

Quá khó để nhận ra mọi thứ đều không phải của tôi

Post: : Admin

Con người là hợp thể của năm uẩn gồm thân thể (sắc), cảm giác (thọ), tri giác (tưởng), tư duy (hành) và nhận thức (thức). Dưới ánh sáng của thiền quán duyên sinh, con người là một sinh thể do năm uẩn này hòa hợp mà thành...

Một thời, Thế Tôn trú ở Sàvatthi, dạy các Tỷ kheo:

Này các Tỷ kheo, cái gì không phải của các ông, hãy từ bỏ nó. Từ bỏ nó sẽ đưa lại hạnh phúc, an lạc cho các ông.

Này các Tỷ kheo, cái gì không phải của các ông? Sắc, thọ, tưởng, hành và thức, không phải của các ông, hãy từ bỏ nó. Từ bỏ nó sẽ đưa lại hạnh phúc, an lạc.

Ví như, này các Tỷ kheo, có người gom cành, lá của Jetavana này đem đốt hay tùy duyên sử dụng. Các ông có nghĩ rằng đem đốt hay tùy duyên sử dụng chúng tôi?

Thưa không. Vì sao vậy? Vì những cái ấy không phải chúng con. Bạch Thế Tôn, những cái ấy không thuộc tự ngã chúng con.

Cũng vậy, này các Tỷ kheo, sắc, thọ, tưởng, hành và thức, không phải của các ông, hãy từ bỏ nó. Từ bỏ nó, các ông sẽ được hạnh phúc, an lạc.

(ĐTKVN, Tương Ưng Bộ III, chương 1, phẩm Không phải của các ông [lược], Nxb Tôn Giáo, 2000, tr.67)

LỜI BÀN:

Tuệ giác về duyên sinh pháp cho thấy vạn sự vạn vật đều tồn tại trong quan hệ hỗ tương, làm điều kiện cho nhau hình thành và hoại diệt. Do đó, không có bất cứ sự vật, hiện tượng nào trên đời là vĩnh hằng, thường trụ, thuần nhất và bất biến cả. Ngay đến bản thân con người, sinh mạng chúng ta đang hiện hữu đây cũng không phải của mình đích thực, thì nói chi đến những vật ngoài thân.

Con người là hợp thể của năm uẩn gồm thân thể (sắc), cảm giác (thọ), tri giác (tưởng), tư duy (hành) và nhận thức (thức). Dưới ánh sáng của thiền quán duyên sinh, con người là một sinh thể do năm uẩn này hòa hợp mà thành. Đã là hòa hợp tất không có ngã tính hay linh hồn bất tử nơi con người. Vậy, tôi hay của tôi chỉ là sự chấp thủ do vô minh và tham ái sâu dày che lấp. Chính sự chấp thủ về tôi và của tôi là cơ sở, cội nguồn của mọi khổ đau.

Nhìn sâu hơn, mỗi thành phần của hợp thể năm uẩn cũng do nhiều nhân duyên khác tạo nên. Đơn cử như thân thể (sắc) phát triển nhờ thức ăn từ bên ngoài, cảm giác (thọ) được tạo ra khi hội đủ duyên tiếp xúc giữa các giác

quan (căn) và đối tượng giác quan (trần). Quán chiếu sâu sắc vào chính bản thân mình, chúng ta sẽ thấy được sự thật của “cái tôi” là duyên sinh, vô ngã. Vì thế Đức Phật dạy chúng ta hãy từ bỏ năm uẩn. Từ bỏ ở đây chính là không chấp thủ, càng buông xả thì con người càng được thanh thoi, an vui và hạnh phúc. Vì nghiệp lực và vô minh che lấp, con người luôn chấp thủ “cái tôi” và tin tưởng vào sự nắm giữ và làm giàu có “cái của tôi”, xem như đó là nền tảng của hạnh phúc. Nhưng sự thật không phải như vậy, càng nắm giữ thì con người càng khổ đau.

Do vậy, tuệ giác thiền quán vô ngã là liệu pháp duy nhất để hướng đến hạnh phúc, an vui đích thực.

Quảng Tánh