

TRIỂN KHAI TRI KIẾN GIẢI THOÁT

CHÁNH KIẾN CHÁNH TỬ DUY

THÍCH NỮ NGUYỄN THANH

Ấn bản điện tử được đăng tải trên trang web
Tri Kiến Giải Thoát:

<https://www.trikiengiaithoat.net>

Ước mong mọi người sống không làm khổ
mình, khổ người và khổ chúng sanh.

Ngày 1 tháng 11 năm 2019

CHÁNH KIẾN, CHÁNH TƯ DUY

Phật tử N.T.Đ thưa hỏi

Hỏi: Con đang hơi lẫn giữa chánh kiến và chánh tư duy. Chánh kiến và chánh tư duy của người theo Đạo Phật khác với người đời như thế nào sư cô nhỉ? Kết quả và giá trị khác biệt lớn nhất của việc áp dụng chánh kiến và chánh tư duy vào đời sống là gì? Con hiểu chánh kiến và chánh tư duy giúp tâm hết tham sân si, hết dục ác, vô lậu, giúp tâm bất động, thanh thản, an lạc, vô sự. Và đó là Niết bàn đích đến của giải thoát. Chánh kiến là các lý thuyết mà Đức Phật đã dạy, nhưng chánh tư duy là cách áp dụng kiến thức vào đời sống thực tế.

Con hiểu là chánh tư duy là cách áp dụng đúng kiến thức trong chánh kiến vào đời sống theo một cách (phương pháp) đặc biệt nào đó khác với người đời. Vậy cách tư duy đó là gì? Con đang bối rối điều đó.

“Và này các Tỳ kheo, thế nào là chánh tư duy? Đây các Tỳ kheo, chính là xuất ly tư duy, vô sân tư duy, vô hại tư duy. Đây các Tỳ kheo, đây gọi là chánh tư duy” (Kinh Tương Ưng Bộ). Sư cô giảng rõ cho con nhé!

Mỗi người đều có mục tiêu, nguyện vọng và tham vọng. Chánh tư duy dạy rằng những mục tiêu, nguyện vọng và tham vọng đó phải cao thượng và đáng khâm phục, chứ không được thấp hèn và vô giá trị. Người đời tư duy bằng suy luận và trực giác, vậy tư duy của Đạo Phật thì khác như thế nào?

Đáp: Kính gửi chú N.T.Đ!

Câu hỏi của chú có thể tóm lược lại: Chánh kiến là gì? Chánh tư duy là gì? Và sự khác nhau về tri kiến nhận thức giữa đời và Đạo Phật như thế nào?

1- Chánh kiến và chánh tư duy

Trước hết, chúng ta biết rằng mục đích của Đạo Phật là giúp cho con người thoát khỏi khổ đau bằng cách diệt trừ nguyên nhân gây ra sự đau khổ đó, chính là tâm dục và ác pháp. Cho nên, phương pháp tu tập đầu tiên mà Đức Phật dạy chúng ta là Tứ Chánh Cần: Ngăn ác diệt ác, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp, tức là siêng năng tu tập chánh kiến, chánh tư duy, chánh ngữ, chánh nghiệp, chánh mạng.

Như vậy, chánh kiến, chánh tư duy là những hàng rào đầu tiên để ngăn ác diệt ác, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp.

Cũng như một đất nước muốn bình yên thì phải tích cực đấu tranh phòng chống tội phạm. Việc truy quét những tội phạm có hành vi đơn giản, dễ thấy như trộm cắp vặt, vi phạm giao thông, xả rác nơi công cộng được ví như chánh kiến; còn để xử lý những hành vi phạm tội phức tạp hơn như tham

những, tội phạm kinh tế, tội phạm công nghệ cao, tội phạm có tổ chức... thì đòi hỏi sự phân tích, đối chiếu, trình sát trong thời gian dài, việc này cũng giống như chánh tư duy.

Sơ bộ như vậy để chúng ta thấy rằng chánh kiến và chánh tư duy là những bộ lọc ngăn ác, diệt ác của tâm từ đơn giản đến phức tạp, khiến cho tâm không bị chướng ngại, nên không còn khổ đau, nếu tâm còn khổ đau thì chưa thể gọi là chánh kiến, chánh tư duy được.

Bây giờ chúng ta phân tích sâu hơn để biết thế nào là chánh kiến và chánh tư duy.

Như chúng ta đã biết Đạo Phật xác định bốn chân lý của con người là Tứ Diệu Đế gồm Khổ đế, Tập đế, Diệt đế, Đạo đế. Trong đó Đạo đế là một chương trình giáo dục đào tạo gồm có 8 lớp Bát Chánh Đạo, được chia làm 3 cấp Giới - Định - Tuệ để giúp cho tâm chúng ta bất động, thanh thản, an lạc, vô sự trước ác pháp và cảm thọ tác động, tức là tâm hoàn toàn thanh tịnh, không còn khổ đau.

Tám lớp học gồm lớp chánh kiến, lớp Chánh tư duy, lớp Chánh ngữ, lớp Chánh nghiệp, lớp Chánh mạng, lớp Chánh tinh tấn, lớp Chánh niệm và lớp Chánh định. Mỗi một lớp được học và tu tập sẽ làm cho tâm chúng ta thanh tịnh dần dần mà Trưởng lão Thích Thông Lạc đã ví 8 lớp học này giống như 8 cái sàng để sàng lọc tâm từ thô đến tế, cho đến khi tâm được thanh tịnh hoàn toàn, tức là không còn tham,

sân, si nữa, thì chúng ta làm chủ sanh, già, bệnh, chết, chấm dứt tái sanh luân hồi.

