗ:

“Những vị (Tỳ kheo) đáng kính đó chắc chắn đã chứng ngộ được sự lớn-lao và toàn vẹn ý-nghĩ của giáo lý của Đức Thế Tôn.”³²

Phật giáo hoàn toàn ngược lại với thái độ u sầu, buồn bã, bi quan và tuyệt vọng trong tâm trí vốn là những tâm-tính gây trở ngại cho sự chứng ngộ sự-thật của sự-sống. Trái lại, một điều thú vị nên nhớ: chính niềm-vui, tức sự *Hoan-Hỷ* (*pīti*), là một chi phần của “*Bảy Yếu-Tố trợ giúp Giác-Ngộ*” (*Bojjhamga, Thất Giác Chi*). Đó là những phần phẩm-chất cần phải được tu dưỡng để dẫn đến sự chứng ngộ *Niết-bàn*.³³

³² M II (PTS), trang 121.

³³ Về “*Bảy Yếu-Tố Giác-Ngộ*”, coi Chương VII về “Thiền”.