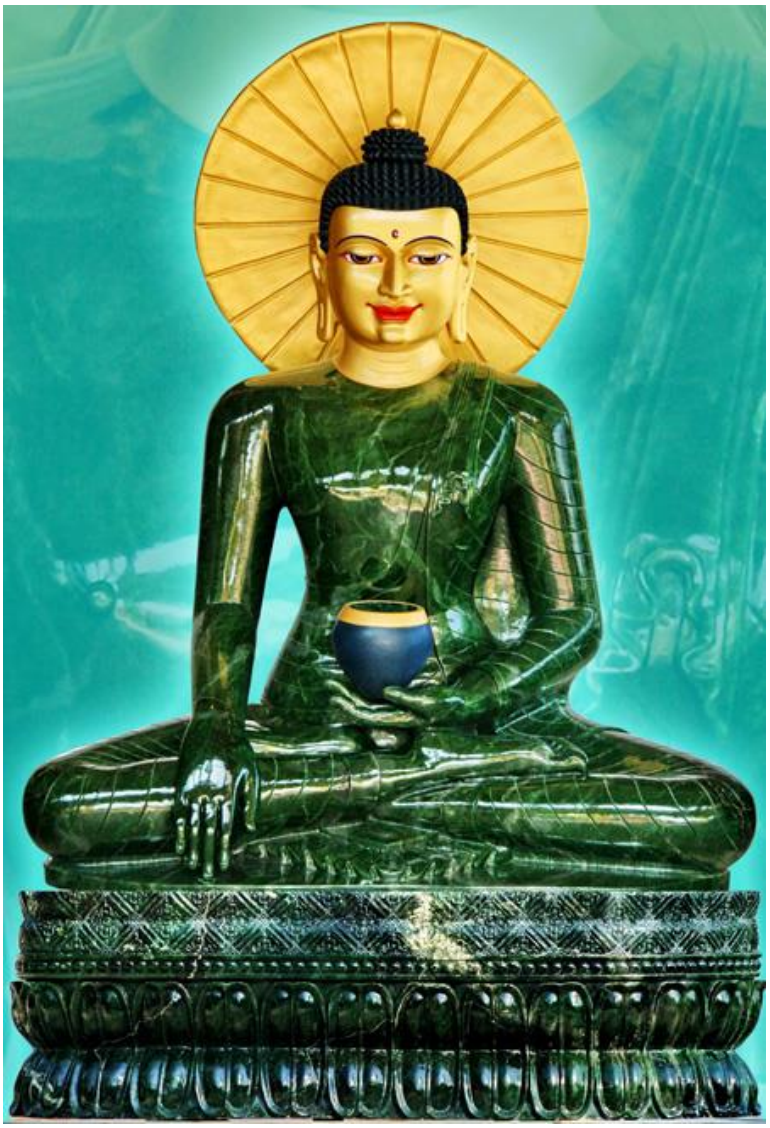


TẬP SAN PHẬT HỌC ONLINE
SỐ 48, VOL. XIII
SPRING 2022
www.chuaphatgiaovietnam.com

Editor's Words

Buddhist Study Magazine online, presented by Vietnam Buddhist Temple – Los Angeles, will be issued on the first Monday of every month and posted on the website:
www.chuaphatgiaovietnam.com
The Magazine focuses on various issuesof Buddhist Study, including: Buddhist Literature, History of Buddhism, Buddhist Scriptures, and Translations…

Thank you.

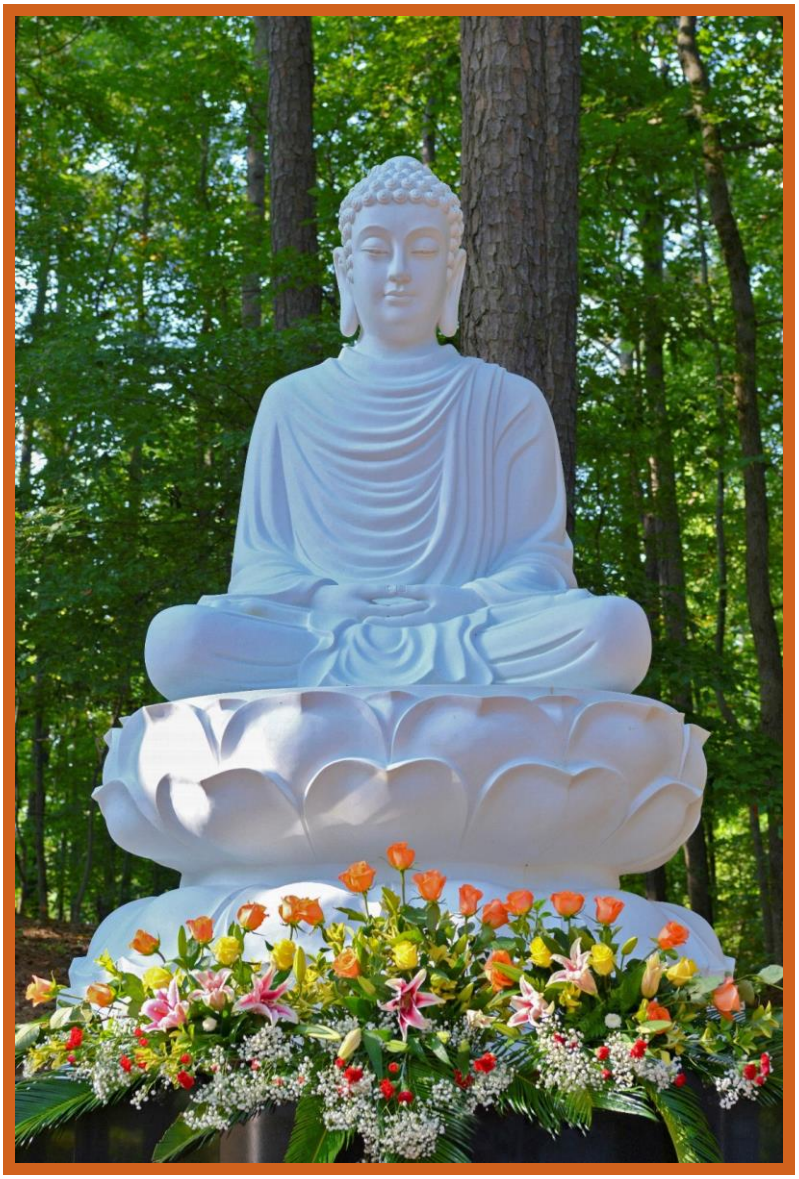
TẬP SAN PHẬT HỌC
(SỐ 48)

Chủ Trương:
VIETNAMESE
UNITED BUDDHIST
CHURCHES

CHÙA VIỆT NAM
LOS ANGELES

Chủ Bút / Biên Tập:
THÍCH NHƯ MINH

Designer, Vi Tính & Ấn Hành:
NGUYỄN THANH-QUANG
&
TRỊNH THÙY-LINH



HAPPY NEW YEAR

2022

KÍNH CHÚC MỪNG

HÒA THƯỢNG THÍCH NHƯ MINH
KỶ NIỆM 20 NĂM HOẰNG PHÁP VÀ TRÚ TRÌ
CHÙA VIỆT NAM, LOS ANGELES

Tăng Ni Chúng và Phật Tử:
Chùa Việt Nam
Los Angeles, California
***
Tu Viện Trúc Lâm:
Atlanta, Georgia
***
Thiền Viện Thích Thiên Ân:
Atlanta, Georgia
***
Chùa Diệu Pháp Liên Hoa:
Anaheim, California
***
Thiền Viện Vạn Hạnh:
Saugus, Massachusetts
***
Tu Viện Tường Vân:
Escondido, California
***
Chùa Tam Bảo:
Tulsa, Oklahoma
***
Chùa Từ Tâm:
New York

MỤC LỤC

GIỚI THIỆU KINH ĐẠI NIỆM XỨ
(Mahàsatipatthana sutta)
Thích Như Minh 8
TỔNG QUAN KINH PHÁP HOA
Thích Đạo Phong 82
KINH PHÁP CÚ
H.T. Thích Minh Châu dịch 104
GIÁC NGỘ ĐẠO ĐĂNG LUẬN CỦA ATISHA
Đức Đạt Lai Lạt Ma
Anh dịch: Thupten Jinpa
Chuyển ngữ: Tuệ Uyển 164
TRI KIẾN NHƯ LAI
Lê Huy Trứ 237
ĐẠI BI VÀ TÁNH KHÔNG TRONG KINH DUY MA CẬT
Nguyễn Thế Đăng 255
THIỀN ĐỊNH MỘT PHƯƠNG PHÁP BIẾN CẢI TÂM LINH
(Tiếp Theo TSPH Số 47)
Đức Đạt Lai Lạt Ma và Urgyen Sangharakshita
Chuyển ngữ: Hoang Phong 266
ĐỨC PHẬT THÀNH ĐẠO THEO GIÁO LÝ TÂY TẠNG
Vi Craig Hamilton - Parker
Trần Khiết Bách dịch 371
52 MÙA XUÂN NHỚ MÃI NGÀY TẾT THẦY TÔI
QUẤY DÉP CỎ VỀ TÂY
Thích Như Minh 383
PHẬT GIÁO DU NHẬP VÀ PHÁT TRIỂN Ở 3 NƯỚC
KHMER, CHAMPA VÀ ĐẠI VIỆT
CÙNG SỰ HÌNH THÀNH CỦA
36 PHỐ PHƯỜNG Ở HÀ NỘI
Nguyễn Thúy Loan. Ph.D 398
THƠ THIỀN XUÂN
Phan Thượng Hải 421
CẢM HỨNG MÙA XUÂN TRONG THƠ THIỀN LÍ TRẦN
Nguyễn Thanh Phong 435
CHÙA GLOBAL VIPASSANA
KỲ QUAN KIẾN TRÚC THẾ KỶ XXI
Văn Công Hưng 449
KHÁI NIỆM HÒA BÌNH THEO PHẬT GIÁO:
LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN
Rajitha P. Kumara (*)
Nguyễn Quang Huy dịch 457
LỄ CẦU NGUYỆN HÒA BÌNH THẾ GIỚI LẦN THỨ HAI
JANUARY 01. 2022
VAFB 471
BẢNG PHÂN LOẠI SÁCH THƯ VIỆN PHẬT HỌC
Thích Như Minh 499
THƯ VIỆN PHẬT HỌC HUYỀN KHÔNG
Võ Văn Tường 528

GIỚI THIỆU

Kinh Đại Niệm xứ

(Mahàsatipatthana sutta)

THÍCH NHƯ MINH

PHẦN I

Kinh Đại Niệm Xứ (Mahāsatipaṭṭhānasuttaṃ) kinh số 22 Trường Bộ I (Dīghanikāya) tạng kinh Pāli (Suttanta Piṭaka). Đức Phật thuyết kinh này tại thành Kiềm ma sắt đàm (Kammāsadhamma) xứ Cu lâu (Kuru) cho đại chúng tỷ kheo, tỷ kheo ni và nhiều nam nữ cư sĩ.

Nội dung kinh Đại niệm xứ Đức Phật dạy về phương pháp hành trì thiền định qua bốn lãnh vực quán niệm: 1. Quán thân trên thân 2. Quán thọ trên các cảm thọ 3. Quán tâm. 4. Quán pháp trên các pháp. Đây là con đường duy nhất (ekāyano) đưa đến giác ngộ niết bàn. Đại lược kinh gồm có 22 phân đoạn:

Kinh văn:

NHƯ VẬY TÔI NGHE.

Một thời, Thế Tôn ở xứ Kuru (Câu lâu), tại Kammāssadhamma (Kiềm ma sắt đàm) - đô thị của xứ Kuru. Rồi Thế Tôn gọi các vị Tỷ kheo: "Này các Tỷ kheo." Các Tỷ kheo trả lời Thế Tôn: "Bạch Thế Tôn." Thế Tôn nói như sau:

- Này các Tỷ kheo, đây là con đường độc nhất, đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu

chánh lý, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn niệm xứ.

Phân đoạn 1:

Đại ý:

Đức Phật thuyết kinh Mahāsatipaṭṭhānasuttaṃ có bốn lãnh vực quánh niệm: Tỷ kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán thọ trên các thọ ....; sống quán tâm trên tâm.....; sống quán pháp trên các pháp nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời.

Kinh văn:

Thế nào là bốn? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Tỷ kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán thọ trên các thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán tâm trên tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời.

I. QUÁN THÂN (Kāyānupassī)

i. Thở vô dài tôi biết rõ thở vô dài

Thở ra dài tôi biết rõ thở ra dài

ii. Thở vô ngắn tôi biết rõ thở vô ngắn

Thở ra ngắn tôi biết rõ thở ra ngắn

iii. Cảm giác toàn thân tôi sẽ thở vô

Cảm giác toàn thân tôi sẽ thở ra

iv. An tịnh thân hanh tôi sẽ thở vô

An tịnh thân hanh tôi sẽ thở ra

Phân đoạn 2:

Tỷ kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kiết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt. Tỉnh giác, vị ấy thở vô; tỉnh giác, vị ấy thở ra. Thở vô dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở vô dài"; hay thở ra dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở ra dài"; hay thở vô ngắn, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở vô ngắn"; hay thở ra dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở ra ngắn"; Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán thân trên thân?

Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống, và ngồi kiết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt. Tỉnh giác, vị ấy thở vô; tỉnh giác, vị ấy thở ra. Thở vô dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở vô dài"; hay thở ra dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở ra dài"; hay thở vô ngắn, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở vô ngắn"; hay thở ra dài, vị ấy tuệ tri: "Tôi thở ra ngắn"; Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

Này các tỷ kheo, như người thợ quay hay học trò người thợ quay tuệ tri thiện xảo, khi quay dài, tuệ tri rằng: "Tôi quay dài"; hay khi quay ngắn, tuệ tri rằng: "Tôi quay ngắn." Cũng

vậy, này các Tỷ kheo, Tỷ kheo thở vô dài, tuệ tri: "Tôi thở vô dài"; hay thở ra dài tuệ tri: "Tôi thở ra dài"; hay thở vô ngắn, tuệ tri: "Tôi thở vô ngắn"; hay thở ra ngắn, tuệ tri: "Tôi thở ra ngắn"; "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "Cảm giác toàn thân, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở vô", vị ấy tập; "An tịnh thân hành, tôi sẽ thở ra", vị ấy tập.

Như vậy, vị ấy sống, quán thân trên nội thân hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước vật gì ở trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 3:

Tỷ kheo biết rõ đi, đứng, ngồi, nằm. Thân thể như thế nào, thì biết rõ như thế ấy. Như vậy, vị ấy sống quán thân trên nội thân; sống quán thân trên ngoại thân; sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân, quán tánh sanh khởi trên thân, quán tánh diệt tận trên thân, quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời

Kinh văn:

Lại nữa, này các Tỷ keo, Tỷ kheo đi, tuệ tri: "Tôi đi"; hay đứng, tuệ tri: "Tôi đứng"; hay ngồi, tuệ tri: "Tôi ngồi"; hay nằm, tuệ tri:

"Tôi nằm". Thân thể được sử dụng như thế nào, vị ấy biết thân như thế ấy.

Như vậy, vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay vị ấy sống quán thân trên ngoại thân; hay vị ấy sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay vị ấy sống quán tánh diệt tận trên thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 4:

Tỷ kheo khi bước tới, ngó tới, ngó lui, co tay khi duỗi tay, mang áo sanghàti (tăng-già-lê), mang bát, mang y, ăn, uống, nhai, nếm, đi đại tiện, tiểu tiện, biết rõ việc mình đang làm.

Kinh văn:

Lại nữa, này các Tỷ kheo, Tỷ kheo, khi bước tới, bước lui, biết rõ việc mình đang làm. Khi ngó tới, ngó lui, biết rõ việc mình đang làm. Khi co tay khi duỗi tay biết rõ việc mình đang làm. Khi mang áo Sanghàti (Tăng-già-lê), mang bát, mang y, biết rõ việc mình đang làm. Khi ăn, uống, nhai, nếm, biết rõ việc mình đang làm. Khi đi đại tiện, tiểu tiện, biết rõ việc mình đang làm. Khi đi, đứng, ngồi, nằm, biết rõ việc mình đang làm.

Như vậy, vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân;

hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 5:

Tỷ kheo quán sát thân: tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, thận, tủy, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, niêm dịch, nước ở khớp xương, nước tiểu.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo quán sát thân này, dưới từ bàn chân trở lên, trên cho đến đảnh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, thận, tủy, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, niêm dịch, nước ở khớp xương, nước tiểu."

Này các Tỷ kheo, cũng như một bao đồ, hai đầu trống đựng đầy các loại hột như gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn, mè, gạo đã xay rồi. Một người có mắt, đổ các hột ấy ra và quan sát: "Đây là hột gạo, đây là hột lúa, đây là đậu xanh, đây là đậu đỏ, đây là mè, đây là hột lúa đã xay rồi." Cũng vậy, này các Tỷ kheo, một Tỷ kheo quán sát thân này dưới từ bàn chân trở lên, trên cho đến đảnh tóc, bao bọc bởi da và chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: "Trong thân này, đây là tóc, lông,

móng, răng, da, thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, màng ruột, bụng, phân, mật, đàm, mủ, máu, mồ hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, niêm dịch, nước ở khớp xương, nước tiểu."

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy vị Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 6:

Tỷ kheo quán sát thân này về vị trí các giới và sự sắp đặt các giới: "Trong thân này có địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại."

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo quán sát thân này về vị trí các giới và sự sắp đặt các giới: "Trong thân này có địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại."

Này các Tỷ kheo, như một người đồ tể thiện xảo, hay đệ tử của một người đồ tể giết một con bò, ngồi cắt chia từng thân phần tại ngã tư đường. Cũng vậy này các Tỷ kheo, vị Tỷ kheo quán sát thân nay về vị trí các giới và về sự sắp đặt các giới: "Trong thân này có địa đại, thủy đại, hỏa đại và phong đại."

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay

sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm, và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ keo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 7:

Tỷ kheo, như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, thi thể ấy trương phồng lên, xanh đen lại, nát thối ra. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo, như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày, thi thể ấy trương phồng lên, xanh đen lại, nát thối ra. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy."

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 8:

Tỷ kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa bị các loài quạ ăn, hay bị các loài diều hâu ăn, hay bị các chim kên ăn; hay bị các loài chó ăn; hay bị các loài giả can ăn, hay bị các loài côn trùng ăn. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản chất là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa bị các loài quạ ăn, hay bị các loài diều hâu ăn, hay bị các chim kên ăn; hay bị các loài chó ăn; hay bị các loài giả can ăn, hay bị các loài côn trùng ăn. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản chất là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy."

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thên trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 9:

Tỷ kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa; với các xương còn liên kết với nhau, còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cốt lại; với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt nhưng còn dính

máu, còn được các đường gân cột lại, với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cột lại; chỉ còn có xương không dính lại với nhau, rải rác chỗ này chỗ kia, ở đây là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống, ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương mông, ở đây là xương sống, ở đây là xương đầu,... Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, lại nữa Tỷ kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa; với các xương còn liên kết với nhau, còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cốt lại; với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt nhưng còn dính máu, còn được các đường gân cột lại, với các xương còn liên kết với nhau, không còn dính thịt và máu, còn được các đường gân cột lại; chỉ còn có xương không dính lại với nhau, rải rác chỗ này chỗ kia, ở đây là xương tay, ở đây là xương chân, ở đây là xương ống, ở đây là xương bắp vế, ở đây là xương mông, ở đây là xương sống, ở đây là xương đầu,... Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy".

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay vị ấy sống quán tánh diệt tận trên thân; hay vị ấy sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không

nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

Phân đoạn 10:

Tỷ kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn toàn xương trắng màu vỏ ốc... chỉ còn một đống xương lâu hơn một năm... chỉ còn là xương thối trở thành bột. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo như thấy một thi thể quăng bỏ trong nghĩa địa, chỉ còn toàn xương trắng màu vỏ ốc... chỉ còn một đống xương lâu hơn một năm... chỉ còn là xương thối trở thành bột. Tỷ kheo quán thân ấy như sau: "Thân này tánh chất là như vậy, bản tánh là như vậy, không vượt khỏi tánh chất ấy."

Như vậy vị ấy sống quán thân trên nội thân; hay sống quán thân trên ngoại thân; hay sống quán thân trên cả nội thân, ngoại thân. Hay vị ấy sống quán tánh sanh khởi trên thân; hay sống quán tánh diệt tận trên thân; hay sống quán tánh sanh diệt trên thân. "Có thân đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thân trên thân.

II. QUÁN THỌ (Vedanānupassanā)

i. Cảm giác hỉ thọ tôi sẽ thở vô

Cảm giác hỉ thọ tôi sẽ thở ra

ii. Cảm giác lạc thọ tôi sẽ thở vô

Cảm giác lạc thọ tôi sẽ thở ra

iii. Cảm giác tâm hành tôi sẽ thở vô

Cảm giác tâm hành tôi sẽ thở ra

iv. An tịnh tâm hành tôi sẽ thở vô

An tịnh tâm hành tôi sẽ thở ra

Phân đoạn 11

Tỷ kheo khi cảm giác lạc thọ, cảm giác khổ thọ, cảm giác bất khổ bất lạc thọ,.cảm giác lạc thọ thuộc vật chất, cảm giác lạc thọ không thuộc vật chất, cảm giác khổ thọ thuộc vật chất, cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất, cảm giác bất khổ bất lạc thọ thuộc vật chất, cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất thì biết rõ như vậy.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, như thế nào Tỷ kheo sống quán thọ trên các thọ?

Này các Tỷ kheo, ở nơi đây Tỷ kheo khi cảm giác lạc thọ, biết rằng: "Tôi cảm giác lạc thọ"; khi cảm giác khổ thọ, biết rằng: "Tôi cảm giác khổ thọ"; khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ, biết rằng: "Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ". Hay khi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất biết rằng: "Tôi cảm giác lạc thọ thuộc vật chất". Hay khi cảm giác lạc thọ không thuộc vật chất, biết rằng: "Tôi cảm giác lạc

thọ không thuộc vật chất". Hay khi cảm giác khổ thọ thuộc vật chất, biết rằng: "Tôi cảm giác khổ thọ thuộc vật chất". Hay khi cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất, biết rằng: "Tôi cảm giác khổ thọ không thuộc vật chất". Hay khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ thuộc vật chất, biết rằng: "Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ thuộc vật chất". Hay khi cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất, biết rằng: "Tôi cảm giác bất khổ bất lạc thọ không thuộc vật chất".

Như vậy vị ấy sống quán thọ trên các nội thọ; hay sống quán thọ trên các ngoại thọ; hay sống quán thọ trên cả các nội thọ, ngoại thọ. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các thọ; hay sống quán tánh diệt tận trên các thọ; hay sống quán tánh sanh diệt trên các thọ. "Có thọ đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán thọ trên các thọ.

III. **QUÁN TÂM (Cittānupassanā**)

i. Cảm giác về tâm tôi sẽ thở vô

Cảm giác về tâm tôi sẽ thở ra

ii. Với tâm hân hoan tôi sẽ thở vô

Với tâm hân hoan tôi sẽ thở ra

iii. Với tâm định tĩnh tôi sẽ thở vô

Với tâm định tĩnh tôi sẽ thở ra

iv. Với tâm giải thoát tôi sẽ thở vô

Với tâm giải thoát tôi sẽ thở ra

Phân đoạn 12:

Tỷ kheo: "Với tâm có tham, tâm không tham, tâm có sân, tâm không sân, tâm si, tâm không si, tâm thâu nhiếp, tâm tán loạn, tâm quảng đại, tâm không quảng đại, tâm hữu hạn, tâm vô thượng, tâm có định, tâm không định, tâm giải thoát, tâm không giải thoát đều biết rõ tâm như vậy.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, như thế nào Tỷ kheo sống quán tâm trên tâm?

Này các Tỷ kheo, ở đây vị Tỷ kheo: "Với tâm có tham, biết rằng tâm có tham"; hay "Với tâm không tham, biết rằng tâm không tham"; hay "Với tâm có sân, biết rằng tâm có sân"; hay "Với tâm không sân, biết rằng tâm không sân"; hay "Với tâm có si, biết rằng tâm có si"; hay "Với tâm không si, biết rằng tâm không si"; hay "Với tâm thâu nhiếp, biết rằng tâm được thâu nhiếp"; hay "Với tâm tán loạn, biết rằng tâm bị tán loạn"; hay "Với tâm quảng đại, biết rằng tâm được quảng đại"; hay "Với tâm không quảng đại, biết rằng tâm không được quảng đại"; hay "Với tâm hữu hạn, biết rằng tâm hữu hạn"; hay "Với tâm vô thượng, biết rằng tâm vô thượng"; hay "Với tâm có định, biết rằng tâm có định"; hay "Với tâm không định, biết rằng tâm không định"; hay "Với tâm giải thoát, biết rằng tâm có giải thoát"; hay "Với tâm không giải thoát, biết rằng tâm không giải thoát".

Như vậy vị ấy sống quán tâm trên nội tâm; hay sống quán tâm trên ngoại tâm; hay sống quán tâm trên nội tâm, ngoại tâm. Hay sống quán tánh sanh khởi trên tâm; hay sống quán tánh diệt tận trên tâm; hay sống quán tánh sanh diệt trên tâm. "Có tâm đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy vị Tỷ kheo sống quán tâm trên tâm.

IV. QUÁN PHÁP (Dhammānupassanā)

i. Quán vô thường tôi sẽ thở vô

Quán vô thường tôi sẽ thở ra

ii. Quán đoạn diệt tôi sẽ thở vô

Quán đoạn diệt tôi sẽ thở ra

iii. Quán ly tham tôi sẽ thở vô

Quán ly tham tôi sẽ thở ra

iv. Quán xả ly tôi sẽ thở vô

Quán xả ly tôi sẽ thở ra

Phân đoạn 13:

Năm sự trói buộc: 1. Tham 2. Sân 3.Hôn trầm thùy miên 4. Giao động . Nghi

Tỷ kheo, nội tâm có tham dục, tuệ tri: "Nội tâm tôi có tham dục"; hay nội tâm không có tham dục, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có tham dục". Và với tham dục chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với tham dục đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri

như vậy. Và với tham dục đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy.....Sân hận..... hôn trầm thùy miên..... giao động.....nghi.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, thế nào là vị Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp?

Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái. Và này các Tỷ kheo, thế nào là vị Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với năm triền cái?

Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo, nội tâm có tham dục, tuệ tri: "Nội tâm tôi có tham dục"; hay nội tâm không có tham dục, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có tham dục". Và với tham dục chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với tham dục đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với tham dục đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có sân hận, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có sân hận"; hay nội tâm không có sân hận, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có sân hận." Và với sân hận chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với sân hận đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với sân hận đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có hôn trầm thụy miên, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có hôn trầm thụy miên"; hay nội tâm không có hôn trầm thụy miên, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có hôn trầm

thụy miên". Và với hôn trầm thụy miên chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với hôn trầm thụy miên đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với hôn trầm thụy miên đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có trạo hối, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có trạo hối"; hay nội tâm không có trạo hối, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có trạo hối". Và với trạo hối chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với trạo hối đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với trạo hối đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có nghi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có nghi"; hay nội tâm không có nghi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có nghi." Và với nghi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy. Và với nghi đã sanh, nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy, và với nghi đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả các nội pháp, ngoại pháp. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp, đối với năm triền cái.

Phân đoạn 14:

Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Năm Thủ uẩn:

Tỷ kheo suy tư: "Đây là sắc, đây là sắc sanh, đây là sắc diệt. Đây là thọ, đây là thọ sanh, đây là thọ diệt. Đây là tưởng, đây là tưởng sanh, đây là tưởng diệt. Đây là hành, đây là hành sanh, đây là hành diệt. Đây là thức, đây là thức sanh, đây là thức diệt". Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời.

Kinh văn:

Lại nữa, này các Tỷ kheo, Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Năm Thủ uẩn. Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Năm Thủ uẩn?

Này các Tỷ kheo, Tỷ kheo suy tư: "Đây là sắc, đây là sắc sanh, đây là sắc diệt. Đây là thọ, đây là thọ sanh, đây là thọ diệt. Đây là tưởng, đây là tưởng sanh, đây là tưởng diệt. Đây là hành, đây là hành sanh, đây là hành diệt. Đây là thức, đây là thức sanh, đây là thức diệt". Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh

sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì ở trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Năm Thủ uẩn.

Phân đoạn 15:

Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Sáu Nội Ngoại xứ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Sáu Nội Ngoại xứ?

Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo tuệ tri con mắt và tuệ tri các sắc, do duyên hai pháp này, kiết sử sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy... và tuệ tri tai và tuệ tri các tiếng... và tuệ tri mũi và tuệ tri các hương... và tuệ tri lưỡi và tuệ tri các vị... và tuệ tri thân và tuệ tri các xúc... và tuệ tri ý và tuệ tri các pháp; do duyên hai pháp này, kiết sử sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt

tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Sáu Nội Ngoại xứ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Sáu Nội Ngoại xứ?

Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo tuệ tri con mắt và tuệ tri các sắc, do duyên hai pháp này, kiết sử sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy... và tuệ tri tai và tuệ tri các tiếng... và tuệ tri mũi và tuệ tri các hương... và tuệ tri lưỡi và tuệ tri các vị... và tuệ tri thân và tuệ tri các xúc... và tuệ tri ý và tuệ tri các pháp; do duyên hai pháp này, kiết sử sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã sanh nay được đoạn diệt, vị ấy tuệ tri như vậy; và với kiết sử đã được đoạn diệt, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả các nội pháp, ngoại pháp; hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh

diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp, đối với Sáu Nội Ngoại xứ.

Phân đoạn 16:

Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác chi.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác chi? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo, nội tâm có Niệm Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Niệm Giác chi", hay nội tâm không có Niệm Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có Niệm Giác chi"; và với Niệm Giác chi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy, và với Niệm Giác chi đã sanh, nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có Trạch pháp Giác chi...

Hay nội tâm có Tinh tấn Giác chi...

Hay nội tâm có Hỷ Giác chi...

Hay nội tâm có Khinh an Giác chi...

Hay nội tâm có Định Giác chi...

Hay nội tâm có Xả Giác chi; tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Xả Giác chi"; hay nội tâm không có Xả Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có Xả Giác chi." Và với Xả Giác chi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với Xả Giác chi đã sanh nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả các nội pháp, ngoại pháp. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây"; vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời.

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác chi.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác chi? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo, nội tâm có Niệm Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Niệm Giác chi", hay nội tâm không có Niệm Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có Niệm Giác chi"; và với Niệm Giác chi chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy, và với Niệm Giác chi đã sanh, nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy.

Hay nội tâm có Trạch pháp Giác chi...

Hay nội tâm có Tinh tấn Giác chi...

Hay nội tâm có Hỷ Giác chi...

Hay nội tâm có Khinh an Giác chi...

Hay nội tâm có Định Giác chi...

Hay nội tâm có Xả Giác chi; tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi có Xả Giác chi"; hay nội tâm không có Xả Giác chi, tuệ tri rằng: "Nội tâm tôi không có Xả Giác chi." Và với Xả Giác chi

chưa sanh nay sanh khởi, vị ấy tuệ tri như vậy; và với Xả Giác chi đã sanh nay được tu tập viên thành, vị ấy tuệ tri như vậy.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên cả các nội pháp, ngoại pháp. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây"; vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bảy Giác chi.

Phân đoạn 17:

Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Sự thật? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo như thật tuệ tri: "Đây là khổ"; như thật tuệ tri: "Đây là khổ tập"; như thật tuệ tri: "Đây là khổ diệt"; như thật tuệ tri: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt".

Kinh văn:

Lại nữa này các Tỷ kheo, vị ấy sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Sự thật.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Sự thật? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo như thật tuệ tri: "Đây là khổ"; như thật tuệ tri: "Đây là khổ tập"; như thật tuệ tri: "Đây là khổ diệt"; như thật tuệ tri: "Đây là con đường đưa đến khổ diệt".

Phân đoạn 18:

Khổ Thánh đế? Sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ, sầu, bi. khổ, ưu, não là khổ, cầu không được là khổ, tóm lại Năm Thủ uẩn là khổ.

Này các Tỷ kheo thế nào là sanh? Mỗi mỗi hạng chúng sanh trong từng giới loại, sự xuất sản, xuất sanh, xuất thành, tái sanh của họ, sự xuất hiện các uẩn, sự hoạch đắc các căn. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là sanh.

Này các Tỷ kheo, thế nào là già? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới hạn, sự niên lão, sự hủy hoại, trạng thái rụng răng, trạng thái tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ rút ngắn, các căn hủy hoại. Này các Tỷ kheo, như vậy là già.

Này các Tỷ kheo, thế nào là chết? Mỗi mỗi hạng chúng sanh trong từng giới loại, sự tạ thế, sự từ trần, thân hoại, sự diệt vong, sự chết, sự tử vong, thời đã đến, các uẩn đã tận diệt, sự vất bỏ tử thi. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là chết.

Này các Tỷ kheo, thế nào gọi là sầu? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự sầu, sự sầu lo, sự sầu muộn, nội sầu, mọi khổ sầu của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là sầu.

Này các Tỷ kheo, thế nào là bi? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác ; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự bi ai, sự bi thảm, sự than van, sự than khóc, sự bi thán, sự bi thống của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là bi.

Này các Tỷ kheo, thế nào là khổ? Này các Tỷ kheo, sự đau khổ về thân, sự không sảng khoái về thân, sự đau khổ do thân cảm thọ, sự không sảng khoái do thân cảm thọ. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là khổ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là ưu? Này các Tỷ kheo, sự đau khổ về tâm, sự không sảng khoái về tâm, sự đau khổ do tâm cảm thọ, sự không sảng khoái do tâm cảm thọ. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là ưu.

Này các Tỷ kheo, thế nào là não? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự áo não, sự bi não, sự thất vọng, sự tuyệt vọng của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là não.

Này các Tỷ kheo, thế nào là cầu bất đắc khổ? Này các Tỷ kheo, chúng sanh bị sanh chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sanh chi phối, mong rằng ta khỏi phải đi thác sanh". Lời cầu mong ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ! Này các Tỷ kheo, chúng sanh bị già chi phối... chúng sanh bị bệnh chi phối... chúng sanh bị chết chi phối.. chúng sanh bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối! Mong rằng ta khỏi đương chịu sầu, bi, khổ, ưu, não". Lời mong cầu ấy không được thành tựu. Như vậy là cầu bất đắc khổ.

Kinh văn:

Và này các Tỷ kheo, thế nào Khổ Thánh đế? Sanh là khổ, già là khổ, chết là khổ, sầu, bi. khổ, ưu, não là khổ, cầu không được là khổ, tóm lại Năm Thủ uẩn là khổ.

Này các Tỷ kheo thế nào là sanh? Mỗi mỗi hạng chúng sanh trong từng giới loại, sự xuất sản, xuất sanh, xuất thành, tái sanh của họ, sự xuất hiện các uẩn, sự hoạch đắc các căn. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là sanh.

Này các Tỷ kheo, thế nào là già? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới hạn, sự niên lão, sự hủy hoại, trạng thái rụng răng, trạng thái tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ rút ngắn, các căn hủy hoại. Này các Tỷ kheo, như vậy là già.

Này các Tỷ kheo, thế nào là chết? Mỗi mỗi hạng chúng sanh trong từng giới loại, sự tạ thế, sự từ trần, thân hoại, sự diệt vong, sự chết, sự tử vong, thời đã đến, các uẩn đã tận diệt, sự vất bỏ tử thi. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là chết.

Này các Tỷ kheo, thế nào gọi là sầu? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự sầu, sự sầu lo, sự sầu muộn, nội sầu, mọi khổ sầu của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là sầu.

Này các Tỷ kheo, thế nào là bi? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác ; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự bi ai, sự bi thảm, sự than van, sự than khóc, sự bi thán, sự bi thống của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là bi.

Này các Tỷ kheo, thế nào là khổ? Này các Tỷ kheo, sự đau khổ về thân, sự không sảng khoái về thân, sự đau khổ do thân cảm thọ, sự không sảng khoái do thân cảm thọ. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là khổ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là ưu? Này các Tỷ kheo, sự đau khổ về tâm, sự không sảng khoái về tâm, sự đau khổ do tâm cảm thọ, sự không sảng khoái do tâm cảm thọ. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là ưu.

Này các Tỷ kheo, thế nào là não? Này các Tỷ kheo, với những ai gặp tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự áo não, sự bi não, sự thất vọng, sự tuyệt vọng của người ấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là não.

Này các Tỷ kheo, thế nào là cầu bất đắc khổ? Này các Tỷ kheo, chúng sanh bị sanh chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sanh chi phối, mong rằng ta khỏi phải đi thác sanh". Lời cầu mong ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ! Này các Tỷ kheo, chúng sanh bị già chi phối... chúng sanh bị bệnh chi phối... chúng sanh bị chết chi phối.. chúng sanh bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối! Mong rằng ta khỏi đương chịu sầu, bi, khổ, ưu, não". Lời mong cầu ấy không được thành tựu. Như vậy là cầu bất đắc khổ.

Này các Tỷ kheo, như thế nào là tóm lại, Năm Thủ uẩn là khổ? Như Sắc thủ uẩn, Thọ thủ uẩn, Tưởng thủ uẩn, Hành thủ uẩn, Thức thủ uẩn. Này các Tỷ kheo, như vậy tóm lại Năm Thủ uẩn là khổ.

Phân đoạn 19:

Khổ tập Thánh đế? Sự tham ái đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Như dục ái, hữu ái, vô hữu ái.

Này các Tỷ kheo, sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đâu, khi an trú thì an trú ở đâu? Ở đời, sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời cái tai... ở đời mũi... ở đời lưỡi... ở đời thân... ở đời ý là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời các sắc... ở đời các tiếng... ở đời các hương... ở đời các vị... ở đời các cảm xúc... ở đời các pháp là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn thức... ở đời nhĩ thức... ở đời tỷ thức... ở đời thiệt thức... ở đời thân thức... ở đời ý thức là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn xúc... ở đời nhĩ xúc... ở đời tỷ xúc... ở đời thiệt xúc... ở đời thân xúc... ở đời ý xúc là sắc thân ái, à sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn xúc sở sanh thọ... ở đời nhĩ xúc sở sanh thọ... ở đời tỷ xúc sở sanh thọ... ở đời thiệt xúc sở thanh thọ... ở đời thân xúc sở sanh thọ... ở đời ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tưởng... ở đời thanh tưởng... ở đời hương tưởng... ở đời vị tưởng... ở đời xúc tưởng... ở đời pháp tưởng là sắc thân ái, là

sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tư... ở đời thanh tư... ở đời hương tư... ở đời vị tư... ở đời xúc tư... ở đời pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ai. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc ái... ở đời thanh ái... ở đời hương ái... ở đời vị ái... ở đời xúc ái... ở đời pháp ái là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đây.

Ở đời sắc tầm ... ở đời thanh tầm... ở đời hương tầm... ở đời vị tầm... ở đời xúc tầm... ở đời pháp tầm là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tứ... ở đời thanh tứ... ở đời hương tứ... ở đời vị tứ... ở đời xúc tứ... ở đời pháp tứ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, thế nào là Khổ tập Thánh đế? Sự tham ái đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Như dục ái, hữu ái, vô hữu ái.

Này các Tỷ kheo, sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đâu, khi an trú thì an trú ở đâu? Ở đời, sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Ở đời cái tai... ở đời mũi... ở đời lưỡi... ở đời thân... ở đời ý là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái

này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời các sắc... ở đời các tiếng... ở đời các hương... ở đời các vị... ở đời các cảm xúc... ở đời các pháp là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn thức... ở đời nhĩ thức... ở đời tỷ thức... ở đời thiệt thức... ở đời thân thức... ở đời ý thức là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn xúc... ở đời nhĩ xúc... ở đời tỷ xúc... ở đời thiệt xúc... ở đời thân xúc... ở đời ý xúc là sắc thân ái, à sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời nhãn xúc sở sanh thọ... ở đời nhĩ xúc sở sanh thọ... ở đời tỷ xúc sở sanh thọ... ở đời thiệt xúc sở thanh thọ... ở đời thân xúc sở sanh thọ... ở đời ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tưởng... ở đời thanh tưởng... ở đời hương tưởng... ở đời vị tưởng... ở đời xúc tưởng... ở đời pháp tưởng là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tư... ở đời thanh tư... ở đời hương tư... ở đời vị tư... ở đời xúc tư... ở đời pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ai. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc ái... ở đời thanh ái... ở đời hương ái... ở đời vị ái... ở đời xúc ái... ở đời pháp ái là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đây.

Ở đời sắc tầm ... ở đời thanh tầm... ở đời hương tầm... ở đời vị tầm... ở đời xúc tầm... ở đời pháp tầm là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy.

Ở đời sắc tứ... ở đời thanh tứ... ở đời hương tứ... ở đời vị tứ... ở đời xúc tứ... ở đời pháp tứ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi sanh khởi thì sanh khởi ở đấy, khi an trú thì an trú ở đấy. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Khổ tập Thánh đế.

Phân đoạn 20:

Khổ diệt Thánh đế? Sự diệt tận không còn luyến tiếc tham ái ấy, sự xả ly, sự khí xả, sự giải thoát, sự vô nhiễm (tham ái ấy).

Này các Tỷ kheo, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đâu, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đâu? Ở đời các sắc gì thân, các sắc gì ái, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời lỗ tai... ở đời mũi... ở đời lưỡi... ở đời thân... ở đời ý là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời các sắc... ở đời các tiếng... ở đời các mùi hương... ở đời các vị.. ở đời các xúc... ở đời các pháp là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự

tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn thức... ở đời nhĩ thức... ở đời tỷ thức... ở đời thiệt thức... ở đời ý thức là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn xúc... ở đời nhĩ xúc... ở đời tỷ xúc... ở đời thiệt xúc... ở đời thân xúc... ở đời ý xúc là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn xúc sở sanh thọ... ở đời nhĩ xúc sở sanh thọ... ở đời tỷ xúc sở sanh thọ... ở đời thiệt xúc sở sanh thọ... ở đời thân xúc sở sanh thọ.. ở đời ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tưởng... ở đời thanh tưởng... ở đời hương tưởng... ở đời vị tưởng... ở đời xúc tưởng... ở đời pháp tưởng là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tư... ở đời thanh tư... ở đời hương tư... ở đời vị tư... ở đời xúc tư... ở đời pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc ái... ở đời thanh ái... ở đời hương ái... ở đời vị ái... ở đời xúc ái... ở đời pháp ái là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tầm... ở đời thanh tầm... ở đời hương tầm... ở đời vị tầm... ở đời xúc tầm... ở đời pháp tàm là sắc thân ái, là sắc khả ái.

Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tứ... ở đời thanh tứ... ở đời hương tứ... ở đời vị tứ... ở đời xúc tứ... ở đời pháp tứ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, và thế nào là Khổ diệt Thánh đế? Sự diệt tận không còn luyến tiếc tham ái ấy, sự xả ly, sự khí xả, sự giải thoát, sự vô nhiễm (tham ái ấy).

Này các Tỷ kheo, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đâu, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đâu? Ở đời các sắc gì thân, các sắc gì ái, sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc gì thân ái, sắc gì khả ái? Ở đời con mắt là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy. Ở đời lỗ tai... ở đời mũi... ở đời lưỡi... ở đời thân... ở đời ý là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời các sắc... ở đời các tiếng... ở đời các mùi hương... ở đời các vị.. ở đời các xúc... ở đời các pháp là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn thức... ở đời nhĩ thức... ở đời tỷ thức... ở đời thiệt thức... ở đời ý thức là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn xúc... ở đời nhĩ xúc... ở đời tỷ xúc... ở đời thiệt xúc... ở đời thân xúc... ở đời ý xúc là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời nhãn xúc sở sanh thọ... ở đời nhĩ xúc sở sanh thọ... ở đời tỷ xúc sở sanh thọ... ở đời thiệt xúc sở sanh thọ... ở đời thân xúc sở sanh thọ.. ở đời ý xúc sở sanh thọ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tưởng... ở đời thanh tưởng... ở đời hương tưởng... ở đời vị tưởng... ở đời xúc tưởng... ở đời pháp tưởng là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tư... ở đời thanh tư... ở đời hương tư... ở đời vị tư... ở đời xúc tư... ở đời pháp tư là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc ái... ở đời thanh ái... ở đời hương ái... ở đời vị ái... ở đời xúc ái... ở đời pháp ái là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tầm... ở đời thanh tầm... ở đời hương tầm... ở đời vị tầm... ở đời xúc tầm... ở đời pháp tàm là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Ở đời sắc tứ... ở đời thanh tứ... ở đời hương tứ... ở đời vị tứ... ở đời xúc tứ... ở đời pháp tứ là sắc thân ái, là sắc khả ái. Sự tham ái này khi xả ly thì xả ly ở đấy, khi diệt trừ thì diệt trừ ở đấy.

Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Khổ diệt Thánh đế.

Phân đoạn 21:

Khổ diệt đạo Thánh đế. Đó là bát chi Thánh đạo, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tin tấn, Chánh niệm, Chánh định.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tri kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tri kiến.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tư duy? Tư duy về ly dục, tư duy về vô sân, tư duy về bất hại. Này các tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tư duy.

Này các Tỷ kheo thế nào là Chánh ngữ? Tự chế không nói láo, tự chế không nói hai lưỡi, tự chế không ác khẩu, tự chế không nói lời phù phiếm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh ngữ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh nghiệp? Tự chế không sát sanh, tự chế không trộm cướp, tự chế không tà dâm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh nghiệp.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh mạng? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Thánh đệ tử từ bỏ tà mạng, sinh sống bằng chánh mạng. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh mạng.

Này các Tỷ kheo, và thế nào là Chánh tinh tấn? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo, đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn không cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các ác,

bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn khiến cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn khiến cho an trú, không cho băng hoại, khiến cho tăng trưởng, phát triển, viên mãn. Vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tinh tấn.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh niệm? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Tỷ kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; trên các cảm thọ... trên các tâm... quán pháp trên các pháp, tinh cần tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh niệm.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh định? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo ly dục, ly ác bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm, với tứ. Tỷ kheo ấy diệt tầm, diệt tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tỷ kheo ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Tỷ kheo ấy xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh định.

Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Khổ diệt đạo thánh đế.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại

pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Thánh đế.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, thế nào là Khổ diệt đạo Thánh đế. Đó là bát chi Thánh đạo, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tin tấn, Chánh niệm, Chánh định.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tri kiến? Này các Tỷ kheo, tri kiến về Khổ, tri kiến về Khổ tập, tri kiến về Khổ diệt, tri kiến về Khổ diệt đạo. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tri kiến.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh tư duy? Tư duy về ly dục, tư duy về vô sân, tư duy về bất hại. Này các tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tư duy.

Này các Tỷ kheo thế nào là Chánh ngữ? Tự chế không nói láo, tự chế không nói hai lưỡi, tự chế không ác khẩu, tự chế không nói lời phù phiếm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh ngữ.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh nghiệp? Tự chế không sát sanh, tự chế không trộm cướp, tự chế không tà dâm. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh nghiệp.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh mạng? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Thánh đệ tử từ bỏ tà mạng, sinh sống bằng chánh mạng. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh mạng.

Này các Tỷ kheo, và thế nào là Chánh tinh tấn? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo, đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn không cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt, vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn khiến cho sanh khởi; vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn khiến cho an trú, không cho băng hoại, khiến cho tăng trưởng, phát triển, viên mãn. Vị này nỗ lực, tinh tấn, quyết tâm, trì chí. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh tinh tấn.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh niệm? Này các Tỷ kheo, ở đây vị Tỷ kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, để chế ngự tham ưu ở đời; trên các cảm thọ... trên các tâm... quán pháp trên các pháp, tinh cần tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh niệm.

Này các Tỷ kheo, thế nào là Chánh định? Này các Tỷ kheo, ở đây Tỷ kheo ly dục, ly ác bất thiện pháp, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm, với tứ. Tỷ kheo ấy diệt tầm, diệt tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tĩnh nhất tâm. Tỷ kheo ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Tỷ kheo ấy xả lạc, xả khổ, diệt

hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Chánh định.

Này các Tỷ kheo, như vậy gọi là Khổ diệt đạo thánh đế.

Như vậy vị ấy sống quán pháp trên các nội pháp; hay sống quán pháp trên các ngoại pháp; hay sống quán pháp trên các nội pháp, ngoại pháp. Hay sống quán tánh sanh khởi trên các pháp; hay sống quán tánh diệt tận trên các pháp; hay sống quán tánh sanh diệt trên các pháp. "Có những pháp ở đây", vị ấy sống an trú chánh niệm như vậy, với hy vọng hướng đến chánh trí, chánh niệm. Và vị ấy sống không nương tựa, không chấp trước một vật gì trên đời. Này các Tỷ kheo, như vậy Tỷ kheo sống quán pháp trên các pháp đối với Bốn Thánh đế.

Phân đoạn 22:

vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này như vậy trong bảy năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn.

KẾT LUẬN

Bốn Niệm xứ.là con đường độc nhất đưa đến sự thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh lý, chứng ngộ Niết Bàn.

'Ekāyano ayaṃ, bhikkhave, maggo sattānaṃ visuddhiyā, sokaparidevānaṃ samatikkamāya, dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya, ñāyassa adhigamāya,

nibbānassa sacchikiriyāya yadidaṃ cattāro satipaṭṭhānā' ti.

Kinh văn:

Này các Tỷ kheo, vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này như vậy trong bảy năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ kheo, không cần gì đến bảy năm, một vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này như vậy trong sáu năm... trong năm năm... trong bốn năm... trong ba năm... trong hai năm... trong một năm, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại; hai là nếu còn hữu dư y, chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ kheo, không cần gì đến một năm, một vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này trong bảy tháng, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại, hay nếu còn hữu dư y, thì chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo, không cần gì bảy tháng, một vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này trong sáu tháng... trong năm tháng... trong bốn tháng... trong ba tháng... trong hai tháng... trong một tháng... trong nửa tháng... vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại, hai là nếu còn hữu dư y, thì chứng quả Bất hoàn. Này các Tỷ-kheo, không cần gì nửa tháng, một vị nào tu tập Bốn Niệm xứ này trong bảy ngày, vị ấy có thể chứng một trong hai quả sau đây: Một là chứng Chánh trí ngay trong hiện tại, hai là nếu còn hữu dư y, thì chứng quả Bất hoàn.

Này các Tỷ kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến sự thanh tịnh cho chúng sanh, vượt

khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh lý, chứng ngộ Niết Bàn. Đó là Bốn Niệm xứ.

PHẦN II

NGUYÊN BẢN KINH PĀLI PHIÊN ÂM

Mahāsatipaṭṭhāna Sutta

Evaṃ me sutaṃ.
Ekaṃ samayaṃ bhagavā kurūsu viharati kammāsadhammaṃ nāma kurūnaṃ nigamo. Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi, 'Bhikkhavo'[1] ti. 'Bhaddante' ti te bhikkhū bhagavato paccassosuṃ. Bhagavā etadavoca:

1. Uddeso

Ekāyano ayaṃ, bhikkhave, maggo sattānaṃ visuddhiyā, sokaparidevānaṃ samatikkamāya, dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya, ñāyassa adhigamāya, nibbānassa sacchikiriyāya, yadidaṃ cattāro satipaṭṭhānā.[2]

Katame cattāro? Idha, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno[3] satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Citte cittānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ.[4]

2. Kāyānupassanā

A. Ānāpānapabbaṃ

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati?

Idha, bhikkhave, bhikkhu araññagato vā rukkhamūlagato vā suññāgāragato vā nisīdati

pallaṅkaṃ ābhujitvā, ujuṃ kāyaṃ paṇidhāya, parimukhaṃ satiṃ upaṭṭhapetvā. So sato va assasati, sato va passasati. Dīghaṃ vā assasanto 'dīghaṃ assasāmī' ti pajānāti,[5] dīghaṃ vā passasanto 'dīghaṃ passasāmī' ti pajānāti. Rassaṃ vā assasanto 'rassaṃ assasāmī' ti pajānāti, rassaṃ vā passasanto 'rassaṃ passasāmī' ti pajānāti. 'Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmī' ti sikkhati, 'sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmī' ti sikkhati. 'Passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmī' ti sikkhati, 'passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmī' ti sikkhati.

Seyyathāpi, bhikkhave, dakkho bhamakāro vā bhamakārantevāsī vā dīghaṃ vā añchanto 'dīghaṃ añchāmī' ti pajānāti, rassaṃ vā añchanto 'rassaṃ añchāmī' ti pajānāti. Evameva kho, bhikkhave, bhikkhu dīghaṃ vā assasanto 'dīghaṃ assasāmī' ti pajānāti, dīghaṃ vā passasanto 'dīghaṃ passasāmī' ti pajānāti, rassaṃ vā assasanto 'rassaṃ assasāmī' ti pajānāti, rassaṃ vā passasanto 'rassaṃ passasāmī' ti pajānāti. 'Sabbakāyapaṭisaṃvedī assasissāmī' ti sikkhati, 'sabbakāyapaṭisaṃvedī passasissāmī' ti sikkhati, 'passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ assasissāmī' ti sikkhati, 'passambhayaṃ kāyasaṅkhāraṃ passasissāmī' ti sikkhati.

Iti[6] ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā[7] vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo'[8] ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya[9] anissito ca viharati, na ca

kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

B. Iriyāpathapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu gacchanto vā 'gacchāmī' ti pajānāti, ṭhito vā 'ṭhitomhī' ti pajānāti, nisinno vā 'nisinnomhī' ti pajānāti, sayāno vā 'sayānomhī' ti pajānāti. Yathā yathā vā panassa kāyo paṇihito hoti, tathā tathā naṃ pajānāti.[10]

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

C. Sampajānapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu abhikkante paṭikkante sampajānakārī hoti,[11] ālokite vilokite sampajānakārī hoti, samiñjite pasārite sampajānakārī hoti, saṅghāṭipattacīvaradhāraṇe sampajānakārī hoti, asite pīte khāyite sāyite sampajānakārī hoti, uccārapassāvakamme sampajānakārī hoti, gate ṭhite nisinne sutte jāgarite bhāsite tuṇhībhāve sampajānakārī hoti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati

paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

D. Paṭikūlamanasikārapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ, uddhaṃ pādatalā adho kesamatthakā, tacapariyantaṃ pūraṃ nānappakārassa asucino paccavekkhati: 'Atthi imasmiṃ kāye kesā lomā nakhā dantā taco maṃsaṃ nhāru aṭṭhi aṭṭhimiñjaṃ vakkaṃ hadayaṃ yakanaṃ kilomakaṃ pihakaṃ papphāsaṃ antaṃ antaguṇaṃ udariyaṃ karīsaṃ pittaṃ semhaṃ pubbo lohitaṃ sedo medo assu vasā kheḷo siṅghāṇikā lasikā muttaṃ' ti.

Seyyathāpi, bhikkhave, ubhatomukhā putoḷi pūrā nānāvihitassa dhaññassa, seyyathidaṃ sālīnaṃ vīhīnaṃ muggānaṃ māsānaṃ tilānaṃ taṇḍulānaṃ. Tamenaṃ cakkhumā puriso muñcitvā paccavekkheyya: 'Ime sālī ime vīhī, ime muggā, ime māsā, ime tilā, ime taṇḍulā' ti; evameva kho, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ, uddhaṃ pādatalā adho kesamatthakā, tacapariyantaṃ pūraṃ nānappakārassa asucino paccavekkhati: 'Atthi imasmiṃ kāye kesā lomā nakhā dantā taco maṃsaṃ nhāru aṭṭhi aṭṭhimiñjaṃ vakkaṃ hadayaṃ yakanaṃ kilomakaṃ pihakaṃ papphāsaṃ antaṃ antaguṇaṃ udariyaṃ karīsaṃ pittaṃ semhaṃ pubbo lohitaṃ sedo medo assu vasā kheḷo siṅghāṇikā lasikā muttaṃ' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ

viharati, ‘atthi kāyo’ ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

E. Dhātumanasikārapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ yathāṭhitaṃ yathāpaṇihitaṃ dhātuso paccavekkhati: ‘Atthi imasmiṃ kāye pathavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātū’ ti.

Seyyathāpi, bhikkhave, dakkho goghātako vā goghātakantevāsī vā gāviṃ vadhitvā catumahāpathe bilaso vibhajitvā nisinno assa; evameva kho, bhikkhave, bhikkhu imameva kāyaṃ yathāṭhitaṃ yathāpaṇihitaṃ dhātuso paccavekkhati: ‘Atthi imasmiṃ kāye pathavīdhātu āpodhātu tejodhātu vāyodhātū’ ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, ‘atthi kāyo’ ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

F. Navasivathikapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ ekāhamataṃ vā dvīhamataṃ vā tīhamataṃ vā uddhumātakaṃ vinīlakaṃ vipubbakajātaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: ‘ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto’ ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ kākehi vā khajjamānaṃ kulalehi vā khajjamānaṃ gijjhehi vā khajjamānaṃ kaṅkehi vā khajjamānaṃ sunakhehi vā khajjamānaṃ byagghehi vā khajjamānaṃ dīpīhi vā khajjamānaṃ siṅgālehi vā khajjamānaṃ vividhehi vā pāṇakajātehi khajjamānaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: 'ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikasaṅkhalikaṃ samaṃsalohitaṃ nhārusambandhaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: 'ayaṃ pi kho

kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikasaṅkhalikaṃ nimaṃsalohitamakkhitaṃ nhārusambandhaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: 'ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikasaṅkhalikaṃ apagatamaṃsalohitaṃ nhārusambandhaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: 'ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikāni apagatasambandhāni disā vidisā vikkhittāni, aññena hatthaṭṭhikaṃ aññena pādaṭṭhikaṃ aññena gopphakaṭṭhikaṃ aññena jaṅghaṭṭhikaṃ aññena ūruṭṭhikaṃ aññena kaṭiṭṭhikaṃ aññena phāsukaṭṭhikaṃ aññena piṭṭhiṭṭhikaṃ aññena khandhaṭṭhikaṃ aññena gīvaṭṭhikaṃ aññena hanukaṭṭhikaṃ aññena dantaṭṭhikaṃ aññena sīsakaṭāhaṃ. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: 'ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto' ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikāni setāni

saṅkhavaṇṇapaṭibhāgāni. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: ‘ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto’ ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, ‘atthi kāyo’ ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikāni puñjakitāni terovassikāni. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: ‘ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto’ ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, ‘atthi kāyo’ ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu seyyathāpi passeyya sarīraṃ sivathikāya chaḍḍitaṃ aṭṭhikāni pūtīni cuṇṇakajātāni. So imameva kāyaṃ upasaṃharati: ‘ayaṃ pi kho kāyo evaṃdhammo evaṃbhāvī evaṃanatīto’ ti.

Iti ajjhattaṃ vā kāye kāyānupassī viharati, bahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā kāye kāyānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, samudayavayadhammānupassī vā kāyasmiṃ viharati, 'atthi kāyo' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati.

3. Vedanānupassanā

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu vedanāsu vedanānupassī viharati?

Idha, bhikkhave, bhikkhu sukhaṃ vā vedanaṃ vedayamāno 'sukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti; dukkhaṃ vā vedanaṃ vedayamāno 'dukkhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti; adukkhamasukhaṃ vā vedanaṃ vedayamāno 'adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti. Sāmisaṃ vā sukhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'sāmisaṃ sukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti; nirāmisaṃ vā sukhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'nirāmisaṃ sukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti. Sāmisaṃ vā dukkhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'sāmisaṃ dukkhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti; nirāmisaṃ vā dukkhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'nirāmisaṃ dukkhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti. Sāmisaṃ vā adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'sāmisaṃ adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti; nirāmisaṃ vā adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vedayamāno 'nirāmisaṃ adukkhamasukhaṃ vedanaṃ vedayāmī' ti pajānāti.[12]

Iti ajjhattaṃ vā vedanāsu vedanānupassī viharati, bahiddhā[13] vā vedanāsu vedanānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā

vedanāsu vedanānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā vedanāsu viharati, vayadhammānupassī vā vedanāsu viharati, samudayavayadhammānupassī vā vedanāsu viharati, 'atthi vedanā' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu vedanāsu vedanānupassī viharati.

4. Cittānupassanā

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu citte[14] cittānupassī viharati?

Idha, bhikkhave, bhikkhu sarāgaṃ vā cittaṃ 'sarāgaṃ cittaṃ' ti pajānāti, vītarāgaṃ vā cittaṃ 'vītarāgaṃ cittaṃ' ti pajānāti, sadosaṃ vā cittaṃ 'sadosaṃ cittaṃ' ti pajānāti, vītadosaṃ vā cittaṃ 'vītadosaṃ cittaṃ' ti pajānāti, samohaṃ vā cittaṃ 'samohaṃ cittaṃ' ti pajānāti, vītamohaṃ vā cittaṃ 'vītamohaṃ cittaṃ' ti pajānāti, saṅkhittaṃ vā cittaṃ 'saṅkhittaṃ cittaṃ' ti pajānāti, vikkhittaṃ vā cittaṃ 'vikkhittaṃ cittaṃ'[15] ti pajānāti, mahaggataṃ vā cittaṃ 'mahaggataṃ cittaṃ' ti pajānāti, amahaggataṃ vā cittaṃ 'amahaggataṃ cittaṃ'[16] ti pajānāti, sa-uttaraṃ vā cittaṃ 'sa-uttaraṃ cittaṃ' ti pajānāti, anuttaraṃ vā cittaṃ 'anuttaraṃ cittaṃ'[17] ti pajānāti, samāhitaṃ vā cittaṃ 'samāhitaṃ cittaṃ' ti pajānāti, asamāhitaṃ vā cittaṃ 'asamāhitaṃ cittaṃ'[18] ti pajānāti, vimuttaṃ vā cittaṃ 'vimuttaṃ cittaṃ' ti pajānāti, avimuttaṃ vā cittaṃ 'avimuttaṃ cittaṃ' ti pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā citte cittānupassī viharati, bahiddhā vā citte cittānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā citte cittānupassī viharati,[19] samudayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati, vayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati,

samudayavayadhammānupassī vā cittasmiṃ viharati, 'atthi cittaṃ' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu citte cittānupassī viharati.

5. Dhammānupassanā

A. Nīvaraṇapabbaṃ

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati?

Idha, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati - pañcasu nīvaraṇesu.

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati - pañcasu nīvaraṇesu?

Idha, bhikkhave, bhikkhu santaṃ vā ajjhattaṃ kāmacchandaṃ 'atthi me ajjhattaṃ kāmacchando' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ kāmacchandaṃ 'natthi me ajjhattaṃ kāmacchando' ti pajānāti, yathā ca anuppannassa kāmacchandassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa kāmacchandassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa kāmacchandassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ byāpādaṃ 'atthi me ajjhattaṃ byāpādo' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ byāpādaṃ 'natthi me ajjhattaṃ byāpādo' ti pajānāti, yathā ca anuppannassa byāpādassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa byāpādassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa byāpādassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ thinamiddhaṃ 'atthi me ajjhattaṃ thinamiddhaṃ' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ thinamiddhaṃ 'natthi me

ajjhattaṃ thinamiddhaṃ' ti pajānāti, yathā ca anuppannassa thinamiddhassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa thinamiddhassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa thinamiddhassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ uddhaccakukkuccaṃ 'atthi me ajjhattaṃ uddhaccakukkuccaṃ' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ uddhaccakukkuccaṃ 'natthi me ajjhattaṃ uddhaccakukkuccaṃ' ti pajānāti, yathā ca anuppannassa uddhaccakukkuccassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa uddhaccakukkuccassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa uddhaccakukkuccassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ vicikicchaṃ 'atthi me ajjhattaṃ vicikicchā' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ vicikicchaṃ 'natthi me ajjhattaṃ vicikicchā' ti pajānāti, yathā ca anuppannāya vicikicchāya uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannāya vicikicchāya pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnāya vicikicchāya āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati, vayadhammānupassī vā dhammesu viharati, samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati, 'atthi dhammā' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu nīvaraṇesu.

B. Khandhapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu upādānakkhandhesu.[20]

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu upādānakkhandhesu?

Idha, bhikkhave, bhikkhu, 'iti rūpaṃ, iti rūpassa samudayo, iti rūpassa atthaṅgamo; iti vedanā, iti vedanāya samudayo, iti vedanāya atthaṅgamo; iti saññā, iti saññāya samudayo, iti saññāya atthaṅgamo; iti saṅkhārā, iti saṅkhārānaṃ samudayo, iti saṅkhārānaṃ atthaṅgamo; iti viññāṇaṃ, iti viññāṇassa samudayo, iti viññāṇassa atthaṅgamo' ti.

Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati, vayadhammānupassī vā dhammesu viharati, samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati, 'atthi dhammā' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati pañcasu upādānakkhandhesu.

C. Āyatanapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu.

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu?

Idha, bhikkhave, bhikkhu cakkhuṃ ca pajānāti, rūpe ca pajānāti, yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ

taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Sotaṃ ca pajānāti, sadde ca pajānāti, yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Ghānaṃ ca pajānāti, gandhe ca pajānāti, yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Jivhaṃ ca pajānāti, rase ca pajānāti, yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Kāyaṃ ca pajānāti, phoṭṭhabbe ca pajānāti, yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Manaṃ ca pajānāti, dhamme ca pajānāti,

yaṃ ca tadubhayaṃ paṭicca uppajjati saṃyojanaṃ taṃ ca pajānāti, yathā ca anuppannassa saṃyojanassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa saṃyojanassa pahānaṃ hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca pahīnassa saṃyojanassa āyatiṃ anuppādo hoti taṃ ca pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati, vayadhammānupassī vā dhammesu viharati, samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati, 'atthi dhammā' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati chasu ajjhattikabāhiresu āyatanesu.

D. Bojjhaṅgapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati sattasu bojjhaṅgesu.

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati sattasu bojjhaṅgesu?

Idha, bhikkhave, bhikkhu santaṃ vā ajjhattaṃ satisambojjhaṅgaṃ 'atthi me ajjhattaṃ satisambojjhaṅgo' ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ satisambojjhaṅgaṃ 'natthi me ajjhattaṃ satisambojjhaṅgo' ti pajānāti, yathā ca anuppannassa satisambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa satisambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ

dhammavicayasambojjhaṅgaṃ[21] ‘atthi me ajjhattaṃ dhammavicayasambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ dhammavicayasambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ dhammavicayasambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa dhammavicayasambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa dhammavicayasambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ vīriyasambojjhaṅgaṃ ‘atthi me ajjhattaṃ vīriyasambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ vīriyasambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ vīriyasambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa vīriyasambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa vīriyasambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgaṃ[22] ‘atthi me ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ pītisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa pītisambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa pītisambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgaṃ[23] ‘atthi me ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ passaddhisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa passaddhisambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa passaddhisambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgaṃ

‘atthi me ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ samādhisambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa samādhisambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa samādhisambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Santaṃ vā ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgaṃ ‘atthi me ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgo’ ti pajānāti, asantaṃ vā ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgaṃ ‘natthi me ajjhattaṃ upekkhāsambojjhaṅgo’ ti pajānāti, yathā ca anuppannassa upekkhāsambojjhaṅgassa uppādo hoti taṃ ca pajānāti, yathā ca uppannassa upekkhāsambojjhaṅgassa bhāvanāya pāripūrī hoti taṃ ca pajānāti.

Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati, vayadhammānupassī vā dhammesu viharati, samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati, ‘atthi dhammā’ ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati sattasu bojjhaṅgesu.

E. Saccapabbaṃ

Puna caparaṃ, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati catūsu ariyasaccesu.

Kathaṃ ca pana, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati catūsu ariyasaccesu?

Idha bhikkhave, bhikkhu ‘idaṃ dukkhaṃ’ ti

yathābhūtaṃ pajānāti, ‘ayaṃ dukkhasamudayo’ ti yathābhūtaṃ pajānāti, ‘ayaṃ dukkhanirodho’ ti yathābhūtaṃ pajānāti, ‘ayaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā’ ti yathābhūtaṃ pajānāti.

Dukkhasaccaniddeso

Katamaṃ ca, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ?

Jāti pi dukkhā, jarā pi dukkhā, (byādhi pi dukkhā,)[24] maraṇaṃ pi dukkhaṃ, sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā pi dukkhā, appiyehi sampayogo pi dukkho, piyehi vippayogo pi dukkho, yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ, saṅkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.

Katamā ca, bhikkhave, jāti? Yā tesaṃ tesaṃ sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye jāti sañjāti okkanti abhinibbatti khandhānaṃ pātubhāvo āyatanānaṃ paṭilābho, ayaṃ vuccati, bhikkhave, jāti.

Katamā ca, bhikkhave, jarā? Yā tesaṃ tesaṃ sattānaṃ tamhi tamhi sattanikāye jarā jīraṇatā khaṇḍiccaṃ pāliccaṃ valittacatā āyuno saṃhāni indriyānaṃ paripāko, ayaṃ vuccati, bhikkhave, jarā.

Katamaṃ ca, bhikkhave, maraṇaṃ? Yaṃ tesaṃ tesaṃ sattānaṃ tamhā tamhā sattanikāyā cuti cavanatā bhedo antaradhānaṃ maccu maraṇaṃ kālakiriyā khandhānaṃ bhedo kaḷevarassa nikkhepo jīvitindriyassupacchedo, idaṃ vuccati, bhikkhave, maraṇaṃ.

Katamo ca, bhikkhave, soko? Yo kho, bhikkhave, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phuṭṭhassa soko socanā socitattaṃ antosoko antoparisoko, ayaṃ vuccati, bhikkhave, soko.

Katamo ca, bhikkhave, paridevo? Yo kho,

bhikkhave, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phuṭṭhassa ādevo paridevo ādevanā paridevanā ādevitattaṃ paridevitattaṃ, ayaṃ vuccati, bhikkhave, paridevo.

Katamaṃ ca, bhikkhave, dukkhaṃ?[25] Yaṃ kho, bhikkhave, kāyikaṃ dukkhaṃ kāyikaṃ asātaṃ kāyasamphassajaṃ dukkhaṃ asātaṃ vedayitaṃ, idaṃ vuccati, bhikkhave, dukkhaṃ.

Katamaṃ ca, bhikkhave, domanassaṃ?[25] Yaṃ kho, bhikkhave, cetasikaṃ dukkhaṃ cetasikaṃ asātaṃ manosamphassajaṃ dukkhaṃ asātaṃ vedayitaṃ, idaṃ vuccati, bhikkhave, domanassaṃ.

Katamo ca, bhikkhave, upāyāso? Yo kho, bhikkhave, aññataraññatarena byasanena samannāgatassa aññataraññatarena dukkhadhammena phuṭṭhassa āyāso upāyāso āyāsitattaṃ upāyāsitattaṃ, ayaṃ vuccati, bhikkhave, upāyāso.

