

Thanh Tịnh Tâm ý

*Chớ làm các việc ác
Hãy làm các hạnh lành
Giữ tâm ý trong sạch
Ấy chính lời Phật dạy. (1)*

Bốn câu thi kệ trên đã quá quen thuộc với ai là phật tử. Bài viết này chủ đích là triển khai riêng lẻ câu thi kệ thứ ba « Giữ tâm ý trong sạch » Nơi bản dịch của Hòa Thượng Thích Minh Châu thì ngài dùng chữ Tâm Ý cho dù bản gốc Pali chỉ là « Giữ Tâm trong sạch ».

Thiết nghĩ rằng, thanh tịnh tâm ý hay làm trong sạch tâm ý là một điều hết sức căn bản trong việc tu tập cho nên bài viết này sẽ tách rời, chủ yếu chỉ bàn đến việc thanh tịnh tâm ý mà không lệ thuộc vào hai câu thi kệ đầu của bốn câu thi kệ đã được dẫn nhập ở đầu bài. Cho dù chắc chắn rằng, khi nói đến việc thanh tịnh tâm ý là có liên quan đến việc đoạn ác làm lành.

Lần lượt chúng ta sẽ tìm hiểu và phân tích Tâm là gì ? Tâm và Tâm ý là một hay là hai điều khác nhau ? Như thế nào gọi là Tâm trong sạch ? Làm thế nào để được Tâm trong sạch ?

Trước tiên Tâm là gì ? Chữ Tâm tìm thấy trong kinh Phật thì vô số kể. Vì Tâm là cốt lõi của đạo Phật. Tức Tâm Tức Phật. Việc tu hành cũng thường được nhấn mạnh là Tu Tâm. Đạt đạo quả cũng là đạt Tâm Phật hay Phật Tâm. Trở về với Bản Lai Diện Mục cũng là trở về với Chân Tâm. Như vậy thì chữ Tâm quan trọng biết dường nào và cần phải được hiểu cho thấu đáo. Hay ít ra, cũng là một sự cố gắng tìm hiểu thật sát nghĩa, thật đúng đắn cái chủ đề quá ư quan trọng này.

Dịch từ tiếng Pali là Citta thì Tâm được hiểu là sự biết cảnh. Thông qua các giác quan, nhờ các giác quan làm phương tiện, mà có sự thấy, nhận ra, nhận biết các đối tượng. Sáu căn, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và

ý thấy được, nhận ra được, nhận biết được các đối tượng tức là Trần cảnh, gồm sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp.

Mắt nhận ra hình tướng, tai nhận ra âm thanh, mũi nhận ra mùi hương, lưỡi nhận ra mùi vị, thân nhận ra sự xúc chạm và ý nhận ra với sự biết phân biệt, biết phê phán, biết đánh giá người này, người kia, vật này vật kia, việc này, việc kia, tư tưởng này, tư tưởng kia, sự suy nghĩ này, sự suy nghĩ kia...

Khởi đầu nơi sự nhận biết từ năm giác quan mắt, tai, mũi, lưỡi và thân thì sự nhận biết xem ra giản dị, mắt thấy hình ảnh, sắc tướng là chỉ có hình ảnh, sắc tướng được thấy, tai nghe âm thanh là chỉ có âm thanh được nghe thấy, mũi ngửi mùi hương là chỉ có mùi hương được ngửi thấy, lưỡi nếm mùi vị thì chỉ có mùi vị được nếm biết, thân có cảm giác đến từ nơi da thịt, nơi sự đụng chạm thì chỉ có sự đụng chạm đó được nhận biết nhưng khi đến ý căn thì sự nhận biết được « thêm mắm thêm muối, thêm màu thêm mè, vẽ rồng vẽ rắn » để tất cả sự nhận biết đều nhuốm một hình thái, sắc thái khác, hoặc là đẹp là xấu, là hay là dở, là ngon không ngon, là tốt không tốt, là thiện hay ác, cũng có thể là chẳng thiện, chẳng ác...

Tất cả sự nhận biết này, giản dị lúc ban đầu và thêm hoa vẽ rắn từ nơi Ý, được tóm gọn vào một chữ là Tâm. Và Tâm cũng là Thức, sự nhận biết cảnh, đối tượng của các giác quan.