Như chúng ta có một viên ngọc thô, bên ngoài bám nhiều tạp chất, cát đá. Để làm cho viên ngọc sáng, cần phải mài giũa, xử lý bằng những công cụ từ thô sơ đến tinh vi: Từ việc dùng búa đục cho tới dùng giấy nhám đánh bóng, rồi phải soi dưới kính hiển vi và xử lý bằng hóa chất và nước để làm sạch toàn bộ bề mặt hoàn toàn.

Tâm con người cũng vậy, trong tâm ai cũng có một viên ngọc sáng trong, thanh tịnh, nhưng vì đám mây tham, sân, si che mờ, nên thỉnh thoảng mới có chút ánh sáng le lói từ tâm thanh tịnh phát ra, đó là trạng thái thanh thản, an lạc, vô sự. Để cho tâm thanh tịnh hoàn toàn thì cần phải bóc tách, xả bỏ tâm tham, sân, si này đi. Muốn vậy, phải xử lý từng bước, từ việc bóc tách tham, sân, si thô cho tới tham, sân, si vi tế thì tâm mới thanh tịnh dần dần cho đến lúc thanh tịnh hoàn toàn.

Việc tu tập để cho tâm thanh tịnh cần phải trải qua 8 lớp Bát Chánh Đạo, mỗi lớp được học tập và rèn luyện sẽ làm cho tâm chúng ta ly dục, lìa tham sân, si, dần dần.

Tất cả 8 lớp học của Đạo Phật đều là những lớp thực hành, nhưng muốn thực hành được thì phải thông hiểu, phải được trang bị kiến thức, sau đó mới đi vào tu tập những phương pháp để ly dục ly ác

pháp, sống đời đạo đức không làm khổ mình khổ người.

Giống như xử lý nước, để thanh lọc nước trở thành tinh khiết thì trải qua nhiều bộ lọc, có bộ lọc rác và tạp chất thô có thể nhìn thấy được, có bộ lọc những thành phần độc hại, có bộ lọc mùi, có bộ lọc những hạt bụi nhỏ, có bộ lọc bụi siêu nhỏ... thì lớp Chánh kiến chính là bộ lọc đầu tiên của tâm giúp ly dục ly ác pháp phần thô, còn lớp Chánh tư duy là lớp thanh lọc những ác pháp khó thấy, đòi hỏi sự phân tích tư duy kỹ lưỡng, đây là những lớp thực hành chứ không phải là lớp lý thuyết.

Lớp Chánh kiến là lớp học đầu tiên trong 8 lớp Bát Chánh Đạo.

Vậy chánh kiến là gì?

Chánh kiến theo nghĩa bình thường là sự nghe, thấy, hiểu biết một cách chánh trực, đúng đắn, không chủ quan, sự việc như thế nào thì biết như thế đó, không bị ảnh hưởng bởi tập quán, tà kiến, dục vọng chi phối. Nói một cách ngắn gọn là sự hiểu biết không khổ đau, vì sự hiểu biết có khổ đau tức là bị tham, sân, si chi phối, mà tham, sân, si chi phối thì làm sao gọi là chánh kiến được?

Chúng ta có thể diễn giải lại như sau: chánh kiến là nghe, thấy, hiểu biết một sự việc, hiện tượng khiến cho tâm mình và người khác không khổ đau, hay nói cách khác là nhìn mọi vấn đề không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh.

Cho nên, người có chánh kiến là người có những hành động thiện, ngược lại người mang tà kiến là người thường làm những hành động ác. Thiện pháp thì có nhiều nhưng chung quy lại là 10 điều thiện xuất phát từ thân khẩu ý gọi là thập thiện: Thân không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm; khẩu không nói dối, không nói lời thêu dệt, không nói lời hung dữ, không nói lời lật lọng; ý không tham, không sân, không si. Ngược lại với thập thiện là thập ác.

Cũng như chương trình giáo dục Đại học ngoài đời, đầu tiên là học đại cương, sau đó thì mới đi sâu vào các môn học chuyên ngành, tiếp đến thì sẽ làm các bài tập nhỏ, bài tập lớn, và cuối cùng là ứng dụng các kiến thức đã học để giải quyết một bài toán cụ thể.

Lớp học đại cương là lớp cho ta nhìn tổng quan về một lĩnh vực nào đó. Ví dụ: Khi học đại cương thì sinh viên được trang bị những kiến thức chung về nhiều lĩnh vực gồm có khoa học tự nhiên, khoa học xã hội, văn hóa... như Toán học, Vật lý, Hóa học, Kinh tế, Chính trị, Triết học, Ngoại ngữ, Nhập môn công nghệ thông tin...

Cũng vậy, lớp đầu tiên của Đạo Phật là lớp Chánh kiến trang bị cho chúng ta những kiến thức căn bản để có cái nhìn đúng đắn về các sự vật và hiện tượng xảy ra trong thân và xung quanh chúng ta, gọi là nhân sinh quan và thế giới quan, tức là thấy các pháp đúng với bản chất của nó. Khi có những kiến thức này rồi phải áp dụng vào bản thân để nghe, thấy,

hiểu biết mọi việc mà không có khổ đau thì mới gọi là chánh kiến. Ngược lại, dù có học tập kiến thức nhưng khi nhìn nhận các vấn đề mà tâm bị động và đau khổ thì vẫn chưa được gọi là chánh kiến mà đang bị tà kiến, tức là bị tham, sân, si chi phối.

