

Tứ Diệu Đế, 3 Chuyển 12 Hành



Thích Nữ Hằng Như

NGUỒN GỐC

Dựa theo "*Tiến Trình Tu Chứng và Thành Đạo của Đức Phật*", chúng ta biết rằng sau khi Đức Phật từ bỏ pháp tu từ hai vị đạo sĩ Alàra Kàlama và Uddaka Ramàputta đã dạy Ngài bốn tầng Định Yoga là: "*Không Vô Biên Xứ, Thức Vô Biên Xứ, Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ*", đồng thời từ bỏ luôn pháp tu khổ hạnh kéo dài 6 năm, là một pháp tu đã khiến Ngài suýt mất mạng mà không đạt được thượng trí và Niết Bàn. Sau đó Đức Phật tự chọn pháp Thở để tu tập. Bằng pháp này, Ngài đã trải qua bốn tầng thiền Định, đạt được trạng thái tĩnh tịch Niết Bàn và giác ngộ viên mãn. Trong ngày cuối cùng của tuần lễ thứ tư Ngài đã nhận ra nguyên nhân đau khổ, nguyên nhân luân hồi sinh tử, là do lậu hoặc và nghiệp chướng nhiều đời tạo nên. Lúc này Ngài chứng ngộ Lý Diệu Đế và pháp tu Bát Chánh Đạo gọi chung là Tứ Diệu Đế. Pháp Tứ Diệu Đế vừa là giáo lý vừa là phương pháp hành trì để đưa con người vượt qua biển khổ tới bờ an vui. Cao thượng hơn nữa Tứ Diệu Đế là một ngọn đuốc thiêng có động lực soi sáng trong đêm giúp hành giả vượt qua những hầm hố, tránh những chông gai trong rừng rậm cùng thú dữ hùm beo để từng bước an toàn tiến về ngôi nhà Giác Ngộ Giải Thoát của chính mình.

Tứ Diệu Đế là bài kinh đầu tiên Đức Phật thuyết giảng sau khi Ngài thành đạo dưới cội Bồ Đề. Đó là bài kinh giảng về sự khổ của con người, về nguyên nhân của khổ, về phương pháp tu tập để diệt tận khổ đau. Bài thứ hai sau Tứ Diệu Đế là kinh Vô Ngã Tướng. Cả hai bài pháp này được gọi là "*Kinh Chuyển Pháp Luân*", là bài kinh mà Đức Phật bắt đầu chuyển bánh xe pháp cứu độ chúng sanh. Bài pháp được giảng cho năm anh em đạo sĩ Kondanna (Kiều Trần Như), Bhaddiya, Vappa, Mahanama và Asaji đang tu khổ hạnh tại Vườn Nai, Isapantana (thuộc xứ Sarnath ngày nay), gần Banares (Ba-la-nại), Ấn Độ. Sau khi nghe Đức Phật giảng xong hai bài pháp Tứ Đế và Vô Ngã Tướng (Ngũ Uẩn) thì cả năm vị đạo sĩ đồng tu khổ hạnh trước kia với Đức Phật sạch hết lậu hoặc, chứng thánh quả A-La-Hán trở thành những vị đệ tử đầu tiên của Đức Phật. Có thể hiểu không sai là Giáo đoàn Phật giáo đã thành hình trong thời gian đó. Ngôi Tam Bảo cũng xuất hiện lúc bấy giờ, Đức Phật là Phật bảo, Pháp Phật dạy là Pháp bảo và các thánh Tỳ kheo là Tăng bảo.

Từ đó Tứ Diệu Đế được xem là nền tảng nòng cốt quan trọng của hệ thống giáo lý đạo Phật. Đức Phật đã nhiều lần xác định giá trị vượt thời gian của giáo lý Tứ Đế như sau: "*Những bậc A-La-Hán chánh đẳng chánh giác ở trong quá khứ, trong tương lai hay hiện tại, được coi là Chánh đẳng Chánh giác đúng nghĩa là Chánh đẳng giác về bốn Thánh Đế*" (kinh Tương Ứng V).