Cái Tâm nhận biết cảnh giản dị ban đầu trở nên sinh động, chuyển động, gần như liên tục, không ngừng nghỉ nên còn được gọi là dòng Tâm Thức. Nơi cái thân xác vật lý mà không có cái dòng Tâm Thức này luân lưu trong mạch máu, cuộn cuộn trong buồng tim, trong não bộ, làm rung lên các giây thần kinh, làm linh hoạt các cử chỉ, lời nói, tướng mạo thì xem như là một cái thân xác chết, không sự sống, không hoạt động. Nhưng cái thân xác có thể chết thực sự, mất sự sống, hết thở, nằm khô cứng thì cái Tâm, tuy không chết nhưng không còn chỗ nào để nương vào mà « trở tài, dụng võ » nữa ! Đành phải tách rời với cái xác chết, dù muốn dù không. Tâm tách rời cái thân rồi thì Tâm sẽ ở đâu ? Chúng ta sẽ tiếp tục tìm hiểu.

Như vậy là Tâm, cái sự thấy biết, nhận ra, có nơi con mắt, gọi đó là Tâm nhãn thức, có nơi lỗ tai, gọi đó là Tâm nhĩ thức, có nơi lỗ mũi, gọi đó là Tâm tỵ thức, có nơi cái lưỡi, gọi đó là Tâm thiệt thức, có nơi cái thân, gọi đó là Tâm thân thức, có nơi ý, gọi đó là Tâm ý thức.

Rất bình thường, con người nào cũng nhận ra cái Tâm thức như vừa mô tả đó. Vì Tâm thức được biểu hiện nhờ các hoạt động của các giác quan. Khi mắt nhìn thì có thấy hình ảnh. Khi tai lắng nghe thì nhận được những làn sóng âm thanh. Khi mũi tiếp xúc với khí hay mùi hương thì hít hà hơi gió, mùi hương...v.v...Giản dị như thế, nhưng khi cái Tâm Ý Thức chen vào thì các hình ảnh mang một sự đánh giá, phê phán, lựa chọn, thu vào, đẩy ra. Thí dụ : mắt vừa nhận thấy bóng dáng một người nào đó thì lập tức ý thức « báo động » cho biết là ai, người quen hay lạ, trẻ hay già, đẹp hay xấu, thích hay không thích tiếp xúc, và ý thức có thể « ra lệnh » tiến tới, bắt tay, gặp gỡ hay thụt lùi, bỏ xa, quay lưng, không tiếp xúc.

Qua 6 giác quan, mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý thì Tâm tác động như thế. Đến đây thì không có gì khó hiểu, có lẽ ai cũng nhận ra.

Thử đặt câu hỏi : có 6 giác quan thì có 6 cái Tâm chẳng ? Vì chúng ta có phân biệt bên trên là có Tâm nhãn thức, Tâm nhĩ thức...v.v...nên rất dễ hiểu lầm là có 6 cái Tâm.

Xin đừng lầm lẫn ở đây, cái Tâm, hay Thức, gọi đó là cái tánh thấy, tánh nhận biết, nhận ra cái gì, điều gì, việc gì đó, thì chỉ có Một Tánh Thấy nhưng dùng phương tiện từ nơi 6 giác quan mà biểu hiện. Khi con mắt hoạt động, nhìn, thấy, thì nói cái Tánh Thấy hay cái Tâm có nơi con mắt, tuần tự như thế với các giác quan khác khi nó hoạt động, nhưng không phải nói rằng nơi từng giác quan mà Tâm được biểu hiện thì có một cái Tâm riêng biệt ở đó.

Có cái điều hơi khó hiểu vì Tâm dường như là có nhiều tâm chứ không phải Một nhưng không thể nói chỉ có Một và cũng không thể nói Nhiều được. Tâm vừa là Một vừa là Tất Cả !

