

## Con đường hạnh phúc

ISSN: 2734-9195 20:40 21/11/2019

Ví như không bệnh - cái tâm bệnh đã nói ở trên - ắt cuộc sống con người sẽ dễ chịu hơn nhiều, đủ ăn đủ mặc hơn nhiều và trên cơ bản đó, hạnh phúc hơn nhiều.

Mà hai cái “lý” này, tuy hai mà như là một – sắc bất dị không, không bất dị sắc, sắc tức thị không, không tức thị sắc; hay nói như Tản Đà Nguyễn Khắc Hiếu: “Mình với ta tuy hai mà một, ta với mình tuy một mà hai”. Những vấn đề sinh lý đôi khi cũng là những vấn đề của tâm lý, và ngược lại...

Nay hãy khoan xét về cái tính cách “là một” của vấn đề sinh lý (vật lý) và tâm lý vừa nêu trên, mà hãy mạn phép về cái tính cách “là hai” của nó trước.

Như trên đã nói, mọi nỗi khổ trên đời “một nửa” là bắt nguồn từ sinh lý vậy “một nửa” là từ tâm lý. Nói thì nói thế, chứ cái chữ một nửa này nó cũng co giãn lắm, lung linh lắm.

Tùy từng con người, lại tùy từng hoàn cảnh mà một đương sự đón nhận những nỗi khổ đau đến với mình nhiều hay ít từ phía sinh lý hay tâm lý.

Có người hầu hết cuộc đời chỉ thấy khổ thân là chính, có người lại chỉ thấy khổ tâm.

Tuy nhiên, dù sao cũng phải ghi nhận rằng giữa hai nỗi khổ (thân và tâm) thì phần “tâm” rõ ràng vượt trội hơn phần “thân” nhiều. Đối với hầu hết mọi người trong chúng ta, nỗi khổ từ tâm lý chiếm tỷ trọng lớn hơn hết. Chúng ta khổ do đói ăn khát uống hoặc do những nguyên do khác do thuộc về sinh, vật lý dù sao cũng ít hơn những nỗi khổ do từ tâm lý. Những nỗi khổ (từ tâm lý) này nó rất đa dạng, lại xảy đến với chúng ta một cách dồn dập liên tục, thường xuyên, gần như là vô gián, có thể nói con người sinh ra để là nạn nhân của những nỗi khổ từ tâm lý này.

Bất cứ chuyện gì xảy ra dù lớn dù nhỏ cũng có thể làm duyên cớ cho nỗi khổ (tâm) của chúng ta. Một lời nói khó nghe (có thể do vô tình) vậy. Một tiếng cười khó chịu, một vẻ lạnh nhạt của người đang tiếp cận... Những thoáng chuyện

