

## Làm thế nào để diệt KHỔ

NGUYỄN VĂN HIỆP

Trong quyển Khuyến Thiện, Đức Thầy sau khi nhắc lại sự tích Đức Phật Thích Ca vì muốn cứu vớt chúng sanh thoát khỏi vòng luân hồi sanh tử mà phải lìa đèn đài, vợ đẹp, con xinh xả thân tầm Đạo rồi Ngài đưa ra kết luận:

*“Xét cõi trần **sống khổ** giạt trôi,  
Vô lượng thứ ở trong thế giới.”*

Ý của Đức Thầy cho biết, kiếp sống của con người trong cõi trần gian chịu nhiều nỗi bi thương thống khổ, không một chúng sanh nào thoát khỏi. Ngoài ra, trong quyển Kệ Dân, Ngài cũng cho biết:

*“Dòm biển trần cảnh khổ vơi vơi,  
Lao với khổ, **khổ lao** chẳng xiết”.*

Rõ ràng là *“Ta bà khổ, Ta bà lắm khổ”*, vậy mà chúng sanh cứ:

*“Bị vô minh vọng tưởng vạy tà,  
Nên quây lộn Ta bà cõi khổ.”*

Cho nên Đức Phật ngày xưa từng bảo: *“Đời là bể khổ, nước mắt của chúng sanh khóc cảnh sanh ly tử biệt từ vô thi đặng lại, nếu có chỗ chứa còn nhiều hơn bể cả”*.

Kinh Pháp Hoa có câu: *“Tam giới vô an, do như hỏa trạch, chúng khổ sung mãn, thậm khổ bố úy, thường hữu sanh, lão, bệnh, tử, ưu hoạn như thị đẳng hỏa, xí nhiên bất túc.”* (Ba cõi không an cũng như nhà lửa, chứa đầy sự khổ, rất khá ghê sợ, thường bị sự sanh, già, bệnh, chết, lo buồn...như các ngọn lửa thiêu đốt, chẳng hề ngưng dứt). Thế mà chẳng mấy người xét nghiệm cho thấu hiểu ngọn ngành để tìm phương xa lánh.

Thật vậy, ngoài bốn cái khổ Sanh, Lão, Bệnh, Tử mà bất cứ ai trong cõi nhân gian này đều phải nếm trải, còn có không biết bao nhiêu điều thống khổ khác đang đè nặng lên kiếp người không sao kể xiết.

Điều này, Đức Phật đã từng giảng dạy: *“Tất cả chúng sanh trong cõi trần chịu muôn ngàn điều khổ não, kể chẳng xiết, nhưng có thể tóm tắt lại tám điều, vì trong tám điều khổ ấy nó có thể xảy ra muôn ngàn sự khổ não kia”*.

Trong tám điều khổ mà Đức Phật nhắc đến, ngoài bốn điều khổ Sanh, Lão, Bệnh, Tử (đã được trình bày ở bài “Tìm hiểu về Tứ Khổ”) còn có bốn điều khổ khác, đó là: 1.- Mưu cầu bất đắc (Cầu chẳng thành), 2.- Biệt ly, 3.- Oan tăng hội, 4.- Ưu sầu (Lo ngại). Sau đây, chúng ta hãy nghe Đức Thầy giảng rõ về bốn điều khổ này:

*-Đoạn thứ năm nghĩ-suy tìm-tỏi,  
**Cầu Chẳng Thành** những việc thích-ham.  
Người trên đời ai cũng lòng tham,*