Theo Kinh Lăng Nghiêm, đức Phật dạy Tâm hay Tánh Thấy, cũng như Tánh Nghe, không thể tìm thấy trong thân thể vật lý, cái thân xác mà con người đang mang, một cái « bao bọc da » mà bên trong có ruột, gan, phổi, tim, não...Cũng không thể tìm thấy ở ngoài thân xác này, nghĩa là ở đâu đó, trong nhà mình, ngoài đường, trên không trung, dưới đất, dưới biển. Cũng không ở trong con mắt, không ở chính giữa (vì không ở trong mà cũng chẳng ở ngoài thân). Cũng chẳng là « không ở chỗ nào cả » hoặc là ở nơi cái chỗ « không dính mắc ». Vì sao ? Vì Tánh Thấy hay Tâm phải dựa vào con mắt và hình tượng mới có cái thấy được. Như vậy là Tâm nương vào chỗ có hình tượng mà biểu hiện, nếu

Tâm ở chỗ « không dính mắc » nghĩa là Tâm không thể nương vào hình tướng để biểu hiện, không thể nương vào thì chẳng thể có cách gì để nhận ra Tâm, không thể có phương tiện qua đó cho Tâm hoạt động.

Nhờ cái thân xác này, với các giác quan, qua các đối tượng, các hiện tượng mà Tâm nương vào đó, tác động. Nương vào chỗ nào thì có Tâm ở chỗ đó. Tâm của Một tách rời ra Tất Cả, riêng biệt, thành nhiều như tâm ở mắt, ở tai... tâm vui, tâm buồn, tâm ghét... Tâm thành nhiều, thành Tất Cả nhưng chẳng hề xa lìa Một. Tuy là Một mà cũng là Tất Cả !

Con người bình thường, từ nơi cái thấy, cái nghe, cái ngửi mùi hương, cái nếm mùi vị, cái biết nơi sự xúc chạm và nơi ý thức suy nghĩ, phân biệt, phán xét, quyết định, lựa chọn...v.v....thì cho rằng có một cái Tôi đang thấy, đang nghe, đang ngửi, đang nếm, đang có cảm giác, đang suy nghĩ, phê phán...Con người chấp chặt vào cái Tôi này và cái Tôi này chính là cái thân xác vật lý cộng thêm với cái phần tâm lý thường được gọi là phần tinh thần. Không ai mà không thấy, không ai mà không nhận ra, không ai mà không chấp cái thân xác này là Tôi, không ai mà không nghĩ rằng ẩn trong cái Tôi này phải có một «cái gì» đó trường tồn, vĩnh cửu hơn cái thân xác. Và cái phần tinh thần này, tùy theo tôn giáo, được gọi là linh hồn hay Tâm, theo Phật giáo. Từ đó Tôi có tên, có tuổi, có một cuộc sống, một cuộc đời. Và sự vận hành của bánh xe sinh tử luân hồi cũng bắt đầu từ đây, từ nơi cái thân xác hòa hợp với cái Tâm nhận biết, suy tư, điều khiển cái thân hành động tức là tạo nghiệp và điều tất yếu kéo theo là chịu nghiệp quả.

Theo Duy Thức Học thì cái Tâm chấp vào một cái Tôi, cái Ngã chính là thức thứ 7, gọi là Mạt Na thức và nơi giữ lại, chứa tất cả những hoạt động của Tâm là thức thứ 8, tên gọi là Tàng thức hay A Lại Gia thức. Những gì chất chứa trong Tàng thức được gọi là Chủng tử. Khi cái thân vật lý tan rã, chết, biến mất, thì Tâm thu hồi về nơi Tạng thức và rồi khi hội đủ nhân duyên, sẽ trở lại hoạt động với một cái thân khác, với các chủng tử đã cất giữ. Cứ tiếp tục như thế mà có cái gọi là tái sinh, luân hồi sinh tử. Và cái vòng này thì bất tận nếu không có ý chí giải thoát.

Cũng theo Duy Thức học thì chính cái thức thứ bảy hay Mạt na thức là cái gốc căn bản cho ý thức dựa vào đó mà phân biệt, phê phán, quyết định và chấp Ngã. Thức này vô cùng quan trọng vì là đầu mối của mọi vấn đề. Trong bài này, tuy không phân tích riêng lẻ, chi li về

Mạt na thức, Tàng thức nhưng cũng nên hiểu khi nói đến Ý Thức là đã có cả Mạt na thức và Tàng thức âm thầm hoạt động trong đó rồi.

