

BỐN VÔ LƯỢNG TÂM

Toàn Không

I)- BỐN VÔ LƯỢNG TÂM LÀ GÌ?

Vô lượng là nhiều vô số, nhiều không tính kể hết, rộng lớn bao la không có bờ mé, không thể đo lường hết được.

Tâm vô lượng là tâm vô cùng rộng lớn, thoát ra ngoài mọi sự phiền não, bình đẳng, không phân biệt, và bao trùm hết thảy chúng sinh.

Bốn vô lượng tâm gồm: Từ vô lượng, Bi vô lượng, Hỷ vô lượng, và Xả vô lượng. Mỗi thứ có đặc tính và công dụng riêng của nó, nhưng cả bốn đức tính này có liên hệ mật thiết với nhau, và để cứu giúp chúng sinh, nên còn gọi là Bốn tâm cao thượng.

II)- ĐẶC TÍNH :

Bốn vô lượng tâm có đặc tính dẫn đến sinh khởi vô lượng phúc đức. Bốn vô lượng tâm là căn bản của cảm thành vô lượng quả báo tốt đẹp, cho vô lượng chúng sinh, trong vô lượng thế giới, qua vô lượng kiếp. Chúng ta xét từng thứ tâm sau đây:

1)- Tâm Từ là cho sự vui, là tâm trạng muốn cho người được mọi sự tốt đẹp, là lòng thành thật mong ước tất cả chúng sinh đều được yên lành vui vẻ, tức là trước tự vui, sau phá cái độc hại của sân hận giận thù. Khi phá cái độc hại rồi thì chúng sinh được vui, nên Từ cho vui là như thế.

2)- Tâm Bi là thương xót, là động lực rung động của tâm trước sự đau khổ của người khác. Vì thương xót nên tìm cách thoa dịu, muốn giúp người thoát khỏi cảnh khổ, tức là phá cái hung bạo tàn ác để chúng sinh được yên vui an ổn.

3)- Tâm Hỷ là lòng vui chân thật và bình đẳng, không phải vì tình cảm riêng biệt. Tâm Hỷ là lòng vui trước hạnh phúc của người khác. Tâm Hỷ phá những cái buồn phiền do sự ghen ghét, ganh tị, đố kỵ, chấp trước gây ra, và làm cho chúng sinh vui mà vui theo.

4)- Tâm Xả là làm cho chúng sinh phá bỏ những sai quấy, những tham muốn dục vọng. Xả là thấy biết đúng đắn, nhận định chân chính, suy luận vô tư không thiên lệch, tức là không luyến ái ưa thích, cũng không phải là bất mãn ghét bỏ.

III)- PHÂN TÍCH :

1) TỪ VÔ LƯỢNG

Tâm Từ là lòng mến thương, gây tạo cái vui cho người; Tâm từ vô lượng là lòng thương mến vô biên, vô cùng rộng lớn, gây tạo cho chúng sanh cái vui chân thật. Để hiểu rõ Từ vô lượng, chúng ta cần xét về phân loại cũng như cách hành của tâm từ như thế nào.

A/- Phân loại tâm Từ: Có hai loại

1/- Tâm từ của thế gian:

Sự tạo vui của thế gian là tạm vui, không bền, cái vui còn có tham sân si chi phối, dục vọng dẫn dắt. Cái vui này còn bị phiền não lôi kéo, vì có dục vọng ở trong, nên sự thỏa mãn không lâu bền.

2/- Tâm từ của xuất thế gian:

Cái vui xuất thế gian là cái vui chân thật, lâu bền, không bị sân hận giận thù chi phối, không bị dục vọng dẫn dắt. Cái vui này không ồn ào như cái vui của thế gian, nhưng là cái vui thanh tịnh êm đềm.

Muốn được cái vui này, phải dứt, phải đoạn sân hận giận thù, tức là diệt hết dục vọng, vì dục vọng là đầu mối của khổ não.

B/- Cách hành của tâm từ

Nỗi khổ sân hận giận thù của chúng sanh vô lượng, lòng từ cũng phải vô lượng, muốn hành tâm từ phải tùy phương tiện để làm lợi ích chúng sinh, đó là tùy cơ và tùy thời.

1/- Tùy cơ hành tâm từ.