Trong lớp chánh kiến sẽ có hai phần:

- Một là: Phần lý thuyết, nhận thức sự việc đúng đắn để không bị hiểu biết lệch lạc theo tà kiến.
- Hai là: Phần thực hành áp dụng vào bản thân để không làm khổ mình khổ người bằng Định Vô Lậu và pháp hướng tâm.

Cho nên, để sống được với chánh kiến thì đầu tiên là học hỏi kiến thức để nhìn nhận đúng bản chất của vấn đề, sau đó là thực hành để làm sao mình sống với tâm hồn không có khổ đau. Nói một cách ngắn gọn, cần phải học và tu tập thì mới có chánh kiến được.

Lớp Chánh kiến là lớp được trang bị những kiến thức căn bản, nền tảng cho việc tu tập xả tâm, ly dục ly ác pháp. Những kiến thức đó gồm: Tứ Bất Hoại Tịnh, Nhân quả thảo mộc, Nhân quả con người, Các pháp vô thường, Thân vô thường, Thân bất tịnh, Thực phẩm bất tịnh, 12 nhân duyên, Ngũ triền cái, Thất kiết sử, Thân ngũ uẩn...

Khi được trang bị những kiến thức này thì cần phải áp dụng vào bản thân bằng phương pháp Như Lý Tác Ý. Ví dụ, hàng ngày ta nhắc tâm mình: ***“Tâm như cục đất, lia bỏ tham sân si cho thật sạch!”*** để

nó trở thành nội lực đánh bật nghiệp tham, sân, si khi có những chuyện trái ý nghịch lòng xảy ra, làm được như vậy mới gọi là chánh kiến.

Còn học có kiến thức về nhân quả, về các pháp vô thường, về thân vô thường mà khi đụng chuyện chỉ thấy đúng sai, phải trái, tranh cãi hơn thua, thị phi, thì đó là tà kiến chứ không phải là chánh kiến.

Ví dụ 1: Khi nghe người khác chửi mình là đồ trâu chó, mình biết rõ mình không phải là trâu chó nên có gì mà phải giận, thì cái thấy biết đó là chánh kiến. Ngược lại, mình tưởng mình là trâu chó thật, nên tức tối chửi mắng lại thì đó là tà kiến.

Ví dụ 2: Chúng ta biết ăn thịt động vật là sống trên xương máu chúng sanh với nhiều đau thương khổ sở. Vì khổ đau nên ta giữ gìn Đức Hiếu Sinh để không còn khổ đau nữa, đó là chánh kiến, còn ngược lại là tà kiến.

Ví dụ 3: Chúng ta biết hút thuốc là đưa chất độc vào cơ thể nên ta quyết tâm từ bỏ thói quen nghiện ngập này đó là chánh kiến, ngược lại biết thuốc lá độc hại mà vẫn hút thì đó là tà kiến.

Ví dụ 4: Khi hiểu biết Đạo Phật là một nền đạo đức của con người, cho nên tích cực sống đạo đức không làm khổ mình khổ người thì đó là chánh kiến. Còn ngược lại, dùng kiến thức của Đạo Phật đi chỉ trích cái sai của người khác thì đó là tà kiến.

Ví dụ 5: Hàng ngày chúng ta biết rằng dưới những bước chân đi có rất nhiều loài động vật nhỏ bé

như kiến, trùng, giun... nhưng vì vội vàng nên chúng ta dẫm đạp làm chết rất nhiều côn trùng, thì những hành động này là tà kiến. Ngược lại, khi đi, đứng, nằm, ngồi chúng ta đều quan sát cẩn thận không dẫm đạp tổn hại làm chết chúng sanh, thì đó là chánh kiến.

Ví dụ 6: Trước khi đưa vào lò đốt một cây củi, ta cẩn thận xem xét trong cây củi này có kiến, trùng, mối mọt hay không? Nếu có thì ta nên gõ nhẹ thanh củi hoặc chẻ ra để cho những con vật nhỏ bé này đi ra ngoài thì mới đốt, làm như vậy không gây tổn hại đến sự sống của chúng sanh, nên gọi là có chánh kiến.

Ví dụ 7: Chúng ta biết Đức Phật dạy: ***“Tự thấp đước lên mà đi”***, cho nên những hành động cầu khẩn, cúng bái, tụng niệm, kêu gọi thần thánh phù hộ ban phước đều không có ý nghĩa gì cả, và chúng ta không làm những điều mê tín cầu tha lực đó. Sự thấy biết và hành động như vậy gọi là chánh kiến.

Ví dụ 8: Có người được gặp Trưởng lão Thích Thông Lạc, thấy Thầy luôn thanh thản, hiền từ, không bao giờ làm khổ ai cả, nên người đó bắt chước gương hạnh của Thầy để áp dụng vào đời sống hàng ngày. Mỗi khi có chuyện trái ý, nghịch lòng thì người này hướng về Thầy Thông Lạc tác ý nhắc tâm với một niềm tin sâu sắc: ***“Đức Phật và Thầy Thông Lạc không bao giờ sân hận, tâm ta niệm Phật, niệm Tăng là phải sống đúng như Đức Phật, như Thầy Thông Lạc, không được sân hận!”***, tác ý xong cơn

sân biến mất, đó chính là chánh kiến của người này, do áp dụng Tứ Bất Hoại Tịnh trên lớp Chánh kiến.

Vì chánh kiến là sự hiểu biết không có khổ đau nên chánh kiến ở đâu thì đạo đức ở đó, đạo đức ở đâu thì chánh kiến ở đó, chánh kiến làm thanh tịnh đạo đức và đạo đức làm thanh tịnh chánh kiến.