Chúng ta đã nhận ra Tâm là gì và chúng ta tiếp tục tìm hiểu thêm về Ý hay Tâm ý. Ý căn là giác quan thứ sáu mà nhờ đó có Ý thức, sự nhận biết về các Pháp, tức là về tất cả những gì trừu tượng như ý tưởng, tư tưởng, tư duy, khái niệm...và có luôn cả sự phê phán, định đoạt, thương hay ghét, lấy hay bỏ, đem về hay xua đuổi...v.v...

Có thể nói Ý hay Ý thức và cũng là Tâm ý, là ông chủ của năm giác quan còn lại. Từ nơi Ý sẽ có « lệnh » đưa ra cho con mắt, lỗ tai, lỗ mũi, cái lưỡi, cái thân tìm kiếm và nhìn, ngửi, nghe, ngửi, nếm, xúc chạm, sờ mó cái gì thích, cái gì gây thú vị, gây khoái lạc, đem lại sự thỏa mãn, hài lòng và ngược lại cũng ra lệnh xa rời, lìa bỏ những gì không thích, không đem lại thú vị, khoái lạc, không làm thỏa mãn, hài lòng.

Có câu nói « Đối cảnh sinh tình » là vậy. Trước một hình ảnh, hình tượng, cảnh vật, cảnh tượng nào đó, nơi con người luôn nảy sinh ra tình cảm, gán vào những gì mà con mắt được thấy, tai được nghe, mũi được ngửi, lưỡi được nếm, thân được cảm giác. Nhờ Ý điều động, « nói vô nói ra » có khi thêm bớt, có khi thêm dặt để cho Ái xen vào, từ đó có 7 thứ tình cảm (Thất tình) là hỉ, nộ, ái, lạc, ái, ô và dục. (mừng, giận, buồn, vui, yêu, ghét và muốn).

Từ Ý đến hành động thì chỉ có một bước rất ngắn. Ý chạy qua miệng để dùng lời nói theo chiều mà cái Tôi muốn. Thương thì nói lời hòa ái, ghét thì nói lời gian dối, đâm thọc, chia rẽ...Ý chạy qua thân thì sai khiến tay, chân hành động, thương thì âu yếm vuốt ve, ghét thì đánh đập, ẩu đả...

Đức Phật từng dạy :

Tâm dẫn đầu các pháp
Tâm chủ, tâm tạo tác
Nếu nói hay hành động
Vớ tâm tư ô nhiễm
Khổ não sẽ theo ta
Như xe theo vật kéo. (2)

Tâm dẫn đầu mọi pháp
Tâm chủ tâm tạo tác
Nếu nói hay hành động
Vớ tâm tư thanh tịnh

Hạnh phúc sẽ theo ta
Như bóng không rời hình. (3)

Ở đây, chúng ta nên hiểu Tâm là Tâm Ý. Theo Duy Thức học, Ý thường được xem là « Công đứng đầu mà tội cũng đứng đầu ». Như phần trên đã phân tích Ý quan trọng và làm chủ các căn khác như thế nào. Như vậy khi nói « Tâm chủ, tâm tạo tác » thì sẽ hiểu ngay không gì khác là Tâm Ý. Cái Thức nhận biết hay Tâm ban đầu nơi các giác quan không thể nào vô tư giản dị mà luôn luôn có Ý phân biệt chen vào. Từ đó suy ra, Tâm hay Thức ô nhiễm, không thanh tịnh cũng là khi Ý ô nhiễm, không thanh tịnh.

Đức Phật lại dạy thêm :

Khó nắm giữ, giao động
Tâm phàm, dục chi phối (4)

Do bị dục hay ái dục chi phối nên Tâm không thể trong sạch và sáng suốt trong hành động. Đó là Tâm của phàm phu chúng ta. Ngoài ra, bản chất của Tâm còn là vô thường, biến đổi luôn, không thể bình thản, đứng yên một chỗ, luôn giao động nên khó nắm giữ mà cũng khó lường. Nay yêu mai ghét. Nay buồn mai vui. Nay bằng lòng mai bực tức. Nay thích thú mai chán chê. Nay sẵn đón mai hững hờ. Nay tôn thờ mai đả phá. Nay ca tụng mai bài bác...