Tùy cơ là tùy theo trình độ của chúng sinh mà cho vui, tùy bệnh mà cho thuốc, có cho đúng thuốc mới có hiệu quả chữa được khỏi bệnh. Người thầy thuốc còn phải có trí tuệ sáng suốt, không ngại khó khăn, một lòng kiên nhẫn. Muốn độ chúng sanh cũng vậy, phải có trí tuệ, kiên nhẫn, và tùy căn cơ trình độ của mỗi người mà hành hóa.

2/- Tùy thời hành tâm từ.

Tùy thời là tùy lúc mà làm lợi ích chúng sanh, không phải lúc nào cũng làm được, có khi mưa nắng bão táp, công việc lán ăn, bệnh hoạn thất thường, v.v...Nếu không đúng lúc, không có kết quả mong muốn, nghĩa là phải tùy theo thời thế, đúng vào lúc thuận tiện.

Công hạnh của Bồ Tát là tạo cái vui chân thật cho chúng sinh. Tạo cái mầm chân thật là dẫn dắt chúng sinh làm các việc lành tránh làm các việc ác, cho đến khi thành hiện thực.

Lòng Từ còn phải đi đôi với lòng Bi, vì nếu chỉ có lòng Từ mà không có lòng Bi, thì không trọn

ven không đầy đủ. Cho vui mà còn khổ, vui sao được? Do đó, chúng ta phân tích qua lòng Bi vô lượng.

2) BI VÔ LƯỢNG.

Bi là lòng thương xót trước nỗi khổ của chúng sanh. Bi vô lượng là lòng thương xót rộng lớn, bao la, vô bờ bến, và quyết làm cho dứt trừ những nỗi khổ ấy. Muốn dứt khổ, phải giáo hóa chúng sanh thôi, đoạn trừ làm ác, khởi tâm, tăng tiến làm việc lành. Muốn hiểu rõ tường tận về Bi vô lượng, chúng ta cần phân loại và cách hành của lòng Bi.

A/- Phân loại

Muốn cứu khổ, chúng ta phải biết có bao nhiêu loại khổ, từ đó chúng ta mới dễ dàng cứu khổ được, có năm loại:

1/- Khổ nằm trong nhân:

Mọi người vô minh nên gây nhân xấu mà không biết, cứ làm một cách thân nhiên vui thích, họ có biết đâu rằng họ đang gieo hạt giống xấu. Khi họ gặt quả dữ, họ cũng không biết là do chính họ gây nhân. Bởi vì ngu si vô minh như thế, nên họ khuyến khích ca ngợi kẻ gây khổ cho người khác, và họ khoan khoái thích thú, tỏ ra ta là người hiểu biết. Đúng họ là người hoan hô cổ võ cho người khác gây khổ để cứu khổ. Thật là bi thương! Chỉ người có trí huệ mới thất được hậu quả không tốt mà thôi, nên có câu: “Bồ Tát sợ nhân, chúng sanh sợ quả”.

2/- Khổ nằm trong quả:

Nhiều người không hiểu nhân quả nghiệp báo, hay có hiểu cũng vô tình hay cố ý quên, nên khi quả dữ tới với họ, họ than trời trách đất, họ cho rằng họ chẳng tạo tội gì cả, họ đổ thừa tại thế này, tại thế nọ, nên mới khổ như thế. Họ có biết đâu rằng những gì gánh chịu hôm nay là do việc làm ác tồn đọng từ lâu, từ đời quá khứ xa xưa cho đến các việc làm ác ngày nay, nó đã đủ nhân đủ duyên nên mới phát hiện. Vậy muốn sau này được an vui, đời sau yên vui, ngay bây giờ, từ nay về sau phải gây nhân tốt, để rồi nhận quả lành.

3/- Khổ bao trùm thời gian:

Như thế, rõ ràng nhân quả theo nhau như hình với bóng, không dứt ra được, vì trong khi ta lãnh quả, ta lại tạo nhân. Nó cứ chồng chất và tiếp tục mãi như bánh xe quay vòng, không bao giờ ngừng từ vô thủy đến vô chung, không tạm nghỉ xả hơi một lúc nào cả.