Vậy chánh tư duy là gì?

Ví dụ, khi ta thấy một gói bánh bị bốc mùi thì ta kết luận rằng gói bánh này bị thiu, không thể ăn được vì có thể gây bệnh, nhưng trước một gói bánh thơm tho, trông còn mới thì ta không biết rằng liệu nó có an toàn thực phẩm không? Nếu ăn vào có bị làm sao không? Để biết chắc chắn thì ta phải làm xét nghiệm xem các chỉ số hàm lượng thành phần nguyên liệu trong đó có đảm bảo tiêu chuẩn của Bộ Y Tế đề ra hay không? Nếu đảm bảo thì mới ăn, còn không thì nhất định không ăn.

Có nghĩa là đối với vấn đề an toàn thực phẩm, nếu mất thường không xác nhận được chúng có an toàn hay không thì cần phải làm các xét nghiệm, khi nào đảm bảo an toàn mới ăn.

Đối với Bát Chánh Đạo cũng vậy, nếu chánh kiến không phân biệt được pháp nào là thiện, pháp nào là ác để xả tâm thì cần phải phân tích, mổ xẻ để thấu triệt các pháp, nếu pháp nào ác thì ta xả bỏ, pháp nào thiện thì ta tăng trưởng, đó gọi là chánh tư duy, hoặc gọi là TRIỂN KHAI TRI KIẾN GIẢI THOÁT.

Như vậy, chánh tư duy có nghĩa là tư duy suy nghĩ để phân biệt pháp nào là thiện, pháp nào là ác, nếu tâm khởi lên những ý nghĩ có tính chất tham, sân, si đưa đến làm khổ mình khổ người, đưa đến khổ đau và quả báo khổ đau thì nhất định xả bỏ. Sự suy tư như vậy gọi là chánh tư duy. Hay nói một cách ngắn gọn, chánh tư duy là sự tư duy, suy nghĩ để xả tâm tham, sân, si mà danh từ trong kinh điển gọi là ***“xuất ly tư duy, vô tham tư duy, vô sân tư duy, vô hại tư duy”***.

Xuất ly tư duy là xả tâm; vô tham tư duy là xả tâm tham; vô sân tư duy là xả tâm sân; vô hại tư duy là xả tâm làm hại mình, hại người.

Ví dụ 1: Có người biết chánh pháp liền áp dụng vào đời sống, anh ta ăn thực vật và không uống rượu để giữ gìn Đức Hiếu Sinh và Đức Minh Mẫn, đó là chánh kiến của anh ta. Nhưng có những người sống xung quanh anh ta liền mỉa mai gièm pha: Nào là ăn chay như vậy thì không có chất dinh dưỡng, ốm yếu sanh bệnh tật; nào là cả thế giới người ta ăn thịt có sao đâu; nào là trong giao tiếp phải biết uống rượu; nào là sống không biết hòa đồng gì cả, khiến anh ta khổ tâm. Để xả các chướng ngại này trong tâm thì anh ta phải tư duy suy nghĩ như thế nào để tâm không khởi lên những niệm phiền não. Ví dụ, anh ta tư duy như sau:

“Con người ăn cơm rau củ là có thể sống khỏe rồi chứ đâu cần phải uống rượu, ăn thịt mới sống được đâu? Uống rượu là ác pháp làm cho tâm

trí mê mờ, sức khỏe hao mòn, nhân cách suy đồi, không làm chủ được bản thân ảnh hưởng tới mọi người xung quanh; còn ăn thịt tức là nuôi sống thân mạng bằng sự đau khổ chúng sanh, như vậy là làm khổ mình khổ người, cho nên ta nhất định phải giữ lập trường vững vàng, thà chết chứ không ăn thịt động vật, không uống rượu làm tâm trí mê mờ.

Gia đình, bạn bè muốn lôi kéo ta trở về con đường ác pháp: ăn thịt, uống rượu, nhưng khi ta bệnh tật bố mẹ, anh em, bạn bè có bệnh thay cho ta được không? Khi ta khổ đau thì bố mẹ, anh em, bạn bè có khổ đau thay cho ta được không? Cho nên, ta phải kiên định giữ lập trường thiện pháp của mình, sống thiện chắc chắn sẽ mang đến sự hạnh phúc, an vui, ta không cần để tâm đến những lời gièm pha của những người xung quanh, vì họ không hiểu đạo đức không làm khổ mình khổ người”.

Suy tư như vậy, rồi anh ta tác ý: *“Tâm không được sân, không được chướng ngại với những lời gièm pha ác pháp, tâm phải giữ lập trường sống thiện vững vàng, tâm phải thanh thản, an lạc, vô sự!”*, tác ý cho đến khi nào tâm không còn phiền não nữa, đó chính là chánh tư duy.

Ví dụ 2: Anh A mới biết chánh pháp, đang tập sống 5 tiêu chuẩn đạo đức làm người. Một hôm gặp một người bạn đạo khác khuyên anh A rằng, buổi

sáng dậy sớm hoặc lúc thọ Bát Quan Trai thì nhớ tập ngồi kiết già cho vững rồi mới tu.

Nghe vậy anh A buổi sáng cũng dậy sớm hơn một chút để tập téo chân ngồi kiết già, nhưng càng ngồi càng thấy tê chân, đau không chịu nổi. Tập như vậy được vài hôm thì anh ta thấy quá đau đớn, phân vân không biết người bạn này khuyên như vậy có đúng không?