Katamo ca, bhikkhave, appiyehi sampayogo dukkho? Idha yassa te honti aniṭṭhā akantā amanāpā rūpā saddā gandhā rasā phoṭṭhabbā dhammā, ye vā panassa te honti anatthakāmā ahitakāmā aphāsukakāmā ayogakkhemakāmā, yā tehi saddhiṃ saṅgati samāgamo samodhānaṃ missībhāvo, ayaṃ vuccati, bhikkhave, appiyehi sampayogo dukkho.

Katamo ca, bhikkhave, piyehi vippayogo dukkho? Idha yassa te honti iṭṭhā kantā manāpā rūpā saddā gandhā rasā phoṭṭhabbā dhammā, ye vā panassa te honti atthakāmā hitakāmā phāsukakāmā yogakkhemakāmā mātā vā pitā vā bhātā vā bhaginī vā mittā vā amaccā vā ñātisālohitā vā, yā tehi saddhiṃ asaṅgati asamāgamo asamodhānaṃ

amissībhāvo, ayaṃ vuccati, bhikkhave, piyehi vippayogo dukkho.

Katamaṃ ca, bhikkhave, yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ? Jātidhammānaṃ, bhikkhave, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati: 'aho vata mayaṃ na jātidhammā assāma na ca vata no jāti āgaccheyyā' ti. Na kho panetaṃ icchāya pattabbaṃ. Idaṃ pi yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ.

Jarādhammānaṃ, bhikkhave, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati: 'aho vata mayaṃ na jarādhammā assāma, na ca vata no jarā āgaccheyyā' ti. Na kho panetaṃ icchāya pattabbaṃ. Idaṃ pi yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ.

Byādhidhammānaṃ, bhikkhave, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati: 'aho vata mayaṃ na byādhidhammā assāma, na ca vata no byādhi āgaccheyyā' ti. Na kho panetaṃ icchāya pattabbaṃ. Idaṃ pi yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ.

Maraṇadhammānaṃ, bhikkhave, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati: 'aho vata mayaṃ na maraṇadhammā assāma, na ca vata no maraṇaṃ āgaccheyyā' ti. Na kho panetaṃ icchāya pattabbaṃ. Idaṃ pi yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ.

Sokaparidevadukkhadomanassupāyāsadham mānaṃ, bhikkhave, sattānaṃ evaṃ icchā uppajjati: 'aho vata mayaṃ na sokaparidevadukkhadomanassupāyāsadham mā assāma, na ca vata no sokaparidevadukkhadomanassupāyāsadham mā āgaccheyyuṃ' ti. Na kho panetaṃ icchāya pattabbaṃ. Idaṃ pi yampicchaṃ na labhati taṃ pi dukkhaṃ.

Katame ca, bhikkhave, saṅkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā? Seyyathidaṃ - rūpupādānakkhandho

vedanupādānakkhandho saññupādānakkhandho saṅkhārupādānakkhandho viññāṇupādānakkhandho. Ime vuccanti, bhikkhave, saṅkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.

Idaṃ vuccati, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ.

Samudayasaccaniddeso

Katamaṃ ca, bhikkhave, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ?

Yāyaṃ taṇhā ponobbhavikā nandīrāgasahagatā tatratatrābhinandinī, seyyathidaṃ, kāmataṇhā bhavataṇhā vibhavataṇhā.

Sā kho panesā, bhikkhave, taṇhā kattha uppajjamānā uppajjati, kattha nivisamānā nivisati?

Yaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Kiñca loke[26] piyarūpaṃ sātarūpaṃ? Cakkhu loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Sotaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Ghānaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Jivhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Kayo loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Mano loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddā loke piyarūpaṃ

sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Cakkhuviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Sotaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Ghānaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Jivhāviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Kāyaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Manoviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Cakkhusamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Sotasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Ghānasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Jivhāsamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Kāyasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ,

etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Manosamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Cakkhusamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Sotasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Ghānasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Jivhāsamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Kāyasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Manosamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ,

etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpavitakko[27] loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ,

etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Rūpavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Saddavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Gandhavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Rasavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Phoṭṭhabbavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati. Dhammavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā uppajjamānā uppajjati, ettha nivisamānā nivisati.

Idaṃ vuccati, bhikkhave, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ.

Nirodhasaccaniddeso

Katamaṃ ca, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ?

Yo tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo. Sā kho panesā, bhikkhave, taṇhā kattha pahīyamānā pahīyati, kattha nirujjhamānā nirujjhati? Yaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Kiñca loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ? Cakkhu loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā

pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Sotaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Ghānaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Jivhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Kāyo loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Mano loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Cakkhuviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Sotaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Ghānaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Jivhāviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha

nirujjhamānā nirujjhati. Kāyaviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Manoviññāṇaṃ loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Cakkhusamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Sotasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Ghānasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Jivhāsamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Kāyasamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Manosamphasso loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Cakkhusamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Sotasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Ghānasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Jivhāsamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Kāyasamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Manosamphassajā vedanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā

pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammasaññā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammasañcetanā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā

pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammataṇhā loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammavitakko loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Rūpavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Saddavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Gandhavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Rasavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Phoṭṭhabbavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati. Dhammavicāro loke piyarūpaṃ sātarūpaṃ, etthesā taṇhā pahīyamānā

pahīyati, ettha nirujjhamānā nirujjhati.

Idaṃ vuccati, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ.

Maggasaccaniddeso

Katamaṃ ca, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ? Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ, sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappo, sammāvācā, sammākammanto, sammā-ājīvo, sammāvāyāmo, sammāsati, sammāsamādhi.

Katamā ca, bhikkhave, sammādiṭṭhi? Yaṃ kho, bhikkhave, dukkhe ñāṇaṃ, dukkhasamudaye ñāṇaṃ, dukkhanirodhe ñāṇaṃ, dukkhanirodhagāminiyā paṭipadāya ñāṇaṃ. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammādiṭṭhi.

Katamo ca, bhikkhave, sammāsaṅkappo? Nekkhammasaṅkappo, abyāpādasaṅkappo, avihiṃsāsaṅkappo. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammāsaṅkappo.

Katamā ca, bhikkhave, sammāvācā? Musāvādā veramaṇī, pisuṇāya vācāya veramaṇī, pharusāya vācāya veramaṇī, samphappalāpā veramaṇī. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammāvācā.

Katamo ca, bhikkhave, sammākammanto? Pāṇātipātā veramaṇī, adinnādānā veramaṇī, kāmesumicchācārā veramaṇī. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammākammanto.

Katamo ca, bhikkhave, sammā-ājīvo? Idha, bhikkhave, ariyasāvako micchā-ājīvaṃ pahāya sammā-ājīvena jīvitaṃ kappeti. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammā-ājīvo.

Katamo ca, bhikkhave, sammāvāyāmo? Idha, bhikkhave, bhikkhu anuppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ anuppādāya chandaṃ janeti vāyamati vīriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati;

uppannānaṃ pāpakānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya chandaṃ janeti vāyamati vīriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati; anuppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ uppādāya chandaṃ janeti vāyamati vīriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati; uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ ṭhitiyā asammosāya bhiyyobhāvāya vepullāya bhāvanāya pāripūriyā chandaṃ janeti vāyamati vīriyaṃ ārabhati cittaṃ paggaṇhāti padahati. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammāvāyāmo.

Katamā ca, bhikkhave, sammāsati? Idha, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, citte cittānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammāsati.

Katamo ca, bhikkhave, sammāsamādhi? Idha, bhikkhave, bhikkhu vivicceva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi savitakkaṃ savicāraṃ[27] vivekajaṃ pītisukhaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ upasampajja viharati, vitakkavicārānaṃ vūpasamā ajjhattaṃ sampasādanaṃ cetaso ekodibhāvaṃ avitakkaṃ avicāraṃ samādhijaṃ pītisukhaṃ dutiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati, pītiyā ca virāgā upekkhako ca viharati sato ca sampajāno sukhaṃ ca kāyena paṭisaṃvedeti yaṃ taṃ ariyā ācikkhanti: 'upekkhako satimā sukhavihārī' ti tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati, sukhassa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva somanassadomanassānaṃ atthaṅgamā adukkhamasukhaṃ

upekkhāsatipārisuddhiṃ catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. Ayaṃ vuccati, bhikkhave, sammāsamādhi.

Idaṃ vuccati, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ.

Iti ajjhattaṃ vā dhammesu dhammānupassī viharati, bahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, ajjhattabahiddhā vā dhammesu dhammānupassī viharati, samudayadhammānupassī vā dhammesu viharati, vayadhammānupassī vā dhammesu viharati, samudayavayadhammānupassī vā dhammesu viharati, 'atthi dhammā' ti vā panassa sati paccupaṭṭhitā hoti. Yāvadeva ñāṇamattāya paṭissatimattāya anissito ca viharati, na ca kiñci loke upādiyati. Evaṃ pi kho, bhikkhave, bhikkhu dhammesu dhammānupassī viharati catūsu ariyasaccesu.

6. Satipaṭṭhānabhāvanānisaṃso

Yo hi koci, bhikkhave, ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ[28] bhāveyya sattavassāni, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā,[29] sati vā upādisese anāgāmitā.[30]

Tiṭṭhantu, bhikkhave, sattavassāni. Yo hi koci, bhikkhave, ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya cha vassāni, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā.

Tiṭṭhantu, bhikkhave, cha vassāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, pañca vassāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, cattāri vassāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, tīṇi vassāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, dve vassāni..pe. Tiṭṭhatu, bhikkhave, ekaṃ vassaṃ. Yo hi koci, bhikkhave, ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya sattamāsāni, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ:

diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā.

Tiṭṭhantu, bhikkhave, satta māsāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, cha māsāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, pañca māsāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, cattāri māsāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, tīṇi māsāni...pe. Tiṭṭhantu, bhikkhave, dve māsāni...pe. Tiṭṭhatu, bhikkhave, ekaṃ māsaṃ...pe. Tiṭṭhatu, bhikkhave, aḍḍhamāsaṃ...pe. Tiṭṭhatu, bhikkhave, aḍḍhamāso. Yo hi koci, bhikkhave, ime cattāro satipaṭṭhāne evaṃ bhāveyya sattāhaṃ, tassa dvinnaṃ phalānaṃ aññataraṃ phalaṃ pāṭikaṅkhaṃ: diṭṭheva dhamme aññā, sati vā upādisese anāgāmitā.

'Ekāyano ayaṃ, bhikkhave, maggo sattānaṃ visuddhiyā, sokaparidevānaṃ samatikkamāya, dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya, ñāyassa adhigamāya, nibbānassa sacchikiriyāya yadidaṃ cattāro satipaṭṭhānā' ti. Iti yaṃ taṃ vuttaṃ, idametaṃ paṭicca vuttaṃ ti.

Idamavoca bhagavā. Attamanā te bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinanduṃ ti.

Mahāsatipaṭṭhāna-suttaṃ niṭṭhitaṃ.

TỔNG QUAN KINH PHÁP HOA

Thích Đạo Phong

I.GIỚI THIỆU SƠ LƯỢC KINH PHÁP HOA

1.Thời gian, bối cảnh ra đời và sự hình thành kinh Pháp Hoa

a. Thời gian ra đời của kinh Pháp Hoa

Kinh Pháp Hoa là một trong những bộ kinh lớn của hệ thống Kinh tạng Đại thừa Phật giáo, được các học giả phương Tây cho là một trong hai mươi Thánh thư phương Đông. Sự nghiên cứu về mặt lịch sử ra đời, cũng như khái quát bố cục nội dung kinh là điều cần thiết cho việc học tập, nghiên cứu kinh Pháp Hoa.

Theo các tài liệu về lịch sử Phật giáo hiện đại như cuốn Đại thừa Phật giáo tư tưởng luận của Kimura – Taiken, cũng như một số tài liệu khác thì Phật giáo Đại thừa xuất hiện tại Ấn Độ vào khoảng thế kỷ thứ I trước Tây lịch cho đến thế kỷ thứ I sau Tây lịch, tức là vào khoảng 500 năm sau khi Phật nhập diệt. Đại thừa Phật giáo phát triển mạnh mẽ vào thế kỷ thứ II trở đi, sự phát triển Phật giáo Đại thừa là tất yếu để đáp ứng nhu cầu của thời đại. Trước Pháp Hoa, các kinh điển Đại thừa khác đã xuất hiện khá phong phú như kinh Bát Nhã, kinh Hoa Nghiêm, kinh Duy Ma Cật..vv. Kinh Pháp Hoa xuất hiện vào khoảng cuối thế kỷ thứ II, bằng chứng của sự xuất hiện là vào thời điểm này có Bồ tát Long Thụ, tác giả của bộ Đại Trí Độ Luận, sống vào cuối thế kỷ thứ hai, đã trích dẫn kinh Pháp Hoa. Sự xuất hiện của kinh Pháp Hoa là sự tổng hòa, dung hợp tư tưởng Đại thừa của các bộ kinh trên.

b. Bối cảnh ra đời của kinh Pháp Hoa

Sau khi Đức Phật nhập diệt 100 năm, do những quan điểm, giải thích giáo lý, giới luật có sự khác biệt giữa các nhóm, các phái và giữa các vùng khác nhau cho nên giáo đoàn bắt đầu phân phái. Tổng cộng có đến 20 bộ phái.

Tăng đoàn của mỗi phái cố gắng thiết lập cho mình một căn cứ địa về mặt địa lý cũng như về mặt tư tưởng để củng cố học thuyết và bộ phái của mình. Đường lối sinh hoạt và tu tập của chư Tăng ngày càng cách biệt với quần chúng và quần chúng cũng không biết theo ai. Sinh khí của giáo lý thực tiễn cứu khổ ban đầu bị xói mòn, khô cứng, dần dần đi vào tư biện triết học. Phật giáo Ấn Độ trong tình trạng như vậy bị co cụm với những lý thuyết khô khan.

Trong khi đó, triết lý Bà-la-môn đang có chiều hướng phát triển và tranh chấp ảnh hưởng với Phật giáo, nhu cầu phát triển đổi mới, tạo tác dụng thực tiễn của giáo lý vào đời sống xã hội là một nhu cầu bức xúc.

Trong bối cảnh ấy, Phật giáo Đại thừa xuất hiện, những người Phật tử trí thức và đầy tâm huyết muốn thấy Phật giáo có sự sống sinh động và có tác dụng tích cực như thời Đức Phật, họ đứng lên khởi xướng phong trào mới là Đại Thừa (*Mahayana*), tức cỗ xe lớn chứa được nhiều người đến nơi Phật quả. Phật giáo truyền thống được coi là Tiểu thừa tức cỗ xe nhỏ, ích kỷ, chỉ thành tựu A-la-hán quả.

Sự va chạm giữa Phật giáo Đại thừa và Phật giáo Tiểu thừa đã xảy ra một cách mạnh mẽ, đến độ không ai chấp nhận ai. Những kinh

điển Đại thừa lần lượt xuất hiện phát dương lý tưởng Đại thừa, giải thích giáo lý mang tính tích cực và đại chúng hơn. Bát Nhã là bộ kinh lớn xuất hiện khá sớm, triển khai tư tưởng Chân không, tích cực đả phá Tiểu thừa, cho rằng Thanh văn và Duyên giác không phải là con của Phật. Kinh Hoa Nghiêm chủ trương pháp giới duyên khởi, nhưng vẫn coi Tiểu thừa là thấp kém hạ liệt. Đến Duy Ca Mật thì Tiểu thừa bị chỉ trích thậm tệ. Sự đả phá, chỉ trích lẫn nhau đã dẫn đến không chấp nhận nhau làm cho Phật giáo suy yếu. Nhu cầu về con đường hòa giải trở nên cấp thiết, xu hướng phê phán sự xung đột và mâu thuẫn trong Phật giáo ngày càng mạnh, tạo áp lực nhất định vào tâm tư của thời đại.

Trong bối cảnh đó, Kinh Pháp Hoa xuất hiện, chủ trương hòa giải mọi mâu thuẫn gay gắt của các dòng tư tưởng Phật giáo Đại thừa trước đó đối với giáo lý truyền thống, tạo sự thống nhất về tư tưởng và đường lối Phật giáo. Mặt khác, kinh Pháp Hoa cũng tổng hợp những tư tưởng cốt tủy của kinh Bát Nhã, kinh Hoa Nghiêm, kinh Duy Ma, đồng thời mở ra chân trời mới cho mọi con người trong xã hội: Mọi người đều có Phật tính và đều có khả năng thành Phật.

c. Sự hình thành kinh Pháp Hoa.

Thể loại văn học của kinh điển Phật giáo có 12 thể loại khác nhau như Trường hàng, Trùng tụng, Cô khởi..vv. Trong kinh Pháp Hoa có đồng thời nhiều thể loại khác nhau, sự hình thành của kinh Pháp Hoa trải qua bốn giai đoạn.

– **Giai đoạn thứ nhất:** Hình thành phần Trùng tụng. Trùng tụng tức là phần kệ tụng ở trong kinh. Khi đọc kinh Pháp Hoa, phần

trùng tụng là những đoạn thi kệ lập lại những ý đã được nói trong phần trường hàng.

Khi mới xuất hiện, kinh điển thường được viết bằng thi kệ mà không viết bằng văn xuôi, bởi hình thức kệ tụng truyền miệng dễ học thuộc hơn. Do đó với kinh Pháp Hoa, những phần trùng tụng xuất hiện trước, và đó là giai đoạn đầu kinh Pháp Hoa xuất hiện.

– Giai đoạn thứ hai: Hình thành phần Trường hàng. Trong giai đoạn thứ hai của sự hình thành kinh Pháp Hoa, người ta thêm vào phần văn xuôi, tức là phần trường hàng, với mục đích làm cho những đoạn trùng tụng rõ nghĩa hơn lên.

– **Giai đoạn thứ ba:** Phát triển thêm phần Trường hàng. Giai đoạn thứ ba của sự hình thành Pháp Hoa là sự phát triển thêm phần trường hàng, tức là phần văn xuôi. Tại vì khi các học giả so các bản tiếng Phạn với nhau, thấy có những bản trong đó phần trường hàng ngắn hơn phần trường hàng của những bản khác.

– Giai đoạn thứ tư: Giai đoạn kinh được thêm vào những phẩm mới.

2. Ngôn ngữ – cấu trúc và nội dung kinh Pháp Hoa

a. Ngôn ngữ và cấu trúc kinh Pháp Hoa

Ngôn ngữ của con người chỉ biểu đạt được những thứ bình thường trong cuộc sống, có ý nghĩa tương đối, mang tính cách phiến diện. Trong khi đó chân lý thì toàn diện và siêu việt, có ý nghĩa tuyệt đối. Cho nên dù sử dụng ngôn ngữ tinh xảo bao nhiêu cũng không thể chuyển tải hết sự thật của chân lý.

Để biểu đạt, chuyển tải chân lý cho người nghe dễ hiểu, dễ linh ngộ, kinh Pháp Hoa sử dụng phương pháp truyền đạt chân lý cao siêu qua những thứ bình thường, thông dụng trong thế giới tương đối, gần gũi với đời sống con người.

Ngôn ngữ kinh Pháp Hoa sử dụng để diễn đạt mục tiêu không phải là sự kiện bên ngoài mà chính là sự thật chứa ở bên trong. Đó là ngôn ngữ mang tính biểu tượng, nói cách khác, ngôn ngữ kinh Pháp Hoa là ngôn ngữ biểu tưởng.

Bố cục của kinh Pháp Hoa được trình bày theo hình thức chương, hồi. Toàn kinh có 7 quyển và 28 phẩm: 1. Phẩm Tựa; 2. Phẩm Phương Tiện; 3. Phẩm Thí Dụ; 4. Phẩm Tín Giải; 5. Phẩm Dược Thảo Dụ; 6.Phẩm Thụ Ký; 7. Phẩm Hóa Thành Dụ; 8. Phẩm Ngũ Bách Đệ Tử Thụ Ký; 9. Phẩm Học Vô Học Thụ Ký; 10. Phẩm Pháp Sư; 11. Phẩm Hiện Bảo Tháp; 12. Phẩm Đề Bà Đạt Đa; 13. Phẩm Trì; 14. Phẩm An Lạc Hạnh; 15. Phẩm Tùng Địa Dũng Xuất; 16. Phẩm Như Lai Thọ Lượng; 17. Phẩm Phân Biệt Công Đức; 18. Phẩm Tùy Hỷ Công Đức; 19. Phẩm Công Đức Pháp Sư; 20. Phẩm Thường Bất Khinh Bồ tát; 21. Phẩm Như Lai Thần Lực; 22. Phẩm Chúc Lũy; 23. Phẩm Dược Vương Bồ tát; 24. Phẩm Diệu Âm Bồ tát; 25. Phẩm Quán Thế Âm Bồ tát; 26. Phẩm Đà la ni; 27. Phẩm Diệu Trang Nghiêm Vương Bản Sự; 28. Phẩm Phổ Hiền Bồ tát Khuyến Phát.

b. Nội dung kinh Pháp Hoa

Thông thường kinh Pháp Hoa được giới thiệu qua hai hình thức:

– Giới thiệu kinh qua chủ đề "Khai thị chúng sinh ngộ nhập Phật tri kiến": Phẩm Tựa trình bày tổng quát hiện tượng về bản thể của vũ trụ pháp giới. Từ phẩm 2 đến phẩm 10 là khai Phật tri kiến. Phẩm 11 là thị Phật tri kiến – Thị Phật tri kiến. Từ phẩm 12 đến phẩm 22 là ngộ Phật tri kiến. Từ phẩm Từ Phẩm 23 đến 28 là nhập Phật tri kiến.

– **Giới thiệu kinh qua khái niệm về Tích môn và Bản môn của tông Thiên Khai:** Kinh Pháp Hoa chia làm 2 phần: 14 phẩm đầu thuộc Tích môn, 14 phẩm sau thuộc Bản môn.

+ Phần Tích môn: Tích môn là phần giáo lý nói về dấu tích của Đức Phật có sinh ra, lớn lên, xuất gia, thành đạo, nhập diệt, dạy giáo lý thoát khổ ở cõi thế gian này. Trong kinh, phần nào thuyết pháp ở núi Linh Thứu thì thuộc về Tích môn, còn gọi là Chân lý tương đối.

+ Phần Bản môn: Bản môn là phần gốc, là nền tảng của Tích môn. Nghĩa là Đức Phật đã thành Phật từ vô lượng kiếp. Phật hiện hữu suốt chiều dài của thời gian và phổ biến cả không gian. Chân lý của Bản môn là tuyệt đối. Nhờ giáo lý Bản môn mà lý giải tất cả chúng sinh đều thành Phật, vì tất cả chúng sinh đều có Phật tướng. Đây là điểm đặc thù của Pháp Hoa.

3. Vị trí – vai trò của kinh Pháp Hoa trong hệ thống kinh điển

a. Vị trí kinh Pháp Hoa

Khi nghiên cứu về bất cứ bộ kinh nào, đầu tiên là xác định xem bộ kinh đó có vị trí như thế nào trong hệ thống giáo lý nói chung,

Kinh tạng nói riêng. Phán định về giáo lý, tông Thiên Thai đem giáo lý nói trong một đời của Đức Phật phân chia thành Ngũ thời, Bát giáo.

- **Ngũ thời**

+ Thời Hoa Nghiêm: Sau khi thành đạo, bộ kinh Phật thuyết đầu tiên là "Kinh Hoa Nghiêm" trong 21 ngày. Bộ "Kinh Hoa Nghiêm" này có 3 quyển Thượng, Trung và Hạ. Theo truyền thuyết, trên nhân gian chúng ta chỉ có quyển Hạ; quyển Thượng và Trung đều được lưu giữ dưới long cung. Bồ tát Long Thụ sau khi học hết những văn tự ở nhân gian, Ngài liền đi đến Long cung đọc tụng tạng Kinh; quyển Hạ này do Bồ tát học thuộc dưới Long cung mà viết ra. Bồ tát Long Thụ có biệt tài xem qua liền thuộc, cho nên ngài đến Long cung xem qua một lượt bộ "Kinh Hoa Nghiêm" và truyền quyển Hạ này lên nhân gian.

+ Thời A Hàm: Thứ hai là "Thời A Hàm". A Hàm là tiếng Phạn, dịch nghĩa "Vô tỉ pháp", không có pháp nào lại có thể bì với pháp này. Tức là tất cả pháp của ngoại đạo đều không thể sánh với "A Hàm", "A Hàm" cao hơn hết thảy pháp của ngoại đạo. Những điều Phật tuyên nói trong thời A Hàm đều có liên quan đến giáo lý trong tam tạng "Kinh, Luật, Luận", nói pháp "Nhân duyên, Tứ đế" có sinh diệt, cho nên thời A Hàm thuộc về " Tam tạng giáo", còn gọi là "Tạng giáo".

+ Thời Phương Đẳng: Thứ ba là "Thời Phương Đẳng". "Phương" là bốn phương, "đẳng" là bình đẳng. Trong Hóa pháp, thời Phương Đẳng thuộc về Thông giáo. Vì sao gọi là Thông giáo? Vì nó "Thông tiền thông hậu, thông đại thông tiểu", đã thông Tạng giáo

của Tiểu thừa ở trước, lại thông Biệt giáo của Đại thừa ở sau; cũng chính là thông "A Hàm" ở trước, lại thông cả "Bát Nhã" ở sau. Thông giáo là cửa đầu tiên đến với đại thừa; "Phương Đẳng" này thuộc về Thông giáo, thông cả Tam thừa cùng học.

+ Thời Bát Nhã: Thời thứ tư là "Bát Nhã". Bát Nhã thuộc về giáo nào trong Bát giáo? Trong Hóa pháp, Bát Nhã thuộc về Biệt giáo. Biệt giáo là cửa đầu tiên đến với đại thừa. Vì sao gọi là "Biệt giáo"? Vì Bát Nhã "Biệt tiền biệt hậu", sai biệt với "A Hàm" và "Phương Đẳng" ở trước, lại khác luôn "Pháp Hoa" và "Niết Bàn" ở sau. Bát Nhã lại "Biệt tiểu biệt đại", sai biệt với "Tạng giáo"và "Thông giáo" ở trước và "Viên giáo" ở sau, nên gọi là "Biệt". Biệt giáo là điểm kết của Đại thừa, cũng chính là lúc phải "Chuyển giáo phú tài". "Chuyển giáo" là chuyển đổi quyền giáo của tam thừa; "phú tài" là chuẩn bị nói một Phật thừa viên mãn của Pháp Hoa.

Bát Nhã đầy đủ 3 nghĩa: Văn tự Bát Nhã, Quán chiếu Bát Nhã, Thật tướng Bát Nhã.

Văn tự Bát Nhã: Tất cả mọi Kinh, Luật, Luận đều thuộc về Văn tự Bát Nhã. Đây là văn tự xuất thế gian, chẳng phải văn tự thế gian; văn tự thế gian không diễn đạt được Bát Nhã, chỉ nói được trí tuệ thế gian.

Quán chiếu Bát Nhã: Quán là quán tưởng, Chiếu là chiếu sáng. Quán tưởng, đồng thời dùng trí tuệ quán chiếu tất cả pháp, như "Tâm Kinh" nói: "*Bồ tát Quán Tự Tại, khi thực hành chuyên sâu Bát nhã ba la mật đa, chiếu thấy năm uẩn đều không*", chính là chữ "Chiếu" này – quán chiếu; dùng trí tuệ để quán chiếu lý thật tướng. Quý vị hãy dùng trí

tuệ của mình để quán chiếu loại Bát Nhã này nhé!

Thật tướng Bát Nhã: Thật tướng là gì? "*Cái gọi thật tướng, chính là vô tướng vậy",* xưa nay vốn không có tướng, nhưng lại đầy đủ tất cả tướng, hàm nhiếp tất cả tướng; tất cả tướng đều lưu xuất từ vô tướng, đó chính là "Thật tướng" Bát Nhã. Dùng Văn tự Bát Nhã làm cơ sở cho Quán chiếu Bát Nhã, là tự tướng vốn có bên trong của tất cả mọi người. Đây gọi là "Bát Nhã".

+ Thời Pháp Hoa và Niết Bàn: Thứ năm là "*Thời Pháp Hoa và Niết Bàn*". Pháp Hoa chính là bộ Kinh Pháp Hoa hiện chúng ta đang học. Phật nói bộ Kinh Pháp Hoa trong suốt 8 năm, nói Niết Bàn trong vòng một ngày một đêm, nên nói "Pháp Hoa, Niết Bàn chung tám năm". Kinh Pháp Hoa nói lên lý rốt ráo, là pháp môn cứu cánh nhất.

Đức Phật trước nói Hoa Nghiêm, A Hàm, Phương Đẳng, Bát Nhã đều vì dọn sẵn đường để nói Kinh Pháp Hoa, nên bộ kinh này được gọi là 'Khai quyền hiển thật" (*mở ra phương tiện để hiển bày lý chân thật*). Kinh Pháp Hoa là chân tâm, chân thân, Pháp thân, đồng thời cũng là Ứng thân, Báo thân Phật. Cho nên những người nghiên cứu Phật pháp đều cho rằng kinh Pháp Hoa là một bộ kinh rốt ráo nhất trong các bộ kinh. Trong Phật giáo thường nói: "*Khai tuệ đích Lăng Nghiêm, Thành Phật đích Pháp Hoa*".

Tức là bộ kinh để khai mở trí tuệ chính là "Kinh Lăng Nghiêm"; còn muốn thành Phật, nhất định phải học "Kinh Pháp Hoa". Cho nên kinh Pháp Hoa có vị trí quan trọng nhất trong hệ thống giáo lý Phật giáo.

– Bát Giáo: Tông Thiên Thai lại phân định giáo lý thành Tám giáo. Trong tám giáo chia thành bốn Giáo Hóa Pháp và bốn Giáo Hóa Nghi. Bốn Giáo Hóa pháp và bốn Giáo Hóa nghi cũng giống như phương thuốc và vị thuốc; Bốn giáo Hóa nghi là cách thức, cách làm của Phật khi giáo hóa chúng sinh, giống như bác sĩ cho toa thuốc. Bốn giáo Hóa pháp là pháp môn giáo hóa chúng sinh, giống như vị thuốc được uống.

+ Bốn giáo Hóa pháp: Đó là Tạng giáo, Thông giáo, Biệt giáo và Viên giáo:

Tạng giáo: Chính là giảng về tam tạng "Kinh, Luật, Luận", nói pháp "Nhân Duyên, Tứ Đế", chủ yếu dạy cho hàng Nhị thừa, thứ đến dạy Bồ tát.

Thông giáo: Là điểm khởi đầu của Đại thừa, nói về "Tứ Chân Đế" và "Lục Độ" không sinh diệt, thông cả Tam thừa cùng học, là pháp Tam thừa cùng tu, lấy Bồ tát Thông giáo làm đối tượng chính, nhị thừa làm đối tượng phụ.

Biệt giáo: Là điểm kết của Đại thừa, dùng pháp Đại thừa vô thượng nói pháp môn Bát Nhã "Nhất thiết pháp không" để dạy Bồ tát Biệt giáo.

Viên giáo: Thuần viên độc diệu, nói "Trung đạo thật tướng" sự lý viên dung, chỉ một Phật thừa không xen tạp ba giao trước. Viên giáo lại chia làm 2 loại: "Đồng viên và Biệt viên". Một thừa pháp chung căn cơ cho cả tam thừa, gọi là "Đồng viên", như "Kinh Pháp Hoa", chủ yếu dạy cho Bồ tát lợi căn tối thượng, kế dạy cho bậc Thánh tam thừa. Một thừa pháp hoàn toàn khác với căn cơ tam thừa, chỉ dành riêng cho bậc đại căn viên đốn, gọi là "Biệt viên", như "Kinh Hoa

Nghiêm", lấy Bồ tát lợi căn tối thượng làm đối tượng.

+ Bốn giáo Hóa Nghi: Đó là Đốn giáo, Bí mật giáo và Bất định giáo:

Đốn giáo: Vì sao gọi là Đốn? Viên giáo chính là giáo viên dung tối thượng, nếu như thêm "Đốn" sẽ lập tức thành Phật, không cần chờ đợi, tức khắc thành Phật. Chữ Đốn là lập tức, hốt nhiên, hốt nhiên khai ngộ.

Tiệm giáo: Tiệm là tu hành từng bước, khai ngộ từ từ. Ba giáo A Hàm, Phương Đẳng, Bát Nhã ở trước Kinh Pháp Hoa đều thuộc Tiệm giáo.

Bí Mật giáo: Bí mật giáo Bí Mật Phật thuyết. Giáo Bí Mật là gì? Là những thần chú đã được tuyên thuyết. Tất cả những thần chú này đều gọi là "Bí Mật". Bí Mật là "*Vị bỉ thuyết nhi thử bất tri,vị thử thuyết nhi bỉ bất tri*"; dạy pháp cho người kia, người này không biết; dạy pháp cho người này, người kia cũng không biết, không biết lẫn nhau.

Bất định giáo: Là thuyết pháp không có nhất định, như nói "Pháp thượng ưng xả, hà huống phi pháp" (pháp còn phải bỏ, huống gì chẳng phải pháp). Pháp luôn luôn hoạt động, nên không nhất định.

Tóm lại, trong hệ thống Kinh Tạng Phật giáo thì kinh Pháp Hoa có vị trí cao nhất, điều này thể hiện trong kinh Pháp Hoa, Đức Phật dạy Bồ Tát Tú Vương Hoa rằng: "*Này Tú Vương Hoa, trong các dòng nước như là sông, ngòi, kênh, rạch thì biển là lớn nhất; trong các kinh thì kinh Pháp Hoa này là lớn nhất*".

b. Vai trò của kinh Pháp Hoa.

Một đặc điểm khác đã đưa kinh Pháp Hoa lên ngôi vị cao nhất trong hệ thống kinh điển Đại Thừa là cái khả năng dung hợp, chấp nhận mọi bộ phái trong đạo Phật.

Đạo Phật có nhiều bộ pháp khác nhau, khi Đại thừa Phật giáo xuất hiện thường chỉ trích Phật giáo Tiểu thừa. Những người theo Đại thừa chê những người theo Tiểu thừa là "*Tiêu nha bại chủng*". Tức những người theo Tiểu thừa là những người tiếp nhận hạt giống từ bi, trí tuệ, giải thoát, an lạc từ Phật Pháp, mà không gieo trồng và phát triển để những hạt giống này trở thành những gì tốt đẹp cho nhân loại, thì họ chỉ làm cho hỏng những hạt giống của Phật Pháp.

Kinh Pháp Hoa ra đời đóng vai trò quan trọng trong công cuộc hàn gắn sự đổ vỡ của các trường phái Phật giáo. Mặt khác đặt lại giá trị của mọi đường lối tu tập và nhất là giá trị tâm thức hướng thiện, hướng thượng của mọi chúng sinh. Sự tồn tại của Đức Phật là vĩnh cửu, mọi hiện tượng dưới con mắt người giác ngộ đều là biểu hiện chân lý. Ý tưởng này đã làm nền tảng cho tư tưởng Đại thừa và con đường thực hành Bồ-tát hạnh.

Với một đường lối dung hòa, với tư tưởng phóng khoáng siêu thoát, Kinh Pháp Hoa đã đạt được mục đích của mình là khai thị chúng sinh ngộ nhập Phật tri kiến. Có lẽ cũng vì vậy mà kinh được tôn thờ quý kính, hành trì và phổ biến một cách sâu rộng. Vì vậy cho nên vai trò của kinh Pháp Hoa rất lớn ở trong truyền thống Phật giáo Đại thừa.

4. Lịch sử phiên dịch và truyền bá kinh Pháp Hoa

Kinh Pháp Hoa được phiên dịch từ tiếng Phạn ra nhiều thứ tiếng như tiếng Hán, tiếng Tây Tạng, tiếng Anh, tiếng Nhật, tiếng Việt…vv.

a. Tại Trung Quốc: Kinh Pháp Hoa được dịch từ tiếng Phạn sang tiếng Hán từ rất sớm, những bộ Kinh Pháp Hoa được dịch ra tiếng Hán như:

1. **Diệu Pháp Liên Hoa Kinh**– 7 quyển, do ngài Cưu Ma La Thập (Kumarajiva) đời Diêu Tần dịch năm Hoằng Thủy thứ 4 (402 TL)
2. **Diệu Pháp Liên Hoa Kinh** – 8 quyển cũng do ngài Cưu Ma La Thập đời Diêu Tần dịch năm Hoằng Thủy thứ 8 (406 TL)
3. **Pháp Hoa Tam Muội Kinh** – 6 quyển, do ngài Chi Cương Lương Tiếp (Kalasivi) đời Ngô dịch năm 255 TL.
4. **Tất Đàm Phần Đà Lị Kinh** – 6 quyển, do ngài Pháp Hộ (Dharmaraksaq) đời Tây Tấn dịch khoảng năm 256 TL.
5. **Tất Đàm Phần Đà Lị Kinh** – 6 quyển, do ngài Đàm Ma La Sát dịch vào niên hiệu Thái Thủy thứ nhất đời Tấn Vũ Đế.
6. **Chính Pháp Hoa Kinh** – 10 quyển, cũng do ngài Pháp Hộ dịch năm 286 TL vào thời Tây Tấn.
7. **Thiêm Phẩm Diệu Pháp Liên Hoa Kinh** – 7 quyển, do ngài Xà Na Hốt Đa và ngài Đạt Ma Cấp Đa cùng nhau dịch ở năm 601 TL đời Tùy.

Ngoài ra một số dịch bản khác vẫn được ghi lại trong Thư Mục Trung Quốc, nhưng không thấy lưu truyền. Trong những bản dịch vừa kể trên, bản dịch của ngài Cưu Ma La Thập thì được phổ cập nhất.

b. Tại Việt Nam: Sự nghiệp phiên dịch kinh luận của người Việt Nam cũng được phát triển rất sớm và rất mạnh vào thời kỳ Bắc thuộc lần thứ hai. Lịch sử dịch Kinh Pháp Hoa của người Việt Nam có thể chia làm ba thời kỳ khác nhau: thời kỳ chữ Hán, thời kỳ chữ Nôm và thời kỳ chữ Quốc Ngữ.

+ Thời kỳ chữ Hán: Đạo tràng phiên dịch kinh điển Phật giáo ở Giao Châu đã được thành lập sớm nhất vào thời Hậu Hán, gọi là trung tâm Luy Lâu. Tại trung tâm Luy Lâu, một bộ Kinh Pháp Hoa gồm 6 quyển được dịch từ chữ Phạn ra chữ Hán vào năm 256 TL và từ đó đạo tràng Giao Châu càng thêm sáng chói trên văn đàn Trung Quốc. Tiếp theo đó một số tu sĩ Việt Nam được Trung Quốc mời vào cộng đồng phiên dịch tại Trường An (theo tài liệu trong Đại Chính Tân Tu Đại Tạng Kinh).

+ Thời kỳ chữ Nôm: Các nhà sư Việt Nam rất tinh thông Hán học và cũng rất giàu lòng yêu nước, yêu văn hóa dân tộc. Với tinh thần độc lập tự chủ sẵn có, các nhà sư này muốn thoát ly ảnh hưởng văn hóa Bắc thuộc, liền sử dụng ký hiệu Quốc Âm để chuyển ngữ kinh Phật thành ra chữ Nôm. Hiện nay nhiều tài liệu Phật Giáo bằng ảnh hưởng Quốc Âm (chữ Nôm) vừa mới tìm thấy ở miền Bắc Việt Nam được xem là những tác phẩm sớm nhất. Bộ Quốc Dịch Pháp Hoa Kinh bằng chữ Nôm hiện còn giữ tại Đông Dương Văn Khố Tokyo đã nói lên tinh thần sáng tạo và độc lập tự chủ của tiền nhân.

+ Thời kỳ Quốc Ngữ: Người đầu tiên biên soạn thành bộ kinh Pháp Hoa bằng Việt Ngữ chính là cư sĩ Đoàn Trung Côn. Vào năm 1937, cư sĩ Đoàn Trung Côn dựa theo hai bản dịch của chữ Pháp và chữ Hán để biên soạn

gọi là Diệu Pháp Liên Hoa Kinh. Mười năm sau, Hòa Thượng Thích Trí Tịnh căn cứ vào bộ Diệu Pháp Liên Hoa Kinh bằng chữ Hán của ngài Cưu Ma La Thập dịch ra Việt Ngữ để giúp cho các giới Phật tử tiện việc trì tụng và nghiên cứu. Đến nay thì có rất nhiều bản dịch tiếng Việt kinh Pháp Hoa khác nữa như bản dịch của Hòa Thượng Tuệ Hải, Hòa Thượng Trí Quang..vv

Sự nghiên cứu và lưu truyền Kinh Pháp Hoa rất sâu rộng, ở Ấn Độ, Bồ tát Long Thụ khi trước tác Đại Trí Độ Luận đã dẫn chứng Kinh Pháp Hoa và Ngài có một tác phẩm giải thích Pháp Hoa và Pháp Hoa Thích Luận. Ngài Thế Thân, một Luận sư nổi tiếng có lược dịch và giải thích Pháp Hoa qua bộ Pháp Hoa Luận. Ở Trung Hoa, những bản chú giải, sớ giải về Pháp Hoa của các nhà nghiên cứu Phật học qua các thời đại rất nhiều, nổi bật là Trí Giả Đại sư, căn cứ vào kinh Pháp Hoa để thành lập lên của tông Thiên Thai, đồng thời trước tác các tác phẩm nổi tiếng như Pháp Hoa Huyền Nghĩa, Pháp Hoa Văn Cú..vv.

II. NĂM TẦNG HUYỀN NGHĨA KINH PHÁP HOA

1. Thích Danh

a. Phương pháp lập đề

Trong năm tầng huyền nghĩa, đầu tiên là Thích danh, tức là giải thích tên kinh, đó là huyền nghĩa thứ nhất. Trước khi giải thích bất cứ một bài kinh nào, phải tìm hiểu phương pháp lập đề của bộ kinh đó là gì. Thông thường có bảy phương pháp lập đề như sau:

1. **Đơn Nhân Lập Đề:** Lấy riêng tên người để lập đề, như kinh Phật thuyết A Di Đà.
2. **Đơn Pháp Lập Đề:** Lấy riêng Pháp để lập đề, như kinh Niết Bàn. Niết Bàn vốn là một pháp; Niết nghĩa là bất sinh, Bàn nghĩa là bất diệt. Niết Bàn là pháp không sinh không diệt.
3. **Đơn Dụ Lập Đề:** Lấy riêng Dụ để lập đề, như Kinh Phạm Võng là dùng ví dụ đặt thành tên kinh.
4. **Nhân Pháp Lập Đề:** Phối hợp Nhân và Pháp để lập đề. Ví như kinh Văn Thù Vấn Bát Nhã. Bồ tát Văn Thù là người, Bát Nhã là pháp.
5. **Nhân Dụ Lập Đề:** Phối hợp Nhân và Dụ để lập đề. Ví dụ như kinh Như Lai Sư Tử Hống Kinh. Như Lai là một trong 10 đức hiệu của Phật, Như Lai là người. Sư tử hống là dụ.
6. **Pháp Dụ Lập Đề:** Phối hợp Pháp và Dụ để lập đề. Như Kinh Diệu Pháp Liên Hoa. Diệu Pháp là pháp, Liên Hoa là dụ.
7. **Cụ Túc Nhất Đề:** Phối hợp cả Nhân – Pháp và Dụ thành một đề đầy đủ. Như Kinh Đại Phương Quảng Phật Hoa Nghiêm. Đại Phương Quảng là pháp, Phật là Nhân, Hoa Nghiêm là Dụ.

Tóm lại, kinh này lấy Diệu Pháp Liên Hoa làm tên. Tức là phối hợp Pháp và Dụ để lập đề. Vì Diệu Pháp là pháp khó hiểu, khó nắm bắt, nên dùng hoa sen làm ví dụ cho Diệu Pháp nhằm người nghe dễ hiểu.

b. Giải thích tên: Kinh Diệu Pháp Liên Hoa

– Giải thích từ Kinh: Chữ Kinh là tên chung, tất cả pháp Phật nói đều gọi là kinh. Chữ Kinh trong đạo Phật bao hàm các ý nghĩa cơ bản là Quán – Nhiếp – Thường – Pháp.

1. **Quán:** Tức là "xâu kết những đạo lý đã nói", giống như dùng sợi chỉ, xỏ xuyên qua các ý nghĩa trong kinh, khiến cho đầu, giữa, cuối đều nhất quán. Như khi chúng ta viết một bài văn phải có "khai, hợp, chuyển, chiết" (mở đầu, kết hợp, chuyển ý và tóm yếu lại chủ đề).
2. **Nhiếp:** Nghĩa là "nhiếp trì sở hóa cơ" thâu nhiếp hết mọi căn cơ để hóa độ. Tất cả chúng sinh đều được hóa độ, người nào thích dùng vị chua, ngọt, đắng, cay, mặn, trong kinh đều có đủ; ai thích tu theo pháp môn nào, trong kinh cũng không thiếu.
3. **Thường:** Là vĩnh viễn không đổi. Những kinh điển từ khi Phật nói cho đến nay, không ai có thể sửa đổi, một chữ cũng không thêm không bớt; không tăng không giảm, nên gọi là "Kinh".
4. **Pháp:** Chính là "phương pháp". Phương pháp trong kinh nói là phương pháp mà chư Phật trong ba đời quá khứ, hiện tại, vị lai đều nói. Tất cả chúng sinh trong quá khứ, hiện tại, vị lai đều phải y chiếu theo những phương pháp đó mà tu học, nên gọi là "pháp".

Chữ Kinh còn có rất nhiều nghĩa khác nữa. Kinh, theo tiếng Phạn là Tu-đa-la (Sutra); Trung Hoa dịch là Khế kinh. Khế tức là khế hợp, trên thì khế hợp với tâm Phật, dưới thì khế hợp với tâm chúng sinh. Cho nên, Phật, chúng sinh, tâm, cả ba đều không khác biệt nhau; đây cũng chính là nghĩa chữ kinh.

– Giải thích Diệu Pháp: Diệu là mầu nhiệm không thể nghĩ bàn; **Pháp** là pháp môn để đạt đến sự giác ngộ cuối cùng. **Diệu Pháp** là pháp môn mầu nhiệm không thể nghĩ bàn, vượt ra ngoài sự suy lường tính toán, đoạn tuyệt ngôn ngữ. Pháp môn mầu nhiệm này

gọi là Phật tri kiến, Linh Giác căn bản (bản giác), hay Chân Tâm mầu nhiệm, Bản tướng chân thường..vv.

– **Giải thích từ Liên Hoa:** Liên hoa tức là hoa sen. Hoa sen có đặc tính hy hữu, siêu việt hơn các loài hoa khác ở chỗ nó sinh trưởng từ bùn lầy mà không nhiễm hôi tanh, vẫn tỏa hương thơm ngát. Hoa sen dụ cho Diệu Pháp, cho Chân tâm của chúng sinh..vv. Chúng sinh tuy sống ở cõi Ta bà uế trược nhưng chân tâm mầu nhiệm thường hằng thanh tịnh. Ca dao tục ngữ Việt Nam cũng nói về hoa sen như sau:

Trong đầm gì đẹp bằng sen

Lá xanh bông trắng lại chen nhị vàng

Nhị vàng bông trắng là xanh

Gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn

Theo Pháp Hoa Huyền Nghĩa, hoa sen có ba dụ: Vì có sen nên có hoa; Hoa nở thì sen hiện; Hoa rụng thì sen thành.

Hoa sen sở dĩ có ba dụ là vì Diệu Pháp nhiệm màu khó giải thích, phải mượn ví dụ để cho dễ hiểu. Hoa sen là biểu tượng cho Nhân (hoa) và Quả (sen) phát sinh cùng một lúc, cũng như Diệu Pháp là thể hiện Quyền (phương tiện) và Thật (chân thật) đồng một bản thể. Vì thế Đức Phật dùng hoa sen để dụ Quyền và Thật của Diệu Pháp.

+ Vì có sen nên có hoa: gồm hai thí dụ:

Dụ thứ nhất – vì Thật nói Quyền: Thật là pháp chân thật tức là Nhất Thừa và Quyền là pháp phương tiện tức là Tam thừa. Sen ở đây là dụ cho Thật và Hoa ở đây là dụ cho Quyền.

Đức Phật vì pháp chân thật của Nhất Thừa mà thiết lập pháp Quyền (phương tiện) của Tam thừa. Cho nên Kinh Pháp Hoa nói rằng: "*Mặc dù chỉ bày nhiều thứ đạo, nhưng kỳ thật không ngoài Phật Thừa".*

Dụ thứ hai – Từ nơi Bản Môn hiển bày Tích Môn: Bản Môn nghĩa là chỉ cho pháp Thân căn bản của đức Phật Thích Ca đã có từ vô thủy, đã thành Phật từ lâu xa, cũng gọi là Cổ Phật. Tích Môn nghĩa là chỉ cho Hóa Thân của đức Phật Thích Ca, có dấu tích lịch sử đản sinh, xuất gia..vv. cũng gọi là Tân Phật. Sen ở đây là dụ cho Bản Môn (Cổ Phật) và Hoa ở đây là dụ cho Tích Môn (Tân Phật). Pháp Thân của đức Như Lai thuộc Bản Môn đã thành Phật từ lâu xa, nhưng vì muốn độ chúng sinh nên mới sinh vào nơi nước Ca Tỷ La Vệ làm Hóa Thân thuộc Tích Môn. Cho nên Kinh Pháp Hoa nói: "*Đúng ra ta thật sự đã thành Phật từ lâu xa, chỉ vì giáo hóa chúng sinh mà nói rằng, ta mới xuất gia và chứng đặng Tam Bồ Đề".*

+ Hoa nở thì sen hiện. Cũng có hai ví dụ:

Dụ thứ nhất – là khai Quyền hiển Thật. Khai Quyền nghĩa là mở bày pháp phương tiện và Hiển Thật nghĩa là thể hiện pháp chân thật. Hoa nở ở đây là dụ cho Khai Huyền và Sen Hiệu ở đây là dụ cho Hiền Thật. Thí dụ này là biểu tượng Đức Như Lai quyền khai ba thừa để hiển bày pháp chân thật của Nhất Thừa. Cho nên Kinh Pháp Hoa nói: "*Khai phương tiện môn để chỉ bày tướng chân thật".*

Dụ thứ hai – khai Tích hiển Bản: Khai Tích nghĩa là mở bày Hóa Thân thuộc Tân Phật và Hiền Bản nghĩa là hiển bày Pháp Thân thuộc Cổ Phật. Hoa Nở ở đây là dụ cho khai mở Tích

Môn và Sen Hiện ở đây là dụ cho hiển bày Bản Môn. Cho nên Kinh Pháp Hoa nói: "*Tất cả thế gian đều cho ta nay mới đắc đạo. Ta thật sự đã thành Phật từ vô lượng vô biên na do tha kiếp cho đến nay".*

– **Hoa rụng thì sen thành.** Cũng có hai thí dụ:

Dụ thứ nhất – bỏ Quyền lập Thật: Bỏ Quyền nghĩa là phế bỏ pháp phương tiện của Tam Thừa và lập Thật nghĩa là thiết lập pháp chân thật của Nhất Thừa. Hoa rụng ở đây là dụ cho bỏ Quyền và sen thành ở đây là dụ cho lập Thật. Thí dụ này là biểu tượng đức Như Lai phế bỏ pháp phương tiện của ba Thừa để kiến lập pháp chân thật của Nhất Thừa. Cho nên kinh Pháp Hoa nói: "*Đúng ra xả bỏ phương tiện, chỉ nói đạo vô thượng*".

Dụ thứ hai – bỏ Tích lập Bản: Bỏ Tích nghĩa là phế bỏ Tân Phật thuộc Hóa Thân và lập Bản nghĩa là thiết lập Cổ Phật thuộc Pháp Thân. Hoa rụng ở đây là dụ cho bỏ Tích (Tân Phật) và sen thành ở đây là dụ cho lập Bản (Cổ Phật). Cho nên kinh Pháp Hoa nói: "*Các đức Như Lai, pháp đều như thế; vì độ chúng sinh, thật sự không hư".*

Như vậy, Hoa sen biểu tượng cho nguyên lý nhân quả đồng thời.

Hoa sen có hai phần: Cánh và Nhụy của hoa thì thuộc về Nhân (hoa); Gương và Hạt thì thuộc về Quả (sen). Một đóa sen gồm có cánh nhụy và gương hạt đều thể hiện cùng một lúc gọi là nhân quả đồng thời, nghĩa là Quả không ngoài Nhân và Nhân không ngoài Quả. Quả tức là Nhân và Nhân tức là Quả. Từ ý nghĩa này người tu Diệu Pháp là tạo nhân

thì Thể Tướng Chân Tâm nhất định hiện bày là quả.

Tóm lại, Liên hoa biểu thị cho diệu pháp, liên hoa chính là diệu pháp, diệu pháp cũng chính là liên hoa. Liên hoa là dụ cho bộ kinh này. Diệu Pháp Liên Hoa là biệt danh của bộ kinh này. Biệt nghĩa là "đặc biệt" bởi vì nó khác biệt, nó không cùng tên với các kinh điển khác của Phật.

2. Hiển Thể.

Sau khi giải thích về tên kinh, chúng ta phải làm rõ thể của bộ kinh. Kinh Diệu Pháp Liên Hoa lấy **Thật Tướng** làm thể. Trong kinh nói: "*Thật Tướng vô tướng, vô sở bất tướng".* Tất cả các tướng đều do "Thật Tướng" sinh ra. Không chỉ tất cả tướng, mà tất cả chư Phật, tất cả Bồ Tát, tất cả Thanh văn, Duyên giác cũng đều từ "Thật Tướng" sinh ra, cho đến tất cả vạn sự vạn vật đều từ "thật tướng" sinh ra. Thể của bộ Kinh này, chính là "*chư Pháp thật tướng*"; cho nên tất cả chư Phật, Bồ tát, Thanh văn, Duyên giác, cho đến tất cả chúng sinh đều từ kinh Pháp Hoa sinh ra.

3. Minh Tông

Tên kinh đã biết, thể cũng đã nhận rõ, vậy rốt cuộc bộ kinh này lấy cái gì làm tông chỉ? Bộ kinh này lấy "**Nhất Thừa nhân quả**" làm tông chỉ. Ban đầu Phật nói có ba thừa, cuối cùng Đức Phật nói kinh Pháp Hoa, quy tất cả các thừa về một thừa duy nhất, đó chính là **Phật thừa.** Trong kinh nói: "*Duy nhất Phật Thừa, cánh vô dư thừa"*. Kinh Pháp Hoa dùng hoa sen để biểu đạt cho diệu pháp là để nói lên ý nghĩa nhân quả có cùng một lúc. Bởi đối với hoa sen thì khi hoa sen nở là có hạt sen, hoa quả đồng thời. Bộ kinh này lấy "Nhất

Thừa nhân quả" làm tông; nhân là "nhân Phật", quả là "quả Phật", nên gọi là "nhất thừa nhân quả".

4. Luận Dụng

Dụng tức là lực dụng, tác dụng của kinh điển. Kinh Pháp Hoa lấy việc đoạn nghi sinh tín làm dụng. Khi cơ duyên của chúng sinh tròn đầy, Đức Phật dùng Đại Thừa Diệu Pháp để khai thị, trên phương Tích Môn thì khiến họ dứt hẳn cái nghi về quyền để sinh cái tin về thật; trên phương diện Bản Môn thì khiến họ dứt hẳn cái nghi ngờ gần để sinh cái tin nơi xa. Tức dứt bỏ mọi nghi ngờ để tin vào Nhất Phật thừa nên gọi Đoạn Nghi Sinh Tín làm dụng.

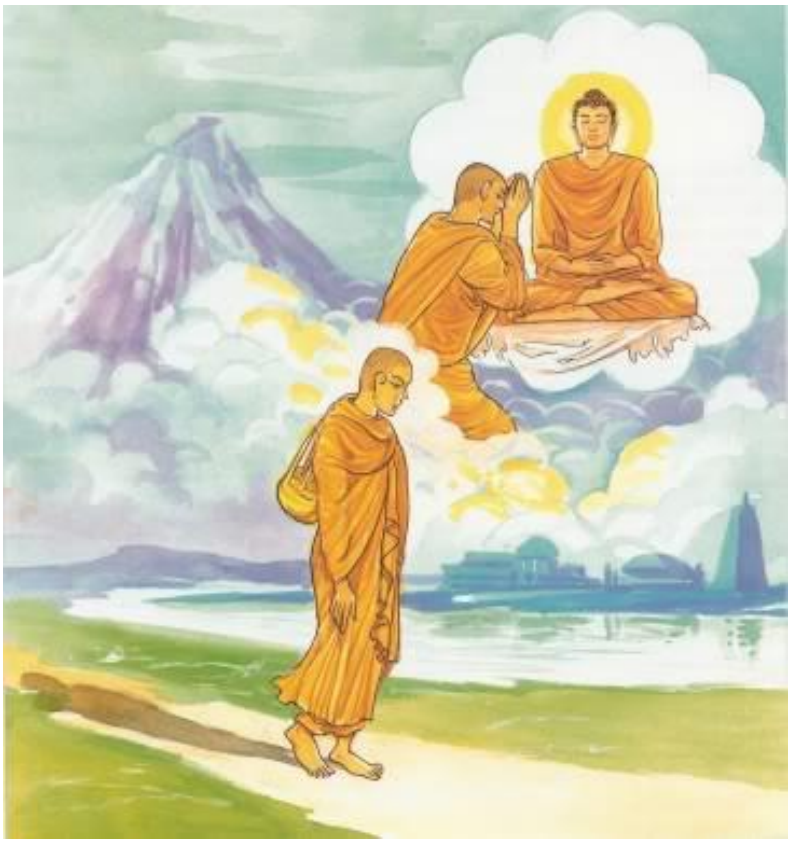
5. Giáo Tướng

Kinh Pháp Hoa lấy Vô Thượng Đề Hồ làm giáo tướng. Thánh nhân tỏ lòng dạy bảo gọi là giáo, phân biệt đồng dị gọi là Tướng. Sự mầu nhiệm của kinh Pháp Hoa thì rất thuần nhất và tròn sáng, dung hợp tất cả Tam thừa về một Phật thừa duy nhất. Nhưng sự khác biệt của nó là biến ra từng mảng các giáo lý của kinh, cũng như dụ cho chất Đề Hồ. Cũng như **Đề hồ** vậy, sữa lấy từ bò, rồi từ sữa làm ra lạc, từ lạc làm ra sinh tô, từ sinh tô làm ra thục tô, thục tô tinh luyện làm đề hồ. Đề hồ mới là tinh túy nhất làm ra từ sữa, là hơn tất cả. Cho nên gọi Vô Thượng Đề Hồ làm giáo tướng.

Theo phatgiaohanoi.vn

HT THÍCH MINH CHÂU
dịch từ nguyên bản Pàli

***Lời Ban Biên Tập**:* Tưởng niệm Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Minh Châu Viện Trưởng Viện Đại Học Vạn Hạnh (1964 -1975) dịch bản kinh Pháp Cú trong Tiểu bộ kinh tạng Pāli.



Dù la hoa chiên đàn
Già la hay mạt ly
Không một hương hoa nào
Bay ngược chiều gió thổi
Chỉ hương người đức hạnh
Bay ngược gió bốn phương
(DhP 54)

---o0o---

1. Phẩm Song Yếu

---o0o---

1. Ý dẫn đầu các pháp,
Ý làm chủ, ý tạo;
Nếu với ý ô nhiễm,
Nói lên hay hành động,
Khổ não bước theo sau,
Như xe, chân vật kéo.

2. Ý dẫn đầu các pháp,
Ý làm chủ, ý tạo;
Nếu với ý thanh tịnh,
Nói lên hay hành động,
An lạc bước theo sau,
Như bóng, không rời hình.

3. Nó mắng tôi, đánh tôi,
Nó thắng tôi, cướp tôi
Ai ôm hiềm hận ấy,
Hận thù không thể nguôi.

4. Nó mắng tôi, đánh tôi,
Nó thắng tôi, cướp tôi
Không ôm hiềm hận ấy,
Hận thù được tự nguôi.

5. Với hận diệt hận thù,
Đời này không có được.
Không hận diệt hận thù,
Là định luật ngàn thu.

6. Và người khác không biết,
Chúng ta đây bị hại.
Chỗ ấy, ai hiểu được
Tranh luận được lắng êm.

7. Ai sống nhìn tịnh tướng,
Không hộ trì các căn,
ăn uống thiếu tiết độ,
biếng nhác, chẳng tinh cần.
Ma uy hiếp kẻ ấy,
như cây yếu trước gió.

8. Ai sống quán bất tịnh,
Khéo hộ trì các căn,
ăn uống có tiết độ,
Có lòng tin, tinh cần,
Ma không uy hiếp được,
Như núi đá, trước gió.

9. Ai mặc áo cà sa. [1]
tâm chưa rời uế trược,
không tự chế, không thực,
không xứng áo cà sa

10. Ai rời bỏ uế trược,
giới luật khéo nghiêm trì,
tự chế, sống chơn thực,
thật xứng áo cà sa

11. Không chân, tưởng chân thật,
chân thật, thấy không chân:
chúng không đạt chân thật,
do tà tư, tà hạnh.

12. Chân thật, biết chân thật,
Không chân, biết không chân:
chúng đạt được chân thật,
do chánh tư, chánh hạnh.

13. Như mái nhà vụng lợp,
Mưa liền xâm nhập vào.

Cũng vậy tâm không tu,
Tham dục liền xâm nhập.

14. Như ngôi nhà khéo lợp,
Mưa không xâm nhập vào.
Cũng vậy tâm khéo tu,
Tham dục không xâm nhập.

15. Nay sầu, đời sau sầu,
Kẻ ác, hai đời sầu;
Nó sầu, nó ưu não,
Thấy nghiệp uế mình làm.

16. Nay vui, đời sau vui,
Làm phước, hai đời vui,
Nó vui, nó an vui,
Thấy nghiệp tịnh mình làm.

17. Nay than, đời sau than,
Kẻ ác, hai đời than,
Nó than: 'Ta làm ác'
Đọa cõi dữ, than hơn.

18. Nay sướng, đời sau sướng,
Làm phước, hai đời sướng.
Nó sướng: 'Ta làm thiện',
Sanh cõi lành, sướng hơn.

19. Nếu người nói nhiều kinh,
Không hành trì, phóng dật;
Như kẻ chăn bò người,
Không phần Sa môn hạnh.

20. Dầu nói ít kinh điển,
Nhưng hành pháp, tùy pháp,
Từ bỏ tham, sân, si,
Tĩnh giác, tâm giải thoát,
Không chấp thủ hai đời,
Dự phần Sa môn hạnh.

Chú thích:
[1] Áo màu vàng, chỉ bậc xuất gia.

---o0o---

2. Phẩm Không Phóng Dật

---o0o---

21. Không phóng dật, đường sống,
Phóng dật là đường chết.
Không phóng dật, không chết,
Phóng dật như chết rồi.

22. Biết rõ sai biệt ấy,
Người trí không phóng dật,
Hoan hỷ, không phóng dật,
An vui hạnh bậc Thánh.

23. Người hằng tu thiền định,
Thường kiên trì tinh tấn.
Bậc trí hưởng Niết Bàn,
Đạt an tịnh vô thượng.

24. Nỗ lực, giữ chánh niệm,
Tịnh hạnh, hành thận trọng
Tự điều, sống theo pháp,
Ai sống không phóng dật,
Tiếng lành ngày tăng trưởng.

25. Nỗ lực, không phóng dật,
Tự điều, khéo chế ngự.
Bậc trí xây hòn đảo,
Nước lụt khó ngập tràn.

26. Chúng ngu si, thiếu trí,
Chuyên sống đời phóng dật.
Người trí, không phóng dật,
Như giữ tài sản quý.

27. Chớ sống đời phóng dật,
Chớ mê say dục lạc.
Không phóng dật, thiền định,

Đạt được an lạc lớn.

28. Người trí dẹp phóng dật,
Với hạnh không phóng dật,
Leo lầu cao trí tuệ,
Không sầu, nhìn khổ sầu,
Bậc trí đứng núi cao,
Nhìn kẻ ngu, đất bằng.

29. Tinh cần giữa phóng dật,
Tỉnh thức giữa quần mê.
Người trí như ngựa phi,
Bỏ sau con ngựa hèn.

30. Đế Thích [1] không phóng dật,
Đạt ngôi vị Thiên chủ.
Không phóng dật, được khen ;
Phóng dật, thường bị trách.

31. Vui thích không phóng dật,
Tỷ kheo sợ phóng dật,
Bước tới như lửa hừng,
Thiêu kiết sử lớn nhỏ.

32. Vui thích không phóng dật,
Tỷ kheo sợ phóng dật,
Không thể bị thối đọa,
Nhất định gần Niết Bàn.

Chú thích:
[1] Đế Thích: Magha (Manavaka), vị lãnh đạo chư Thiên

---o0o---
3. Phẩm Tâm
---o0o---

33. Tâm hoảng hốt giao động,
Khó hộ trì, khó nhiếp,
Người trí làm tâm thẳng,
Như thợ tên, làm tên.

34. Như cá quăng lên bờ,
Vất ra ngoài thủy giới;
Tâm này vùng vẫy mạnh,
Hãy đoạn thế lực Ma.

35. Khó nắm giữ, khinh động,
Theo các dục quay cuồng.
Lành thay, điều phục tâm;
Tâm điều, an lạc đến.

36. Tâm khó thấy, tế nhị,
Theo các dục quay cuồng.
Người trí phòng hộ tâm,
Tâm hộ, an lạc đến.

37. Chạy xa, sống một mình,
Không thân, ẩn hang sâu [1]
Ai điều phục được tâm,
Thoát khỏi Ma trói buộc. [2]

38. Ai tâm không an trú,
Không biết chân diệu pháp,
Tịnh tín bị rúng động,
Trí tuệ không viên thành.

39. Tâm không đầy tràn dục,
Tâm không (hận) công phá,
Đoạn tuyệt mọi thiện ác,
Kẻ tỉnh không sợ hãi.

40. Biết thân như đồ gốm,
Trú tâm như thành trì,
Chống Ma với gươm trí ;
Giữ chiến thắng [3] không tham [4]

41. Không bao lâu thân này,
Sẽ nằm dài trên đất,
Bị vất bỏ, vô thức,
Như khúc cây vô dụng.

42. Kẻ thù hại kẻ thù,
Oan gia hại oan gia,
Không bằng tâm hướng tà, [5]
Gây ác cho tự thân.

43. Điều mẹ cha bà con,
Không có thể làm được,
Tâm hướng chánh làm được
Làm được tốt đẹp hơn.

Chú thích:
[1] Trú xứ của Thức
[2] Dục giới, sắc giới, vô sắc giới
[3] Tức là quán (vipassana) mới chứng được.
[4] Đối với các thiền mới chứng
[5] Hướng về 10 pháp bất thiện như sát sanh v.v…

---o0o---

4. Phẩm Hoa

---o0o---

44. "Ai chinh phục đất này
Dạ ma, Thiên giới này?
Ai khéo giảng Pháp cú,
Như người khéo hái hoa?"

45. "Hữu học chinh phục đất,
Dạ ma, Thiên giới này.
Hữu học giảng Pháp cú,
Như người khéo hái hoa."

46. "Biết thân như bọt nước,
Ngộ thân là như huyễn,
Bẻ tên hoa của ma,
Vượt tầm mắt thần chết."

47. "Người nhặt các loại hoa,
Ý đắm say, tham nhiễm,
Bị thần chết mang đi,
Như lụt trôi làng ngủ."

48. Người nhặt các loại hoa,
Ý đắm say tham nhiễm,
Các dục chưa thỏa mãn,
Đã bị chết chinh phục."

49. "Như ong đến với hoa,
Không hại sắc và hương,
Che chở hoa, lấy nhụy.
Bậc Thánh đi vào làng ".

50. "Không nên nhìn lỗi người,
Người làm hay không làm.
Nên nhìn tự chính mình.
Có làm hay không làm."

51. "Như bông hoa tươi đẹp,
Có sắc nhưng không hương.
Cũng vậy, lời khéo nói,
Không làm, không kết quả."

52. "Như bông hoa tươi đẹp,
Có sắc lại thêm hương;
Cũng vậy, lời khéo nói,
Có làm, có kết quả."

53. "Như từ một đống hoa,
Nhiều tràng hoa được làm.
Cũng vậy, thân sanh tử,
Phải làm nhiều việc lành."

54. "Hương các loại hoa thơm
Không ngược bay chiều gió
Nhưng hương người đức hạnh
Ngược gió khắp tung bay
Chỉ có bậc chân nhân
Tỏa khắp mọi phương trời."

55. "Hoa chiên đàn, già la,
Hoa sen, hoa vũ quý,

Giữa những hương hoa ấy,
Giới hương là vô thượng."

56. "Ít giá trị hương này,
Hương già la, chiên đàn;
Chỉ hương người đức hạnh,
Tối thượng tỏa Thiên giới."

57. "Nhưng ai có giới hạnh,
An trú không phóng dật,
Chánh trí, chơn giải thoát,
Ác ma không thấy đường."

58. "Như giữa đống rác nhớp,
Quăng bỏ trên đường lớn,
Chỗ ấy hoa sen nở,
Thơm sạch, đẹp ý người."

59. "Cũng vậy giữa quần sanh,
Uế nhiễm, mù, phàm tục,
Đệ tử bậc Chánh Giác,
Sáng ngời với Tuệ Trí."

---o0o---

5. Phẩm Ngu

---o0o---

60. "Đêm dài cho kẻ thức,
Đường dài cho kẻ mệt,
Luân hồi dài, kẻ ngu,
Không biết chơn diệu pháp."

61. "Tìm không được bạn đường,
Hơn mình hay bằng mình,
Thà quyết sống một mình,
Không bè bạn kẻ ngu."

62. "Con tôi, tài sản tôi,
Người ngu sanh ưu não,
Tự ta, ta không có,
Con đâu, tài sản đâu."

63. "Người ngu nghĩ mình ngu,
Nhờ vậy thành có trí.
Người ngu tưởng có trí,
Thật xứng gọi chí ngu."

64. "Người ngu, dầu trọn đời,
Thân cận người có trí,
Không biết được Chánh pháp,
Như muỗng với vị canh."

65. "Người trí, dầu một khắc,
Thân cận người có trí,
Biết ngay chân diệu pháp,
Như lưỡi với vị canh."

66. "Người ngu si thiếu trí,
Tự ngã thành kẻ thù.
Làm các nghiệp không thiện,
Phải chịu quả đắng cay."

67. "Nghiệp làm không chánh thiện,
Làm rồi sanh ăn năn,
Mặt nhuốm lệ, khóc than,
Lãnh chịu quả dị thục."

68. "Và nghiệp làm chánh thiện,
Làm rồi không ăn năn,
Hoan hỷ, ý đẹp lòng,
Hưởng thọ quả dị thục."

69. "Người ngu nghĩ là ngọt,
Khi ác chưa chín muồi;
Ác nghiệp chín muồi rồi,
Người ngu chịu khổ đau."

70. "Tháng tháng với ngọn cỏ,
Người ngu có ăn uống
Không bằng phần mười sáu
Người hiểu pháp hữu vi."

71. "Nghiệp ác đã được làm,
Như sữa, không đông ngay,
Cháy ngầm theo kẻ ngu,
Như lửa tro che đậy."