4/- Khổ bao trùm cả không gian:

Khổ xảy ra với mọi người ở mọi nơi, khi có si mê thì có gây nhân xấu, mà con người luôn luôn ở

trong vô minh. Thành ra, con người ở bất cứ đâu cũng khổ cả, nó không có biên cương, trùm khắp nơi khắp chốn.

5/- Khổ chi phối mọi loài:

Các loài Súc sinh, Ngạ quỷ, Địa ngục, đối với ba loài này, khổ là hiển nhiên theo sự thấy của con người. Nhưng đối với chúng, chưa chắc chúng đã thấy rõ ràng như chúng ta thấy chúng khổ như thế. Loài Người biết khổ, nhưng vì say đắm năm dục (sắc đẹp, tiếng hay, mùi thơm, ngon miệng, tiếp xúc khoái cảm), nên bị tham, sân, si kéo lôi thành ra chịu khổ mà nhiều người không biết. Loài Thần, sướng hơn người, nhưng có tính hay tranh đấu hơn thua, đánh nhau gây lộn thành ra cũng có khổ não. Loài Trời sung sướng nhất trong sáu loài, nhưng vẫn còn năm suy (Vòng hoa đội trên đầu héo dần, Áo choàng dính bụi bẩn, thân thể mất mùi thơm, Các Thiên nữ bỏ đi, Không thích ngồi tòa ngời) vào thời gian cuối đời, nên rất buồn khổ trước khi qua đời.

B/- Cách hành của tâm bi.

Các vị Bồ Tát có lòng Đại Bi độ khắp chúng sinh, nên các Ngài thường vào các loài, sống như mọi loài để giáo hóa chúng sanh sửa bỏ tính xấu làm việc lành, cứu giúp chúng sanh khỏi cơn nghèo đói, hoạn nạn, bệnh tật. Người có lòng Bi là người có lòng vị tha, không sống cho mình mà sống cho người, luôn tìm cơ hội để giúp kẻ khác, mà chẳng bao giờ mong đền đáp.

Những người nghèo đói, tàn tật, bệnh hoạn, cô cút, phóng đặng hư hỏng, v.v... trong xã hội là những hạng cần đến những người có tâm Bi cứu giúp từ vật chất đến tinh thần. Những người trong những hoạn nạn ấy nên được thương xót hơn là chê trách lên án họ, cần phải giúp đỡ và tùy trường hợp mà giáo hóa dạy dỗ cho họ khỏi khổ.

Mỗi người đều có đủ tính tốt và tính xấu, khi tính xấu của một người phát triển hơn tính tốt, người ấy trở thành người xấu. Ngược lại, khi tính tốt phát triển mạnh hơn, người ấy trở thành người tốt. Đôi khi chỉ cần một hành động nhỏ, một lời nói khéo đúng lúc, cũng có thể đổi hẳn thái độ và cách sống của một người hay nhiều người.

Nhân loại ngày nay đầy dẫy những cảnh căm hận giận thù, giết người hại vật, coi mạng sống như cỏ rác. Muốn cứu vãn khổ đau của tất cả chúng sinh, phải giáo hóa chỉ bày mọi người làm lành tránh làm ác, và thực hiện lòng Bi, để tẩy trừ những hành động bạo tàn

3)- HỖ VÔ LƯỢNG

Tâm Hỷ là cái vui làm tiêu tan lòng ghen ghét, ganh tị, đố kỵ, tật đố. Vì có người thấy người khác thành công lấy làm khó chịu, không muốn ai nói tới, hay tìm cách gièm pha chê bai. Thấy người khác thất bại lại vui mừng, mang chuyện người khác thất bại đi nói với người nọ người kia một cách thích thú. Người có lòng Hỷ được hưởng nhiều lợi ích do lòng tốt ấy đem lại, vì thấy người vui mà vui theo, đây là tùy Hỷ. Có hai loại tâm Hỷ: Tâm Hỷ của thế gian, và tâm Hỷ của Bồ Tát.

1/- Tâm Hỷ của thế gian: Cái vui của thế gian có nhiều loại như:

- Thấy người đẹp đẽ vui vẻ, nghe người nói hay, hoặc hát hay, ngửi mùi thơm nước hoa của người khác, được ăn thức ăn ngon, được sờ cảm giác lạ v.v... thì thích thú say mê vui vẻ. Đây là vui theo dục vọng, theo lòng phàm, cần phải kiểm soát, nếu không có thể sẽ gây khổ não buồn phiền.