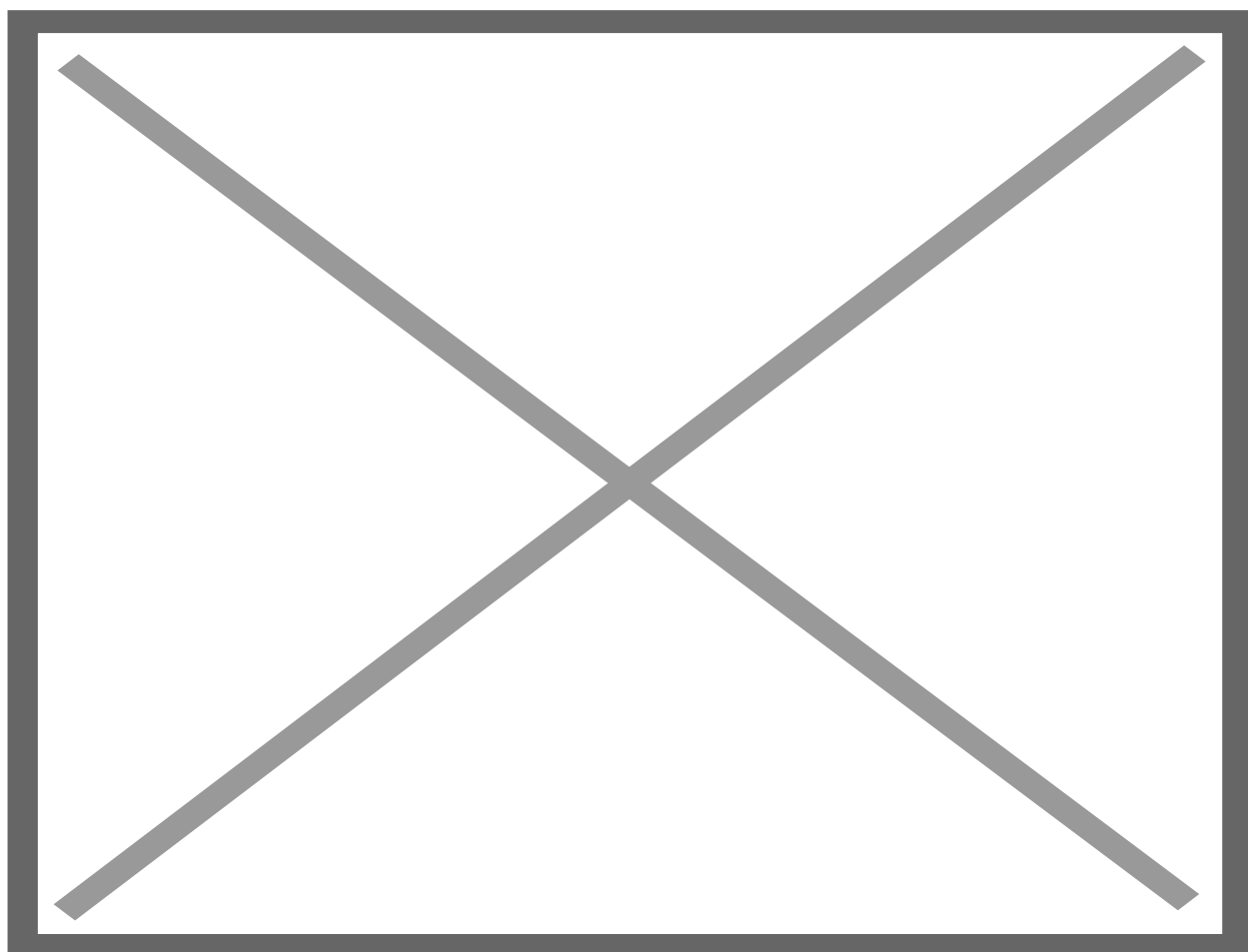
vụn vặt cũng đủ “gợn sóng” cho một nỗi khổ tâm rồi. Hướng chi, người đời đâu chỉ mỗi những tao ngộ vụn vặt ấy. Trong thực tiễn của cuộc sống, chúng ta thường xuyên “đụng” những việc, lớn hơn nhiều. Kể không xiết được. Nhà Phật tóm tắt những nỗi khổ tâm lý bằng bốn đề mục này:

*1. Ái ly biệt, 2. Oán tăng hội, 3. Cầu bất đắc, 4. Ngũ ấm xí thạnh.*

Trước hết hãy nói về ái ly biệt. Yêu mà phải lìa xa! Con người có hạnh phúc là vì được ở gần những gì mình yêu thích. Và, ngược lại, phải lìa xa, đó là điều bất hạnh.

Sự tình ái ly biệt này không thể coi thường được. Nó có thể làm chết người như chơi. Nhớ đêm quên ngủ, nhớ ngày quên ăn. Đó là tình huống của người trai, người gái đang yêu. Bên cạnh đó, còn bao “nỗi khổ lìa xa” khác. Cha mẹ con cái, vua tôi, bạn bè... lại còn quê hương tổ quốc, đạo tràng... bao nhiêu quan hệ khác. Tất cả đều là đầu mối của “ái ly biệt khổ”.