Muốn phước, thọ, phẩm, hàm, tiền của.  
Nào vợ đẹp, hầu xinh, là-lụa,  
Không được thì bực-tức ưu-phiền.  
Cả tâm thần điêu-đứng đảo-điên,  
Vậy có phải khổ hay là chẳng ?  
-Đoạn thứ sáu **Biệt Ly** cay đắng,  
Người mình thương bỗng lại chia-lìa.  
Khi khóc-than nước mắt đầm-đìa,  
Lúc trông nhớ ruột tằm chua xót.  
Ở thế-gian mấy ai thoát lọt,  
Nợ gia-đình đeo đấm căn-duyên.  
Cơn nguy nghèo thân-thể truân-chuyên,  
Kẻ lưu-lạc người chờ trông mãi.  
Cuộc tan hiệp, hiệp tan ân-ái,  
Đến xong đời để lại sầu-ưu.  
Cái khổ này dầu lắm trí mưu,  
Cũng chung chịu như người tắm-tối.  
- Đoạn thứ bảy khổ **Oan-Tắng-Hội**,  
Hễ thương nhau tất có ghét nhau.  
Thường tranh-đua tiếng thấp lời cao,  
Chẳng nhân-nhận thành ra cừ oán.  
Muốn tránh xa đừng trông tâm dạng,  
Cứ gặp nhau mắt tựa kim châm.  
Làm cho người đau-đớn âm-thâm,  
Khổ như thế diễn ra mãi mãi.  
-Đoạn thứ tám **Ưu Sầu** lo ngại,  
Cuộc tang-thương dâu bể cảnh trần.  
Nghèo thì lo một nỗi nợ-nân,  
Lo đau-đói liệu cơn nhà rách.  
Buồn duyên-số phận mình như sạch,  
Rầu gia-đình chúng bạn khinh cười.  
Giàu thì lo chen lấn với người,  
Miễn cho được đầy rương đầy tủ.  
Của dương-thế góp tom bảo-thủ,  
Sợ gian-phi trộm cướp rình-mò.  
Lo tước-quyền cho được thơm-tho,  
Sợ kẻ khó thiếu tiền chẳng trả.  
(Quyển 5, Khuyên Thiện)

Tóm lại, qua tám điều khổ mà Đức Thầy đã giải rõ, chúng ta nhận thấy tất cả chúng sanh trong thế giới Ta bà, dù kẻ sang người hèn hay già trẻ

trí ngu cũng đồng chung chịu, chớ không một ai được ung dung thông thả.  
Ngài vốn là vị cổ Phật lâm phạm độ chúng nên:

*“Thấy **biển khổ** đâu an lòng dặng,  
Xông thuyền ra cứu vớt sanh linh.”*

Hoặc:

*“Ta quyết lòng rút nợ oan khiên,  
Cứu bá tánh khỏi nơi **lao khổ**.”*

Thật vậy, vì lòng từ bi, bác ái nên Đức Thầy không thể khoanh tay ngồi nhìn chúng sanh cứ mãi lăn lộn trong vòng khổ hải, nên Ngài đã “*Nói theo chí Thích Ca ngày trước*” mà đưa ra nhiều pháp môn để diệt trừ những nỗi khổ này. Đặc biệt, pháp môn Tịnh Độ (còn gọi là pháp môn Niệm Phật) được Ngài hết lời xiển dương và giới thiệu tận tường trong quyển Khuyên Thiện và rất nhiều bài Thi văn của Ngài, để mong chúng ta cố gắng tu tập hầu tìm đường giải thoát:

*“Trông chúng-sanh nghĩ tận đui đầu,  
Về Cực-Lạc mới là **hết khổ**.” (Q.4)*

Đức Thầy đã mạnh dạn tuyên bố: chỉ có tìm đường về Lạc Quốc thì chúng sanh mới hết khổ và Ngài còn dạy rằng:

*“Môn Tịnh Độ là phương cứu cánh,  
Rán phụng hành kẻ phụ Phật xưa.”*

Và rồi:

*“Nếu như ai cố chí làm lành,  
Chuyên niệm Phật cầu sanh Phật quốc.  
Cả vũ trụ khắp cùng vạn vật,  
Đầu Tiên, Phạm, Ma, Quỷ, Súc sanh.  
Cứ nhứt tâm Tín, Nguyện, Phụng hành,  
Được cứu cánh về nơi An dưỡng.” (Q.5)*

Ngoài ra, có rất nhiều kinh điển Phật giáo đã xác quyết: “Pháp môn Tịnh Độ là phương pháp tu hành tối thắng để đạt đến kết quả cuối cùng là Vãng sanh Cực lạc.”