Giáo lý Tứ Đế còn được tôn sùng như là một thiện pháp tối thắng qua lời nhận định của thánh tăng Xá-Lợi-Phát với các bạn đồng tu tại tịnh xá của Ngài Cấp-Cô-Độc được ghi lại trong Trung Bộ Kinh I như sau: "*Các dấu chân của mọi loài động vật đều bị nhiếp vào dấu chân voi, vì dấu chân voi là dấu chân lớn nhất đối với các loài động vật về phương diện to lớn. Cũng vậy, này chư hiền giả, tất cả các thiện pháp đều tập trung trong Tứ Thánh Đế. Thế nào là Tứ Thánh Đế? Đó là Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế*". Như vậy bốn Chân lý này đã nhiếp phục tất cả các thiện pháp, là một đường lối tu hành chân thật đưa đến sự thoát khổ.

Mục đích của đạo Phật là giải thoát mọi đau khổ, nên các pháp môn được thành lập cũng chỉ nhằm mục tiêu hướng dẫn chúng sanh tu tập để giảm thiểu hay vĩnh viễn thoát khỏi sự đau khổ đó. Đức Phật đã từng khuyên bảo các đệ tử xuất gia của Ngài cần phải giác ngộ Tứ Thánh Đế để đoạn diệt khổ đau. Lời dạy của Ngài được ghi lại trong kinh Tương Ứng V như sau: "*Này các Tỳ Kheo, nếu có ai nói rằng không cần xây dựng tầng dưới của ngôi nhà, tôi sẽ xây tầng trên của ngôi*

nhà, sự kiện này không thể xảy ra. Cũng vậy, nếu có ai nói không cần giác ngộ Tứ Thánh Đế, ta sẽ đoạn diệt khổ đau, sự kiện này không thể xảy ra".

Ngay cả, khi Đức Phật sắp nhập Niết Bàn, Ngài còn quan tâm nhắc nhở đệ tử xem có ai chưa thấu triệt giáo lý Tứ Đế hãy mau nêu lên câu hỏi để Ngài giải đáp: *"Các thầy Tỳ Kheo, đối với Bốn Chân lý, các thầy còn hoài nghi chỗ nào thì có thể chất vấn tức khắc, không nên giữ sự hoài nghi mà không cầu giải đáp"* (Kinh Di Giáo, bản tiếng Việt của Hoà Thượng Trí Quang).

Đức Phật và các thánh đệ tử của Ngài, đã xác định tầm quan trọng của giáo lý Tứ Đế như thế. Cho nên trải qua mấy ngàn năm, giáo lý Tứ Đế vẫn được tất cả các bộ phái Phật giáo Nguyên Thủy hay Đại Thừa tiếp tục xiển dương và hành trì.

TỨ DIỆU ĐẾ

Tứ Đế hay Tứ Diệu Đế phiên âm từ tiếng Phạn là *"Catvāry āryasatyāni"*, tiếng Pàli là *"Cattāri ariya-saccāni"*. Ārya là Diệu. Diệu nghĩa là cao quý, màu nhiệm, tuyệt vời. Satya là Đế. Đế nghĩa là sự thật, là chân lý, là vững chắc.

Tứ Diệu Đế còn gọi là Tứ Chân Đế hay Tứ Thánh Đế, là bốn chân lý cao cả, là nội dung trải nghiệm giác ngộ của Đức Phật Thích Ca, là bài kinh đầu tiên Đức Phật giáo hoá chúng sanh nên được gọi là kinh Chuyển Pháp Luân. Trong tư tưởng Phật giáo, Tứ Diệu Đế là giáo lý căn bản là phương pháp tu tập gồm đủ hai phương diện *lý thuyết* và *thực hành* dành cho người muốn hành trì để tự cứu mình thoát khỏi biển khổ ở đời hiện tại và tương lai.

Bốn điều chắc thật không ai chối cãi được của Tứ Diệu Đế là: 1) Khổ đế (Dukkha Ariyasacca). 2) Tập đế (Samudaya Ariyasacca). 3) Diệt đế (Nirodha Ariyasacca). 4) Đạo đế (Magga Ariyasacca).