Ngược với ái ly biệt là oán tăng hội. Ghét, thù, hận mà phải ở gần! Nó là tiền đề của nỗi khổ nhân sinh, từ khi mở mắt cho đến khi nhắm mắt trong một ngày, lại cả ban đêm nữa, khi mắt đã nhắm rồi hình ảnh cái kẻ chướng tại gai mắt “chết bầm, mắc dịch” kia vẫn cứ xuất hiện thù lù trước con mắt của trí nhớ ta, làm cho ta không một giây dừng nghỉ cơn điên đảo.



Mà hai nỗi khổ oán tắng hội kia vẫn chưa phải là tất cả. Người đời ai chẳng nếm hoặc ít hoặc nhiều nỗi khổ của “cầu bất đắc”. Hễ làm người thì có nhu cầu, hễ có nhu cầu thì ắt có sự cầu. Mà những sự cầu, trăm sự chắc gì được một!

Chuyện kể có cô công chúa nọ cầu hái mặt trăng đang treo vàng vạc giữa trời xuống chơi. Chắc hẳn cô công chúa bẩm sinh đã sẵn cái thị hiếu ham “vọc” những “đồ chơi” “ngồ ngộ”. Cô bé đòi gì được nấy, cô công chúa mà, đức vua cha cưng chiều mà, muốn gì mà chẳng được, nhưng... lần này thì có vẻ không còn được như nguyện nữa. Lý do vì sao, thiết tưởng thiên hạ ai ai cũng biết rồi. Cái đồ chơi mặt trăng tròn vành vạnh sáng vàng vạc kia. Ánh sáng tỏa ra đẹp một cách huyền ảo mê hồn, coi vậy chứ mặc dù là với quyền lực tối thượng của một chúa tể sơn hà, dễ gì mà “thực hiện” được. Đức vua cha họp cả triều thần, bàn hết cách mà vẫn không cách chi bung, ngắt cái vầng trăng ngoan cố cứng đầu kia xuống đây để làm đồ chơi cho cô công chúa. Thế là cô công chúa thấy cả trần gian hóa thành địa ngục, ấy cũng do nỗi cầu bất đắc.

Ngoài cái cầu quá trớn phi lý kia, còn vạn vạn cái cầu khác cũng không đắc được, mặc dù không quá trớn, không lộ liễu, không phi lý bằng.

Ở đời mà lực luôn luôn bất tòng tâm. Chỉ có hai cách để giải quyết vấn đề này. Một là tăng cái lực (cho bằng tâm), hai là giảm cái tâm xuống (cho bằng lực). Tăng cái lực lên thì điều ấy nghe đã hiểu rồi, nhưng mà khó thực hiện lắm thay. Lực nào mà vươn lên cho kịp cái tâm, cái lòng ham muốn của người ta nó to còn hơn cả cái vũ trụ bao la vô tận nữa kia mà. Họa là chỉ còn một cách là giảm cái tâm tức là cái lòng ham muốn xuống. Giảm càng nhiều càng tốt, giảm sao cho “vừa vặn khít khao” với cái sức hữu hạn của mình.

Làm được điều này, tức là giải quyết được cái vấn đề cầu bất đắc, cầu mà không được, đặng cố mà vượt cái nỗi khổ do nó gây ra.

Về phương hướng này, cổ đức, hiện diện trong nhiều tôn giáo, nhiều triết thuyết, cũng đã từng đề cập đến, cũng như đã từng đề nghị những giải pháp thực hiện. “Thanh tâm thiểu dục” “Diệt dục”, “Tri chỉ”, “Tri túc”...

Hết thầy lời khuyên này đều nhằm vào mục tiêu giảm, giảm giảm thiểu tham tâm, tăng tăng, tăng trưởng thiện tâm vậy.

