

Phật Pháp Thứ Năm:

TÂM XẢ

Thưa Anh Chị Em Áo Lam,

Nếu thức ăn đưa vào miệng nuôi sống Thân chúng ta thì cảm thọ nuôi sống Tâm—một người không có cảm thọ thì không gọi là sống, vì ngay như một người sống đời sống của thực vật và bị “coma” chẳng hạn, họ vẫn còn cảm thọ, chỉ là chúng ta không thấy mà thôi.

Như chúng ta đã biết, Thọ gồm có 3: Lạc thọ, khổ thọ và Xả thọ. Phàm phu hay bậc Thánh khi bị kim đâm vào ngón tay hay bị đạn bắn vào thân mình cũng biết đau (khổ thọ) nhưng bậc Thánh khác với phàm phu là chư Thánh chỉ đau cái đau của thân còn phàm phu chúng ta đau tới 2 lần cả Thân và Tâm vì chúng ta ngoài cái đau thể xác, chúng ta còn bất mãn, oán giận, thù ghét hay than thân trách phận v.v... về vết thương đó nữa! Phàm phu chúng ta thiếu tâm Xả, một trong 4 vô lượng Tâm (Tử, Bi, Hỷ, Xả). Ví dụ về vết thương trên đây chỉ là 1 phần nhỏ của tâm Xả.

Tâm Xả = Upekkha theo Phạn ngữ gồm 2 từ “upa” và “ikkha” kết hợp lại. Upa là đứng đắn, chân chính, vô tư. “Ikkha” là trông thấy, nhận định, suy luận. Do đó, Upekkha là trông thấy đứng đắn, nhận định chân chính hay suy luận vô tư, nghĩa là không kèm theo lòng ưa thích, ghét bỏ hay bất mãn, cũng không tham, không sân.

Upekkha (Xả) không có nghĩa là lạnh lùng, lãnh đạm, bất cần đời, cũng không phải là trạng thái vô ký, không vui không buồn.

Khinh rẻ, phi báng, nguyên rủa... là thói thường của thế gian; cả những người đạo cao đức trọng, trong sạch... cũng có thể bị chỉ trích, chê bai, vu oan v.v... Giữa những cơn giông tố của cuộc đời, người trau dồi tâm Xả luôn giữ tâm bình thản.

Trước 8 ngọn gió làm cho tâm con người dao động, chao đảo: thành-bại, được-mất, khen-chê, hạnh phúc-đau khổ, giữa những thăng trầm của thế sự như thế, đức Phật dạy luôn giữ tâm thản nhiên bằng cách hành tâm Xả thì sẽ được vững chắc như tảng đá lớn sừng sững giữa trời. Đức Phật dạy (trong “Túc sanh truyện”): **Trong hạnh phúc, trong đau khổ, lúc thăng, lúc trầm, ta phải giữ tâm như đất.**

Cũng như trên đất ta có thể vất bất cứ vật gì, dù chua dù ngọt, dù sạch dù dơ, đất vẫn thản nhiên. Đất không giận cũng không thương.

Thưa Anh Chị Em,

Như chúng ta đã biết, trong lịch sử nhân loại, chưa từng có một vị giáo chủ nào bị đả kích, sỉ nhục, lăng mạ, mưu hại, vu oan v.v... nhiều như đức Phật nhưng đồng thời ngài cũng được ca ngợi, tán dương, tôn kính, ngưỡng mộ và sùng bái nhất. Bao nhiêu vua chúa đã kính cẩn khấu đầu lễ bái dưới chân ngài. Như đất, đức Phật nhận lãnh tất cả với tâm Xả hoàn toàn. Ngài dạy chư vị đệ tử của ngài: **“Vững như voi, mạnh như hổ, ta không nên run sợ trước những tiếng động. Miệng lưỡi rắn không làm cho ta xúc động. Như gió thổi ngang hàng liễu mà không bị vướng trong lưới, tuy sống giữa chợ đời, ta không nên say mê luyện ái những lạc thú huyền ảo và vô thường của kiếp nhân sinh. Như hoa sen, từ bùn nhơ nước đục, vượt lên bao nhiêu quyền rũ của thế gian, ta phải sống trong sạch, luôn luôn tinh khiết, an lạc và thanh bình.”**

Như vậy chúng ta thấy rằng kẻ thù trực tiếp của tâm Xả là luyện ái, và kẻ thù gián tiếp của tâm Xả là thái độ lãnh đạm, lạnh lùng và xây lưng lại với cuộc đời (“sống chết mặc bây”). Tâm Xả cũng lánh xa tham ái và bất mãn. Tại sao? — Xin thưa, vì đặc tính chính yếu của tâm Xả là thái độ thản nhiên, vô tư và an tĩnh. Người thực hành tâm Xả không bị lạc thú trần gian quyến rũ, không đắm say trong hạnh phúc (cũng có nghĩa là “lánh xa tham ái”), cũng không bị những điều bất như ý làm bức tức, bất mãn, phiền não trong khổ đau v.v... Người có tâm Xả không phân biệt đối xử với người thiện hay bất thiện, không phân biệt đối xử với phàm nhân hay thánh nhân; họ đối xử bình đẳng với tất cả mọi người vì tâm Xả phủ khắp những gì tốt đẹp và những gì xấu xa, những gì khả ái và những gì khả ố, những điều thích thú, vừa ý cũng như những điều nghịch lòng, trái ý.

Thực hành tâm Xả đưa chúng ta đi trên con đường của bậc Thánh, ai muốn trở thành thánh nhân trong hiện kiếp, sẽ nỗ lực trau dồi 4 đức tính cao thượng TỬ, BI, HỶ, XẢ, trong đó khó nhất là rèn luyện tâm XẢ.

Thân kính chúc ACE chúng ta luôn tinh tấn trau dồi đức hạnh để một ngày nào đó sẽ có thể tỏa ngát hương thơm Sen Trắng.

Trân trọng,

BBT