Khởi đầu bài kinh, Đức Phật đã thuyết về hai điều cực đoan đại ý như sau: *"Này các thầy Tỳ Kheo. Có 2 cực đoan mà bậc xuất gia phải tránh. - Cực đoan thứ nhất là chìm đắm say mê trong dục lạc. Đó là thấp hèn, phàm tục và vô ích, không xứng thánh hạnh, không thiết lợi đạo - Cực đoan thứ hai là theo lối tu ép xác khắc khổ. Đó là điều gây khổ sở và vô ích vì nó che mờ tâm trí không mở cửa trí huệ. Các thầy hãy từ bỏ hai cực đoan ấy. Này các Tỳ Kheo, Như Lai đã tìm ra con đường ở giữa hai cực đoan ấy, tức là không thiên bên nào quá đáng, Như Lai đã*

áp dụng con đường trung đạo này để phát triển nhãn quan, sự hiểu biết phân minh tiến đến sự an tịnh đưa đến trí huệ giác ngộ và Niết Bàn hay con đường dứt khổ"

Ngoài ra khi thuyết giảng về Tứ Diệu Đế, Đức Phật đưa ra bốn điều then chốt đó là:

"- Đây các Tỳ Kheo, đây chính là Khổ thánh đế: Sinh là khổ, bệnh là khổ, già là khổ, chết là khổ, oán ghét gặp nhau là khổ, thân ái biệt ly là khổ, cầu không được là khổ, tóm lại chấp thủ năm uẩn là khổ."

"- Đây các Tỳ Kheo, đây chính là Tập khổ thánh đế. Chính là ái đưa đến hữu, tương ứng với hỷ và tham, tìm cầu hoan lạc chỗ này chỗ kia, chính là dục ái, sinh ái, vô sinh ái."

"- Đây các Tỳ Kheo, đây chính là Diệt khổ thánh đế. Chính là sự diệt tận, vô dục, từ bỏ xả ly, giải thoát, tự tại đối với các ái."

"- Đây các Tỳ Kheo, đây chính là Đạo diệt khổ thánh đế, đưa đến diệt khổ, chính là con đường thánh tám ngành: Chính kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định."

NỘI DUNG TỨ DIỆU ĐẾ

1) KHỔ ĐẾ (Dukkha Ariyasacca): Con người sinh ra ở đời nhìn chung ai cũng khổ. Khổ là một sự thật. Sự thật này do giác quan tiếp xúc với đối tượng, với hoàn cảnh xung quanh khiến cho thân và tâm bị bức bách khổ não. Chẳng hạn như sống trong hoàn cảnh khổ sở của chiến tranh, con người ta lúc nào cũng đối diện với sự lo âu, sợ hãi, tiếp nhận sự mất mát người thân, cảnh nhà tan cửa nát vì bom đạn. Khổ vì đối diện với cái chết của mọi người xung quanh và với chính bản thân mình bởi thiên tai giông bão, lũ lụt, động đất. Cái khổ luôn xuất hiện ở nhiều mặt trên chiều dài của đời sống mỗi con người. Trước sự mất mát, con người ta buồn phiền đau khổ đã đành, nhưng mà trong niềm vui hạnh phúc hiện có, con người ta cũng lo sợ hạnh phúc lúc nào đó sẽ vượt khỏi vòng tay. Sự lo sợ đó chính là khía cạnh của khổ đau. Như vậy, trong hoàn cảnh nào con người ta cũng lâm vào tình trạng khổ. Vui cũng khổ. Buồn cũng khổ. Nhiều tiền lắm bạc cũng khổ. Nhà cao cửa rộng cũng khổ. Không con cũng khổ. Có con cũng khổ v.v... Kể về dạng khổ, mấy ngàn năm trước Đức Phật tóm tắt như sau : *"Đây các Tỳ Kheo, sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, thương yêu mà biệt ly là khổ, mong cầu nhưng*

không được là khổ. Tóm lại chấp thủ năm uẩn là khổ" (Tương Ưng V). Như vậy Khổ chia ra làm 3 phương diện:

a) Về phương diện sinh lý: Khổ là cảm giác khó chịu do bệnh hoạn, do tuổi già chông chất khiến tâm thân khoẻ mạnh khi còn trẻ trở nên yếu ớt, mắt mờ, tóc bạc, răng long, không còn sức lực làm chủ cơ thể, đi đứng té lên ngã xuống, thương tật tay chân, trầy trụa mặt mày, bệnh tật khôn khổ và cuối cùng không tránh được cái khổ kinh khủng là chết. Đó là những bức bách khổ đau của thể xác. Là *thân khổ*.

b) Về phương diện tâm lý: Không hài lòng toại ý tạo nên nỗi đau đớn về tâm lý. Những mất mát thua thiệt trên mọi mặt như danh vọng, tiền tài, nghề nghiệp, thương mại, tình trường dằn vặt đầu óc làm tâm khổ. Yêu người mà không được người yêu. Thương người mà không được gần gũi. Thù ghét người mà cứ phải gặp gỡ sống gần. Đây là những bức bách khổ đau thuộc về tâm lý khiến *tâm khổ*.