72. "Tự nó chịu bất hạnh,
Khi danh đến kẻ ngu.
Vận may bị tổn hại,
Đầu nó bị nát tan."

73. "Ưa danh không tương xứng,
Muốn ngồi trước tỷ kheo,
Ưa quyền tại tịnh xá,
Muốn mọi người lễ kính."

74. "Mong cả hai tăng, tục,
Nghĩ rằng (chính ta làm).
Trong mọi việc lớn nhỏ,
Phải theo mệnh lệnh ta "
Người ngu nghĩ như vậy
Dục và mạn tăng trưởng.

75. "Khác thay duyên thế lợi,
Khác thay đường Niết Bàn.
Tỷ kheo, đệ tử Phật,
Hãy như vậy thắng tri.
Chớ ưa thích cung kính,
Hãy tu hạnh viễn ly."

---o0o---

Phẩm Hiền Trí

---o0o---

76. "Nếu thấy bậc hiền trí,
Chỉ lỗi và khiển trách,
Như chỉ chỗ chôn vàng
Hãy thân cận người trí!
Thân cận người như vậy,
Chỉ tốt hơn, không xấu."

77. "Những người hay khuyên dạy,
Ngăn người khác làm ác,
Được người hiền kính yêu,
Bị người ác không thích."

78. "Chớ thân với bạn ác,
Chớ thân kẻ tiểu nhân.
Hãy thân người bạn lành,
Hãy thân bậc thượng nhân."

79. "Pháp hỷ đem an lạc,
Với tâm tư thuần tịnh;
Người trí thường hoan hỷ,
Với pháp bậc Thánh thuyết."

80. "Người trị thủy dẫn nước,
Kẻ làm tên nắn tên,
Người thợ mộc uốn gỗ,
Bậc trí nhiếp tự thân."

81. "Như đá tảng kiên cố,
Không gió nào giao động,
Cũng vậy, giữa khen chê,
Người trí không giao động."

82. "Như hồ nước sâu thẳm,
Trong sáng, không khuấy đục,
Cũng vậy, nghe chánh pháp,
Người trí hưởng tịnh lạc."

83. "Người hiền bỏ tất cả,
Người lành không bàn dục,
Dầu cảm thọ lạc khổ,
Bậc trí không vui buồn."

84. "Không vì mình, vì người.
Không cầu được con cái,
Không tài sản quốc độ,
Không cầu mình thành tựu,
Với việc làm phi pháp.

Vị ấy thật trì giới,
Có trí tuệ, đúng pháp."

85. "Ít người giữa nhân loại,
Đến được bờ bên kia
Còn số người còn lại,
Xuôi ngược chạy bờ này."

86. "Những ai hành trì pháp,
Theo chánh pháp khéo dạy,
Sẽ đến bờ bên kia,
Vượt ma lực khó thoát."

87.Kẻ trí bỏ pháp đen,
Tu tập theo pháp trắng.
Bỏ nhà, sống không nhà,
Sống viễn ly khổ lạc."

88. "Hãy cầu vui Niết Bàn,
Bỏ dục, không sở hữu,
Kẻ trí tự rửa sạch,
Cấu uế từ nội tâm."

89. "Những ai với chánh tâm,
Khéo tu tập giác chi,
Từ bỏ mọi ái nhiễm,
Hoan hỷ không chấp thủ.
Không lậu hoặc, sáng chói,
Sống tịch tịnh ở đời."

---o0o---

Phẩm A La Hán

---o0o---

90. "Đích đã đến, không sầu,
Giải thoát ngoài tất cả,
Đoạn trừ mọi buộc ràng,
Vị ấy không nhiệt não."

91. "Tự sách tấn, chánh niệm,
Không thích cư xá nào,

Như ngỗng trời rời ao,
Bỏ sau mọi trú ẩn."

92. "Tài sản không chất chứa,
Ăn uống biết liễu tri,
Tự tại trong hành xứ,
"Không vô tướng, giải thoát, "
Như chim giữa hư không,
Hướng chúng đi khó tìm."

93. "Ai lậu hoặc đoạn sạch,
Ăn uống không tham đắm,
Tự tại trong hành xứ,
"Không, vô tướng giải thoát. "
Như chim giữa hư không,
Dấu chân thật khó tìm. "

94. "Ai nhiếp phục các căn,
Như đánh xe điều ngự,
Mạn trừ, lậu hoặc dứt,
Người vậy, Chư Thiên mến."

95. "Như đất, không hiềm hận,
Như cột trụ, kiên trì,
Như hồ, không bùn nhơ,
Không luân hồi, vị ấy."

96. "Người tâm ý an tịnh,
Lời an, nghiệp cũng an,
Chánh trí, chơn giải thoát,
Tịnh lạc là vị ấy."

97. "Không tin, hiểu vô vi.
Người cắt mọi hệ lụy
Cơ hội tận, xả ly
Vị ấy thật tối thượng."

98. "Làng mạc hay rừng núi
Thung lũng hay đồi cao,
La Hán trú chỗ nào,
Đất ấy thật khả ái ".

99. "Khả ái thay núi rừng,
Chỗ người phàm không ưa,
Vị ly tham ưa thích,
Vì không tìm dục lạc."

---o0o---
Phẩm Ngàn
---o0o---

100. "Dầu nói ngàn ngàn lời,
Nhưng không gì lợi ích,
Tốt hơn một câu nghĩa,
Nghe xong, được tịnh lạc."

101. "Dầu nói ngàn câu kệ
Nhưng không gì lợi ích,
Tốt hơn nói một câu,
Nghe xong, được tịnh lạc."

102 "Dầu nói trăm câu kệ
Nhưng không gì lợi ích,
Tốt hơn một câu pháp,
Nghe xong, được tịnh lạc."

103. "Dầu tại bãi chiến trường
Thắng ngàn ngàn quân địch,
Tự thắng mình tốt hơn,
Thật chiến thắng tối thượng."

104. "Tự thắng, tốt đẹp hơn,
Hơn chiến thắng người khác.
Người khéo điều phục mình,
Thường sống tự chế ngự."

105. "Dầu Thiên Thần, Thát Bà,
Dầu Ma vương, Phạm Thiên
Không ai chiến thắng nổi,
Người tự thắng như vậy."

106. "Tháng tháng bỏ ngàn vàng,

Tế tự cả trăm năm,
Chẳng bằng trong giây lát,
Cúng dường bậc tự tu.
Cùng dường vậy tốt hơn,
Hơn trăm năm tế tự."

107. "Dầu trải một trăm năm,
Thờ lửa tại rừng sâu,
Chẳng bằng trong giây lát,
Cúng dường bậc tự tu.
Cúng dường vậy tốt hơn,
Hơn trăm năm tế tự."

108. "Suốt năm cúng tế vật,
Để cầu phước ở đời.
Không bằng một phần tư
Kính lễ bậc chánh trực."

109. "Thường tôn trọng, kính lễ
Bậc kỳ lão trưởng thượng,
Bốn pháp được tăng trưởng:
Thọ, sắc, lạc, sức mạnh."

110.Dầu sống một trăm năm
Ác giới, không thiền định,
Tốt hơn sống một ngày,
Trì giới, tu thiền định."

111. "Ai sống một trăm năm,
Ác tuệ, không thiền định.
Tốt hơn sống một ngày,
Có tuệ, tu thiền định."

112. "Ai sống một trăm năm,
Lười nhác không tinh tấn,
Tốt hơn sống một ngày
Tinh tấn tận sức mình."

113. "Ai sống một trăm năm,
Không thấy pháp sinh diệt,

Tốt hơn sống một ngày,
Thấy được pháp sinh diệt."

114. "Ai sống một trăm năm,
Không thấy câu bất tử,
Tốt hơn sống một ngày,
Thấy được câu bất tử."

115. "Ai sống một trăm năm,
Không thấy pháp tối thượng,
Tốt hơn sống một ngày,
Thấy được pháp tối thượng."

---o0o---
Phẩm Ác
---o0o---

116. "Hãy gấp làm điều lành,
Ngăn tâm làm điều ác.
Ai chậm làm việc lành,
Ý ưa thích việc ác."

117. "Nếu người làm điều ác,
Chớ tiếp tục làm thêm.
Chớ ước muốn điều ác,
Chứa ác, tất chịu khổ."

118. "Nếu người làm điều thiện,
Nên tiếp tục làm thêm.
Hãy ước muốn điều thiện,
Chứa thiện, được an lạc."

119. "Người ác thấy là hiền.
Khi ác chưa chín muồi,
Khi ác nghiệp chín muồi,
Người ác mới thấy ác."

120. "Người hiền thấy là ác,
Khi thiện chưa chín muồi.
Khi thiện được chín muồi,
Người hiền thấy là thiện."

121. "Chớ chê khinh điều ác,
Cho rằng "chưa đến mình ",
Như nước nhỏ từng giọt,
Rồi bình cũng đầy tràn.
Người ngu chứa đầy ác
Do chất chứa dần dần."

122. "Chớ chê khinh điều thiện
Cho rằng "Chưa đến mình, "
Như nước nhỏ từng giọt,
Rồi bình cũng đầy tràn.
Người trí chứa đầy thiện,
Do chất chứa dần dần."

123. "Ít bạn đường, nhiều tiền,
Người buôn tránh đường hiểm.
Muốn sống, tránh thuốc độc,
Hãy tránh ác như vậy."

124. "Bàn tay không thương tích,
Có thể cầm thuốc độc.
Không thương tích, tránh độc,
Không làm, không có ác."

125. "Hại người không ác tâm,
Người thanh tịnh, không uế,
Tội ác đến kẻ ngu,
Như ngược gió tung bụi."

126. "Một số sinh bào thai,
Kẻ ác sinh địa ngục,
Người thiện lên cõi trời,
Vô lậu chứng Niết Bàn."

127. "Không trên trời, giữa biển,
Không lánh vào động núi,
Không chỗ nào trên đời,
Trốn được quả ác nghiệp."

128. "Không trên trời, giữa biển,
Không lánh vào động núi,
Không chỗ nào trên đời,
Trốn khỏi tay thần chết."

---o0o---

Phẩm Hình Phạt

---o0o---

129. "Mọi người sợ hình phạt,
Mọi người sợ tử vong.
Lấy mình làm ví dụ
Không giết, không bảo giết."

130. "Mọi người sợ hình phạt,
Mọi người thích sống còn;
Lấy mình làm ví dụ,
Không giết, không bảo giết."

131. "Chúng sanh cầu an lạc,
Ai dùng trượng hại người,
Để tìm lạc cho mình,
Đời sau không được lạc."

132. "Chúng sanh cầu an lạc,
Không dùng trượng hại người,
Để tìm lạc cho mình,
Đời sau được hưởng lạc."

133. "Chớ nói lời ác độc,
Nói ác, bị nói lại,
Khổ thay lời phẩn nộ,
Đao trượng phản chạm mình."

134. "Nếu tự mình yên lặng,
Như chiếc chuông bị bể.
Ngươi đã chứng Niết Bàn
Ngươi không còn phẩn nộ."

135. "Với gậy người chăn bò,
Lùa bò ra bãi cỏ;

Cũng vậy, già và chết,
Lùa người đến mạng chung."

136. "Người ngu làm điều ác,
Không ý thức việc làm.
Do tự nghiệp, người ngu
Bị nung nấu, như lửa."

137. "Dùng trượng phạt không trượng,
Làm ác người không ác.
Trong mười loại khổ đau,
Chịu gấp một loại khổ."

138. "Hoặc khổ thọ khốc liệt,
Thân thể bị thương vong,
Hoặc thọ bệnh kịch liệt,
Hay loạn ý tán tâm."

139. "Hoặc tai họa từ vua,
Hay bị vu trọng tội;
Bà con phải ly tán,
Tài sản bị nát tan."

140. "Hoặc phòng ốc nhà cửa
Bị hỏa tai thiêu đốt.
Khi thân hoại mạng chung,
Ác tuệ sanh địa ngục."

141. "Không phải sống lõa thể
Bện tóc, tro trét mình,
Tuyệt thực, lăn trên đất,
Sống nhớp, siêng ngồi xổm,
Làm con người được sạch,
Nếu không trừ nghi hoặc."

142 "Ai sống tự trang sức,
Nhưng an tịnh, nhiếp phục,
Sống kiên trì, phạm hạnh,
Không hại mọi sinh linh,
Vị ấy là phạm chí,
Hay sa môn, khất sĩ."

143. "Thật khó tìm ở đời,
Người biết thẹn, tự chế,
Biết tránh né chỉ trích
Như ngựa hiền tránh roi."

144. "Như ngựa hiền chạm roi,
Hãy nhiệt tâm, hăng hái,
Với tín, giới, tinh tấn,
Thiền định cùng trạch pháp.
Minh hạnh đủ, chánh niệm,
Đoạn khổ này vô lượng."

145. "Người trị thủy dẫn nước,
Kẻ làm tên nắn tên,
Người thợ mộc uốn ván,
Bậc tự điều, điều thân."

---o0o---
Phẩm Già
---o0o---

146. "Cười gì, hân hoan gì,
Khi đời mãi bị thiêu?
Bị tối tăm bao trùm,
Sao không tìm ngọn đèn?"

147. "Hãy xem bong bóng đẹp,
Chỗ chất chứa vết thương,
Bệnh hoạn nhiều suy tư,
Thật không gì trường cửu."

148. "Sắc này bị suy già,
Ổ tật bệnh, mỏng manh,
Nhóm bất tịnh, đổ vỡ,
Chết chấm dứt mạng sống."

149. "Như trái bầu mù thu,
Bị vất bỏ quăng đi,

Nhóm xương trắng bồ câu,
Thấy chúng còn vui gì?”

150. “Thành này làm bằng xương,
Quét tô bằng thịt máu,
Ở đây già và chết,
Mạn, lừa đảo chất chứa.”

151. “Xe vua đẹp cũng già.
Thân này rồi sẽ già,
Pháp bậc thiện, không già.
Như vậy bậc chí thiện
Nói lên cho bậc thiện.”
152. “Người ít nghe kém học,
Lớn già như trâu đực.
Thịt nó tuy lớn lên,
Nhưng tuệ không tăng trưởng.”

153. “Lang thang bao kiếp sống
Ta tìm nhưng chẳng gặp,
Người xây dựng nhà này,
Khổ thay, phải tái sanh.”

154. “Ôi! Người làm nhà kia
Nay ta đã thấy ngươi!
Ngươi không làm nhà nữa.
Đòn tay ngươi bị gẫy,
Kèo cột ngươi bị tan
Tâm ta đạt tịch diệt,
Tham ái thảy tiêu vong.”

155. “Lúc trẻ, không phạm hạnh,
Không tìm kiếm bạc tiền.
Như cò già bên ao,
Ủ rũ, không tôm cá.”

156. “Lúc trẻ không phạm hạnh,
Không tìm kiếm bạc tiền;
Như cây cung bị gẫy,
Thở than những ngày qua.”

---o0o---
Phẩm Tự Ngã
---o0o---

157. "Nếu biết yêu tự ngã,
Phải khéo bảo vệ mình,
Người trí trong ba canh,
Phải luôn luôn tỉnh thức."

158. "Trước hết tự đặt mình,
Vào những gì thích đáng.
Sau mới giáo hóa người,
Người trí khỏi bị nhiễm."

159. "Hãy tự làm cho mình,
Như điều mình dạy người.
Khéo tự điều, điều người,
Khó thay, tự điều phục!"

160. "Tự mình y chỉ mình,
Nào có y chỉ khác.
Nhờ khéo điều phục mình,
Được y chỉ khó được."

161. "Điều ác tự mình làm,
Tự mình sanh, mình tạo.
Nghiền nát kẻ ngu si,
Như kim cương, ngọc báu."

162. "Phá giới quá trầm trọng,
Như dây leo bám cây
Gieo hại cho tự thân,
Như kẻ thù mong ước."

163. "Dễ làm các điều ác,
Dễ làm tự hại mình.
Còn việc lành, việc tốt,
Thật tối thượng khó làm."

164. "Kẻ ngu si miệt thị,
Giáo pháp bậc La Hán,

Bậc Thánh, bậc chánh mạng.
Chính do ác kiến này,
Như quả loại cây lau
Mang quả tự hoại diệt."

165. "Tự mình, làm điều ác,
Tự mình làm nhiễm ô,
Tự mình không làm ác,
Tự mình làm thanh tịnh.
Tịnh, không tịnh tự mình,
Không ai thanh tịnh ai!"

166. "Chớ theo pháp hạ liệt.
Chớ sống mặc, buông lung;
Chớ tin theo tà kiến,
Chớ tăng trưởng tục trần."

---o0o---

Phẩm Thế Gian

---o0o---

167. "Dầu lợi người bao nhiêu,
Chớ quên phần tư lợi,
Nhờ thắng trí tư lợi.
Hãy chuyên tâm lợi mình."

168. "Nỗ lực, chớ phóng dật!
Hãy sống theo chánh hạnh;
Người chánh hạnh hưởng lạc,
Cả đời này, đời sau."

169. "Hãy khéo sống chánh hạnh,
Chớ sống theo tà hạnh!
Người chánh hạnh hưởng lạc,
Cả đời này, đời sau."

170. "Hãy nhìn như bọt nước,
Hãy nhìn như cảnh huyễn!
Quán nhìn đời như vậy,
Thần chết không bắt gặp."

171. "Hãy đến nhìn đời này,
Như xe vua lộng lẫy,
Người ngu mới tham đắm,
Kẻ trí nào đắm say."

172. "Ai sống trước buông lung,
Sau sống không phóng dật,
Chói sáng rực đời này.
Như trăng thoát mây che."

173. "Ai dùng các hạnh lành,
Làm xóa mờ nghiệp ác,
Chói sáng rực đời này,
Như trăng thoát mây che."

174. "Đời này thật mù quáng,
Ít kẻ thấy rõ ràng.
Như chim thoát khỏi lưới,
Rất ít đi thiên giới."

175. "Như chim thiên nga bay,
Thần thông liệng giữa trời;
Chiến thắng ma, ma quân,
Kẻ trí thoát đời này."

176. "Ai vi phạm một pháp,
Ai nói lời vọng ngữ,
Ai bác bỏ đời sau,
Không ác nào không làm."

177. "Keo kiết không sanh thiên,
Kẻ ngu ghét bố thí,
Người trí thích bố thí,
Đời sau, được hưởng lạc."

178. "Hơn thống lãnh cõi đất,
Hơn được sanh cõi trời,
Hơn chủ trì vũ trụ,
Quả Dự Lưu tối thắng."

---o0o---
Phẩm Phật Đà
---o0o---

179. "Vị chiến thắng không bại,
Vị bước đi trên đời,
Không dấu tích chiến thắng,
Phật giới rộng mênh mông,
Ai dùng chân theo dõi
Bậc không để dấu tích?"

180. "Ai giải tỏa lưới tham,
Ái phược hết dắt dẫn,
Phật giới rộng mênh mông,
Ai dùng chân theo dõi,
Bậc không để dấu tích?"

181. "Người trí chuyên thiền định,
Thích an tịnh viễn ly,
Chư thiên đều ái kính,
Bậc chánh giác, chánh niệm."

182. "Khó thay, được làm người,
Khó thay, được sống còn,
Khó thay, nghe diệu pháp,
Khó thay, Phật ra đời!"

183. "Không làm mọi điều ác.
Thành tựu các hạnh lành,
Tâm ý giữ trong sạch,
Chính lời chư Phật dạy."

184. "Chư Phật thường giảng dạy;
Nhẫn, khổ hạnh tối thượng,
Niết bàn, quả tối thượng;
Xuất gia không phá người;
Sa môn không hại người."

185. "Không phỉ báng, phá hoại,
Hộ trì giới căn bản,
Ăn uống có tiết độ,

Sàng tọa chỗ nhàn tịnh
Chuyên chú tăng thượng tâm,
Chính lời chư Phật dạy."

186. "Dầu mưa bằng tiền vàng,
Các dục khó thỏa mãn.
Dục đắng nhiều ngọt ít,
Biết vậy là bậc trí."

187. "Đệ tử bậc chánh giác,
Không tìm cầu dục lạc,
Dầu là dục chư thiên,
Chỉ ưa thích ái diệt."

188. "Loài người sợ hoảng hốt,
Tìm nhiều chỗ quy y,
Hoặc rừng rậm, núi non,
Hoặc vườn cây, đền tháp."

189. "Quy y ấy không ổn,
Không quy y tối thượng.
Quy y các chỗ ấy,
Không thoát mọi khổ đau."

190. "Ai quy y Đức Phật,
Chánh pháp và chư tăng,
Ai dùng chánh tri kiến,
Thấy được bốn Thánh đế."

191. "Thấy khổ và khổ tập,
Thấy sự khổ vượt qua,
Thấy đường Thánh tám ngành,
Đưa đến khổ não tận."

192. "Thật quy y an ổn,
Thật quy y tối thượng,
Có quy y như vậy,
Mới thoát mọi khổ đau."

193. "Khó gặp bậc thánh nhơn,
Không phải đâu cũng có.

Chỗ nào bậc trí sanh,
Gia đình tất an lạc."

194. "Vui thay, Phật ra đời!
Vui thay, Pháp được giảng!
Vui thay, Tăng hòa hợp!
Hòa hợp tu, vui thay!"

195. "Cúng dường bậc đáng cúng,
Chư Phật hoặc đệ tử,
Các bậc vượt hý luận,
Đoạn diệt mọi sầu bi."

196. "Cúng dường bậc như vậy,
Tịch tịnh, không sợ hãi,
Các công đức như vậy,
Không ai ước lường được."

---o0o---
Phẩm An Lạc
---o0o---

197. "Vui thay, chúng ta sống,
Không hận, giữa hận thù!
Giữa những người thù hận,
Ta sống, không hận thù!"

198. "Vui thay, chúng ta sống,
Không bệnh, giữa ốm đau!
Giữa những người bệnh hoạn,
Ta sống, không ốm đau."

199. "Vui thay, chúng ta sống,
Không rộn giữa rộn ràng;
Giữa những người rộn ràng,
Ta sống, không rộn ràng."

200. "Vui thay chúng ta sống,
Không gì, gọi của ta.
Ta sẽ hưởng hỷ lạc,
Như chư thiên Quang Âm."

201. “Chiến thắng sinh thù oán,
Thất bại chịu khổ đau,
Sống tịch tịnh an lạc.
Bỏ sau mọi thắng bại.”

202. “Lửa nào sánh lửa tham?
Ác nào bằng sân hận?
Khổ nào sánh khổ uẩn,
Lạc nào bằng tịnh lạc.”

203. “Đói ăn, bệnh tối thượng,
Các hành, khổ tối thượng,
Hiểu như thực là vậy,
Niết Bàn, lạc tối thượng.”

204 “Không bệnh, lợi tối thượng,
Biết đủ, tiền tối thượng,
Thành tín đối với nhau,
Là bà con tối thượng.
Niết Bàn, lạc tối thượng.”

205. “Đã nếm vị độc cư,
Được hưởng vị nhàn tịnh,
Không sợ hải, không ác,
Nếm được vị pháp hỷ.”

206. “Lành thay, thấy thánh nhân,
Sống chung thường hưởng lạc.
Không thấy những người ngu,
Thường thường được an lạc.”

207. “Sống chung với người ngu,
Lâu dài bị lo buồn.
Khổ thay gần người ngu,
Như thường sống kẻ thù.
Vui thay, gần người trí,
Như chung sống bà con.”

208. “Bậc hiền sĩ, trí tuệ
Bậc nghe nhiều, trì giới,

Bậc tự chế, Thánh nhân;
Hãy gần gũi, thân cận
Thiện nhân, trí giả ấy,
Như trăng theo đường sao."

---o0o---
Phẩm Hỷ Ái
---o0o---

209. "Tự chuyên, không đáng chuyên
Không chuyên, việc đáng chuyên.
Bỏ đích, theo hỷ ái,
Ganh tị bậc tự chuyên."

210. "Chớ gần gũi người yêu,
Trọn đời xa kẻ ghét.
Yêu không gặp là khổ,
Oán phải gặp cũng đau."

211. "Do vậy chớ yêu ai,
Ái biệt ly là ác;
Những ai không yêu ghét,
Không thể có buộc ràng."

212. "Do ái sinh sầu ưu,
Do ái sinh sợ hãi,
Ai thoát khỏi tham ái,
Không sầu, đâu sợ hãi?"

213. "Ái luyến sinh sầu ưu,
Ái luyến sinh sợ hãi.
Ai giải thoát ái luyến
Không sầu, đâu sợ hãi?"

214. "Hỷ ái sinh sầu ưu,
Hỷ ái sinh sợ hãi.
Ai giải thoát hỷ ái,
Không sầu, đâu sợ hãi?

215. "Dục ái sinh sầu ưu,
Dục ái sinh sợ hãi,

Ai thoát khỏi dục ái,
Không sầu, đâu sợ hãi?”

216. “Tham ái sinh sầu ưu,
Tham ái sinh sợ hãi.
Ai thoát khỏi tham ái,
Không sầu, đâu sợ hãi.”

217. “Đủ giới đức, chánh kiến;
Trú pháp, chứng chân lý,
Tự làm công việc mình,
Được quần chúng ái kính.”

218. “Ước vọng pháp ly ngôn
Ý cảm xúc thượng quả
Tâm thoát ly ác dục,
Xứng gọi bậc Thượng Lưu.”

219. “Khách lâu ngày ly hương,
An toàn từ xa về,
Bà con cùng thân hữu,
Hân hoan đón chào mừng.”

220. “Cũng vậy các phước nghiệp,
Đón chào người làm lành,
Đời này đến đời kia.
Như thân nhân, đón chào.”

---o0o---

Phẩm Phẫn Nộ

---o0o---

221. “Bỏ phẫn nộ, ly mạn,
Vượt qua mọi kiết sử,
Không chấp trước danh sắc.
Khổ không theo vô sản.”

222. “Ai chận được phẫn nộ,
Như dừng xe đang lăn,
Ta gọi người đánh xe,
Kẻ khác, cầm cương hờ.”

223. “Lấy không giận thắng giận,
Lấy thiện thắng không thiện,
Lấy thí thắng xan tham,
Lấy chơn thắng hư ngụy.”

224. “Nói thật, không phẫn nộ,
Của ít, thí người xin,
Nhờ ba việc lành này,
Người đến gần thiên giới.”

225. “Bậc hiền không hại ai,
Thân thường được chế ngự,
Đạt được cảnh bất tử,
Đến đây, không ưu sầu.”

226. “Những người thường giác tỉnh,
Ngày đêm siêng tu học,
Chuyên tâm hướng Niết Bàn,
Mọi lậu hoặc được tiêu.”

227. “A-tu-la, nên biết,
Xưa vậy, nay cũng vậy,
Ngồi im, bị người chê,
Nói nhiều bị người chê.
Nói vừa phải, bị chê.
Làm người không bị chê,
Thật khó tìm ở đời.”

228. “Xưa, vị lai, và nay,
Đâu có sự kiện này,
Người hoàn toàn bị chê,
Người trọn vẹn được khen.”

229. “Sáng sáng, thẩm xét kỹ.
Bậc có trí tán thán.
Bậc trí không tỳ vết,
Đầy đủ giới định tuệ.”

230. “Hạnh sáng như vàng ròng,
Ai dám chê vị ấy?

Chư thiên phải khen thưởng,
Phạm Thiên cũng tán dương ".

231. "Giữ thân đừng phẫn nộ,
Phòng thân khéo bảo vệ,
Từ bỏ thân làm ác,
Với thân làm hạnh lành."

232 "Giữ lời đừng phẫn nộ,
Phòng lời, khéo bảo vệ,
Từ bỏ lời thô ác,
Với lời, nói điều lành."

233. "Giữ ý đừng phẫn nộ,
Phòng ý, khéo bảo vệ,
Từ bỏ ý nghĩ ác,
Với ý, nghĩ hạnh lành.'

234. "Bậc trí bảo vệ thân,
Bảo vệ luôn lời nói
Bảo vệ cả tâm tư,
Ba nghiệp khéo bảo vệ."

---o0o---
Phẩm Cấu Uế
---o0o---

235. "Ngươi nay giống lá héo,
Diêm sứ đang chờ ngươi,
Ngươi đứng trước cửa chết,
Đường trường thiếu tư lương."

236. "Hãy tự làm hòn đảo,
Tinh cần gấp, sáng suốt.
Trừ cấu uế, thanh tịnh,
Đến Thánh địa chư Thiên."

237. "Đời ngươi nay sắp tàn,
Tiến gần đến Diêm Vương.
Giữa đường không nơi nghỉ,
Đường trường thiếu tư lương."

238. “Hãy tự làm hòn đảo,
Tinh cần gấp sáng suốt.
Trừ cấu uế, thanh tịnh,
Chẳng trở lại sanh già.”

239. “Bậc trí theo tuần tự.
Từng sát na trừ dần.
Như thợ vàng lọc bụi
Trừ cấu uế nơi mình.”

240. “Như sét từ sắt sanh,
Sắt sanh lại ăn sắt,
Cũng vậy, quá lợi dưỡng
Tự nghiệp dẫn cõi ác.”

241. “Không tụng làm nhớp kinh,
Không đứng dậy, bẩn nhà,
Biếng nhác làm nhơ sắc,
Phóng dật uế người canh”

242. “Tà hạnh nhơ đàn bà,
Xan tham nhớp kẻ thí,
Ác pháp là vết nhơ,
Đời này và đời sau.”

243. “Trong hàng cấu uế ấy,
Vô minh, nhơ tối thượng,
Đoạn nhơ ấy, tỷ kheo,
Thành bậc không uế nhiễm.”

244. “Dễ thay, sống không hổ
Sống lỗ mãng như quạ,
Sống công kích huênh hoang,
Sống liều lĩnh, nhiễm ô.”

245. “Khó thay, sống xấu hổ,
Thường thường cầu thanh tịnh.
Sống vô tư, khiêm tốn,
Trong sạch và sáng suốt.”

246. “Ai ở đời sát sinh,

Nói láo không chân thật,
Ở đời lấy không cho,
Qua lại với vợ người."

247. "Uống rượu men, rượu nấu,
Người sống đam mê vậy,
Chính ngay tại đời này,
Tự đào bới gốc mình."

248. "Vậy người, hãy nên biết,
Không chế ngự là ác.
Chớ để tham phi pháp,
Làm người đau khổ dài."

249. "Do tín tâm, hỷ tâm
Loài người mới bố thí.
Ở đây ai bất mãn
Người khác được ăn uống,
Người ấy ngày hoặc đêm,
Không đạt được tâm định?"

250. "Ai cắt được, phá được,
Tận gốc nhổ tâm ấy.
Người ấy ngày hoặc đêm,
Đạt được tâm thiền định."

251. "Lửa nào bằng lửa tham!
Chấp nào bằng sân hận!
Lưới nào bằng lưới si!
Sông nào bằng sông ái! "

252. "Dễ thay thấy lỗi người,
Lỗi mình thấy mới khó.
Lỗi người ta phanh tìm,
Như sàng trấu trong gạo,
Còn lỗi mình, che đậy,
Như kẻ gian dấu bài."

253. "Ai thấy lỗi của người,
Thường sanh lòng chỉ trích,

Người ấy lậu hoặc tăng,
Rất xa lậu hoặc diệt."

254. "Hư không, không dấu chân,
Ngoài đây, không sa môn,
Chúng sanh thích hý luận,
Như lai, hý luận trừ."

255. "Hư không, không dấu chân,
Ngoài đây, không sa môn.
Các hành không thường trú,
Chư Phật không giao động."

---o0o---
Phẩm Pháp Trụ
---o0o---

256. "Ngươi đâu phải pháp trụ,
Xử sự quá chuyên chế,
Bậc trí cần phân biệt
Cả hai chánh và tà!"

257. "Không chuyên chế, đúng pháp,
Công bằng, dắt dẫn người,
Bậc trí sống đúng pháp,
Thật xứng danh pháp trụ."

258. "Không phải vì nói nhiều,
Mới xứng danh bậc trí.
An ổn, không oán sợ.
Thật đáng gọi bậc trí."

259. Không phải vì nói nhiều,
Mới xứng danh trì pháp,
Những ai tuy nghe ít,
Nhưng thân hành đúng pháp,
Không phóng túng chánh pháp,
Mới xứng danh trì pháp."

260. Không phải là trưởng lão,

Dầu cho có bạc đầu.
Người chỉ tuổi tác cao,
Được gọi là: "Lão ngu."

261. "Ai chân thật, đúng pháp,
Không hại, biết chế phục,
Bậc trí không cấu uế,
Mới xứng danh Trưởng Lão."

262. "Không phải nói lưu loát,
Không phải sắc mặt đẹp,
Thành được người lương thiện,
Nếu ganh, tham, dối trá."

263. "Ai cắt được, phá được
Tận gốc nhổ tâm ấy
Người trí ấy diệt sân,
Được gọi người hiền thiện."

264. "Đầu trọc, không sa môn
Nếu phóng túng, nói láo.
Ai còn đầy dục tham,
Sao được gọi sa môn?"

265. "Ai lắng dịu hoàn toàn,
Các điều ác lớn nhỏ,
Vì lắng dịu ác pháp,
Được gọi là Sa môn."

266. " Chỉ khất thực nhờ người,
Đâu phải là tỷ kheo!
Phải theo pháp toàn diện,
Khất sĩ không, không đủ."

267. " Ai vượt qua thiện ác,
Chuyên sống đời Phạm Hạnh,
Sống thẩm sát ở đời,
Mới xứng danh tỷ kheo."

268. "Im lặng nhưng ngu si,
Đâu được gọi ẩn sĩ?

Như người cầm cán cân,
Bậc trí chọn điều lành."

269. " Từ bỏ các ác pháp,
Mới thật là ẩn sĩ.
Ai thật hiểu hai đời
Mới được gọi ẩn sĩ."

270. " Còn sát hại sinh linh,
Đâu được gọi Hiền thánh.
Không hại mọi hữu tình,
Mới được gọi Hiền Thánh."

271. "Chẳng phải chỉ giới cấm
Cũng không phải học nhiều,
Chẳng phải chứng thiền định,
Sống thanh vắng một mình."

272. "Ta hưởng an ổn lạc,
Phàm phu chưa hưởng được.
Tỷ kheo, chớ tự tin
Khi lậu hoặc chưa diệt."

---o0o---
Phẩm Đạo
---o0o---

273. "Tám chánh, đường thù thắng,
Bốn câu, lý thù thắng.
Ly tham, pháp thù thắng,
Giữa các loài hai chân,
Pháp nhãn, người thù thắng."

274. "Đường này, không đường khác
Đưa đến kiến thanh tịnh.
Nếu ngươi theo đường này,
Ma quân sẽ mê loạn."

275. "Nếu người theo đường này,
Đau khổ được đoạn tận.

Ta dạy người con đường.
Với trí, gai chướng diệt."

276. "Người hãy nhiệt tình làm,
Như Lai chỉ thuyết dạy.
Người hành trì thiền định
Thoát trói buộc Ác ma."

277. "Tất cả hành vô thường "
Với Tuệ, quán thấy vậy
Đau khổ được nhàm chán;
Chính con đường thanh tịnh."

278. "Tất cả hành khổ đau
Với Tuệ quán thấy vậy,
Đau khổ được nhàm chán;
Chính con đường thanh tịnh."

279. "Tất cả pháp vô ngã,
Với Tuệ quán thấy vậy,
Đau khổ được nhàm chán
Chính con đường thanh tịnh."

280. "Khi cần, không nỗ lực,
Tuy trẻ mạnh, nhưng lười
Chí nhu nhược, biếng nhác.
Với trí tuệ thụ động,
Sao tìm được chánh đạo?"

281. "Lời nói được thận trọng,
Tâm tư khéo hộ phòng,
Thân chớ làm điều ác,
Hãy giữ ba nghiệp tịnh,
Chứng đạo Thánh nhân dạy."

282. "Tu Thiền, trí tuệ sanh,
Bỏ Thiền, trí tuệ diệt.
Biết con đường hai ngả
Đưa đến hữu, phi hữu,
Hãy tự mình nỗ lực,
Khiến trí tuệ tăng trưởng."

283. “Đốn rừng không đốn cây
Từ rừng, sinh sợ hãi;
Đốn rừng (1) và ái dục,
Tỷ kheo, hãy tịch tịnh.”

284. “Khi nào chưa cắt tiệt,
Ái dục giữa gái trai,
Tâm ý vẫn buộc ràng,
Như bò con vú mẹ.”

285. “Tự cắt dây ái dục,
Như tay bẻ sen thu,
Hãy tu đạo tịch tịnh,
Niết-Bàn, Thiện Thệ dạy.”

286. “Mùa mưa ta ở đây
Đông, hạ cũng ở đây,
Người ngu tâm tưởng vậy,
Không tự giác hiểm nguy.”

287. “Người tâm ý đắm say
Con cái và súc vật,
Tử thần bắt người ấy,
Như lụt trôi làng ngủ. ”

288. “Một khi tử thần đến,
Không có con che chở,
Không cha, không bà con,
Không thân thích che chở.”

289. “Biết rõ ý nghĩa này,
Bậc trí lo trì giới,
Mau lẹ làm thanh tịnh,
Con đường đến Niết-Bàn.”

Chú thích:

(1) Dục vọng

---o0o---
Phẩm Tạp Lục
---o0o---

290. "Nhờ từ bỏ lạc nhỏ,
Thấy được lạc lớn hơn,
Bậc trí bỏ lạc nhỏ,
Thấy được lạc lớn hơn."

291. "Gieo khổ đau cho người,
Mong cầu lạc cho mình,
Bị hận thù buộc ràng
Không sao thoát hận thù."

292. "Việc đáng làm, không làm,
Không đáng làm, lại làm,
Người ngạo mạn, phóng dật,
Lậu hoặc ắt tăng trưởng."

293. "Người siêng năng cần mẫn,
Thường thường quán thân niệm,
Không làm việc không đáng,
Gắng làm việc đáng làm,
Người tư niệm giác tỉnh,
Lậu hoặc được tiêu trừ."

294. "Sau khi giết mẹ cha,
Giết hai Vua Sát lỵ,
Giết vương quốc, quần thần
Vô ưu, phạm chí sống."

295. "Sau khi giết mẹ cha,
Hai vua Bà-la-môn,
Giết hổ tướng thứ năm
Vô ưu, phạm chí sống."

296. "Đệ tử Gotama,

Luôn luôn tự tỉnh giác
Vô luận ngày hay đêm,
Tưởng Phật Đà thường niệm."

297. "Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Tưởng Chánh Pháp thường niệm"

298. "Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Tưởng Tăng Già thường niệm."

299. "Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Tưởng sắc thân thường niệm."

300. "Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Ý vui niềm bất hại."

301. "Đệ tử Gotama,
Luôn luôn tự tỉnh giác,
Vô luận ngày hay đêm,
Ý vui tu thiền quán."

302. "Vui hạnh xuất gia khó,
Tại gia sinh hoạt khó,
Sống bạn không đồng, khổ,
Trôi lăn luân hồi, khổ,
Vậy chớ sống luân hồi,
Chớ chạy theo đau khổ."

303. "Tín tâm, sống giới hạnh
Đủ danh xưng tài sản,
Chỗ nào người ấy đến,
Chỗ ấy được cung kính."

304. "Người lành dầu ở xa
Sáng tỏ như núi tuyết,
Người ác dầu ở gần
Như tên bắn đêm đen."

305. "Ai ngồi nằm một mình.
Độc hành không buồn chán,
Tự điều phục một mình
Sống thoải mái rừng sâu."

---o0o---

Phẩm Địa Ngục

---o0o---

306. "Nói láo đọa địa ngục
Có làm nói không làm,
Cả hai chết đồng đẳng,
Làm người, nghiệp hạ liệt."

307. "Nhiều người khoác cà sa,
Ác hạnh không nhiếp phục.
Người ác, do ác hạnh,
Phải sanh cõi Địa ngục."

308. "Tốt hơn nuốt hòn sắt
Cháy đỏ như than hồng,
Hơn ác giới, buông lung
Ăn đồ ăn quốc độ."

309. "Bốn nạn chờ đợi người,
Phóng dật theo vợ người;
Mắc họa, ngủ không yên,
Bị chê là thứ ba,
Đọa địa ngục, thứ bốn."

310 "Mắc họa, đọa ác thú,
Bị hoảng sợ, ít vui.
Quốc vương phạt trọng hình.
Vậy chớ theo vợ người."

311. "Như cỏ sa (1) vụng nắm,

Tất bị họa đứt tay
Hạnh Sa môn tà vạy,
Tất bị đọa địa ngục."

312. "Sống phóng đãng buông lung,
Theo giới cấm ô nhiễm,
Sống Phạm hạnh đáng nghi
Sao chứng được quả lớn?

313. "Cần phải làm, nên làm
Làm cùng tận khả năng
Xuất gia sống phóng đãng,
Chỉ tăng loạn bụi đời."

314. "Ác hạnh không nên làm,
Làm xong, chịu khổ lụy,
Thiện hạnh, ắt nên làm,
Làm xong, không ăn năn."

315. "Như thành ở biên thùy,
Trong ngoài đều phòng hộ
Cũng vậy, phòng hộ mình,
Sát na chớ buông lung.
Giây phút qua, sầu muộn.
Khi rơi vào địa ngục."

316. "Không đáng hổ, lại hổ.
Việc đáng hổ, lại không.
Do chấp nhận tà kiến,
Chúng sanh đi ác thú."

317. "Không đáng sợ, lại sợ,
Đáng sợ, lại thấy không,
Do chấp nhận tà kiến.
Chúng sanh đi ác thú."

318. "Không lỗi, lại thấy lỗi,
Có lỗi, lại thấy không,
Do chấp nhận tà kiến,
Chúng sanh đi ác thú."

319. "Có lỗi, biết có lỗi,
Không lỗi, biết là không,
Do chấp nhận chánh kiến,
Chúng sanh đi cõi lành."

---o0o---
Phẩm Voi
---o0o---

320. "Ta như voi giữa trận,
Hứng chịu cung tên rơi,
Chịu đựng mọi phỉ báng.
Ác giới rất nhiều người."

321. "Voi luyện, đưa dự hội,
Ngựa luyện, được vua cưỡi,
Người luyện, bậc tối thượng
Chịu đựng mọi phỉ báng."

322. "Tốt thay, con la thuần,
Thuần chủng loài ngựa Xinh.
Đại tượng, voi có ngà.
Tự điều mới tối thượng."

323 "Chẳng phải loài cưỡi ấy,
Đưa người đến Niết-Bàn,
Chỉ có người tự điều,
Đến đích, nhờ điều phục."

324. "Con voi tên Tài Hộ,
Phát dục, khó điều phục,
Trói buộc, không ăn uống.
Voi nhớ đến rừng voi."

325. "Người ưa ngủ, ăn lớn
Nằm lăn lóc qua lại,
Chẳng khác heo no bụng,
Kẻ ngu nhập thai mãi."

326. "Trước tâm này buông lung,
Chạy theo ái, dục, lạc.

Nay Ta chánh chế ngự,
Như cầm móc điều voi."

327. "Hãy vui không phóng dật,
Khéo phòng hộ tâm ý.
Kéo mình khỏi ác đạo,
Như voi bị sa lầy."

328. "Nếu được bạn hiền trí
Đáng sống chung, hạnh lành,
Nhiếp phục mọi hiểm nguy
Hoan hỷ sống chánh niệm."

329. "Không gặp bạn hiền trí.
Đáng sống chung, hạnh lành
Như vua bỏ nước bại,
Hãy sống riêng cô độc,
Như voi sống rừng voi."

330. "Tốt hơn sống một mình,
Không kết bạn người ngu.
Độc thân, không ác hạnh
Sống vô tư vô lự,
Như voi sống rừng voi."

331. "Vui thay, bạn lúc cần!
Vui thay, sống biết đủ,
Vui thay, chết có đức!
Vui thay, mọi khổ đoạn."

332. "Vui thay, hiếu kính mẹ,
Vui thay, hiếu kính cha,
Vui thay, kính Sa môn,
Vui thay, kính Hiền Thánh."

333. "Vui thay, già có giới!
Vui thay, tín an trú!
Vui thay, được trí tuệ,
Vui thay, ác không làm."

---o0o---
Phẩm Tham Ái
---o0o---

334. "Người sống đời phóng dật,
Ái tăng như giây leo.
Nhảy đời này đời khác,
Như vượn tham quả rừng."

335. "Ai sống trong đời này,
Bị ái dục buộc ràng
Sầu khổ sẽ tăng trưởng,
Như cỏ Bi gặp mưa."

336. "Ai sống trong đời này
Ái dục được hàng phục
Sầu rơi khỏi người ấy
Như giọt nước lá sen."

337. "Đây điều lành Ta dạy,
Các người tụ họp đây.
Hãy nhổ tận gốc ái
Như nhổ gốc cỏ Bi.
Chớ để ma phá hoại,
Như giòng nước cỏ lau."

338. "Như cây bị chặt đốn,
Gốc chưa hại vẫn bền
Ái tùy miên chưa nhổ,
Khổ này vẫn sanh hoài."

339. "Ba mươi sáu dòng Ái (1),
Trôi người đốn khả ái.
Các tư tưởng tham ái.
Cuốn trôi người tà kiến."

340. "Dòng ái dục chảy khắp,
Như giây leo mọc tràn,
Thấy giây leo vừa sanh,
Với tuệ, hãy đoạn gốc."

341. "Người đời nhớ ái dục,
Ưa thích các hỷ lạc.
Tuy mong cầu an lạc,
Họ vẫn phải sanh già."

342 "Người bị ái buộc ràng,
Vùng vẫy và hoảng sợ,
Như thỏ bị sa lưới.
Họ sanh ái trói buộc,
Chịu khổ đau dài dài."

343. "Người bị ái buộc ràng,
Vùng vẫy và hoảng sợ,
Như thỏ bị sa lưới.
Do vậy vị tỷ kheo,
Mong cầu mình ly tham
Nên nhiếp phục ái dục."

344. "Lìa rừng lại hướng rừng (2)
Thoát rừng chạy theo rừng.
Nên xem người như vậy,
Được thoát khỏi buộc ràng.
Lại chạy theo ràng buộc."

345. "Sắt, cây, gai trói buộc
Người trí xem chưa bền.
Tham châu báu, trang sức
Tham vọng vợ và con."

346. "Người có trí nói rằng:
"Trói buộc này thật bền.
Rì kéo xuống, lún xuống,
Nhưng thật sự khó thoát.
Người trí cắt trừ nó,
Bỏ dục lạc, không màng."

347. "Người đắm say ái dục
Tự lao mình xuống dòng
Như nhện sa lưới dệt.

Người trí cắt trừ nó,
Bỏ mọi khổ, không màng."

348. "Bỏ quá, hiện, vị lai,
Đến bờ kia cuộc đời,
Ý giải thoát tất cả,
Chớ vướng lại sanh già."

349. "Người tà ý nhiếp phục,
Tham sắc bén nhìn tịnh,
Người ấy ái tăng trưởng,
Làm giây trói mình chặt."

350. "Ai vui, an tịnh ý,
Quán bất tịnh, thường niệm,
Người ấy sẽ diệt ái,
Cắt đứt Ma trói buộc."

351. "Ai tới đích, không sợ,
Ly ái, không nhiễm ô
Nhổ mũi tên sanh tử,
Thân này thân cuối cùng."

352. "Ái lìa, không chấp thủ.
Cú pháp khéo biện tài
Thấu suốt từ vô ngại,
Hiểu thứ lớp trước sau.
Thân này thân cuối cùng
Vị như vậy được gọi,
Bậc Đại trí, đại nhân."

353. "Ta hàng phục tất cả,
Ta rõ biết tất cả,
Không bị nhiễm pháp nào.
Ta từ bỏ tất cả
Ái diệt, tự giải thoát.
Đã tự mình thắng trí,
Ta gọi ai thầy ta?"

354. "Pháp thí, thắng mọi thí!
Pháp vị, thắng mọi vị!

Pháp hỷ, thắng mọi hỷ!
Ái diệt, dứt mọi khổ!”

355. “Tài sản hại người ngu.
Không người tìm bờ kia
Kẻ ngu vì tham giàu,
Hại mình và hại người.”

356. “Cỏ làm hại ruộng vườn,
Tham làm hại người đời.
Bố thí người ly tham,
Do vậy được quả lớn.”

357. “Cỏ làm hại ruộng vườn,
Sân làm hại người đời.
Bố thí người ly sân,
Do vậy được quả lớn.”

358. “Cỏ làm hại ruộng vườn,
Si làm hại người đời,
Bố thí người ly si,
Do vậy được quả lớn.”

359. “Cỏ làm hại ruộng vườn,
Dục làm hại người đời.
Bố thí người ly dục,
Do vậy được quả lớn.”

---o0o---
Phẩm Tỷ Kheo
---o0o---

360. “Lành thay, phòng hộ mắt!
Lành thay, phòng hộ tai.
Lành thay, phòng hộ mũi,
Lành thay, phòng hộ lưỡi.”

361. “Lành thay,phòng hộ thân!
Lành thay, phòng hộ lời,
Lành thay, phòng hộ ý.
Lành thay, phòng tất cả.

Tỷ kheo phòng tất cả.
Thoát được mọi khổ đau."

362. "Người chế ngự tay chân,
Chế ngự lời và đầu,
Vui thích nội thiền định.
Độc thân, biết vừa đủ,
Thật xứng gọi tỷ kheo."

363. "Tỷ kheo chế ngự miệng,
Vừa lời, không cống cao,
Khi trình bày pháp nghĩa,
Lời lẽ dịu ngọt ngào."

364. "Vị tỷ kheo thích Pháp,
Mến pháp, suy tư Pháp.
Tâm tư niệm chánh Pháp,
Không rời bỏ chánh Pháp."

365. "Không khinh điều mình được,
Không ganh người khác được
Tỷ kheo ganh tị người,
Không sao chứng Thiền Định."

366. "Tỷ kheo dầu được ít,
Không khinh điều mình được,
Sống thanh tịnh không nhác,
Chư thiên khen vị này."

367. "Hoàn toàn, đối danh sắc,
Không chấp Ta, của Ta.
Không chấp, không sầu não.
Thật xứng danh Tỷ kheo."

368. "Tỷ kheo trú từ bi,
Tín thành giáo Pháp Phật,
Chứng cảnh giới tịch tỉnh.
Các hạnh an tịnh lạc."

369. "Tỷ kheo, tát thuyền này,
Thuyền không, nhẹ đi mau.

Trừ tham, diệt sân hận,
Tất chứng đạt Niết-Bàn."

370. "Đoạn năm (1), từ bỏ năm (2),
Tu tập năm (3) tối thượng,
Tỷ kheo cắt năm trói (4),
Xứng danh vượt "bộc lưu" (5)."

371. "Tỷ kheo, hãy tu thiền,
Chớ buông lung phóng dật,
Tâm chớ đắm say dục,
Phóng dật, nuốt sắt nóng
Bị đốt, chớ than khổ!"

372. "Không trí tuệ, không thiền,
Không thiền, không trí tuệ.
Người có thiền có tuệ,
Nhất định gần Niết-Bàn."

373. "Bước vào ngôi nhà trống,
Tỷ kheo tâm an tịnh,
Thọ hưởng vui siêu nhân
Tịnh quán theo chánh pháp."

374. "Người luôn luôn chánh niệm,
Sự sanh diệt các uẩn,
Được hoan hỷ, hân hoan,
Chỉ bậc bất tử biết."

375. "Đây Tỷ kheo có trí,
Tụ tập pháp căn bản
Hộ căn, biết vừa đủ,
Giữ gìn căn bản giới,
Thường gần gũi bạn lành,
Sống thanh tịnh tinh cần."

376. "Giao thiệp khéo thân thiện,
Cử chỉ mực đoan trang.
Do vậy hưởng vui nhiều,
Sẽ dứt mọi khổ đau."

377. "Như hoa Vassikà (6),
Quăng bỏ cánh úa tàn,
Cũng vậy vị Tỷ kheo,
Hãy giải thoát tham sân."

378. "Thân tịnh, lời an tịnh,
An tịnh, khéo thiền tịnh.
Tỷ kheo bỏ thế vật,
Xứng danh "bậc tịch tịnh ".

379. "Tự mình chỉ trích mình,
Tự mình dò xét mình,
Tỷ kheo tự phòng hộ
Chánh niệm, trú an lạc."

380. "Tự mình y chỉ mình,
Tự mình đi đến mình,
Vậy hãy tự điều phục,
Như khách buôn ngựa hiền."

381. "Tỷ kheo nhiều hân hoan,
Tịnh tín giáo pháp Phật,
Chứng cảnh giới tịch tịnh,
Các hạnh an tịnh lạc."

382. "Tỷ kheo tuy tuổi nhỏ
Siêng tu giáo pháp Phật,
Soi sáng thế gian này,
Như trăng thoát khỏi mây."

Chú thích:

(1) Thân kiến, nghi, giới cấm thủ, dục ái, sân.
(2) Sắc ái, vô sắc ái, mạn, trạo cử, vô minh.
(3) Tín, tấn, niệm, định, tuệ.
(4) 5 trói buộc: tham, sân, si, mạn, tà kiến
(5) Bộc lưu: dòng nước lũ
(6) Bông lài.

---o0o---
Phẩm Bà La Môn
---o0o---

383. "Hỡi này Bà là môn,
Hãy tinh tấn đoạn dòng,
Từ bỏ các dục lạc,
Biết được hành đoạn diệt,
Người là bậc vô vi."

384. "Nhờ thường trú hai pháp (1)
Đến được bờ bên kia.
Bà-la-môn có trí,
Mọi kiết sử dứt sạch."

385. "Không bờ này, bờ kia (2)
Cả hai bờ không có,
Lìa khổ, không trói buộc
Ta gọi Bà-la-môn."

386. "Tu thiền, trú ly trần
Phận sự xong, vô lậu,
Đạt được đích tối thượng,
Ta gọi Bà-la-môn."

387. "Mặt trời sáng ban ngày,
Mặt trăng sáng ban đêm.
Khí giới sáng Sát lỵ,
Thiền định sáng Phạm chí.
Còn hào quang đức Phật,
Chói sáng cả ngày đêm."

388. "Dứt ác gọi Phạm chí,
Tịnh hạnh gọi Sa môn,
Tự mình xuất cấu uế,
Nên gọi bậc xuất gia."

389. "Chớ có đập Phạm chí!
Phạm chí chớ đập lại!
Xấu thay đập Phạm chí
Đập trả lại xấu hơn!"

390. "Đối với Bà-la-môn,
Đây (3) không lợi ích nhỏ.
Khi ý không ái luyến,
Tâm hại được chận đứng,
Chỉ khi ấy khổ diệt,"

391. "Với người thân miệng ý,
Không làm các ác hạnh
Ba nghiệp được phòng hộ,
Ta gọi Bà-la-môn."

392. "Từ ai, biết chánh pháp
Bậc Chánh Giác thuyết giảng,
Hãy kính lễ vị ấy,
Như Phạm chí chờ lửa."

393. "Được gọi Bà-la-môn,
Không vì đầu bện tóc,
Không chủng tộc, thọ sanh,
Ai thật chân, chánh, tịnh,
Mới gọi Bà-la-môn."

394. "Kẻ ngu, có ích gì
Bện tóc với da dê,
Nội tâm toàn phiền não,
Ngoài mặt đánh bóng suông."

395. "Người mặc áo đống rác,
Gầy ốm, lộ mạch gân,
Độc thân thiền trong rừng.
Ta gọi Bà-la-môn."

396 "Ta không gọi Phạm Chí,
Vì chỗ sanh, mẹ sanh.
Chỉ được gọi tên suông
Nếu tâm còn phiền não.
Không phiền não, chấp trước
Ta gọi Bà-la-môn."

397. "Đoạn hết các kiết sử,
Không còn gì lo sợ
Không đắm trước buộc ràng
Ta gọi Bà-la-môn

398. "Bỏ đai da (4), bỏ cương (5)
Bỏ dây (6), đồ sở thuộc (7),
Bỏ then chốt (8), sáng suốt,
Ta gọi Bà-la-môn."

399. "Không ác ý, nhẫn chịu,
Phỉ báng, đánh, phạt hình,
Lấy nhẫn làm quân lực,
Ta gọi Bà-la-môn."

400. "Không hận, hết bổn phận,
Trì giới, không tham ái,
Nhiếp phục, thân cuối cùng,
Ta gọi Bà-la-môn."

401. "Như nước trên lá sen,
Như hột cải đầu kim,
Người không nhiễm ái dục,
Ta gọi Bà-la-môn."

402. "Ai tự trên đời này,
Giác khổ, diệt trừ khổ,
Bỏ gánh nặng, giải thoát,
Ta gọi Bà-la-môn."

403. "Người trí tuệ sâu xa,
Khéo biết đạo, phi đạo
Chứng đạt đích vô thượng,
Ta gọi Bà-la-môn."

404. "Không liên hệ cả hai,
Xuất gia và thế tục,
Sống độc thân, ít dục,
Ta gọi Bà-la-môn."

405. "Bỏ trượng, đối chúng sanh,
Yếu kém hay kiên cường,
Không giết, không bảo giết,
Ta gọi Bà-la-môn."

406. "Thân thiện giữa thù địch
Ôn hòa giữa hung hăng.
Không nhiễm, giữa nhiễm trước,
Ta gọi Bà-la-môn."

407. "Người bỏ rơi tham sân,
Không mạn không ganh tị,
Như hột cải đầu kim,
Ta gọi Bà-la-môn."

408. "Nói lên lời ôn hòa,
Lợi ích và chân thật,
Không mất lòng một ai,
Ta gọi Bà-la-môn."

409. "Ở đời, vật dài, ngắn,
Nhỏ, lớn, đẹp hay xấu
Phàm không cho không lấy,
Ta gọi Bà-la-môn."

410. "Người không có hy cầu,
Đời này và đời sau,
Không hy cầu, giải thoát,
Ta gọi Bà-la-môn."

411. "Người không còn tham ái,
Có trí, không nghi hoặc,
Thể nhập vào bất tử,
Ta gọi Bà-la-môn."

412. "Người sống ở đời này
Không nhiễm cả thiện ác,
Không sầu, sạch không bụi
Ta gọi Bà-la-môn."

413 "Như trăng, sạch không uế
Sáng trong và tịnh lặng,
Hữu ái, được đoạn tận,
Ta gọi Bà là môn."

414. "Vượt đường nguy hiểm này,
Nhiếp phục luân hồi, si,
Đến bờ kia thiền định
Không dục ái, không nghi,
Không chấp trước, tịch tịnh,
Ta gọi Bà-la-môn."

415. "Ai ở đời, đoạn dục,
Bỏ nhà, sống xuất gia,
Dục hữu được đoạn tận,
Ta gọi Bà-la-môn."

416. "Ai ở đời đoạn ái
Bỏ nhà, sống xuất gia,
Ái hữu được đoạn tận,
Ta gọi Bà-la-môn."

417. "Bỏ trói buộc loài người,
Vượt trói buộc cõi trời.
Giải thoát mọi buộc ràng,
Ta gọi Bà-la-môn."

418. "Bỏ điều ưa, điều ghét,
Mát lạnh, diệt sanh y
Bậc anh hùng chiến thắng,
Nhiếp phục mọi thế giới,
Ta gọi Bà-la-môn."

419. "Ai hiểu rõ hoàn toàn
Sanh tử các chúng sanh,
Không nhiễm, khéo vượt qua,
Sáng suốt chân giác ngộ,
Ta gọi Bà-la-môn."

420. "Với ai, loài trời, người
Cùng với Càn thát bà,

Không biết chỗ thọ sanh
Lậu tận bậc La hán.
Ta gọi Bà-la-môn."

421 "Ai quá, hiện, vị lai
Không một sở hữu gì,
Không sở hữu không nắm,
Ta gọi Bà-la-môn."

422. "Bậc trâu chúa, thù thắng
Bậc anh hùng, đại sĩ,
Bậc chiến thắng, không nhiễm,
Bậc tẩy sạch, giác ngộ,
Ta gọi Bà-la-môn."

423. "Ai biết được đời trước,
Thấy thiên giới, đọa xứ,
Đạt được sanh diệt tận
Thắng trí, tự viên thành
Bậc mâu ni đạo sĩ.
Viên mãn mọi thành tựu
Ta gọi Bà-la-môn."

Chú thích:

(1) Thiền Chỉ và Thiền Quán
(2) 6 nội xứ, 6 ngoại xứ
(3) Sự trả đủa, trả thù
(4) Hận.
(5) Ái.
(6) Tà kiến.
(7) Tuỳ miên.
(8) Vô minh.

GIÁC NGỘ ĐẠO ĐĂNG LUẬN CỦA ATISHA

Nguyên bản:
Atisha's Lamp For The Path To Enlightenment
Tác giả:Đức Đạt Lai Lạt Ma
Anh dịch: Thupten Jinpa
Chuyển ngữ: Tuệ Uyển / Monday, August 9, 2021

LUẬN ĐIỂN CỦA ATISHA súc tích nhưng bao hàm rộng rãi đem những vấn đề cốt yếu đến với nhau của những giáo huấn của ba lần Chuyển Pháp Luân, như đưa ra một cách tóm tắt trong chương hai. Nó được sáng tác ở Tây Tạng bởi một đạo sư Ấn Độ là Atisha Dipamkara theo lời thỉnh cầu của Jhangchup Wö, sau đó là người cai trị miền tây Tây Tạng. Jhangchup Wö đặc biệt thỉnh cầu một giáo huấn thật sự nổi tiếng vì sự thậm thâm của nó cũng như trong sáng của nó, vì thế nó có thể làm lợi lạc cho dân tộc Tây Tạng nói chung. Atisha súc động sâu xa và hoan hỉ vì sự chân thành thỉnh cầu của Jhangchup Wö, và đáp ứng lời thỉnh cầu ấy ngài đã sáng tác ra luận điển súc tích này.

Ấn ngữ tựa đề của luận điển này là Bodhipathapradipa, có nghĩa là *Giác Ngộ Đạo Đăng Luận* hay *Ngọn Đèn Cho Con Đường Giác Ngộ*. Thuật ngữ "bodhi" trong tiếng Sanskrit có nghĩa là Giác Ngộ và có ý nghĩa một là xua tan điều gì đấy và thực chứng hay hoàn thiện điều gì đó. Chính là lý do này mà những nhà thông dịch Tây Tạng chọn chuyển dịch thuật ngữ quan trọng Sanskrit này với tiếng Tây Tạng là jhangchup, vốn được kết hợp từ hai âm tiết jhang và chub. "Jhang" có nghĩa là xua tan, loại bỏ, hoặc xóa bỏ, trong khi "chub" có nghĩa là hoàn thiện hay thực chứng. Cùng với nhau chúng mang ý nghĩa của sự Giác

Ngộ hoàn toàn của Quả Phật. Nói cách khác, một Đức Phật là vị nào đấy đã hoàn toàn loại bỏ tất cả những khuyết điểm và đạt được tất cả những phẩm chất tích cực.

Con đường mà chúng ta nói đến liên hệ đến những giai tầng phát triển sự tương tục tinh thần của chúng ta, bắt đầu từ sự thực chứng tâm linh sớm sủa nhất và lên đến cực điểm trong tâm toàn giác của Đức Phật. Nó liên hệ đến như một "con đường" vì một con đường là điều gì đó mà chúng ta du hành; ở đây ẩn dụ "con đường" được sử dụng cho một hành trình nội tại, vốn xảy ra trong tâm thức của chúng ta. Vì thế "ngọn đèn" liên hệ đến chính tự giáo huấn thật sự như hiện thân trong luận điển này. Giáo huấn này trình bày tất cả những yếu tố then chốt của con đường trong trình tự thích hợp của chúng. Nó cũng xác định toàn diện tất cả những vấn đề căn bản và giải thích trình tự đúng đắn và những vấn đề khác nhau của con đường liên hệ với nhau như thế nào. Trong ý nghĩa này, toàn bộ luận điển phục vụ như một ngọn đèn để soi sáng con đường đến Giác Ngộ.

Khi chúng ta nói về sự Giác Ngộ, nó thông thường được hiểu trong Phật giáo rằng những hành giả tâm linh có những thiên hướng tinh thần khác nhau. Một số người có xu hướng về thành tựu giác ngộ của một vị *Thanh Văn*, trong khi những người khá có xu hướng đối với sự giác ngộ của một vị *Độc Giác Phật*. Những người khác có xu hướng đối với con đường Bồ tát, mà đỉnh cao là sự Giác Ngộ của một vị Phật toàn giác. Sự Giác Ngộ được liên hệ trong luận điển đặc thù này là thứ cuối cùng trong những thứ này, sự Giác Ngộ của một Đức Phật, vốn thường được liên hệ như "Đại Giác Ngộ"

để phân biệt với những thứ giác ngộ trước.

Luận điển của Atisha bắt đầu với chào mừng Văn Thù Sư Lợi: "Kính lễ đức Bồ tát đồng tử Văn Thù Sư Lợi."1 Sự chào mừng này được thêm vào bởi người phiên dịch từ luận điển nguyên tác Ấn ngữ vào Tạng ngữ. Có hai lý do tại sao những người phiên dịch Tây Tạng thêm vào lời chào mừng vào phần mở đầu của một luận điển. Một là để bảo đảm sự thuận lợi vì thế nhiệm vụ phiên dịch tác phẩm sẽ không đối mặt với những chướng ngại và sự nổ lực sẽ được thành công hoàn toàn. Đặc biệt hơn nữa, sự chào mừng của nhà phiên dịch là để giúp xác định ba tạng kinh điển chính yếu (được biết là Tripitaka) mà tác phẩm hiện tại thuộc về.

Đây là sự phù hợp với một chiếu chỉ đưa ra bởi một triều đại Tây Tạng ban sơ rằng tất cả những kinh luận được phiên dịch từ Phạn ngữ sang Tạng ngữ phải có những sự chào kính như vậy từ những nhà phiên dịch. Ba tạng kinh điển là: tạng Luật hay những giáo huấn đạo đức; tạng Kinh hay những bài giáo lý của Đạo Phật; và tạng Luận (Abhidharma) hay những nghiên cứu về tâm lý học và hiện tượng học của Phật giáo. Nó được chỉ định là những tác phẩm thuộc về tạng Luật phải được nhà phiên dịch chào kính Đức Phật toàn giác; những tác phẩm thuộc về tạng Kinh phải chào kính chư Phật và chư Bồ tát; những tác phẩm thuộc về tạng Luận phải chào kính Bồ tát Văn Thù Sư Lợi.

Mặc dù *Giác Ngộ Đạo Đăng Luận* tập họp những giáo huấn của tam tạng kinh điển, nhưng chủ đề chính của tác phẩm này thuộc về tạng Luận (Abhidharma), vì thế nhà phiên

dịch chào kính Văn Thù Sư Lợi. Tạng ngữ tương đương với Văn Thù Sư Lợi là jang pel, hai âm tiết có nghĩa là "tế nhị" và "cát tường", trong khi thuật ngữ Sanskrit là "Manjushri" (Văn Thù Sư Lợi) được hình thành từ hai âm tiết manju và shri, bao hàm hai khía cạnh của thể trạng Giác Ngộ. Một khía cạnh là vượt thắng những khuyết điểm như biểu hiện của thuật ngữ "tế nhị = gentleness = jam." "Jam" liên hệ đến sự kiện rằng sự tương tục tinh thần của Văn Thù Sư Lợi đã được thực hiện một cách tế nhị bằng cách loại trừ những năng lực phiền não có thể làm nó bị khuấy động hay quấy rầy. Tự do khỏi những thứ ấy mang đến sự tế nhị hay an trú của tâm thức. "Cát tường = glory = pel" ám chỉ sự thành tựu những tướng chính và tướng phụ của Văn Thù Sư Lợi vốn xác định một chúng sanh như một bậc Giác Ngộ hoàn toàn. Vì vậy, trong chính danh tự Văn Thù Sư Lợi thì chúng ta thấy cả những phẩm chất viễn ly và hoàn thành hay tuyệt hảo.

Thi kệ 1
Tôi đảnh lễ với sự chân thành tôn kính
*Đến tất cả những bậc Chiến Thắng trong ba thời**[1]**,*
Đến những giáo huấn của các ngài và những ai khát ngưỡng đạo đức.
Được thôi thúc của đệ tử thánh
thiện Jhangchup Wö
Tôi sẽ làm sáng tỏ ngọn đèn
Cho con đường Giác Ngộ.

"Những Đấng Chiến Thắng" đề cập trong dòng thứ hai là những Đức Phật, những bậc được diễn tả như vậy vì các ngài đã đạt được sự chiến thắng đối với bốn ma vương[2] hay những năng lực chướng ngại. Những hình tướng vi tế nhất của

bốn năng lực này là những khuynh hướng dính chặc vào những cảm xúc và tư tưởng phiền não tiềm tàng dưới chính những phiền não; những thứ này liên hệ như "những chướng ngại vi tế với kiến thức hoàn thiện" (phiền não chướng). Ở dòng thứ ba của thi kệ mở đầu này Atisha bày tỏ lòng tôn kính những giáo huấn của chư Phật, là giáo pháp. Ở đây giáo pháp không liên hệ đến kinh luận văn tự, đúng hơn là những thực *chứng tâm linh của* các Đấng Chiến Thắng, hay chư Phật, và của những tôn giả tiến triển cao độ hay "chúng sanh tôn quý" những người đã đạt được trí tuệ trực giác trong lẽ thật.

Tiếp theo Atisha thực hiện lời chào kính đến cộng đồng tâm linh, mà ngài thích ứng với nhóm từ ngữ "và những người khát ngưỡng đạo đức." Ở đây Atisha đang liên hệ đến Tăng già, cộng đồng những bậc tôn giả đã đạt được con đường thấy đạo (kiến đạo vị hay thông đạt vị) và vì vậy dã đạt được sự thực chứng trực tiếp bản chất tối hậu của thực tại. Trên thực tế, trong thi kệ 1 này, Atisha đang thực hiện những sự chào kính đến Tam bảo –Phật bảo (vị thầy), Pháp bào (giáo huấn) và Tăng bảo (cộng đồng các hành giả). Sau câu kệ này chúng ta thấy, "Được thôi thúc của đệ tử thánh thiện Jhangchup Wö, Tôi sẽ làm sáng tỏ ngọn đèn cho con đường Giác Ngộ." Như tôi đã đề cập trước đây, Atisha trước tác luận điển này do sự thỉnh cầu đặc biệt của triều đình Tây Tạng và người đệ tử thánh thiện Jhangchup Wö, câu kệ này cũng hàm ý đến nguyên tắc phổ thông của Phật giáo, đó là chỉ ban bố giáo huấn nhà Phật đến những người khác khi được yêu cầu như vậy.

THẤU HIỂU BA NGÔI TÔN QUÝ (TAM BẢO)

Chúng ta thấu hiểu Phật bảo như thế nào, vốn là đối tượng đầu tiên mà Atisha đã chào kính trong luận điển này? Đâu là những đặc trưng của một Đức Phật? Để trả lời cho những câu hỏi này, thật hữu ích để liên hệ đến một tác phẩm cổ điển của Phật giáo Ấn Độ tựa đề là Nhận Thức Luận của Trần Na (Dignaga), trong ấy ngài kính lễ đến Đức Phật bằng việc gọi ngài bằng một danh xưng có ý nghĩa "ngài là bậc đã trở thành một chúng sanh có giá trị." Những từ ngữ có hiệu lực ở đây là "bậc đã trở thành," biểu thị rằng Đức Phật không phải là một chúng sanh Giác Ngộ thường hằng mà là một người nào đó đã trở thành một vị thầy có giá trị bằng việc thành tựu Giác Ngộ.