Nhằm so sánh nỗi khổ ở cõi Ta bà và nỗi vui nơi cõi Cực lạc (tức cõi Tịnh Độ), Đức Thầy chỉ rõ:

*“**Ta bà khổ**, Ta bà **lắm khổ**.  
Có bao người xét cho tột chỗ,  
**Tịnh độ vui**, Tịnh độ **nhàn vui**,  
Cảnh thanh minh sen báu sắc mùi.  
Nào ai rõ cái vui triệt đáo.” (Q.5)*

Cho nên Ngài hằng khuyên:

*“Trong buổi khổ mau mau **tránh khổ**,  
Rán tầm vào đến chỗ an cư.” (Thiên lý ca)*

Rõ ràng, đối với cõi Ta Bà có tám điều khổ, thì ngược lại cõi Cực Lạc lại có tám điều vui, điều này được Đức Thầy giải thích như sau:

*“Thần thức nhập Thai Sen tinh hảo,  
Nên khỏi màng lo nỗi khổ SANH.”*

1/-Nếu chúng sanh nào được vãng sanh về Lạc Quốc thì thần thức gá vào thai sen tinh khiết nơi ao thất bảo. Lúc ở trong đó thần thức cũng được hưởng sự vui đẹp trong lành. Khi đúng ngày giờ nở ra thân Liên hoa trang nghiêm, đẹp đẽ. Không như cõi Ta Bà phải ở trong bào thai ô uế và khi sanh cả mẹ lẫn con đau đớn vô ngần, nên ở cõi Cực Lạc chẳng hề có các nỗi khổ về sự SANH.

*“Thân thì thân Công Đức hiền lành,  
Bất di dịch khỏi vì khổ LÃO.”*

2/-Sở dĩ có được cái thân trong sạch, đủ 32 tướng hảo, bởi hương nhụy của sen báu cấu thành là do thời gian chí tâm niệm Phật và tu tập công đức. Cho nên thân liên hoa được trẻ đẹp luôn luôn, không hề bị biến hoại hay già yếu. Vì vậy mà cõi Cực lạc chẳng hề có các nỗi khổ về sự GIÀ NUA lờ lếch.

*“Thế Thanh Tịnh thường không huyên nao,  
Hết lo toan nắng lạnh gió mưa.  
Khổ BỊNH kia bởi đó mà chừa,  
Ta thoát được lao đao vì nó.”*

3/-Ở cõi Cực lạc thân tâm luôn được thanh tịnh an nhiên, lại thời tiết rất điều hòa trong mát, nên không còn lo sợ bị mưa nắng bất hòa, nhiễu loạn thân xác. Do đó người ở cõi ấy không còn bị những nỗi khổ về BINH TẬT.

*“Đường sanh mạng Phật, ta đồng thọ,  
Tánh an nhiên bất diệt trường tồn.  
Tử thần kia đâu dám dặt hồn,  
Thoát luân chuyển khỏi đeo khổ TỬ.”*

4/-Đã không già yếu, bệnh tật nên người ở cõi Cực lạc được sống vô lượng số tuổi, đồng hưởng thọ trường tồn bất diệt ngang hàng với chư Bồ Tát và Đức Phật Di Đà, chẳng còn luân hồi sanh tử, nên không hề có các nỗi khổ về sự CHẾT.