c) Chấp thủ năm uẩn nên khổ: Cái khổ này bao hàm hai cái khổ trên (danh sắc). Trong kinh dạy "*chấp thủ năm uẩn là khổ*". Năm uẩn là 5 yếu tố nương tựa vào nhau để tạo thành con người, gồm thân thể vật lý (sắc) và cấu trúc tâm lý như: Cảm giác, cảm nhận, niệm tưởng, hành và thức (thọ, tưởng, hành, thức). Khi ta bám víu vào 5 yếu tố trên, coi đó chính là ta, là của ta, là tự ngã của ta, chẳng hạn như thân thể tôi, tình cảm tôi, tư tưởng tôi, tâm tư tôi, nhận thức của tôi... Từ ý niệm "*tôi*" là chủ thể nảy sinh động lực ham muốn chiếm đoạt như: tôi muốn cái này, tôi yêu cái nọ, tôi muốn mọi thứ đều thuộc về tôi. Dĩ nhiên là những điều này không bao giờ thành tựu, hoặc vả có được thì chỉ trong thời gian ngắn sẽ mất. Từ đó sinh ra phiền não, buồn bực, lo lắng, thất vọng... Đó là do ý niệm chấp thủ ngũ uẩn là có thực, là thường hằng mà phát sinh đau khổ.

2) TẬP ĐỀ (Samudaya Ariyasacca): Tập là tích tụ, là tập hợp. Tập đề là nguyên nhân, là nguồn gốc đưa đến đau khổ. Trong kinh điển Phật giáo đề cập đến nguyên nhân của khổ là do tham ái, ham muốn, thèm khát không bao giờ đủ. Chính vì tham ái mà con người chấp thủ, bám víu vào các đối tượng qua giác quan và ý (khả năng suy nghĩ) nên ái bao gồm hai mặt: Vật chất và tinh thần. Trong kinh Chuyển Pháp Luân, Đức Phật thuyết về chữ ái như sau: "*Ái là nhân tố dẫn tới tái*

sinh, ái kết hợp với dục tham dẫn con người khi sinh chỗ này, khi sinh chỗ khác. Đó là dục ái, hữu ái và phi hữu ái."

a) Dục ái: Chỉ cho sự thích thú trong các cảnh trần qua 6 căn mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý là sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Chung quy dục ái là tham đắm vào: *Tài, sắc, danh, thực, thụ.*

b) Hữu ái: Chỉ cho ước muốn sau khi chết sẽ được tái sinh về một cảnh giới nào đó, đi chung với thường kiến, tham luyện trong cõi Sắc hay Vô sắc hữu, nhiễm đắm trong các tầng Thiên.

c) Phi hữu ái: Thích thú với quan điểm không tồn tại gọi là Vô hữu ái hay Phi hữu ái. Phi hữu ái đi chung với đoạn kiến, cho rằng *"trên đời này chẳng có gì cả, tất cả đều hoại diệt, không có tái sinh, không có luân hồi"* .

Như vậy hữu ái và phi hữu ái có điểm giống nhau là *"chấp nhận có một bản ngã"*. Điểm khác biệt là Hữu ái thì cho rằng *"bản ngã thường hằng, tồn tại, tái sinh"*, còn phi hữu ái thì *"bản ngã hoại diệt không có luân hồi"*. Tóm lại tham ái với dạng nào cũng là nguyên nhân đưa đến khổ. Chỉ khi nào chấm dứt ái thì mới chấm dứt khổ.

3) DIỆT (Nirodha Ariyasacca): Diệt là dập tắt, chấm dứt hay kết thúc. Diệt để là sự kết thúc hay chấm dứt khát ái, chấm dứt phiền não khổ đau, thì thân tâm được an lạc hạnh phúc. Cho nên Diệt để đồng nghĩa với Niết Bàn (Nibbàna). Niết Bàn không phải là hư vô, cũng không phải là một cảnh giới cao hay thấp, lớn hay nhỏ, sạch hay dơ, đẹp hay xấu. Niết bàn không phải là nơi chốn, địa danh để chúng ta tìm đến. Niết Bàn vượt thoát mọi khái niệm đối đãi về thời gian, không gian. *Niết Bàn là một thực tại thanh tịnh, siêu việt không nằm trong phạm vi phân biệt của ý thức, là trạng thái hoàn toàn tĩnh lặng không bị chi phối bởi tham sân si. Nó là thực tại ngay bây giờ và ở đây.* Muốn chứng nghiệm trạng thái Niết Bàn thì phải tu tập theo Bát Chánh Đạo là Đạo đế.