Điều này chứng tỏ rằng Quả Phật không phải không có một nguyên nhân, rằng nó không phải phát sanh từ những nguyên nhân vốn không phù hợp với kết quả (Quả Phật), và tự những nguyên nhân không phải thường hằng và bất biến. Vậy đây là những nguyên nhân nào? Trần Na xác định việc trau dồi đại bi như một trong những nguyên nhân then chốt. Trong thi kệ chào kính của *Nhận Thức Luận*, ngài đã kính lễ Đức Phật như một người nào đó đã trở thành một vị thầy có giá trị qua việc thực hành bền vững cua lòng từ bi vốn được bổ sung bằng những sự thực tập khác chẳng hạnh như việc trau dồi trí tuệ tánh không.

Luận điển Phật giáo thường liên hệ đến Tam Bảo sử dụng ẩn dụ của thầy thuốc, thuốc men, và y tá, vốn có thể là một hình ảnh hữu ích. Đức Phật giống như một vị thầy thuốc, giáo pháp là thuốc men, và cộng đồng tâm linh hay Tăng già là y tá. Sự tương

tự này nói với chúng ta rằng giáo pháp thật sự là thuốc men vốn trực tiếp chửa trị "căn bệnh" khổ đau của chúng ta và những nguyên nhân tiềm tàng của chúng. Đức Phật kê toa thuốc giáo pháp, và những người bạn đồng hành của chúng ta trên con đường, những thành viên của cộng đồng tâm linh, hành động như sự giúp đở của chúng ta trong khi chúng ta "đang sử dụng thuốc" giáo pháp.

Pháp bảo chân thật là diệt đế hay sự chấm dứt chân thật. Thuật ngữ "chấm dứt" ở đây liên hệ đến sự tự do chân thật mà chúng ta đạt được từ việc áp dụng liên tục những sự đối trị với những khía cạnh tiêu cực của tâm thức chúng ta. Cho nên hoa trái rốt ráo trong sự thực hành tâm linh của chúng ta là để ngăn ngừa những phiền não của chúng ta (những tư tưởng và cảm xúc tiêu cực) không bao giờ phát sinh nữa. Sự chấm dứt này của những phiền não là sự chấm dứt chân thật, hay diệt đế, được gọi là giáo pháp chân thật; và con đường đưa đến sự chấm dứt chân thật cũng được biết giáo pháp chân thật.

Vậy thì câu hỏi tiếp theo sẽ là: "Những thuốc men này hoạt động như thế nào?" Trong phạm trù này, chúng ta cần nhớ lại những thảo luận trước đây của chúng ta về ba mức độ của khổ đau, khi chúng ta thấy rõ mức độ thứ ba của khổ đau là điều kiện cùng khắp. Điều này gợi ý rằng chính sự tồn tại của chúng ta bị điều kiện hóa và đặc trưng hóa bởi khổ đau. Điều này có nghĩa rằng sự tồn tại hiện tại của chúng ta bị điều kiện hóa bởi nghiệp và phiền não. Như chúng ta đã thảo luận trước đây, nghiệp liên hệ không chỉ với hành động của chúng ta, mà

quan trọng hơn nữa, đến động cơ hay xu hướng tiềm tàng của nó. Chính những hành động này không chỉ là nguyên nhân chính yếu của khổ đau; đúng hơn, nó sinh khởi từ thế giới của xu hướng, hay nói cách khác, từ tư tưởng và cảm xúc của chúng ta. Những trạng thái phiền não này làm nền tảng cho những nghiệp chướng tiêu cực của chúng ta và do thế chúng là gốc rễ hay nguồn gốc khổ đau của chúng ta.

Rõ ràng, những phiền não này sẽ không biến đi đơn giản chỉ bằng việc đọc những lời cầu nguyện hay mong ước chúng mất đi; chúng chỉ có thể bị loại trừ bằng việc trau dồi những phương pháp cứu chửa đối trị tương ứng với chúng. Để hiểu vấn đề tiến trình áp dụng những phương thức đối trị như thế nào thì chúng ta có thể quán sát thế giới vật chất của chúng ta. Thí dụ, chúng ta có thể đối chiếu làm nổi bật sự khác nhau của nóng và lạnh: nếu chúng ta đang khổ đau vì ảnh hưởng quá lạnh vì nhiệt độ, thế thì chúng ta gia tăng nhiệt độ trong máy sưởi hay máy điều hòa không khí và điều chỉnh nó cho sự thoải mái của chúng ta. Vì vậy, ngay cả trong thế giới vật lý thì chúng ta có thể thấy ngay lập tức đâu là những năng lực đối kháng với nhau. Một thí dụ rõ ràng khác là ánh sáng và bóng tối. Thời khắc chúng ta bật công tắc đèn lên là bóng tối bị xua tan; và nơi đâu là bóng tối, thì nơi đó không có ánh sáng.

Tuy thế, trong thế giới của những cảm xúc và tư tưởng của chúng ta, tiến trình mà qua đó những sự đối trị hoạt động chống lại những năng lực đối kháng của chúng là hơi khác. Trong trường hợp này, chúng ta cần phát triển một thể trạng đúng đắn của tâm thức vốn trực tiếp đối kháng với một phiền

não đặc thù. Chúng ta làm việc này bằng việc chọn cùng đối tượng nhưng trau dồi một thái độ nhận thức đối kháng. Thí dụ, trong trường hợp của hai năng lực đối lập là thù hận và từ bi, thì hai thứ này có thể được tập trung trong một đối tượng duy nhất – chẳng hạn như một cá nhân – nhưng chúng sẽ có những ảnh hưởng khác nhau một cách tuyệt đối trong trải nghiệm chúng ta.

Vì lợi ích của việc tranh luận, chúng ta có thể nói rằng mọi người có xu hướng không thích những cảm xúc bi mẫn và muốn làm mọi thứ có thể để loại bỏ nó trong chính người ấy.Với mục đích này trong tâm người ấy nhắm đến việc trau dồi một thái độ thù địch đối với mọi thứ, và cố gắng cực kỳ khắc nghiệt để thấy những sự bất lợi của việc trau dồi lòng từ ái và v.v…Chúng ta có thể tưởng tượng một sự tiếp cận như vậy cuối cùng đưa đến một sự gia tăng trong người ấy những cảm giác sân hận và thù oán như thế nào.

Đối với những hành giả tâm linh, điều này có thể không bao giờ là đối tượng của chúng ta. Từ kinh nghiệm cá nhân của chính chúng ta thì chúng ta nhận ra rằng sân hận và thù oán quấy rầy sự hòa bình của tâm thức và, quan trọng hơn, chúng có khả năng làm tổn hại người khác. Ngược lại, chúng ta nhận ra rằng những cảm xúc tích cực như bi mẫn và từ ái có thể đem lại trong chúng ta một cảm giác sâu xa của hòa bình và tĩnh lặng, những kết quả lợi lạc mà chúng ta cũng có thể mở rộng đến những người khác. Đánh giá đúng đắn giá trị lớn lao này tự nhiên đưa đến một khát vọng trau dồi những cảm xúc tích cực này. Chính là qua tiến trình dần dần này mà những sự đối trị trong việc làm giảm thiểu và cuối cùng loại trừ

những năng lực đối kháng của chúng trong thế giới tinh thần, thế giới của tư tưởng và cảm xúc của chúng ta.

Điều này có phải nghĩa rằng có một sự bình đẳng hoàn toàn giữa những cảm xúc tích cực và tiêu cực, và do thế bằng việc tăng cường lòng từ bi thì chúng ta có thể loại trừ thù oán và ngược lại? Tôi nghĩ rằng thật quan trọng để có một sự thấu hiểu sâu xa hơn về những sự khác biệt giữa những cảm xúc tích cực và tiêu cực. Một số những phiền não của chúng ta có xu hướng thuộc về bản năng, chẳng hạn như dính mắc, sân hận và thù oán. Mặc dù trong một số trường hợp nào đó có thể có một chất xúc tác hay kích thích ngay lập tức, và lý trí có thể đóng một vai trò, một cách tổng quat thì những cảm xúc này là phản ứng và bản năng hơn. Tuy nhiên, có một đặc trưng khác của những cảm xúc có xu hướng tri giác hơn, chẳng hạn như cái nhìn sai lầm của chúng ta cảm nhận về tự ngã, và bám chấp vào những quan điểm cực đoan nào đó như là quan trọng nhất.

Xa hơn nữa, khi chúng ta thẩm tra những tư tưởng và cảm xúc phiền não này thì chúng ta thấy rằng những phiền não vi tế hơn của vọng tưởng nằm ở gốc rễ của chúng. Tâm vọng tưởng của chúng ta bám chấp ở sự tồn tại thật sự về căn bản của mọi vật, và một sự đáp ứng cảm xúc sinh khởi trên căn bản của sự bám chấp ấy vốn làm cho chúng ta nhận thức đối tượng của cảm xúc này như hoặc là đáng mong muốn hay không đáng mong muốn. Tâm thức bám chấp ở những thứ như vậy như thật sự là vọng tưởng bởi vì bản chất thật sự của mọi vật là tánh không của chúng – cụ thể là, chúng không có sự tồn tại độc lập hay thực chất trong và tự

chính chúng. Do vậy, trong cơ bản tâm thức bám chấp vào sự tồn tại thực chất của mọi vật một cách nền tảng là vọng tưởng. đã thấu hiểu điều này, thì chúng ta đi đến nhận ra rằng những cảm xúc tiêu cực như sân hận, và thù oán thiếu vắng bất cứ sự hổ trợ vững chắc nào, cả trong thực tế và trong dạng thức của lý trí, vì gốc rễ tiềm tàng hay căn bản của chúng là một trạng thái bị bóp méo của tâm thức. Hơn thế nữa, bằng việc trau dồi một tuệ giác thâm sâu vào trong tánh không, vốn là bản chất thật sự của mọi vật, thì chúng ta có thể làm xói mòn chính căn bản cho sự phát sinh những phiền não này.
Trái lại, những cảm xúc tích cực như từ ái và bi mẫn có xu hướng không lệ thuộc vào sự bám chấp tại đối tượng như có sự tồn tại thật sự, và xa hơn nữa những cảm xúc tích cực này có tiềm năng cho việc làm mạnh mẽ vô hạn. Cho nên có những sự khác biệt to tát giữa những cảm xúc tích cực và tiêu cực trong dạng thức căn bản của chúng và tiềm năng của chúng cho sự phát triển vô hạn.

Thế nên câu hỏi là, nếu vọng tưởng tiềm tàng tất cả những phiền não, vậy thì nền tảng nào cho chúng ta thấu hiểu vọng tưởng này là một sự bám chấp vào sự tồn tại thật sự của mọi vật? Ở đây chúng ta cần quay lại Bốn Trăm Thi Kệ của Trung đạo, ở đấy, lập tức sau thi kệ mà tôi đã trích dẫn trước đây, Thánh Thiên viết: "Bằng việc đạt được tuệ giác vào sự thật của duyên khởi mà chúng ta sẽ đem đến sự chấm dứt vọng tưởng." Ngài nói rằng khi một hành giả phát triển sâu sắc tuệ giác vào trong những khía cạnh vi tế của những giáo huấn duyên khởi, rồi thì người ấy có thể đem đến sự chấm dứt vọng tưởng trong tâm

thức người ấy. Vọng tưởng vì vậy được xác định như một nhận thức sai lầm, một trạng thái của tâm vốn nhận thức thế giới và tự ngã đối lập với nguyên lý duyên khởi.

Như chúng ta đã thấy trước đây, tho nguyên lý này thì tất cả mọi vật đi đến hình thành trong sự lệ thuộc vào những nhân tố khác. Đối lập với điều này sẽ theo vị thế của sự tồn tại độc lập đến mọi vật và mọi sự; nếu điều này là như thế, mọi vật và mọi sự không thể có bản chất lệ thuộc vào nhau. Vị thế vọng tưởng này của sự độc lập được liên hệ như "tự ngã" trong phạm trù của giáo huấn về vô ngã. Giáo huấn này cho thấy sự vắng mặt của sự tồn tại độc lập của mọi vật, vì tất cả mọi vật đi đến hình thành như một kết quả hay lệ thuộc, những nguyên nhân và điều kiện khác. Thánh Thiên đã kết luận bằng việc nói: " Rằng thứ gì là duyên khởi lệ thuộc thì không sở hữu một bản chất độc lập, và điều này vắng mặt sự tồn tại độc lập là điều được tôi gọi là duyên khởi hay nguồn gốc lệ thuộc trên những nguyên nhân và điều kiện."

Trong những đệ tử của Long Thọ, có những ý kiến khác nhau về vấn đề vọng tưởng bám chấp này vào mọi sự vật và mọi sự kiện có sở hữu sự tồn tại thật sự là một nhiễm ô trong đặc trưng của phiền não hay đặc trưng của những chướng ngại vi tế với tri thức hay không. Trái lại, những nhà luận giải như vậy về Long Thọ như Parvavyeka thấu hiểu vọng tưởng bám chấp vào sự tồn tại cố hữu của mọi sự là một chướng ngại vi tế với tri thức. Tuy nhiên, những nhà luận giải khác diễn giải Bảy Mươi Thi Kệ của Long Thọ về Tánh Không có nghĩa rằng vọng tưởng là một bộ phận của thể trạng phiền não của tâm thức. Họ luận rằng ngay cả đạt

được trạng thái của quả a la hán – vốn thoát khỏi luân hồi hay vòng tồn tại – thì người ta cần loại trừ vọng tưởng bám chấp vào sự tồn tại thật sự. Trên căn bản của sự thấu hiểu này, có sự khẳng định rằng tuệ giác trong tánh không là con đường duy nhất để giải thoát. Rằng tuệ giác tánh không được biết như trí tuệ của vô ngã và được thấu hiểu ở đây trong dạng thức của những gì được biết như *Ba Cánh Cửa Của Giải Thoát*[31]. Tuệ giác này vào trong tánh không của mọi vật và mọi sự được trau dồi trên căn bản của sự thấu hiểu về bản chất của nó từ quan điểm của cả nguyên nhân và hệ quả của nó.

Chúng ta có thể liên hệ giáo huấn này trong sự thấu hiểu về vô ngã đến giáo lý Bốn Chân Lý Cao Quý, được Đức Phật giảng dạy trước nhất. Ngài đã dạy về Bốn Chân Lý Cao Quý trong dạng thức của mười sáu đặc trưng, bốn đặc trưng với mỗi chân lý. Bốn đặc trưng trong chân lý thứ nhất về khổ đau là vô thường, không hài lòng, tánh không và vô ngã. Cho nên tất cả những trường phái Phật giáo và tất cả những môn đồ của Đức Phật thấu hiểu rằng giáo lý then chốt được thể hiện trong giáo huấn này là về không có tự ngã hay vô ngã – anatman.

Dĩ nhiên có những diễn giải khác nhau về ý nghĩa của tự ngã. Tư tưởng triết lý của Ấn Độ là một truyền thống phân tích rất lâu dài về bản chất của tự ngã và về cá nhân hay con người. Thí dụ, có những phản chiếu và tranh luận mở rộng chung quanh vấn đề này như: khi chúng ta trải nghiệm đau đớn và sung sướng, thì người trải nghiệm là ai? Khi chúng ta nói về việc tích hợp nghiệp, thì ai là người tích hợp nghiệp ấy? Tác nhân của hành động nghiệp là ai? Ai

trải nghiệm kết quả của nghiệp? Chúng ta chấp nhận sự kiện rằng có một cá nhân hay con người mà chúng ta mệnh danh như "tôi"; nhưng bản chất thật sự của "tôi" hay tự ngã là gì?

Trong những trường phái không Phật giáo ở Ấn Độ, đặc biệt những trường phái chấp nhận ý tưởng tái sanh, có một sự gặp gở của ý tưởng rằng, vì thân thể vật chất lệ thuộc trên môt đời sống đặc thù và tạm thời, cho nên "tự ngã" không thể được xác định với thân thể hay sự tồn tại vật chất. Những trường phái này thường duy trì ý kiến rằng tự ngã phải là độc lập hoàn toàn với thành phần vật chất và tâm lý (uẩn: skandhas trong Sanskrit) vốn tạo nên sự hiện hữu cá nhân, và thừa nhận tự ngã như một nguyên tắc vĩnh cửu vốn siêu việt những kiếp luân hồi của cá nhân và duy trì sự tồn tại của nó suốt khắp mọi giai đoạn thời gian. Cho dù tự ngã hay atman được đặc trưng như vĩnh cửu, không thay đổi và không phân chia. Những thứ này là: rằng theo quan điểm của thời gian thì tự ngã là vĩnh cửu; rằng nó là bất khả phân hay không thể phân chia; và rằng nó là độc lập hay trong một ý nghĩa nào đó là tự quản. Nói một cách phổ thông, tất cả mọi trường phái Phật giáo phủ nhận khái niệm này về tự ngã như vĩnh cửu. Tuy nhiên, những trường phái Phật giáo khác nhau có những ý kiến khác nhau thay đổi nhau: nếu không có tự ngã độc lập, vĩnh cửu, thì chúng ta thấu hiểu khái niệm về một con người và của tác nhân hành động như thế nào? Chúng sanh ấy là ai? Một số trường phái cố gắng xác định con người trên căn bản của những tập họp uẩn vật chất và tinh thần vốn làm nên cá nhân, khẳng định rằng toàn bộ năm uẩn cấu thành con người.

Những trường phái khác duy trì quan điểm rằng chúng ta phải thừa nhận cá nhân con người trên căn bản của sự tương tục tâm thức. Và có những trường phái khác, chẳng hạn như những môn nhân của kinh điển về Yogacara (Duy Thức) hay trường phái Duy Tâm, cho rằng sự tương tục đặc biệt của tâm thức, vốn họ gọi là thức nền tảng (alaya thức) phải được xác định như con người. Rồi thì có những môn nhân của Long Thọ (đặc biệt những người thấu hiểu quan điểm vi tế nhất của ngài) những người duy trì quan điểm rằng bất cứ cố gắng để xác định tự ngã như điều gì đó độc lập với thân thể và tâm thức là không thể đạt được. Tương đồng không thể đạt được là cố gắng để xác định tự ngã trong thân thể và tâm thức. Họ cho rằng con người phải được thấu hiểu như chỉ là một nhãn hiệu, tên gọi, hay quy cho vốn được đưa ra trên căn bản của tập họp uẩn của thân thể và tâm thức. Vì vậy, bản chất của con người chỉ đơn thuần là một sự quy cho hay điều gì đó không có bản chất thật sự bên trong.

Khi chúng ta quán sát mọi vật và mọi sự một cách sâu xa hơn, thì chúng ta nhận ra rằng tất cả chúng đi đến hình thành như một kết quả của tập họp uẩn của nhiều nhân tố. Không thừ gì trong chúng có được một sự tồn tại độc lập; bản chất tối hậu thì chỉ là sự lệ thuộc trên những nhân tố khác mà thôi. Tuy nhiên, khi chúng ta nhận thức chúng một cách bình thường hơn như chúng ta có xu hướng làm trong đời sống hàng ngày, thì chúng ta hình thành nên sự ấn tượng rằng chúng sở hữu một loại thực tế trừu tượng, độc lập nào đó của chính chúng và chúng ta không thể nhận thức một thực tại liên kết, lệ thuộc và nguyên gốc của chúng. Sự không tương ứng này trong nhận

thức của chúng ta về cung cách mọi vật thật sự là và cung cách chúng ta nhận thức chúng làm nền tảng cho những phản ứng phiền não và cảm xúc khác nhau mà chúng ta có trong những đối phó của chúng ta với thế giới.

Cho nên trước nhất, chúng ta có thể nói rằng sự thấu hiểu bị bóp méo của chúng ta về thế giới như gốc rễ của những cảm xúc phiền não của chúng ta, chẳng hạn như sân hận, thù oán, và bám chấp. Thứ hai, nhận thức của chúng ta về thế giới như có một thực tại độc lập không có nền tảng hữu hiệu. Thứ ba, khi chúng ta trau dồi một sự đối trị trực tiếp, vốn là trí tuệ vô ngã, thì điều này chạm trán trực tiếp với nhận thức sai lầm của chúng ta về thế giới như có một sự tồn tại thật sự và độc lập. Khi chúng ta so sánh hai thứ này, quan điểm sai lầm về thế giới thiếu một nền tảng hữu hiệu trong lý trí và trái lại kinh nghiệm của tuệ giác trong vô ngã có một nền tảng vững chắc trong cả lý trí và kinh nghiệm. Quan điểm vốn có một nền tảng có căn cứ trong lý trí và thực tế sẽ trở nên mạnh mẽ hơn khi nó được phát triển, cho đến khi cuối cùng chúng ta có thể loại bỏ quan điểm sai lầm về thế giới một cách hoàn toàn. Xa hơn nữa, vì cái nhìn sâu sắc trong trí tuệ vô ngã là một phẩm chất của tâm thức, cơ sở của nó là rất bền vững, không giống như một phẩm chất thân thể mà căn bản của nó là giới hạn. Một đặc trưng khác của phẩm chất tinh thần này là một khi chúng ta đã trau dồi nó đến một mức độ mà nó trở thành tự động, thì hành giả không cần phải thực hiện một nổ lực chủ tâm có ý thức để đưa nó đến tâm thức. Một phương pháp hay động lực có thể phát khởi ngay lập tức sự thấu hiểu hay phẩm chất tinh thần này.

Chúng ta cũng cần nhắc nhở chính mình rằng những phiền não là tách biệt với bản chất căn bản của tâm thức; chúng có thể loại trừ được vì căn bản của chúng là nhận thức sai lầm, và một khi điều này được vượt thắng, thì phiền não có thể được loại trừ. Khi chúng ta xem xét tất cả những thứ này với nhau, cuối cùng thì chúng ta đạt đến một vị trí nơi mà từ ngữ "giải thoát" hay moksha đi đến có một ý nghĩa thậm thâm và chúng ta nhận ra rằng giải thoát là có thể. Chúng ta có thể phối hợp rằng sự thấu hiểu với sự thấu hiểu về Phật tánh như được giải thích trong Kinh Như Lai Tạng được liên hệ trước đó, nơi mà bản chất thiết yếu của tâm được diễn tả như trong sáng và vô nhiễm. Sau đó, khi chúng ta đi đến nhận ra rằng không chỉ những phiền não được loại trừ mà những xu hướng và dấu vết lưu lại bởi những phiền não này trong tâm thức chúng ta cũng được loại trừ. Đây là vấn đề chúng ta đi đến nhận thức được khả năng thật sự của việc đạt đến Quả Phật.

Thể trạng của Quả Phật được diễn tả trong kinh điển Đại thừa trong dạng thức của bốn thân (kaya) hay Bốn Hiện Thân của giác ngộ. Tuy nhiên, một sự thông hiểu thậm thâm và chi tiết hơn về bốn thân được phát triển trong căn bản của học hỏi và nghiên cứu những luận điển của Kim Cang thừa, trong ấy bốn thân được trình bày trên căn bản của tâm vi tế - cũng được biết như "tâm nền tảng bẩm sinh của linh quang" (áng sáng trong suốt).

Tự tánh thân (svabhavakaya) là hiện thân tự nhiên của Đức Phật. Tâm toàn giác của Đức Phật trong thể trạng này được diễn tả như

pháp thân (dharmakaya) hay thân trí tuệ chân thật. Năng lượng vi tế hay prana, vốn không tách rời khỏi thể trạng pháp thân này của Đức Phật là năng lượng trong hình thức vi tế nhất là báo thân (sambhogakaya) hay "thân của nguồn tài nguyên hoàn hảo của Đức Phật." Cùng với nhau bốn thân này chứa đựng tâm nền tảng bẩm sinh của linh quang, đấy là thể trạng của Quả Phật.

Nếu chúng ta hiểu trong cách này, thì chúng ta đạt được một sự thông hiểu sâu sắc hơn về những gì được gọi là giáo Pháp (Dharma). Trên căn bản của sự thông hiểu giáo Pháp ấy thì chúng ta có thể thấu hiểu về Đức Phật, là biểu tượng là sự hoàn thiện hay thực chứng hoàn toàn của giáo Pháp, và Tăng già, là những người đi trên con đường thực chứng giáo Pháp. Đây là vấn đề chúng ta có thể phản chiếu một cách hữu ích hoàn toàn thi kệ thứ nhất của luận điển này, thi kệ chào kính Tam Bảo, nhằm để có được một sự giới thiệu tổng quát về những gì có ý nghĩa là giáo Pháp.

QUY Y TAM BẢO

Như Trần Na nói, một Đức Phật là người nào đấy đã đạt được sự toàn giác qua việc trau dồi từ bi và trí tuệ vô ngã, việc vắng mặt của sự tồn tại. Từ sự thảo luận của chúng ta thì chúng ta cũng đã thấy vấn đề Pháp bảo được thấu hiểu như con đường mà qua đó chúng ta có thể dần dần hoàn thành cùng kết quả như một Đức Phật tỉnh thức hoàn toàn. Giống như thế, Tăng bảo là cộng đồng của những hành giả chân thành trực tiếp thực chứng tánh không, bản chất cứu kính của thực tại.

Đối với những ai trong chúng ta xem chính mình đang là những Phật tử, thì thật thiết yếu để có loại thấu hiểu sâu sắc hơn về Tam Bảo khi quý vị quy y Phật, Pháp, Tăng. Thí dụ, chúng ta quy y Phật bằng việc trau dồi một lòng ngưỡng mộ sâu sắc với những Đức Phật lịch sử căn cứ trên sự tận tụy và niềm tin chân thành thậm thâm trong sự thành tựu tâm linh tôn quý của các ngài. Khi chúng ta nói về niềm tin trong phạm trù Phật giáo, thì nó phải được thấu hiểu trong dạng thức của niềm tin được thúc đẩy trí tuệ hay sự thông minh. Niềm tin phải được đặt nền tảng trong trí tuệ và trí tuệ phải được thúc đẩy bằng niềm tin và từ bi, vì thế mỗi thứ làm mạnh và bổ sung cho nhau.

Nhưng chúng ta cũng phải thấu hiểu rằng việc quy y Tam Bảo phải được liên hệ với những sự thực chứng tâm linh bên trong chính chúng ta và kinh nghiệm của con đường Giác Ngộ. Niềm tin hay lòng tận tụy chân thành với Tam Bảo phải là sự cạnh tranh, trong đó chúng ta không chỉ ngưỡng mộ Tam Bảo, mà quan trọng hơn, chúng ta phải ngưỡng mộ để hiện thực ba điều này trong chính chúng ta. Lòng tin như thế này cho chúng ta sự khuyến khích và cảm hứng để dấn thân trong sự thực tập Phật pháp và trau dồi những trình độ khác nhau của sự thực chứng cho đến khi thành tựu Quả Phật. Do vậy, thật thiết yếu để thấu hiểu rằng khi chúng ta quy y Phật, thì chúng ta không chỉ quy y Đức Phật lịch sử mà chúng ta cũng quy y với tự chính Quả Phật trong tương lai của chúng ta.

NHỮNG TRÌNH ĐỘ CỦA VIỆC TU DƯỠNG TÂM LINH

Sự trình bày chủ đề thật sự của luận điển bắt đầu từ thi kệ sau:

Thi kệ 2

Hãy thấu hiểu rằng có ba loại người
Do bởi năng lực của họ là nhỏ, vừa, và vô thượng.
Tôi sẽ viết sự phân biệt một cách rõ ràng
Những đặc trưng cá nhân của họ.

Một trong những đặc trưng chính yếu trong luận điển của Atisha là nó trình bày tinh hoa của toàn bộ giáo huấn của Đức Phật trong một chuỗi những chủ đề và thực hành nhất định, mỗi thứ hứa hẹn trên niềm tin rằng sự ảnh hưởng của việc thực hành được làm nổi bật bằng việc tuân theo sự tiếp cận hệ thống như vậy.

Chúng ta có thể thấy vấn đề điều này hoạt động như thế nào qua thí dụ về việc trau dồi tâm bồ đề, tâm tỉnh giác vị tha – mệnh danh là sự ngưỡng mộ để đạt được Quả Phật vì lợi ích của tất cả chúng sanh. Trước tiên chúng ta phải phát triển một sự thấu hiểu về đối tượng của sự ngưỡng mộ của chúng ta, đấy là Quả Phật hay sự tỉnh giác hoàn toàn, và để làm việc này chúng ta cần một sự thấu hiểu nào đó của những gì có nghĩa là "tỉnh thức" hay "Giác Ngộ." Thêm nữa, chúng ta cần trau dồi một ý nghĩa sâu sâu xa về lòng vị tha căn cứ trên lòng đại bi, một mong ước chân thành để thấy tất cả chúng sanh thoát khỏi khổ đau. Nhằm để kích thích một lòng đại bi như vậy, thì chúng ta phải phát triển một cách có hệ thống một sự thấu cảm chân thành và một cảm giác nối kết với

tất cả chúng sanh, một cảm nhận sâu sắc rằng chúng ta không thể chịu đựng nổi sự khổ đau của họ - giống như nó là của chính chúng ta.

Cùng với điều ấy, chúng ta cũng cần đạt được một sự thấu hiểu sâu sắc hơn về bản chất của khổ đau mà từ đó chúng ta mong ước tất cả các chúng sanh khác được giải thoát. Như tôi nói trước đây, điều này đòi hỏi việc thẩm tra kinh nghiệm của chính chúng ta về khổ đau vì thế chúng ta có thể phát triển một khát vọng mạnh mẽ để đạt được tự do khỏi nó, vốn là sự viễn ly thật sự. Khi tất cả những yếu tố này được phối hợp với nhau thì chúng ta sẽ có thể phát sinh tâm bồ đề, lòng vị tha của tỉnh giác. Do thế, nhằm để cho tâm bồ đề bén rễ trong chúng ta, thì trước nhất chúng ta cần trau dồi những thành phần khác nhau của lòng vị tha tỉnh giác này một cách cá nhân, và có một chu trình nào đó để phát triển những khía cạnh này của con đường. Trong luận điển hiện tại của Atisha giải thích những khía cạnh khác nhau của con đường trong phạm vi của những sự thực tập phù hợp với những hành giả trong ba năng lực – nhỏ, vừa, và năng lực tối thượng của các hành giả.

Ngài không cần liên hệ đến ba đặc trưng độc lập của các cá thể, một số với năng lực cao hơn, một số với năng lực trung bình hay năng lực vừa, và những người khác với năng lực nhỏ hay giới hạn. Những sự phân chia này một cách chính yếu liên hệ đến những trình độ của năng lực tinh thần mà một cá nhân có thể tiến triển qua những giai tầng khác nhau của sự phát triển tâm linh.

Do thế một cách tóm tắt, cá nhân những hành giả có thể được nói là

có năng lực nhỏ, nhưng qua thực hành họ tiến triển đến giai tầng kế tiếp và trở thành một người có năng lực trung bình, và với sự thực tập xa hơn thì họ đạt đến năng lực vô thượng. Chúng ta có thể thấy một sự tương đồng ở đây với hệ thống giáo dục hiện đại. Nói một các đại khái, ba năng lực này tương ứng với những trình độ tiểu học, trung học và đại học, khi những học sinh di chuyển qua những trình độ cao hơn và đặc biệt hơn của việc học tập một cách dần dần.

Chúng ta có thể liên hệ đến giáo huấn của Atishs trên ba năng lực với ba giai đoạn phát triển tâm linh của Thánh Thiên (Aryadeva) như được diễn tả trong thi kệ theo đây của tác phẩm *Bốn Trăm Thi Kệ Của Trung Đạo*:

Trước tiên những hành vi bất thiện được ngăn ngừa;
Ở giai đoạn giữa tự ngã được ngăn ngừa;
Ở giai đoạn cuối cùng tất cả những quan điểm được từ bỏ;
Hành giả biết việc này thật là thông tuệ.2

Thánh Thiên sử dụng thuật ngữ "những hành vi bất thiện" liên hệ đến những việc làm và tư tưởng tiêu cực của chúng ta, vốn là nguyên nhân chính của những khổ đau của chúng ta. Khi chúng ta nói về những nguyên nhân của khổ đau thì chúng ta đang nói về nghiệp hay hành động, và một sự phân biệt một cách tổng quát được thực hiện giữa ba loại nghiệp. Một là nghiệp tiêu cực hay bất thiện, thứ kia là nghiệp thiện hay đáng khen ngợi, và thứ ba là nghiệp bất biến hay không thể thay đổi. Thứ nhất, nghiệp tiêu cực, làm sinh ra khổ đau trong những thế giới thấp; 3 thứ hai, nghiệp thiện làm ra sự tái sanh ở những thế

giới cao hơn như loài người hay chư thiên; và thứ ba, nghiệp bất biến hay không thể thay đổi, làm nên sự tái sanh trong những cõi sắc và vô sắc.4

Giai tầng thứ nhất của Thánh Thiên, nơi mà hành giả được khuyến bảo tránh xa hay loại trừ những hành vi bất thiện, tương ứng với phạm vi khởi đầu của Atisha hay giai tầng của năng lực nhỏ. Đối tượng chính ở đây là để đạt được sự tự do khỏi những kinh nghiệm tức thời của khổ đau, và yêu cầu tâm linh tức thời của cá nhân hành giả được động viên bởi sự sợ hãi phải chạm trán với những khổ đau của những cõi thấp .Những sự thực hành tâm linh chính của giai tầng này là đạo đức – tránh mười hành vi bất thiện (thập thiện nghiệp đạo) của thân thể, lời nói và tâm ý – và quy y Tam Bảo.

Giai tầng thứ hai trong ba giai đoạn của Thánh Thiên, nơi mà nhận thức về "tự ngã" của chúng ta bị đánh đổ, tương ứng với năng lực vừa của Atisha. Ở đây động lực chính của hành giả là để đạt được sự giải thoát khỏi vòng luân hồi,5 và sự thực tập chính yếu là việc loại trừ những phiền não tinh thần vốn làm sinh khởi sự khổ đau và sự tồn tại bất giác của chúng ta. Giai tầng thứ ba hay cuối cùng trong ba giai đoạn của Thánh Thiên, là nơi mà chúng ta từ bỏ tất cả mọi quan điểm, tương ứng với năng lực vô thượng của Thánh Thiên. Ở đây động lực chính yếu không chỉ là đạt được tự do khỏi vòng luân hồi mà quan trọng hơn, cũng là để đạt được sự toàn giác vì lợi ích của tất cả chúng sanh.

Một trong những vấn để chính tiềm tàng qua hai tác phẩm này là ngay cả những hành giả của năng lực vừa và vô thượng trước phải

bắt đầu những sự thực tập phối hợp với năng lực nhỏ và vừa. Mỗi trình độ của sự thực tập xây dựng trên trình độ trước đó và dựa vào nền tảng vững chắc của tiến trình thích đáng.

BA NHÂN TỐ CHÍNH CỦA CON ĐƯỜNG

Đại sư Ấn Độ Long Thọ xác định ba nhân tố chính cho việc đạt được toàn giác. Nhân tố thứ nhất là tâm bồ đề, lòng ngưỡng mộ vị tha để đạt được Quả Phật vì lợi ích của tất cả chúng sanh. Nhân tố thứ hai là một năng lực mạnh mẽ lớn lao của bi mẫn, vốn không chỉ là mong ước cho những chúng sanh khác thoát khỏi khổ đau mà cũng liên hệ đến việc nhận trách nhiệm cho việc mang đến mục tiêu đó. Nhân tố thứ ba là những gì gọi là "trí tuệ bất nhị," vốn liên hệ đến một tuệ giác vào trong tánh không siêu việt hai cực đoan của chủ nghĩa tuyệt đối và chủ nghĩa hư vô. Tuệ giác hay trí giác, vốn thấu hiểu cung cách mà mọi vật thật sự là, thường được diễn tả như "chân như" hay "bản chất cứu kính của thực tại."

Tiến trình hay con đường thành tựu toàn giác được diễn tả trong kinh luận Phật giáo trong dạng thức của "năm con đường" và "mười giai tầng của Bồ tát," và được nói là đòi hỏi một sự tích lũy công đức trong ba a tăng kỳ kiếp (ba vô số kiếp). Vì một số luận điển Kim Cang thừa nói về khả năng của việc thành tựu Quả Phật một "khoảnh khắc duy nhất" (ngay lập tức), việc này có thể cho ấn tượng rằng có một loại thực hành đặc biệt nào đó mà qua đó chúng ta có thể trở thành Giác Ngộ hoàn toàn trong một thời hành thiền duy nhất, chẳng hạn như chỉ đơn giản trì tụng mantra "hum" hay điều gì đó tương tự. Việc này cực kỳ phi thực tế.

Trước đây, chúng ta đã thấy vấn đề những thể trạng tinh thần bình thường của chúng ta bị ô nhiễm thấm vào với những loại phiền não đa dạng và rằng những phiền não này phải được loại trừ dần dần như thế nào, lớp này đến lớp khác. Đó là qua một tiến trình dần dần mà tâm thức chúng ta được tịnh hóa tăng dần, một tiến trình mà cuối cùng lên đến cực điểm trong sự thành tựu Quả Phật.

Một số có thể cảm thấy khá nản lòng với triển vọng này, khi thực tế tôi đã làm trong thời thanh thiếu niên. Tôi nhớ khá rõ ràng đã nói lời nhận xét sau đây với giáo thọ của tôi là Tadrak Rinpoche: "Đã nhìn vào kinh điển về những thực hành của Bồ tát, con cảm thấy con đường mà các ngài diễn tả là quá dài mà nó dường như không thể đạt được. Vì thế chắc chắn con đường Kim Cang thừa, nơi mà nó được giải thích rằng có thể đạt được Quả Phật trong một thời gian ngắn hơn nhiều, có thể thích hợp hơn với con." Tadrak Rinpoche đã trả lời ngay lập tức. Ngài nói: "Làm sao có thể có con đường Kim Cang thừa có thể thành tựu được mà không có sự thực hành tâm bồ đề?"

Trong thực tế, Long Thọ cung cấp một vài biện luận để bảo đảm chúng ta không trở thành nãn lòng trong khi ở trên con đường. Những điều này kể cả ý tưởng rằng nếu chúng ta bền chí với sự thực hành của chúng ta thì chúng ta sẽ đạt được một giai tầng của sự phát triển chỗ mà chúng ta sẽ không còn có thể bị tổn thương với khổ đau của cõi luân hồi. Một khi một giai tầng được thành tựu thì chúng ta có thể hoàn toàn toại nguyện để duy trì trong thế giới khi nó cần để giải thoát tất cả chúng sanh khỏi khổ đau. Xa hơn

nữa, Long Thọ biện luận, vì chúng ta đã trang nghiêm phát nguyện để hành động vì cát tường của những người khác, cho nên những hoạt động của chúng ta sẽ duy trì như vậy cả trước và sau khi đạt được Giác Ngộ hoàn toàn. Cho nên nhân tố thời gian một lần nữa trở thành ít liên hệ hơn. Long Thọ cũng biện luận rằng sự hồi hướng chân thành để thực hành tâm bồ đề gợi lên một cảm giác sâu xa của toại nguyện và một cảm nhận rằng chúng ta đang làm cho sự tồn tại của loài người trọn vẹn ý nghĩa nhất, vốn giúp để vượt thắng bất cứ căn bản nào cho sự mệt mõi hay nãn lòng.

Để nhấn mạnh điểm cuối cùng này các đạo sư Kadampa thường khuyến khích chúng ta dành mọi nổ lực trong việc trau dồi tâm bồ đề, vì một khi tâm bồ đề sinh khởi trong chúng ta thì nó sẽ chăm sóc mọi thứ. Nó sẽ chăm sóc việc tích lũy công đức cho chúng ta và nó sẽ chăm sóc việc tịnh hóa tất cả những tiêu cực của chúng ta. Điều này cho chúng ta thấy rằng sự thực tập tâm bồ đề là nguồn cội của việc hoàn thành cả những mục tiêu tạm thời và lâu dài.

Dĩ nhiên, nếu chúng ta không thích thú với việc trau dồi tâm bồ đề, hay nếu chúng ta cảm thấy đó là quá khó khăn cho chúng ta hay nó là quá lâu dài, thì ta tự do không cam kết điều ấy. Tuy nhiên, nếu chúng ta thực hiện một sự lựa chọn như vậy, thì sau đó chúng ta sẽ đem sự tương tục khổ đau của chúng ta đi đến chấm dứt như thế nào? Vì bất chấp chúng ta có chấp nhận khái niệm nghiệp và phiền não hay không, thì sự thật tồn tại là sự hiện hữu bất giác của chúng ta là một sản phẩm của nghiệp và phiền não quá khứ của chúng ta. Và khi mà chúng ta vẫn còn bị nghiệp chướng và phiền

não trói buộc, thì hạnh phúc thật sự sẽ lẫn tránh chúng ta, những sự kiện không muốn sẽ xảy đến chúng ta hết lúc này đến lúc khác, và chúng ta sẽ tiếp tục là chủ thể với những khổ đau không tránh khỏi của sanh, già, bệnh và chết.

Đạo sư Kadampa Geshe Potowa một lần đã hỏi: "Có bao giờ có một khả năng của việc làm cạn dứt hay làm hết khổ đau của chúng ta chỉ đơn giản bằng việc trải nghiệm chúng không? Dĩ nhiên, điều này là không thể có. Từ thời vô thỉ chúng ta đã chịu đựng tất cả những khổ đau của sanh, già, bệnh, chết lặp đi lặp lại, và thời gian trôi qua đã không thể làm cho chúng chấm dứt. Từ điều này thì chúng ta có thể suy luận rằng trong tương lai cũng vậy, đơn giản sống qua chúng trong một thời gian trôi qua, bất chấp chúng dài như thế nào, thì cũng không đưa chúng đến chấm dứt. Thay vì thế, chúng ta cần đưa ra kết luận về chúng qua một nổ lực có ý thức và cẩn trọng, và điều này chỉ có thể đạt được trên căn bản của việc thấu hiểu về bản chất sâu xa của khổ đau và áp dụng phương tiện đúng đắn.

Tôi muốn đưa ra một điểm liên hệ ở đây. Một ngày nọ, khi một học giả hay một geshe dày dặn và tôi đang thảo luận sự kiện rằng tự ngã là một hiện tượng khó nắm bắt, rằng nó không thể tìm thấy trong thân thể hay tâm thức, ông nhận xét rằng: "Nếu tự ngã hoàn toàn không tồn tại, trong một ý nghĩa nào đó sẽ làm cho mọi thứ rất đơn giản. Sẽ không có trải nghiệm về khổ sở và đau đớn, vì không có đối tượng chịu đựng những trải nghiệm như vậy. Tuy nhiên, không phải như vậy. Bất chấp chúng ta có thể thật sự có thể tìm thấy nó hay không, thì có một cá nhân chúng sanh chịu đựng kinh nghiệm của khổ đau

và sung sướng, cá thể đó là đối tượng của những kinh nghiệm, kẻ nhận thứ mọi việc và v.v… Căn cứ trên những kinh nghiệm của chúng ta thì chúng ta thật sự biết rằng có điều gì đấy – bất cứ chúng ta có thể gọi nó là gì – điều ấy làm cho chúng ta có thể trải qua những kinh nghiệm này. Chúng ta có điều gì đó gọi là sự phân biệt hay năng lực để nhận thức mọi thứ."

Trong thực tế, khi chúng ta thẩm tra kinh nghiệm về khổ đau, mặc dù một số khổ đau là ở trình độ cảm giác hay thân thể, như đau đớn vật lý, thậm chí chính kinh nghiệm của đớn đau nối kết một cách gần gũi với ý thức hay tâm thức và do thế là một bộ phận của thế giới tinh thần. đây là những gì phân biệt chúng sanh hữu tình với những sinh vật vạn vật học khác, chẳng hạn như cỏ, cây, và v.v… Chúng sanh hữu tình có những chiều kích chủ quan, vốn chúng ta có thể chọn lựa để gọi là kinh nghiệm, ý thức hay thế giới tinh thần.

Một cách chính xác thì hiện tượng tinh thần là gì? Có phải nó tùy thuộc một trăm phần trăm vào thân thể hay hiện tượng vật lý? Câu hỏi này không phải là mới. Nó được nêu lên ở Ấn Độ cổ đại, nơi mà một trường phái chấp nhận quan điểm duy vật, biện luận rằng tâm có thể quy về thân thể vật chất của con người. Tâm thức được đồng nhất với thân thể, và không có hiện tượng nào tách rời khỏi thân thể. Do thế, ý thức chấm dứt tồn tại tại thời điểm chết khi thân thể con người ngừng tồn tại. Họ so sánh tâm thức và thân thể với một bức tường và bức tranh trên tường. Khi nào bức tường tồn tại thì bức tranh ở đó, nhưng khi bức tường bị đập đổ thì bức tranh biến mất. Họ đã cho một tương tự khác về tâm thức và thân

thể giống như rượu nho và nồng độ rượu của nó: khi nào rượu nho hết, thì nồng độ rượu cũng không còn ở đó.

Tuy nhiên, nhiều truyền thống triết lý Ấn Độ khác phủ nhận luận điểm này. Trong thời hiện đại cũng thế, thảo luận xảy ra về mối liên hệ giữa thân thể và tâm thức, và mối liên hệ của chúng với sự thấu hiểu toàn bộ vũ trụ học của chúng ta về nguồn gốc của vũ trụ. Thí dụ, theo vũ trụ học hiện đại, sự bắt đầu của hệ thống thế giới hiện tại là sự kiện được gọi là Big Bang – vụ nổ lớn. Nhưng câu hỏi là, có phải đó là bắt đầu của mọi thứ? Chúng ta cũng có thể hỏi, ý thức đến từ chốn nào? Một điều chúng ta có thể hiểu, cả qua phân tích khoa chọc và cũng từ kinh nghiệm hay nhận thức cá nhân của chính chúng ta, là bất cứ kinh nghiệm nào chúng ta có hiện tại là hệ quả của những điều kiện trước đó. Không có điều gì đi đến hình thành mà không có một nguyên nhân. Giống như mọi thứ trong thế giới vật chất phải có một nguyên nhân hay điều kiện vốn làm cho sinh khởi ra nó, cho nên tất cả những kinh nghiệm trong thế giới tinh thần phải có những nguyên nhân và những điều kiện. Có hải đặc trưng chính của việc tạo ra kết quả trong mối liên hệ với ý thức hay thế giới tinh thần. Một là nguyên nhân vật chất hay trọng yếu, vốn chuyển biến điều gì đó vào trong điều gì khác, và thứ kia là đặc trưng của những điều kiện đóng góp vốn làm cho việc tạo ra kết quả là có thể.

CÂU HỎI VỀ TÁI SANH

Vị thầy Phật giáo Ấn Độ Pháp Xứng (Dharmakirti) chỉ ra trong *Giải Thích Nhận Thức Có Giá Trị*[4] rằng: "Điều gì đó mà không phải tinh thần không thể biến thành một hiện tượng tinh thần." Như chúng ta thảo luận trước đây, điều gì đó mà thuần vật lý hay vật chất không thể biến thành tinh thần. Pháp Xứng đang liên hệ đến sự kiện rằng để cho một khoảnh khắc của ý thức xảy ra thì phải có một khoảnh khắc ý thức khác như sự tương tục trước đó của nó. Đây là vấn đề chúng ta có thể đi ngược quan hệ nhân quả đến sự bắt đầu của ý thức của kiếp sống này, và từ đó chúng ta có thể thừa nhận sự tồn tại của kiếp sống trước.

Khi tôi nói về "thời vô thỉ" hay một "kiếp sống trước," một số người trong quý vị có thể đã tự hỏi về điều này. Tôi có thể chứng minh những kiếp sống nối tiếp thật sự xảy ra như thế nào? Nhiều truyền thống tâm linh và triết lý Ấn Độ cổ đại chấp nhận khái niệm tái sanh, kể cả Phật giáo, không nên làm như vậy chỉ đơn giản bằng những thừa nhận mà không có căn bản. Trong thực tế, câu hỏi này đã là chủ đề của vô số phản chiếu trong truyền thống triết lý Ấn Độ.

Xa hơn nữa, có chứng cớ rõ ràng không hoàn toàn đúng về những đứa trẻ đã nhớ lại kiếp sống quá khứ của chúng, một số chúng đến từ những gia đình ngay cả không tin tưởng trong ý tưởng tái sanh. Một cách tự nhiên, chúng cần phải đưa ra bằng chứng như vậy để phân tích liên tục và thẩm tra kỷ lưởng. Tuy nhiên, khi làm như vậy tôi nghĩ thật rất quan trọng ghi nhớ trong tâm một nguyên tắc logic quan trọng. Chúng

ta phải bảo đảm phân biệt giữa những trường hợp mà chúng ta cho đến bây giờ thất bại trong việc tìm thấy điều gì đó và những điều khác mà chúng ta thấy trong hiện tại không phải là như vậy. Nhiều hiện tượng mà chúng ta không thể thấy trong hiện tại có thể được khám phá trong tương lai, cho nên nếu chúng ta đang tìm kiếm để chứng minh sự không tồn tại của điều gì đó thì chúng ta đơn giản không thể nói, "Điều này không tồn tại bởi vì chúng ta không tìm thấy nó." Loại lý luận đó là đơn giản quá mức.

Nếu chúng ta không chấp nhận sự tương tục không bao giờ chấm dứt của tâm thức vốn tái sanh hết lần này đến lần khác, thì nhiều hiện tượng sẽ trở thành không giải thích được. Chúng ta có thể chọn lựa để diễn tả những điều này như "bí ẩn" hay "kỳ diệu," nhưng đây chỉ là tốc ký cho si mê. Nó có nghĩa là, trong thực tế, chúng ta không có giải thích cho chúng. Trái lại, nếu chúng ta chấp nhận khái niệm tái sanh và sự tương tục của tâm thức, thì chúng ta có thể không thể thuyết phục mọi người một trăm phần trăm, nhưng tối thiểu chúng ta có một nguồn giải thích rộng lớn hơn nhiều theo sự bố trí của chúng ta.

Một cách tổng quát, thật khó để chứng minh điều gì đó với người nào đó vốn không có tri thức kinh nghiệm về nó. Thí dụ, hãy tưởng tượng việc cố gắng để chứng minh của những giấc mơ với người nào đó tuyên bố hoàn toàn không có trải nghiệm nào về những giấc mơ. Làm sao chúng ta thậm chí tiến hành chứng minh rằng những giấc mơ như vậy xảy ra? Tương tự thế, theo quan điểm của Phật giáo, mặc dù chúng ta có trải nghiệm của vô số kiếp sống, nhưng nhiều ký

ức nối kết với sự tồn tại đặc thù thể hiện chấm dứt tồn tại khi thân thể thay đổi. Vì chúng ta không có năng lực để nhớ lại những kinh nghiệm của những kiếp sống quá khứ của chúng ta, thật khó khăn để tuyên bố một cách dứt khoát sự tồn tại của những kiếp sống quá khứ. Tuy nhiên, khi những hành giả tiến triển tâm linh cao độ nhập vào những thể trạng thiền định sâu xa của tâm thức thì họ thâm nhập được những thể trạng vi tế của tâm thức sâu xa hơn trình độ ý thức thông thường hàng ngày. Trong những thiền giả mà tôi đã biết một cách cá nhân, một số có những hồi tưởng rất sinh động về những kinh nghiệm quá khứ trong khi nhập định trong thể trạng thâm sâu. Nói cách khác, theo sự thấu hiểu Phật giáo, đó là sự tương tục của ý thức vi tế vốn giúp để nối kết tình trạng hiện tại của tâm thức với những kiếp sống quá khứ.

Kinh Điển, Lý Trí, Và Chứng Cứ Thực Nghiệm

Đã nói rằng, nếu khái niệm tái sanh, hay vì vấn đề ấy, thì bất cứ khái niệm nào dược những người Phật tử tán thành cũng bị bác bỏ một cách thực nghiệm, cho là tầm quan trọng thiết yếu của lý trí và chứng cứ thực nghiệm trong tư tưởng Phật giáo, thì chúng ta phải chấp nhận chứng cứ mới và phủ nhận sự chấp thủ quan điểm trước đó. Thí dụ, có rất nhiều kinh luận về chủ đề tánh không và một số đó, về tối thiểu là về bề mặt, thấy là xung đột với nhau. Cho nên nếu chúng ta dựa hoàn toàn vào thẩm quyền của kinh điển và làm sáng tỏ vị trí của những kinh luận đa dạng này, thì chúng ta gặp ngõ cụt. Truyền thống trong Phật giáo là nhìn vào sự đa dạng của các kinh luận trên một chủ đề nào đó và rồi sử dụng lý trí phán

đoán của chúng ta để phân biệt những trình độ vi tế khác nhau. Sau đó chúng ta có thể minh chứng tính giá trị của một số về sự vững chắc trong khi nhìn nhận rằng những thứ khác đòi hỏi diễn giải thêm.

Khi chúng ta đối diện với thế giới hàng ngày, hay "Thực tại quy ước" như nó được gọi trong kinh luận Phật giáo, một cách tự nhiên có một sự gắn kết trong một lãnh vực rộng lớn chung nhất giữa những sự giải thích Phật giáo và khoa học. Ở đó chúng ta thấy chứng cứ thực nghiệm gợi ý điều gì đó là trường hợp, mà chúng ta phải chấp nhận giá trị cụ thể của nó vì chúng ta đang dấn thân trong một lãnh vực chung của phân tích. Tuy nhiên, điều này không phải nói rằng những người Phật tử tin rằng tất cả những hiện tượng có thể được hiểu đơn giản bằng việc sử dụng tài năng quan yếu của chúng ta và tâm thức thông thường của chúng ta, chắc chắn là không. Với khả năng tri giác hiện tại giới hạn của chúng ta, thì những sự kiện nào và hiện tượng nào đó có thể rõ ràng ở ngoài phạm vi tri giác của chúng ta, ít nhất là vào lúc này.

Do vậy, trong Phật giáo sự phân biệt được thực hiện giữa ba loại hiện tượng. Một loại hiện tượng được biết như "chứng cứ," gồm có những hiện tượng vốn có thể được nhận thức trực tiếp qua các giác quan của chúng ta và v.v… Loại thứ hai "hơi bị che khuất"; những hiện tượng mà chúng ta có thể thấu hiểu qua liên hệ, việc sử dụng lý trí căn cứ trên việc quán sát những hiện tượng nào đó và qua mối liên hệ của những hiện tượng khác nhau. Đặc trưng thứ ba được biết như "cực kỳ bị che khuất"; liên hệ đến những sự kiện và hiện tượng nằm ở ngoài năng lực nhận biết hiện

tại của chúng ta. Trong hiện tại, một sự thấu hiểu về những hiện tượng như vậy chỉ có thể sinh khởi trên căn bản của lời làm chứng của một người nào đó đã đạt được kinh nghiệm trực tiếp về chúng; sự chấp nhận của chúng ta về giá trị của chúng phải căn cứ khởi đầu trên lời chứng có giá trị này của một người thứ ba.

Tôi thường đưa ra một sự tương tự để làm sáng tỏ đặc trưng thứ này của các hiện tượng. Hầu hết chúng ta biết ngày sanh tháng đẻ của chúng ta nhưng chúng ta không có được kiến thức của sự kiện này trước. Chúng ta biết nó qua chứng cứ của cha mẹ ta hay người nào khác. Chúng ta chấp nhận nó như một tường trình có giá trị vì không có lý do gì cha mẹ lại lừa dối chúng ta về điều này, và cũng bởi vì chúng ta dựa vào lời nói của họ như những nhân vật có thẩm quyền. Dĩ nhiên, đôi khi có những ngoại lệ cho quy luật này. Thí dụ, đôi khi người ta tăng tuổi để được trợ cấp nghỉ hưu hay giảm tuổi khi tìm kiếm việc làm, và v.v… Nhưng nói chung, chúng ta chấp nhận nhân chứng người thứ ba rằng như vậy và như vậy về ngày tháng năm sinh của chúng ta.

Người Phật tử chấp nhận lớp thứ ba của những hiện tượng bị "cực kỳ che khuất" trên căn bản của thẩm quyền kinh điển của Đức Phật. Tuy nhiên, sự chấp nhận của chúng ta về thẩm quyền ấy không phải là một điều đơn giản. Chúng ta không chỉ nói, "Ồ, Đức Phật là một bậc rất thánh thiện và vì ngài đã nói điều này cho nên tôi tin tưởng điều ấy là sự thật." Có những nguyên tắc tiềm tàng nào đó liên hệ trong sự chấp nhận của Phật giáo về thẩm quyền căn cứ trên kinh điển. Một trong

những điều này là nguyên tắc bốn sự nương tựa (tứ y), vốn được tuyên bố như sau:

- Dựa vào giáo huấn, không phải vào con người (y pháp bất y nhân);
- Dựa vào ý nghĩa, không phải vào ngôn ngữ (y nghĩa bất y ngữ);
- Dựa vào ý nghĩa tối hậu, không phải ý nghĩa tạm thời (y liễu nghĩa bất y bất liễu nghĩa);
- Dựa vào tâm trí tuệ, không phải tâm thông thường (y trí bất y thức).

Trên căn bản của bốn sự nương tựa này chúng ta đưa ra thẩm quyền của Đức Phật, hay bất cứ vị thầy lớn nào, để phê bình phân tích bằng việc thẩm tra giá trị của những tuyên bố của các ngài trong các lãnh vực khác, đặc biệt những thứ mà trong nguyên tắc cho phép để tìm hiểu hợp lý và quán sát thực nghiệm. Thêm nữa, chúng ta cũng phải thẩm tra tính chính trực của những nhân vật thẩm quyền này để tìm hiểu xem họ có động cơ kín đáo cho việc phổ biến thuyết sai lầm không hay đưa ra những tuyên bố đặc biệt mà chúng ta đang thẩm tra. Chính là trên căn bản của một sự thừa nhận rộng khắp như vậy mà chúng ta chấp nhận thẩm quyền của người thứ ba về những vấn đề mà hiện tại ở ngoài phạm trù lãnh hội của tâm thức thông thường chúng ta.

Tóm lại, tôi đã đang nói về nhu cầu cho việc trau dồi tâm bồ đề như cốt lõi cho sự thực hành tâm linh của chúng ta trên con đường đến Quả Phật, một sự thực tập mà chúng ta cần để theo đuổi trải qua hàng kiếp sống.

TRÌNH ĐỘ CỦA NĂNG LỰC KHỞI ĐẦU

Tất cả những sự thực tập thiết yếu liên hệ khởi đầu bằng việc đạt được sự tái sanh trong những thế giới cao hơn thuộc về điều được Atisha gọi là "năng lực nhỏ."

Thi kệ 3
Hãy biết rằng những ai bằng bất cứ phương tiện gì
Tìm cầu cho chính họ không gì hơn
Những sung sướng trong cõi luân hồi
là những người có năng lực tối thiểu.

Như chúng ta đã thảo luận trước đây, những phương tiện chính yếu cho việc đạt được sự tái sanh vào những cõi cao hơn là nguyên tắc đạo đức tránh khỏi mười hành vi tiêu cực của thân thể, lời nói, và tâm ý. Những điều này bao gồm ba hành động của thân – giết hại, trộm cắp, và tà dâm; bốn hành động của lời nói – nói dối, nói lời chia rẻ, nói lời độc ác, và nói lời vô ích; và ba hành động tinh thần – tham lam, sân hận, và chứa chấp tà kiến (si mê). Để sống một đời sống đạo đức ý nghĩa, nó giúp để nhắc chính chúng ta về những gì được biết như bốn sự quán chiếu, được gọi là (1) sự quý giá của đời sống con người; (2) sự chết không thể tránh được của chúng ta và thời điểm chết không thể biết chắc được; (3) sự không sai chạy của luật nhân quả và ảnh hưởng cùng hoạt động của nghiệp; và (4) sự thấu hiểu về bản chất của khổ đau. Quan tâm đến quán chiếu thứ nhất, một số đạo sư Tây Tạng đã nói rằng khi chúng ta quán chiếu sự quý giá của sự tồn tại con người này, thì chúng ta nên trau dồi quyết tâm thật sự để làm cho đời sống con người của chúng ta là điều gì đó quý giá

trong tự nó, hơn là cho phép nó bị lãng phí hay trở thành nguyên nhân của khổ đau tương lai.

Việc quán chiếu bốn điều này cho chúng ta can đảm để dấn thân một cách chân thành trong sự thực tập giáo Pháp nhằm để giải thoát chúng ta khỏi khả năng tái sanh vào những thế giới thấp hơn. Điều này liên hệ đến một tiến trình rèn luyện tâm thức chúng ta. Không chỉ ở trình độ tinh thần mà cũng ở trình độ cảm xúc và hành động của chúng ta. Việc sống một đời sống đạo đức không phải là trường hợp bám chặc vào những hệ thống áp đặt vào chúng ta từ bên ngoài, chẳng hạn như luật lệ quốc gia. Đúng hơn thì nó liên hệ đến sự tự nguyện đi theo một nguyên tắc trên căn bản của một nhận thức rõ ràng về giá trị của nó. Trong căn bản, sống một đời sống đạo đức chân thật là sống một đời sống của kỷ luật tự giác. Khi Đức Phật nói rằng "chúng ta là vị thầy của chính chúng ta, chúng ta là kẻ thù của chính chúng ta," là ngài đang nói với chúng ta rằng vận mạng của chúng ta nằm trong tay của chúng ta.

Đã nói điều này, thì khi đi trên con đường Giác Ngộ chúng ta thật sự cần nương tựa vào những vị thầy của chúng ta như những sự hướng dẫn tâm linh. Trong thực tế, chúng ta cần tìm được một vị thầy phẩm chất chân thật, nếu chúng ta muốn phát triển một sự thấu hiểu trọn vẹn về những sự thực hành tâm linh căn bản cho việc hướng chúng ta đến tỉnh giác trọn vẹn. Có một người Tây Tạng nói: "Nguồn nước tinh khiết phải bắt nguồn từ những ngọn núi tuyết thuần khiết." Cùng cách ấy, thật quan trọng để bảo đảm rằng những sự thực hành mà chúng

ta đi theo là đáng tin và có thể truy nguyên qua một dòng truyền thừa chân thật.

Ngày nay có một xu hướng là lấy nơi này một ít nơi kia một ít và hình thành nên sự pha trộn của chính chúng ta. Điều này có thể tốt, nhưng nếu chúng ta đi theo một con truyền thống tâm linh đặc thù, trong trường hợp của Phật giáo Tây Tạng, thì thật quan trọng để bảo đảm nguồn gốc đáng tin và sự thuần khiết của dòng truyền thừa, và rằng vị thầy của ta là một hiện thân của dòng truyền thừa thuần khiết.

TRÌNH ĐỘ CỦA NĂNG LỰC VỪA

Trong thi kệ tiếp theo Atisha diễn tả những đặc trưng của những sự rèn luyện tâm linh của năng lực trung bình.

Thi kệ 4
Những ai tìm cầu sự hòa bình của chính họ mà thôi,
Quay lưng với những thú vui của trần tục
Và tránh những hành vi tàn phá
Được nói là năng lực trung bình

Những chữ "các hành vi tàn phá" liên hệ đến những phiền não vốn cùng với nghiệp chướng cấu thành nguồn gốc của khổ đau. Đây là tại sao những hành giả ở trình độ năng lực trung bình tập trung trên những sự thực tập tâm linh vốn chuẩn bị hướng mục tiêu vào sự loại trừ phiền não. Nói một cách rộng rãi, những sự thực tập này rơi vào hai đặc trưng. Một là rèn luyện tâm thức để trau dồi khát vọng chân thành đạt được sự giải thoát khỏi vòng luân hồi, thường được liên hệ đến như trau dồi sự viễn ly. Thứ kia là trau dồi con đường mang đến sự đầy

đủ mong ước cho việc viễn ly hay từ bỏ. Nhằm để rèn luyện tâm thức chúng ta trong cách này, thì chúng ta cần liên hệ trên những nhược điểm của vòng luân hồi và phát triển sự thấu hiểu về dòng nhân quả của nghiệp chướng và phiền não. Qua những phản chiếu này thì chúng ta trau dồi mong ước đạt được sự tự do và sau đó dấn thân trên con đường mang đến sự giải thoát.

Nói tóm lại, tất cả những sự thực tập này được biểu hiện trong khuôn khổ của sự thấu hiểu và thực tập về Bốn Chân Lý Cao Quý của Đức Phật. Với chân lý thứ nhất, khổ đế, Đức Phật xác định bốn đặc trưng của sự tồn tại, thứ nhất là sự vô thường.7 Mặc dù sự quán chiếu về vô thường cũng được thấy trong những thực hành của năng lực nhỏ hay khởi đầu, nhưng sự phản chiếu là khác với trình độ của năng lực trung bình.Ở năng lực khởi đầu, vô thường được biết trong dạng thức của bản chất tạm thời của cuộc sống – đó là sự chết không thể tránh khỏi – nhưng trong những thiền tập của trình độ trung bình về vô thường trong dạng thức của tính nhất thời, đó là, bản chất thay đổi liên tục và năng động của thực tại. Một sự thấu hiểu sâu sắc về sự vô thường vi tế này đưa đến một sự thấu hiểu về bản chất của khổ đau không hài lòng, vốn nhờ đó đưa đến sự hiểu biết về sự vắng mặt của "tự ngã." Mối tương quan của những sự thấu hiểu vi tế này được giải thích trong nhiều luận điển khác nhau, chẳng hạn như *Bốn Trăm Thi Kệ Trung Đạo* của Thánh Thiên và *Giải Thích Nhận Thức Có Giá Trị* của Pháp Xứng.

Để bắt đầu, thì chúng ta thấu hiểu sự vô thường vi tế này như thế nào? Khi chúng ta quán sát những hiện tượng chung

quanh chúng ta trong thế giới tự nhiên, cho dù nó là một ngọn cỏ, một cây, hay ngay cả một ngọn núi, thì chúng ta cảm thấy rằng giống như chúng không thay đổi và chúng sẽ tồn tại trong một thời gian dài. Nhưng trải qua thời gian, trong một số trường hợp hàng nghìn năm, ngay cả những thứ dường như bền vững này thay đổi. Sự thật là chúng đang thay đổi một cách vi tế, và chúng ta phải chấp nhận rằng tiến trình của thay đổi này phải xảy ra trong căn bản từng thời khắc. Trái lại, nếu mọi thứ không trải qua sự thay đổi từng thời khắc như vậy, thì đơn giản rằng không có căn bản cho việc chúng ta phát hiện sự thay đổi có thể nhận biết theo thời gian.

Câu hỏi tiếp theo là, điều gì sẽ mang đến sự thay đổi? Điều gì sẽ làm cho thứ gì đấy ngừng tồn tại? Có phải mọi sự vật và sự kiện đòi hỏi một điều kiện thứ hai để mang đến sự chấm dứt của chúng, hay có phải chúng đi qua một tiến trình chấm dứt tự nhiên? Chúng ta có thể tự thấy rằng mọi thứ đầu tiên không phải đi đến hình thành và rồi một nhân tố thứ yếu mang đến sự chấm dứt của chúng. Một cách thật sự, chính nguyên nhân mang đến sự hình thành mọi thứ trong câu hỏi cũng chính là nguyên nhân mang đến sự chấm dứt của chúng. Do thế, chúng ta có thể nói rằng, mọi vật và mọi sự kiện hình thành với hạt giống cho sự chấm dứt vốn có trong chúng. Điều này gợi ý rằng mọi vật và mọi sự kiện ở dưới năng lực của những nguyên nhân và điều kiện của chúng, và trong ý nghĩa đó thì chúng là "năng lực khác" hay bị chi phối bởi những điều kiện khác.

Trong phạm trù của sự tồn tại điều kiện hóa của chúng ta, vốn cũng là vấn đề với

cùng bản chất của sự thay đổi vi tế, tương tự nó cũng bị chi phối bởi các nguyên nhân và điều kiện. Những nguyên nhân ở đây liên hệ đến nghiệp và những cảm xúc phiền não. Gốc rễ của những phiền não một cách đặc biệt là nền tảng của si mê, vốn làm cho chúng ta bám chấp vào mọi thứ như tồn tại một cách cố hữu. Cho nên chúng ta có thể thấu hiểu rằng chính sự tồn tại điều kiện hóa của chúng ta là ở dưới năng lực của vọng tưởng, phiền não và si mê. Ngay cả chính chữ "si mê" gợi ý rằng có điều gì đó sai lầm với nó. Cho đến khi mà chúng ta vẫn còn ở dưới năng lực của một năng lực như vậy, thì có bao giờ có chỗ cho sự hạnh phúc dài lâu? Bằng việc phản chiếu trong cách này, thì chúng ta có thể đạt được tuệ giác trong bản chất không hài lòng của sự tồn tại bị điều kiện hóa, vốn cho phép chúng ta phát triển một cảm giác chân thật của sự viễn ly.

Chúng ta có thể thấu hiểu tuyên bố rằng tuệ giác trong sự vô thường đưa đến tuệ giác trong khổ đau, và tuệ giác trong khổ đau đưa đến tuệ giác vô ngã, trong cách theo đây: một khi chúng ta nhận ra rằng chính sự tồn tại của chúng ta ở dưới năng lực của phiền não, chẳng hạn như nền tảng si mê, thì chúng ta cũng nhận ra rằng chỉ bằng việc phát sinh tuệ giác trong vô ngã – như sự đối kháng trực tiếp của nền tảng si mê – thì chúng ta mới có thể loại trừ sự si mê này trong chúng ta. Do vậy, điều này giúp chúng ta phát triển sự tự tin trong nhu cầu phát sinh trí tuệ vô ngã. Không có điều này, thì chúng ta có thể có ấn tượng rằng sự thảo luận toàn bộ điều này về tánh không và vô ngã là quá phức tạp vốn không liên hệ gì, nói một cách thực tế.

Tôi có thể nói với quý vị một câu chuyện để làm sáng tỏ điều này. Một lần khi tôi đang giảng giải về *Nền Tảng Trung Đạo* của Long Thọ, vốn đối phó rõ ràng với chủ đề tánh không, thì một học nhân không có không từng học những bộ đại luận đã bình luận với một bạn đồng môn rằng: "Bài giảng hôm nay hơi lạ lùng. Đức Thánh Thiện đã bắt đầu với việc trình bày con đường của Đức Phật và xây dựng cấu trúc mỗi lần một lớp. Sau đó, bổng nhiên, ngài đã bắt đầu nói về tánh không và việc vắng mặt của sự tồn tại cố hữu, vì thế toàn bộ cấu trúc này mà ngài đã dùng nhiều thời gian để xây dựng là hoàn toàn bị phá bỏ." Vị ấy thật sự không thấy vấn đề. Có hiểm họa ấy. Tuy nhiên, nếu chúng ta thấu hiểu tầm quan trọng của nhu cầu phát sinh trí tuệ trong tánh không như một phương tiện để đem đến sự chấm dứt phiền não, đặc biệt nền tảng si mê, sau đó chúng ta nhận ra giá trị của việc làm sâu sắc thực chứng về tánh không của chúng ta. Cũng thế, như Pháp Xứng đã chỉ ra trong *Giải Thích Nhận Thức có Giá Trị* của ngài, những cảm xúc như từ ái và bi mẫn không thách thức trực tiếp nền tảng của si mê. Mà chỉ bằng việc trau dồi tuệ giác trong vô ngã mà chúng ta mới có thể vượt thắng một cách trực tiếp nền tảng của si mê.

