Thân bệnh nhưng tâm không bệnh

ISSN: 2734-9195 14:05 19/08/2024

Nhưng khổ đau lớn nhất của con người không phải do già bệnh mà do chấp thủ thân này là tôi, là của tôi và tự ngã của tôi. Thực ra, chẳng có gì trong bốn đại và năm uẩn này đích thực là tôi cả.

Một thời, Thế Tôn sống giữa dân chúng Bhayga, rừng Bhesaka, vườn Nai. Rồi gia chủ Nakulapità đi đến đảnh lễ bạch Thế Tôn: Bạch Thế Tôn, con đã già, tuổi đã lớn, thân bệnh hoạn, luôn ốm đau, mong Thế Tôn hãy giảng dạy cho con để con được hạnh phúc, an lạc lâu dài.

Này gia chủ, thật sự là như vậy, thân của gia chủ là bệnh hoạn, là ốm đau, bị ô nhiễm che đậy. Này gia chủ, ai mang cái thân này, lại tự cho là không bệnh, dầu chỉ trong một phút; người ấy phải là người thiếu trí! Do vậy, này gia chủ, cần phải học tập như sau: Dầu cho thân tôi có bệnh, tâm sẽ không bị bệnh. Như vậy, này gia chủ, đây là điều gia chủ cần phải học tập. (ĐTKVN, Tương Ưng Bộ III, chương 1, phẩm Nakulapità, phần Nakulapità, Nxb Tôn Giáo, 2000, tr.9)



Thân người giống như nắm tuyết, tất sẽ tan chảy...Nhưng khổ đau lớn nhất của con người không phải do già bệnh mà do chấp thủ thân này

là tôi, là của tôi và tự ngã của tôi. Nguồn: st

LỜI BÀN:

Con người sống trên đời quý nhất là sức khỏe, bởi có sức khỏe là có tất cả. Thế nhưng, trừ một vài trường hợp hi hữu đầy đủ phước báo về sức khỏe, chẳng biết ốm đau và thuốc thang là gì, còn lại hầu hết mọi người đều mang trong mình nhiều bệnh tật. Bệnh hoạn, ốm đau, già yếu là thuộc tính của đời sống con người, là quy luật của sự sống, là thân phận của chúng sinh.

Đã bệnh tất nhiên phải khổ, nỗi khổ càng được nhân lên khi về già. Già yếu và bệnh tật đã và đang gặm nhấm sự sống con người. Nỗi khổ này là một sự thật mà tự thân mỗi người đều chứng nghiệm được và chẳng ai tránh khỏi. Vậy thì người con Phật phải làm gì để vượt qua thân phận sinh lão bệnh tử?

Theo tuệ giác của Thế Tôn, trước hết phải nhận ra già bệnh của thân là một sự thật, là bản chất của tấm thân tứ đại này. Hình hài, thân thể chỉ là trạm trung chuyển, điểm dừng tạm thời của bốn yếu tố đất, nước, gió và lửa vốn luân lưu bất tận. Bốn đại điều hòa tạm gọi là khỏe, không điều hòa gọi là bệnh, nhưng mấy khi bốn đại thực sự điều hòa. Nhận ra sự thật về già bệnh của thân có tính tất yếu để chấp nhận và thiết thân với nó là điều rất quan trọng. Đây là một tuệ giác.

Nhưng khổ đau lớn nhất của con người không phải do già bệnh mà do chấp thủ thân này là tôi, là của tôi và tự ngã của tôi. Thực ra, chẳng có gì trong bốn đại và năm uẩn này đích thực là tôi cả. Vì không phải là tự ngã nên ta không thể bắt bốn đại vận hành theo mong muốn riêng mình. Ta khát khao được khỏe mạnh, trường thọ trong khi bốn đại cứ lạnh lùng vận hành theo hướng già chết. Phải quán sát để thấy rõ ràng không chỉ thân thể mà cả cảm thọ, tri giác, tư duy và nhận thức không có chủ thể, không phải là tôi. Nhờ thấy rõ như vậy, khi năm uẩn thay đổi, biến hoại, mục nát thì người con Phật vẫn thản nhiên, không sầu bi khổ ưu não.

Đây chính là tuệ giác lớn mà Thế Tôn đã huấn thị cho gia chủ Nakulapità thực tập để vượt thoát khổ đau già bệnh và cũng chính là điều mọi người con Phật phải thực hành nhằm đạt đến bình an, bởi sự thật là "*dầu cho thân tôi có bệnh, tâm sẽ không bị bệnh*".

Trích: **Lời Phật dạy trong kinh tạng NIKAYA tập 2**