Có điều, dĩ nhiên chúng ta không phủ nhận những lý luận của cổ đức trong cái giải pháp giảm thiểu tham tâm này. Dựa vào thực tế của hiện thực chúng ta phải thành thật mà nhìn nhận rằng cái giải pháp cao quý ấy, cái giải pháp giảm dục, tuy rằng có vẻ hoành tráng, lộng lẫy thật, nhưng cũng không hiệu quả là bao. Thực tế là lòng tham của loài người chúng ta cứ mỗi ngày một thêm lớn mạnh, so với “cái sức” của chính mình.

Do đó mà tình trạng cầu bất đắc mỗi ngày một thêm trầm trọng, khiến nỗi khổ của loài người mỗi lúc dường như mỗi gia tăng, chứ chẳng hề thuyên giảm. Và do đó, cái gọi là con đường hạnh phúc của loài người nói chung và của người Việt nói riêng mỗi ngày mỗi thêm diệu vợi, mịt mùng.

Nhân nói về cái nông nổi cầu bất đắc cũng như về cái giải pháp của cổ đức để giải quyết nó, thiết nghĩ chúng ta không thể không nhắc đến một “đại chuyên gia” rất quan trọng trong thế giới Phật giáo, đó là Sư Tổ Đạt Ma với cái giải pháp có tên là “Tứ gia hạnh” gồm bốn điều sau đây:

*1. Báo oán hạnh; 2. Tùy duyên hạnh; 3. Vô sở cầu hạnh; 4. Xứng pháp hạnh.*

Trong bốn điểm này, có điểm thứ ba – vô sở cầu hạnh – chính là giải pháp trọng tâm để đối phó với cái nông nổi cầu bất đắc của loài người chúng ta.

Theo đạo Phật, sở dĩ chúng ta khổ là vì có nhiều tham cầu. Một khi tinh luyện được cái tâm. “Vô sở cầu”, ắt là dứt được đầu mối của khổ đau vậy.

Thật tuyệt vời! thật gọn! thật chí lý! Sở dĩ người ta khổ đau là vì người ta có tham cầu.

Nay dứt sạch tham cầu – cắt đứt cái nhân – thì còn lý gì có quả. Dứt sạch cái nhân tham cầu ắt cái quả khổ đau chẳng còn tồn tại.

Thật là logic! Nhưng... lời xưa có nói: “Tư dị hành nan”. Nói thì dễ lắm, nhưng làm? Trên đời này đã có ai dứt sạch được tham cầu chưa? Vả chăng, ở một vài phương diện, tham cầu là điều kiện tất yếu của sinh mạng, của mạng sống mọi sinh vật, mạng sống mọi con người. Một người nào đó đã tu luyện tới mức tối cao của tiêu chí thanh tâm thiểu dục, nhưng đối trước một vài trường hợp cấp thiết, người ấy không thể không phấn đấu để tự tồn được, trừ khi người ấy quyết định tự lìa bỏ mạng sống của mình.

Vậy cho nên phải hiểu chữ thanh tâm thiểu dục, phải hiểu câu vô sở cầu hạnh trong cái nghĩa tương đối của nó. Cụ thể trong lĩnh vực tâm lý, chúng ta có thể thực hiện cái hạnh vô sở cầu tới mức tối đa, nhưng trong lĩnh vực sinh lý, vật lý, cái hạnh ấy dù muốn dù không cũng phải bị hạn chế phần nào trước những điều kiện của cái gọi là sinh mạng vậy.

Một người rớt chìm xuống nước ắt có nhu cầu vùng vẫy ngoi lên. Tự thân cái nhu cầu ấy đã bao hàm một thoáng tham cầu vậy.