Đây là một giải thích ngắn gọn về những phương diện đa dạng của việc rèn luyện tâm thức trong việc trau dồi một nguyện ước chân thành để đạt đến giải thoát khỏi vòng sanh tử luân hồi. Con đường hay phương tiện thật sự mà nhờ nó chúng ta mới mang đến sự tự do được giải thích trong khuôn khổ của *Ba Rèn Luyện Cao*

Cấp (giới-định-tuệ), mà tôi đã liên hệ trước rồi.

TRÌNH ĐỘ CỦA NĂNG LỰC LỚN

Atisha tiếp tục sự thảo luận của ngài về ba năng lực bằng việc hướng sự chú ý của ngài đến những sự rèn luyện tâm linh ở trình độ cao nhất.

Thi kệ 5
Những ai qua khổ đau cá nhân của họ,
Thật sự muốn chấm dứt hoàn toàn
Tất cả những khổ đau của kẻ khác
Là những người có năng lực tối thượng.

Những hành giả ở trình độ này sử dụng sự thấu hiểu sâu xa của họ về bản chất của khổ đau, xuất phát từ sự quán chiếu trên kinh nghiệm cá nhân của họ, để nhận ra nền tảng bình đẳng của tự thân và những người khác trong chừng mực nào đó khao khát vượt thắng khổ đau được quan tâm. Điều này sau đó đưa đến sự phát sinh một nguyện ước tự nhiên để giải thoát tất cả mọi chúng sanh khỏi khổ đau của họ, một nguyện ước vốn trở thành một động cơ đầy năng lực cho việc dấn thân trong những sự thực tập tâm linh nhằm mục đích mang đến ý tưởng vị tha này.

Sự thực tập quan trọng nhất trong mối quan hệ đến mục tiêu vị tha này là việc phát tâm bồ đề, nguyện vọng vị tha để đạt đến Quả Phật vì lợi ích của tất cả chúng sanh.

Thông thường, có hai phương pháp chính cho việc phát sinh một tâm như vậy. Một là phương pháp bảy điểm nhân quả, trong khi thứ kia là phương pháp hoán đổi và bình đẳng tự thân và người khác. Cả hai phương

pháp này giúp để trau dồi một cảm giác sâu xa của sự liên hệ và sự thấu cảm đầy năng lực với người khác. Phương pháp bảy điểm nhân quả liên hệ đến những chúng sanh khác bằng việc nhìn tất cả họ như những đối tượng của sự yêu mến nhất – chẳng hạn như nhìn họ như những bà mẹ của chúng ta – và sau đó quán chiếu trên lòng ân cần tử tế to lớn của họ. Phương pháp hoán đổi và bình đẳng tự thân với người khác tuy vậy đi xa hơn, trong đó chúng ta nghiên cứu để nhận ra ngay cả những kẻ thù của chúng ta như một nguồn gốc của lòng ân cần tử tế vô hạn. Thêm nữa, trong sự tiếp cận này thì chúng ta quán chiếu những bất lợi của sự tự yêu mến và những đạo đức của việc yêu mến sự cát tưởng của người khác.

PHÁT TÂM VỊ THA CỦA TỈNH GIÁC

Một khi chúng ta đã đạt được một sự thấu hiểu sâu sắc hơn về những phương pháp này và đã dấn thân trong những sự thực hành của chúng, Atisha khuyên chúng ta sau đó nên khẳng định sự hồi hướng của chúng ta để phát sinh tâm vị tha này một cách chính thức, bằng việc tham gia trong một buổi lễ của việc phát tâm bồ đề. Từ thi kệ 6 cho đến thi kệ 11, Atisha diễn tả nghi thức phát tâm vị tha.8

Thi kệ 6
Đối với những chúng sanh tuyệt vời,
Những người mong muốn sự Giác Ngộ vô thượng,
Tôi sẽ giải thích những phương pháp toàn hảo
Được dạy bởi những vị thầy tâm linh.

Thi kệ 7
Đối diện với những bức tranh, bức tượng và v.v…
Của những bậc Giác Ngộ hoàn toàn,
Nơi để xá lợi và giáo huấn tuyệt vời,
Cúng dường hoa, hương – và bất cứ gì con có.

Thi kệ 8
Với bảy phần cúng dường
Từ (Nguyện cầu) Hạnh Kiểm Tôn Quý,
Với tư tưởng không bao giờ thối thất
Cho đến khi con đạt được Giác Ngộ tối hậu,

Thi kệ 9
Và với niềm tin mạnh mẽ trong Tam Bảo,
Quỳ một đầu gối dưới đất
Với hai bàn tay chấp lại
Đầu tiên quy y ba lần.

Thi kệ 10
Tiếp theo bắt đầu với một thái độ
Từ ái với tất cả mọi tạo vật
Quan tâm đến chúng sanh, không loại trừ một ai,
*Đau khổ trong ba sự tái sanh xấu**[5]**,*
Đau khổ sanh, già, bệnh, chết.

Thi kệ 11
Sau đó, vì con muốn giải thoát những chúng sanh này
Từ khổ não của đớn đau,
Từ khổ đau và nguyên nhân của đau khổ,
Phát sinh quyết tâm không thay đổi

Để đạt được Giác Ngộ. Từ thi kệ 12 cho đến thi kệ 18, Atisha diễn tả những lợi ích và công đức lớn lao của việc phát tâm bồ đề, tâm vị tha tỉnh giác.

Thi kệ 12
Những phẩm chất của việc phát triển
Chẳng hạn như một nguyện vọng là
Được giải thích hoàn toàn bởi Di Lặc
*Trong Kinh Bảo Tạng Trang Nghiêm**[6]***

Thi kệ13
Đã học về những lợi ích vô lượng
Của khuynh hướng đạt đến sự toàn giác
Bằng sự đọc tụng hay nghe thuyết giảng kinh
này từ một vị thầy
Hãy khơi dậy nó nhiều lần để khiến nó trở
nên kiên định như nhất.

Thi kệ 14
Kinh Vô Úy Thọ Vấn Thỉnh
Giải thích đầy đủ công đức trong trường
hợp ấy
Tại điểm này, trong phần sơ lược
Tôi sẽ trích dẫn chỉ ba đoạn

Trong thi kệ 14 ở trên, Atisha cung
cấp những kinh điển gốc cho sự diễn giải của
ngài về công đức đạt được qua việc phát
tâm vị tha tỉnh giác.

Thi kệ15
Nếu nó có hình tướng vật lý
Công đức của khuynh hướng vị tha
Sẽ đầy ngập khắp hư không
Và thậm chí hơn thế nữa

Thi kệ16
Nếu ai đấy đầy tràn châu báu
Nhiều như những cõi Phật cũng như
Số cát trong sông Hằng
Để cúng dường Đấng bảo hộ Thế gian

Thi kệ 17
Điều này sẽ bị vượt trội hơn bởi
Tặng phẩm của một người khoanh tay lại

Và hướng tâm mình đến giác ngộ
Điều như thế là vô giới hạn

Thi kệ 18
Có phát triển nguyện vọng giác ngộ
Liên tục nâng cao nó qua nổ lực phối hợp
Để nhớ nó trong điều này và cũng là trong sự sống của những người khác
Giữ gìn những giới luật một cách thích
hợp như đã được giải thích.

Trong thi kệ 18, Atisha thúc đẩy chúng ta hồi hướng nhiệt thành cho việc đạt được mục tiêu cứu kính tâm linh, vốn là việc đạt được Quả Phật vì lợi ích của tất cả chúng sanh. Điều này, sau đó, cấu thành toàn bộ nghi thức phát tâm bồ đề, tâm vị tha tỉnh giác.

Giới Nguyện Bồ tát

Sự diễn tả của nghi thức cho việc phát tâm bồ đề được tiếp theo bằng một sự giải thích về những giới nguyện Bồ tát, mà Atish trình bày trong những thi kệ sau:

Thi kệ 19
Không có thệ nguyện của mục tiêu dấn thân,
Nguyện vọng hoàn hảo sẽ không lớn lên.
Hãy nổ lực một cách rõ ràng để tiếp nhận
Vì con muốn nguyện ước cho Giác Ngộ lớn mạnh.

Thi kệ 20
Những ai duy trì bất cứ loại nào của bảy loại
Thệ nguyện giải thoát cá nhân
Có ý tưởng tiên quyết cho
Thệ nguyện Bồ tát, không phải những thứ khác.

Thi kệ 21
Đức Như Lai đã nói về bảy loại
Thệ nguyện giải thoát cá nhân,
Bậc nhất của những thứ này là hạnh
kiểm thanh tịnh vẻ vang,
Được nói là thệ nguyện của một người thọ
cụ túc giới.

Thi kệ 22
Theo nghi thức được diễn tả trong
Chương một về nguyên tắc của Những giai
tầng Bồ tát,
Hãy thọ giới nguyện từ
Một vị thầy tâm linh hoàn hảo và phẩm
chất tốt đẹp.

Thi kệ 23
Hãy thấu hiểu rằng một vị thầy tâm linh hoàn
hảo
Là một vị thiện xảo trong nghi lễ phát
nguyện,
Một vị sống với thệ nguyện và có
Niềm tin vững vàng cùng từ bi để ban
cho nó.

Thi kệ 24
Tuy nhiên, nếu trong trường hợp con cố gắng
Nhưng không thể tìm ra một vị thầy tâm linh,
Tôi sẽ giải thích một tiến trình khác
Cho việc tiếp nhận giới nguyện.

Thi kệ 25
Tôi sẽ viết ra đây rất rõ ràng, như giải thích
Trong kinh Văn Thù Sư Lợi Trang
*Nghiêm Phật Địa,**[7]***
Làm thế nào khi xa xưa Văn Thù Sư Lợi là
Ambaraja,
Ngài đã đánh thức mục tiêu trở thành Giác
Ngộ.

Thi kệ 26
"Trong sự hiện diện của những đấng bảo hộ,
Con sẽ đánh thức mục tiêu đạt được toàn giác
Con sẽ mời tất cả chúng sanh như những vị khách của con
Và sẽ giải thoát họ khỏi vòng luân hồi.

Thi kệ 27
"Từ giây phút này trở đi
Cho đến khi đạt được Giác Ngộ,
Con sẽ không chất chứa những tư tưởng tổn hại,
Sân hận, tham lam, hay ganh tỵ.

Thi kệ 28
"Con sẽ trau dồi hạnh kiểm thuần khiết,
Từ bỏ hành động sai lầm và thèm khát
Và với việc hoan hỉ trong thệ nguyện của kỷ luật
Tự rèn luyện mình để đi theo chư Phật.

Thi kệ 29
"Con sẽ không hăm hở để đạt được
Giác Ngộ trong cung cách nhanh chóng nhất,
Nhưng sẽ ở lại sau cho đến lúc cuối cùng,
Vì lợi ích của một chúng sanh đơn lẻ.

Thi kệ 30
"Con sẽ tịnh hóa vô giới hạn
Vô số cõi nước
Và ở lại trong mười phương
Vì tất cả những ai gọi tên con.

Thi kệ 31
"Con sẽ tịnh hóa tất cả hành vi
Của thân thể và lời nói.
Cũng như những hành vi của tâm ý,
Và con sẽ tịnh hóa và không làm gì phi đạo đức."

Đây là vấn đề chúng ta phát tâm bồ đề, tâm vị tha tỉnh giác một cách chính thức như thế nào. Theo điều này, những rèn luyện của năng lực lớn phải bổ sung những ý tưởng của xu hướng vị tha bằng việc dấn thân trong sự thực hành sáu ba la mật, hay sáu hoàn thiện – bố thí (ban cho), trì giới (kỷ luật đạo đức), nhẫn nhục (sự chịu đựng), tinh tấn (nỗ lực), thiền định (tập trung), và trí tuệ ba la mật. Cùng với nhau, sáu hoàn thiện này bao hàm tinh hoa của sự nghiệp Bồ tát. Sáu hoàn thiện này đôi khi được liệt kê mở rộng như mười hoàn thiện, và trong trường hợp này thì hoàn thiện thứ sáu là trí tuệ được phân thành bốn: phương tiện thiện xảo, năng lực, nguyện vọng và trí tuệ siêu việt ba la mật. Sáu hoàn thiện có lúc rút gọn trong ba nguyên tắc đạo đức của một vị Bồ tát, những điều này là nguyên tắc đạo đức của việc tránh những hành vi tiêu cực (nhiếp luật nghi giới), nguyên tắc đạo đức của việc dấn thân trong những hành vi tích cực hay tốt lành (nhiếp thiện pháp giới), và nguyên tắc đạo đức của việc hoạt động vì lợi ích của chúng sanh (nhiêu ích hữu tình giới).

Không chỉ ba nguyên tắc đạo đức này của một vị Bồ tát lãnh hội, mà cũng có quy trình định rõ đối với chúng. Nhằm để hiệu quả trong sự dấn thân của chúng ta trong nguyên tắc đạo đức của việc hành động vì lợi ích của chúng sanh, trước nhất tất cả chúng ta phải có năng lực thực hiện đầy đủ ý tưởng này trong đời sống hàng ngày của chúng ta. Vì điều này cần thiết để dấn thân trong nguyên tắc đạo đức của việc tập hợp công đức cho nên chúng ta trước tiên phải tránh những hành vi tiêu cực của thân thể, lời nói và tâm ý. Đây là trật

tự chính xác của ba nguyên tắc đạo đức của một vị Bồ tát.

Trước đây tôi dã nói rằng mục tiêu của hành giả Bồ tát thật sự là để giúp đở những người khác, vốn là chân thật. Nhưng để làm điều đó, thì chúng ta trước nhất phải chăm sóc sự tương tục tinh thần của chính chúng ta. Thế nên nếu một hành giả của tâm bồ đề nói: "Nguyện ước của tôi là chỉ giúp đở người khác và hoạt động vfi những chúng sanh khác," là không đủ và trong tiến trình hoàn toàn quên lãng nhu cầu cho việc tịnh hóa tâm thức của chính hành giả ấy. Như vậy là không thành tựu được.

THỰC TẬP THIỀN CHỈ (SHAMATHA)

Từ thi kệ ba mươi hai trở đi, Atisha giải thích những thực hành thật sự mà qua đó một vị Bồ tát cố gắng để hoàn thàn lợi ích của những chúng sanh khác. Luận điển bắt đầu với một trình bày về sự thực hành thiền chỉ (shamatha trong Sanskrit), vốn cấu thành cốt lõi của sự thực tập thiền định ba la mật. Điều nổi bật của việc này là nếu chúng ta thật sự nguyện ước hoạt động vì lợi ích của chúng sanh thì chúng ta cần phát triển một loại cảm giác nhất định đến nhu cầu của chúng sanh và căn cứ trên đó, một năng lực để nhận thức rõ trình độ thích hợp của giáo huấn tâm linh phù hợp nhất cho khả năng của họ. Ở đây, Atisha diễn tả một phương pháp của việc trau dồi một hình thức nào đó của năng lực để nhận thức những tình trạng tinh thần của người khác; nói cách khác, thần thông hay tiên tri. Việc trau dồi thiền chỉ là một phương pháp đầy năng lực để đạt được những phẩm chất của sự tỉnh thức cao

độ. Nói tóm lại, sự thực tập thiền chỉ, đặc biệt là sự nhất tâm bao hàm bởi một tâm ổn định và tập trung là không thể thiếu được cho sự thực tập tâm linh thành công của một vị Bồ tát.

Việc mang đến một sự chuyển hóa tâm thức là điều gì đó chỉ xảy ra qua một sự quán chiếu liên tục trên đối tượng hành thiền của chúng ta. Bằng việc quán chiếu một cách sâu sắc về nó và sau đó cố gắng để phát triển một cảm nhận thậm thâm tự tin đặt nền tảng trên sự thấu hiểu của chúng ta, thì có thể nắm lấy một cách tự nguyện việc kiểm soát sự thực hành. Đây là vấn đề chúng ta cho phép sự chuyển hóa xảy ra. Chúng ta không thể mong đợi một sự chuyển hóa tâm thức đơn giản bằng việc gây ấn tượng mạnh mẽ một loại nguyên tắc hay quy luật nào đó từ bên ngoài chúng ta. Sự thực hành thiền chỉ tinh luyện tâm thức chúng ta bằng việc phát triển một năng lực để duy trì mốt sự tập trung nhất tâm trên đối tượng chọn lựa để hành thiền. Khi phối hợp với loại lý trí phân tích như chúng ta đã thảo luận trước đây, thì điều này có thể mang về một sự chuyển hóa chân thành của tâm thức chúng ta tìm kiếm. Kết quả là một tâm thức uyển chuyển và đầy năng lực xa hơn trạng thái tâm thức thông thường vốn rất dễ dàng bị xao lãng.

Khi sự thực tập hành thiền được tập trung một cách chính yếu trên việc trau dồi và duy trì nhất tâm, đó là "thiền chỉ." Tuy nhiên, khi chúng ta chọn dấn thân với một đối tượng cho mục tiêu khám phá một cách sâu xa vào bản chất của nó, việc hành thiền của chúng ta trở thành những gì được biết như sự thực tập "tuệ giác sâu sắc" hay "thiền quán" (vipassana trong Sanskrit).

Dĩ nhiên, chúng ta cũng có thể lấy tánh không như đối tượng của cả thiền chỉ và thiền quán, nhưng điều này chỉ thích hợp thật sự cho những hành giả đã nhận ra tánh không rồi. Trong những luận điển chúng ta thấy những thành ngữ như "tìm việc hành thiền bằng phương tiện của quan điểm triết lý" và "tìm quan điểm qua phương tiện của việc hành thiền." Điều này liên hệ đến hai loại hành giả: những người đã đạt được thực chứng về tánh không và sau đó trau dồi nhất tâm hay thiền chỉ tập trung trên tánh không; và những người khác trước tiên trau dồi thiền chỉ và sau đó áp dụng điều đó để tập trung trên tánh không.

Hầu hết chúng ta thấy là rất khó khăn để trước nhất có sự thực chứng về tánh không và sau đó tìm thiền chỉ để tập trung trên nó. Chúng ta có thể cảm thấy rằng chúng có một sự thấu hiểu thông tuệ khá sâu về tánh không về sự tồn tại cố hữu, và khi hành thiền trên nó thì chúng ta có thể cảm thấy giống như chúng ta đang trau dồi nhất tâm tập trung trên tánh không. Nhưng thật rất khó khăn ở giai tầng bắt đầu bảo đảm rằng sự thực chứng của chúng ta về tánh không duy trì sinh động và ổn định. Trong quá trình của việc trau dồi nhất tâm, các hành giả thường có xu hướng đánh mất sự sinh động về sự thấu hiểu của họ về tánh không ở những giai tầng khởi đầu. Cho nên, nói một cách chung chung, thiền chỉ được trau dồi trước tiên; sau đó chúng ta học để áp dụng năng lực nhất tâm để đạt được tuệ quán sâu sắc hay thiền quán vào bản chất thật sự của đối tượng chọn lựa hành thiền.

Atisha bắt đầu trình bày việc thực hành thiền chỉ bằng việc giải thích nhu cầu cho việc trau

dồi năng lực này, và sau đó tiếp tục để trình bày phương pháp thật sự.

Thi kệ 32
Khi những người đang quán sát thệ nguyện
của việc trau dồi xu hướng vị tha năng
động được rèn luyện tốt
Trong ba hình thức tu tập, thì sự tôn
trọng của họ
Cho ba nguyên tắc tu tập này phát triển,
Làm nguyên nhân cho việc tịnh hóa
thân thể, lời nói và tâm ý.

Thi kệ 33
Do thế, qua nổ lực trong thệ
nguyện được thực hiện
Bởi những vị Bồ tát vì sự Giác Ngộ thuần
khiết, trọn vẹn,
Những tích tập cho sự Giác Ngộ hoàn toàn
Sẽ được thành tựu một cách hoàn hảo.

Thi kệ 34
Tất cả chư Phật nói nguyên nhân cho sự hoàn
thành
Những sự tích tập, mà bản chất là
Công đức và trí tuệ tôn quý
là việc phát triển nhận thức cao thượng.

Thi kệ 35
Giống như một con chim với đôi cánh
Không phát triển không thể bay trong bầu
trời,
Những ai không có năng lực của nhận
thức cao thượng
Không thể hành động vì lợi ích của chúng
sanh.

Thi kệ 36
Công đức đạt được trong chỉ một ngày
Của những ai sở hữu nhận thức cao thượng

Không thể đạt được ngay cả trong một trăm kiếp sống
Bởi một người không có nhận thức cao thượng như vậy.

Thi kệ 37
Những ai muốn nhanh chóng hoàn thành
Những tích tập cho sự Giác Ngộ hoàn toàn
Sẽ hoàn thành nhận thức cao thượng
Qua nỗ lực, chứ không phải qua sự lười biếng.

Thi kệ 38
Không có sự thành tựu thiền chỉ,
Nhận thức cao thượng sẽ không xảy ra.
Do thế hãy thực hiện nổ lực liên tục
Để hoàn thành thiền chỉ (tịch tĩnh bất động).

Thi kệ 39
Trong khi những điều kiện cho thiền chỉ không trọn vẹn, thì thiền ổn định
Sẽ không hoàn thành, ngay cả nếu hành giả hành thiền
Tích cực trong hàng nghìn năm.

Thi kệ 40
Do vậy việc duy trì tốt đẹp những điều kiện được đề cập
Trong Chương Tích Tập cho Thiền Ổn Định,
Đặt trong tâm của bất cứ
Đối tượng tiêu điểm đạo đức nào.

Thi kệ 41a
Khi hành giả đã thành công với thiền chỉ,
Nhận thức cao thượng cũng thành tựu.

Như Atisha đã chỉ ra, việc thành công thiền chỉ tùy thuộc vào việc ưu tiên tập hợp những điều kiện đúng đắn cho việc dấn thân trong thực hành. Những điều này bao

gồm (giữa những thứ khác) tìm một nơi tịch tĩnh và thiết lập một thời biểu rõ ràng cho việc thực hành cần mẫn và lâu dài. Trong dạng thức của việc tiếp cận, khởi đầu tốt nhất cho việc tiến hành thực tập trong một số những buổi công phu ngắn hạn liên tiếp trải qua một thời gian nào đó hơn là dấn thân trong những buổi công phu dài giờ. Chúng ta không thể hy vọng đạt được nhất tâm bằng việc thực tập hành thiền chỉ trong một lúc, khi thực tế là chúng ta có thời gian. Thêm nữa, chúng ta cần bảo đảm rằng chúng ta ở trong một môi trường thích hợp và quan trọng hơn nữa, là chúng ta có lối sống thuận lợi. Bằng điều này tôi muốn nói là chúng ta nên nhắm đến việc càng có ít công chuyện và quan tâm càng tốt và duy trì một nguyên tắc đạo đức hợp lý và tuân thủ một chế độ ăn uống cân bằng, lành mạnh.

Tiếp theo chúng ta cần chọn một đối tượng thích hợp cho việc thực hành thiền chỉ (thiền tịch tĩnh bất động). Chúng ta không chọn một đối tượng ở trình độ cảm giác, chẳng hạn như đối tượng quán tưởng, thay vì thế là một hình ảnh được trau dồi ở trình độ của tư tưởng hay tưởng tượng. Trước tiên, chúng ta cần trở thành quen thuộc thân mật với đối tượng chọn lựa của chúng ta đến điểm mà khi cần thiết, thì chúng ta có thể gợi nó trong tâm ý mà không phải thật sự nhìn vào nó. Thí dụ, một hình ảnh của một Đức Phật là một đối tượng tuyệt vời cho thiền tịch tĩnh bất động. Hãy chọn một hình ảnh của Đức Phật – dù là bức tranh hay bức tượng – mà không quá lớn cũng không quá nhỏ, một cách lý tưởng là cao một hay hai inch (khoảng 4 hay 5 cm). Hãy cố gắng tưởng tượng hình tượng này của Đức Phật như rực rỡ chiếu

sáng và cũng có sức nặng, vì thế nó là cụ thể vững chắc. Sau đó gợi hình ảnh này trước mặt, tập trung nhất tâm trên nó và trau dồi tịch tĩnh bất động trong cách này.

Một khi quý vị đã học để gợi lại đối tượng của tâm, hãy thực hiện một quyết tâm mạnh mẽ để ghi nhớ sự tập trung chú ý của quý vị trên đối tượng chọn lựa này. Hai yếu tố là quan yếu ở đây. Một là năng lực để ghi nhớ sự tập trung của quý vị, và một là sự trong sáng và nhạy bén của tâm thức quý vị. Cả hai yếu tố này cần được hiện diện. Không có sự ổn định vốn cho phép quý vị duy trì sự tập trung thì tâm thức quý vị sẽ trở thành xao lãng bởi những tư tưởng và đối tượng ở bên ngoài. Trái lại, nếu không có sự trong sáng hay nhạy bén trong tâm thức quý vị thì phẩm chất nhất tâm của quý vị sẽ không sắc bén ngay cả sự tập trung của quý vị là tốt.

Chúng ta phải duy trì sự thận trọng chống lại hai chướng ngại chính để hành thiền – sự trạo của và giải đải. Sự trạo cử (kích thích) biểu hiện tự nó trong hình thức của những sự xao lãng đa dạng và làm xói mòn năng lực duy trì tập trung; trong khi sự giải đải (biếng trễ). Do đó, chúng ta phải cố gắng để phát triển sự nhạy cảm để nhận thức sự sinh khởi hai sự kiện tinh thần này. Kinh nghiệm cá nhân của chúng ta cho chúng ta thấy rằng sự giải đải sinh khởi khi tâm thức chúng ta trở thành hơi quá thư giản hay chán nản. Để vượt thắng điều này thì chúng ta cần tìm ra một cách để nâng cao trạng thái của tâm thức chúng ta. Trái lại, khi tâm thức chúng ta quá bị kích thích hay khuấy động thì chúng ta cần tìm một phương tiện để đem nó đi xuống một trạng thái ổn định hơn. Nói cách khác, chúng ta đang tìm cách để thiết lập một trạng thái cân bằng

của tâm thức, là thứ không phải quá kích động cũng không quá biếng trễ.

Chúng ta cũng có thể trau dồi thiền chỉ bằng việc tập trung trên tâm thức chúng ta như đối tượng của việc hành thiền, như là trường hợp trong sự thực hành "đại thủ ấn" (mahamudra). Để làm điều này thì không đủ nếu chỉ đơn giản có sự xác định tâm như một hiện tượng vốn trong sáng và hiểu biết. Chúng ta cũng cần một sự thấu hiểu thực nghiệm về tâm là gì.

Đây là một phương pháp giúp chúng ta đạt được sự thấu hiểu này về bản chất của tâm thức. Trước tiên, chúng ta nên cố gắng để thấy nếu chúng ta không thể dừng lại tất cả những ký ức và tư tưởng liên hệ đến quá khứ, và sau đó chúng ta phải cố gắng để chấm dứt tất cả những tư tưởng phóng chiếu vào tương lai, chẳng hạn như mong đợi, sợ hãi, lo lắng, và v.v…Một khi chúng ta đã loại bỏ đi những tư tưởng ràng buộc với quá khứ và tương lai, thì chúng ta phải tiếp theo cố gắng để duy trì một sự tỉnh giác về kinh nghiệm hiện tại và cố gắng để xác định khoảng cách giữa những suy nghĩ. Chúng ta sẽ kinh nghiệm một loại trống không, nhưng hãy tỉnh giác rằng đây không phải giống như "tánh không" mà chúng ta đã nói trước đây trong phạm vi bản chất tối hậu của thực tại.

Trong kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta tâm thức chúng ta đầy những khái niệm, ngay cả trong sự vắng mặt của bất cứ kinh nghiệm giác quan rõ ràng nào. Nó giống hầu như tâm thức chúng ta bị bao bọc trong những lớp tư tưởng nhận thức. Ở đây, chúng ta đang cố gắng để loại trừ những lớp bao bọc này vì thế chúng ta mới có thể có một kinh nghiệm về tâm thức như nó là, giản

dị và thanh thoát. Qua sự thực hành dài lâu và liên tục thì chúng ta có thể mở rộng kinh nghiệm này về khoảng cách giữa những tư tưởng cho những thời điểm ngày càng dài hơn, cho đến cuối cùng chúng ta đạt được cảm giác chân thật về điều được gọi bằng thành ngữ "tâm thức thì sáng suốt và hiểu biết." Một khi chúng ta đạt đến giải tầng này, thì chúng ta có thể chọn sự sáng suốt này như đối tượng hành thiền của chúng ta.

Khi chúng ta bắt đầu thực hành việc trau dồi nhất tâm thì chúng ta sẽ nhận rằng trong những trạng thái bình thường của chúng ta về tỉnh thức thì chúng ta kinh nghiệm xa hơn những thời khắc của xao lãng hơn là tập trung trên một đối tượng chọn lựa. Nhưng với sự tinh tấn bền bĩ thì trường hợp này sẽ đảo ngược một cách chậm rãi, vì thế dần dần chúng ta sẽ đi đến kinh nghiệm nhiều thời khắc của tập trung nhất tâm hơn là xao lãng. Và khi chúng ta tiến bộ xa hơn thì chúng ta sẽ bắt đầu tinh luyện những năng lực của tỉnh thức và cảnh giác của chúng ta, các năng lực vốn giúp chúng ta vượt thắng ngay cả những cấp độ vi tế của trạo cử và giải đãi của tinh thần. Cuối cùng thì chúng ta sẽ một điểm nơi mà chúng ta có thể duy trì sự tập trung của chúng ta trên đối tượng chọn lựa để hành thiền trong một thời gian dài, chẳng hạn như vài giờ, mà không có bất cứ sự xao lãng nào. Trạng thái cao độ của thiền chỉ đưa đến sự uyển chuyển của thân thể và tinh thần. Tại điểm này, hành giả đã đạt được sự tịch tĩnh bất động chân thật hay thành công của thiền chỉ (shamatha).

TRÍ TUỆ CỦA TÁNH KHÔNG

Trên căn bản của sự thành công năng lực của thiền chỉ, thì sau đó chúng ta cần trau dồi trí tuệ của tánh không. Trong những thi kệ tiếp theo, Atisha trình bày sự thực tập của việc trau dồi "tuệ giác sâu sắc," vốn là trọng tâm của trí tuệ hoàn thiện (ba la mật).

Thi kệ 41b
Nhưng không có sự thực tập về trí tuệ hoàn thiện
Những chướng ngại sẽ không đi đến chấm dứt.

Thi kệ 42
Vì thế, để loại trừ tất cả những chướng ngại
Để giải thoát và toàn giác,
Hành giả phải trau dồi một cách liên tục
Sự hoàn thiện của trí tuệ với phương tiện thiện xảo.

Thi kệ 43
Trí tuệ không có phương tiện thiện xảo
Và phương tiện thiện xảo, cũng vậy, không có trí tuệ
Được liên hệ đến như sự ràng buộc
Do thế không được bỏ thứ nào cả.

Thi kệ 44
Để loại trừ những nghi ngờ liên quan đến
Điều gì là trí tuệ và điều gì là phương tiện thiện xảo,
Tôi sẽ làm rõ ràng sự khác nhau
Giữa phương tiện thiện xảo và trí tuệ.

Thi kệ 45
Khác với trí tuệ hoàn thiện (trí tuệ ba la mật)
Tất cả những sự thực hành đạo đức như
Sự bố thí hoàn thiện được diễn tả (từ bố thí đến thiền định ba la mật)

Như phương tiện thiện xảo bởi những Đấng Chiến Thắng.

Thi kệ 46
Bất cứ ai, dưới sự ảnh hưởng quen thuộc
Với phương tiện thiện xảo, hãy trau dồi trí tuệ
Sẽ nhanh chóng thành tựu Giác Ngộ -
Không chỉ hành thiền về vô ngã.

Như có nhiều loại trí tuệ, chẳng hạn như những thứ liên quan để lẽ thật quy ước (thế đế), trong những thi kệ tiếp theo Atisha xác định những gì ngài muốn nói là trí tuệ trong phạm vi rèn luyện của năng lực lớn.

Thi kệ 47
Việc thấu hiểu tánh không của sự tồn tại cố hữu
Qua thực chứng rằng những tập họp uẩn, những thành phần
Và những nguồn gốc không sản sanh (vô sanh)
Được diễn tả như trí tuệ

Atisha không nói ở đây rằng các hiện tượng, chẳng hạn như những uẩn, những thành phần, và nguồn gốc, không sở hữu căn nguyên hay rằng chúng không hình thành như một kết quả của các nguyên nhân và điều kiện. Đúng hơn, ngài đang phủ nhận khái niệm rằng chúng sở hữu mợ loại tồn tại bản chất, độc lập hay khách quan. Khi chúng ta thực hiện sự thừa nhận rằng những ảnh hưởng nào đó theo sau những nguyên nhân nào đó, là chúng ta đang thực hiện những bày tỏ ở trình độ của thế đế - nói cách khác, trong khuôn khổ của thực tại quy ước (thế đế).T

Tuy nhiên, khi chúng ta khám phá sâu hơn vào trong bản chất cứu kính của mọi vật, như chúng ta đã thảo luận phía trước, thì chính sự không thể tìm thấy của mọi vật và mọi sự đưa chúng ta suy diễn ra rằng bản chất tối hậu của chúng là tánh không. Đây là những gì mà Atisha muốn nói là tuệ trí thấu hiểu tánh không. Chúng ta không nên liên lụy với lỗi lầm của việc nghĩ rằng có một loại tánh không phổ quát nào đó, vốn là bản chất tối hậu của mọi thứ, là độc lập với mọi thứ, và tuy vậy tồn tại ở ngoài đó trên một bình diện nào đó ở trong và của chính nó. Tánh không chỉ có thể được hiểu trong mối quan hệ với mọi thứ và mọi sự, kể cả chúng sanh hữu tình. Yêu cầu của chúng ta ở đây là thấu hiểu mọi thứ có tồn tại hay không trong cung cách mà trong đó chúng ta có xu hướng nhận thức chúng hoặc là, trên mức độ tối hậu, chúng trống rỗng bản chất thực tại. Cho nên sự thăm dò của chúng ta trong tánh không và tuệ giác sâu sắc sau đó chúng ta đạt được từ nó không thể tách rời với thế giới hàng ngày của chúng ta về tính phức tạp và đa dạng. Đây là tại sao Long Thọ đã có những tuyên bố sau trong *Nền Tảng Của Trung Đạo*:

Không có lệ thuộc trên [lẽ thật] quy ước Ý nghĩa của [lẽ thật] cứu kính không thể dạy được.9

Thật thiết yếu để thấu hiểu trọn ven ý nghĩa của tuyên bố này. Trong căn bản, Long Thọ nói rằng chúng ta có một sự thấu hiểu về tánh không trong mối quan hệ với chính mọi vật và mọi sự vốn có ảnh hưởng trực tiếp với những kinh nghiệm của chúng ta về hạnh phúc và khổ đau.

Như tôi đã đề cập trước đây, nhiều luận điển về tánh không tuyên bố rằng sự thấu hiểu về duyên khởi là phương tiện năng lực nhất của tri thức tánh không. Khi như một kết quả của việc dấn thân trong hành thiền sâu sắc về tánh không, thì chúng ta không thể thấy bản chất của thực tại về đối tượng mà chúng ta tập trung, thì chúng ta không thể kết luận từ điều này mà đối tượng trong câu hỏi hoàn toàn không tồn tại. Thay vì thế, chúng ta nhận ra rằng vì sự phân tích quan trọng của chúng ta đã không thể tìm ra lẽ thật, sự tồn tại độc lập của đối tượng, sự tồn tại hay thực tại của nó phải được thấu hiểu chỉ như duyên khởi. Do vậy, một sự thấu hiểu chân thành về tánh không phải thật sự xảy ra. Khoảnh khắc mà chúng ta phản chiếu trên sự thấu hiểu của chúng ta về tánh không của sự tồn tại cố hữu, chính sự thấu hiểu ấy phải biểu thị rằng mọi vật tồn tại. Nó hẩu như giống như là khi chúng ta nghe chữ "tánh không" thì chúng ta ngay lập tức nhận ra hàm ý của nó, vốn là sự tồn tại bằng phương tiện duyên khởi. Một sự thấu hiểu chân thật về tánh không, do vậy, được nói là trong điều mà người ta thấu hiểu về tánh không trong dạng thức của duyên khởi.

Một điểm tương tự được nêu lên bởi Long Thọ trong Tràng Hoa Quý Báu, nơi mà ngài giải thích tánh không hay vô ngã của "người" bằng một tiến trình của sự phân tích rút gọn. Điều này liên hệ đến việc khám phá vấn đề con người hoặc là không phải yếu tố đất cũng không phải nước, lửa, v.v… Khi tiến trình rút gọn hay quy nạp này không thể tìm ra điều gì gọi là "con người" vốn là lệ thuộc trên nhiều yếu tố khác nhau này, và cũng không thể xác định con người với bất cứ

yếu nào của bốn đại trên đây. Long Thọ nêu câu hỏi: thế thì con người ở đâu? Ngài không lập tức kết luận bằng việc nói, "Do thế 'con người' không tồn tại." Thay vì thế, ngài liên hệ đến ý tưởng duyên khởi, tuyên bố rằng: "Con người do vậy lệ thuộc trên những uẩn của sáu yếu tố." Thế nên ngài không phủ nhận sự kiện rằng "con người" không tồn tại và thật sự và trải qua những kinh nghiệm của đau khổ và sung sướng.

Theo kinh nghiệm của riêng tôi thì tôi biết rằng tôi tồn tại; tôi biết rằng tôi không có kinh nghiệm vọng tưởng về đau khổ và sung sướng. Tuy nhiên khi tôi tìm cái toàn thể được gọi là "tự ngã" hay cái "tôi" trong những yếu tố đa dạng khác nhau cùng nhau tạo thành sự tồn tại của tôi, thì tôi không thể tìm thấy bất cứ điều gì vốn xuất hiện để sở hữu thực tại bản chất, độc lập. đây là tại sao Long Thọ kết luận rằng chúng ta có thể thấu hiểu sự tồn tại của cá thể chỉ trên dạng thức của nguyên lý duyên khởi.

Ở tại điểm này thì một số người có thể nêu phản luận như sau: không phải nói rằng tất cả mọi hiện tượng là trống rỗng sự tồn tại cố hữu tương đương như nói rằng không có gì tồn tại? Long Thọ đáp lại là để tuyên bố như "tánh không" thì chúng ta không nói đơn thuần là không có gì cả; đúng hơn, với "tánh không" chúng ta muốn nói là duyên khởi hay nguồn gốc lệ thuộc. Trong cách này, giáo huấn của Long Thọ về tánh không vượt hơn những cực đoan tuyệt đối và hư vô chủ nghĩa. Bằng việc phủ nhận sự tồn tại bản chất, độc lập quan điểm của ngài siêu việt chủ nghĩa tuyệt đối; và bằng việc nói rằng mọi vật và mọi sự thật tồn tại, mặc dù như duyên khởi, ngài đã siêu việt chủ nghĩa hư vô. Sự vượt trên hai cực đoan tuyệt

đối và hư vô chủ nghĩa tiêu biểu cho Trung Đạo chân thật.

Ở tại chỗ này thật hữu ích để phản chiếu một ít về những trình độ khác nhau về ý nghĩa của nguyên lý duyên khởi. Trên một trình độ duyên khởi liên hệ đến bản chất của mọi vật và mọi sự như được hiểu trong dạng thức của sự lệ thuộc của chúng trên các nguyên nhân và điều kiện. Trên một trình độ khác sự lệ thuộc này có thể được hiểu hơn trong dạng thức của sự lệ thuộc hỗ tương. Thí dụ, có một sự hỗ tương nhận thức giữa dài và ngắn, trong ấy điều gì đó được thừa nhận là "dài" trong mối quan hệ đến điều gì khác là "ngắn." Tương tự thế, mọi vật và mọi sự có cả hai phần và một tổng thể; tổng thể được cấu thành của những thành phần, và những thành phần được thừa nhận trong mối quan hệ với tổng thể.

Tuy thế vẫn còn một trình độ khác, nguyên lý duyên khởi liên hệ với chủ thể, vốn là một tâm nhận thức tạo ra sự những sự chỉ định, danh tự, nhãn hiệu, và v.v... Như chúng ta đã thảo luận vắn tắt trước đây, khi chúng ta cho điều gì đó một nhãn hiệu hay một tên gọi thì một cách tổng quát chúng ta có xu hướng thừa nhận rằng đối tượng có nhãn hiệu có một loại lẽ thật nào đó, như tồn tại cố hữu. Tuy nhiên, khi chúng ta tìm kiếm sự tồn tại thật sự hay bản chất của sự vật trong vấn đề, thì chúng ta luôn luôn không thể tìm ra nó. Do vậy, kết luận của chúng ta là trong khi mọi vật thật tồn tại trên trình độ quy ước thế gian (thế đế), nhưng chúng không sở hữu thực tại tối hậu, khách quan. Đúng hơn, sự tồn tại của chúng không thể chỉ được thừa nhận như một danh tự, chỉ định, hay nhãn hiệu. Theo Long Thọ, ba trình độ này của ý

nghĩa trong nguyên lý duyên khởi bao hàm toàn bộ đa dạng của thực tại.

Thi kệ 48
Điều gì đấy tồn tại không thể được tạo ra
Cũng không phải điều gì đấy không tồn tại,
như hoa đốm hư không
Những sai lầm này cả hai là vô lý và vì vậy
Cả hai cũng sẽ không xảy ra.

Trong thi kệ 48, Atisha đang ám chỉ đến thi kệ trong *Bảy Mươi Thi Kệ Về Tánh Không* của Long Thọ mà trong đó chúng ta thấy một sự thảo luận về nhân quả. Trong tác phẩm ấy Long Thọ chỉ ra rằng nếu mọi vật và mọi sự sở hữu sự tồn tại cố hữu, nhân quả sẽ không chỗ để hiện hữu; điều này có nghĩa là chúng ta không thể nói rằng mọi vật và mọi sự đi đến hình thành như một kết quả của các nguyên nhân và điều kiện. Về mặt khác, Long Thọ thừa nhận, nếu chúng hoàn toàn không tồn tại thì cũng đồng như vô nghĩa khi nói về nhân quả của chúng vì chúng sẽ giống như "hoa đốm hư không." Vì nếu điều đấy không tồn tại, thì làm sao chúng ta nói về nó đi đến hình thành?

Long Thọ đang đưa ra điều đơn giản rằng khi chúng ta nói về nguyên nhân và hệ quả thì chúng ta đang nói ở trình độ của những hiện tướng hay thực tại quy ước (thế đế). Thí dụ, khi chúng ta nói đứa con này được sanh ra bởi người cha ấy, hay những mầm non này đến từ những hạt giống đó, thì chúng ta đang thực hiện một tuyên bố đơn giản rằng điều gì đó gây ra sinh khởi điều gì khác đó. Chúng ta không phải đưa ra những tuyên bố nhân quả như vậy trên căn bản của việc tìm kiếm thực tại tối hậu (chân đế) của những thứ này mà như chúng ta nói trước đây, là tánh không.

Atisha xây dựng nên tiêu điểm triết lý quan trọng này được nêu lên bởi Long Thọ trong những thi kệ tiếp theo:

Thi kệ 49
Một vật không được sinh ra từ tự nó,
Cũng không phải từ thứ khác, cũng không phải từ hai thứ ấy.
Cũng không phải không nhân, vì vậy nó không
Tồn tại một cách cố hữu bằng cách của sự tồn tại của chính nó

Thi kệ 50
Hơn thế nữa, khi tất cả mọi hiện tượng được thẩm tra
Như cho dù chúng là một hay nhiều
Chúng không được thấy tồn tại bằng cách của sự tồn tại của chính chúng,
Và vì vậy chắc chắn như không tồn tại một cách cố hữu.

Trong liên hệ với thi kệ cuối, chúng ta có thể hỏi mọi vật và mọi sự tồn tại như những thực thể đơn phần hay đa phần và, xa hơn nữa, có phải những đặc trưng số ít và số nhiều này là thật một cách cố hữu. Nếu chúng ta đồng ý rằng chúng là như vậy, thì chúng ta lập tức đi vào những vấn đề không thể vượt qua. Vì nếu mọi vật và mọi sự thật sở hữu một đặc tính thật sự cố hữu, thì trở thành khó khăn để đánh giá cho mối quan hệ mà chúng ta quán sát giữa nguyên nhân và hệ quả. Nói tóm lại, câu hỏi là: chúng ta có thể thấu hiểu một cách mạch lạc mối quan hệ nhân quả giữa những thực thể độc lập thật sự và riêng biệt như thế nào?

Thi kệ 51
Lý luận của Bảy Mươi Thi Kệ Tánh Không,
Những Nền Tảng Của Trung Đạo, và v.v…

Giải thích rằng bản chất của mọi vật
Được thiết lập như tánh không.

Thi kệ 52
Vì có nhiều rất nhiều đoạn
Tôi không phải trích dẫn ở chúng ở đây,
Nhưng tôi chỉ giải thích những kết luận của chúng
Vì mục tiêu của việc thiền quán.

Thi kệ 53
Vì vậy, bất cứ gì là việc thiền quán
Về vô ngã, mà trong đó nó không quán chiếu
Một bản chất cố hữu trong các hiện tượng,
Là việc trau dồi trí tuệ.

Khi chúng ta đã đạt được một sự thấu hiểu sâu sắc về vấn đề tất cả các hiện tượng là trống rỗng sự tồn tại cố hữu như thế nào, thì sau đó chúng ta sẽ chuyển sự tập trung sự phân tích của chúng ta đến chính tâm thức thấu hiểu tánh không. Ở điểm đó thì chúng ta khám phá rằng tâm thức thấu hiểu tánh không chia sẻ cùng bản chất tối hậu: thì nó cũng là trống rỗng sự tồn tại cố hữu. Như Atisha giải thích trong luận điển này, việc nhận ra tánh không này của cả chủ thể và đối tượng cuối cùng đưa chúng ta đến một sự thấu hiểu phi khái niệm về tánh không hay nhận thức vô niệm về tánh không.

Thi kệ 54
Giống như trí tuệ không thấy
Bản chất cố hữu trong các hiện tượng,
Đã phân tích chính tự trí tuệ bằng lý trí,
Hãy hành thiền vô niệm về điều ấy.

Những thi kệ tiếp theo Atisha giải thích tại sao trau dồi trí tuệ vô niệm là quan trọng.

Thi kệ 55
Bản chất của sự tồn tại thế gian,
Vốn đến từ sự nhận thức phát minh
Là khái niệm. Vì vậy việc loại trừ
Khái niệm là thể trạng cao nhất của niết bàn.

Thi kệ 56
Si mê lớn lớn rộng của khái niệm
Làm chúng ta rơi vào đại dương luân hồi.
An trú trong sự ổn định vô niệm,
Vô niệm như không gian biểu hiện một
cách rõ ràng.

Thi kệ 57
Khi những Bồ tát quán chiếu một cách vô niệm
Giáo huấn tuyệt vời này, họ sẽ siêu việt
Khái niệm, rất khó khăn để vượt thắng,
Và cuối cùng đạt đến thể trạng vô niệm.

Thi kệ 58
Đã quán chiếu một cách chắc chắn qua kinh điển
Và qua lý trí rằng các hiện tượng
Không đợc sanh cũng không tồn tại cố hữu,
Hãy thiền quán không khái niệm.

Thi kệ 59
Vì vậy đã hành thiền về chân như,
*Cuối cùng, sau khi đạt đến "noãn**[8]**" và v.v…*
"đại lạc" và những thứ khác được thành tựu
Và, chẳng bao lâu, thể trạng Giác Ngộ của Quả Phật.

Chữ "noãn" (heat: nóng) ở đây liên hệ đến con đường chuẩn bị[9], giai tầng mà một vị hành giả Bồ tát đã đạt đến một trình độ tiến bộ thực chứng tánh không, trong khi thuật ngữ "đại lạc" (very joyful) là tên

của tầng thứ nhất – hoan hỉ địa – của Bồ tát đạo.

CON ĐƯỜNG CỦA MẬT TÔNG

Từ thi kệ 60 trở đi Atisha trình bày tóm lược con đường của mật tông:

Thi kệ 60
Nếu con muốn tạo nên dễ dàng
Những tích tập cho sự Giác Ngộ
Qua những hành động của sự bình định
Gia tăng và v.v…đạt được bởi năng
lực của mật ngôn,

Bốn hành vi của việc bình định, gia tăng, ảnh hưởng, và những hành động phẫn nộ là một thí dụ của những nguồn gốc lớn hơn vốn có thể tìm thấy trong giáo huấn mật thừa cho việc hoàn thành sự cát tường của những chúng sanh khác.

Thi kệ 61
Và cũng qua năng lực của thứ tám
Và những thành tựu lớn khác như "hảo bình"
-
Nếu con muốn thực tập mantra bí mật,
Như được giải thích trong mật điển hoạt
động và biểu hiện,

Thi kệ 62
Sau đó, để tiếp nhận quán đảnh của đạo sư,
Con phải làm hài lòng một vị thầy tâm
linh tuyệt hảo
Qua việc phụng sự, tặng phẩm giá trị, và
Cũng như qua sự vâng lời

Thi kệ 63
Qua sự ban cho trọn vẹn lễ quán đảnh
Bởi một vị thầy tâm linh hài lòng
Con được tịnh hóa tất cả những việc làm lỗi

lầm
Và trở thành xứng đáng để đạt được sự thành tựu đầy năng lực.

Trong thi kệ sáu mươi bốn Atisha đưa ra một câu hỏi quan tâm đến vấn đề những hành giả cụ túc giới nên liên hệ đến những khía cạnh nào đó của sự thực hành Kim Cang Thừa, chẳng hạn như nương tựa trên những vị phối ngẫu, vốn trên bề mặt xung khắc với những tiêu chuẩn đạo đức của một tu sĩ cụ túc giới. Thí dụ, ngài giải thích rằng những hành giả là những người thọ đại giới không nên nhận những quán đảnh "bí mật" và "trí tuệ" trong ý nghĩa thông thường. Atisha giải thích rằng thật quan yếu cho những hành giả như thế thấu hiểu những sự phù hợp của việc áp dụng những khía cạnh đặc biệt của con đường Kim Cang Thừa đến hoàn cảnh của một hành giả, vì thế họ được thực tập phù hợp với trình độ của những thực chứng tâm linh nội tại của hành giả.

Thi kệ 64
Vì Đại Mật Thừa của Đức Phật Nguyên Sơ
Nghiêm cấm một cách dứt khoát,
Những người tuân theo hạnh kiểm thuần khiết không nên
Tiếp nhận những quán đảnh bí mật và trí tuệ.

Thi kệ 65
Nếu những ai tuân theo sự thực hành khắt khe hạnh kiểm thuần khiết
Tiếp nhận những sự quán đảnh này,
Thệ nguyện nghiêm túc của họ sẽ mất chuẩn mực
Qua việc làm vốn bị cấm đoán.

Thi kệ 66
Điều này tạo nên những sự vi phạm vốn là một thất bại
Cho những ai tuân theo giới luật
Vì họ chắc chắn sẽ sa vào một sự tái sanh xấu,
Họ sẽ không bao giờ đạt được những thành tựu.

Thi kệ 67
Không có lỗi lầm gì nếu một người đã tiếp nhận
Lễ quán đảnh và có kiến thức
Về chân như lắng nghe hay giải thích về mật điển
Và tiến hành các nghi lễ hỏa pháp cúng dường,
Hay thực hiện sự cúng dường vật phẩm và v.v…

Trong thi kệ sáu mươi tám tác giả cung cấp lời ghi cuối sách:

Thi kệ 68
Tôi, Trưởng lão Dipamkarashri, đã thấy nó
Được giải thích trong kinh điển và trong những giáo huấn khác,
Đã thực hiện sự giải thích tóm lược này
Theo lời thỉnh cầu của Jhangchup Wö.

Luận điển chấm dứt với tuyên bố sau:

Điều này kết thúc Giác Ngộ đạo đăng luận của đại sư Dipamkarashrijnana. Nó được chuyển dịch, duyệt lại, và hoàn thành bởi chính vị viện trưởng cao đức Ấn Độ và bởi đại duyệt giả, dịch giả,và cụ túc giới sư Geway Lodrö. Giáo huấn này được viết tại chùa Tholing in Zhang Zhung.
Bodhipathapradipaa.

ly cấu địa, phát quang địa. với điều này, sự trình bày của tôi về sự trao truyền Giác Ngộ đạo đăng luận, với một số luận giải về những điểm chính, được kết thúc. Tôi không không thể tuyên bố rằng mình đã đạt được bất cứ sự chứng ngộ nào của những sự thực hành thậm thâm. Tuy thế, quý vị có thể sử dụng những gì tôi đã giải thích ở đây như chìa khóa để giúp mở ra nhiều hơn những cánh cửa của Phật Đạo và qua sự học hỏi và thực hành xa hơn để làm sâu sắc hơn sự thấu hiểu của quý vị. Vì nhiều người trong thính chúng là những thành viên của những trung tâm Phật giáo địa phương, cho nên quý vị có thể hỏi những vị thầy của quý vị cho những giải thích phức tạp và chi tiết hơn trong luận điển quan trọng này của Phật giáo, vì thế quý vị có thể làm sâu sắc sự thấu hiểu của quý vị về con đường Giác Ngộ.

***

Ẩn Tâm Lộ, Wednesday, September 8, 2021

Trích từ quyển 'An introduction of Buddhism'

TRI KIẾN NHƯ LAI

LÊ HUY TRỨ

Không từ đâu mà đến
Không tại đó mà về
Lúc này không ở đây
Không "thọ" vô nhất kiếp
(Lê Huy Trứ)

Chân dung của Đức Phật

Buddha in Sarnath Museum (Dhammajak Mutra), 4th BC

The Buddha, in Greco-Buddhist style, 1st-2nd century CE, Gandhara (Modern Pakistan), Standing Buddha (Tokyo National Museum)

Năm Đức Phật Thích Ca Mâu Ni 41 tuổi. Đệ tử của ngài là Phú Lâu Ca đã minh họa chân dung thầy mình. Bức họa hiện nay được tàng trữ tại Bảo tàng viện Hoàng gia Anh Quốc và được xem như là một báu vật quốc gia.

Tóm Lược Tiểu Sử của Đức Phật Như Lai (如來, Tathāgata)

Đức Thế Tôn xuất thân là Hoàng Tử Tất Đạt Đa Cồ Đàm, người xứ Ấn Độ, từ bỏ hoàng cung, quyền uy, tước vị, giàu sang, gia đình hạnh phúc, và bỗng lộc của một quí tộc.
Ngài xuất gia quyết đi tìm ra chân lý, phát tâm sống cảnh không nhà để tìm phương pháp cứu độ chúng sinh.

Đạt Đa Cồ Đàm là tên phiên âm, lơ lớ "accent" Tàu, từ tiếng Phạn Siddhārtha Gautama của vị Phật, Thích Ca Mâu Ni, người sáng lập Phật Giáo.

Tất Đạt Đa (sa. Siddhārtha) có nghĩa là "*người đã hoàn tất (siddha) ý nghĩa [cuộc sống] (artha).*"

Dịch ý, "*Nhất thiết nghĩa thành, Thành tựu chúng sinh*," dịch từ tên Phạn Ngữ là Sarvārthasiddha.

Ngài cũng còn được gọi là Phật Tổ Như Lai. Như Lai (zh. 如來, sa., pi. tathāgata) là một trong mười danh hiệu của Phật được dịch từ Tathāgata của tiếng Phạn.
Chiết tự của Tathāgata là tathā + āgata, và có thể được hiểu là "*Người đã đến như thế*" hoặc, "*Người đã đến từ cõi chân như*".
Như Lai là danh hiệu chỉ một Thánh Nhân đã đạt đến bậc giác ngộ cao nhất, Vô Thượng-Chính Đẳng-Chính Giác (sa. Anuttara Samyak Sambodhi).

Với sự phát triển của Phật Giáo theo thời gian, ý nghĩa của danh từ Như Lai đã biến đổi. Trong Đại thừa, Như Lai chỉ Ứng Thân (sa. Nirmāṇakāya, Tam thân) của Phật. Đó là con người toàn hảo, có thể xuất hiện dưới mọi dạng khác nhau, có Thập Lực (sa. daśabala) của một vị Phật.

Như Lai cũng là sự biểu hiện cụ thể của Chân Như (sa. Tathatā), thể tính của vũ trụ, được xem là sứ giả trực tiếp của Chân Như, là gạch nối giữa hiện tượng và bản thể.
Trong nhiều trường hợp, Như Lai được xem là đồng nghĩa với Trí Huệ/Tuệ (Bát Nhã, sa. prajñā) và Tính Không (sa. Śūnyatā, eng. emptiness, Fr. vide).

Tôn giả Udàyi trong khi thiền tịnh độc cư, nói lên lời tán thán Đức Phật: "*Thế Tôn thật sự là vị đã đoạn trừ nhiều khổ pháp cho chúng ta.*

Thế Tôn thật sự là vị đã mang lại nhiều lạc pháp cho chúng ta. Thế Tôn thật sự là vị đã đoạn trừ nhiều bất thiện pháp cho chúng ta. Thế Tôn thật sự là vị đã đem lại nhiều thiện pháp cho chúng ta (Trung Bộ Kinh II, 448A)".

Kệ Sám Hối

Bài thi kệ được nhiều người cho là của ngài Huyền Trang có bốn câu như vầy về Đức Phật:

佛在世時我沉淪,
今得人身佛滅度。
懊惱自身多業障,
不見如來金色身。

Phật tại thế thời ngã trầm luân,
Kim đắc nhân thân Phật diệt độ,
Áo não tự thân đa nghiệp chướng,
Bất kiến Như Lai kim sắc thân.

Thực ra, bài thi kệ này hoàn toàn không phải của ngài Huyền Trang. Tác giả của nó là ngài Trung Phong Pháp Bổn, và bài thi kệ này là kệ sám hối được soạn cho nghi thức "*Trung Phong tam thời hệ niệm*", được lưu giữ trong Tục Tạng chữ Vạn, tập 74, kinh số 1465, nguyên tác đầy đủ như sau:

我等自從無量劫 不知不覺染諸塵
佛在世時我沉淪 今得人身佛滅度
懊惱自身多業障 不見如來金色身
我今對佛法僧前 一一披陳皆讖悔.
(Vi bản: X74n1465- p0070a24).

Ngã đẳng tự tùng vô lượng kiếp
Bất tri bất giác nhiễm chư trần

Phật tại thế thời ngã trầm luân,

Kim đắc nhân thân Phật diệt độ,
Áo não tự thân đa nghiệp chướng,
Bất kiến Như Lai kim sắc thân
Ngã kim đối Phật Pháp Tăng tiền
Nhất nhất bạt trần giai sám hối.

Tạm dịch:

Chúng con từ xưa vô lượng kiếp
Không hay không biết nhiễm bụi trần
Khi Phật ở đời con trầm luân
Nay được thân người Phật diệt độ
Buồn tủi thân con nhiều nghiệp chướng
Không thấy Như Lai thân sắc vàng
Nay con quỳ trước Phật Pháp Tăng
Gội hết bụi trần xin sám hối.

Tôi không thấy, bài kệ nguyên thủy bằng Hán Việt của Thiền Sư Trung Phong Pháp Bổn có một chữ nào xưng là con, chúng con, chúng cháu, chúng bây,... phải sám hối cả.

Hay là tại vì tôi mù, và điếc nên không nghe được âm lẫn không nhìn thấy sắc của "chúng nó" nên kiến "vô ngã?"
Nhưng không phải như vậy, hình như, tôi tìm thấy trong bài kệ này chỉ có 3 chữ Ngã tượng trưng cho Tam Bảo.

Theo thiển ý, bài kệ này dễ hiểu, và có thể phổ thông trong khuôn viên chùa chiền, nhưng nó không phải là một bài thơ xuất sắc nên không có gì để luận bàn thêm cả.

Tôi xin phóng dịch lại cho gần với nghĩa Hán-Việt nguyên thủy:

Ngã sinh luân hồi vô lượng kiếp,
Đắm chìm trôi nổi trong khổ đau.

Phật tại thế **Ngã** vẫn vô minh,
Mong đắc pháp thân Như Lai độ.
Sầu bi tủi thân mang nghiệp chướng,
Chấp quang quán âm bất kiến Phật.
Ngã nguyện quy y Phật Pháp Tăng,
Phủi sạch vô minh xin sám hối.

Pháp Thân Vô Sắc Tướng

Sau đây là một đoạn rất tinh túy trong Kim Cang Kinh "mô tả" về Như Lai. Đa số chúng ta đều nghe qua nhưng không dễ gì tri kiến được.

Kinh Kim Cang Giảng giải

Đoạn 26: Pháp Thân Phi Tướng

Âm:

Pháp Thân Phi Tướng

Tu-bồ-đề! Ư ý vân hà? Khả dĩ tam thập nhị tướng quán Như Lai phủ?
Tu-bồ-đề ngôn:
- Như thị, như thị! Dĩ tam thập nhị tướng quán Như Lai.
Phật ngôn:
- Tu-bồ-đề! Nhược dĩ tam thập nhị tướng quán Như Lai giả, Chuyển Luân Thánh vương tắc thị Như Lai.
Tu-bồ-đề bạch Phật ngôn:
- Thế Tôn! Như ngã giải Phật sở thuyết nghĩa, bất ưng dĩ tam thập nhị tướng quán Như Lai.

Nhĩ thời Thế Tôn nhi thuyết kệ ngôn:

Nhược dĩ sắc kiến ngã,
Dĩ âm thanh cầu ngã,
Thị nhân hành tà đạo,
Bất năng kiến Như Lai.

Dịch:

Pháp thân không phải sắc

Này Tu-bồ-đề, ý ông nghĩ sao? Có thể do ba mươi hai tướng mà xem Như Lai chăng?
Tu-bồ-đề thưa rằng:
- Như thế, như thế, do ba mươi hai tướng mà xem Như Lai.
Phật bảo:
- Tu-bồ-đề, nếu do ba mươi hai tướng mà xem Như Lai, thì Chuyển Luân Thánh vương tức là Như Lai.
Ngài Tu-bồ-đề bạch Phật:
- Bạch Thế Tôn, như chỗ hiểu của con qua nghĩa Phật nói, không nên do ba mươi hai tướng mà xem Như Lai.

Khi ấy Thế Tôn ra bài kệ:

Nếu do sắc thấy ta,
Do âm thanh cầu ta.
Người ấy hành đạo tà,
Không thể thấy Như Lai.

Hòa Thượng Thích Thanh Từ phân tích, và rồi suy luận, "*Đức Phật sợ chúng ta lầm chấp Pháp Thân là tướng cho nên Ngài mới hỏi ngài Tu-bồ-đề: Có thể do ba mươi hai tướng mà thấy Như Lai chăng? Không biết lúc này ngài Tu-bồ-đề muốn dùng lối trả lời sai để Phật dạy cho chúng ta, hay là Ngài nhận không đúng, có lẽ Ngài nhận chưa ra là phải hơn. Tại sao tôi dám nói như thế? Bởi vì trong kinh thường nói Bồ-tát từ Sơ địa trở lên, lên mỗi địa là ngộ được một phần Pháp Thân, còn Thanh Văn thì chưa thấy được Pháp Thân. Đây nói về Pháp Thân nên*

ngài Tu-bồ-đề nhận lầm, Ngài nói rằng: Như thế, như thế, do ba mươi hai tướng mà thấy Như Lai. Phật liền quở: *Nếu do ba mươi hai tướng thấy Như Lai thì Chuyển Luân Thánh Vương có ba mươi hai tướng là Như Lai* rồi. *Câu nói sau đây của ngài Tu-bồ-đề chứng minh được lời tôi nói ở trên*."

Hòa Thượng Thích Thanh Từ kết luận, "*Đừng nghĩ Như Lai là Phật Thích Ca.* ***Phải nhớ Như Lai là Pháp Thân thường hằng của chúng ta****. Pháp Thân đó không thuộc sắc tướng thì đâu có chấp ngã, nó cũng không thuộc âm thanh thì đâu có chấp âm thanh. Tất cả âm thanh sắc tướng sanh diệt đều không chấp tức là không hành đạo tà, như thế mới thấy được Pháp Thân*."

Pháp Thân Phi Tướng

Tựa đề Pháp Thân Phi Tướng được phàm phu (Nho sĩ/Tăng Sĩ) sau này vì vô minh về Phật Giáo nên đã đặt tựa đề cho bài kệ, làm cho đa số nhầm lẫn cứ nhắm mắt dựa vào ý của cái tựa lạc đề đó để mà "*Y kinh giảng nghĩa Tam Thế Phật oan,*" làm sai lệch ý nghĩa của bài kệ trên.

Nguyên thủy, Kệ không bao giờ có đề tựa. Có tựa đề thì đa số không đúng ý kệ.

Tôi đã viết rất chi tiết, và chứng minh những điều này trong những bài kệ thiền Phật Giáo rồi.

"*Các bài kệ của Thiền Tông đều vốn 'không chủ đề' không phải là điều thiếu sót ngẫu nhiên. Chỉ có học giả Nho Giáo Lê Quý Đôn*

"thiếu sót" trí tuệ thiền nên vô minh suy bụng nho gia ra tâm thiền.

Học giả Lê Quý Đôn đã vô minh đặt những tựa đề cho những bài kệ thiền theo ý Nho Gia, duy ngã, không có kiến thức tâm linh của bật đã giác ngộ, ra kệ, nên những tựa đề của ông ta dịch không được chuẩn ý, và vì vậy ông ta đã vô tình/cố ý làm lu mờ anh minh của Bát Nhã thiền.

Thật ra cũng tội cho ngài Lê Quý Đôn: Tâm có ý tốt nhưng căn còn vô minh, kiến thức Phật Pháp còn thấp kém nên chưa mở trí tuệ để ngộ.
Bởi vì, Trí Tuệ không có thể truyền đạt bởi cảm nhận bi quan, yếm thế, vô minh (tham sân si) qua quan điểm duy ngã của Nho Giáo với kiến thức nhập thế, háo danh phận, cam quỳ lụy, làm tôi tớ trung thành đời đời, chết cho vương quyền chỉ vì cái bả công danh phú quý phù phiếm vô thường." (Kệ Thiền, Lê Huy Trứ)

Theo nhận xét dài dòng của tôi thì:

Đức Phật đã không hỏi Ngài Tu Bồ Đề 'Pháp Thân có phải là tướng không?'

Hiển nhiên là Đức Thế Tôn, cũng những thiền sư ngày xưa, không bao giờ ra kệ như thế này: Đây là bài kệ có tựa đề là "Pháp Thân Phi tướng." Rồi thì Ngài "bà là, bà là, bla, ... mặc kệ...chúng."

Người xưa chỉ y kinh: *Nhĩ thời Thế Tôn nhi thuyết kệ ngôn.*

Vì nếu Đức Thế Tôn hỏi đơn giản, dễ trã lời như rứa thì nó hoàn toàn khác hẳn với ý bài kệ bất hủ trên của Ngài.

Có thể vì "đoán biết" câu hỏi của Đức Thế Tôn nên Ngài Tu Bồ Đề mới trã lời hàng đôi vì Ngài không muốn ngã vào "chấp trước."

Bởi vì,

Nói có Hư Trần có,
Nói không thế giới không.
Có không trăng trong nước,
Trước nước có trăng không?

(Lê Huy Trứ)

Diễn nghĩa,

Bảo là "kiến Như Lai", thì ngay cả trong hạt bụi (Lân Hư Trần) cũng có Như Lai.

Bảo là "bất kiến Như Lai", thì tất cả (thế gian, vũ trụ, lẫn tam giới) đều không có Như Lai.

"Kiến Như Lai" hay "bất kiến Như Lai" như ánh trăng tịnh dưới nước.

Đừng có bám hẳn vào cái "chấp Ngã" cho là có, cũng đừng cho cái "vô Ngã" là không.

Bản dịch tiếng Mỹ,

Say existence, particle is existed.
Say extinction, universe is extincted.
Like moon's image in water.
It looks real but not.

(Lê Huy Trứ, Jan. 7, 2018)

Thêm nữa, Đức Phật chọn ngay Ngài Tu Bồ Đề để mà hỏi về công án này (thời Phật hiện tiền cũng chưa có công án) cũng có thể không phải là chuyện tình cờ ngẫu nhiên?

Phổ thông hơn nữa, cái "Ngã" trong bài kệ này được đa số, đến bây giờ, vẫn thông thường "thấy" hiểu/dịch là "Ta."

Mà "âm" Ngã trong bài dịch Việt văn này được hiểu, dịch, và giảng là Phật tự xưng mình là Ta, là tôi, là moa, là tao, là I/me?

Theo ý nghĩa nguyên thủy thì danh từ Như Lai không phải là một "danh hiệu."

Phật Thích Ca Cồ Đàm phát "âm thanh" Như Lai từ "ứng thân" (sa. Nirmāṇakāya, Tam thân) để tránh sử dụng ngôi thứ nhất "ta, I" - cái tôi độc tôn, cái ngã, self, ego - trong lúc giảng dạy, thuyết Pháp và đây cũng là một phong cách biểu lộ sự khiêm tốn, và nhún nhường của Ngài.

Theo tôi hiểu (nhầm?)

Bản Như Lai vô sắc, vô âm, vô sanh, vô diệt, vô sở, vô trụ.

Vì vậy nếu,

Trụ sở sắc kiếm ngã,
Quán âm thanh tầm ngã,
Hành tà đạo chấp ngã,
Bất năng kiến Vô Ngã.

(Lê Huy Trứ)

Câu kệ muôn thuở của Đức Thế Tôn dưới đây luôn luôn sáng tỏ cho ý trên,

"*Thiên thượng thiên hạ,*
Duy ngã độc tôn."

Tóm lại, **Như Lai chính thị là Vô Ngã**.

Bởi vì Như Lai,

Vô Thanh, vô sắc,
Vô sinh, vô diệt.
Vô thượng, vô hạ,
Vô ngã, vô tôn,
(Lê Huy Trứ)

Vô Ngã Tướng

Tôi xin thưa thốt,

Đức Phật Như Lai đã từng giảng về Pháp Thân trong Tương Ưng Bộ, III, kinh **Vô Ngã Tướng** (Anattalakkhana Sutta), Hòa thượng Thích Minh Châu dịch như sau,

"*Này các thầy Tỳ-kheo, vì vậy nên, sắc nào dù trong quá khứ, vị lai, hiện tại, bên trong bên ngoài, thô hay vi tế, hèn hạ hay cao quý, sắc nào dù xa hay gần, các sắc ấy đều chỉ là sắc mà thôi. Các thầy nên nhận thức sắc ấy bằng trí tuệ trong sạch theo chân lý như vầy:* ***Đó chẳng phải của ta, đó chẳng phải là ta, đó chẳng phải thân ta***."