*“Cuộc y thực muốn chi đủ thứ,  
Không nhọc nhằn lo việc sinh nhai.  
Trí yên nhàn nhìn cảnh Phật Đài,  
Khỏi quả khổ MUÛU CẦU BÁT ĐẮC.”*

5/-Ở cõi Cực lạc từ y phục, thức ăn uống đến lầu đài cung điện và mọi tiện nghi khác đều tùy ý mà hóa hiện đầy đủ, cho nên người sanh về đây, không còn phải cực lòng làm ăn sanh sống, chỉ còn nghe thuyết giảng pháp màu và tu tập công đức thêm. Tâm trí lúc nào cũng an nhiên, thần thông tự tại mà nhìn cảnh quý báu của mười phương chư Phật, hầu có thân hành đến

cúng dường. Do đó người ở cõi Cực lạc không còn các nỗi khổ Mưu Tính Mà Chẳng Thành.

*“Cả Hải Chúng thấy đều vững chắc,  
Toàn dân lành đâu có đắn đo.  
Dứt ái ân quyến thuộc chuyện trò,  
Thoát sống khổ THƯƠNG YÊU LY BIỆT.”*

6/-Tuy người vãng sanh về cõi Cực lạc đồng như biển cả (hải chúng), không thể nào chép kê cho hết, nhưng tất cả đều có một tâm hồn giải thoát như nhau, chẳng còn một mảy nhiễm ô, ái ái, nên không có sự ràng buộc về gia đình thân tộc. Hơn nữa, thân người có ra bởi sen báu tạo thành và cả thấy đều trường tồn bất diệt, nên chẳng hề có các nỗi khổ về Sanh Ly Tử Biệt.

*“Chữ Hòa Thuận kể sao cho xiết,  
Tâm đồng nhau thương thiện vui vầy.  
Cảnh như như chẳng có đổi thay,  
Không màng biết phân chia nhơn ngã.  
Sẵn vị ngôi rành phân thương hạ,  
Khỏi khổ cầu OÁN GHÉT GẶP NHAU.”*

7/-Và lại, người sanh về cõi Cực lạc đều là hạng thượng thiện (trọn lành trọn sáng), lại thêm mọi vật đều hóa sanh, nên giữa người với người không có sự phân biệt nhơn ngã, cùng nhau hòa thuận vui vầy. Có khác nhau chẳng là do công đức riêng của mỗi người mà có ngôi vị thấp cao. Bực công đức sâu dày, trí huệ thuần thực, chứng quả Phật, Bồ Tát, kẻ kém hơn thì chứng thành Hiền Thánh. Mặc dù quả vị có khác, nhưng đồng là bậc thượng thiện nên đã dứt tâm phân biệt nhơn ngã, vì vậy mà không có cái khổ Oán Ghét Gặp Nhau.

*“Thân tâm thường trụ hết rạt rào,  
Chất thô trước tiêu tan mất cả.  
Cõi Tịnh độ lăm điều thanh nhã,  
Khổ BUỒN RẪU LO SỢ chẳng còn.”*

8/-Đến cái khổ Buồn Rầu Lo Sợ do lục dục thất tình mà có, người sanh về cõi Cực lạc không hề có, là vì ở cõi ấy Y báo và Chánh báo thấy đều một màu thanh tịnh. Các cảnh vật (Y báo) như đất đai lầu các, ao cây đều bằng bảy báu rất trang nghiêm đẹp đẽ; đến như nước chảy, lá rụng, chim hót cũng toàn là những pháp nhiệm màu vi diệu để trợ trưởng ý chí tiến tu của mọi người (Chánh báo) cũng không nao loạn, luôn được an định (thường trụ) trong cảnh giới siêu nhiên tự tại. (theo quyển “Sám Giảng Thi Văn Toàn Bộ Chú Giải” của Thiện Tâm, Quyển Thượng - Tập 3/3)

Tóm lại, theo lời chỉ dạy của Đức Thầy nếu chúng ta muốn hết khổ thì ngoài việc lo trau thân gìn Đạo, niệm Phật làm lành, còn phải hướng về Lạc quốc để được hưởng vị diệu màu của mùi sen báu (tức phát tâm niệm Phật,

tu hành theo Pháp Môn Tịnh độ).