Ngoài ra, Tâm rất dễ bị Tám Ngọn Gió (Bát Phong) của thế gian làm lung lay, xao xuyến, đó là sự thành công hay thất bại, sự gièm pha hay khen ngợi, nâng cao hay bài bác, khổ đau hay hạnh phúc. Trước những cảnh đời đối nghịch, trước miệng lưỡi của thế gian, ít ai thân nhiên tự tại mà thường rơi vào một trong bảy thứ tình cảm đã nêu trên, khó lòng tránh khỏi, do đó mà Tâm trở nên bất an và ô nhiễm vì sẽ có những hành động đối đáp lại từ thân, từ khẩu và từ ý tạo ra nghiệp để rồi phải lãnh chịu hậu quả. Thường là ác nhiều hơn thiện. Xấu nhiều hơn tốt. Đau khổ nhiều hơn hạnh phúc.

Tâm không thanh tịnh là Tâm nhiễm ái dục và cũng nhiễm luôn tham, sân, si. Tham muốn thì tìm cầu, đeo đuổi, khát vọng, hi vọng, mong chờ, ao ước và sẽ nổi sân, nổi si khi không được kết quả mong muốn. Tất cả lòng tham đều chỉ hướng về một điều là sự hưởng thụ dục lạc, làm thỏa mãn các giác quan, cung phụng cái thân xác cho được sung sướng, cả vật chất cũng như tinh thần (danh và lợi) và tìm mọi cách đẩy ra cái khổ đau. Do bị lòng tham muốn chi phối mạnh mẽ mà con người dễ dàng khởi lên những ý niệm sai lầm không phù hợp với đạo

đức luân lý, với lẽ phải, với chân lý. Gọi đó là tà niệm, tà kiến và cũng là ác niệm, ác kiến, mà con người tự hại mình, thật tội nghiệp :

Kẻ thù hại kẻ thù
Oan gia hại oan gia
Không bằng tâm niệm tà
Gây ác cho tự thân. (5)

Tâm ô nhiễm là Tâm có nhiều phiền não, ý niệm sai lầm. Gốc thì chỉ có 10, gọi đó là Kiết Sử, nhưng từ đó nảy sinh vô số các phiền não khác : tham, sân, si, mạn (coi mình giá trị hơn người), nghi (hoang mang, ngờ vực, không đủ lòng tin) biên kiến (chấp thường hằng, đoạn diệt) kiến thủ (chấp vào sự hiểu biết của mình) giới cấm thủ (chấp vào các tục lệ của ngoại đạo, tà giáo) tà kiến (chấp vào mê tín dị đoan, không đúng chánh pháp hay chân lý)

Tâm ô nhiễm bởi những thứ phiền não trên thì chỉ gây khổ đau, không thể an lạc.

Thanh tịnh Tâm chính là loại bỏ các phiền não gốc như lược kê ở trên và thay vào đó những hạnh thanh tịnh như : không tham, không sân, không si, và Tứ vô lượng tâm : Từ (ban vui) Bi (cứu khổ) Hỷ (vui với thiện pháp) Xả (xả bỏ, buông, không chấp trước, chấp ngã, chấp pháp).

Tâm thanh tịnh cũng chính là tâm được điều phục, chế ngự :

Lành thay, điều phục tâm
Tâm điều, hưởng an lạc. (6)

....

Tâm tinh vi khó thấy
Ái dục thường chi phối
Kẻ trí hộ trì tâm
Tâm hộ, thường an lạc. (7)

Như thế nào là hộ trì Tâm ? Cũng là hộ trì các căn đầy thôi. Qua bản Thanh Tịnh Đạo (8) của luận sư Buddhaghosa, chúng ta tìm thấy trích dẫn lời đức Phật dạy như sau :

“ Khi mắt thấy sắc, vì ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng, những nguyên nhân gì do đó mà nhãn căn không được chế ngự, khiến cho tham ái, ưu bi, các bất thiện pháp khởi lên, vì ấy chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì nhãn căn, thực hành sự hộ trì nhãn căn. Khi tai nghe tiếng, mũi ngửi mùi, lưỡi nếm vị, thân chạm xúc, ý nhận thức các pháp, vì ấy không nắm giữ tướng chung, không nắm giữ tướng riêng...Thực hành sự hộ trì các căn.”(9)

Rõ ràng thanh tịnh Tâm là bắt đầu nơi các giác quan, mắt thấy, tai nghe, mũi ngửi...v.v...mà không khởi niệm gì hết, tức là không để Ý ô nhiễm chen vào, thì sẽ không có Ái, không có Tham, không kéo theo Sân, Si. Đó là thanh tịnh Tâm.