Mà pháp thân đã không phải của ta thì âm thanh cũng không phải của ta?

Phật noái răng mà dễ dữ sợ như rứa?

Theo tôi, chỉ có Đức Phật mới có đủ tư cách nói như vậy, dạy chúng ta như thế chứ đa số,

"*Phàm hữu ngôn thuyết, đô vô thật nghĩa*."
(Phàm hễ nói bàn, đều không thật nghĩa)

Trong pháp 'bốn việc y cứ' (tứ y,) Phật dạy:

Y pháp bất y nhơn, y nghĩa bất y ngữ.

Đây là pháp y cứ thứ hai, y nghĩa bất y ngữ để không rơi vào chỗ thế trí biện thông, tức là "*năng thuyết bất năng hành*" dùng tài biện bác suông mà không chịu bắt tay thực hành cũng chỉ vô ích mà thôi.

Thuyết bất khả hành, hành bất khả thuyết!

Thật vậy, tôi cũng là một trong nhiều người ưa ngôn thuyết, ưa nói bàn suông chưa có những hành động cụ thể, thiếu thực tế mà không thiết thực là vô nghĩa theo cái nhìn phổ thông của con người.
Đơn giản vì tôi thích lội ngược dòng, thích nói khó hơn làm dễ. Nói điều không thể làm được, làm điều không thể nói được.
Nhất là nói ra những điều mà không ai biết, hay hiểu tôi nói gì. Không ai hiểu tôi là điều sung sướng nhất đời tôi, không ai biết tôi nói gì là điều hạnh phúc nhất thân tôi.

Đơn giản, tôi có bao giờ hiểu và biết tôi nói gì đâu?
Tôi không nói một câu, không viết một chữ.

Bởi vì, tôi "***nhận thức âm sắc ấy bằng trí tuệ*** *trong sạch theo chân lý như vầy: Đó chẳng phải sắc của tôi, đó chẳng phải là âm của tôi, đó chẳng phải pháp thân của tôi*."

Chỉ có Đức Phật mới có đủ tư cách dạy chúng ta viễn ly thanh sắc vì Đức Thế Tôn đã đích thân trải qua khổ ải, kinh nghiệm khó khăn, đã chiến thắng thử thách, và đã đạt được giác ngộ.

Sau đây là kinh nghiệm giác ngộ của Đức Phật Như Lai:

Từ kinh nghiệm bản thân, Đức Phật từ bỏ khổ hạnh, hành trì Thiền định, chứng được Thiền thứ nhất, Thiền thứ hai, Thiền thứ ba, Thiền thứ tư, chứng được Túc mạng minh, Thiên nhãn minh.

Đức Phật diễn tả tiếp về tiến trình giác ngộ của mình:

"*Và với tâm định tĩnh, thuần tịnh trong sáng, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình tĩnh như vậy, Ta hướng tâm đến lậu tận trí. Ta biết như thật: Đây là Khổ; Ta biết như thật: Đây là Khổ tập; Ta biết như thật: Đây là Khổ diệt; Ta biết như thật: Đây là Con đường đưa đến khổ diệt. Ta biết như thật: Đây là các lậu hoặc; Ta biết như thật: Đây là lậu hoặc tập khởi; Ta biết như thật: Đây là sự diệt trừ các lậu hoặc; Ta biết như thật: Đây là con đường đưa đến lậu hoặc diệt. Nhờ hiểu biết như vậy, nhận thức như vậy, tâm của Ta thoát khỏi dục lậu, thoát khỏi hữu lậu, thoát khỏi vô minh lậu. Đối với tự thân đã giải thoát như*

vậy, khởi lên trí hiểu biết: "Ta đã giải thoát." Ta biết: "Sanh đã tận, Phạm hạnh đã thành, những việc nên làm đã làm. Không còn trở lui trạng thái này nữa." (Trung Bộ Kinh I, 248)."

Tự cổ chí kim, có bao nhiêu người đạt được tứ thiền như Như Lai?

Riêng tôi tự biết bản thân tôi: Sanh chưa tận, phạm hạnh chưa thành, những việc nên làm không bao giờ làm xong. Tôi còn trở lại trong nhiều kiếp nữa để ... tiếp tục không bao giờ làm xong việc gì cả.

Khổ khổ dữ sợ như rứa đó.

Phản ảnh đài gương sắc hữu hình

Sau đây là một trong những bài kệ của các thiền sư Việt Nam diễn tả về Pháp Thân, và kiến Như Lai được tôi chọn lọc, tạm phiên dịch ra tiếng Mỹ (vì tôi không biết tiếng Anh), và Họa Tá Vận (phóng tác họa?) Tá vận là mượn vần.

Kính trung xuất hình tượng
鏡中出形像
• Bóng hiện trong gương

鏡中出形像

幻身本自空寂生,
猶如鏡中出形像。
形像覺了一切空,
幻身須臾證實相。

Kính trung xuất hình tượng
Huyễn thân bản tự không tịch sinh,

Do như kính trung xuất hình tượng.
Hình tượng giác liễu nhất thiết không,
Huyễn thân tu du chứng thực tướng.

Bản dịch tiếng Mỹ của Lê Huy Trứ,

Illusory body isn't live or die itself,
It is the reflexion of mirror image.
That matter is nothing because it's imagined,
Unreal body can acquire a true matter.

(Lê Huy Trứ, Jan. 7, 2018)

Dịch nghĩa,

Tấm thân hư ảo này vốn từ hư không tĩnh mịch sinh ra,
Giống như cái "bóng" xuất hiện trong gương.
Đã hiểu rõ rằng chỉ có cái "bóng" thì hết thảy đều là không,
Tấm thân hư ảo phút chốc chứng được thực tướng.

Bản dịch của Ngô Tất Tố

Tự nơi không tịch có thân mình
Mường tượng trong gương bóng với hình
Cảnh huyễn một khi đà tỉnh thức
Giây lâu, tướng thật hiện rành rành

Họa Tá Vận của Lê Huy Trứ

Pháp thân tự tánh bất diệt sinh,
Phản ảnh đài gương sắc hữu hình.
Giác liễu ảo thân vô nhất vật,
Bản thân tu chứng kiến Như Lai.

(Lê Huy Trứ)

Tạm Kết

Trở lại công án ở trên, theo Hòa Thượng Thích Thanh Từ suy luận thì không lẽ, Ngài Tu Bồ Đề (bật Thanh Văn) cũng "*chưa thấy được Pháp thân*"?

Ngài Tu Bồ Đề là một trong những đại đồ đệ của Như Lai. Sau nầy, Ngài Tu Bồ Đề là sư phụ của Tôn Ngộ Không trong Tây Du Ký, mà còn chưa thấy được Pháp Thân thì chúng sinh phàm phu như chúng ta có mấy người tri kiến được Như Lai?

Vì bất tri kiến pháp thân nên Ngài Tu Bồ Đề đã trã lời kiểu hùa theo câu hỏi?

"*Ngài Tu-bồ-đề bạch Phật: Bạch Thế Tôn, như chỗ hiểu của con qua nghĩa Phật nói*."

Tôi xin diễn nghĩa thêm về câu trã lời của Ngài Tu Bồ Đề, một chút cho hỷ xả, "Theo "*chổ hiểu*" của con, con thấy sắc chổ đó/giác, và hiểu/ngộ qua nghĩa Phật phát thanh...

Theo 'chổ hiểu' của tôi, đây chính là pháp môn 'Tri Kiến Phật' tuyệt viên diệu mà Đức Phật đích thân, tâm truyền riêng cho Ngài Tu Bồ Đề vì chỉ có Tu Bồ Đề mới có duyên phận và căn cơ để được chân truyền pháp môn độc nhất vô nhị này.

Tri Kiến Như Lai pháp môn này tương đương với pháp môn Phật Tổ Niêm Hoa Ca Diếp vi tiếu vậy. Cả hiện trường, không ai ngộ được trừ Ca Diếp, và Tu Bồ Đề ra.

Trước nay, chưa thấy ai khai triễn công án này?

"Tại sao tôi dám nói như thế?"

Dĩ nhiên là tôi luôn luôn ngã theo phe vô minh. Tôi luôn luôn cố tâm nhìn mà không bao giờ thấy. Ngóng mà không nghe được. Tìm mà không bao giờ có.

Bản thân dám nói như thế tại vì cái trí tuệ chỉ bảo nhục thân thấy viết như thế, cái âm thanh biểu tấm thân nghe hiểu như thị, dù rằng đích thân chưa khi mô tri kiến như rứa.

Tóm lại, Giác Ngộ được ý viên diệu trên của Đức Phật sẽ Tri Kiến Như Lai.

References:

Kinh Kim Cang Giảng giải - Đoạn 26: pháp thân phi tướng - HT Thích Thanh Từ (thientruclam.info)

Kệ Thiền - Lê Huy Trứ (huongsentemple.com)
https://giacngo.vn/do-nhat-thiet-kho-ach-post52719.html

http://samanta.vn/featured/kinh-vo-nga-tuong-2/

https://chuaadida.com/chi-tiet-thien-hien-dai-7-6769.html

https://phatgiao.org.vn/duc-phat-cua-chung-ta-d9417.html

ĐẠI BI VÀ TÁNH KHÔNG TRONG KINH DUY MA CẬT

NGUYỄN THẾ ĐĂNG

1. Đại bi của Bồ tát: Vì chúng sanh bệnh nên tôi bệnh

Trong bài này chúng ta tìm hiểu đại bi và trí huệ tánh Không của Bồ tát trong phẩm Văn Thù Sư Lợi thăm bệnh, phẩm thứ năm của Kinh Duy Ma Cật.
Nguyên do của kinh này là Bồ tát cư sĩ Duy Ma Cật thị hiện có bệnh để có cơ hội thuyết pháp cho những vị đến thăm. Khi Bồ tát Văn Thù Sư Lợi đích thân đến thăm, ngài Duy Ma Cật nói như thế này về bệnh của mình:
"Văn Thù Sư Lợi hỏi: - Bệnh của cư sĩ có tướng trạng thế nào?
Duy Ma Cật nói: - Bệnh tôi không có hình trạng, không thể thấy được.
Lại hỏi: - Bệnh ấy hiệp với thân ư? Hiệp với tâm ư?
Đáp rằng: - Chẳng phải hiệp với thân, vì thân tướng vốn lìa. Cũng chẳng hiệp với tâm, vì tâm như huyễn.
Lại hỏi: - Trong bốn đại đất, nước, lửa, gió, bệnh nơi đại nào?
Đáp rằng: Bệnh này chẳng phải đại đất, cũng chẳng lìa đại đất. Nước, lửa, gió cũng lại như vậy. Nhưng bệnh của chúng sanh nương nơi bốn đại mà khởi. Vì chúng sanh bệnh cho nên tôi bệnh".

Một vị đã chứng tánh Không thì thấy bệnh, nếu có, cũng là tánh Không: "Không hiệp với thân, vì thân tướng vốn lìa, không hiệp với tâm, vì tâm như huyễn". Không thấy bệnh ở thân tâm, cũng không thấy bệnh có ở bốn đại, nghĩa là không thấy bệnh ở đâu cả.

Người chứng tánh Không thì giải thoát khỏi bệnh như vậy.
Nhưng ngài lại nói, "Vì chúng sanh bệnh cho nên tôi bệnh". Đây là lòng đại bi của Bồ tát. Nếu dùng chữ "bệnh" trong ngữ cảnh này, thì "bệnh" của Bồ tát chính là lòng đại bi đối với chúng sanh.
Bệnh của chúng sanh là lạc loài trong sanh tử để chịu khổ đau không dứt. Như người mắt mù, không thấy đường mà đụng phải tai nạn; như người tai điếc, không biết đường đi mà có ai chỉ cho đường đi cũng không nghe gì. Bệnh của chúng sanh là đã ở trong cảnh khổ mà không biết, lại còn tiếp tục tự tạo cho mình nhân khổ để tiếp tục chịu quả khổ.
Bệnh của Bồ tát là vì thấy chúng sanh có bệnh khổ cho nên tôi bệnh. Bệnh của Bồ tát là lòng bi đối với chúng sanh. Hơn nữa đó là đại bi, vì sanh tử gồm sáu cõi thì lớn rộng không bến bờ, chúng sanh thì cũng nhiều không bến bờ, nỗi khổ đau của chúng sanh trong sanh tử do đó cũng không có bờ bến. Thấy được bệnh của chúng sanh và khổ đau bao la không dứt của họ, lòng Bồ tát mở ra để ôm trùm lấy tất cả chúng sanh, đó là lòng đại bi. Đại bi là bệnh của Bồ tát.

2. Tánh Không chữa khỏi bệnh

Bệnh của chúng sanh và của cả Bồ tát mới phát tâm, chưa hết bệnh, từ đâu mà có, do đâu sanh ra?
"Văn Thù Sư Lợi hỏi: - Cư sĩ, Bồ tát có bệnh làm sao điều phục tâm mình?
Duy Ma Cật trả lời: - Bồ tát có bệnh nên nghĩ như vầy: Nay bệnh của ta đều do các phiền não điên đảo, tư tưởng hư vọng đời trước mà sanh, không phải thật có, thì ai chịu bệnh. Tại sao như vậy? Bốn đại hòa hợp nên giả gọi là thân. Bốn đại không có chủ, thân cũng không có ngã.

Lại nữa, bệnh này sanh khởi đều do chấp ngã. Thế nên chớ sanh đắm trước cái ngã. Đã biết gốc bệnh, liền trừ tưởng ngã và tưởng chúng sanh. Hãy khởi tưởng pháp, nên nghĩ như vầy: Chỉ do các pháp hợp thành thân này, khởi chỉ là pháp khởi, diệt chỉ là pháp diệt. Nhưng lại nữa, các pháp ấy đều chẳng biết nhau, khi khởi không nói ta khởi, khi diệt không nói ta diệt. Bồ tát có bệnh ấy, để diệt tưởng pháp, phải nghĩ như vầy: các tưởng pháp này cũng là điên đảo. Điên đảo là đại họa, ta phải lìa bỏ nó".

Bệnh là do chấp ngã và chấp pháp, hai cái này là vọng chấp, do điên đảo mà có. Trong khi đó, sự thật là vô ngã (không có cái ta điên đảo hư vọng) và vô pháp (không có các hiện tượng, các sự vật hư vọng, như huyễn). Để hết bệnh thì phải phá trừ sự chấp ngã và chấp pháp này. Chấp ngã chấp pháp được phá trừ đến đâu thì thực tại tối hậu hiển lộ đến đó.

Trong đoạn này, ngài Duy Ma Cật không phải giải thích bệnh một cách triết học, mà là để đưa vào thực hành. Con đường Phật giáo là Văn, Tư, Tu. Văn là nghe thuyết pháp, đọc, học. Tư là tư duy xem thử đúng sai thế nào và biết đường hướng thực hành. Nếu chỉ ở cấp độ tư duy thì mới chỉ là cấp độ triết học, chỉ ảnh hưởng đến ý thức, tức là thức thứ sáu, chứ chưa ăn nhằm gì đến thức chấp ngã thứ bảy và tạng thức a lại da thứ tám, nền tảng của bảy thức trước. Phải qua tới bước thứ ba, Tu, tức là thực hành. Thực hành là thiền định, tập trung vào chủ đề, và thiền quán, quan sát tìm hiểu sâu sắc chủ đề. Nhờ thiền định và thiền quán, người ta mới có thể tiếp cận và thấy rõ ràng, trực tiếp những lời nói của ngài Duy Ma Cật về cách chữa bệnh.

Chỉ với Tu, tức là thiền định thiền quán, những câu nói trên mới phát ra ánh sáng, ánh sáng của trí huệ.

"Thế nào là lìa bỏ? Lìa bỏ ta và cái của ta. Thế nào là lìa bỏ ta và cái của ta? Là lìa bỏ hai pháp chủ thể và đối tượng. Thế nào là lìa bỏ hai pháp chủ thể và đối tượng? Là chẳng nghĩ tưởng các pháp bên trong và bên ngoài, nhất tâm thực hành bình đẳng. Thế nào là bình đẳng? Là ngã bình đẳng, Niết bàn bình đẳng. Tại sao như vậy? Ngã và Niết bàn cả hai đều Không. Vì sao mà Không? Vì chỉ là danh tự nên Không. Hai pháp nhị biên này không thể kiến lập, không có tự tánh quyết định. Thấy được tánh bình đẳng như vậy thì không phân biệt giữa bệnh và Không, nên không có bệnh gì nữa.

Có còn là chỉ có cái bệnh về Không. Nhưng cái bệnh về Không cũng Không. Bồ tát có bệnh này lấy cái không chỗ thọ mà thọ nhận các thọ. Chưa đầy đủ Phật pháp thì cũng không diệt cái thọ mà thủ chứng vậy."

Mọi bệnh sanh ra từ chấp ngã và chấp pháp, từ cái ta và cái của ta. Có cái ta thì có cái của ta, có cái ta làm chủ thể thì có đối tượng của ta là thế giới sanh tử.

Để xóa bỏ sự chia cắt phân biệt này thì phải "nhất tâm thực hành bình đẳng". Bản tánh của mọi sự, từ ngã cho đến Niết bàn và bình đẳng. Tánh bình đẳng là tánh Không. Khi "thấy được tánh bình đẳng (là tánh Không) như vậy, thì không phân biệt giữa bệnh và Không, nên không còn bệnh gì nữa".
Căn bệnh của mọi thứ bệnh là bệnh sanh tử. "Không phân biệt giữa bệnh và Không, nên không còn bệnh gì nữa". Khi căn bệnh sanh tử đã là Không, sanh tử đã là Không, nghĩa là

sanh tử chưa từng có, chưa từng sanh, thì không còn bệnh gì nữa.

Nhưng Bồ tát "có còn là chỉ có cái bệnh về Không". Cái bệnh về Không là "thủ chứng" Không mà bỏ chúng sanh. Cho nên Bồ tát phải quán "cái bệnh về Không", cái bệnh muốn thủ chứng Không, cũng là Không. Trong mười sáu cái Không được nói trong các kinh Bát nhã ba la mật, thì đây là Không Không vậy. Không Không là cái Không cũng là Không

Nhưng không thủ chứng Không, vẫn ở trong sanh tử với chúng sanh, nên Bồ tát vẫn còn phải chịu "biến dịch sanh tử". "Biến dịch sanh tử" của Bồ tát vẫn còn là bệnh vi tế, nhưng so với chúng sanh thì bệnh của chúng sanh là "phần đoạn sanh tử", nặng nề khổ đau hơn rất nhiều.

Cho nên, "vì chúng sanh có bệnh nên tôi bệnh" cần được hiểu không phải bệnh của Bồ tát chỉ là đại bi đối với chúng sanh, mà còn là bệnh "biến dịch sanh tử" của chính Bồ tát vì nguyện hứa ở lại trong sanh tử để cứu giúp chúng sanh.

"Nếu thân có khổ, bèn nghĩ đến chúng sanh trong các nẻo xấu số mà khởi lòng đại bi. Ta đã điều phục, cũng phải điều phục cho tất cả chúng sanh. Chỉ trừ bỏ bệnh mà chẳng trừ pháp. Vì đoạn trừ gốc bệnh mà hướng dẫn chỉ dạy chúng sanh.

Sao gọi là gốc bệnh? Tức là có phan duyên. Khi nào có phan duyên, đó là gốc bệnh. Phan duyên cái gì? Đó là ba cõi. Làm thế nào đoạn dứt phan duyên? Hãy dùng không chỗ đắc. Khi không chỗ đắc thì không có phan duyên. Sao gọi là không chỗ đắc? Đó là lìa hai kiến

chấp. Sao gọi là hai kiến chấp? Là kiến chấp bên trong và kiến chấp bên ngoài, cả hai đều không chỗ đắc".

Ở trong sanh tử bèn biết có bệnh khổ. Lúc ấy nghĩ đến chúng sanh trong sáu nẻo chịu khổ đau không dứt mà đau đớn thay họ không biết là họ đang khổ và cũng không biết làm sao để chấm dứt khổ. Khi thấy khổ đang bao vây sáu nẻo sanh tử luân hồi, Bồ tát tự nhiên khởi lòng đại bi điều phục cứu giúp chúng sanh, và chính lòng đại bi này là động lực để Bồ tát đi trên con đường tự giác, giác tha.

Chữa căn bệnh sanh tử khổ đau này bằng tánh Không vô ngã vô pháp, bằng tánh Không không chỗ đắc. Bởi vì chính sự phan duyên, duyên theo vịn níu mà tạo ra ba cõi. Duyên níu theo bên trong thì chấp vào tâm là có thật; duyên níu theo bên ngoài thì chấp là thế giới sanh tử là có thật. Càng duyên níu theo bao nhiêu thì tâm - cảnh vốn Không lại trở thành có thật bấy nhiêu, khổ đau càng lớn theo bấy nhiêu.

Cho nên "hãy dùng không chỗ đắc", tức là an trụ vào tánh Không không chỗ đắc. Trụ vào thật tướng tánh Không không chỗ đắc được bao nhiêu thì thật tướng ấy càng hiển lộ bấy nhiêu, và giả tướng của sanh tử khổ đau càng tan rã bấy nhiêu.

3. Trí huệ và đại bi để lìa lòng bi ái kiến

"Bồ tát có bệnh lại nghĩ như vầy: Như bệnh của tôi đây không thật, không có; bệnh của chúng sanh cũng không thật, không có. Khi quán sát như vậy mà đối với chúng sanh nếu khởi lên lòng bi ái kiến thì phải xả bỏ ngay. Vì sao thế? Bồ tát đoạn trừ phiền não khách trần mà khởi đại bi, còn lòng bi ái kiến thì đối

với sanh tử và tái sanh có lòng chán mệt. Nếu lìa ái kiến thì không có tâm chán mệt, tái sanh nơi nào cũng không bị ái kiến che đậy. Tái sanh như vậy thì giống như một sự giải thoát, mới có thể vì chúng sanh nói pháp mà giải thoát cho họ".

Con đường Bồ tát thì trí huệ và đại bi luôn luôn đi kèm nhau. Trí huệ nhờ đại bi mà mở rộng đến tất cả chúng sanh và trở thành cụ thể để có thể sống trong sanh tử. Và đại bi nhờ trí huệ mà khỏi sa vào lòng bi ái kiến, giải thoát khỏi sanh tử và cả chúng sanh: "Đã biết gốc bệnh, liền trừ tưởng ngã và tưởng chúng sanh".

Thấy bệnh của chúng sanh bèn khởi lòng bi, nhưng nếu không nhờ trí huệ để thấy, "như bệnh của tôi đây không thật, không có; bệnh của chúng sanh cũng không thật, không có" thì cho bệnh là thật, bệnh của chúng sanh là thật, và như vậy là lòng bi ái kiến.

Lòng bi ái kiến là không đoạn trừ được phiền não khách trần mà khởi đại bi. Phiền não khách trần là phiền não phát sanh từ khách trần, cho rằng các hình tướng khách trần của sanh tử là có thật. Đây là sự chấp pháp, cho là có thật các hình tướng khách trần do các giác quan mang đến. Khi bị các hình tướng khách trần của sanh tử làm cho phiền não thì đây là lòng bi ái kiến. "Lòng bi ái kiến thì đối với sanh tử và tái sanh có lòng chán mệt".
Nếu không cho khách trần sanh tử là thật để bị chướng ngại, không có lòng bi ái kiến, thì "tái sanh như vậy thì giống như một sự giải thoát, mới có thể vì chúng sanh nói pháp mà giải thoát sự trói buộc cho họ".

"Thế nên Bồ tát không nên khởi sanh sự trói buộc.

Sao gọi là trói buộc? Sao gọi là giải thoát? Tham đắm vào giải thoát khỏi thế gian mà không dùng phương tiện giải thoát là sự trói buộc của Bồ tát. Dấn thân vào cuộc đời thế gian mà dùng đầy đủ phương tiện giải thoát là sự giải thoát của Bồ tát. Kinh nghiệm mùi vị thiền định mà không thiện xảo trong phương tiện giải thoát là trói buộc. Kinh nghiệm mùi vị thiền định mà thiện xảo trong phương tiện giải thoát là giải thoát.

Trí huệ không hội nhập với phương tiện giải thoát là trói buộc; trí huệ hội nhập với phương tiện giải thoát là giải thoát. Phương tiện giải thoát không hội nhập với trí huệ là trói buộc; phương tiện giải thoát hội nhập với trí huệ là giải thoát".

Đối với con đường Trung đạo tự giác - giác tha của Bồ tát, tham đắm vào sự giải thoát khỏi thế gian, say sưa với kinh nghiệm mùi vị thiền định, là bị trói buộc. Bị trói buộc vì chỉ hướng về một bên, không đi Trung đạo, bởi vì theo kinh nói, là do "không có phương tiện giải thoát".

Có hai yếu tố ở đây là trí huệ và phương tiện giải thoát, cả hai phải hội nhập với nhau thì mới khỏi bị trói buộc và như vậy hành Bồ tát đạo mới gọi là giải thoát.
"Sao gọi là trí huệ không có phương tiện thì trói buộc? Trí huệ không hội nhập với phương tiện, chỉ tập trung vào Không, Vô tướng, Vô nguyện, được thúc đẩy bởi động cơ là lòng bi ái kiến, không tập trung vào sự trau dồi các tướng tốt, sự trang nghiêm cõi Phật và sự thành tựu cho chúng sanh. Đó là sự trói buộc của trí huệ không có phương tiện.

Sao gọi là trí huệ có phương tiện thì giải thoát? Trí huệ hội nhập với phương tiện được

thúc đẩy bởi động cơ là đại bi và như vậy tập trung vào sự trau dồi các tướng tốt, sự trang nghiêm cõi Phật và sự thành tựu cho chúng sanh mà vẫn luôn luôn ở trong Không, Vô tướng, Vô nguyện. Đó là sự giải thoát của trí huệ có phương tiện".

Trí huệ nếu chỉ tập trung vào Không, Vô tướng, Vô nguyện, tức là chỉ tập trung vào tánh Không, có động cơ là lòng bi ái kiến, bèn mệt mỏi chán ngán sanh tử, mà không tập trung vào công đức, tức là trau dồi ba mươi hai tướng tốt của Phật, trang nghiêm cõi Phật và thành tựu cho chúng sanh thì gọi là trí huệ không có phương tiện.

Con đường thành Phật bắt đầu bằng tích tập công đức và tích tập trí huệ và chấm dứt khi hai sự tích tập ấy đầy đủ trọn vẹn, nên một vị Phật được gọi là Lưỡng Túc Tôn (Bậc đầy đủ hai sự tích tập).

Sự tích tập công đức, và cả tích tập trí huệ được làm ở cõi sanh tử nơi có tất cả chúng sanh với động cơ là đại bi. Chính nơi sanh tử, trong phiền não của chúng sanh mà Bồ tát tích tập công đức và trí huệ. Thế nên sanh tử và chúng sanh chính là phương tiện của con đường Bồ tát, và phương tiện ấy phải luôn luôn có trí huệ tánh Không đi kèm.

Kinh nói:

"Nếu thấy cái Vô vi mà nhập chánh vị thì không còn có thể phát tâm Vô thượng Giác ngộ được nữa. Nhưng người sống giữa những cái hữu vi, trong những mỏ phiền não, dầu chưa thấy được chân lý cũng có thể phát tâm Bồ đề.

Ví như chỗ đất cao không thể sanh hoa sen. Nơi bùn lầy thấp ướt mới sanh hoa sen. Như vậy, thấy pháp vô vi rồi nhập chánh vị rốt cuộc chẳng còn sanh những phẩm tính Phật. Trong bùn lầy phiền não mới có chúng sanh khởi lên những phẩm tính Phật. Lại như gieo hạt giống giữa hư không, rốt cuộc chẳng sanh được, ở đất phân bùn thì mới tốt tươi". (phẩm Phật đạo)

Sanh tử và phiền não của chúng sanh là môi trường cho hoạt động của Bồ tát để tích tập trí huệ và tích tập công đước là như vậy.
"Sao gọi là phương tiện không có trí huệ thì trói buộc? Phương tiện không hội nhập với trí huệ mà trồng các cội công đức nhưng không hồi hướng cho giác ngộ trong khi vẫn ở trong các phiền não tham dục, sân hận, tà kiến… Đó là sự trói buộc của phương tiện không có trí huệ.

Sao gọi là phương tiện có trí huệ thì giải thoát? Phương tiện hội nhập với trí huệ mà hồi hướng các cội công đức cho giác ngộ trong khi lìa các phiền não tham dục, sân hận, tà kiến… Đó là sự giải thoát của phương tiện có trí huệ".

Phương tiện là sự tích tập công đức khi ở trong sanh tử cùng với chúng sanh. Nhưng phương tiện ở trong sanh tử cùng với chúng sanh này nếu không đi kèm với trí huệ tánh Không thì bị trói buộc, bị nhiễm ô bởi các phiền não tham dục, sân hận, tà kiến.
Trí huệ tánh Không này, như Kinh đã nói ở trên, là làm việc trong sanh tử "mà vẫn luôn luôn ở trong Không, Vô tướng, Vô nguyện". Ở trong sanh tử cùng với chúng sanh phiền não nhưng đồng thời cũng ở trong trí huệ tánh Không, Vô tướng, Vô nguyện, nghĩa là thấy sanh tử và chúng sanh là như huyễn, như

mộng. Ở đoạn kinh trên nói, "Bệnh của chúng sanh cũng không thật, không có", bệnh của chúng sanh không thật, không có, nghĩa là hình tướng gọi là chúng sanh cũng không thật, không có. Sống đồng thời cả hai mặt như thế mới khỏi bị phiền não nhiễm ô. Sống đồng thời cả hai mặt phương tiện và trí huệ như thế gọi là Trung đạo của Bồ tát. Trung đạo là đi giữa sanh tử khổ đau và Niết bàn tịch diệt.

Phẩm Quán Chúng sanh thứ Bảy nói:
"Bấy giờ, ngài Văn Thù Sư Lợi hỏi trưởng giả Duy Ma Cật rằng: Bồ tát nhìn chúng sanh như thế nào?

Duy Ma Cật đáp: Ví như nhà huyễn thuật thấy người huyễn do mình biến hóa ra, Bồ tát thấy chúng sanh cũng như vậy.
Như người trí thấy mặt trăng trong nước. Như trong gương thấy mặt mình. Như ảo ảnh nơi hơi nóng bốc lên. Như vang của tiếng. Như sự dừng lâu của tia chớp. Như đại thứ năm. Như uẩn thứ sáu. Như căn thứ bảy… Như dấu chim bay trong không. Như đứa con của người đàn bà vô sanh. Như phiền não của người do huyễn thuật hóa ra. Như cảnh mộng khi đã thức…".

Tóm lại, động cơ của cuộc đời Bồ tát là Đại Bi vì chúng sanh, nhưng đại bi ấy không sa vào lòng bi ái kiến đưa đến sự mệt mỏi chán ngán với sanh tử và chúng sanh là nhờ song hành cùng với Trí Huệ thấy sanh tử và chúng sanh như mộng, như huyễn. Và cũng nhờ tánh Không mà lòng bi có thể xuyên suốt qua những cõi sanh tử và chúng sanh một cách vô ngại để trở thành Đại Bi

THIỀN ĐỊNH
MỘT PHƯƠNG PHÁP BIẾN CẢI TÂM LINH
(Tiếp Theo Tập San Phật Học Số 47)

ĐỨC DALAI LAMA
URGYEN SANGHARAKSHITA
HOANG PHONG dịch

Bài 4

Trong Phật giáo có năm phép luyện tập thiền định căn bản, mỗi phép là một liều thuốc hóa giải một trong năm độc tố " [tâm thần] là sự xao lãng, giận dữ, kiêu hãnh, thèm khát và vô minh

Sự Xao lãng

Trước hết chúng ta hãy tìm hiểu xem độc tố này là gì. Xao lãng là xu hướng của tâm thức nhảy hết chuyện này sang chuyện khác. Đấy cũng là trường hợp của những người có tâm thức giống như con cào cào hay con bướm, không sao có thể dừng lại với bất cứ một thứ gì, dù chỉ trong một khoảnh khắc. Câu thơ nổi tiếng sau đây của T.S. Eliot *(Thomas Stearns Eliot, 1888-1965, thi hào người Anh gốc Mỹ, đoạt giải Nobel văn chương năm 1948)*: *"Giải khuây trước sự xao lãng bằng sự xao lãng" (Distracted from distraction by distraction/distrait de la distraction par la distraction)* nói lên thật ngắn gọn cuộc sống trong xã hội ngày nay: một chuỗi nối tiếp không ngưng nghỉ - hết ngày này sang ngày khác, hết tuần này sang tuần khác - giữa những sự *"giải khuây trước sự xao lãng bằng sự xao lãng"*. Liều thuốc hóa giải sự xao lãng trong cảnh huống đó - ít nhất là đối

với lãnh vực tâm thần - là sự phép chú tâm vào hơi thở. Sự tập trung thật mạnh hướng vào sự hô hấp của mình là một phương tiện rất hiệu nghiệm có thể hóa giải được tất cả mọi hình thức xao lãng.

Sự Giận dữ

Độc tố thứ hai là sự giận dữ. Liều thuốc hóa giải sự giận dữ tương đối khá giản dị. Đó là *Metta bhavana ("Lòng nhân ái vô biên")*, một phép thiền định giúp khơi động lòng nhân ái *(từ tâm)* bao la, một phép luyện tập thật tuyệt vời, thế nhưng tiếc thay một số người trong chúng ta lại cho là vô cùng khó khăn. Nhiều người qua kinh nghiệm riêng của mình đều công nhận phép luyện tập này đôi khi cũng có thể làm tan biến được phần nào các xúc cảm tiêu cực của mình, nhất là đối với sự giận dữ. Phép thiền định *Metta bhavana* sẽ giúp chúng ta làm gia tăng sự chú tâm, phát huy tình thương yêu và lòng nhiệt tâm đối với tất cả chúng sinh. Đó chính là cách làm tan biến độc tố của sự giận dữ.

Sự Thèm khát

Độc tố thứ ba là sự thèm khát. Dưới một góc nhìn nào đó thì độc tố này vô cùng nguy hiểm. Độc tố đó không nhất thiết chỉ đơn giản là một sự "mong muốn" mà là một thứ mong muốn dưới hình thức một sự "bấn loạn thần kinh" (neurotic desire) *(nguyên nhân của sự thèm khát rất sâu kín, đó là các hình thức dục bản năng. Những sự thúc dục đó hiện ra trong cuộc*

sống thường nhật dưới hình thức đòi hỏi và nhu cầu tự nhiên, thế nhưng nếu chúng ta đẩy các các thứ đòi hỏi và nhu cầu đó quá xa thì chúng sẽ có thể trở thành những sự thèm khát bệnh hoạn). Hãy lấy thí dụ về miếng ăn - hay thức ăn thường nhật. Tất cả chúng ta đều muốn ăn và thích ăn, điều đó rất tự nhiên và lành mạnh *(bản năng sinh tồn thúc đẩy sự thích ăn và muốn ăn, sự thúc đẩy đó cần thiết để duy trì sự sống)*. Thế nhưng sự ham muốn miếng ăn sẽ trở thành một hình thức bấn loạn thần kinh khi chúng ta tìm cách biến thức ăn thành một thứ thay thế cho các đòi hỏi khác mang tính cách tâm thần hay xúc cảm *(ăn thì phải thật ngon, các thức ăn phải cầu kỳ, ăn trong một khung cảnh sang trọng, có người hầu, có ca hát giúp vui, phải có rượu ngon để uống kèm, đó là các hình thức "tô điểm " miếng ăn, mang lại một sự thỏa mãn tối đa trước sự đòi hỏi tự nhiên của bản năng sinh tồn. Sự đòi hỏi một sự thỏa mãn tối đa vượt ra ngoài nhu cầu đơn giản của sự sinh tồn sẽ trở thành một sự "thèm khát bệnh hoạn")*. Mới chiều hôm qua tôi được đọc một bài báo trong một tập san phụ nữ cho biết là nhiều độc giả từng viết thư cho biết cứ mỗi khi phải đối đầu với các khó khăn về mặt xúc cảm thì họ cảm thấy thèm ăn bánh kẹo và cứ thế mà ăn liên hồi, không sao dừng lại được. Sự thèm ăn đó mang tính cách bấn loạn thần kinh, nói một cách khác thì đấy là sự "thèm khát " *(đó là cách tìm một sự thỏa mãn dễ dãi để che lấp một sự thèm khát sâu kín hơn đang khuấy động mình.*

Nghe nhạc liên miên, xem hát, chơi các trò chơi điện tử cũng là cách che lấp các khó khăn sâu kín của mình. Cố gắng làm việc để có miếng ăn là một sự "mong muốn" lành mạnh, một phương tiện mang lại sự thỏa mãn trước các đòi hỏi của bản năng sinh tồn. Mưu mô, tính toán, lường gạt, xả thân để làm giàu bằng mọi cách, sẽ biến mình trở thành con mồi của sự thèm khát bệnh hoạn, ẩn nấp phía sau bản năng sinh tồn).

Như chúng ta thấy trên đây sự thèm khát rất dễ nhận thấy, thế nhưng lại tạo ra cả một vấn đề khó khăn thật to lớn, nhất là trong thời đại của chúng ta. Trong các xã hội ngày nay có một thứ kỹ nghệ khổng lồ nhằm vào chủ đích khích động sự thèm khát của chúng ta. Thật hết sức hiển nhiên, đó là kỹ nghệ quảng cáo. Dù cho chúng ta có gán cho cái kỹ nghệ đó một cái tên gọi nào khác thì chủ đích của nó vẫn là tìm cách thuyết phục chúng ta nhất định phải có cái này hay cái kia cho bằng được - dù chúng ta ý thức hay không ý thức được sự cần thiết của các thứ ấy thì cũng vậy. Chúng ta có thể bảo rằng quảng cáo là một trong số các nghề đi ngược lại với bất cứ một hình thức đạo đức nào *(bị thu hút bởi quảng cáo - trá hình hay lộ liễu - là một hình thức đánh lạc hướng các nhu cầu bản năng tự nhiên của sự sống, thế nhưng sự thu hút đó cũng có thể trở thành một sự thèm khát bệnh hoạn. Hãy nêu lên một thí dụ thật nhỏ, chẳng hạn như phấn son, trang sức, áo quần, giày dép "thật*

đẹp" và "đúng mốt ", v.v. tạo ra cho mình một sự "thu hút", một cách "quảng cáo" thân thể của mình và nuôi sống các kỹ nghệ sản xuất các thứ ấy, đấy là chưa nói đến các trường hợp quần áo hở hang, thắt chặt chỗ này, độn thêm chỗ kia, giải phẫu thẩm mỹ, v.v., đó là các hình thức "quảng cáo lường gạt")

Sự thèm khát có thể loại bỏ được bằng nhiều phương pháp luyện tập khác nhau. Con số thật lớn các liều thuốc nhằm hóa giải sự thèm khát cho thấy mối hiểm nguy thật to lớn của thứ độc tố này. Một số các liều thuốc đó mang tính cách thật khắc nghiệt, chẳng hạn như phép suy ngẫm về mười giai đoạn phân hủy của một xác chết, phương pháp này rất phổ biến trong các nước theo Phật giáo. Người ta thường cho rằng phương pháp này rất hữu hiệu, có thể chận đứng sự thèm khát dục tính, nhất là dưới các hình thức bấn loạn thần kinh *(bản năng truyền giống tạo ra cho mình sự thèm khát tính dục rất mạnh, không khác gì với sự cào cấu của một cơn đói. Sự thèm khát dục tính đó có thể tạo ra các xúc cảm bấn loạn và tiêu cực đủ loại. Phép thiền định về thân thể của người mà mình thèm muốn dưới thể dạng một xác chết đang phân hóa, có thể làm giảm bớt tình trạng bấn loạn thần kinh đó của mình. Mười sự ghê tởm - tiếng Pa-li là asubha - đối với một xác chết là: 1) uddhumataka: xác chết phình to; 2) vinilaka: xác chết xám đen hay tím ngắt; 3) vipubbaka: xác chết bốc mùi hôi; 4) vicchiddaka: xác chết bị cắt làm đôi;*

5) vikkhayitaka: xác chết bị thú vật ăn; 6) Vikkhattaka: xác chết rời ra từng phần; 7) hatavikkhitaka: xác chết bị cắt ra từng miếng; 8) lohitaka: xác chết chảy máu; 9) puluvaka: xác chết nhung nhúc dòi bọ; 10): atthika: xác chết chỉ còn lại bộ xương).

Nếu không thực hiện đến cùng được phép luyện tập này *(quá kinh sợ vì các hình ảnh tâm thần liên quan đến một xác chết)* thì cũng có một phép luyện tập khác cùng thể loại nhưng nhẹ nhàng hơn: đó là cách suy tư về việc hỏa táng. Có thể các bạn cũng đã được biết là tại Ấn- độ người ta không chôn cất người chết mà mang ra hỏa táng. Người ta thường chọn một khu đất cạnh bờ sông làm nơi hỏa táng, Các bạn nên tìm đến nơi này một mình vào lúc ban đêm và ngồi xuống thiền định. Tôi có thể quả quyết với các bạn là các nơi này, nhất là vào ban ngày, không phải là các nơi vui mắt lắm. Các mẩu xương và quần áo cháy dở vung vải khắp nơi, mùi hôi thối của thịt người chưa cháy hết bốc lên trong không khí. Thế nhưng khung cảnh đó có thể rất thuận lợi và hiệu nghiệm trong việc luyện tập thiền định về thân thể con người. Riêng đối với tôi thì tôi có thể đoan chắc với các bạn là phép luyện tập này vô cùng sinh động.

Cách nay nhiều năm trên bờ sông Hằng không xa thị trấn Lucknow, chính tôi cũng đã từng cảm nhận được cảm tính đó. Nơi này trước đây là một bãi cát trắng mênh mông dùng làm nơi hỏa táng. Đêm hôm đó vào

ngày trăng rằm, cảnh vật nhuốm một màu trắng bạc, ánh sáng trăng vừa đủ để trông thấy đây đó những đống vun lên nho nhỏ là những nơi mà người ta mới hỏa táng xong, rải rác trên mặt cát khắp nơi là các mẩu xương và các mảnh sọ người. Khung cảnh thật vắng lặng và yên tĩnh, người ta cảm thấy mình tách xa với thế giới. Cảm tính đó không phảng phất một chút xúc cảm yếm thế hay đau buồn nào cả, mà tôi còn có thể khẳng định với các bạn là xúc cảm đó thật hết sức sinh động. Như tôi vừa nói trên đây, người ta cảm thấy mình tách ra khỏi tất cả, gần như là mình vừa hoàn tất việc hỏa táng của chính mình. Sự cảm nhận đó không khỏi khiến liên tưởng đến trường hợp của một người hindu *(người Ấn)* tự đứng ra lo toan công việc hỏa táng của chính mình và tìm thấy niềm vui qua từng giai đoạn trong công việc hỏa táng đó, giúp mình trở thành một người sannyasin chính thống *(sannyasin là tiếng Phạn có nghĩa khá gần với chữ bhikkhu/tỳ-kheo trong Phật giáo, sannyasin là một người theo Ấn giáo chính thống, đã được thụ phong qua một số các nghi lễ trước một ngọn lửa thiêng nhằm giúp mình trở thành một người tu hành phiêu bạt, sống lang thang, hết thánh địa này đến thánh địa khác)*. Ý nghĩa của hành động đó là một khi đã chối bỏ thế giới để trở thành một người sannyasin thì cũng có nghĩa là mình đã chết trên phương diện dân sự *(tức là đã tách ra ngoài xã hội)*, đối với thế giới thì sự hiện hữu của mình không còn nữa. Đó là những gì phải thực hiện sau cùng trước khi khoác lên

người chiếc áo màu vàng *(của người tu hành)*. Cảm tính kết nối giữa cái chết và việc "từ bỏ [thế giới]" *(có nghĩa là đi tu)* và lòng quyết tâm gạt bỏ tất cả mọi sự "thèm khát thế tục" mang cùng một ý nghĩa như nhau

Nếu không tìm được một nghĩa địa để thiền định (điều này quả hết sức khó đối với một số người), thì cũng có một phép luyện tập khác cùng một thể loại nhưng nhẹ nhàng hơn. Đó là cách thiền định về cái chết như là một thứ gì đó không sao tránh khỏi được, nó sẽ đến đúng hẹn với mỗi người, không ai thoát khỏi nó cả. Cái chết nhất định sẽ xảy ra với mình, vậy thì tại sao lại không sống cuộc đời này của mình một cách tốt đẹp hơn. Tại sao lại dồn cả đời mình vào các sinh hoạt không đáng thực hiện? Tại sao lại cứ để mình bị lôi cuốn bởi những thứ lạc thú hạ cấp *(miserable/tầm thường, tồi tàn, vô nghĩa)* không mang lại cho mình sự thỏa mãn hay hạnh phúc lâu bền? Trên đây là cách thiền định về ý nghĩa của cái chết, và cũng là liều thuốc hóa giải sự thèm khát nói chung, dù là dưới hình thức chiếm hữu, danh vọng hay lạc thú.

Ngoài ra người ta cũng có thể thiền định về vô thường: tất cả đều phù du, không có bất cứ một thứ gì có thể kéo dài cả (kể cả thái dương hệ và từng hơi thở của chính mình), tất cả đều đổi thay trong từng khoảnh khắc một. Chúng ta phải ghi khắc trong tâm là tất cả mọi thứ sẽ đều trôi qua, chẳng khác gì

như những áng mây trên trời. Cách thiền định này cũng sẽ tạo ra các tác động tổng quát tương tự như đối với các phép thiền định mà tôi vừa trình bày trên đây. Người ta không thể nào khăng khăng bám chặt vào những thứ mà mình biết rằng sớm muộn gì mình cũng sẽ phải buông bỏ chúng.

Sau hết còn có thêm một phép luyện tập khác nữa, đó là cách suy tư về bản chất ghê tởm của miếng ăn. Tôi sẽ không nêu lên chi tiết về phép luyện tập này, bởi vì chẳng có gì là thú vị cả, đấy chỉ là một cách cố tình tạo ra như thế *(cố tình nêu lên sự ghê tởm và nguy hại của miếng ăn khiến mình không " thèm khát")*, tuy nhiên cũng khá hiệu nghiệm đối với các cô bé gái thích bánh kẹo một cách bấn loạn thần kinh *(ham ăn bánh kẹo thì sẽ béo phì, thế nhưng một người tu hành thì không được phép đánh giá một "chúng sinh" là đẹp hay xấu, mảnh mai" hay "to béo". Đây là một cách nói ý nhị và khéo léo của nhà sư Sangharakshita. Nói chung hám ăn là hình thức xung năng sơ đẳng nhưng cũng căn bản nhất của bản năng sinh tồn)*.

Trong số các phép luyện tập hóa giải sự thèm khát trên đây, các bạn phải chọn ra một phép phù hợp với mình. Nếu các bạn cảm thấy sự thèm khát của mình quá mạnh và mình thì lại cứ thích để cho sự thèm khát đó siết chặt mình trong nanh vuốt của nó, thì không nên do dự một chút nào cả: hãy cứ cắn răng tìm đến một nơi hỏa táng, và dù không trông thấy thân xác người chết

hay bất cứ một vật gì, dù chỉ là một vài mảnh xương, hầu giúp mình liên tưởng đến cái chết, thì cũng cứ làm hiện lên với mình ý nghĩ về cái chết. Một số người tập quen dần với ý nghĩ đó bằng cách nhìn vào một vài mảnh sọ hay mảnh xương *(của một con vật nào đó chẳng hạn)* trông thấy chung quanh mình *(bản năng sợ chết rất mạnh khiến nhiều người không dám nghĩ đến nó, thế nhưng đến khi nó sắp xảy ra với mình thì khi đó sẽ là cả một thảm trạng. Ý thức được cái chết cũng có nghĩa là biết nhìn vào thực trạng của chính mình một cách thẳng thắn. Sự ý thức đó sẽ giúp mình hóa giải - ít nhất cũng được một phần nào – các sự thèm khát, bám víu và đam mê của mình. Đối với người Tây phương sự ý thức đó thường được hiểu như là một sự yếm thế, nhưng đối với người Đông phương thì đấy lại là một sự can đảm và thực tế, mang lại cho mình một sự thanh thản và an vui)*.

Sau hết, các bạn có bao giờ cảm thấy sợ hãi một thứ gì đó hay không? Trong tư gia của tôi tại Highgate *(ngoại ô phía bắc thành phố Luân-đôn)*, có một cái bát cổ làm bằng sọ người đánh bóng loáng. Một hôm có một phụ nữ đến chơi và cùng uống trà, bà này tò mò muốn biết về các vật dụng của người Tây Tạng mà tôi có, bà cho biết là mình rất thích tất cả những gì của người Tây Tạng. Tôi bèn nói với bà: "Vậy bà có muốn xem vật này hay không? " và đặt ngay cái bát vào tay bà ta. Bà này suýt đánh rơi cái bát xuống đất, cứ như là bốc phải một cục than hồng, và thốt lên: "Đây là một cái sọ người mà!". Tôi

trả lời: "Đúng vậy, đây là một cái sọ người. Người dân Tây Tạng thường dùng các vật dụng như thế". Tôi muốn nói là người Tây Tạng rất thích các vật dụng làm bằng xương hay sọ người, chẳng hạn như các tràng hạt làm bằng các mảnh xương, các cái kèn làm bằng ống chân hay chén bát làm bằng sọ người. Chẳng qua vì cách nhìn cái chết của họ rất tự nhiên và bình thường. Họ không cho rằng cái chết là một thứ gì đó thật kinh hoàng hay khiếp đảm như chúng ta thường nghĩ. Phần đông trong chúng ta lớn lên với tín ngưỡng Ki-tô, và mỗi khi nghe nói đến "cái chết " thì cảm thấy lạnh cả xương sống. Phật giáo không nhìn vào cái chết như vậy. Đối với Phật giáo, cái chết là một cái gì đó thật tự nhiên như chính sự sống. Để nói lên điều này, tôi xin trích dẫn câu thơ tuyệt đẹp của một thi hào cận đại người Bengali *(người Ấn sinh sống trong vùng Bengal, đông bắc bán lục địa*
Ấn-độ, cũng mạn phép nói thêm là nhà sư Sangharakshita cũng là một thi sĩ với nhiều tác phẩm rất sâu sắc) là Tagore: "Tôi hiểu rằng tôi sẽ yêu cái chết chẳng khác gì như đang yêu sự sống". Thi hào Tagore xem sự sống và cái chết cũng chỉ là hai mặt của cùng một sự vật, vì thế nếu các bạn yêu sự sống thì cũng nên yêu cả cái chết. Điều đó có vẻ là một sự nghịch lý, thế nhưng quả đúng là như vậy.

Sự Kiêu hãnh

Độc tố thứ tư là sự kiêu hãnh (pridefulness/orgueil). Độc tố này thường

được hiểu như là một thứ cảm tính tự hào "hay tự phụ" (self-regard/fierté), thế nhưng theo tôi thì nên xem cảm tính này là một sự "kiêu hãnh". Qua kinh nghiệm cá nhân của mỗi người thì bất cứ ai trong chúng ta cũng đã từng cảm thấy đôi chút kiêu hãnh về chính mình, do vậy nên tôi chẳng cần phải nói thêm gì cả. Sự kiêu hãnh có thể hiểu như là một sự cảm nhận của chính mình về một cái tôi *(cái ngã)* tách ra khỏi chính mình, thế nhưng không phải chỉ đơn giản là một sự tách rời mà là cả một sự cô lập hóa, thế nhưng cũng không phải chỉ đơn giản là một sự cô lập hóa mà là một sự cô lập hóa thuộc vào một cấp bậc cao hơn.

Liều thuốc hóa giải độc tố kiêu hãnh là phép thiền định về sáu thành phần: đất, nước, lửa, khí, ether hay không gian (tiếng Phạn là aksha) và tri thức.

Vậy cách luyện tập về phép thiền định về sáu thành phần là như thế nào? Trước hết là ngẫm nghĩ về thành phần đất. Chúng ta suy nghĩ như thế này: "Trong thân thể vật lý *(thân xác vật chất)* của tôi có thành phần cứng là đất", chẳng hạn như thịt, xương, v.v. Vậy thành phần đất đó từ đâu đến đây? Nó đến từ thành phần đất của vũ trụ, nói một cách khác là các chất cứng trong vũ trụ. Khi tôi chết thì thịt, xương, v.v. của tôi sẽ tan rã và sẽ trở về với thành phần đất của vũ trụ: tro hóa thành tro, bụi bặm hóa thành bụi bặm!". Cứ hãy suy tư và ngẫm nghĩ như thế dù đấy chỉ là vài nét đại cương,

bởi vì phép thiền định này trên thực tế khúc triết hơn thế rất nhiều.

Đến đây chúng ta sẽ thiền định về thành phần nước. Chúng ta hãy suy nghĩ như thế này: "Bên trong tôi có máu, mồ hôi, nước mắt, v.v. đó là thành phần nước. Vậy thành phần nước đó từ đâu đến đây để tụ lại trong tôi như thế này? Nước nào có phải là của tôi đâu, nó không thật sự là của tôi. Nó đến từ nước trong môi trường chung quanh tôi: nào là nước mưa, biển cả, sông ngòi... Một ngày nào đó tôi sẽ phải trao trả nó. Một ngày nào đó thành phần nước trong tôi sẽ cùng chảy với thành phần nước của cả vũ trụ nảy".

Tiếp theo chúng ta sẽ thiền định về thành phần lửa, tinh tế hơn so với các thành phần đất và nước. Chúng ta hãy suy nghĩ như thế này: Trong tôi có hơi nóng. Hơi nóng ấy từ đâu đến? Nguồn gốc to lớn tạo ra hơi nóng trong toàn thể thái dương hệ là gì? Đó là mặt trời. Không có mặt trời thì thái dương hệ sẽ tối om và giá buốt. Hơi nóng trong tôi phát sinh từ nguồn năng lượng đó *(nhiều người - trong số đó kể cả một số khoa học gia - cho rằng hơi nóng trong cơ thể là do sự chuyển hóa sinh học của các tế bào tạo ra, thế nhưng phải hiểu rằng các tế bào tự chúng cũng phải nhờ vào nguyên liệu là thức ăn thực vật để tạo ra hơi nóng, và thực vật thì phải nhờ vào sức nóng và ánh sáng mặt trời để sinh sôi và phát triển)*. Khi tôi chết, chuyện gì sẽ xảy ra? Hơi nóng là một trong các thứ cuối cùng rời khỏi thân xác, bắt đầu

từ tứ chi và sau cùng chỉ còn lại một điểm ấm thật nhỏ trên đỉnh đầu. Khi điểm ấm này biến mất thì tôi chết. Thành phần nóng trước đây trong tôi sẽ quay trở lại với khối trữ lượng hơi nóng và ánh sáng của vũ trụ. Thiền định về thành phần lửa là như vậy, tức là phải suy nghĩ rằng hơi nóng là một thứ vay mượn và sẽ phải hoàn trả nó.

Sau đó chúng ta lại tiếp tục suy nghĩ về thành phần khí: "Vậy trong tôi thành phần khí là gì? Đó là không khí trong phổi. Tôi hấp thụ nó và hoàn trả nó qua từng khoảnh khắc một. Nó không thật sự là của tôi, nhờ sự hô hấp mà tôi có nó qua từng khoảnh khắc thật ngắn mà thôi. Tôi vẫn còn tiếp tục hít vào và thở ra, và lại hít vào rồi lại thở ra cho đến một ngày nào đó, tôi sẽ không còn hít vào nữa. Tôi hoàn trả sự hô hấp của tôi và tôi chết. Sự hô hấp trước đây sẽ không còn là của tôi nữa, kể cả trong lúc này nó cũng chẳng phải là của tôi".

Đến đây chúng ta lại tiếp tục thiền định về ether tức là không gian. Chúng ta hãy suy nghĩ như thế này: "Thân xác vật chất của tôi chiếm hữu một phần không gian nào đó. Thế nhưng khi thân xác này của tôi tan rã thì cái khoảng không gian giới hạn mà nó chiếm hữu trước kia sẽ trở thành như thế nào? Nó sẽ hòa lẫn với không gian vô tận chung quanh tôi, nói một cách khác là nó biến mất".

Sau hết những gì sẽ xảy ra với tri thức? Chúng ta hãy suy nghĩ như thế này: "Trong

hiện tại thì tri thức tôi liên kết với thân xác vật chất của tôi và cả cái phần không gian mà nó chiếm hữu. Khi cái thân xác đó chấm dứt sự hiện hữu của nó, và cái không gian mà nó chiếm hữu trước đây đã hòa lẫn với không gian vô tận, thì cái tri thức giới hạn đó sẽ trở thành như thế nào Nó cũng sẽ trở thành vô tận. Nó sẽ được tự do. Khi tôi chết trên phương diện vật lý *(thể xác)* thì vào lúc đó tôi sẽ cảm nhận được cái tri thức vô tận ấy trong một khoảnh khắc thật ngắn.

Khi tôi chết trên phương diện tâm linh thì tri thức của tôi sẽ vượt lên trên tất cả các biên giới, dù các biên giới ấy là gì cũng vậy *(kể cả không gian và thời gian)*, và tôi sẽ cảm nhận được một sự tự do hoàn toàn *(tức là sự Giải thoát)*. Đấy là cách thiền định về tri thức *(tức là một sự luyện tập trong hiện tại giúp mình "quen dần" với quá trình diễn tiến đó của dòng tri thức mình trong giai đoạn "trung gian" sẽ xảy ra sau này giữa cái chết và sự tái sinh của mình. Trong sự diễn tiến của quá trình đó, khi cái chết tâm linh xảy ra, thì nhờ vào sự luyện tập trước đây mình sẽ cảm nhận được sự trống không tuyệt đối của tri thức vô tận hầu hòa nhập với nó, và đó chính là sự giải thoát, không rơi trở lại với cái tôi trần tục của mình trước đây qua sự tái sinh)*.

Trên đây chỉ là một cách giải thích vắn tắt thế nhưng cũng có thể mang lại cho các bạn một ý niệm nào đó về phương pháp thiền định về sáu thành phần: đất, nước, lửa, khí, không gian và tri thức. Đó là cách mà chúng

ta sử dụng liều thuốc hóa giải sự kiêu hãnh. Chúng ta sẽ tuần tự tách ra khỏi thân xác vật chất gồm các thành phần thô thiển và cả phần không gian mà nó từng chiếm hữu, cùng với tri thức giới hạn liên kết với cái thân xác đó và luôn cả phần không gian mà nó từng chiếm hữu trước đó *("tri thức giới hạn" có nghĩa là tri thức vẫn còn ở trong tình trạng liên kết và lệ thuộc vào thân xác và cả phần không gian mà thân xác chiếm hữu)*. Đó là cách mà người ta trở thành hoàn toàn tự do: có nghĩa là đạt được sự Giác Ngộ.

Vô minh

Độc tố thứ năm là vô minh, và trong trường hợp này thì có nghĩa là vô minh tâm thức, tức là tâm thức không nhận biết được Hiện Thực là gì. Qua một góc nhìn nào đó thì cũng có thể bảo rằng vô minh chính là sự ô nhiễm căn bản *(tức là nghiệp ghi khắc và tồn lưu trên dòng tri thức mình)*. Liều thuốc hóa giải sự ô nhiễm đó *(tức là nghiệp hay tình trạng vô minh của tâm thức)* là phép thiền định về các mối dây trói buộc " (nidana) của sự tạo tác do-điều-kiện-mà-có *(nidana là các cái "khoen" kết nối với nhau tạo thành một sợi dây xích buộc chặt con người trong cõi luân hồi, kinh sách Hán ngữ gọi là "Thập nhị nhân duyên". Cõi luân hồi tức là "thế giới hiện tượng" hiện ra chung quanh chúng ta, trong đó tất cả mọi sự hiện hữu, kể cả chính mình, đều nhất thiết phải tương kết với nhau tức là phải lệ thuộc vào nhau để mà có, nói một*

cách khác thì đấy là các sự tạo tác lệ thuộc vào thật nhiều điều kiện (conditioned co-production / interdependence / pratityasamutpada), Có tất cả hai mươi bốn mối dây trói buộc, mười hai mối dây thứ nhất là các mối dây thế tục, tạo ra sự hiện hữu luân hồi *(xoay tròn bất tận trong thế giới hiện tượng xuyên qua 12 nguyên nhân và hậu quả)*. Mười hai mối dây thứ hai thuộc lãnh vực tâm linh, tạo ra sự hiện hữu theo cách xoắn ốc *(vừa xoay tròn vừa hướng lên cao đưa đến sự Giải Thoát)*. Mười hai mối dây đầu tiên biểu trưng cho "Bánh xe của sự sống" *(cõi luân hồi)*. Mười hai mối dây thứ hai biểu trưng cho các giai đoạn trên con đường [tu tập đưa đến sự Giải Thoát]. Nhóm thứ nhất mang tính cách tác động *(reactive, tạo ra nghiệp)*. Nhóm thứ hai mang tính cách sáng tạo *(creative, đưa đến sự Giải Thoát) (đây là cách giải thích ngắn gọn nhưng vô cùng sâu sắc của nhà sư Sangharakshita về khái niệm "Mười hai mối dây trói buộc" chúng sinh trong cõi luân hồi. Khái niệm này thật ra gồm 24 mối dây tất cả: 12 mối dây đầu tiên mang tính cách nô lệ trong đó mối dây thứ nhất là vô mình, và mười hai mối tháo gỡ trong đó mối dây cuối cùng là sự Giải Thoát. Nhà sư Sangharakshita gọi nhóm thứ nhất là nhóm "tác động" tức là các sự thúc đẩy dây chuyền đưa đến sự tạo nghiệp, một sự xoay vần biểu trưng bởi "Bánh xe của sự sống"; nhóm thứ hai là "nhóm sáng tạo" nói lên một sự quyết tâm, một sự tu tập, tạo ra một sự tháo gỡ tuần tự, và mối tháo gỡ cuối cùng là thể*

dạng vô minh trong tâm thức mang lại cho mình sự Giải Thoát).

Trên đây là năm phép thiền định căn bản: chú tâm vào hơi thở là liều thuốc hóa giải sự xao lãng; phát huy lòng nhân ái vô biên là liều thuốc hóa giải sự giận dữ; thiền định về vô thường, cái chết, sự ô uế, v.v., là liều thuốc hóa giải sự thèm khát; thiền định về sáu thành phần là liều thuốc hóa giải sự kiêu hãnh; và sau hết là thiền định về các *nidana*, là liều thuốc hóa giải các thể dạng vô minh tâm thần [đưa đến sự Giải Thoát].

Bài 5
Sự nhận thức điên loạn và sự nhận thức đúng đắn

Vậy sự nhận thức điên loạn (alienated awareness) và sự nhận thức đúng đắn là gì? Sự nhận thức hòa nhập (integrated awareness) là gì? Sự nhận thức này hòa nhập với cái gì? Khi nào chúng ta giải đáp thỏa đáng được các thắc mắc ấy thì bản chất khác biệt giữa "sự nhận thức điên loạn" và "sự nhận thức hòa nhập" sẽ hiện ra rõ rệt hơn.

Một cách vắn tắt, chúng ta có thể bảo rằng sự "nhận thức điên loạn" là sự nhận thức về chính mình, thế nhưng bên trong sự nhận thức đó chúng ta không thật sự cảm nhận được con người của mình, có nghĩa là trong sự nhận thức đó chúng ta không thật sự cảm nhận được các cảm giác và xúc cảm của mình. Ở thể dạng cao nhất của nó, sự

nhận thức điên loạn là một sự nhận thức về thể dạng phi-cảm-nhận về con người của mình (our own non-experience of ourselves). Có thể bảo đấy là một sự nhận thức về mình nhưng mình thì lại dường như "không có ở đó", điều này quả hết sức phi lý *(ý thức được là mình, cái tôi của mình, thế nhưng đầu óc thì hoang mang và xao lãng, không cảm nhận được thật sự những gì đang xảy ra trên thân thể mình và trong tâm thần mình)*. Thật hiển nhiên, rơi vào tình trạng đó thật hết sức nguy hiểm. Sự ý thức điên loạn đó có thể đi kèm với các triệu chứng đủ loại trên thân thể, tất cả các triệu chứng này đều trầm trọng, chẳng hạn như các cơn nhức đầu khủng khiếp. Triệu chứng nhức đầu càng dễ xảy ra hơn khi chúng ta cố tình làm gia tăng sự nhận thức điên loạn của mình bằng cách cho rằng triệu chứng đó là do sự cố gắng luyện tập chú tâm của mình tạo ra (tuy nhiên tôi không có ý nói rằng là tất cả các triệu chứng nhức đầu trong khi thiền định đều là do sự nhận thức điên loạn gây ra).

Sự nhận thức hòa nhập *(ntegrated awareness, tức là sự nhận thức ngược lại với sự nhận thức điên loạn/alienated awareness)* là một sự nhận thức về mình, thế nhưng đồng thời qua sự nhận thức đó mình cũng cảm nhận được cùng một lúc cả con người của mình. Sự cảm nhận đó về chính mình có thể là tích cực hay tiêu cực, có nghĩa là mình đang ở trong một trạng thái tâm thần mang tính cách tích cực hay tiêu cực. Nếu đang ở trong trạng thái tâm thần tiêu cực thì sự tiêu

cực đó cũng sẽ được giải tỏa, bởi vì một khi cứ tự để mình cảm nhận được sự tiêu cực đó của mình thì mình cũng sẽ ý thức được tình trạng đó [để biến cải nó].

(Các phần trên đây là cách định nghĩa về sự "nhận thức" hay "ý thức" về chính mình. Sự nhận thức đó gồm có hai thể dạng. Thể dạng thứ nhất là sự nhận thức điên loạn (alienated awareness), có thể hiểu như là một sự "xao lãng tâm thần", không ý thức được mình là gì, đang là như thế nào, điều này cũng có nghĩa là "ý thức" được cái tôi của mình, thế nhưng mình không "cảm nhận" được cũng không "nhận thức" được một cách chính xác con người của mình đang là như thế nào, trong trạng thái tâm thần nào. Thể dạng thứ hai là sự nhận thức hòa nhập (integrated awareness) là một sự tập trung tâm thần cao độ, kết hợp cùng lúc cả hai khả năng "cảm nhận" (experience) và "nhận thức" (awareness), mang lại cho mình một sự ý thức sắc bén về thực trạng con người của mình, Sự nhận thức này cũng chính là điều kiện căn bản và tiên khởi nhất trong phép luyện tập về sự chú tâm).

Ba cấp bậc của sự cảm nhận và nhận thức

Tuy nhiên một số người trong chúng ta có thể không phân biệt rõ ràng được sự khác biệt trên đây *(giữa hai thể dạng nhận thức điên loạn và nhận thức hòa nhập)* qua các cảm kinh nghiệm cảm nhận riêng tư của mình. Vậy chúng ta hãy tìm hiểu thêm về sự

khác biệt này qua một góc nhìn khác hơn với một vài thay đổi nhỏ. Đó là cách phân biệt sự cảm nhận của mình theo ba cấp bậc hay mức độ khác nhau. Cấp bậc thứ nhất là cấp bậc cảm-nhận (experience) phi- nhận-thức (without awareness) *(cảm nhận nhưng không có một sự nhận thức hay ý thức chính xác nào về sự cảm nhận đó của mình)*. [Trên thực tế] chúng ta gần như thường xuyên ở trong tình trạng này. Chúng ta cảm thấy hạnh phúc hay buồn khổ, đớn đau hay hân hoan, thương yêu hay hận thù, thế nhưng lại không thực sự hiểu được hay hoàn toàn nhận thức được *(ý thức được hay nhận biết được)* sự kiện chính con người của mình đang cảm nhận các thứ ấy. [Trong trường hợp này sẽ] không có một sự nhận thức nào cả, mà chỉ đơn giản là các cảm giác hay các cảm tính [hiện ra với mình] mà thôi. Chúng ta hoàn toàn bị lạc hướng trước các sự cảm nhận đó của mình. Chẳng hạn như rơi vào một cơn thịnh nộ mãnh liệt thì chúng ta "không còn biết mình là ai nữa" *(chúng ta cảm nhận được sự thịnh nộ, nhưng không nhận biết được vị trí và vai trò của mình trong cơn thịnh nộ đó, mình bị tràn ngập bởi cơn thịnh nộ và không nhận thức được là chính mình đang thịnh nộ, mình "quên mất con người đích thật của chính mình")*. Sau khi đã nguôi giận và hồi tỉnh lại, thì khi đó chúng ta mới nhận thấy các điều tai hại do mình gây ra. Chúng ta tự nghĩ: "Tôi không còn nhớ đã làm những gì. Lúc đó tôi không còn là tôi nữa. Tôi quên mất con người của chính tôi.". Nói một cách khác là khi nào

mình vẫn còn nhận diện mình xuyên qua các xúc cảm đó, và vẫn còn bị chúng chi phối, thì khi đó sẽ không có một sự nhận thức nào có thể xảy ra với mình cả. Ở vào cấp bậc thứ nhất này thì chỉ có sự cảm nhận mà thôi

- thế nhưng cảm nhận thì nhiều vô kể *(luôn dồn dập, tiếp nối và xô đẩy nhau trong cuộc sống)*
- nhưng không có một sự nhận thức *(hay ý thức)* nào đi kèm với các sự cảm nhận đó *(câu này vô cùng quan trọng cho thấy chúng ta sống trong một tình trạng cảm nhận thường xuyên: vui buồn, đớn đau, giận dữ, thương yêu, ghen tuông, ganh tị, thèm khát, hy vọng, tiếc nuối, sợ hãi, lo âu..., nhưng không có một ý niệm nào về con người của mình phía sau những sự cảm nhận đó, tức là vai trò và vị trí của mình trong cuộc sống thường nhật của chính mình. Nhà sư Sangharakshita gọi đó là cấp bậc tâm thần chỉ gồm toàn các thứ cảm nhận đủ loại, thế nhưng sự nhận thức thì không có, đấy cũng chính là tình trạng xao lãng thường xuyên trong cuộc sống của mỗi cá thể, dưới một một góc nhìn khác thì cũng có thể gọi đó là một cuộc sống "vô minh")*.

Cấp bậc thứ hai là sự nhận-thức phi-cảm-nhận *(tức là sự nhận thức nhưng trong đó không có sự cảm nhận nào cả có nghĩa là ngược lại với cấp bậc thứ nhất trên đây gồm toàn các sự cảm nhận nhưng bên trong các sự cảm nhận ấy không có một sự nhận thức thật sự nào cả)*. Sự nhận thức đó gọi là sự nhận thức điên loạn (alienated awareness).