4) ĐẠO ĐẾ (Magga Ariyasacca): Đạo là con đường hay phương pháp thực hành đưa đến chấm dứt khổ, chấm dứt luân hồi sanh tử. Đạo Đế, nói chung là những phương pháp Đức Phật giảng dạy trong suốt 45 năm chỉ nhằm mục đích giúp chúng sanh thoát khỏi bệnh khổ tiến đến giác ngộ, giải thoát. Toàn bộ giáo lý Đức Phật dạy gọi chung là Đạo đế, gồm 37 pháp, thường gọi là 37 phẩm trợ đạo.

Trong Kinh Đại Niết Bàn Đức Phật đã nhắc lại toàn bộ các pháp này như sau: "*Này các Tỳ Kheo, đây là những pháp do ta chứng ngộ và giảng dạy, các ông phải khéo học hỏi, thực chứng tu tập, truyền bá rộng rãi để chánh pháp được trường tồn, vì hạnh phúc cho chúng sinh, vì an lạc cho chúng sinh, vì lòng thương tưởng cho đời, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư Thiên và loài người. Đó là Bốn niệm xứ, Bốn chánh cần, Bốn thần túc, Năm căn, Năm lực, Bảy Bồ đề phần, Tám thánh đạo phần*". Trong 37 pháp thì Tám thánh đạo được coi là tiêu biểu và căn bản nhất của Đạo đế. Tám thánh đạo còn gọi là Tám chánh đạo hay Bát Chánh Đạo là con đường chân chính có 8 chi phần:

1) Chánh kiến (Sammà Ditthi): Thấy và hiểu đúng đắn, nhận thức đúng về đạo đức của cuộc sống. Nhận biết đúng về bản chất của hiện tượng thế gian là vô thường, khổ, vô ngã, hiểu rõ lý duyên sinh, lý nhân quả. Nhận thức rõ bản chất của Tứ đế: Khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến hết khổ.

2) Chánh tư duy (Sammà Sankappa): Suy nghĩ đúng đắn, không tác ý những điều bất thiện tham sân si, không có hành vi bạo động, hãm hại người khác, ngược lại nên hướng tâm cao thượng tư duy về những điều thiện lành, tu tập giải thoát, thương yêu chúng sinh, bất bạo động, nhẫn nhục, trầm tĩnh...

3) Chánh ngữ (Sammà Vācà): Ngôn ngữ đúng đắn, không nói những lời dối trá, hung hiểm làm khổ người khác. Nói những lời thương yêu, hoà hợp, xây dựng niềm tin.

4) Chánh nghiệp (Sammà Kammanta): Hành vi đúng đắn, không giết hại chúng sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không ham thú vui bất thiện mà thực hành những điều thiện lành cứu giúp mọi người trong tình thương yêu.

5) Chánh mạng (Sammà Ajivā): Sống đời đúng đắn bằng nghề nghiệp chân chính không sống bằng những nghề phi pháp, độc ác, gian xảo.

6) Chánh tinh tấn (Sammà Vāyāma): Nỗ lực đúng đắn, nghĩa là nỗ lực đoạn trừ điều ác, nỗ lực thực hành điều thiện.

7) Chánh niệm (Sammà Sati): Nhớ nghĩ đúng đắn, không nhớ những điều bất thiện, không để các đối tượng bất chính dẫn dắt tâm mình đi lang thang. An trú tâm ý vào thiện pháp, không quên thiện pháp.

8) Chánh định (Sammà Samàdhi): Không để tâm dao động vì những tạp niệm lăng xăng, tập trung đúng đắn vào một chủ đề tu tập nào đó giúp tâm được an tịnh, từ đó phát huy tuệ giác.