Đức Phật lại dạy thêm :

Biết thân như đồ gốm
Hộ tâm như thành trì
Dẹp Ma với gương trí
Hãy gìn giữ chiến thắng
Vượt ngoài mọi ô nhiễm. (10)

Thân như đồ gốm có nghĩa là cái thân xác này mong manh, không trường tồn, dễ hư hoại, tan rã mà Tâm thì nương vào thân để hoạt động thì phải dùng trí tuệ để dẹp bỏ nhiễm ô, được xem như là ma vương, những phiền não trói buộc và chi phối làm con người trôi lăn trong luân hồi sinh tử.

Chúng ta đã biết Đức Phật dạy hạnh phúc hay đau khổ cũng từ nơi Tâm. Như vậy thì đúng tu hành là từ nơi Tâm. Chuyển hóa Tâm ô nhiễm thành Tâm thanh tịnh.

Tâm được hộ trì, điều phục cũng là do từ việc giữ các giới hạnh, giữ chánh niệm tỉnh giác, biết định tâm.

Giữ giới là nơi Thân, Khẩu và Ý không vi phạm các lỗi : trộm cướp, giết hại, tà dâm, nói dối, nói thêu dệt, nói hai lưỡi, nói hung ác, tham lam, giận dữ và si mê.

Chánh niệm tỉnh giác là luôn nhớ nghĩ đến Phật, Pháp và Tăng để luôn giữ trong Tâm những điều hợp với đạo đức, chân lý giải thoát. Đây chính là Tuệ.

Biết định tâm là tu tập thiền định, không còn giao động, lảng xãng, hốt hoảng, sợ hãi, tạp niệm, thiếu tập trung.

Tóm lại, thanh tịnh tâm không nằm ngoài Giới Định Tuệ, Tam vô lậu học, cái kiềng ba chân của con đường tu tập. Cũng thế, thanh tịnh tâm được thực hiện qua ba giai đoạn Văn, Tư và Tu. Nghĩa là phải Nghe Pháp, hay đọc tụng kinh điển, từ đó suy nghĩ nghĩa lý, hiểu rồi thì phải thực hành.

Ngoài ra, thanh tịnh tâm cũng cần có những đức tính Kham Nhẫn và Tinh tấn.

Kham nhẫn là chịu đựng, kiên nhẫn, nhẫn nhịn cho dù tự ái bị tổn thương, bị sỉ nhục không nổi sân hận.

Tinh tấn là chuyên cần, không thối lui, không nhụt chí, cố gắng, không gián đoạn, không bỏ dỡ, dù có khó khăn, vẫn trau dồi, tinh chuyên bỏ ác, làm lành, sửa đổi tánh xấu tật hư.

Tuy vậy mà việc dẹp ác làm lành cũng chưa đích thực là thanh lọc Tâm hoàn toàn, rốt ráo! Xin hãy cùng đọc bốn câu thi kệ sau đây :

Tâm không dục ái nhiễm
Không sân hận chi phối
Trừ diệt mọi thiện ác
Kẻ tinh không sợ hãi. (11)

Thật bất ngờ khi đọc đến các đoạn trên. Chúng ta đều biết Tâm ô nhiễm là Tâm bị ái dục và sân hận chi phối. Điều này không khó hiểu. Nhưng tại sao lại trừ diệt mọi thiện ác ? Trừ diệt ác là chuyện đương nhiên nhưng thiện cũng diệt luôn là sao ? Chúng ta cần hết sức cẩn thận nơi câu thi kệ này. Đừng nên hiểu rằng không làm ác và cũng không làm thiện luôn ! Dẹp bỏ ác thì cũng dẹp bỏ thiện luôn ! Sự hiểu đứng đắn lời Phật là không nên chấp trước, vượt lên trên cả thiện và ác. Cho dù có làm thiện và bỏ ác, cũng đừng chấp trước vào việc “Đây là thiện, kia là ác” võ ngực xưng danh “ Tôi làm thiện đây ! Đây mới thực là thiện, kia chính là ác ” mà cần buông xả tất cả, vì còn chấp là còn sinh phiền não, sân hận.