Cho nên bên cạnh cái hạnh vô sở cầu, Đạt Ma đã cẩn thận chưa thêm một cái hạnh khác gọi là Tùy duyên hạnh. Nhà Phật, tuy lấy sự diệt ngã làm cứu cánh, nhưng đồng thời lại đề cao hạnh tùy duyên, ấy là để tạo phương tiện cho hành

giả bảo toàn sinh mệnh vậy. Sinh mệnh có được bảo toàn mới đủ phương tiện mà tu thành chính quả (chính quả rốt ráo là diệt ngã).

Trở lại vấn đề con đường hạnh phúc của chúng ta. Như đoạn văn trên đã nói, chúng ta có thể thấy một trong những giải pháp tuyệt vời nhất mà các bậc cổ đức đã đề nghị với chúng ta, đó là sự thanh tâm thiểu dục, đó là hạnh vô sở cầu. Sở dĩ con người bất hạnh là vì tham cầu nhiều quá, đối thì chỉ cần ba chén cơm, nhưng người ta lại tham cầu tất cả lúa gạo trên trái đất. Chỗ ở thì chỉ cần một trượng vuông là đủ nhưng người ta lại muốn sở hữu hàng loạt những lâu đài to lớn tráng lệ. Tóm lại, là thực tiễn cho thấy lòng tham cầu của loài người chúng ta lớn gấp bội, gấp vạn, gấp ức cái nhu cầu thật sự, do đó mà sự bất hạnh đã xảy ra triền miên trên trái đất này.

Có quan điểm cho rằng những sự tham cầu quá mức chẳng có nghĩa gì khác hơn là một trạng thái bệnh. – Tham ăn quá mức (nhu cầu của cơ thể): một trạng thái bệnh – Tham mặc quá mức, tham tình dục quá mức... tất cả đều chỉ là biểu hiện của một tình trạng bệnh – bệnh tâm lý, bệnh tinh thần.

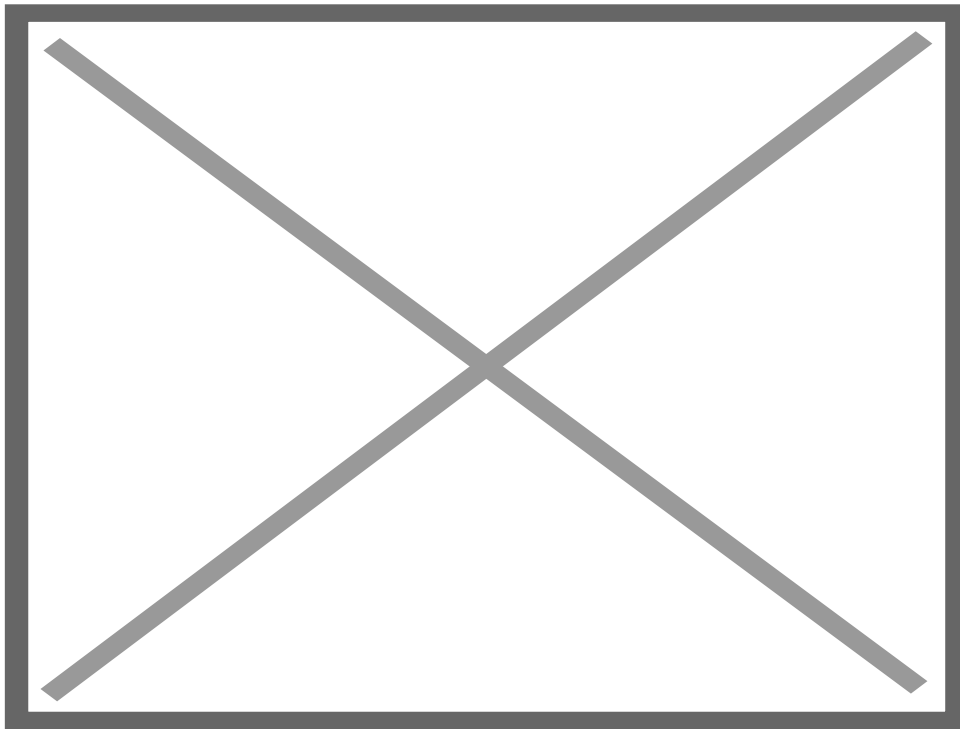
Lại có quan điểm cho rằng cái tình trạng bệnh nói trên dù thể hiện ra nhiều cách có vẻ khác nhau, chung quy cũng cùng chung một nguyên ủy: đó là do sự thiếu vắng hạnh phúc.