Vừa tự hỏi như vậy, anh ta liền tư duy suy nghĩ để tìm câu trả lời. Anh ta tư duy như sau: ***“Trong bốn chân lý của Đạo Phật, Đức Phật dạy nguyên nhân của khổ đau là do lòng ham muốn, cho nên chỉ cần xả bỏ lòng ham muốn là không còn khổ đau nữa. Như vậy, đâu phải ngồi kiết già mà hết khổ đau? Thực tế thì ngồi kiết già rất đau chân, tức là làm khổ mình rồi. Cho nên, bản chất của việc tu hành là xả tâm chướng ngại, còn các tư thế đi, đứng, nằm, ngồi là phương tiện cho tâm tĩnh thức để xả tâm ly dục ly ác pháp mà thôi, chứ không phải tu hành là ngồi kiết già”***.

Suy nghĩ như vậy, nên anh ta tập trung vào việc xả tâm, chứ không còn quan trọng việc ngồi kiết già hay không nữa, đó chính là chánh tư duy, tức là anh ta đã tìm ra đáp án cho thắc mắc trong tâm của mình, khiến cho tâm được cởi mở, thanh thản, không còn suy nghĩ lo lắng nữa.

Ví dụ 3: Anh A là một người có gia đình, có vợ và con. Anh A mới biết chánh pháp, cũng còn đang tìm hiểu sách vở, và áp dụng tu tập từ từ. Một hôm

đi đến sinh hoạt ở một đạo tràng, nghe các bạn đạo khuyên: Tu hành là phải từ bỏ hết đi, thế mới gọi là ly dục, vợ con, công việc phải dẹp qua một bên.

Nghe lời khuyên của bạn đạo nói vậy, khiến cho anh ta băn khoăn trong lòng: Bỏ là bỏ thế nào đây? Có phải bỏ hết là ly dục không? Trong khi trên vai mình còn vợ và con nhỏ? Không lẽ tu là không làm gì? Tự hỏi như vậy, nên anh ta quyết tâm tìm câu trả lời bằng cách tư duy suy nghĩ như sau:

“Nếu bỏ hết vật dụng mà gọi là ly dục thì những người nghèo khổ, trẻ em lang thang không có cơm ăn, áo mặc, nhà ở, hoặc những con khỉ, vượn, hươu, nai trên rừng không có vật dụng đã chứng đạo hết rồi.

Nếu bỏ vợ con, trong khi con mình còn nhỏ mà gọi là ly dục thì đó là thiếu đạo đức làm người, làm khổ người khác, mà thiếu đạo đức làm người thì làm sao thực hiện được đạo đức làm Thánh nhân đây?

Trong những cuốn sách Đường Về Xứ Phật, Trưởng lão Thích Thông Lạc có nhắc tới một cư sĩ tên là M.T cũng bỏ vợ con đi tu, nhập thất 5 năm trời, nhưng mỗi lần vợ con đến thăm thì đều xin Trưởng lão ra gặp, thì như vậy là sống xa vợ con nhưng ái kiết sử đâu đã lìa? Vậy thì xả tâm chỗ nào? Giải thoát chỗ nào?

Đạo Phật là một nền đạo đức của con người, do vậy phải làm tròn bốn phận đạo đức làm người

trước khi trở thành một vị Thánh. Mình đang có vợ con, có nghĩa là đang sống trong chùm nhân quả để trả nợ, cho nên phải sống tròn bổn phận trách nhiệm với gia đình, nhưng xả tâm không dính mắc thì mới gọi là ly dục.

Hơn nữa, cuối mỗi bức tâm thư Thầy Thông Lạc dạy: “Chúc các con xả tâm tốt”, chứ có bao giờ khuyên: “Chúc các con bỏ nhà, bỏ việc, bỏ vợ, bỏ con tốt” đâu?

Cho nên, đúng như Thầy Thông Lạc dạy, mình còn gia đình thì phải sống đạo đức nhân bản - nhân quả, không làm khổ mình khổ người, thỉnh thoảng thọ Bát Quan Trai thì mới phù hợp với hoàn cảnh của mình. Đến lúc nào trước cảnh động mà tâm mình bất động thì mới nên bước vào cảnh tịnh, xả sạch duyên sanh để thực hiện rốt ráo quá trình tu tập”.

Suy tư như vậy thì anh ta đã giải quyết xong mối nghi trong lòng, và thực hiện đời sống đạo đức trong đời sống hàng ngày, đó là chánh tư duy.

Ví dụ 4: Có một người cư sĩ thuần thành tên là D, anh rất muốn tu hành, và ước nguyện một ngày nào đó anh cũng sẽ xuất gia, theo anh nghĩ như vậy mới gọi là tu tập. Cho nên, anh rất quý người tu hành, một hôm anh mời một vị sư về nhà thọ trai, vị sư vui vẻ nhận lời. Buổi sáng vị sư xin phép đi khát thực, mặc dù anh và vợ đã chuẩn bị cơm nước, nhưng không nỡ cản sư. Đến buổi chiều, anh D mới hỏi sư: *“Tại sao nhà con làm cơm mời sư mà sư vẫn đi khát*

thực?”. Vị sư trả lời: ***“Sư đi khát thực là để diệt ngã xả tâm”***. Nghe vậy thôi, chứ anh D cũng chưa thấy thỏa mãn lắm. Rồi buổi khuya lúc anh D thức dậy đi ngang qua phòng dành riêng cho sư thì nhìn thấy vị sư này đang ngồi tu mà ngủ gục lên, gục xuống. Thấy cảnh tượng như vậy, anh mới suy nghĩ: ***“Không lẽ ban ngày đi khát thực diệt ngã xả tâm mà buổi tối, buổi khuya thức dậy tu hành theo kiểu ngủ gục lên gục xuống như thế này ư, vậy thì diệt ngã ở chỗ nào? Xả tâm ở chỗ nào? Xả tâm sao mà ngủ gục dữ vậy?”***.