Tám chi phần của Bát Chánh Đạo tuy có thứ tự trước sau, nhưng tựu chung không thể tách rời, bởi trong thực chất thì chi này hoà quyện trong chi kia, chi kia hỗ trợ cho chi này. Nhìn chung Bát Chánh Đạo chính là phương thức tu tập theo Giới-Định-Tuệ. Giới là: Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Định là: Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định. Còn Tuệ là: Chánh kiến, Chánh tư duy. Đức Phật xác định trong Kinh Đại Bát Niết Bàn rằng Bát Chánh Đạo là con đường chân chánh đưa đến giải thoát: "*Này Subhadda, trong pháp luật nào không có Bát Thánh Đạo thì ở đấy không có Tứ quả sa môn*".

TU TẬP TỨ DIỆU ĐẾ: BA CHUYỂN 12 HÀNH

Như trên đã giới thiệu Tứ Diệu Đế là một học thuyết bao gồm cả hai mặt giáo lý và thực hành. Muốn diệt tận gốc khổ đau để đạt được trạng thái an lạc thì hành giả phải tự mình hiểu rõ ý nghĩa của Tứ Đế, tiếp theo là phải nỗ lực hành trì.

Trong kinh đưa ra ba giai đoạn Nhận Thức và hành trì mà người tu Tứ Diệu Đế cần thông suốt, thuật ngữ gọi ba giai đoạn đó là "**Tam chuyển: Thị chuyển, Khuyến chuyển và Chứng chuyển**". Mỗi giai đoạn tức mỗi chuyển có 4 hành tướng. Tổng cộng 3 giai đoạn nên có 12 hành, gọi là "*Tam Chuyển, Thập Nhị Hành*" hay là "*Ba chuyển mười hai hành*".

1) Thị chuyển: Giai đoạn mở đầu Đức Phật khai thị (giới thiệu) khái quát về bốn Chân lý: "*Đây là khổ đế. Đây là Tập đế. Đây là Diệt đế. Đây là Đạo đế.*"

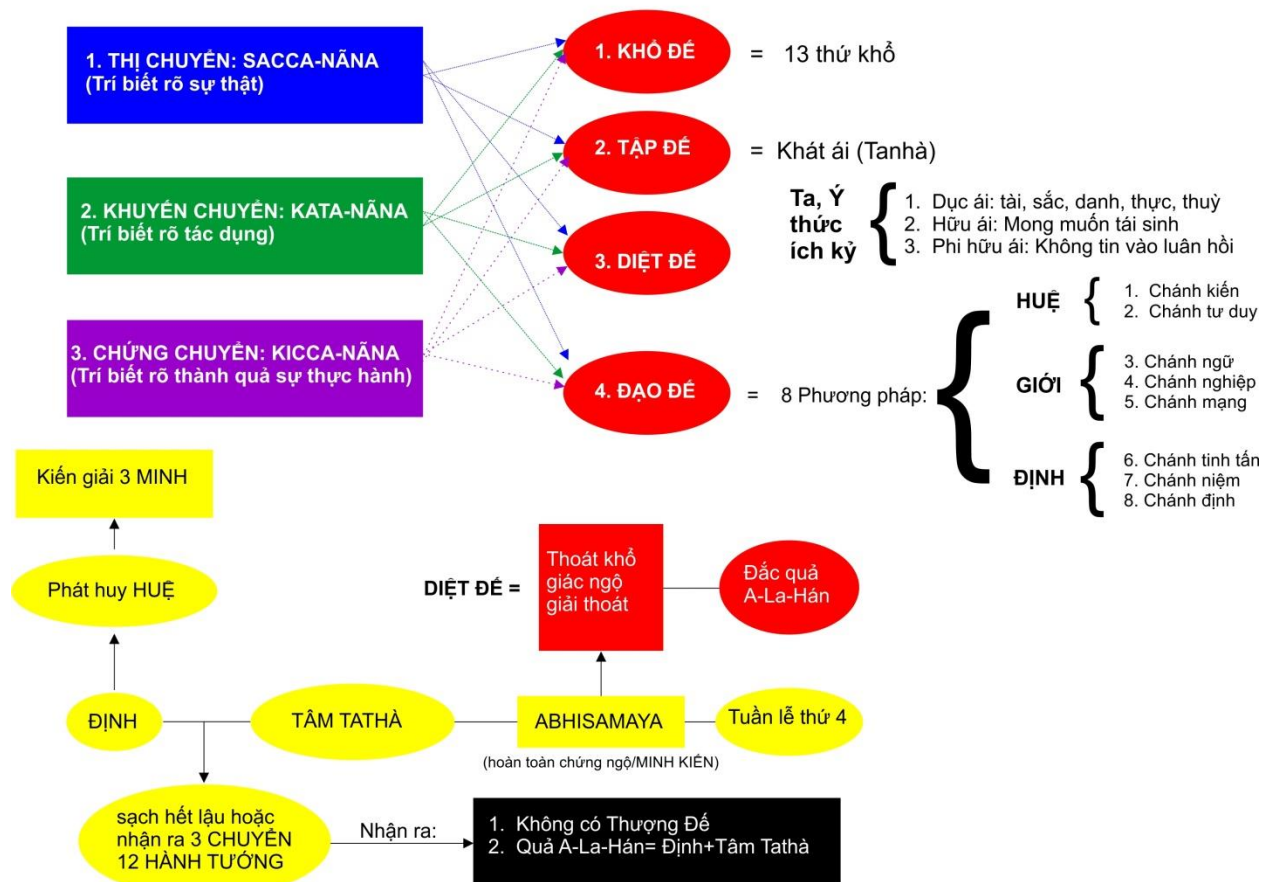
2) Khuyến chuyển: Giai đoạn thứ hai, Đức Phật khuyến khích phải tìm hiểu sâu hơn vào bản chất của mỗi đế chứ không phải chỉ nghe giảng suông. Đối với khổ phải biết rõ bản chất của khổ, khởi lên ước muốn đoạn trừ khổ. Đức Phật nhấn mạnh "*Đây là khổ đế các ông phải biết*". Đối với Tập đế, hiểu rõ nguyên nhân nào đưa đến sự khổ, hiểu rồi, khởi lên ước muốn đoạn trừ các nguyên nhân gây ra khổ đó. Đức Phật dạy: "*Đây là Tập đế các ông phải đoạn*". Khuyến chuyển đối với Diệt đế là khởi lên ước muốn được thanh thản hạnh phúc an lạc trong đời sống. Phật dạy: "*Đây là Diệt đế các ông phải chứng*". Khuyến chuyển về Đạo đế là