Khi một người không cảm nhận được hạnh phúc, người ấy có thể “tự bù lỗ” bằng cách tham cầu một “hoặc nhiều” cái gì đó, hoặc là tham cầu ăn, hoặc là tham cầu mặc, hoặc là tham cầu của cải, danh vọng... mà những tham cầu này như trên đã nói thấy đều gấp bội mức nhu cầu thực sự. Cái sự chênh lệch ấy là dấu hiệu của tâm bệnh vậy; con người – cái mà nhà Phật gọi là chúng sinh – nói chung, thấy là con bệnh cả.

Con người là nạn nhân, là bệnh nhân. Những tham cầu do ngũ ấm tạo tác nên, đẩy con người rời xa cái mốc điều độ của sự trung dung, của lý trung đạo, của chân tính, của thiên lương, tóm lại là rời xa cái chính mình để rơi vào cái khổ mà thuật ngữ nhà Phật gọi là ngũ ấm xí thịnh khổ.

Chính vì cái tình trạng bệnh nói trên mà con người lâm vào cảnh khổ.

Tự làm khổ mình, lại làm khổ người. Ví như không bệnh - cái tâm bệnh đã nói ở trên - ắt cuộc sống con người sẽ dễ chịu hơn nhiều, đủ ăn đủ mặc hơn nhiều và trên cơ bản đó, hạnh phúc hơn nhiều.



Đủ ăn, đủ mặc, rồi trên cơ bản đó cảm nhận được hạnh phúc! Ấy là cứu cánh tuyệt diệu của nhân sinh. Dễ dàng lắm thay, mà cũng thương khó lắm thay.

Thế giới loài người lâm vào cảnh thiếu hụt, ấy là do bởi sự vô minh. Từ vô minh, mà sinh ra bất hạnh.

Có học thuyết cho rằng kinh tế là tất cả, kinh tế quyết định. Nhận định này rất đúng. Thực tiễn cho ta thấy kinh tế quả là có năng lực dời non lấp bể, thay trời đổi đất. Chẳng thế mà ở Việt Nam, từ mấy chục năm qua đã truyền tụng tâm đắc bài về tuyệt chiêu này:

*Đồng tiền là tiên là phật Là sức bật của con người Là nụ cười tuổi trẻ Là sức khỏe ông già Là cái đà danh vọng Là cái lọng che thân Là cán cân công lý Tiền là hết ý!*

Bằng một giọng cà rỡn, bài về này đã nói lên được cái “sứ mạng” cải thiên hoán địa, đổi trắng thay đen của kinh tế, của đồng tiền.

Có điều, cũng như mọi lời nói khác, bài về về tiền, về kinh tế này dù muốn dù không cũng chỉ là một... cách nói. Có nghĩa là nội dung của nó dù rất phản ánh, rất thú vị, cũng chỉ mang một “nửa” của cái đúng, của chân lý. Có nghĩa là: tuy đồng tiền là tiên là phật, là sức bật của con người v.v... Tuy nhiên, nói cho cùng, nó cũng có giới hạn của nó.

Kinh tế là quyết định, đúng rồi. Nhưng... kinh tế, xét về tự thân, vốn không có giá trị gì. Nó chỉ có giá trị khi có mối tương quan hô ứng với các nhu cầu tiêu thụ, sử dụng; Ví dụ: gạo sở dĩ quý là vì chúng ta cần có để ăn, vàng sở dĩ quý là

vì chúng ta có thể dùng nó làm đồ trang sức hoặc dùng nó để đổi chác v.v...