Tình trạng đó cũng tương tự như mình lùi lại phía sau trước một sự cảm nhận nào đó đang xảy ra với mình *(chỉ nhận thấy mình, ý thức được là mình, thế nhưng hoàn toàn không ý thức được các sự cảm nhận đang xảy ra với mình. Chúng ta không hay biết gì cả về các sự cảm nhận đó ngoài cái tôi đang chi phối mình. Đây cũng lại là một hình thức xao lãng khác)*. Sự cảm nhận đó dường như không phải là của mình mà là một cái gì đó xảy ra ở "phía đằng kia" *(không liên hệ gì đến mình, không phải là trên thân thể mình hay trong tâm thức mình)*. Trong trường hợp đó chúng ta không hề cảm nhận một cách thực sự, không hề cảm thấy chính xác các cảm tính của mình. Chúng ta yêu thương nhưng không thật sự là yêu thương, chúng ta thù hận nhưng không thật sự là thù hận. [Đó là cách mà] chúng ta tự đứng ra một bên để nhìn vào các cảm nhận của mình, qua sự nhận thức điên loạn của mình *(xin mạn phép nhắc lại mục đích tiên khởi và sơ đẳng nhất của phép thiền định là sự chú tâm, đó là cách giúp mình trở về với chính mình... trước khi có thể đi xa hơn. Cả hai thể dạng tâm thần trên đây: cảm-nhận phi-nhận-thức và nhận-thức phi-cảm-nhận đều là các hình thức xao lãng, nhà sư Sangharakshita gọi hai thể dạng tâm thần này là sự nhận thức điên loạn hay bấn loạn)*.

Cấp bậc thứ ba là cấp bậc của sự "cảm nhận" và cả "nhận thức" *(cả hai cùng xảy ra chung với nhau tạo ra cho mình sự ý thức và chú tâm)*. Đó là sự nhận thức hòa nhập

(integrated awareness, sự nhận thức thăng bằng và hợp nhất, có thể hiểu là "chánh niệm" trong kinh sách Hán ngữ). Trong trường hợp này, nhờ vào sự nhận thức hòa nhập đó, các sự cảm nhận về các xúc cảm của chúng ta sẽ có chiều hướng tích cực hơn là tiêu cực. Trong trường hợp này không những chúng ta sẽ tạo được cho mình sự cảm-nhận mà còn bị tràn ngập bởi sự cảm-nhận và trở thành chính sự cảm-nhận đó, và đấy cũng là cách mà mình tạo ra cho mình sự nhận-thức *(cấp bậc thứ ba này có thể xem như là một sự chú tâm thật cao độ và hoàn hảo, một thể dạng tâm thức tròn đầy, hoà nhập và thăng bằng. Xin mạn phép nhắc lại là kinh sách Tây phương gọi thể dạng này là mindfulness/pleine conscience, kinh sách Hán ngữ gọi là "chánh niệm"/正念)*.

Sự nhận-thức và sự cảm-nhận cả hai cùng kết hợp với nhau. Chúng ta có thể bảo rằng sự nhận thức mang lại sự trong sáng *(minh bạch, sáng suốt)* cho sự cảm nhận, và sự cảm nhận mang lại chất liệu *(đối tượng)* cho sự nhận thức. Một sự hợp nhất *(coalescence/một sự cô đọng hay hòa đồng)* sẽ xảy ra giữa sự nhận thức và sự cảm nhận, không thể nào vạch ra được một ranh giới rõ rệt để phân tách một bên là sự cảm nhận và một bên là sự nhận thức. Khi cảm nhận được một xúc cảm nào đó - tất nhiên là phải đầy đủ ý nghĩa của nó - thì các bạn cũng sẽ hoàn toàn hòa nhập với xúc cảm đó, đồng thời một sự nhận thức hòa nhập cũng sẽ hiện ra cùng lúc vớ i xúc cảm đó, không mảy may khác biệt nào với chính xúc

cảm đó *(thí dụ phát động lòng từ bi trong khi thiền định và cảm nhận được nó một cách đích thật, thì sự nhận thức của mình về xúc cảm đó, về lòng từ bi đó, cũng sẽ phát lộ và hòa nhập với sự cảm nhận đó của mình, biến mình trở thành một với chính lòng từ bi đó. Chúng ta thường nghe nói đến "chánh niệm" thế nhưng dường như không mấy ai giải thích được "chánh niệm" là gì. Trên đây nhà sư Sangharakshita định nghĩa thật rõ ràng thể dạng "nhận thức" đó trong tâm thần mình)*. Đó là một thể dạng rất cao, một thể dạng rất khó hình dung, trừ phi chính mình cảm nhận được nó. Thể dạng đó không nhất thiết là một sự nhận thức "về" sự cảm nhận, cũng không phải là một sự nhận thức "với" sự cảm nhận, mà đúng hơn là một sự nhận thức "bên trong" sự cảm nhận, cũng có thể nói là một sự nhận thức nằm ở trung tâm của sự cảm nhận *(hãy trở lại với thí dụ trên đây là khi nào phát động được lòng từ bi trong lúc đang hành thiền thì chính con người của mình cũng sẽ trở thành sự cảm nhận từ bi đó, từ bên trong chính nó. Cảm nhận được Hiện Thực và trở thành Hiện Thực từ bên trong chính nó)*.

Ba cấp bậc của sự cảm nhận và nhận thức là : 1) sự cảm-nhận phi-nhận-thức, tức là thể dạng [tâm thần] thông thường của chúng ta; 2) sự nhận-thức "phi-cảm-nhận" hay gần như "phi- cảm-nhận" *(gần như "phi-cảm-nhận" có nghĩa là chỉ thoáng nhận biết được các cảm nhận của mình thế nhưng không thật sự ý thức một cách chính xác và rõ rệt*

về các sự cảm nhận đó, nói một cách khác là không hoàn toàn xao lãng, nhưng cũng không phải là sự chú tâm đúng nghĩa của nó, sự cảm nhận và sự nhận biết có lúc tách rời nhau, mỗi thứ một nơi, nhưng cũng có lúc tạm thời kết hợp với nhau), đó là tình trạng [tâm thần] giúp chúng ta thỉnh thoảng bước theo con đường tâm linh, nhưng cũng có những lúc đi trệch đôi chút ra khỏi con đường đó; 3) sự nhận-thức đi kèm với sự cảm-nhận hay sự cảm-nhận đi kèm với sự nhận-thức [thì cũng vậy], cả hai cùng kết hợp chung với nhau thật hoàn hảo.

Vậy sự nhận thức điên loạn *(sai lầm, bấn loạn, vô minh)* hiện ra như thế nào? Vì lý do nào chúng ta lại không tạo được cho mình sự cảm nhận về chính mình? Chúng ta có thể khẳng định rằng điều đó - ít nhất cũng ở một mức độ nào đó - là do nơi bản chất của thời đại mà mình đang sống, nhất là tại các nước Tây phương, Người ta thường nói chúng ta sống trong một thời đại chuyển tiếp, điều này quả rất đúng. Dù đôi khi chúng ta không ý thức được hết triền dốc của sự chuyển tiếp đó thẳng đứng đến đâu và sự hung hãn của nó mãnh liệt đến mức độ nào, thế nhưng nó cũng hàm chứa một tiềm năng thật quý giá *(trong sự chuyển tiếp xã hội đôi khi xảy ra những sự biến động thật kinh hoàng, thế nhưng sự chuyển tiếp đó cũng mang lại một niềm hy vọng, một sự đổi mới nào đó)*. Vô số các giá trị truyền thống đã bị sụp đổ, khiến chúng ta không còn phân biệt được chính xác điều nào là tốt, điều nào là xấu. Chúng ta không còn biết phải sống và

phải hành xử như thế nào trong cuộc sống. Ý niệm của chúng ta về cá tính *(identity/thể tính, thể chất)* con người vì thế cũng trở nên mơ hồ, tạo ra một thứ cảm tính âu lo lan tràn cùng khắp *(những gì trên đây không phải là "lạc đề" trong khi đang tìm hiểu các thể dạng tâm thần của một cá thể, mà là một sự mở rộng nhằm nói lên sự xao lãng và mất định hướng của chúng ta trong một xã hội biến đổi quá nhanh, nhất là tại các nước Tây phương. Truyền thống và các tín ngưỡng lâu đời tại các nơi này suy sụp một cách thảm hại, khiến con người không còn biết là phải hành xử như thế nào trong cuộc sống. Tuy nhiên trong các xã hội Tây phương dường như cũng thấy phát triển một tinh thần tự do, dân chủ và nhân bản rất cao, kín đáo hơn là sự ảnh hưởng của tinh thần Phật giáo ngày càng gia tăng trong các nước Tây phương. Phải chăng đây là "tiềm năng quý giá" mà nhà sư Sangharakshita muốn nêu lên? Trong bài giảng thứ 6 tiếp theo dưới đây, nhà sư này sẽ đề cập trực tiếp hơn về vấn đề trên đây và sẽ phân tích các thể dạng tâm thần của chúng ta khi bước vào con đường Phật giáo)*.

Dầu sao tôi cũng không cố ý đặt nặng các yếu tố của thời đại mà chúng ta đang sống *(cuộc sống tân tiến ngày nay lôi cuốn chúng ta vào một sự xao lãng khủng khiếp)*. Tôi chỉ muốn nhìn thật gần vào một vài yếu tố cấp bách hơn, tạo ra cho chúng ta một sự nhận thức điên loạn. Trong phần dưới đây *(bài giảng số 6)* tôi sẽ nêu lên ba cấp bậc nhận thức về cái tôi là: sự nhận thức về thân thể,

sự nhận thức các cảm giác và xúc cảm, và sự nhận thức tư duy. Tiếp theo, và cũng theo cách phân tích như trên đây, chúng ta sẽ đề cập về ba cấp bậc "cảm nhận" và ba cấp bậc "phi-cảm-nhận" về cái tôi.

Bài 6

Ba cấp bậc cảm-nhận và phi-cảm-nhận về chính mình

Trước hết chúng ta sẽ tìm hiểu sự phi-cảm-nhận về thân xác. Có nhiều lý do tại sao thể dạng này lại được nêu lên trước nhất. Một trong số các lý do đó và cũng là lý do quan trọng nhất là sự cố tình chối bỏ không chịu cảm nhận một cách trung thực các cảm giác trên thân thể mình, nhất là đối với các thứ cảm giác tính dục. Sự chối bỏ đó thường là do sự giáo dục sai lầm từ lúc thơ ấu. Chẳng hạn như trường hợp của những người được giáo dục dựa vào các ý niệm hay cảm tính mập mờ cho rằng - vì một lý do nào đó - thân thể là một điều xấu hổ, hoặc ít ra cũng không được cao quý và đáng kính như tâm thức. Điều đó cũng chẳng khác gì như người ta nhồi vào đầu một số người ý nghĩ cho rằng các cảm giác tính dục là tội lỗi. Tất cả các ý nghĩ hay cảm nghĩ đó là di sản của Ki-tô giáo *(tội tổ tông do ông Adam và Bà Eva để lại)*. Dù rằng dưới nhiều khía cạnh - và không một chút nghi ngờ nào cả - chúng ta đã vượt thoát được Ki-tô giáo, hoặc ít nhất cũng là các giáo điều Ky-tô và sự quản lý của hàng giáo phẩm, thế nhưng cách suy nghĩ đó vẫn còn ảnh hưởng rộng rãi và tiếp

tục mang lại thật nhiều điều tai hại. Chúng ta có thể cho rằng một trong các công trình khảo cứu giá trị nhất của Wilhelm Reich *(1897-1957, là một bác sĩ tâm thần và phân tâm học nổi tiếng, và cũng là khảo cứu gia đầu tiên trong ngành "tâm lý sinh học và xã hội học"/psychosociobiology. Người ta biết đến ông nhiều nhất qua các công trình nghiên cứu của ông về ngành tính dục học/sexology)* là đã nghiên cứu toàn bộ vấn đề này và nêu lên thật rõ ràng là nếu ức chế các cảm giác thích thú trên thân thể lúc ấu thời, thì đến khi trưởng thành có thể sẽ gặp phải tình trạng phủ nhận và khước từ toàn bộ sức sống của chính mình *(sự "đòi hỏi" tính dục - nói theo Phật giáo là sự "thèm khát" tính dục - là một xu hướng bản năng, một sự thúc dục mang tính cách "bẩm sinh". Sự thúc dục đó là động lực cần thiết góp phần vào sự tồn vong của giống người, đối với các loài sinh vật khác cũng vậy, các côn trùng nhỏ bé kể cả các sinh vật đơn bào cũng không tránh khỏi bản năng truyền giống. Bản năng đó rất mạnh, chi phối và trói buộc con người trong thế giới hiện tượng. Một số tín ngưỡng xem sự thúc dục của bản năng truyền giống là tội lỗi. Ngày nay nhiều người giàu có, quyền thế, kể cả một số nguyên thủ quốc gia nếu không kềm chế được bản năng truyền giống của mình thì cũng sẽ bị luật pháp trừng trị, dư luận chê cười. Thời xưa trong lịch sử Trung quốc mỗi vị hoàng đế chính thức có quyền được hưởng sự hầu hạ của 3000 cung phi mỹ nữ. Đó là một vài hình thức lạm dụng uy quyền*

của mình. Đối với những người tu hành trong các tín ngưỡng Tây phương, thì sự đè nén tính dục là một lý tưởng giúp mình vượt lên trên kẻ khác, thế nhưng đôi khi trong số họ cũng có một vài người ngã gục trước thứ tội lỗi rất hấp dẫn đó và lý tưởng cao cả đó, khiến mang lại không biết bao nhiêu đổ vỡ cho cá nhân mình và cả tín ngưỡng của mình. Đối với Phật giáo tính dục - hay bản năng truyền giống - không phải là một thứ tội lỗi, mà chỉ là một thứ chướng ngại thật to lớn trên đường tu tập, chướng ngại đó trước mắt là sự bon chen, chê cười và dèm pha trong xã hội, tiếp theo đó là các thứ khổ đau gây ra bởi các sự "giao du" của mình, và sau cùng, sâu xa và nặng nề hơn nữa, là sự trói buộc và vướng mắc triền miên trong thế giới hiện tượng tức là cõi luân hồi. Trong Phật giáo có nhiều giới luật giúp người tu hành - kể cả những người thế tục - chủ động các sự thúc dục bản năng của mình trên cả hai phương diện: đạo đức xã hội và cả "tâm lý" và "triết học", tức là xem tính dục, qua các cảm nhận giác cảm, không những phù du và vô nghĩa mà còn mang lại sự "bất-toại-nguyện" tạo ra tình trạng "thèm khát" triền miên, và đó chính là nguyên nhân sâu xa nhất, chủ yếu và hiển nhiên nhất trói buộc con người bất tận trong thế giới hiện tượng).

Cấp bậc thứ hai mà chúng ta sẽ đề cập là thể dạng phi-cảm-nhận về các cảm giác và xúc cảm của mình. Sự phi-cảm-nhận đó sẽ hiện ra qua nhiều thể dạng khác nhau. Chẳng hạn như trường hợp chúng ta được răn dạy

là phải xem một số xúc cảm nào đó là nguy hại, không được đồng lõa với chúng, nhất là đối với các thứ xúc cảm tiêu cực. Người ta cũng có thể sẽ dạy bảo chúng ta phải tin rằng sự nổi nóng là tai hại. Vì thế nên mỗi khi nổi nóng vì một lý do nào đó, thì chúng ta sẽ cảm thấy mình mang tội. Do vậy nên mỗi khi nổi nóng thì đôi khi chúng ta cũng cố gắng tìm cách tự bào chữa cho rằng mình không hề nổi nóng. Chúng ta gạt bỏ điều đó không chấp nhận là mình nổi nóng. Nói một cách khác là mình đè nén các cảm giác của mình: không chấp nhận các cảm nhận ấy là của mình *(tức là thể dạng phi-cảm-nhận nói đến trên đây)*, hậu quả là sự cảm nhận đó bị chôn vùi thật sâu kín [bên trong tâm thức mình] *(các xúc cảm tiêu cực bị ức chế bên trong chính mình, nằm sâu trong tiềm thức mình)*.

Cũng có thể xảy ra trường hợp chúng ta cảm nhận được một thứ xúc cảm nào đó, thế nhưng một người nào khác có uy quyền đối với mình, thì lại bảo rằng mình không hề cảm nhận một thứ xúc cảm nào như thế cả. Thí dụ lúc ấu thời, chúng ta không thích em gái của mình - chuyện này cũng có thể là chuyện bình thường trong cuộc sống gia đình - thế nhưng mẹ hay cha mình thì lại bảo với mình như sau: "Tất nhiên là con thương nó. Con thương nó vì nó là em gái của con". Trong bối cảnh đó chúng ta không còn biết là phải đứng vào vị trí nào nữa. Chúng ta cảm nhận được một thứ cảm tính nào đó, thế nhưng người khác thì lại bảo rằng mình không hề có một cảm tính nào

như vậy cả. Không những người khác chỉ đơn giản bào mình không được phép tạo ra cho mình sự cảm nhận đó mà còn cho biết là mình không hề tạo ra cho mình một sự cảm nhận nào như thế *(điều đó sẽ mang lại cho mình một sự hoang mang, nếu mở rộng hơn nữa thì chính trị và tuyên truyền đôi khi nêu lên những điều trái ngược với các sự cảm nhận của mình, thế nhưng những người cầm quyền thì vẫn cứ cho rằng những lời tuyên truyền và những câu tuyên bố chính trị đó là đúng với sự thật, vì thế mình phải đè nén các sự cảm nhận riêng của mình, và các cảm nhận đó sẽ trở thành những sự ức chế thật sâu kín bên trong chính mình. Đó là thể dạng phi-cảm-nhận thuộc cấp bậc thứ hai của sự nhận thức điên loạn. Thể dạng đè nén, ức chế hay phi-cảm-nhận đó, tức là sự nhận thức điên loạn đó, sẽ tạo ra cho chúng ta một cuộc sống không thật, đầy hoang mang và lo sợ thật sâu kín, thế nhưng chúng ta thì lại không hề ý thức được điều đó. Chạy theo các sự sinh hoạt ồn ào trong cuộc sống thường nhật chỉ là cách vùi lấp sâu kín thêm các sự hoang mang và lo sợ phi-cảm-nhận bên trong chính mình. Tình trạng đó rất nguy hiểm, không những không cho phép chúng ta phát huy một sự chú tâm đúng đắn cần thiết trong việc thiền định, mà còn là một quả bom nổ chậm có thể tàn phá mình và kẻ khác một lúc nào đó)*.

Chúng ta hãy nêu thêm một thí dụ khác, một người mẹ dạy cậu con trai nhỏ của mình không nên sợ bóng tối "bởi vì các đứa bé trai chẳng bao giờ biết sợ bóng tối là gì".

Đứa bé tất nhiên muốn mình phải là một đứa bé can đảm, bèn tìm cách gạt bỏ sự sợ hãi đó ra khỏi tầm nhìn của mình - sự sợ hãi đó hóa thành một sự đè nén [bên trong tâm thức]. Đứa bé không còn cảm nhận sự sợ hãi đó một cách ý thức nữa, thế nhưng sự sợ hãi đó cũng có thể sẽ hiện lên với nó trong các giấc mơ hay các cơn ác mộng. Chúng ta lại nêu thêm một thí dụ nữa, chẳng hạn như trường hợp một đứa bé thốt lên: "Tôi muốn giết cha tôi", thế nhưng người mẹ thì lại bảo: "Không được làm như vậy, con không được phép mong muốn điều đó. Không có ai lại mong muốn giết cha mình cả". Hoặc trong một trường hợp khác, một đứa bé trai hay gái không thích ăn bánh mì nâu (*brown bread/pain bis/loại bánh mì có nhiều cám)*, thế nhưng người mẹ thì lại bảo: "Con phải thích chứ, con phải ăn bánh mì nâu, bởi vì nó rất tốt cho con". Cả hai trường hợp trên đây đều tạo ra sự lẫn lộn *(confusion/mập mờ, dễ nhầm lẫn)* và một sự trấn áp nào đó *(repression/một sự đàn áp, bắt buộc hay kềm chế)*. Trong cảnh huống đó đứa bé sẽ trở nên bấn loạn thần kinh trước các xúc cảm của mình.

Hậu quả của những gì trên đây sẽ có thể tạo ra các ảnh hưởng lâu dài trong cuộc sống [của một cá thể]. Trên thực tế, các sự bấn loạn đó không những sẽ còn tiếp tục tác động mà còn được các nguyên nhân khác xen vào làm cho chúng trở nên sâu đậm hơn *(trong cuộc sống có thể xảy ra các biến cố hay cơ duyên khiến cho những sự bấn loạn sâu kín đó bên trong chính mình trở nên gay*

gắt hơn). Khi lớn thêm, chẳng hạn như vào lúc vị thành niên, chúng ta bổng dưng cảm thấy mình không thích ra ngoài chẳng hạn *(không thích giao du, hoặc đi đây đi đó)*, chúng ta quả quyết rằng mình thích như vậy, lý do là tất cả mọi người - theo sự suy nghĩ của mình - đều thích *(các cảm tính hay phản ứng ngược lại với người khác đôi khi là hậu quả tạo ra bởi các sự áp bức của người lớn khi còn ở tuổi ấu thơ)*. Ở một cấp bậc cao hơn *(tinh tế hơn chuyện không thích ra ngoài hay đi đây đi đó)* chúng ta có thể khám phá ra là mình hoàn toàn không cảm thấy một chút xúc động nào trước một tác phẩm *(một bức tranh, một pho tượng, một bản nhạc, một bài thơ v.v.)* của một nghệ sĩ lừng danh nào đó. Chúng ta hoàn toàn dửng dưng trước tác phẩm của người nghệ sĩ đó, thế nhưng tất cả bạn hữu của mình, trong số họ có những người rất thông minh, thì lại xúc động trước tác phẩm ấy. Họ vô cùng say mê tác phẩm đó. Thế nhưng tại sao chỉ có riêng mình là cho rằng tác phẩm ấy tại sao lại có thể tồi đến thế được. Rốt cuộc chính mình cũng phải [bắt buộc] cảm thấy say mê tương tự như bạn hữu của mình *(tạo thêm cho mình một sự bấn loạn sâu kín khác)*. Thiết nghĩ đến đây cũng là đủ, không cần phải nêu thêm các thí dụ khác nữa, kết quả sau cùng là mình sẽ rơi vào tình trạng bấn loạn thần kinh đối với các cảm tính vá xúc cảm của chính mình - chỉ ít hay nhiều mà thôi.

Cấp bậc thứ ba là thể dạng phi-cảm-nhận về tư duy. Điều đó không có nghĩa là chúng

ta không hội đủ khả năng để cảm nhận các tư duy của mình, mà là vì mình không tạo được cho mình một tư duy nào cả. Chẳng qua là vì trong cuộc sống có quá nhiều tác nhân ngoạ i lai xen vào - nào là cha mẹ, thầy cô, các cơ quan truyền thông, v.v - áp đặt cho mình những gì mà theo đó mình phải suy nghĩ. Những thứ đó không hề mang lại cho chúng ta các thông tin *(các sự hiểu biết)* cần thiết cũng như các sự kiện mà chúng ta cần tìm hiểu - mà chỉ toàn là những gì khác hẳn *(những gì mà người ta thường dạy bảo mình và muốn mình phải hiểu theo như thế, hoàn toàn khác hẳn với "thông tin" và "thực tế", đó chỉ là những gì mang dụng ý rõ rệt, chẳng hạn như quảng cáo, tuyên truyền, khẩu hiệu, các báo chí tả phái hay hữu phái, v.v.)*. Các tác nhân đó *(cha mẹ, thầy cô, cơ quan truyền thông, chính trị...)* còn áp đặt cho chúng ta các sự thẩm định có sẵn, chẳng hạn như: "Cái này tốt, cái kia xấu, cái này đúng cái kia sai, v.v.". Báo chí, radio, truyền hình đưa ra các tin tức đã được chọn lựa trước và mang hậu ý rõ rệt. Các cơ quan đó bắt chúng ta phải suy nghĩ về tất cả mọi thứ đúng theo sự mong muốn của những người quản lý các cơ quan ấy. Trong khi đó thì chúng ta lại không mấy khi nhận biết được rõ ràng các ý đồ ẩn chứa bên trong các thông tin ấy, kể cả một số các trường hợp thật lộ liễu.

Sau khi nêu lên các thể dạng tâm thần trên đây, chúng ta hãy tiếp tục tìm hiểu - ít nhất cũng được một phần nào - xem tâm thức của phần đông chúng ta thuộc vào thể loại nào.

Chúng ta [thường xuyên] bị bấn loạn thần kinh về chính mình *(nếu độc giả nghĩ rằng thuật ngữ "bấn loạn thần kinh"/"alienated" nói lên một tình trạng quá đáng đối với trường hợp của mình thì cũng có thể thay vào đó bằng các thuật ngữ quen thuộc hơn, chẳng như "hoang mang", "xao lãng" hay "vô minh". Thật vậy, theo Phật giáo chúng ta không mấy khi sáng suốt như mình vẫn tưởng)*: bấn loạn thần kinh về thân xác mình, bấn loạn thần kinh về các cảm tính và xúc cảm của mình, và sau hết là bấn loạn thần kinh về tư duy của mình *(câu ngắn gọn này cho thấy sự minh mẫn vá sáng suốt khác thường của nhà sư Sangharakshita, đồng thời cũng cho thấy tình trạng lầm lẫn thường xuyên đối với thân xác, các cảm nhận và cả tâm thần mình)*. Thế giới, thời đại, xã hội, cha mẹ, những người dạy dỗ chúng ta đã tạo ra cho chúng ta tình trạng đó - về phần chúng ta thì chúng ta cứ tiếp tục hành xử đúng theo như vậy. Chúng ta không hề cảm nhận được chính mình. Thế nhưng con người của chính mình thì lại là một thứ gì đó mà mình cần phải nhận biết được nó một cách trung thực hầu giúp mình chấp nhận nó và hòa nhập với nó *(tu tập Phật giáo là trở về với mình, bên trong chính mình, với con người đích thật của mình. Phóng tâm ra bên ngoài để cầu xin, van vái, tụng niệm liên miên, thì chỉ là cách giúp mình tạm thời bớt hoang mang và lo sợ, nếu nói theo nhà sư Sangharakshita thì đấy là cách nâng tri thức của mình lên một cấp bậc tâm linh cao hơn so với cấp bậc tri thức*

thông thường và bình dị của mình mà thôi). Chúng ta có thể so sánh sự kiện trên đây với một tảng băng (iceberg) trong đại dương, chỉ có một phần rất nhỏ của tảng băng là trồi lên khỏi mặt nước, phần còn lại to lớn hơn nhiều thì chìm sâu dưới nước. Cũng vậy, cái tôi của mình khá to lớn tương tự như phần khối băng chìm bên dưới mặt sóng, phần còn lại của con người mình mà mình dùng để cảm nhận, hoặc tiếp nhận các sự cảm nhận, hoặc có quyền sử dụng để cảm nhận, thì cũng chỉ tương tự như phần trồi lên khỏi mặt biển của khối băng, có nghĩa là rất nhỏ, trong nhiều trường hợp thì chỉ bé tí xíu mà thôi.

Đó cũng chính là tình trạng bấn loạn thần kinh của một số người trong chúng ta khi mới bắt đầu bước vào con đường Phật giáo. [Sau đó] nhờ Phật giáo chúng ta học hỏi được đủ mọi thứ thật tuyệt vời, một trong những thứ tuyệt vời đó là sự chú tâm. Những gì mà người ta giảng dạy cho mình về sự chú tâm dường như cũng chỉ đơn giản là cách khuyên chúng ta đứng ra xa với chính mình - nhất là đối với các thứ xúc cảm tiêu cực - và không nên cảm nhận bất cứ một thứ gì cả, mà chỉ cần quan sát chính mình, tương tự như nhìn vào một người nào khác vậy *(nói một cách quen thuộc hơn là "không bám viu vào bất cứ thứ gì, kể cả các xúc cảm trong tâm thức mình", nhà sự Sangharakshita cho đó là một sự sai lầm, bởi vì chú tâm là một sự ý thức chính xác và trung thực về mình, về hiện thực và sự hiện hữu của chính mình. Nhà sư này sẽ còn giải*

thích thêm về điểm này trong một phân đoạn khác dưới đây). Tất nhiên chúng ta rất thán phục những lời giảng dạy đó của họ, bởi vì với thể dạng điên loạn [lúc ban đầu] của mình thì mình khó tránh khỏi xem các điều ấy là đúng và phù hợp với mình. Và cứ thế mà mà mình luyện tập sự chú tâm - hay ít ra cũng là những gì mà mình gọi là sự chú tâm. Chúng ta tập thụt lùi lại trước các tư duy của mình, thụt lùi lại trước các cảm tính của mình; tìm cách đẩy chúng ra "nơi khác" và nhìn chúng từ "đằng xa". Chín phần mười kết quả mang lại từ việc luyện tập đó chỉ là cách làm gia tăng thêm sự nhận thức bấn loạn thần kinh của mình mà thôi.

Hơn nữa khi bước theo con đường Phật giáo chúng ta còn học được nhiều điều tốt đẹp khác nữa. Chúng ta học được các sự thèm khát, giận dữ và sợ hãi là các thể dạng tâm thần nguy hại. Người ta khuyên bảo chúng ta phải xem các thứ ấy là "các thể dạng tâm thần bất thuận lợi" nhưng không phải là "tội lỗi" (sin/péché) *(nên hiểu chữ "tội lỗi" ở đây theo tinh thần văn hóa Tây phương, đó là một hành động đi ngược lại với các quy luật thiêng liêng quy định bởi tín ngưỡng)*, bởi vì đối với Phật giáo thì không có chuyện tội lỗi *(theo Phật giáo thì đấy chỉ là các hành động sai lầm, u mê hay lầm lẫn, mang tính cách "vô minh")*, tuy thế các thể loại tâm thần [u mê hay "vô minh"] đó dường như cũng gây ra tai hại không kém gì "tội lỗi", hoặc còn hơn thế nữa *(các hành động "vô minh" đối với Phật giáo không những có thể gây ra mọi thứ tai hại trước mắt mà còn có thể khiển*

một cá thể rơi xuống các cấp bậc hiện hữu thấp hơn và vướng mắc triền miên trong thế giới hiện tượng). Chúng ta học được là phải loại bỏ các thể dạng tâm thần bất thuận lợi đó. Chúng ta nghĩ rằng mình thật may mắn được nghe những lời giảng dạy ấy - ngay trong lúc đó thì chúng ta cảm thấy rất hài lòng về những lời giảng dạy đó - thế nhưng trong lúc [nghe giảng] đó sự hài lòng của mình thật sự ra cũng chưa phải là hoàn toàn đúng. Chúng ta nghĩ rằng mình hài lòng vì cho rằng từ đây mình sẽ có thể bắt đấu kéo một tấm màn che kín tất cả các xúc cảm của mình và tin rằng các xúc cảm đó sẽ không còn thật sự "ở đó" nữa. Điều này thật ra chỉ làm gia tăng thêm sự nhận thức bấn loạn thần kinh của mình mà thôi *(mình nghĩ rằng đã loại bỏ được các xúc cảm tiêu cực sau khi nghe giảng, thế nhưng thật ra thì chúng vẫn còn nguyên trong tâm thức mình, chúng chỉ bị đè nén và chôn vùi, chờ các cơ duyên thuận lợi để bùng lên. Đoạn trên đây rất tế nhị, tu tập không phải là cách tách các sự cảm nhận của mình ra khỏi chính mình mà phải ý thức được chúng, chấp nhận chúng, khơi động chúng để tìm hiểu... chính mình)*.

Sau đó, khi bắt đầu học hỏi trong kinh sách thì chúng ta sẽ thấy có một thứ giáo lý gọi là *anatman* (tiếng Pa-li là *anatta*), có nghĩa là không có cái tôi *(vô ngã)*. Ở vào giai đoạn chập chững này nếu may mắn có một nhà sư Á-đông bên cạnh tươi cười nói với mình là theo Phật giáo thì không có cái tôi, đấy chỉ là một thứ ảo giác mà thôi. Nhà sư này

còn cho biết thêm là chỉ cần nhìn thật kỹ thì chúng ta tất sẽ phải nhận thấy chẳng có cái tôi nào trong đó cả, nếu tin có cái tôi thì đấy là một sự sai lầm thật to lớn. Chúng ta rất thích các lời thuyết giảng này. Sở dĩ chúng ta hài lòng về những lời giảng dạy đó là vì lúc mới bắt đầu luyện tập về cái mà chúng ta gọi là sự chú tâm thì chúng ta cảm thấy mình không được thật *(unreal/irréel)* gì cho lắm *(độc giả có thể xem lại đoạn trên đây về sự luyện tập về sự chú tâm bằng cách tách rời mình ra khỏi các xúc cảm và các sự cảm nhận của mình, nói một cách khác là không được bám víu vào bất cứ thứ gì kể cả những gì hiện ra trong tâm thức mình)*. Đối với chúng ta, qua sự cảm nhận về tính cách không thật đó của mình, thì dường như mình cũng bắt đầu cảm nhận được sự thật về "không có cái tôi" *(tính cách "vô ngã" của chính mình)*. Nói một cách khác là chúng ta nghĩ rằng mình đã bắt đầu phát huy được khả năng "Quán thấy xuyên thấu của Nội Tâm" *(Penetrating Inner Vision tức là sự quán thấy sắc bén và sâu sắc mang lại bởi phép thiền định vipassana, kinh sách tiếng Hán gọi là "thiền minh sát")*. [Tiếc thay] nhà sư Đông phương [nói đến trên đây] không có một ý niệm nào về các sự sai lầm mà người Tây phương thường vướng phải, nên cứ tươi cười, và biết đâu cũng có thể sẽ khuyến khích chúng ta cứ tiếp tục suy nghĩ như thế *(tức là tiếp tục đẩy xa thêm sự hiểu biết sai lầm của mình về khái niệm vô ngã bằng cách xem mình là không thật)*. Thêm một lần nữa, kết quả mang lại

là chúng ta ngày càng thêm bấn loạn thần kinh. Vấn đề ở đây không phải là giáo huấn [không có cái tôi/vô ngã] tự nó là một sự sai lầm, mà chỉ vì chúng ta áp dụng không đúng cách, hoặc vì phần đông các vị thầy Á- đông, kể cả một số các vị thầy Tây phương, không hề chú ý đúng mức đến khía cạnh tâm lý học phương Tây, nên đã áp dụng sai [về khái niệm này]. Giáo huấn [không có cái tôi/vô ngã] hoàn toàn đúng trên phương diện triết học siêu hình. Điều đó có nghĩa là trong lãnh vực siêu hình thì cái tôi cá nhân (the individual self/le soi individuel) không hề có. Thế nhưng chúng ta thì lại không tìm hiểu khái niệm này trên phương diện siêu hình *(tức là triết học)* mà chỉ duy nhất nắm bắt nó trong lãnh vực tâm lý *(chúng ta không nhận thức được vô ngã trên phương diện triết học mà chỉ cảm nhận nó trên phương diện tâm lý xuyên qua sự vận hành của não bộ và tâm thức mình mỗi khi "cảm thấy" con người của mình không được thật gì cho lắm - trong khi đó thì mình rất thật qua các sự cảm nhận và nhận thức của mình. Đức Đạt-lai Lạt-ma thường nói cứ thử véo vào cánh tay mình xem có đau hay không! Nói một cách khác là chúng ta không "nhận thức" sự trống không của cái tôi của mình qua sự "nhận thức phi-cảm-nhận", mà chỉ "cảm nhận" sự trống không đó về cái tôi của mình qua sự vận hành của não bộ và của tâm thức mình xuyên qua các sự "cảm nhận phi-nhận-thức" của mình. Khi nào kết hợp được cả hai thể dạng tâm thần trên đây - "nhận thức trên phương diện siêu hình" và*

"cảm nhận trên phương diện tâm lý" - thì khi đó chúng ta mới có thể hòa nhập được với thể dạng không có cái tôi của chính mình dưới hình thức một sự quán thấy sâu xa mang lại từ phép thiền định vipassana. Sự nhận xét trên đây của nhà sư Sangharakdhita thật hết sức tinh tế, sâu sắc và tuyệt vời, xin chắp tay bái phục). Đấy là cách làm phát sinh ra mọi thứ tai hại *(hiểu sai về khái niệm vô ngã bằng cách xem mình là không thật sẽ tạo ra một thái độ hành xử chối bỏ các sự cảm nhận và nhận thức của mình, kể cả sức sống và sự hiện hữu của chính mình. Ngược lại nếu cảm-nhận được cái tôi rất thật trên phương diện tâm lý, nhưng lại phi-nhận-thức về sự trống không của nó trên phương diện triết học, thì có thể khiến mình rơi vào tình trạng bám víu vào đủ mọi thứ)*.

Đấy là nguyên nhân làm phát sinh một hình thức tu tập giả tạo *(pseudo-spirituality/một hình thức tâm linh mạo nhận)* thật lạ lùng trong vài giới Phật giáo. Nói chung đó là những kẻ tìm cách tỏ ra là mình rất chú tâm, khép cửa khe khẽ, hoặc vào một ngày mưa dầm thì chùi chân cẩn thận trước khi bước vào nhà. Họ không hề nổi giận - hoặc ít ra cũng không để lộ cơn giận của mình. Họ chủ động thật giỏi, luôn giữ được sự bình tĩnh. Thế nhưng dường như họ đã chết một phần nào đó [từ bên trong họ]: họ không có vẻ gì là đang sống cả. Họ đè nén sức sống của mình, phát huy một sự nhận thức lạnh buốt và nhiễu loạn (a cold and alienated awareness) *(đây là cách mà nhà sư*

Sangharakshita nêu lên trường hợp của một số người tu hành cố tình tạo cho mình một phong thái đạo mạo, nghiêm trang, thanh thoát. Thế nhưng đấy chỉ là các thứ màu mè giả tạo, phản ảnh một sự chú tâm hời hợt, họ quên mất sực sống đích thật của mình qua các cảm nhận và nhận thức bên trong chính mình. Hãy nhìn vào Đức Đạt-lai Lạt-ma thì chúng ta sẽ thấy Ngài luôn tươi cười, hân hoan và hóm hỉnh, tràn đầy sức sống và tình thương yêu). Họ không phát huy được sự nhận thức hòa nhập đích thật, có nghĩa là bên trong sự nhận thức hòa nhập đó khả năng nhận thức và nguyên tắc sống cả hai thứ phải cùng "hợp nhất" với nhau.

Phát huy sự nhận thức hòa nhập

Đến đây một thắc mắc khác sẽ hiện ra: vậy phải làm thế nào để phát huy sự nhận thức hòa nhập *(kết hợp hay hội nhập/integrated awareness)*? Nếu muốn phát huy sự nhận thức hòa nhập thì trước hết phải nắm bắt được - ít nhất là trên phương diện lý thuyết - những gì đang hiện ra [với mình]; có nghĩa là phải nhận biết được sự khác biệt giữa sự "nhận thức điên loạn" và sự "nhận thức hòa nhập". Chúng ta phải lùi lại và khởi sự từ các bước đầu tiên để tháo gỡ các sự sai lầm *(các sự lầm lẫn và hiểu lầm)* do mình gây ra cho mình - hoặc do người khác tạo ra cho mình. Chúng ta phải để cho các cảm nhận về con người của mình tự chúng hiện lên. Nếu chẳng may bị lạc hướng *(bị xao lãng, không nhận thấy được các cảm nhận đích thực về mình)* hoặc nếu các sự nhận thức điên loạn

phát sinh, dù ở một cấp bậc nào cũng vậy, thì phải quay lại từ đầu để tập cảm nhận trở lại chính mình. Chúng ta phải tập cảm nhận thân thể mình, tập cảm nhận các cảm giác và các xúc cảm bị đè nén của mình, tập suy nghĩ về tư duy của mình, phải nhìn thẳng vào tất cả các thứ ấy. Điều này không phải dễ, nhất là đối với những người trọng tuổi, bởi vì một số các cảm tính của họ đã bị chôn vùi quá sâu, khó có thể khơi động trở lại *(nếu trọng tuổi nhưng tâm thần minh mẫn, trí nhớ tốt và nhiều kinh nghiệm sống, nhất là thường xuyên biết tìm hiểu mình, thì đó sẽ là các điều kiện thuận lợi giúp mình nhận thấy dễ dàng hơn các nguyên nhân sâu xa tạo ra các sự lầm lẫn của mình trong quá khứ)*. Đôi khi cũng phải cần đến sự trợ giúp của các chuyên gia trong lãnh vực này *(các nhà tâm lý học hay phân tâm học chẳng hạn)*. Đôi khi cũng phải làm cho các cảm tính [sâu kín] đó của mình trồi lên và phát lộ ra bên ngoài *(qua tác ý trong tâm thức, ngôn từ và động tác trên thân thể)*. Điều đó không có nghĩa là đồng lõa với chúng *(làm sống lại một sự giận dữ hay một mối hận thù đã từ lâu)*, mà chỉ là cách đưa chúng dần dần hiện ra trong môi trường bên ngoài với tất cả sự khéo léo và thận trọng, hầu giúp mình cảm nhận và ý thức được chúng, đấy là cách giúp mình bắt đầu biểu lộ trở lại tổng thể con người của mình, [nói một cách khác là] làm hiển lộ chính mình qua tổng thể của nó: [điều đó có nghĩa là] chúng ta sẽ cảm nhận được những gì mà người ta gọi là tốt, những gì mà người ta gọi là xấu, những

gì mà người ta gọi là cao quý, những gì mà người ta gọi là tồi tệ, tất cả gồm chung trong một tổng thể sinh động là con người của chính mình *(không giấu giếm gì cả)*. Khi nào làm được như thế - có nghĩa là đúng với phương cách giúp mình cảm nhận được toàn thể con người của mình một cách thật sự và sinh động - thì khi đó chúng ta mới có thể bắt đầu luyện tập về sự chú tâm được, và việc luyện tập đó của mình mới có thể mang lại kết quả được *(khi nào chưa giải tỏa được các sự đè nén và ức chế sâu kín bên trong tâm thức mình, thì khi đó chúng ta vẫn chưa có thể phát huy được một sự chú tâm đúng nghĩa của nó)*: và đó cũng là cách tạo ra cho mình một sự nhận thức hòa nhập - hay toàn diện *(integrated wareness/"chánh niệm", một sự kết hợp hoàn hảo giữa sự "cảm nhận" toàn diện về con người của mình và sự "nhận thức" sâu xa về hiện thực, trong đó gồm có cả sự hiện hữu của chính mình.*

(Các chữ "chánh niệm" trong kinh sách tiếng Hán, mindfulness trong tiếng Anh và pleine conscience trong tiếng Pháp có nghĩa khá tương đương với nhau. Nhà sư Sangharakshita thì gọi thể dạng tâm thức này là intégrated awareness/prise conscience intégrée/sự nhận thức hòa nhập hay hội nhập, có nghĩa là "sự cảm nhận" (experience) và "sự nhận thức" (awareness) cả hai cùng kết hợp và hòa nhập với nhau, chẳng hạn như "cảm nhận" được một xúc cảm hiện ra trong tâm thức mình thì cùng lúc mình cũng "nhận thức" được sự hiện hữu

của nó và cả sự trống không/shunyata của nó và của cả sự cảm nhận đó của chính mình. Sự hòa nhập giữa sự "cảm nhận" và sự "nhận thức" đó là một sự "trực nhận" hiện lên với mình một cách thật tự nhiên, người ta thường gọi đó là một sự nhận biết "trực giác", hoặc đôi khi cũng được hiểu và được gọi là "chánh niệm"/正念, thế nhưng thuật ngữ tiếng Hán này tương đối tối nghĩa: chữ "niệm" trong tiếng Hán có nhiều nghĩa và trong trường hợp này thì có nghĩa là "nhớ lại" hay "ghi nhớ", chữ "chánh niệm" không nói lên được thể dạng tâm thức thăng bằng, bình lặng, tròn đầy, nguyên vẹn, trong sáng, thanh thoát, bình thản và sâu sắc mà nhà sư Sangharakshita gọi là sự "nhận thức hòa nhập". Dầu sao thể dạng tâm thức đó cũng chỉ phản ảnh một sự chú tâm cao độ, một sự "bằng phẳng" và "tĩnh lặng" của tâm thức gọi là samatha, nhưng chưa phải là kết quả mang lại từ phép thiền định Phật giáo đúng nghĩa của nó là một sự thăng tiến và quán thấy sâu xa và sắc bén về Hiện Thực. Theo Phật giáo thiền định đúng nghĩa của nó phải là cách giúp tri thức vượt cao hơn và xa hơn thể dạng tâm thần bằng phẳng đó hầu mang lại cho mình một sự hiểu biết vượt bực gọi là vipassana. Độc giả có thể xem lại hai thể dạng tâm thức này - samatha và vipassana - trong bài giảng của Đức Đạt-lai Lạt-ma thay cho phần dẫn nhập của hai loạt bài này của nhà sư Sangharakshita. Ngoài ra chúng ta cũng có thể tự hỏi tại sao lại không áp dụng tích cực hơn phép thiền định Phật giáo vào việc chữa

trị các bệnh tâm thần ? Thắc mắc này rất thực tế và chính đáng, thế nhưng việc luyện tập thiền định rất khó thực hiện đối với một số bệnh nhân kể cả một số người "bình thường" trong chúng ta, bởi vì một khi tâm thức vẫn còn xao động, vẫn còn ẩn chứa các sự ức chế và đè nén sâu kín, thì thật hết sức khó có thể phát huy được sự chú tâm ở cấp bậc cao nhất của nó là samatha. Tóm lại nếu muốn việc luyện tập thiền định mang lại kết quả cụ thể, thì trước hết phải tạo được một tâm thức tròn đầy, minh mẫn, phát huy được một sự chú tâm cao độ. Điều đó cũng chẳng khác gì với một người nông dân cày bừa thửa ruộng của mình, lấp các hố sâu, khai thông các vũng nước đọng, làm bật gốc cây hoang và cỏ dại, tạo ra một mảnh đất thuận lợi (samatha), trước khi gieo trồng (vipassana)).

Bài 7

Bốn thể dạng vô biên của tâm thức

Vài lời ghi chú của người chuyển ngữ:

"Bốn thể dạng hay phẩm tính vô biên của tâm thức" là bốn phép luyện tập thiền định nêu lên trong một số bài kinh, đặc biệt hơn hết là kinh Brahma-vihara Sutta (Samyutta Nikaya/Tương ưng bộ kinh, SN 46.54), Brahma là vị Trời trong Ấn giáo, vihara là nơi an trú hay thường trú và cũng có nghĩa là một ngôi chùa, một tự viện. Vào thời đại của Đức Phật thì vihara có nghĩa là nơi dừng chân hay tạm trú của Tăng đoàn. Bài kinh

Brahma-vihara trên đây đôi khi cũng được gọi là Metta Suttam (Bài kinh về Lòng nhân ái hay Từ tâm). Ngoài ra cũng có một bài kinh khác nói đến khái niệm này và cũng mang cùng một tựa là Brahma-vihara Sutta (Anguttara Nikaya/Tăng chi bộ kinh, AN 10.208). Xin lưu ý là tựa các bài kinh là do người sau đặt thêm để chỉ các bài giảng của Đức Phật. Nhà sư Sangharakshita mượn tựa của cả hai bài kinh trên đây - là Brahma vihara - để gọi "Bốn phẩm tính của tâm thức". Kinh sách Tây phương gọi bốn phẩm tính này là Four Immeasurables/Quatres ìncommensurables, kinh sách Hán ngữ thì gọi là "Tứ vô lượng tâm" (Từ, Bi, Hỷ, Xả). Phẩm tính thứ nhất trong số bốn phẩm tính này là maitri có nghĩa là tình thương yêu, lòng nhân ái hay nhân từ; ba phẩm tính kia là: karuna/lòng từ bi; mudita/niềm hân hoan và upeksha/sự thanh thản, bình lặng hay thanh thoát. Sở dĩ mạn phép dài dòng là để giúp chúng ta theo dõi dễ dàng hơn bài giảng dưới đây của nhà sư Sangharakshita.

Bốn brahma-vihara

Maitri hay tình thương yêu

Brahma-vihara thứ nhất gọi là *maitri* (tiếng Pa-li là *metta*) có nghĩa là tình thương yêu. Chữ *maitri* là tiếng Phạn, bắt nguồn từ chữ *mitra* có nghĩa là bạn hữu. Theo kinh sách *maitri* là tình thương yêu *(thương mến, quý mến)* thật chân tình đối với một người bạn tâm giao và thân thiết. Các chữ "bạn hữu" (ami) *(friend)* và "tình bằng hữu" (amitié)

(friendship) trong tiếng Pháp ngày nay cũng chỉ nói lên một chút gì đó gọi là "âm ấm" thế thôi, riêng đối với chữ "tình bằng hữu" thì cũng chỉ được xem như là một cảm tính khá hời hợt. Thế nhưng tại các nước Á đông thì lại khác, *maitri* hay "tình bằng hữu" *(mạn phép xin nhắc lại kinh sách Hán ngữ dịch chữ này là "từ")* là một cảm tính rất sâu sắc, tích cực, thường được định nghĩa như là niềm ước vọng thiết tha không đè nén được, đó là cách ước mong kẻ khác được thật nhiều hạnh phúc và an vui, sự mong cầu đó không những chỉ liên quan đến lãnh vực vật chất mà cả tâm linh. Kinh sách và Giáo Huấn của Đức Phật luôn cổ vũ chúng ta hãy phát động cảm tính "bằng hữu" ấy đối với tất cả chúng sinh. Cảm tính đó được thu gọn trong câu : *"Sabbe satta sukhi hontu"*, có nghĩa là *"Cầu xin tất cả chúng sinh đều được hạnh phúc!"*, và đó cũng là ước vọng của tất cả những người tu tập Phật giáo nói chung. Nếu chúng ta phát động được cảm tính đó một cách thành thực - có nghĩa là không phải chỉ là cách hình dung trong tâm trí mình cảm tính đó mà phải tạo ra cho mình một sự cảm nhận thật sự về cảm tính đó - thì đấy mới đúng là cách mà mình thực hiện được cảm tính thương yêu đó [bên trong chính mình] *(thiền định về tình thương yêu chúng sinh không phải chỉ có nghĩa là tập trung tâm thức hướng vào cảm tính đó mà phải cảm nhận được nó, hòa nhập với nó và trở thành chính nó)*.

Đối với Phật giáo việc phát động *maitri (lòng từ tâm, tình thương yêu)* không phải

là một chuyện tùy vào sở thích mình. Một số người có thể nghĩ rằng mình sẵn lòng thương yêu kẻ khác, thế nhưng nếu không thương được thì cũng chẳng sao, con người mình là như thế, chẳng làm gì khác hơn được. Thế nhưng Phật giáo không nhìn mọi sự theo cung cách đó. Phật giáo có một số các phép luyện tập được quy định thật rõ ràng dựa vào các kỹ thuật thật chính xác nhằm mục đích giúp người tu tập phát huy *maitri* tức là tình thương yêu, phẩm tính này đôi khi cũng còn được gọi là *maitri bhavana* (tiếng Pa-li là *metta bhavana*) *(chữ bhavana trong tiếng Pa-li và tiếng Phạn có nhiều nghĩa, trong trường hợp này thì có nghĩa là sự "phát huy" [tình thương yêu]. Chữ bhavana cũng có nghĩa là "thế giới", "bầu không gian" hay "biên thùy", do đó thuật ngữ maitri bhavana thường được dịch là "tình thương yêu vô biên")*. Những người từng luyện tập về bốn *brahma vihara* thường cho biết là phép luyện tập này không phải dễ. Thật vậy quả hết sức khó phát động tình thương yêu, thế nhưng nếu kiên trì thì chúng ta cũng sẽ thành công, và khi nào hòa nhập được với cảm tính đó thì chúng ta sẽ cảm nhận được một sự toại nguyện thật sâu xa *(phát động tình thương yêu là đi ngược lại với các tác động bản năng. Các xu hướng tự nhiên của các bản năng sinh tồn, truyền giống và cả sợ chết tạo ra cho mình các thái độ ích kỷ, tham lam, ganh tị, ghen tuông, hận thù, độc ác, hung dữ, v.v., đó là các phản ứng tự nhiên nhằm bảo vệ chính mình. Các xu hướng và xung năng đó ấn chứa bên trong*

mỗi cá thể con người, đó là nguyên nhân sâu xa mang lại tất cả mọi sự xung đột và khổ đau trên toàn thể thế giới. Phát động tình thương yêu đối với kẻ khác, dù họ hung dữ đến đâu, giàu sang và hạnh phúc đến đâu cũng vậy, sẽ là cách giúp mình không chế và hóa giải các xung năng đó bên trong chính mình. Sự luyện tập maitri sẽ mở rộng tâm hồn mình, biến mình thành một con người dễ rung cảm và bén nhạy hơn, an vui và thanh thoát hơn. Nếu mở rộng tâm thức mình hơn nữa để yêu thương từng con côn trùng nhỏ bé, từng chiếc lá mong manh thì đấy sẽ là thể dạng vô biên của maitri, thể dạng đó kinh sách gọi là maitri bhavana hay tình thương yêu vô biên, một thứ tình thương yêu cùng khắp và quên cả chính mình).

Karuna hay lòng từ bi

Brahma-vihara thứ hai là *karuna* tức là lòng từ bi. Thật hiển nhiên lòng từ bi mật thiết liên hệ đến tình thương yêu *(maitri)*. Mỗi khi trông thấy cảnh khổ đau của những người mà mình yêu quý thì tình thương yêu *(maitri)* nơi con người mình sẽ hóa thành lòng từ bi *(karuna)*. Nếu các bạn yêu quý một người nào đó và bất chợt trông thấy người này đang lâm vào cảnh khổ đau thì tức khắc tình thương yêu của các bạn sẽ chuyển thành cảm tính từ bi không sao đè nén được. Theo Phật gíáo thì *karuna* hay lòng từ bi là một xúc cảm thiêng liêng hơn bất cứ một xúc cảm nào khác, và đó

cũng là xúc cảm chủ yếu nhất của chư Phật và chư Bồ-tát.

Avalokiteshvara (Quán thế âm/觀世音) có nghĩa là vị "Thánh Nhân từ trên cao Nhìn Xuống" (với một tấm lòng từ bi bao la) và cũng là "biểu tượng" tiêu biểu nhất của lòng từ bi. *(Đức Đạt- lai Lạt-ma XIV là hoá thân của Bồ-tát Quán thế âm, trên dòng truyền thừa của các vị Đạt-lai Lạt-ma khởi đầu từ thế kỷ XV. Dù rằng Quán thế âm là một nhân vật huyền thoại, thế nhưng lòng từ bi của Đức Đạt-lai Lạt-ma rất thật, thật từ trong từng ánh mắt, cử chỉ, lời nói, và cả tâm hồn Ngài, và biết đâu lòng từ bi đó cũng có thể rất thật trong con tim và tâm thức của mỗi người trong chúng ta)*. Bồ-tát Avalokiteshvara (Quán thế âm) hiện ra dưới nhiều hình tướng khác nhau, một trong số các hình tướng đó có mười một đầu và một nghìn cánh tay. Mặc dù hình tướng đó có vẻ kỳ quái, thế nhưng về mặt biểu tượng là một hình ảnh rất mạnh. Mười một đầu giúp vị Từ Bi phóng nhìn ra mười một hướng của không gian, có nghĩa là khắp nơi không sót một phương hướng nào, và một nghìn cánh tay là để trợ giúp chúng sinh không hề mệt mỏi.

Có một câu chuyện lý thú giải thích sự tạo dựng biểu tượng dặc thù đó của Bồ-tát Quán thế âm. Câu chuyện không nhất thiết là một "huyền thoại" đơn thuần mà được dựa vào các khía cạnh tâm lý mang tính cách thiêng liêng. Một hôm Bồ-tát Avalokiteshvara (Quán thế âm) trong khi thiền định về khổ đau của

chúng sinh, chợt nhìn vào thế giới và trông thấy những người chết non, bị hỏa hoạn, đắm tàu, bị hành quyết, một số khác thì khổ đau trước cảnh tang chế, thua thiệt, ốm đau, nghèo khổ, đói khát... Lòng từ bi bao la bùng lên và ngập tràn con tim của Ngài, mãnh liệt đến độ không sao đè nén được, lòng từ bi đó khiến đầu Ngài nổ tung thành thật nhiều mảnh. Mười một mảnh hóa thành mười một chiếc đầu để nhìn vào mười một hướng của không gian, các mảnh còn lại hóa thành một nghìn cánh tay để giúp đỡ tất cả chúng sinh đang khổ đau. Hình ảnh tuyệt đẹp đó của vị Bồ-tát Avalokiteshvara với mười một đầu và một nghìn cánh tay biểu trưng cho thực chất của Lòng từ bi, nói lên một con tim ngập tràn xót thương trước cảnh đớn đau và khổ nhọc của toàn thế giới *(xin mạn phép nhắc lại: Quán thế âm tuy là một huyền thoại thế nhưng Đức Đạt-lai Lạt-ma là một con người rất thật, lòng từ bi của Ngài cũng rất thật. Đại Thừa và kinh sách Đại Thừa không nhất thiết là do Đức Phật trực tiếp thuyết giảng thế nhưng Đại Thừa đã giúp được không biết bao nhiêu con người hóa giải được khổ đau của mình và xoa dịu được tâm hồn mình qua hàng bao thế kỷ và cả ngày nay. Có thể hiểu Đại thừa Phật giáo là hiện thân của Đức Phật và Giáo Huấn của chính Ngài)*.

Ngoài ra lòng từ bi của người bồ-tát cũng còn được biểu trưng bằng một cách khác qua dáng dấp xinh đẹp của một người phụ nữ, đó là Bố-tát Tara *(dịch âm là Đà-la, một vị nữ thần linh trong Kim Cương Thừa)*, tên

có nghĩa là "Vị cứu nạn" hay "Ngôi sao sáng". Có một câu chuyện huyền thoại tuyệt đẹp cho biết nữ thần Tara được sinh ra từ những giọt nước mắt tuôn trào của Bồ-tát Quán thế âm khi Ngài chứng kiến cảnh khổ đau và cơ hàn của thế giới.

Chúng ta có thể nghĩ rằng các huyền thoại đó chỉ là những chuyện thêu dệt, khiến những người uyên bác *(sophistic/sành sỏi, thông thạo)* có thể phải mỉm cười. Các huyền thoại đó không nhất thiết chỉ đơn giản là những chuyện tạo dựng, cũng không phải là những chuyện mang tính cách biểu trưng nhằm nói lên một điều gì đó, mà hàm chứa một ý nghĩa rất thật và sâu xa, một biểu tượng, một hình ảnh lý tưởng, phản ảnh một cách cụ thể thực chất của lòng từ bi.

Đối với Phật giáo Mahayana *(Đại thừa)* có nghĩa là giáo huấn của "Cỗ Xe Lớn" thì điều quan trọng hơn cả, so với tất cả các điều quan trọng khác, là lòng từ bi. Trong một bài kinh Mahayana *(tức là của Đại thừa Phật giáo, và cũng có nghĩa là không có trong Tam Tạng Kinh)* có cho biết Đức Phật từng khuyên không nên giảng dạy quá nhiều thứ cho người bồ-tát, là những người ước vọng sẽ trở thành Phật *(lời nguyện của các vị bồ-tát nói chung là khi nào tất cả chúng sinh chưa được giải thoát khỏi khổ đau thì mình nhất định sẽ chưa thành Phật)*. Chỉ cần giảng dạy cho họ về lòng từ bi và họ cũng chỉ cần luyện tập duy nhất về lòng từ bi, thì bấy nhiêu đó cũng đã thừa đủ. Người bồ-tát

không cần phải tìm hiểu gì cả về "quy luật tạo tác do điều kiện mà có" (*conditioned co-production / interdependence / Lý duyên khởi)*, về Madhyamaka *(Trung quán luận)*, Yogacara *(Du-già hành tông hay Duy thức tông)*, về Abhidhamma *(Tạng Luận)* kể cả Con Đường Cao Quý gồm Tám Yếu Tố Đúng Đắn *(Bát chánh đạo)*. Người bồ-tát chỉ cần duy nhất nghĩ đến lòng từ bi, và bên trong con tim mình cũng chỉ có lòng từ bi, thì bấy nhiêu đó cũng đã thừa đủ. Trong một số các bài kinh khác, Đức Phật cũng có nói nếu chúng ta phát động được lòng từ bi trước sự khổ đau của chúng sinh thì các điều đạo hạnh, các phẩm tính khác, các thành quả tâm linh khác, và cả sự Giác Ngộ cũng sẽ theo nhau hiện ra với mình.

Những gì trên đây được thể hiện trong một câu chuyện khá cảm động của Phật giáo Nhật bản. Đó là câu chuyện về một người thanh niên tiêu tiền không cần đếm. Sau những cuộc vui chơi thỏa thích, không còn xu nào dính túi, anh ta cảm thấy chán ghét tất cả mọi thứ, kể cả chính mình. Mang nặng tâm trạng đó trong lòng, anh ta nghĩ rằng chỉ còn cách đi tu mà thôi. Anh ta bèn tìm một ngôi chùa Zen để xin xuất gia. Thật ra trong thâm tâm, anh ta không muốn trở thành người tu hành, thế nhưng chẳng có một lối thoát nào khác cả, nên đành phải tìm đến một ngôi chùa Zen là vì vậy. Tôi cứ nghĩ rằng anh ta sẽ phải quỳ gối trên tuyết trước sân chùa trong ba ngày liền như các kẻ khác - như người ta thường thuật lại - để xin được xuất gia, thế nhưng vị trụ trì tiếp

anh ta ngay tức khắc. Vị này là một nhà sư trọng tuổi, dáng dấp thật kỳ dị và lạ lùng, kiên nhẫn lắng nghe anh ta thuật lại hoàn cảnh của mình, và sau đó thì cất lời: "Tốt lắm..., vậy anh hãy suy nghĩ xem bên trong anh có một thứ gì đó đáng giá hay không?" Anh chàng này ngẫm nghĩ một lúc và nói với vị trụ trì: "Vâng, tôi chơi cờ tướng cũng không đến nỗi nào tệ lắm". Vị trụ trì bèn sai người hầu đi tìm một vị sư khác mà mình quen biết, vị này là một ông lão đã lớn tuổi, trước đây từng xuất gia trong một thời gian khá lâu. Vị trụ trì bèn quay sang người hầu cận và bảo người này hãy mang ra cho mình một thanh kiếm. Thanh kiếm được mang ra và đặt ngay trước mặt vị trụ trì. Vị trụ trì nói với người thanh niên và cả vị sư già như sau: "Hai người hãy đánh một ván cờ. Người nào thua thì ta sẽ chém đầu!". Cả hai đều nhìn vào vị trụ trì và thấy vị này rất nghiêm nghị, không có vẻ gì là đùa bỡn cả. Anh thanh niên đi ngay một nước.

Lão sư già cũng là một tay cờ có hạng, bèn đi một nước. Người thanh niên đi thêm một nước thứ hai. Lão sư già cũng đi thêm một nước. Sau một lúc thì anh chàng thanh niên cảm thấy mồ hôi chảy dài trên lưng, thấm xuống tận gót chân mình. Trước sự thắng thế đó của lão sư già, anh chàng trẻ tuổi tập trung tinh thần thật mạnh, dồn tất cả sinh lực của mình vào ván cờ để phản công trở lại. Anh ta thở phào nhẹ nhõm: "À há! Ván cờ xoay chuyển không đến nỗi tệ!". Anh ta nghĩ rằng nhất định mình sẽ thắng, bèn cất đầu lên và bất chợt nhìn thấy gương mặt của

vị sư già. Như tôi đã nói trên đây ông ta là một người trọng tuổi, một người tu hành lâu năm, có thể đã từ hơn hai mươi, ba mươi hay bốn mươi năm, đã từng chịu đựng thật nhiều khổ nhọc, phải vượt qua những lúc khó khăn, và cũng đã từng thiền định rất nhiều. Gương mặt mỏi mòn và khắc khổ. Người thanh niên trẻ chợt nghĩ: "Quả tôi là một con người vô tích sự! Kiếp sống này của tôi chẳng mang lại được một chút lợi ích nào cho kẻ khác. Vị sư già có một cuộc sống thật xứng đáng, nhưng lại sắp chết đến nơi". Một làn sóng từ bi thật mãnh liệt vụt dấy lên, tràn ngập tâm hồn người thanh niên. Anh ta cảm thấy vô cùng thương xót vị sư già đang ngồi trước mặt mình, chỉ vì tuân lịnh vị trù trì mà phải đánh cờ với mình, và sắp phải chết vì thua cờ. Một luồng xúc cảm từ bi tuyệt đẹp dâng lên tràn ngập con tim của người thanh niên trẻ, khiến anh ta vụt nghĩ: "Tôi không thể để cho chuyện này có thể xảy ra như thế được". Anh ta bèn cố tình đi sai một nước. Lão sư già đi thêm một nước. Anh ta lại cố tình đi sai thêm một nước nữa. Thật hết sức hiển nhiên anh ta sắp thua đến nơi, không còn cách nào chuyển được thế cờ nữa. Thế nhưng bất thần vị trụ trì xen vào: "Chẳng ai thắng cũng chẳng ai thua. Hòa!". Vị trụ trì quay sang người thanh niên: "Anh có nhận thấy hôm nay anh vừa học được hai bài học hay không? Bài thứ nhất là phép tập trung tâm thần, bài học thứ hai là lòng từ bi. Nhờ học được thế nào là lòng từ bi nên chính anh là người được lợi".

Câu chuyện đó cũng như các kinh Mahayana (Đại thừa) nói chung nêu lên cho chúng ta thấy điều thiết thực nhất [trong việc tu hành] chính là Lòng Từ Bi. Người thanh niên trẻ tuổi trên đây có một một cuộc sống không ra gì, phung phí đời mình một cách vô ích, thế nhưng chỉ cần phát động được lòng từ bi thì cũng đủ mang lại thật nhiều hy vọng cho cuộc đời mình. Anh ta sẵn sàng hy sinh mạng sống của mình thay vì để cho vị sư già phải chết: chẳng phải là lòng từ bi cao cả đó từng được vùi sâu trong đáy tim của một con người mà bề ngoài chẳng có một giá trị nào hay sao? Vị trụ trì đã nhìn thấy điều đó và nghĩ rằng: "Trước mặt mình là một vị Bồ- tát sắp thành", và mình đã làm những gì mà mình phải làm.

(Câu chuyện trên đây quả hết sức tế nhị, sâu sắc và kín đáo. Vị trụ trì sẵn sàng nhận người thanh niên hư hỏng làm đệ tử của mình nhưng không nói ra. Vị trụ trì và bạn của mình là vị sư già khắc khổ cùng nhau xét đoán và thử thách người thanh niên trẻ, nhưng không để lộ ý định đó. Cả hai cùng tạo dịp để giảng dạy cho người thanh niên hai bài học về sự chú tâm là mục đích tiên khởi nhất trong việc tu tập, và lòng từ bi là nguyên nhân và điều kiện chủ yếu nhất mang lại sự giác ngộ. Câu chuyện có vẻ dàn dựng và giả tạo thế nhưng phía sau là những gì rất thật: khả năng chú tâm và lòng từ bi bên trong một con người hư hỏng rất thật, lòng từ bi và tấm lòng rộng mở bên trong vị trụ trì và vị sư già cũng rất thật. Dù rằng đã được trước tác hàng bao thể kỷ sau khi Đức

Phật đã tịch diệt, thế nhưng các kinh sách Đại Thừa cũng rất thật, thật như tất cả những gì ẩn chứa bên trong những hành động từ bi ấy của hai vị sư già và cả người thanh niên trẻ tuổi.

Câu chuyện lại càng tế nhị, sâu sắc và kín đáo hơn nữa qua cách thuật chuyện của nhà sư Sangharakshita. Ông nghĩ rằng anh chàng thanh niên phải quỳ gối trên tuyết trước sân chùa ba ngày liền để được vị trù trì chấp nhận cho mình được làm đệ tử. Đó là cách gợi lại thật khéo léo một câu chuyện khác về vị tổ thứ nhất của thiền học Trung quốc là Bồ-đề Đạt-ma và vị tổ thứ hai là nhà sư Huệ Khả. Theo truyền thuyết thì Huệ Khả lúc đó đã 40 tuổi, lặn lội đến Thiếu Lâm Tự để xin yết kiến Bồ-đề Đạt-ma, thế nhưng Bồ-đề Đạt-ma không tiếp, Huệ Khả phải quỳ gối trên tuyết suốt đêm và sau cùng phải chặt cánh tay trái dâng lên Bồ-đề Đạt-ma để được vị này tiếp và nhận làm đệ tử. Một chi tiết khác cũng cho thấy một sự tương đồng giữa hai câu chuyện: vị trụ trì ngôi chùa Zen cũng có dáng dấp thật kỳ dị, nghiêm khắc và "hung tợn" tương tự như Bồ-đề Đạt-ma. Nhà sư Sangharakshita nêu lên một cách kín đáo các nét tương đồng đó giữa hai nhân vật nhưng không giải thích ý nghĩa ẩn chứa phía sau sự tương đồng đó.

Huệ Khả phải quỳ gối trên tuyết - có sách thì nói là đứng trên tuyết - và chặt cánh tay trái của mình dâng lên Bồ-đề Đạt-ma thì mới được vị này tiếp, trong khi đó thì nhà sư Zen đón nhận người thanh niên ngay tức khắc.

Thật vậy, những gì thêu dệt chung quanh nhân vật Bồ- đề Đạt-ma chỉ là các chi tiết nhằm mục đích tô điểm và thổi phồng, biến Bồ-đề Đạt-ma thành một nhà sư khác thường.

Kinh sách Trung quốc cho biết Bồ-đề Đạt-ma là một người Ấn-độ tóc tai rậm rịt, râu ria xồm xoàm, hai mắt trợn trừng, cách mô tả chi tiết đó là nhằm cho thấy Bồ-đề Đạt-ma đúng là người Ấn-độ, hay ít ra cũng không phải là người Trung quốc. Thế nhưng kinh sách thì lại bất nhất về các chi tiết khác như năm sinh, con đường mà Bồ-đề Đạt-ma vào Trung quốc, và thuộc thời kỳ nào trong lịch sử Trung quốc... Sự kiện Huệ Khả phải quỳ gối trên tuyết suốt đêm (hay ba ngày liền, tùy theo tư liệu) ngoài sân chùa và phải chặt cánh tay trái để tỏ lòng thành của mình để được Bồ-đề Đạt-ma tiếp là một sự thêm thắt và thổi phồng thật vụng về, bởi vì các hành động vô cùng hung bạo, thiển cận và cực đoan của Huệ Khả và cả Bồ-đề Đạt-ma đều đi ngược lại với giáo lý Phật giáo. Đức Phật sau một thời gian tu khổ hạnh đã nhận thấy đó là một sự sai lầm, một hình thức cực đoan hủy hoại chính mình. Trong khi đó thì Huệ Khả chặt cánh tay của mình để biến mình thành một kẻ tàn phế).

Đức Phật từng thụ phong cho nhiều người khiến các đệ tử uyên bác chung quanh Ngài không khỏi cảm thấy ái ngại, chẳng hạn như Đức Phật đã cảm hóa và cho gia nhập Tăng một tên cướp giết người không gớm tay là Angulimala, hoặc trước khi tịch diệt Ngài đã

chính thức thụ phong tỳ-kheo cho một một ông lão già nua và ốm đau. Trở lại với các truyền thuyết về Bồ- đề Đạt-ma thì thật rõ ràng Bồ-đề Đạt-ma là một nhân vật tạo dựng nhằm mục đích "chính thống hóa" nguồn gốc Ấn-độ của học phái "Tchan" hình thành tại Trung quốc. Thế nhưng dù chỉ là những chuyện tạo dựng thế nhưng phía sau các thứ ấy cũng có một cái gì đó rất thật. Các phép thiền định Tchan tại Trung quốc và Zen tại Nhật bản từng giúp cho nhiều người tu hành đắc đạo, trong quá khứ và cả ngày nay. Mở rộng hơn nữa thì Đại thừa Phật giáo là cả một lâu đài nguy nga và tráng lệ xây dựng trên nền tảng Giáo Huấn nguyên thủy của Đức Phật, không ai có thể chối cải giá trị vô song của Đại thừa).