Tuy nhiên, nếu xét cho cùng tận thì sở dĩ có những nỗi khổ trên là vì chúng sanh còn gây tạo xác thân, nếu thân không có thì mọi sự khổ chẳng do đâu mà sanh được.

Đức Lão Tử cũng xác nhận điều này: “*Ngô hữu đại hoạn, vị ngô hữu thân; nhược ngô vô thân, hà hoạn chi hữu.*” (Ta có đại hoạn, vì ta có thân, nếu ta không thân hoạn nạn đâu có). Và Đức Phật đã từng giảng rõ: “*Thân là gốc của sự khổ. Nó là cái quả của các nghiệp tiền thân (quá khứ) mà nó cũng là cái nhân của quả vị lai*”.

Thuở Đức Phật còn trụ thế, có bốn Tỳ Kheo cùng đang tu học. Một hôm họ ngồi lại bàn luận về các sự khổ:

Tỳ Kheo thứ nhất nói:

- Tôi nghĩ trong đời chỉ có sự sợ hãi là khổ hơn hết, vì cái tâm ấy khởi lên thì không thể nào yên lòng được.

Ý kiến của vị thứ nhì:

- Tôi nghĩ, trong đời chỉ có sự đói khát là khổ hơn cả, bởi đói thì phải lo tạo tác cho có cơm ăn áo mặc, đâu yên tâm hành đạo được.

Tỳ Kheo thứ ba trình bày:

- Theo tôi, thì sự nóng giận là khổ hơn hết, vì cái tâm ấy khởi lên làm mất hết trí khôn, bất luận kẻ thân người sơ đều bị mình làm thiệt hại, gây ra tội khổ không ít.

Tỳ Kheo thứ tư nói:

- Riêng tôi, không chi khổ bằng sự dâm dục, chính nó là hột giống sanh tử, suốt đời con người đem thân làm tội mọi cho nó, đi đến chỗ hư thân mất nết, mờ đục cả trí huệ.

Trong lúc 4 Tỳ Kheo đang tranh luận, ai cũng cho chỗ nhận xét của mình là đúng, may đâu Đức Phật vừa đi tới, bốn người đồng lễ Phật và nhờ Ngài phân giải.

Phật ôn tồn bảo:

- Các người luận đều phải cả, song chỉ biết được ngọn ngành của sự khổ, chớ chưa thấy tận nguồn gốc của nó. Gốc khổ là do xác thân, tại có thân này mới có lòng tham dục, nóng giận, đói khát và sợ hãi... Nếu thân này chẳng có, lấy đâu mà có bốn sự khổ kia. Cho nên muôn sự phiền, ngàn sự khổ đều dồn chứa vào xác thân. Song nguyên nhân chánh là do vọng tâm, bởi có vọng tâm phiền não mới sanh ra xác thân để rồi chịu khổ. Vậy các người muôn hết khổ nên diệt ngay vọng tâm phiền não.

Nghe Phật giảng xong, bốn Tỳ Kheo rất vui mừng, đồng lễ bái Phật.

Đề xác định lý trên, Kinh xưa có những câu kệ:

“...*Tội tùng tâm sanh, tội diệt*

*Tâm diệt nhược thời tội diệt vong,*

*Tội vong, tâm diệt lưỡng câu không.”*

Tạm dịch:

Tội khổ vốn do tâm phát khởi,  
Tâm chẳng sanh, tội chẳng hề sanh.  
Tội tâm không một niệm sanh,  
Chơn không thị hiện Đạo lành đạt thông.

Tóm tắt, đời là biển khổ mênh mông lai láng, không biết đâu là bờ bến. Cả chúng sanh đều phải trầm luân đời đời kiếp kiếp không một ai thoát lọt. Đức Phật lại cực tả cái khổ ở đời như vậy: *"Nước mắt chúng sanh trong ba ngàn thế giới đem chứa lại còn nhiều hơn nước ngoài bốn biển"*.