khởi lên ý muốn tu tập theo con đường Đạo để là Bát Chánh đạo. Phật khuyến bảo: **"Đây là Đạo để các ông phải tu."**

3) Chứng chuyển: Đây là giai đoạn thứ ba, hành giả đã thực sự giác ngộ về bốn Chân Lý đã nỗ lực hành trì Bát chánh đạo và hoàn toàn tận diệt khổ đau đạt thành quả Diệt đế tức Niết Bàn. Người ấy tuyên bố như Đức Phật đã từng tuyên bố: *"Đây là khổ ta đã biết, đây là khổ tập ta đã đoạn, đây là khổ diệt ta đã chứng và đây là khổ đạo ta đã tu."*

Tóm lại bánh xe chuyển pháp luân là bánh xe *"Tam Chuyển Thập Nhị Hành"*. Đầu tiên là Thị chuyển về Tứ Diệu Đế tức là hiểu rõ về Tứ Đế. Kế đến là Khuyến chuyển về Tứ Diệu Đế nghĩa là sau khi thông hiểu rõ ràng bốn đế thì phải thực hành, và cuối cùng là Chứng chuyển về Tứ Diệu Đế nghĩa là hoàn toàn giác ngộ về Tứ Diệu Đế đạt được thành quả an bình hạnh phúc.

BA CHUYỂN 12 HÀNH TƯỢNG



BỐN ĐẾ VÀ NGUYÊN LÝ TRỊ BỆNH

Đạo Phật là đạo hướng dẫn con người tu tập để thoát khổ là mục đích gần, giác ngộ giải thoát mới là lý tưởng cao thượng. Ở thế gian này ai cũng khổ. Cho nên có thể xem Khổ là một thứ bệnh. Phạm phu là người bệnh. Đức Phật là Thầy thuốc tâm linh. Vị Thầy thuốc trước hết chẩn bệnh cho người phạm phu, nhận ra người này mắc chứng bệnh Khổ. Nên nói "*Đây là Khổ*". Tìm ra nguyên nhân gây bệnh là khát ái, chấp thủ ngũ uẩn, nên nói "*Đây là Tập đế*". Thầy thuốc chỉ cho bệnh nhân thấy cảnh giới lý tưởng không còn bệnh nữa là Niết Bàn nên nói: "*Đây là Diệt đế*", đồng thời vị Thầy thuốc viết toa thuốc ghi rõ tên 8 loại thuốc để chữa trị bệnh khổ, nên nói: "*Đây là Đạo đế*".