Tự hỏi như vậy, anh D quyết tìm câu trả lời về bản chất của vấn đề tu hành là gì? Có phải nhất thiết là đi khát thực mới gọi là tu hay không?

Sau nhiều ngày tháng trần trở, cuối cùng anh xâu chuỗi các kiến thức lại, đặt cây viết xuống bàn và làm một bản thống kê, anh viết:

- Lúc Đức Phật tu khổ hạnh (gần 6 năm) nhưng chưa đúng pháp nên không chứng đạo.
- Lúc Đức Phật vào làng khát thực không khổ hạnh nữa, tu hành đúng pháp thì 49 ngày chứng đạo.
- Sau khi tu xong Đức Phật thành lập giáo đoàn và các vị Tỳ kheo lập hạnh đi khát thực, tu hành, số người tu chứng rất nhiều.
- Vua Tịnh Phạn, cha của Đức Phật chứng đạo trên giường bệnh, chứ đức vua không xuất gia làm Tỳ kheo và không đi khát thực.

- Nam cư sĩ Jivaka, nữ cư sĩ Godha, Visakha cũng chứng đạo nhưng không phải là Tỷ kheo.

- Thầy Thông Lạc lúc tu hành ở Hòn Sơn, gần 1 năm ăn rau rừng để sống, nhưng không chứng đạo, vì Thầy tu pháp tri vọng, không đúng chánh pháp.

- Thầy Thông Lạc về nhà (chùa Am) tu hành gần 9 năm, tiếp tục ôm pháp tri vọng, có mẹ và em họ thất, nhưng không chứng đạo.

- Thầy Thông Lạc có mẹ và em họ thất, Thầy giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh, sử dụng pháp Như Lý Tác Ý xả tâm tham, sân, si, thì 6 tháng chứng đạo (ngày 9/9/1980 Âm lịch, tức ngày 17/10/1980 Dương lịch).

- Cô Liễu Kim là một cư sĩ bị bệnh, trước lúc chết, có những người con của cô đứng bên cạnh, cô giữ gìn tâm bất động nên cô vẫn vào Niết Bàn (Trưởng lão Thích Thông Lạc xác nhận vào ngày 20/4/2006 tại Hà Nội). Như vậy, cô không cần nhất thiết phải ôm bát đi khát thực, nhưng vẫn vào Niết Bàn là vì giữ tâm bất động.

Như vậy, thời Đức Phật có những vị Tỷ kheo thực hiện hạnh khát thực, ôm pháp tu đúng là chứng đạo, nhưng cũng có người không thực hiện hạnh khát thực nhưng ôm pháp tu đúng cũng chứng đạo.

Trưởng lão Thích Thông Lạc nhập thất tu hành, không thực hiện hạnh khát thực mà do mẹ và em họ thất, giữ gìn giới luật nghiêm chỉnh, ôm pháp tu đúng là chứng đạo.

Cô Liễu Kim là cư sĩ, bị bệnh ung thư, không khát thực nhưng giữ tâm bất động vẫn vào Niết bàn.

Cho nên, bản chất của tu hành là phải thực hiện đúng phương pháp để ly tham, sân, si, còn hạnh khát thực chỉ là trợ duyên để người tu sĩ rảnh rang, không vướng bận duyên sanh, chứ nếu có người hộ thất thì không cần cũng được. Vì nó không phải là điều kiện tiên quyết, mà điều kiện tiên quyết để tu hành là sống đúng giới luật, đầy đủ chánh tri kiến và thực hiện đúng phương pháp xả tâm ly dục ly ác pháp.

Rồi anh D đọc tư liệu của Trưởng lão Thích Thông Lạc dạy tu hành có 4 giai đoạn: Giai đoạn 1 và 2 là giai đoạn phòng hộ và xả tâm, thì tu ở đâu cũng được; giai đoạn thứ 3 là nhập định và giai đoạn 4 là thực hiện Tam Minh, thì cần phải độc cư không tiếp duyên.

Do sự suy tư kỹ lưỡng nên anh D nắm chắc vấn đề và thực hiện phương châm: ***“Sống là tu, tu là sống”*** ngay trong đời sống hàng ngày bằng cách sống 5 giới, làm tròn bốn phận trách nhiệm của mình, xả tâm bằng tri kiến nhân quả, thỉnh thoảng thọ Bát Quan Trai, chứ anh D không đợi sau này con lớn mới đi tu, mà tu ngay trên thân hành, khẩu hành, ý hành của mình hàng ngày.

Anh D suy tư và hành động như vậy gọi là chánh tư duy.

Ví dụ 5: Có một chị khi gặp chánh pháp thì rất vui mừng, chị áp dụng vào đời sống, đầu tiên là ăn

chay, nhưng bị chồng và gia đình phản đối kịch liệt, vì họ rất gia trưởng, thậm chí còn đòi bỏ, nguy cơ tan vỡ gia đình. Phận làm vợ, làm dâu phải nội trợ trong gia đình, chị phải làm thế nào để thực hiện được những tiêu chuẩn đạo đức làm người như Đức Phật đã dạy?