Ngoài cái lẽ tương quan tương đối nói trên, chúng ta còn có thể xét tới tính tương đối trong quan hệ nhân quả, quan hệ gốc ngọn; Có nghĩa là: nhìn vào thực tiễn, chúng ta thừa nhận công năng và ảnh hưởng to lớn của cái gọi là kinh tế đối với cuộc sống loài người. Mạnh vì gạo, bạo vì tiền. Có tiền mua tiên cũng được. Có tiền đổi trắng thay đen khó gì.

Ca dao tục ngữ phản ánh trí khôn của loài người, đã có hàng trăm hàng ngàn câu phán quyết khẳng định giá trị của cái gọi là kinh tế như thế.

Tuy nhiên (lại vẫn tuy nhiên) nếu xét về mối tương quan nhân quả, chúng ta có thể mạnh dạn nói rằng, dù quan trọng đến cỡ nào, vai tuồng của kinh tế cũng không phải vai tuồng “độc tôn của thượng đế”.

Nó không phải là đầu mối nguyên nguyên của tất cả. Tuy nó quyết định nhưng đồng thời, song song, nó vẫn bị quyết định. Tóm lại, kinh tế tuy đóng một vai quyết định nào đó trong mức sống của loài người và kể cả của vạn loài nữa – nhưng đồng thời, nó vẫn luôn luôn bị quyết định bởi một yếu tố khác, đặc biệt là trong phạm vi mức sống của chúng ta, loài người. Cụ thể, thực tiễn của lịch sử cũng như của đời sống chứng minh rằng một nền kinh tế nào đó – của một cá nhân cũng như của một cộng đồng – tình trạng thịnh suy của nó luôn luôn được quyết định bởi những yếu tố tinh thần (của người lãnh đạo nền kinh tế ấy). Một nền kinh tế hưng thịnh là do được lãnh đạo bởi một đầu óc sáng suốt cũng như một trái tim nhân ái. Mà muốn có đầu óc sáng suốt và một trái tim nhân ái, là đương nhiên người giữ vai tuồng lãnh đạo phải là người có đạo đức.

Đạo đức là đầu mối nguyên nguyên của “một đầu óc sáng suốt và một trái tim nhân ái” vậy. Hai yếu tố nói trên (một đầu óc sáng suốt và một trái tim nhân ái) chỉ có thể hội tụ - và hội tụ miên viễn lâu bền - trong một con người đạo đức. Giả sử có một nhà lãnh đạo kinh tế nào đó có trí năng xuất chúng, có thể nghĩ ra được những kế sách thần tình để kiếm ra thật nhiều tiền, làm cho cỗ sở kinh tế do mình tạo ra được hưng thịnh. Giả sử như thế đi nữa thì sự hưng thịnh ấy chắc chắn cũng sẽ không thể lâu bền được. Đó chỉ là một sự hưng thịnh phù du, nhất thời. Về lâu về dài, một nền kinh tế chỉ phát lên do mỗi yếu tố tài năng tinh xảo, sẽ không thể vĩnh tồn.

Muốn có sự vĩnh tồn, nó phải được duy trì, như trên đã nói bởi cái giá trị tinh thần gọi tóm gọn là Đạo đức.

Một nền kinh tế bền vững là một nền kinh tế được xây dựng – và duy trì, nhất là duy trì trên chữ Tín. Chẳng những một sự nghiệp kinh tế, mà kể cả một sự nghiệp chính trị cũng vậy, chỉ có thể đứng vững trên nền tảng của chữ Tín chứ

không thể trên một nền tảng nào khác. Mà, chữ Tín là do đâu mà có? Là do Đạo Đức vậy.

*Tiếp theo kỳ 4 số 158... Trích sách: **Con đường hạnh phúc** Tác giả: **Huỳnh Uy Dũng** Tạp chí Nghiên cứu Phật học - Số tháng 11/2019*