Nếu bệnh nhân biết nghe lời Thầy thuốc, chịu uống đúng thuốc thì sẽ hết bệnh, bằng không thì sẽ sống với căn bệnh khổ từ đời này qua đời khác. Đức Phật là một vị lương y tài giỏi nhưng bệnh nhân không tự mình uống thuốc thì dù vị Thầy giỏi tới đâu cũng đành bó tay. Trong vấn đề tu tập cũng thế, muốn đạt được giác ngộ giải thoát thì phải tu theo pháp Tứ Diệu Đế. Trong kinh Niết Bàn, Thánh đế được gọi là Chân đế. Riêng trong phẩm "*Phạm Hạnh*" có ghi lại một đoạn Đức Phật nói với các Tỷ Kheo rằng: "*Xưa ta và các người ngu si không có trí tuệ, không hiểu biết như thực về bốn Chân đế, do đó mà trôi dạt mãi trong vòng sanh tử, chìm nơi biển khổ lớn. Bốn Chân đế là gì? Đó là Khổ, Tập, Diệt, Đạo!*"

KẾT LUẬN

Pháp "*Tứ Diệu Đế*" là nền tảng của đạo Phật, trước hết là khai triển nỗi khổ đau của con người. Phạm sanh ra làm người là phải chịu khổ. Khổ là một sự thực không thể chối cãi. Chúng ta phải học tập, tìm hiểu nhận chân về sự khổ, tìm ra nguyên nhân rồi diệt nó đi để chúng ta có một đời sống an vui hạnh phúc.

Người ngoại đạo thường hiểu lầm cho rằng đạo Phật là đạo bi quan yếm thế chỉ nói về nỗi đau khổ. Họ nhận định như thế là bởi vì họ không thấy, hay chưa thấy được sự tích cực của đạo Phật, họ chỉ biết có hai vế đầu thuộc về tục đế, nói về nỗi Khổ của con người và Nguyên nhân của Khổ mà không chịu nghiên cứu con đường thoát khổ để được an vui hạnh phúc là hai vế sau thuộc chân đế, mà Đức Phật đã dạy trong giáo lý "*Tứ Thánh Đế*". Những ai đắm chìm trong đau khổ chỉ

biết than trời trách đất không chịu tìm hiểu cái khổ đó từ đâu mà có, do đâu mà ta khổ để tìm cách kết thúc nó, thì đó mới là kẻ bi quan yếm thế chán đời. Trong nhà Phật gọi những người lúc nào cũng ngập lặn trong đau khổ là Vô Minh. Định nghĩa hai từ Vô Minh, Đức Phật dạy: "*Chính là không biết rõ khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến diệt khổ, này các Tỳ Kheo, đây gọi là Vô minh*" (Tương Ưng V).

Sau khi nghiên cứu bài học "*Tứ Diệu Đế*" điều quan trọng là phần thực hành, nếu không thì cũng chỉ là bài đọc trên kinh điển trên sách vở nhằm mở mang kiến thức, chứ không cởi bỏ được những khổ đau dính mắc kéo dài trong cuộc sống, chẳng những ở đời này mà đời sau vẫn tiếp tục vì bị Vô Minh che mờ tâm trí. Phần thực hành nằm trong đề thứ tư Bát Chánh Đạo bao gồm Giới-Định-Huệ. Quan trọng nhất là Chánh kiến, Chánh niệm và Chánh định. Chánh kiến là quan niệm chân chính, đúng đắn. Chánh niệm là tinh tấn không để tâm ý buông lung bất thiện. Chánh định là tu tập thiền Định đạt Tâm thuần nhất tức "*tâm tứ*" yên lặng. Khi tâm không còn dao động lăng xăng, tín hiệu yên lặng sẽ tác động vào Tánh Giác phát huy tiềm năng giác ngộ, trí huệ bật ra. Lúc bấy giờ Vô Minh không còn, đau khổ cũng không, lòng người sẽ mở rộng thương yêu tất cả muôn loài (tứ vô lượng tâm), nên mới nói đạo Phật là đạo "*từ bi và trí tuệ*" chứ không phải là đạo bi quan yếm thế như những người chưa tu tập làm tướng.

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

(Thiền Tánh Không - November 25-2017)