Chị bắt đầu suy tư: ***“Hiện tại nói đến chuyện ăn chay, tu hành là chồng và gia đình phản đối gay gắt tức là duyên nhân quả chưa thuận, mà bản thân mình phải nội trợ. Vì vậy, đầu tiên là mình phải chấm dứt việc mua những con vật còn sống về giết thịt mà chỉ mua những đồ đã làm sẵn để giảm bớt nghiệp sát sanh, tức là giảm bớt ác pháp. Do đó, mình chỉ hướng lưu tới Đức Hiếu Sinh chứ chưa nhập lưu để sống với Đức Hiếu Sinh được.***

Thứ hai, trước mặt chồng và gia đình nhà chồng mình không nói đến việc ăn chay, tu hành, mà nên vui vẻ, tùy thuận mọi người trong các công việc hàng ngày.

Thứ ba là mình phải tập triển khai tri kiến mỗi ngày, trau dồi lòng yêu thương, và khéo léo nhắc nhở chồng con về giá trị sự sống của muôn loài, dần dần chồng và gia đình sẽ hiểu điều này và chấp nhận cho mình ăn thực vật, và chồng cũng sẽ ăn theo. Quá trình này có thể mất nhiều tháng, nhiều năm, nhưng nhất định mình phải thực hiện cho bằng được”.

Đối với chị này, sự suy tư và thực hiện được như vậy gọi là chánh tư duy, tức là sự suy nghĩ đúng

đến để hành động giảm nghiệp ác cho tới lúc giữ gìn được 5 tiêu chuẩn đạo đức làm người.

Ví dụ 6: Khi chúng ta nhập thất để tu tập thọ Bát Quan Trai thì những tâm niệm dính mắc về các pháp thế gian như nhớ gia đình, nhớ công việc, khởi niệm làm việc từ thiện hoặc nấu cơm chay... thì chúng ta cần triển khai tri kiến để thấu suốt từng tâm niệm đó, những niệm nào làm khổ mình khổ người, đưa đến khổ đau, quả báo khổ đau thì đều là niệm ác hết, vì vậy cần phải tác ý xả bỏ.

Khi sống một mình trong thất, niệm thanh thân, an lạc, vô sự là niệm thiện, còn các niệm phóng dật về các pháp thế gian đều là niệm ác dù là làm từ thiện gì đi chăng nữa, vì nó đều là nhân quả có sanh có diệt nên có khổ đau.

Xét qua các ví dụ như trên để chúng ta thấy sự suy tư để ngăn ác diệt ác, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp gọi là chánh tư duy.

Trong đời sống hàng ngày chúng ta phải sống, làm việc và giao tiếp với mọi người bằng thân hành, khẩu hành, ý hành, ba nơi này không có ác pháp làm khổ mình khổ người thì thân tâm được bình an. Vì vậy 5 lớp đầu tiên của Bát Chánh Đạo thuộc về đời sống của con người, đó là lớp Chánh kiến, lớp Chánh tư duy, lớp Chánh ngữ, lớp Chánh nghiệp và lớp Chánh mạng.

Khi các pháp, các đối tượng đến với chúng ta mà chúng ta thấy biết ngay liền pháp nào ác, pháp

nào thiện để bỏ ác làm thiện thì đó là chánh kiến. Nếu mà chánh kiến chưa nhận ra được pháp nào là ác, pháp nào là thiện thì chúng ta dùng chánh tư duy. Khi phân biệt rõ ràng pháp nào là ác, pháp nào là thiện thì chúng ta mới biến ra lời nói chánh ngữ và hành động chánh nghiệp không làm khổ mình khổ người. Sống không làm khổ mình khổ người tức là ly dục ly ác pháp, ly dục ly ác pháp thì thân tâm thanh thản, an lạc, vô sự, thân tâm thanh thản, an lạc, vô sự tức là sống đúng chánh mạng.

Cho nên chánh kiến, chánh tư duy nói riêng và 5 lớp đầu tiên của Bát Chánh Đạo đều phải áp dụng Tứ Chánh Cần tu tập, khi nào mà ngăn ác diệt ác thành công thì mới gọi là chánh kiến, chánh tư duy.

Chánh kiến là lớp căn bản nền tảng nhất của Đạo Phật để triển khai Định Vô Lậu, mà tầm quan trọng của nó như Trưởng lão Thích Thông Lạc đã nói: ***“Nếu không có chánh kiến sẽ không bao giờ có sự giải thoát”***.

Chánh tư duy là sự phân tích mổ xẻ cho thấu triệt các pháp và từng tâm niệm, để ngăn ác diệt ác, sanh thiện tăng trưởng thiện pháp trên nền tảng chánh kiến.

Đạo Phật dùng tri kiến hiểu biết của mình để sống không làm khổ mình khổ người, không làm khổ mình khổ người tức là giới luật, cho nên Đức Phật đã dạy: ***“Tri kiến ở đâu thì giới luật ở đó, giới luật ở đâu thì tri kiến ở đó, giới luật làm thanh tịnh tri kiến, tri kiến làm thanh tịnh giới luật”*** và Trưởng

lão Thích Thông Lạc đã dạy: ***“Triển khai tri kiến giải thoát”*** tức là luôn triển khai chánh kiến, chánh tư duy xả tâm ly dục ly ác pháp thì sẽ giải thoát ra mọi sự khổ đau.