Người giàu sang có cái khổ theo cuộc giàu sang, kẻ nghèo khó lại có cái khổ theo cuộc đời nghèo khó. Ngay cả đứa bé mới lọt lòng mẹ, thì đã kêu vang thảm thiết, vì nó tự trong khổ mà sanh ra, vì khổ mà sanh ra, sanh ra rồi phải chịu muôn vàn sự khổ. Khi đến cảnh già thì cái khổ lại càng gia bội. Chừng ấy, dầu cho có tiền rừng bạc biển hay chức trọng quyền cao cũng không thể dùng oai lực nào mà cự đương với cảnh khổ và cái chết.

Thế nên dầu giữa *"Bể trần sóng cuộn lao xao"*, Đức Huỳnh Giáo Chủ cũng cương quyết *"Xông thuyền Bát Nhã lướt vào một phen"*(Tự thán), để cứu vớt sanh linh đang chìm đắm trong bể khổ.

Xưa kia, Đức Phật với lòng từ bi vô lượng vô biên, nên sau khi đắc Đạo, Ngài chẳng nề nhập Niết bàn sớm, vẫn trụ thế hoàng pháp, lợi sanh suốt 49 năm. Ngài đã từng nói: *"Ta vì muốn cứu khổ chúng sanh mà tu thành Phật, chớ không phải vì ngôi Phật cao lớn mà thành"*.

Hôm nay, nếu chúng ta nhờ Phật Giáo và Giáo lý của Đức Thầy mà biết được lẽ ấy rồi, cần phải áp dụng những Pháp môn phù hợp với căn cơ của mỗi chúng sanh để mà diệt khổ. Mặc dầu Đức Thầy có dạy: *"Về Cực Lạc mới là hết khổ"*. Tuy nhiên, muốn diệt khổ chúng ta cần phải biết nguyên nhân sự khổ bởi đâu mà ra.

Đức Phật có dạy rằng: *"Sự vô minh sanh ra lòng tham dục, lòng tham dục mà chẳng toại là mầm mống cho kiếp luân hồi, kiếp luân hồi lại là nguyên nhân sự khổ."*

Vậy muốn diệt khổ phải dứt nẻo luân hồi, muốn hết luân hồi, phải diệt lòng tham dục, muốn diệt lòng tham dục, phải diệt sự vô minh vì sự vô minh chính là nguồn cội của cuộc đời khổ não. Đạo Phật có một phương pháp để diệt trừ sự vô minh, gọi là Bát Chánh Đạo. Với phương pháp vi diệu này, Đức Thầy cũng đã giải rõ trong bài *"Môn Hoàn Diệt"* để giúp chúng ta **diệt khổ** như sau:

*"Nếu ta tìm con đường Bát Chánh Đạo của Phật mà đi, giữ tâm thanh tịnh, làm việc nhơn từ, không lòng hờn giận, chẳng dạ ghét ganh, chuyên tâm niệm Phật, giúp thế độ đời, đừng chứa điều phiền não và để bụng tham*

*lam ích kỷ, gây mối thiện duyên, lần lần trí huệ mở mang, cõi lòng sáng suốt, thì màn vô minh sẽ bị diệt mất.*

*Vô minh bị diệt thì hành diệt; hành bị diệt thì thức diệt; thức bị diệt thì danh sắc diệt; danh sắc diệt thì lục nhập diệt; lục nhập diệt thì xúc động diệt; xúc động diệt thì thọ cảm diệt; thọ cảm bị diệt thì ái diệt; ái bị diệt thì bảo thủ diệt; bảo thủ bị diệt thì hữu diệt; hữu bị diệt thì sanh diệt; sanh bị diệt thì lão, tử diệt. Ấy là giải thoát vậy.”./.*

**Nam Mô A Di Đà Phật !**