- Vui theo ác nghiệp: Như khi thấy người sát sinh, trộm cướp, tà dâm, nói dối, v.v... mà tán đồng vui theo. Đây là sự khuyến khích việc làm ác của người ác, vui theo này là tòng phạm với kẻ có tội sẽ chịu khổ.

- Vui theo những việc nhân từ phúc thiện, như thấy người làm biệc bố thí, cúng dường, lập nhà thương miễn phí, lập trại tế bần giúp kẻ nghèo đói, cứu kẻ tàn tật bệnh khổ v.v.... Ta hết lời ca tụng, tiếp tay cho công việc của họ được thành công, mà không vì danh lợi của mình. Sự vui theo này là một bước tiến trên đường tạo thiện nghiệp, sẽ được quả lành vui.

2/- Tâm Hỷ của Bồ Tát:

Vui theo đúng ý nghĩa của chữ Hỷ không phải là cái vui của thế gian mà là do lòng Từ Bi hóa độ chúng sinh hết khổ được vui nên vui theo chúng sinh. Cái vui này còn vui hơn cái vui của chúng sanh được hưởng, tại sao vậy? Vì khi chúng sinh hết khổ được vui, chư Phật cũng vui mừng, nên Bồ Tát làm Phật sự càng mừng vui hơn.

Chư Bồ Tát phá cái buồn phiền của chúng sinh bằng hai cách: Dạy chúng sanh hiểu nguyên nhân của buồn phiền, và khuyên can chúng sinh xả bỏ sự buồn phiền.

- Hiểu rõ mọi sự việc: Bồ Tát giải thích cho chúng sanh hiểu lý sống ở đời về sự ghen ghét, ganh tị, đố kỵ, tật đố, v.v... là những sự nhỏ nhen không nên để ý đối với một người hiền nhân quân tử. Nếu người ấy hiểu được rồi và bỏ tính nhỏ nhen ấy, Bồ Tát đã làm được việc giáo hóa tốt đẹp.

- Khi chúng sinh đã hiểu biết thế nào là làm lành tránh ác rồi, sẽ xả bỏ những nhỏ nhen có tính cách

ngũ ác chất chứa trong lòng ấy, biết nhu hòa, biết vui khi người khác vui. Như vậy người ấy không còn buồn phiền mà được vui, Bồ Tát thấy thế thì vui theo.

Cái vui theo này ra ngoài phạm vi tự lợi, tự đắc, ngã mạn ở thế gian, mà bình đẳng, làm cho chúng sanh hết mê lầm được yên vui.

Chúng ta nên học cái vui của chữ Hỷ này, cái vui tinh khiết trong sạch, đẹp đẽ, cao cả không ích kỷ như của người đời.

4)- XẢ VÔ LƯỢNG.

Xả là bỏ đi, không kể, không chấp, không nhớ bỏ qua luôn. Đây là đức tính cần thiết khó thực hành nhất. Xả không có nghĩa là lạnh lùng, lãnh đạm, không màng đến thế sự. Vì chúng sinh chịu đủ thứ phi báng nguyên rủa giữa những cơn thăng trầm, thịnh nộ của cuộc đời. Người cao thượng luôn luôn giữ tâm bình thản khi được khen ngợi hay bị chỉ trích, tâm không lay động như núi đá vách sắt. Có hai loại Xả:

1/- Tâm Xả của thế gian:

Khi một người khác làm điều lầm lỗi cho mình mà mình bỏ qua không phiền trách buồn giận, thì đó là tha thứ lỗi lầm cho người đó. Hoặc người ta gây khổ đau cho mình, mà mình cam nhận, nhẫn chịu, đó là xả bỏ. Nhưng có sự việc mà ta ít để ý là nhiều người có tính tự hào, đắc chí, ngạo mạn, gây sự bất bình cãi vã, to tiếng giữa anh em, bạn bè cùng nhóm với nhau về một phương diện nào đó, như đoàn thể, tổ chức, v.v... Nguyên nhân do chấp ngã chấp nhân, chấp mình chấp cái này cái nọ mà thành ra lắm chuyện không hay xảy ra.