Thầy Thông Lạc đã xác định: ***“Xả tâm là một loại thiền độc đáo nhất của Đạo Phật mà khắp trên thế gian này, dù bất cứ tôn giáo nào cũng không có pháp môn này, đó là Định Vô Lậu”***, cho nên, Tứ Thánh Định của Đạo Phật cũng không ngoài Định Vô Lậu, có nghĩa là nếu không có chánh kiến và chánh tư duy thì không thể tu tập thiền định của Đạo Phật được.

Như vậy, chánh kiến, chánh tư duy là sự hiểu biết như thật, không bị tập quán, tà kiến, dục vọng chi phối, tức là không dính mắc bởi các pháp thế gian, nên không làm khổ mình khổ người. Nếu chánh kiến là sự nghe, thấy, hiểu biết các pháp ngay liền, thì chánh tư duy là sự triển khai, phân tích, mổ xẻ để thấu triệt các pháp, mục đích là để tâm không khổ đau. Chánh kiến, chánh tư duy là những bộ lọc đầu tiên trong 8 lớp Bát Chánh Đạo giúp cho thân tâm được thanh tịnh, giải thoát.

2- Tri kiến ngoài đời và tri kiến của Đạo Phật khác nhau như thế nào?

Để so sánh tri kiến thế gian và tri kiến của Đạo Phật thì chúng ta phải hiểu mục đích của tri kiến thế gian và mục đích của tri kiến Đạo Phật.

Phần lớn con người trong thế gian này khi làm bất cứ một việc gì cũng muốn thành công, tốt đẹp, do vậy tri kiến thế gian là sự suy nghĩ, cân nhắc sao cho việc làm không bị thất bại. Tri kiến này thường kèm theo các hành động có lúc ác, có lúc thiện, nên kết quả mang lại lúc khổ, lúc vui, đây là tri kiến dính mắc các pháp thế gian.

Còn mục đích của Đạo Phật là giúp cho con người thoát khỏi khổ đau, cho nên tri kiến của Đạo Phật là sự hiểu biết không có khổ đau hay còn gọi là tri kiến giải thoát.

Đạo Phật xác định nguyên nhân của khổ đau là do lòng ham muốn, từ lòng ham muốn nên mới sanh ra dục và ác pháp, do vậy tri kiến giải thoát là tri kiến ly dục ly ác pháp.

Tri kiến thế gian hay tri kiến giải thoát giống nhau ở chỗ đều dùng ý thức tư duy suy nghĩ về một vấn đề gì đó, nhưng khác nhau ở chỗ, nếu sự tư duy suy nghĩ do nghiệp tham, sân, si thúc đẩy thì đó là tri kiến thế gian, còn nếu đi ngược với nghiệp tham, sân, si thì đó là tri kiến giải thoát.

Cho nên, người có tri kiến giải thoát họ cũng sống bình thường như mọi người, nhưng do không làm theo nghiệp tham, sân, si thúc đẩy nên hành động của họ không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh.

Ví dụ 1: Người ta chửi mà mình không giận là tri kiến giải thoát, còn người ta chửi mà mình giận hờn phiền não là tri kiến thế gian.

Ví dụ 2: Một người nội trợ sau khi luộc rau, nước còn nóng đổ thẳng vào bồn rửa bát, thì đó là hành động theo tri kiến thế gian. Còn người tu hành theo Đạo Phật họ tỉnh giác biết rằng phía dưới bồn rửa bát và ống nước thải sẽ có nhiều sinh vật nhỏ bé, nên họ không đổ nước nóng mà đợi cho nguội rồi mới đổ, hoặc pha thêm nước lạnh để nước trở về nhiệt độ bình thường rồi mới đổ để không làm chết các loài vật nhỏ bé.

Ví dụ 3: Người có tri kiến thế gian khi muốn thành công họ không từ thủ đoạn nào, kể cả làm khổ mình, khổ người, khổ chúng sanh và gây hại cho môi trường sống, như bóc lột nhân công, chạy chức, chạy quyền, chạy dự án, tham nhũng, làm nghề giết hại chúng sanh, đổ chất thải nhà máy ra sông, hồ... làm ô nhiễm môi trường.

Còn người có tri kiến giải thoát thì họ hiểu nhân quả, nên họ sống đúng 5 giới để bồi đắp gốc thiện, biết làm thiện nguyện đúng chánh pháp, đó là gieo nhân thiện, cộng với việc họ chọn nghề nghiệp thiện (không chọn 6 nghề ác mà Đức Phật dạy không nên làm) và luôn chăm chỉ làm việc, không làm khổ mình khổ người, đó là duyên thiện. Nhân thiện hợp với duyên thiện nên họ thành công trong sự hạnh phúc an vui.

Trưởng lão Thích Thông Lạc dạy: Người thành công trên đường đời mà thành công trên đường đạo là thành công trên con đường thiện, còn người thành công trên đường đời mà không thành công trên đường đạo là thành công trên con đường ác.

Đối với người còn tiếp duyên thì nên giữ gìn 5 tiêu chuẩn đạo đức làm người, sống cần lao, làm tròn bốn phận trách nhiệm của mình nhưng buông xả thì đó là người có tri kiến giải thoát.

Như vậy, tri kiến thế gian hay tri kiến giải thoát cũng đều là tư duy suy nghĩ của con người, nhưng khác nhau ở động lực: tri kiến thế gian lấy tham, sân, si làm động lực nên làm khổ mình khổ người; còn tri kiến giải thoát lấy ly tham, ly sân, ly si làm động lực nên không làm khổ mình khổ người.

TM. Ban Biên Tập

Sc. Nguyễn Thanh



**Ước mong mọi người sống không làm khổ mình,
khổ người và khổ chúng sanh.**