

Chuyển hóa tham sân si

Phiền não của chúng sanh thì vô lượng vô biên nhưng tham sân si là căn bản. Tham sân si còn được gọi là ba độc, giết chết an lạc và hạnh phúc của con người. Tu tập là từng bước nhận diện và chuyển hóa hết thầy tham sân si của tự thân.

Giống như người bệnh cần phải uống đúng thuốc, đủ liều để chữa trị bệnh tật. Điều quan trọng nhất là không ai có thể làm việc ấy thay thế cho mình.

Cũng vậy, tham sân si là bệnh lớn của chúng sanh, muốn hết bệnh thì mỗi người phải dùng thuốc theo phương của bậc Y Vương (Đức Phật) để chuyển hóa và trị liệu. Thế Tôn là bậc thầy vĩ đại chuyên về chữa trị tâm bệnh. Ngài đã chẩn đúng bệnh của chúng sanh và ra đúng phương. Vấn đề còn lại là người bệnh chúng ta có uống thuốc đúng và đủ theo như hướng dẫn của Đức Phật hay không? Nếu có lòng tin sâu sắc, kết hợp với tinh cần uống thuốc của Ngài thì chắc chắn bệnh tham sân si sẽ bớt và lành.

“Một thời Phật ở nước Xá-vệ, rừng Kỳ-đà, vườn Cấp Cô Độc.

Bấy giờ Thế Tôn bảo các Tỳ-kheo:

- Có ba bệnh lớn. Thế nào là ba? Nghĩa là phong là bệnh lớn, đàm là bệnh lớn, lạnh là bệnh lớn. Đó là, Tỳ-kheo có ba bệnh lớn này. Nhưng trị ba bệnh lớn này có ba thuốc hay. Nếu bệnh phong thì tô là thuốc hay và lấy tô làm thức ăn. Nếu bệnh đàm thì mật là thuốc hay và lấy mật làm thức ăn. Nếu bệnh lạnh thì dầu là thuốc hay và lấy dầu làm thức ăn. Đó là, Tỳ-kheo, ba bệnh lớn này có ba thuốc hay này. Như thế, Tỳ-kheo, cũng có ba loại bệnh lớn này. Thế nào là ba? Đó là tham dục, sân giận và ngu si. Đó là, Tỳ-kheo, có ba bệnh lớn này. Nhưng ba bệnh lớn này lại có ba loại thuốc hay. Thế nào là ba? Nếu lúc tham dục khởi lên, dùng (phép quán) bất tịnh để trị và suy nghĩ đạo bất tịnh. Bệnh lớn sân giận thì dùng tâm từ để trị và suy nghĩ về đạo từ tâm. Bệnh lớn ngu si thì dùng trí tuệ để trị và đạo nhân duyên khởi. Đó là, Tỳ-kheo, ba bệnh lớn này có ba thuốc hay này. Thế nên, Tỳ-kheo, hãy tìm phương tiện cầu ba thuốc này. Như thế, này các Tỳ-kheo, hãy học điều này! Bấy giờ các Tỳ-kheo nghe Phật dạy xong, vui vẻ vâng làm.

(Kinh Tăng nhất A-hàm, tập I, phẩm Tam bảo, VNCPHVN ấn hành, 1997, tr.370)

Với bệnh lớn tham dục, “Lúc tham dục khởi lên, dùng (phép quán) bất tịnh để trị và suy nghĩ đạo bất tịnh”. Tham ái sắc thân của chính mình và người khác phái là tập nghiệp sâu nặng của chúng sanh trong cõi dục. Quán sát sự bất tịnh của thân mình và thân người để thấy như thật về sắc thân “là một túi

da chứa những thứ không sạch”. Khi tham dự các pháp khác cũng nhờ quán sát về tính chất vô thường và bất tịnh của chính các pháp ấy mà “chế ngự tham ưu ở đời”.

“Bệnh lớn sân giận thì dùng tâm từ để trị và suy nghĩ về đạo từ tâm”. Sân giận như lửa dữ nên cần dùng tâm từ để tưới tẩm, làm mát dịu. Tuy nhiên, tâm từ không có sẵn mà mỗi người cần chế tác, tu tập (rãi tâm từ) để nuôi dưỡng từ tâm ngày một lớn mạnh.

“Bệnh lớn ngu si thì dùng trí tuệ để trị và đạo nhân duyên khởi”. Si mê hay vô minh của chúng sanh thì có nhiều tầng, nhiều lớp. Theo lời Phật, người học cao, hiểu rộng nhưng không biết đạo thì vẫn si mê như thường. Phát huy tuệ giác để tin hiểu về nhân quả, tin hiểu về bốn sự thật (Khổ-Tập-Diệt-Đạo), nhất là quán sát một cách sâu sắc về đặc tính duyên khởi của vạn pháp mới có thể tháo gỡ những lầm chấp, chuyển hóa dần những si mê, ám chướng. Sự thấy biết đúng như thật về bản chất các pháp là bất tịnh, khổ, vô thường, vô ngã chính là chìa khóa quan trọng để chuyển hóa toàn bộ tham sân si. Thật rõ ràng, ba căn bệnh lớn tham sân si đã có thuốc chữa trị, Thế Tôn đã chỉ dẫn cặn kẽ, tỏ tường. Nên, uống thuốc để lành bệnh hay không là vấn đề của chúng ta, những người đệ tử Phật.

Quảng Tánh