Vì sự chấp mình làm (chấp ngã), lại thấy kết quả mình đạt được (chấp pháp), nên bị trói cột trong ngã nhân (ta người) bỉ thử (cái này cái kia), không bao giờ rút ra được. Tuy có người biết chấp ngã là không phải, nhưng vẫn còn chấp pháp (chấp cái này cái kia, cái của ta ...), thành ra chưa hoàn hảo được.

2/- Tâm Xả của Bồ Tát:

Chỉ có Bồ Tát mới gạt rửa được hết những sự chấp nêu trên, và dùng tâm bình đẳng để lợi ích tất cả chúng sinh mà thôi. Bồ Tát đã sạch hết những điều sai quấy, không có một tí ghen ghét, ganh tị, đố kỵ nào cả. Bồ Tát không thấy mình là ân nhân mà ngược lại thấy chúng sanh là ân nhân của mình. Tại sao lại kỳ lạ vậy? Vì Bồ Tát cần làm, muốn làm Phật sự, để tiến bước trên đường đạt đạo quả vô thượng Bồ Đề.

Người có tâm Xả thì không luyến ái, xa lánh lòng tham ái. Người có tâm xả thì không lãnh

đạm, không thờ ơ, không lạnh lùng với chúng sinh. Người có tâm Xả luôn luôn có tâm vô tư, thân nhiên, an tịnh trước mọi hoàn cảnh trong cuộc đời.

Bồ Tát có một tâm Xả vô cùng rộng lớn, cao cả, bình đẳng, không phân biệt và trừ một loại nào, mà bao gồm hết cả chúng sanh. Làm tất cả mà như không làm gì, giáo hóa cứu độ chúng sinh mà không thấy mình giáo hóa cứu độ. Đó mới là đại Xả.

IV)- Ý NGHĨA CỦA TỪ BI HỠ XẢ:

Bốn đức tính của Từ, Bi, Hỷ, Xả có liên quan mật thiết với nhau, thiếu một thứ là mất ý nghĩa toàn vẹn của nó. Nó lại có hai cặp đi đôi với nhau như hình với bóng, có Từ phải có Bi, có Bi phải có Từ. Cho vui mà không cứu khổ thì không vui trọn vẹn, cứu khổ mà không có vui, tức còn ngã mạn, tự đắc, xa cách, không thân thiện, nên chưa đủ ý nghĩa của cứu khổ. Có Hỷ phải có Xả, ngược lại có Xả phải có Hỷ. Có Hỷ, tức vui theo, mà chưa Xả, tức chưa hết tham dục, thì không vui được. Khi có Xả, mà không có Hỷ, tức còn chấp nhân ngã nên chưa vẹn toàn.

Những ai muốn trở thành bậc vĩ nhân, muốn vượt lên trên để phục vụ nhân loại, muốn theo gót chân chư Phật và chư Bồ Tát, có thể phát triển

hàng ngày và trau dồi bốn đức tính cao thượng này, nó luôn luôn có sẵn trong mỗi con người, sẽ trở nên mỗi ngày mỗi thăng tiến, và được vô lượng công đức.

Từ Bi Hỷ Xả phải rộng lớn mới thấu tới vô lượng chúng sinh, có vô lượng mới trừ hết vô lượng phiền não, có vô lượng mới độ được vô lượng chúng sinh hết khổ được vui.

Bởi vậy chư Phật đều có đủ bốn tâm cao thượng là Đại Từ, Đại Bi, Đại Hỷ, và Đại Xả.

V)- TÓM KẾT BỐN VÔ LƯỢNG TÂM:

Bốn Vô Lượng Tâm nói thì dễ, mặc dù bốn đức tính Từ Bi Hỷ Xả đã có sẵn trong mỗi người, nhưng khi thực hành mới thật là khó. Trước khi thực hành phải nghiên cứu cho tường tận, phải thông suốt đường lối, và khi bắt đầu, phải phát nguyện kiên cố. Khi làm, phải theo từng tầng bậc, từ dễ đến khó, từ nhỏ bé dần tiến lên rộng lớn, không thể hấp tấp vội vàng được. Khi đang làm phải bền lòng quyết chí, kiên nhẫn, nhẫn chịu mọi chông gai thử thách ở đời mới mong mỹ mãn được.

Toàn Không. (3/2009)