Làm thiện thì hãy tiếp tục làm thiện. Con người trôi lăn trong luân hồi sinh tử cần đem theo tư lương là công đức, thiệp pháp, không thể đem theo ác pháp và tội nghiệp, đã đọa lại càng đọa thêm.

Nhưng cái Tâm thật sự thanh tịnh là cái Tâm không còn chấp trước. Tâm nương vào trí Bát Nhã mới là Tâm rốt ráo thanh tịnh. Thực hành Lục Độ Ba La Mật (Bố thí, Trì giới, Tinh Tấn, Nhẫn Nhục, Định, Tuệ) chính là đang thực hành với cái Tâm thanh tịnh đó.

Trong kinh Lăng Nghiêm đức Phật dạy cái Tâm phân biệt, phê phán, chọn lựa, lấy, bỏ, chấp ngã, chấp pháp, chấp người, chấp ta...là Vọng Tâm chưa phải là Chân Tâm. Chân Tâm mới thực sự thanh tịnh. Nhưng nói đến Chân Tâm thì không thể dùng ngôn ngữ và tư duy nhị nguyên để diễn đạt được. Hãy cùng đọc một đoạn trong kinh Lăng Nghiêm khi đức Phật trả lời A Nan về Chân Tâm :

“Nếu ông để tâm suy nghĩ và dùng lời nói luận bàn thì cũng như người quơ tay chụp bắt hư không, chỉ thêm mệt nhọc, chớ làm sao mà chụp bắt hư không cho được”.

Chưa tu chưa chứng, chúng ta không thể diễn đạt Chân Tâm nhưng chúng ta có thể nhận biết Vọng Tâm. Đây là bước đầu khá quan trọng,

không nhận ra Vọng Tâm để từ đó tu hành, rồi bỏ Vọng Tâm thì sẽ không khi nào đến đích là ngộ nhập Chân Tâm được.

Cũng nơi kinh Lăng Nghiêm, chúng ta tìm thấy những lời Phật dạy :

“Thế nên, khi thấy, nghe, hay, biết mà khởi vọng niệm phân biệt, đó là gốc vô minh. Còn khi thấy, nghe, hay, biết mà không khởi vọng niệm phân biệt, đó là Niết Bàn. Ở trong Chân Tâm thanh tịnh, không có dung chứa vật gì cả”

“Vì cứ theo vọng niệm phân biệt, chẳng nương theo Chân Tâm thường trụ, cho nên đời đời ô nhiễm, trôi lăn trong vòng sanh tử. Vậy các ông phải bỏ cái vọng niệm sanh diệt, theo về với Chân Tâm thường trụ. Khi Chân Tâm thanh tịnh sáng suốt rồi thì căn thân, trần cảnh và vọng thức tức thời tiêu diệt. Cảnh vọng trần và tâm cấu nhiễm đã tiêu rồi, lúc bấy giờ lo gì chẳng thành quả Phật vô thượng”.

Và nơi kinh Viên Giác chúng ta lại đọc thấy :

“Nếu Tâm chúng sanh được thanh tịnh thì bóng Bồ Đề tự hiện vào”

Cho thấy rằng việc thanh tịnh Tâm quả là quan trọng đến dường nào, nơi con người từ sáu căn mà trầm luân thì cũng từ sáu căn mà giải thoát. Từ Vọng chuyển thành Chân, từ Mê chuyển thành Ngộ. Đó là Đạo lộ mà con người cần nương theo. Đức Phật đã chỉ rõ, chúng ta chỉ chuyên cần theo đó mà tu tập ắt có ngày đạt Đạo quả.

*LêkhắcThanhhoài
Paris, tháng Tám, 2015*

Chú Thích :

1. Kinh Pháp Cú. Phẩm Phật Đà. HT Thích Minh Châu dịch
2. 3. Kinh Pháp Cú. Phẩm Song yếu. HT Thích Minh Châu dịch
- 4.5.6.7.10.11. Kinh Pháp Cú. Phẩm Tâm. HT Thích Minh Châu dịch
8. Thanh Tịnh Đạo. Ni Sư Thích Trí Hải dịch
9. Kinh Tương Ưng Bộ. Chương Một. Tương Ưng Sáu Xứ.