Mudita hay niềm hân hoan

Phẩm tính *brahma vihara* thứ ba là *mudita* tức là lòng hân hoan. Đó là niềm hạnh phúc hiện lên với mình khi trông thấy kẻ khác được hạnh phúc. Trông thấy kẻ khác hạnh phúc thì mình cũng phải cảm thấy hạnh phúc như họ, thế nhưng thật đáng tiếc điều đó không mấy khi xảy ra. Chỉ có những người kém đạo đức thì mới cảm thấy sung sướng khi trông thấy bạn bè lâm vào cảnh bất hạnh. Tiếc thay thói thường là như thế. Vậy thì nếu có một người nào đó thuật lại với các bạn những điều không may của họ thì các bạn cũng nên nhìn vào thâm tâm mình xem sao. Thông thường các bạn sẽ cảm thấy một chút nhấp nháy khe khẽ của một

niềm vui thích trong lòng - thế nhưng ngay sau đó tất nhiên là một thứ phản ứng khác quy ước hơn sẽ đè bẹp phản ứng trung thực đó của các bạn. Mọi chuyện đều xảy ra tương tự như thế cả *(chúng ta sống với các phản ứng giả tạo, áp đặt bởi xã hội và giáo dục. Các cảm tính ích kỷ, ganh tị, tham lam, phát sinh từ bản năng sinh tồn, truyền giống và sợ chết rất kín đáo và khó trị. Giáo dục, truyền thống, luật pháp, luân lý... thường không đủ sức đè bẹp các thứ bản năng đó mà chỉ có thể che dấu chúng với ít nhiều khéo léo và kín đáo mà thôi. Thiền định là một phương pháp cụ thể và hiệu quả giúp chúng ta hóa giải từ cội rễ các sự thúc dục ích kỷ đó)*. Nói chung niềm hân hoan là một thứ xúc cảm đặc thù của Phật giáo. Nếu các bạn không hề cảm thấy mình hạnh phúc và hân hoan, hoặc chỉ thoáng qua trong một vài dịp hiếm hoi nào đó, thì nhất định các bạn không phải là một người Phật giáo [đúng nghĩa của nó].

Upeksha hay sự thanh thản

Phẩm tính *brahma vihara* thứ tư là *upeksha* tức là sự thanh thản *(hay thanh thoát)*. Chữ upeksha có nghĩa là một sự thanh thản *(tiếng Pa-li là upekkha, là một thể dạng tâm thức bình lặng, thăng bằng và thanh thoát)* hoặc nói một cách đơn giản hơn thì đó là sự an bình (peace). Thế nhưng thường thì chúng ta nghĩ rằng an bình là một thứ gì đó mang tính cách tiêu cực, chẳng hạn như tránh được sự ồn ào, không bị quấy rầy,

hoặc trong trường hợp khi nói lên: "Tôi muốn mọi người để cho tôi yên". Thế nhưng sự an bình thật ra là một thứ gì đó vô cùng tích cực. An bình không những trên phương diện tích cực không thua kém gì so với tình thương yêu (*maitri*), lòng từ bi (*karuna*) và niềm hân hoan (*mudita*), mà theo quan điểm Phật giáo còn tích cực hơn cả ba phẩm tính đó rất nhiều. *Upeksha* không phải chỉ đơn giản có nghĩa là không có một thứ gì khác [quấy rầy mình] mà đúng hơn tự nó là một phẩm tính với đầy đủ ý nghĩa. Đó là một thể dạng tích cực tràn đầy rung cảm, rất gần với thể dạng phúc hạnh tối thượng, khác hơn với thể dạng an bình *(peaceful/bình yên)* mà chúng ta thường hiểu *(upeksha là một cảm tính "thoát tục" và "an vui" thật mênh mông , một cảm tính phẳng lặng trong tâm hồn. Kinh sách Hán ngữ dịch chữ upeksha là "xả", không nói lên được cảm tính đó, chẳng qua vì trong Hán ngữ không có chữ nào tương đương với chữ upeksha trong tiếng Phạn hay upekkha trong tiếng Pa-li)*.

Bài 8

Dhyana trong thế giới hình-tướng và vô-hình-tướng

Chữ *dhyana* (tiếng Pa-li là *jhana*) bắt nguồn từ động từ *dhyai* có nghĩa là "suy nghĩ" "tưởng tượng", "suy tư", "suy ngẫm", "ghi nhớ" hay "gợi lên trong tâm trí" *(kinh sách Hán ngữ dịch chữ dhyana là "định"/禪, kinh*

sách tiếng Việt dịch lại từ tiếng Hán là "thiền", "thiền định"

hay "thiền-na", kinh sách Tây phương dịch chữ này là "absorption" với ý nghĩa là một thể dạng lắng sâu của tâm thức). Ý nghĩa của chữ *dhyana* sau đó lại dần dần được hiểu khác hơn, theo tôi thì Marion Matics *(một nữ dịch giả người Mỹ chuyên dịch kinh sách Phật giáo)* đã trỏ được ngón tay của mình đúng vào ý nghĩa của thuật ngữ này khi nêu lên mục đích của *dhyana* là cách "bước qua ngưỡng cửa của tâm thức để thâm nhập vào lãnh vực của các sự cảm nhận khác hơn là các sự cảm nhận đạt được qua khả năng thông thường của tư duy và các cơ quan cảm giác". Trên phương diện tổng quát cách định nghĩa trên đây thật hết sức chính xác. Tuy nhiên cũng có các cách định nghĩa khác thứ yếu hơn, trong số này có hai cách thường thấy nhất: cách thứ nhất cho rằng *dhyana* là một thể dạng "vô cảm" (insensitivity) hay "suy giảm" (suy yếu/weakening) liên quan đến các khả năng cảm nhận của các giác quan *(theo Phật giáo thì giác quan gồm có tất cả sáu thứ: ngũ giác và tâm thức, do đó kinh sách thường nêu lên "lục giác" là như vậy, tâm thức cũng là một cơ quan giác cảm. Sự sút giảm hay suy yếu ở đây có nghĩa là các sự sinh hoạt của lục giác "giảm xuống" trong lúc hành hành thiền)*, các nhà thần bí Ki-tô giáo đôi khi cũng gọi thể dạng này là sự "Vô cảm Thánh thiện" *(Holy Insensitivity/Sainte Insensibilité. Nói một cách quen thuộc hơn thì đó là các sự cảm nhận "thoát tục", với ý*

nghĩa một sự "vô cảm"); cách định nghĩa thứ yếu thứ hai cho rằng *dhyana* là các hiển lộ tâm thần, phản ảnh các phẩm tính đặc trưng của các vị thần linh, chẳng hạn như các vị làm đối tượng trong phép thiền định quán thấy *(thí dụ lòng từ bi là biểu tượng đặc trưng của Bồ-tát Quán thế âm. Luyện tập thiền định quán thấy hướng vào vị này sẽ giúp mình trở thành vị này và mang lại cho mình các phẩm tính của vị này).*

(Tóm lại các cách định nghĩa của chữ dhyana rất đa dạng: định, thiền, thiền na, absorption..., nhà sư Sangharakshita không dịch chữ này mà dùng thẳng tiếng Phạn là dhyana)

Chúng ta có thể hình dung *dhyana* qua hai khía cạnh khác nhau: trước hết là các thể dạng tri thức phi thường hay siêu việt *(super-normal/cao siêu, siêu nhiên)*, có nghĩa các thể dạng tri thức vượt cao hơn và xa hơn thể dạng tâm thức bình dị và thường tình của chúng ta và đó cũng là sự giác ngộ, sau đó là khía cạnh thứ hai mang tính cách thực hành, đó là các phương pháp giúp tạo ra các thể dạng tri thức siêu việt trên đây.

Kinh sách Phật giáo đưa ra rất nhiều bảng mô tả và liệt kê các thể dạng tri thức siêu việt căn cứ vào các cấp bậc thâm sâu khác nhau. Chúng ta sẽ tìm hiểu hai trong số các bảng mô tả này: trước hết là bảng mô tả về "Bốn *dhyana* của thế giới hình-tướng" và sau đó là bảng mô tả về "Bốn *dhyana* của thế giới vô-hình-tướng".

Bốn *dhyana* của thế giới hình-tướng

Dhyana gồm có bốn thể dạng khác nhau *(kinh sách Hán ngữ gọi là "tứ thiền")*, thế nhưng đôi khi cũng thấy nêu lên năm thứ. Điều này cho thấy không nên quá câu nệ trong việc phân loại các *dhyana*. Bốn *dhyana* biểu trưng cho bốn thể dạng siêu việt trong phép phát huy tâm thầm (psychic) và cả tâm linh (spiritual), thế nhưng thật ra thì cả bốn thể dạng này đều thuộc chung trong một quá trình duy nhất nói lên một sự diễn tiến liên tục.

Bốn thể dạng *dhyana* trên đây thường được mô tả theo hai cách khác nhau. Cách thứ nhất liên quan đến lãnh vực tâm lý, đó là cách tìm hiểu xem các yếu tố tâm lý nào tiêu biểu nhất cho từng mỗi thể dạng tri thức siêu việt đó. Cách thứ hai thuộc lãnh vực hình ảnh *(tức là cách so sánh bốn thể dạng "trừu tượng" và "siêu hình" của bốn dhyana với các hình ảnh "cụ thể" hơn, giúp chúng ta hình dung dễ dàng hơn các đặc tính tâm lý liên quan với các thể dạng dhyana đó)*. Dưới đây chúng ta sẽ lần lượt tìm hiểu bốn *dhyana* thuộc lãnh vực tâm lý và sau đó là các hình ảnh cụ thể biểu trưng cho các thể dạng đó.

Điểm đặc thù trong sự cảm nhận thể dạng *dhyana* thứ nhất trong lãnh vực tâm lý là sự vắng mặt của các xúc cảm tiêu cực, chẳng hạn như các sự thèm khát, hung dữ, lười biếng, bồn chồn lo lắng, và sau hết là hoang

mang, đó là "năm thứ chướng ngại tâm thần" *(kinh sách Hán ngữ gọi là "ngũ triền cái", kinh sách Tây phương gọi là five hindrances, obstructions/entraves, obstacles)*. Khi tất cả các xúc cảm tiêu cực còn chưa bị khống chế, loại bỏ hay tạm thời chận đứng, và khi tâm thức chưa thoát khỏi năm thứ chướng ngại tâm thần *(ngũ triền cái)* cùng cả các sự sợ hãi, giận dữ, ganh tị, lo âu, hối tiếc và các thứ cảm tính tội lỗi, ít nhất cũng là tạm thời, thì khi đó sẽ không thể nào có thể xảy ra sự hòa nhập với các thể dạng tri thức siêu việt được *(xin mạn phép nhắc lại: thiền định là cách nâng tri thức của mình lên các cấp bậc cao hơn, các cấp bậc này được gọi chung là dhyana. Bước đầu tiên là phải loại bỏ năm thứ chướng ngại quan trong nhất - "ngũ triền cái" - cùng các thứ xúc cảm tiêu cực thứ yếu hơn)*. Vì thế thật hết sức rõ ràng là nếu muốn luyện tập thiền định một cách nghiêm chỉnh thì việc trước nhất phải làm là ngăn chận - ít nhất cũng phải được một phần nào - sự phát lộ thô bạo của tất cả các thứ xúc cảm tiêu cực trên đây.

Dhyana dưới thể dạng một sự cảm nhận siêu-tri-thức (super-conscious) phải là một cái gì đó thật tự nhiên *(hiện lên với mình thật đơn giản, không cần một sự cố gắng hay tìm kiếm nào cả)*. Lý tưởng nhất là mỗi khi ngồi xuống hành thiền và lúc vừa mới bắt đầu khép mắt lại thì tức khắc cảm thấy mình dang hòa nhập vào *dhyana*. Tất cả đều giản dị và tự nhiên như vậy. Nếu tạo được cho mình một cuộc sống đúng đắn, phù hợp

với bản chất con người *(xin liên tưởng đến "Con đường gồm tám yếu tố đúng đắn" do Đức Phật nêu lên. Kinh sách Hán ngữ gọi Con đường này là "Bát chánh đạo". Con đường gồm tám yếu tố đúng đắn sẽ giúp chúng ta loại bỏ phần lớn các xúc cảm tiêu cực và các chướng ngại tâm thần - ngũ triền cái - do cuộc sống tạo ra cho mình)* thì điều đó sẽ chẳng có gì là khó khăn cả. Thế nhưng trong khi còn đang luyện tập thì lại khác, chúng ta phải phấn đấu, phải cố gắng và đổ mồ hôi, thế nhưng không phải là để luyện tập hành thiền hoặc giúp mình đạt được các thể dạng *dhyana*, mà là để loại bỏ các thứ chướng ngại *("triền cái")* ngăn chận không cho phép mình đạt được các thể dạng *dhyana*. Nếu đủ sức gạt bỏ được các chướng ngại đó thì chúng ta sẽ tha hồ căng buồm lướt sóng để bắt đầu hòa nhập với *dhyana* thứ nhất.

Khía cạnh tích cực nổi bật nhất của *dhyana* thứ nhất trên đây là sự cô đọng và hợp nhất của tất cả các nguồn năng lực tâm lý và vật lý *(psychophysical, có nghĩa là tất cả các nguồn năng lực trong tâm thần và trên thân thể)*. Các nguồn năng lực của chúng ta thường ở trong tình trạng bị phân tán, hướng vào đủ mọi thứ đối tượng khác nhau. Vì bung ra khắp hướng nên các nguồn năng lực đó bị thất thoát và phí phạm. Chúng không kết hợp được với nhau. Trái lại trong những lúc hành thiền thì tất cả các nguồn năng lực sẽ gom tụ lại, nếu nguồn năng lực nào bị bế tặc thì sẽ được khai thông, hoặc bị

phung phí thì sẽ được tận dụng. Nhờ đó tất cả các nguồn năng lực sẽ kết hợp với nhau - có nghĩa là trở nên thật cô đọng và hợp nhất, cùng chảy theo một hướng. Luồng sóng năng lực hợp nhất đó, sự dâng trào của tất cả các nguồn năng lực đó, là điểm đặc thù và tiêu biểu của *dhyana* thứ nhất. .

Sự tập trung và hợp nhất giữa các nguồn năng lực bên trong toàn thể con người chúng ta trong thể dạng *dhyana* thứ nhất sẽ được cảm nhận như một thứ gì đó rất thích thú *(pleasant/agréable/êm ái, thú vị, êm ả)*, có thể xem như là một niềm phúc hạnh. Các cảm giác thích thú đó gồm hai thể dạng: một thể dạng hoàn toàn thuộc lãnh vực tâm lý *(tâm thần)*, và một thể dạng thuộc lãnh vực vật lý *(sự sảng khoái trên thân thể)*. Thể dạng vật lý thường được mô tả như là một sự thích thú (tiếng Phạn là priti) *(delight/ravissement/vui sướng, hân hoan, vui thích, phản ảnh một niềm phúc hạnh sâu xa)*. Sự vui sướng hay thích thú đó hiển hiện dưới nhiều hình thức khác nhau, một số người mỗi khi hành thiền thì cảm thấy tóc dựng ngược trên đỉnh đầu, với một số người khác thì nước mắt ràn rụa. Đó là các hình thức biểu lộ của niềm vui sướng *(kinh sách Hán ngữ gọi là "hỉ")* trên dây, các hình thức phát lộ đó [của niềm vui sướng] rất tốt, lành mạnh và tích cực, thế nhưng thường không kéo dài được lâu.

Thể dạng *dhyana* thứ nhất trên đây cũng được xác định bởi một số các sinh hoạt tâm thần mang tính cách lý luận *(discursive/sự*

suy nghĩ tản mạn và miên man). Chúng ta có thể hội nhập với thể dạng *dhyana* thứ nhất này bằng cách tạm thời làm dừng lại tất cả các xúc cảm tiêu cực *(tư duy tản mạn cũng là một hình thức xúc cảm tiêu cực)*, hoặc bằng cách hợp nhất các nguồn năng lực, hoặc tạo ra các cảm nhận thích thú *(priti/"hỉ" trong kinh sách tiếng Hán)* bên trong tâm thức và cả trên thân thể mình. Tất nhiên nếu muốn làm được như vậy thì vẫn phải cần đến sự sinh hoạt tâm thần mang tính cách lý luận *(sự suy nghĩ, tưởng tượng giúp mình cảm nhận sự thích thú hiện lên trong tâm thức và thân thể mình)*, thế nhưng không nên để cho các tàn tích tạo ra bởi các sự sinh hoạt tâm thần đó trở nên quá mạnh, vì chúng có thể làm suy giảm sự tập trung của mình - ít nhất cũng không để chúng làm phương hại đến chủ đích hành thiền của mình *(có nghĩa là dù cảm nhận được các sự thích thú nhưng phải giữ sự tập trung hướng vào việc hành thiền, không nên để mình bị xao lãng bởi các cảm nhận thích thú đó và dừng lại đó rồi cho rằng mình đã đạt được mục đích của thiền định)*. Sau một lúc thì dường như các sự sinh hoạt tâm thần trên đây *(các sự suy nghĩ tản mạn và các cảm tính thích thú)* cũng có thể sẽ bị gạt sang bên lề của sự cảm nhận, thế nhưng chúng vẫn còn tiếp tục tồn tại.

Trong thể dạng *dhyana* thứ hai các sự sinh hoạt lý luận *(sự suy nghĩ liên tục, hết chuyện này sang chuyện khác)* sẽ dần dần tan biến hết. Sự tan biến dần dần đó diễn

tiến song song với sự gia tăng tuần tự của sự chú tâm. *Dhyana* thứ hai do đó là một thể dạng phi-tư-duy. Nhiều người cảm thấy sợ hãi mỗi khi nghe nói đến thể dạng phi-tư-duy, chẳng qua là vì họ nghĩ rằng nếu không còn tư duy nữa thì chẳng khác gì như không còn hiện hữu nữa *(chúng ta có thể liên tưởng đến câu phát biểu nổi tiếng của triết gia Descartes: "Tôi suy nghĩ tức là tôi hiện hữu", Sự suy nghĩ đó thuộc vào cấp bậc thấp nhất của tri thức, tức là thể dạng bình dị và thường tình của chúng ta. Trong các thể dạng dhyana, nhất là bắt đầu từ thể dạng dhyana thứ hai, sự suy nghĩ liên tục và miên man tan biết dần và chấm dứt sau đó, tạo ra cho người hành thiền một tâm thức trong suốt và rạng ngời. Thể dạng đó không phải là một thể dạng "không còn hiện hữu nữa" theo ý nghĩa của câu phát biểu trên đây của Descartes)* - và xem đó như là một trạng thái tâm thần ngây ngất *(trance/chẳng hạn như trạng thái tâm thần của những người lên đồng hay nhập hồn, đấy chỉ là một trạng thái tâm thần bị chấn động cực độ)* hay hôn mê (coma). Do vậy điểm đặc thù và tiêu biểu nhất của thể dạng *dhyana* thứ hai là sự vắng mặt của tất cả mọi hình thức sinh hoạt lý luận *(discurcive activity/sự suy nghĩ miên man và tản mạn)*, và cũng chính nhờ đó mà chúng ta trở nên hoàn toàn tỉnh táo và minh mẫn. Trong thể dạng thứ hai này toàn thể tri thức và toàn bộ con người của mình sẽ được nâng lên một cấp bậc cao hơn: bén nhạy, tỉnh táo và ý thức hơn, so với thể dạng tri thức trong những lúc bình thường.

Mặc dù các sự sinh hoạt tâm thần qua các hình thức lý luận *(sự suy suy nghĩ miên man)* đã tan biến hết, tâm thức không còn năng động trong lãnh vực này nữa *(tức là không còn lý luận liên miên nữa)*, thế nhưng chúng ta vẫn tiếp tục cảm nhận được một thể dạng nhận thức trong sáng, tinh khiết và rạng ngời *(vẫn còn tiếp tục cảm nhận, nhưng không liên tưởng, suy nghĩ, tưởng tượng hay lý luận gì cả)*. Trong *dhyana* thứ hai này, các nguồn năng lực tâm thần sẽ càng lúc càng trở nên cô đọng và hợp nhất hơn, nhờ đó các cảm tính thích thú *(an vui, êm ả, hân hoan, "hỉ",/priti)* thuộc lãnh vực tâm thần và vật lý *(trong tâm thức và trên thân thể)* hiện lên với mình trong thể dạng *dhyana* thứ nhất vẫn tiếp tục tồn lưu.

Tóm lại trong sự chuyển tiếp từ *dhyana* thứ nhất sang *dhyana* thứ hai, các sự sinh hoạt tâm thần dưới hình thức những sự suy nghĩ miên man sẽ bị loại bỏ. Trong sự chuyển tiếp từ *dhyana* thứ haì sang *dhyana* thứ ba, các cảm giác thích thú tan biến hết, tâm thức tràn đầy phúc hạnh, thế nhưng sự nhận thức cũng sẽ dần dần rút khỏi thân thể, vì thế chúng ta sẽ không còn cảm nhận được bên trong thân thể hay kèm theo với thân thể mình các cảm giác thích thú (priti) nữa, thay vào đó là một niềm phúc hạnh thật tròn đầy. Thật sự ra trong giai đoạn này sự ý thức về thân thể cũng chỉ bị gạt sang bền lề sự cảm nhận, không còn chiếm giữ vị trí trung tâm như trong những lúc bình thường nữa *(trong những lúc bình thường chúng ta cảm nhận được thật rõ rệt thân thể mình*

kèm theo cả cái tôi của mình, trong thể dạng dhyana thứ ba, sự cảm nhận đó sẽ lu mờ dần, người hành thiền chỉ cảm thấy một niềm phúc hạnh mênh mông lan rộng. Điều đó cho thấy "thân thể" và "cái tôi" là nguồn gốc của mọi sự suy nghĩ và lý luận miên man, tạo ra đủ mọi thứ chướng ngại trên thân xác và trong tâm thức, mang lại cho mình mọi thứ khó khăn và vướng mắc trong cuộc sống). Tuy nhiên trong thể dạng *dhyana* thứ ba này các yếu tố khác *(ngoài các cảm giác thích thú/priti)* không những vẫn được giữ nguyên như trước mà còn trở nên cô đọng hơn nhiều *(chẳng hạn như sự hợp nhất của các nguồn năng lực, sự cảm nhận về một niềm phúc hạnh, thể dạng phi-tư-duy, v.v. đều trở nên cô đọng và vững chắc hơn).*

Trong *dhyana* thứ tư sự cảm nhận tâm thần về các niềm phúc hạnh cũng sẽ tan biến hết. Tất nhiên điều đó không có nghĩa là chúng ta sẽ cảm thấy bất an hay khổ sở, dù là dưới bất cứ một hình thức nào cũng vậy, mà đúng hơn đó là tình trạng tâm thức vượt lên trên sự thích thú và cả đớn đau. Điều này có vẻ khá khó hiểu bởi vì chúng ta không khỏi nghĩ rằng tình trạng đó
- tức là thể dạng không thích thú cũng không đớn đau - là một thứ gì xám xịt hay trung hòa, thấp hơn cả sự thích thú và sự đớn đau. Thế nhưng thật ra không đúng như vậy, trong thể dạng *dhyana* thứ tư, tâm thức vượt hẳn lên trên tất cả các thứ ấy, kể cả các niềm phúc hạnh tâm thần thuộc vào các

thể dạng *dhyana* trước đó, và hòa nhập vào một thể dạng thật thanh thoát *(equanimity - tiếng Pa-li là upekkha - tức là thể dạng thứ tư trong "Bốn thể dạng hay phẩm tính vô biên của tâm thức", nói lên một sự thanh thản, bình lặng, thăng bằng và bền vững của tâm thức. Kinh sách Hán ngữ gọi "Bốn thể dạng vô biên" này là "Tứ vô lượng tâm", và gọi thể dạng thứ tư/upekkha/equanimity là "xả")*. Nếu chấp nhận một chút phi lý nào đó thì chúng ta cũng có thể cho rằng thể dạng thanh thoát (*upekkha*) tạo ra một sự thích thú to lớn hơn cả thể dạng thích thú (trái lại nếu bảo rằng đớn đau hơn cả thể dạng đớn đau thì nhất định sẽ không được ổn) *(sự thanh thản hay thanh thoát/upekkha/"xả" là một cảm tính siêu việt, vượt lên trên mọi sự phân biệt, mang lại cho người hành thiền sự cảm nhận tất cả chúng sinh đều bình đẳng với nhau. Sự cảm nhận thanh thoát đó "bao trùm" và "vượt lên trên" cả sự thích thú, có thể xem như là một niềm phúc hạnh tuyệt đối. Xin lưu ý thể dạng thanh thản hay thanh thoát - equanimity, tiếng Phạn là upeksha, tiếng Pa-li là upekkha, kinh sách Hán ngữ gọi là "xả" - chữ xã có thể khiến hiểu lầm là một sự "xả bỏ", "tha thứ" hay "không chấp nhất". Bốn thể dạng vô biên hay "Tứ vô lượng tâm" là bốn đối tượng hay chủ đề sử dụng trong phép thiền định, không phải là bốn cung cách hành xử trong cuộc xống thường nhật, như thường bị hiểu lầm)*. Trong thể dạng *dhyana* thứ tư này tất cả các nguồn năng lực đều trở nên hoàn toàn hợp nhất. Do vậy

dhyana này là một thể dạng hài hòa, phản ảnh một sự thăng bằng thật hoàn hảo về cả hai mặt tâm thần và tâm linh.

Trong Giáo Huấn của Đức Phật bốn thể dạng *dhyana* trên đây được mô tả bằng cách so sánh với các hình ảnh thích nghi và tuyệt đẹp:

"Tương tự như một người chuyên việc tắm rửa, hay người phụ giúp mình [trong công việc đó], rắc bột xà bông vào một chiếc đĩa, đổ thêm nước vào đó và khuấy đều, khiến bột [xà bông] tan hết trong nước, hoặc để nước ngấm hết vào bột xà bông, kết quả là không còn một chút bột [xà bông] nào không ngấm nước. Cũng vậy một nhà sư làm ngấm trong thân thể mình, hòa tan trong thân thể mình, ngập tràn trong thân thể mình bởi sự thích thú và niềm hân hoan hiện ra từ bối cảnh cô độc, không có một phần nhỏ nhoi nào của thân thể mình lại không thấm nhuần bởi sự thích thú và niềm hân hoan hiện ra từ sự cô độc đó (sự hòa tan giữa nước và bột xà-bông nói lên sự hợp nhất, đó là đặc điểm tiêu biểu của thể dạng dhyana thứ nhất) [....].

"Tương tự như một hồ nước mênh mông, bên dưới đáy hồ là một nguồn nước ngầm, không có một con suối nào đổ vào hồ, dù là từ hướng đông, hướng tây, hướng bắc hay hướng nam. [Bầu trời] trên mặt hồ cũng không có một áng mây nào rót nước mưa vào hồ, duy nhất chỉ có mạch nước ngầm làm cho chiếc hồ ngập tràn nước mát, không

còn một chỗ nào là không ngập nước. Cũng vậy, một nhà sư [...] làm ngập tràn thân thể mình bởi sự thích thú và hân hoan phát sinh từ sự tập trung [tâm thần] (trong thể dạng dhyana thứ hai, cảm tính thích thú (priti/hân hoan/"hỉ") sẽ hiện lên và xâm chiếm toàn thể thân xác và tâm thần người tu hành) [...].

"Tương tự như các đóa hoa sen mọc trong một hồ nước, một số mọc lên từ đáy hồ, ngoi lên khỏi mặt nước, một số khác vẫn còn ngập trong nước, hút các chất dinh dưỡng thật sâu từ đáy hồ, rễ cũng như búp hoa đều ngấm nước. Cũng vậy, một nhà sư [...] làm ngập tràn thân thể mình bởi niềm thích thú, không thoáng hiện một chút hân hoan nào (trong dhyana thứ ba người hành thiền cảm nhận được một niềm phúc hạnh bao la, thế nhưng trong sự cảm nhận đó không còn vướng mắc một sự thích thú nào cả, tương tự như các đóa hoa sen trước đây ngập trong nước nhưng đã ngoi lên khỏi mặt nước) [...].

"Tương tự như một người quấn toàn thân mình bằng một chiếc áo trắng, phủ kín từ đầu đến gót chân, không còn bất cứ một chỗ nào, dù nhỏ cách mấy, lại không phủ kín bởi chiếc áo trắng. Cũng vậy, một nhà sư ngồi xuống phủ kín toàn thân thể mình bằng một thể dạng thanh thoát (upekkha) và sự tập trung tối thương [...] *(thể dạng dhyana thứ tư là thể dạng tâm thức thanh thản, bình lặng và thăng bằng, vượt lên trên tất cả mọi sự cảm nhận, tạo ra cho mình một thể dạng*

tâm thần thật bình lặng, thanh thoát, bền vững, trong sáng, tương tự như những đóa hoa sen ngoi lên khỏi mặt nước, các cánh hoa nở rộ, rạng rỡ và yên lặng - xin mạn phép nhắc lại, thể dạng này kinh sách Hán ngữ gọi là "xả", quả thật không có nghĩa gì cả).

Bốn cách so sánh trên đây cho thấy rõ rệt một sự thăng tiến tuần tự từ các *dhyana* thấp đến các *dhyana* cao hơn. Trong cách so sánh thứ nhất trên đây, chúng ta thấy nêu lên nước và bột xà-bông, hai thứ đó nói lên một sự đối nghịch. Thế nhưng vẫn có một giải pháp để hóa giải sự đối nghịch đó, đấy là cách hòa tan bột xà-bông vào nước *(hoặc để nước ngấm vào bột xà bông)*. Trong *dhyana* thứ nhất đó sẽ xảy ra một sự hợp nhất hoàn toàn giữa tất cả các nguồn năng năng lực của tâm-thức-nhận-biết *(conscious mind/tâm thức bình thường hay bình dị)* ở vào một cấp bậc *(khả năng)* ý thức nào đó *(điểm tiêu biểu của dhyana thứ nhất này là sự kết hợp của tất cả các nguồn năng lực tâm lý và vật lý thuộc một cấp bậc tùy thuộc vào khả năng của mỗi cá thể, sự kết hợp hay hợp nhất đó được so sánh với sự hòa tan giữa nước và bột xà bông)*.

Cách so sánh thứ hai mô tả một sự luân lưu, một thể dạng thông suốt, và trong giai đoạn cuối cùng *(và cao nhất)* có thể đưa đến sự dâng trào của các nguồn năng lực siêu-tri-thức *(super- conscious energies/các nguồn năng lực cao siêu hơn các nguồn năng lực của tri thức thông thường)*, các nguồn năng

lực này đã được kết hợp với nhau từ trước đó bên trong tâm-thức- nhận-biết *(có nghĩa là các nguồn năng lực đã được hợp nhất từ trước bên trong tâm thức thông thường hay bình dị trong giai đoạn dhyana thứ nhất, trước khi dâng trào trong giai đoạn dhyana thứ hai)*.

Cách so sánh thứ ba nêu lên hình ảnh các búp hoa sen chìm trong nước, đó là cách mô tả các nguồn năng lực của tâm-thức-nhận-biết bị tràn ngập bởi các nguồn năng lực siêu-tri-thức và được biến cải bởi các nguồn năng lực này *(để trở thành các búp hoa trong nước)*.

Cách so sánh thứ tư nêu lên một người trùm kín toàn thân thể mình bằng một chiếc áo trắng, đó là cách nói lên các nguồn năng lực siêu-tri-thức (super-conscious energies) không những thầm nhuần mà còn lấn lướt, kiềm tỏa và phủ kín các năng lực của tâm-thức-nhận-biết *(tâm thức thường tình)*. Trong *dhyana* thứ hai, các nguồn năng lực siêu-tri-thức - biểu trưng bởi nước tuôn ra từ mạch nước ngầm - cất chứa bên trong tâm-thức-nhận-biết đều được hợp nhất (biểu trưng bởi toàn thể hồ nước). Trong thể dạng *dhyana* thứ tư, ngược lại tâm-thức-nhận-biết sẽ được cất chứa bên trong các nguồn năng lực siêu-tri-thức (biểu trưng bởi chiếc áo trắng phủ kín). Tình trạng đó là một sự đảo ngược toàn diện. *(một cách vắn tắt: trong thể dạng dhyana thứ nhất các năng lực tâm lý và vật lý trong tình trạng phân tán được kết hợp trở lại, trong thể dạng dhyana thứ*

hai các nguồn năng lực siêu-tri-thức hiển hiện và được cất chứa bên trong tâm-thức-nhận-biết đó, trong thể dạng dhyana thứ ba, các nguồn năng lực siêu-tri-thức trở nên trội hơn so với năng lực của tri-thức-nhận-biết. Trong thể dạng dhyana thứ tư, sự dâng trào của các nguồn năng lực siêu-tri-thức sẽ bao trùm và phủ kín các năng lực của tri-thức-nhận- biết).

Bốn *dhyana* của thế giới vô-hình-tướng

Bốn *dhyana* phi-hình-tướng là bốn thể dạng cảm nhận ở các cấp bậc tế nhị và tinh tế khác nhau.

Thể dạng thứ nhất trong số bốn thể dạng tri thức siêu việt liên quan đến thế giới vô-hình-tướng là "bầu không gian vô tận" (sphere of infinite space) hay "sự cảm nhận về không gian vô tận" (experience of infinite space). Trong thể dạng đó sự cảm nhận của chúng ta sẽ không bỏ sót bất cứ một sự vật nào cả *(một sự quán thấy thật rộng lớn bao trùm toàn thể thế giới hiện tượng - không những đối với những gì chuyển động trong thế giới bên ngoài mà cả những gì đang hiển hiện bên trong tâm thức mình - sự quán thấy rộng lớn đó sẽ giúp mình nhận biết cùng một lúc bản chất vô thường và sự trói buộc - conditioned co-production - của tất cả mọi hiện tượng, và cả nguyên lý tương liên - interdependence - chi phối sự vận hành đó của chúng)*. Xin nhắc lại là một khi đã đạt được *dhyana* thứ tư về thế giới hình tướng

(tức là cấp bậc cao nhất mang lại bởi phép thiền định mang tính cách "cụ thể" trên đây/"Tứ vô lượng tâm") thì khi đó chúng ta sẽ bỏ lại phía sau các sự ý thức về thân thể mình. Nếu chúng ta trừu tượng hóa *(xóa mờ hay loại bỏ)* ý nghĩa áp đặt cho các đối tượng mà chúng ta cảm nhận được trong không gian, thì những gì còn lại chỉ là một sự cảm nhận mênh mông về không gian vô tận - một không gian tỏa rộng khắp nơi, trở nên cùng khắp, tất cả chỉ là không gian. Sự cảm nhận đó không phải là một sự cảm nhận thị giác, tức không phải là cách mà chúng ta nhìn vào không gian từ một điểm trong không gian, mà chỉ là một thứ cảm giác tự do, một sự cảm nhận toàn thể con người mình tỏa rộng đến vô biên.

Dhyana vô-hình-tướng thứ hai được gọi là "bầu tri thức vô tận". Chúng ta sẽ đạt được thể dạng này bằng cách "suy nghĩ" về sự kiện mình cảm nhận được không gian vô tận, và bên trong sự cảm nhận đó cũng hàm chứa cả sự ý thức [của mình] về không gian vô tận. Điều đó có nghĩa là kèm theo sự vô tận của không gian là sự vô tận của tri thức, tức là một sự liên tưởng *(correlative/liên kết, đồng hóa)* mang tính cách chủ quan về thể dạng khách quan hay sự cảm nhận khách quan đó *(**hình ảnh** không gian tỏa rộng mang tính cách khách quan, sự **ý thức** của mình về sự toả rộng đó của không gian mang tính cách chủ quan. Sự liên tưởng hay liên kết, hay đồng hoá đó giữa "tri thức bao la" với "không gian tỏa rộng" sẽ giúp tri thức trở thành tương tự như chính không gian vô*

tận đó). Nếu trừu tượng hóa hay xóa mờ sự cảm nhận về không gian và chỉ duy nhất tập trung vào sự cảm nhận về tri thức và sự vô tận của nó, thì chúng ta sẽ cảm nhận được "tri thức vô biên" tỏa rộng ra hơn nữa, lan ra khắp hướng, nhưng tuyệt nhiên không xuất phát từ một điểm khởi thủy nào cả - tri thức sẽ tỏa rộng và hiện hữu cùng khắp *(tri thức và không gian đều vô tận như nhau, nếu xóa mờ sự cảm nhận không gian vô tận thì chỉ còn lại sự cảm nhận tri thức vô tận, tri thức đó tỏa rộng ra khắp hướng, cùng khắp, và đó là tri thức của người hành thiền đạt được dhyana thứ hai)*.

Dhyana vô-hình-tướng thứ ba càng khó đạt được hơn nữa, dù cấp bậc *dhyana* này vẫn còn thuộc vào thế giới trần tục. Thể dạng siêu-tri-thức tiêu biểu của *dhyana* thứ ba được gọi là "bầu không gian chẳng có gì cả" (sphere of nothing) hay là "bầu không gian chẳng-có-gì-đặc- biệt cả" (sphere of non-particularity). Trong sự cảm nhận đó, chúng ta không thể nào nắm bắt được một thứ gì riêng biệt, hầu có thể nhận diện nó khác biệt *(tách biệt)* với các thứ khác. Với tri thức thường tình trong cuộc sống thường nhật của mình khi nhìn vào một đóa hoa thì chúng ta có thể phân biệt nó với toàn thể một cội cây, hoặc khi nhìn vào một người nào đó thì chúng ta nhận biết đấy không phải là một gian nhà. Trong tình trạng đó *(tức là sau khi đã đạt được dhyana thứ ba)* sẽ không còn bất cứ môt sự hiện hữu riêng biệt *(tách biệt)* nào của bất cứ một sự vật nào với tư cách là một sự vật cả. Chúng ta

không thể xác định được cái này là "cái này" , cái kia là "cái kia". Điều đó cũng chẳng khác gì như mọi sự vật đều trở nên hư ảo và hòa lẫn với nhau, không thể nào xác định *(nắm bắt)* được một thứ gì cả. Thể dạng đó không phải là một thể dạng hư vô (nothingness/néant) mà là một thể dạng "chẳng có một thứ gì cả" (nothing, nil, void/nulle chose).

Dhyana vô-hình-tướng thứ tư là "bầu không gian phi-nhận-thức nhưng cũng không phải là không-nhận-thức". Trên đây *(dhyana thứ hai)* chúng ta chuyển từ đối tượng vô tận *(không gian)* sang chủ thể vô tận *(tri thức)*, đến đây *(trong thể dạng dhyana thứ tư)* chúng sẽ vượt lên trên cả hai thứ đó. Đấy là cách chúng ta đạt được một thể dạng mà trong đó không thể bảo rằng mình cảm nhận được một cái gì đó hay là không cảm nhận được một cái gì cả, bởi vì chẳng có ai để mà cảm nhận *(trong thể dạng đó chủ thể và cả đối tượng đều không có)*. Thế nhưng điều đó cũng không có nghĩa là chúng ta đã hoàn toàn thoát khỏi chủ thể và đối tượng, mà chỉ vì chúng ta không còn suy nghĩ hay cảm nhận được với tư cách là chủ thể và đối tượng *(một sự cảm nhận mang tính cách trống không tuyệt đối về chính mình và thế giới, một sự "giải thoát" tối thượng. Thế nhưng sự trống không đó không hề là một thể dạng hư vô, mà chỉ là một thể dạng thoát ra khỏi sự suy nghĩ và cảm nhận trói buộc và vướng mắc nhị nguyên. Chúng ta không còn suy nghĩ hay cảm nhận bát cứ gì xuyên qua chủ thể và đối tượng. Một sự*

trong suốt tuyệt đối sẽ hiện ra với mình qua sự cảm nhận về tâm thức mình và cả thế giới. Đó là sự Giải
Thoát tuyệt đối và tối thượng).

Bài 9

Cách biểu trưng năm thành phần trong các stupa

Vài lời ghi chú của người chuyển ngữ

Nhằm giúp theo dõi dễ dàng hơn các bài giảng 9 và 10 dưới đây, thiết nghĩ chúng ta cần tìm hiểu thêm về các chữ "stupa" và "Tantra" được nêu lên trong hai bài giảng này.

Stupa là tiếng Pa-li và tiếng Phạn, là một kiến trúc mang tính cách thiêng liêng trong Ấn giáo nói chung. Đối với Phật giáo stupa là nơi tưởng niệm và cất giữ xá lợi và tro hỏa táng của Đức Phật và các vị cao tăng. Chữ stupa được dịch sang tiếng Việt là "bảo tháp". Kiến trúc này thường có hình bán cầu, bằng đất hoặc gạch hay đá. Riêng đối với Phật giáo các stupa thường được xây dựng rất đồ sộ , đôi khi có thể biến thành một "ngôi chùa" (tiếng Ấn là "pagôdi", các ngôn ngữ Tây phương mượn lại chữ này và gọi là pagoda/pagode). Ý nghĩa cũng như kiến trúc của các stupa theo đó cũng dần dần biến đổi với thời gian và không gian sau khi Phật giáo phát triển rộng rãi tại các nước Á châu khác. Đặc biệt nhất là tại Trung quốc các kiến trúc stupa biến dạng thành các tháp cao với mái cong gồm nhiều tầng, v.v.

Trong phần dưới đây, nhà sư Sangharakshita sẽ giảng về ý nghĩa của các kiến trúc stupa theo quan điểm Phật giáo và Kim cương thừa.

Tantra (Tan-tra) là một trào lưu hay một đường hướng tu tập bắt nguồn từ phép luyện tập du-già (yoga) xuất hiện từ các thời kỳ thật xa xưa, trước Ấn giáo và cả Phật giáo. Đường hướng tu tập này đặc biệt ảnh hưởng đến Ấn giáo và đạo Ja-in, nhưng cũng ảnh hưởng đến cả Phật giáo, tuy muộn hơn nhiều, tức là vào các thời kỳ khi Kim cương thừa được hình thành trong thung lũng sông Hằng vào khoảng thế kỷ thứ VI hay VII. Sau đó Kim cương thừa và Phật giáo nói chung được đưa vào Tây Tạng, và sau khi phát triển rộng rãi tại quê hương này, đã trở thành một nền Phật giáo rất sâu sắc, cao siêu nhưng cũng rất đại chúng, thường được gọi một cách tổng quát là "Phật giáo Tây Tạng".

Tantrism là một thuật ngữ do người Tây phương đặt ra vào thế kỷ XIX, có nghĩa là học phái, giáo phái hay đạo "Tantra", và đôi khi cũng còn được gọi là "Phật giáo Tantra", các cách gọi này đều thiếu chính xác, nếu không muốn nói là sai. Đối với Phật giáo, Tantra không phải là một giáo phái, học phái hay tông phái nào cả, mà chỉ là một "phương tiện thiện xảo" (tiếng Phạn và tiếng Pa-li là upaya), tức là một "phương pháp" hay "hình thức" tu tập, đặc biệt được sử dụng trong Kim cương thừa. Nếu đã là một "phương pháp" hay "hình thức" tu tập thì

thường phải có sự chỉ dẫn của một vị thầy. Sự chỉ dẫn trực tiếp đó thường được hiểu như là một phép tu tập biệt truyền, đôi khi còn được gọi là "bí truyền". nhưng không thể gọi Phật giáo Tây Tạng hay Kim cương thừa là "Mật tông" được.

***

Các cách biểu trưng về năm thành phần được đưa vào kiến trúc của các stupa trong giai đoạn hình thành và phát triển của Vajrayana (Kim cương thừa) vào thời kỳ hưng thịnh của Phật giáo nói chung tại Ấn-độ (*từ thế kỷ thứ VI đến thứ VIII và IX)*.

Năm thành phần là đất, nước, lửa, không khí và không gian. Bốn thành phần đầu tiên là các thành phần "vật liệu" kết hợp lại với nhau để tạo ra vũ trụ "vật chất". Trong nền tư tưởng của tất cả các học phái Phật giáo, bốn thành phần này được gọi chung là *rupa (kinh sách Hán ngữ gọi là "sắc")* (chữ *rupa* sau đó còn được gán thêm một ý nghĩa khác nữa nhằm chỉ định "cấu hợp" *(skandha/aggregate/kinh sách Hán ngữ gọi là "uẩn")* thứ nhất trong số "Năm Cấu hợp" *(Pancaskandha/Five aggregates/kinh sách Hán ngữ gọi là "Ngũ Uẩn", là một khái niệm nêu lên năm thành phần kết hợp tạo ra một cá thể, đó là: thân xác/rupa, các cảm giác/vedana, sự nhận thức/samjna, các tạo tác tâm thần/samskara và tri thức/vijnana)*. Sự hiện hữu của tất cả mọi hiện tượng do-điều-kiện-mà-có (conditioned things) đều được hình thành từ "Năm Cấu hợp" trên đây *(Tất cả mọi hiện tượng chuyển động trong*

thế giới và hiển hiện bên trong tâm thức một cá thể đều phát sinh từ sự kết hợp và tương tác giữa năm thành phần căn bản trên đây).

Các nhà dịch thuật kinh sách Phật giáo đầu tiên từ tiếng Phạn và Pa-li sang các ngôn ngữ Tây phương thường dịch chữ *rupa* là "vật chất" (material/matière/vật liệu), nhằm nêu lên sự đối nghịch giữa hai lãnh vực vật chất và tâm linh, thế nhưng cách dịch này hoàn toàn sai (đối với Phật giáo, nhất là các phép tu tập Tantra, không hề có chuyện đối nghịch hay tương phản mang tính cách nhị nguyên/dualism). Nghĩa từ chương của chữ *rupa* là "hình tướng" *(form, figure, shape/hình thể, kinh sách Hán ngữ gọi là "sắc"/色)*, các triết gia Tây phương gọi là "sự cất chứa khách quan của trạng thái nhận thức" *(objective content of the perceptual situation, nói một cách khác giản dị hơn đó là "đối tượng" cụ thể và khách quan của sự nhận biết hay nhận thức)*. Vậy chúng ta hãy tìm hiểu xem điều đó có nghĩa là gì. Khi chúng ta phát động một sự cảm nhận (make an experience), thì một sự nhận thức *(hay nhận biết/perception)* sẽ xảy ra. Thí dụ chúng ta trông thấy một đóa hoa hoặc nghe thấy một điệu nhạc, thì đấy là một trạng thái cảm nhận (a perceptual situation). Chúng ta có thể phân biệt trạng thái đó qua hai khía cạnh khác nhau. Khía cạnh thứ nhất là một sự góp phần của mình vào sự cảm nhận đó, chẳng hạn như các cảm giác về màu sắc: đỏ hay trắng. Đó là một sự đóng góp của chúng

ta. [Trong trường hợp âm thanh] thì chúng ta sẽ có cảm giác êm dịu hay chói tai - đó cũng là một sự góp phần của mình. [Trong cả hai trường hợp trên đây: *(tức cánh hoa hay một điệu nhạc)*] nếu có một sự thích thú xảy ra thì đấy cũng sẽ là một sự đóng góp của chúng ta. Khía cạnh thứ hai là trong trạng thái nhận biết *(hay nhận thức)* ấy cũng có một cái gì đó mà mình không hề góp phần mình trong đó: có nghĩa là có một cái gì đó mà dường như mình có thể xác định (refer) được, một cái gì đó mà trạng thái cảm nhận dường như có thể chỉ định (designate, point out) được. [Thế nhưng] cái gì đó ngay trong lúc hiện tại này là một thứ gì mà mình không biết (the unknown) và cũng không nhận diện được (not identified), [tuy nhiên] trên phương diện thuật ngữ thì phải chăng đó là những gì mà chúng ta gọi là "sự cất chứa khách quan" bên trong trạng thái nhận thức trên đây. Sự cất chứa khách quan đó Phật giáo gọi là *rupa (thí dụ nhìn vào một đóa hoa, chúng ta cảm nhận được màu sắc, mùi hương..., đó là các sự "đóng góp" của mình. Trong khi đó thì các thành phần đất, nước, lửa, thán khí...tạo ra đóa hoa là các thành phần vật chất mà chúng ta chưa nhận biết và xác định được ngay tức khắc trong lúc trông thấy đóa hoa, các thành phần đó gọi chung là "cấu hợp vật chất", kinh sách gọi là rupa hay hình tướng, kinh sách tiếng Hán gọi là "uẩn". Nói một cách khác là khi chúng ta trông thấy một đóa hoa thì chúng ta chỉ trông thấy những đóng góp của mình, chẳng hạn như màu sắc, mùi hương...,*

nhưng không trông thấy những gì mà mình không đóng góp vào đó tức là rupa hay các cấu hợp gồm: đất, nước, lửa, khí, là những thứ mà mình không góp phần mình vào đó, và dường như mình cũng có thể "biết" được nó, thế nhưng ngay trong lúc mà mình đang góp phần mình vào sự cảm nhận đó của mình thì các thứ ấy - đất, nước , lửa, khí - là những gì mang tính cách khách quan lại lọt ra khỏi sự nhận biết hay nhận thức của mình, tuy rằng chúng là những thứ cất chứa tự nhiên và khách quan bên trong sự nhận thức của chính mình).

Rupa - với tư cách là một sự cất chứa khách quan bên trong trạng thái nhận thức - không những được nhận biết mà còn được nhận biết như hàm chứa một số phẩm tính nào đó. *Rupa* gồm có bốn phẩm tính chủ yếu, các phẩm tính này trên phương diện thuật ngữ được gọi là *mahabhuta (mahabhuta là tiếng Phạn và Pa-li, nghĩa từ chương là các "thành phần lớn", đó là: đất, nước, lửa, khí. "Bốn phẩm tính" hay "Bốn thành phần" này tiếng Pa-li gọi là Cattaro mahabhutani)*. *Rupa* được nhận thức *(nhận biết)* như là một thứ gì đó rắn chắc và bền bỉ *(đất)*, như là một thứ gì đó mang tính cách luân lưu và liên kết với nhau (cohesive) *(nước)*, như là một thứ gì đó có một nhiệt độ *(lửa)*, như là một thứ gì đó rất nhẹ và linh động *(khí) (kinh sách Phật giáo thường nêu lên bốn thành phần trên đây, thế nhưng kinh sách Ấn giáo thì thường nêu thêm một thành phần thứ năm là không gian)*. Trong nền tư tưởng

và nghệ thuật Phật giáo, bốn phẩm tính của *rupa* được biểu trưng bởi bốn thành phần vật chất là: đất, nước, lửa và không khí. Các thành phần này không phải là các "sự vật" hay "vật thể" (things) (đất không có nghĩa là một hòn đất, nước không có nghĩa là nước chảy ra từ một vòi nước) mà chỉ là các cách biểu trưng các phẩm tính chủ yếu của *rupa (rắn chắc, luân lưu, có một nhiệt độ và linh động, có nghĩa là các "đặc tính" của rupa/hình tướng/"sắc")* Nói một cách khác là tất cả những gì cứng và bền chắc bên trong trạng thái nhận thức *(xuyên qua các giác cảm và sự nhận biết của mình)* sẽ được biểu trưng bởi đất; tất cả những gì mang tính cách luân lưu và liên kết với nhau bên trong trạng thái nhận thức của mình sẽ được biểu trưng bởi nước; tất cả những gì có một nhiệt độ bên trong trạng thái nhận thức của mình sẽ được biểu trựng bởi lửa; tất cả những gì nhẹ và linh động bên trong trạng thái nhận thức của mình sẽ được biểu trưng bởi không khí.

Chữ *mahabhuta* nghĩa từ chương là các "thành phần lớn" hay các "thành phần tiên khởi" *(primary/nguyên thủy, thô sơ)*, sở dĩ gọi là tiên khởi là vì tất cả các thành phần phụ thuộc của *rupa* đều phát sinh từ bốn thành phần tiên khởi đó *(chỉ là bốn thành phần sơ đẳng - đất, nước, lửa, khí - thế nhưng chúng có thể liên kết và tương tác với nhau để tạo ra một con người xinh đẹp hay xấu xí, to béo hay thấp lùn, tạo ra rừng sâu và biển cả, địa cầu và thế giới, thiên hà và cả vũ trụ, đấy là các thành phần "phụ*

thuộc" của rupa hay hình tướng) Thế nhưng thật ra thì đấy cũng chỉ là ý nghĩa lộ liễu của chữ *mahabhuta* mà thôi, bởi vì thuật ngữ này còn hàm chứa một ý nghĩa khác lý thú hơn nhiều, nói lên một sự chuyển hóa thật kỳ diệu. Sự kỳ diệu đó cũng tương tự như một ảo thuật gia đưa ra cho chúng ta trông thấy một cái gì đó, thế nhưng thật ra thì lại là một thứ gì khác hẳn, điều đó cũng có nghĩa là tạo ra một bóng ma khổng lồ, một con ma hung dữ và khiếp đảm. Một ảo thuật gia biến đất sét thành vàng ròng, khiến chúng ta nhìn vào đất sét và tin đó là vàng. Cũng tương tự như vậy, chúng ta nhìn vào *rupa*, tức là sự cất chứa khách quan của trạng thái nhận thức - có nghĩa chỉ là đất, là nước, là lửa, là không khí - [thế nhưng chúng ta lại nhất quyết cho đấy là vàng]. Bên trong *rupa* - dù có cất chứa một cái gì đi nữa *(đất, nước, lửa, khí)* - thì chúng ta không trông thấy, và cũng chẳng cần biết đến để mà làm gì. Chúng ta có thể tự bào chữa rằng mình không hề cảm nhận được đất sét - không nhận biết được đấy là đất sét - mà chỉ trông thấy toàn là vàng ròng.

Cũng tương tự như vậy, người ta thường thuật lại câu chuyện sau đây về con ma Yakshini *(một nữ thần linh trong Ấn giáo, Phật giáo và cả đạo Ja-in, có một thân hình mang các dường nét nữ tính thật khêu gợi)*. Con ma này rất hung dữ, hiện ra trong đêm tối qua bóng dáng một người con gái tuyệt đẹp. Các bạn không ngờ được đấy là một con ma nữ thật khiếp đảm có thể nuốt sống các bạn trước khi mặt trời ló dạng. Các bạn

cứ nghĩ rằng đó là một cô gái xinh đẹp. Các bạn tự tạo ra cho mình sự cảm nhận về một cô gái tuyệt vời, nhưng không nhận thức được hiện thực của một con ma ẩn nấp phía sau sự cảm nhận đó. Cũng tương tự như vậy, chúng ta không nhận thức được sự cất chứa khách quan bên trong trạng thái cảm nhận của mình, có nghĩa là không nhận biết được đấy là chỉ là đất, nước, lửa và không khí, mà chỉ nhận thấy đấy là một thứ gì đó mà thôi *(tức là một thể dạng "hình tướng"/rupa nào đó. Điều đó có nghĩa là chúng ta chỉ nhận thấy hình tướng: hình dáng, màu sắc, mùi vị..., nhưng không nhận thấy đất, nước, lửa, không khí tạo ra các thứ ấy. Trở lại với thí dụ trên đây về một đóa hoa, thì chúng ta chỉ "trông thấy" màu sắc, nét cong của từng cánh hoa, "ngửi thấy" hương thơm tỏa ra từ đóa hoa, tức là những gì mà chúng ta góp phần mình vào sự cảm nhận đó của mình, thế nhưng những gì cất chứa mang tính cách khách quan bên trong sự cảm nhận đó - tức là là đất, nước, lửa và khí - thì chúng ta không cảm nhận được, không cần biết chúng là gì, cũng chẳng cần quan tâm đến những thứ ấy để mà làm gì)*.

1

2

3

H.1: Nữ thần Yakshini, thế kỷ thứ III, bảo tàng viện Patna (Ấn-độ)
H.2: Nữ thần Yakshini, hang động Ellora (Ấn-độ), khoảng thế kỷ thứ VI đến thứ X)
H3: Nữ thần Yakshini, thế kỷ thứ X, Mathura Ấn-độ (bảo tàng viện Guimet, Paris)
Thật ra Yakshini, là tên gọi chung của 36 nữ thần linh trong huyền thoại Ấn-độ, mỗi vị biểu trưng cho một "bản tính" khác nhau, từ tốt lành đến hung ác, vị nói đến trên đây có thân hình đội lốt sự độc ác. Phật giáo Việt Nam chịu ảnh hưởng của Phật giáo Trung quốc do đó cũng kết nạp các "huyền thoại" trong Phật giáo và nên văn hóa Trung quốc, chẳng hạn như Bồ-tát Mục Kiền Liên xuống địa ngục cứu mẹ, Bồ-tát Địa tạng cứu độ những người bị đày xuống địa ngục... (Hình Internet và các lời giải thích do người chuyển ngữ ghép thêm)

Trong bối cảnh trên đây, không gian là thành phần thứ năm và cũng là thành phần chứa đựng tất cả bốn thành phần kia. Theo một cách hiểu nào đó thì không gian là một cái gì đó giúp cho đất, nước, lửa và không khí có thể hiện hữu được. Chúng ta cũng có thể bảo rằng không gian chống đỡ và tạo điều kiện cần thiết cho sự hiện hữu của toàn thể vũ trụ vật chất. Vì vậy, đối với nền tư tưởng Phật giáo và qua một góc nhìn nào đó thì không gian được xem là rất thật, tinh tế và sâu sắc hơn so với bốn thành phần vật chất kia.

(Tất cả mọi người đều "hiểu" không gian và thời gian là gì, đó là các kích thước có thể đo đạt được, ghi nhận được, thế nhưng chưa có ai "biết" được bản chất đích thật của hai thứ đó là gì, kể cả các triết gia, các nhà toán học và vật lý học lỗi lạc nhất. Khoa học chỉ có thể đo đạt, ghi nhận sự vận hành của hai yếu tố không gian và thời gian trong vũ trụ, thế nhưng không thể mô tả, phân tích hay nắm bắt được "bản chất đích thật" cũa hai yếu tố ấy là gì. Đây là một khoảng trống to lớn nhất trong sự hiểu biết của nhân loại.

Qua tầm nhìn của Phật giáo và xuyên qua nguyên lý tương liên, tương tác và tương tạo giữa mọi hiện tượng - Interdependence / Pratityasamutpada - thì tất cả những gì mà chúng ta cảm nhận được và hình dung được, từ hữu hình đến vô hình, bên trong tâm thức cũng như bên ngoài thế giới, tất cả đều liên kết và lệ thuộc vào nhau. "Không gian" và "Thời gian" là hai "yếu tố" hay hai "hiện tượng" gắn liền và nối kết với tất cả các hiện tượng khác.

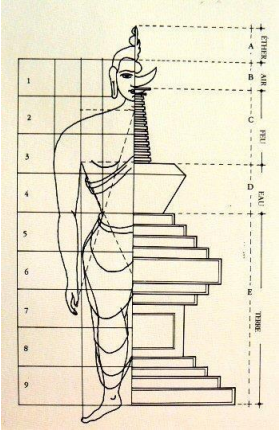
Tất cả những gì mà chúng ta có thể cảm nhận và nắm bắt được bằng ngũ giác của mình và các máy móc khoa học thuộc thế giới hay lãnh vực vật lý hay thế giới "hữu hình", tất cả những gì hình dung được và cảm nhận được bằng tri thức của mình thuộc thế giới hay lãnh vực "vô hình" hay "siêu hình". "Không gian" và "thời gian" là hai "yếu tố" liên kết, tương tác và nối liền hai lãnh vực hay hai "thế giới" đó. Nói một

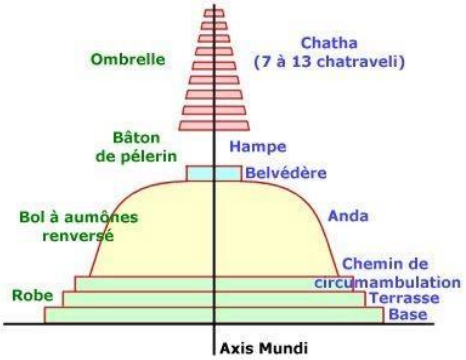
cách khác đơn giản và ngắn gọn hơn thì "không gian" và "thời gian" vừa là các hiện tượng "hữu hình" vừa là các hiện tượng "vô hình". Hãy nêu lên một thí dụ cụ thể, sự vận hành của não bộ thuộc lãnh vực vật lý, xúc cảm và tư duy của chúng ta thuộc lãnh vực siêu hình, cả hai lãnh vực đó đều biến đổi với không gian và thời gian.

Tầm nhìn đó hay cách hiểu đó tỏ ra hợp lý trên cả hai phương diện "vật lý" và "tâm linh", liên hệ và tương quan với hai mặt của một Hiện Thực chung. Nhà sư Sangharakshita dường như đã nhận thấy được điều đó khi cho rằng không gian là điều kiện cần thiết góp phần vào sự hiện hữu của toàn thể vũ trụ vật chất, và đối với Phật giáo không gian mang tính cách rất thật và rất tinh tế, điều đó có nghĩa là không gian - và cả thời gian - là những gì hiện hữu thật sâu kín và cùng khắp trong vũ trụ, trên thân xác và cả bên trong tâm thức của mỗi người trong chúng ta).

Mỗi thành phần trong số năm thành phần trên đây được biểu trưng bởi một màu và một hình thể hình học riêng. Thành phần đất được biểu trưng bởi màu vàng và hình lập phương *(hình khối với sáu mặt vuông)*; nước được biểu trưng bởi màu trắng và hình cầu (đôi khi là hình bán cầu); lửa được biểu trưng bởi màu đó và hình nón hay hình tháp (pyramidal); không khí được biểu trưng bởi màu lá cây nhạt và hình bán cầu (với mặt đáy quay ngược lên trên) hoặc đôi khi là hình một cái bát; không gian được biểu

trưng bởi màu xanh dương và hình giọt nước bốc cháy.





4 5

6

7

8

H.4 - Sơ đồ nêu lên ý nghĩa, cấu trúc và cách biểu trưng năm thành phần bằng các hình thể hình học, theo thứ tự từ thấp lên cao: đất, nước, lửa, khí và không gian.

H.5 - Một cách biểu trưng khác của stupa: các bậc thềm bên dưới biểu trưng cho chiếc áo cà-sa đã được xếp

lại, trên các bậc thềm (tức là chiếc áo cà-sa) là chiếc bình đã được úp xuống, trên chiếc bình bát là chiếc gậy của người khất thực không nhà, trên hết là chiếc lọng.
H.6- Stupa Sanchi (Ấn-độ); H.7- Stupa Boudhanath (Nepal); H.8- Chùa hay Stupa Schwedagon (Miến Điện); H.9- Một Stupa Tây Tạng tại Ladakh (Ấn-độ). (Hình Internet).

Cấu trúc của Stupa

Sau khi tìm hiểu sơ lược về các cách biểu trưng trên đây chúng ta sẽ tìm hiểu thêm cách Tantra đưa các biểu trưng đó vào bên trong kiến trúc của các stupa. Thật ra những gì mà Tantra muốn nêu lên cũng khá đơn giản nhưng đồng thời cũng thật hết sức sâu sắc. Tantra xếp các hình thể hình học chồng chất lên nhau - bên dưới là hình lập phương, sau đó là hình cầu, hình nón, hình bán cầu lật ngược, và trên hết là hình giọt nước bốc cháy - và xem đó là toàn thể cấu trúc của stupa. có nghĩa là stupa được xây dựng bởi các hình thể hình học đó. Nói một cách khác stupa là một kiến trúc biểu trưng cho toàn thể vũ trụ vật chất đúng với sự hiện hữu của nó trong không gian.

Sau khi nêu lên các điều trên đây, Tantra còn đi xa hơn nữa bằng cách ghép thêm vào biểu tượng năm thành phần và cả toàn thể biểu tượng stupa một ý nghĩa tantra sâu sắc hơn nữa. Cách sắp xếp các dạng thể hình học chồng lên nhau theo một thứ tự rõ rệt căn cứ

vào các cấp bậc tinh tế của các thành phần biểu trưng bởi các hình thể hình học đó: thành phần thô thiển nhất nằm bên dưới và thành phần tinh tế nhất nằm trên cùng. Nước tinh khiết và tinh tế hơn đất, lửa tinh khiết và tinh tế hơn nước, không khí tinh khiết và tinh tế hơn lửa, và trên hết là không gian, và cũng là thành phần tinh khiết và tinh tế hơn cả. Điều này nêu lên ý niệm về một sự tương đồng giữa hai thế giới vật chất và tâm thần: những gì xảy ra trong thế giới vật chất cũng xảy ra trong thế giới tâm thần. Nếu trong thế giới vật chất có các thành phần thô thiển, nhưng cũng có các thành phần tinh khiết và tinh tế hơn, thì trong thế giới tâm thần cũng vậy, cũng có các thành phần thô thiển và tinh tế hơn, có nghĩa là tâm thức có nhiều cấp bậc khác nhau, từ các cấp bậc thấp và thô thiển đến các cấp bậc cao hơn và tinh tế hơn. Trong cách hoán chuyển sự biểu trưng đó - và cũng là cách hoán chuyển một stupa - từ thế giới vật chất sang thế giới tâm thần và tâm linh, các cấp bậc tâm thần và tâm linh cũng có thể được biểu trưng bởi năm thành phần *(nói một cách dễ hiểu hơn là cách biểu trưng một stupa trong thế giới vật chất cũng có thể áp dụng cho thế giới tâm thần và tâm linh, nói một cách khác thì các cấp bậc tâm thần và tâm linh cũng có thể biểu trưng bởi các hình ảnh của năm thành phần trong thế giới vật chất)*. Đó là cách mà Tantra biến *stupa* không những trở thành biểu tượng của thế giới vật chất mà cả thế giới tâm thần, có nghĩa là thế giới của các cấp bậc tri thức từ thấp lên cao, hay đúng hơn là các giai đoạn

thăng tiến tuần tự trong sự biến cải các nguồn năng lực tâm lý và tâm linh (psychospiritual) [của một người tu tập] *(đoạn trên đây khá khúc triết, xin tóm lược như sau: sự sắp xếp các thể dạng hình học biểu trưng cho năm thành phần trong thế giới vật chất theo thứ tự thăng tiến từ thấp lên cao trong thế giới vật chất, đồng thời cũng phản ảnh một sự thăng tiến tương tự như vậy đối với tri thức trong thế giới tâm thần. Nếu trong thế giới vật chất có những thành phần từ thô thiển đến tinh tế hơn, thì trong thế giới tâm thần cũng có các cấp bậc tri thức từ thấp đến cao: có những người hung dữ, đần độn, mất trí, nhưng cũng có những nhà nghệ sĩ có một tâm hồn bén nhạy, các triết gia, khoa học gia và các nhà sư cao thâm có một trí óc siêu việt. Nếu đẩy ý niệm về sự tương đồng đó xa hơn nữa, thì chúng ta cũng có thể "hình dung" trong thế giới tâm linh có các bóng ma hung dữ và các vị thánh nhân vô hình, và nếu tiếp tục đẩy xa hơn nữa thì sẽ là hiện tượng tái sinh đưa đến các cá thể rất đa dạng từ thân thể đến các cấp bậc tâm thần)*.

Bài 10

Năng lực của năm thành phần

Đến đây chúng ta sẽ tiếp tục tìm hiểu về thế giới tâm thần và tâm linh, vậy hãy lưu ý là những gì mà chúng ta sẽ bàn thảo với nhau trong phần dưới đây đều thuộc vào thế giới đó, và năm thành phần *(đất, nước, lửa, không khí và không gian)* sẽ biểu trưng cho

các giai đoạn biến cải năng lực tâm lý và tâm linh *(các thể dạng tri thức từ thấp đến cao trong tâm thần của một người tu tập)*. Vậy trong lúc này chúng ta đang ở trong bối cảnh của thế giới nội tâm, không còn là thế giới bên ngoài nữa.

Trong thế giới đó *(tức là thế giới tâm thần và tâm linh)*, đất biểu trưng cho năng lực tĩnh (static/bất động), đó là năng lực ở thể dạng tiềm năng, hơn là năng lực đúng nghĩa của nó, hoặc cũng có thể xem đó là một thứ năng lực bị ngăn chận hay tắc nghẽn *(bởi tác động của năm thứ chướng ngại tâm thần/"ngũ triền cái").* Tiếc thay đấy cũng là thể dạng tâm thức của nhiều người. Các bạn cảm thấy mình có thừa sinh lực bên trong con người mình, thế nhưng thật ra năng lực đó ở trong tình trạng bị tắc nghẽn, tương tự như lửa bị vùi lấp thật kín bên trong một ngọn núi lửa. Năng lực đó không tìm được một lối thoát, không có một kẽ hở nào giúp nó thoát ra ngoài. Trong tình trạng đó năng lực không những bị tắc nghẽn mà còn bị đẻ nén. Nếu không tìm cách giúp nó thoát ra thì cuối cùng nó sẽ tiếp tục bị dồn nén [không tạo ra được một tác động nào].

Toàn bộ quá trình phong tỏa, ngăn chận, dồn nén và loại trừ đó có thể tiếp tục qua những năm tháng dài. Sau cùng các năng lực đó thường trở thành đông cứng, tê liệt và lạnh buốt. Một khi đã rơi vào tình trạng năng lực đông cứng dó thì chính mình cũng sẽ trở thành một khối khô cằn và cứng nhắc. Đối với một người như thế, có nghĩa là năng lực

của mình đã bị tê liệt, thì khó tránh khỏi ngày càng hóa đá, không buồn trả lời khi có ngưòi hỏi, cũng không muốn giao tiếp với ai cả. Họ mất dần sức sống và trở thành tương tự như một người đã chết. Đôi khi họ cũng muốn làm nhẹ bớt cảnh buồn chán của mình bằng cách tạo ra một sự bùng nổ nào đó. Các mảnh vụn của khối đá - các chất liệu khô cứng - bắn tung khắp nơi. Thế nhưng cách hành xử đó không mang lại một chút gì tốt đẹp cả. Tiếc thay tình trạng đó lại thường thấy xảy ra.

Rất nhiều người không thật sự bị bế tắc, cũng không có một sự trấn áp hay gạt bỏ nào thật sự xảy ra với mình, thế nhưng họ chỉ có thể tận dụng được một phần rất nhỏ năng lực tiềm tàng của mình, tiếc thay không mấy người ý thức được tình trạng đó. Khi nào vẫn còn rơi vào thể dạng đất, thì năng lực của chúng ta sẽ là một thứ năng lực bất động, một hình thức năng lực tiềm tàng, không phải là một thứ năng lực đúng thật *(đoạn trên đây nói đến những người ở thể "đất", ù lì, bất động, không có một ý chí nào cả, các nguồn năng lực của mình bị tắt nghẽn và đông cứng)*.

Thể dạng nước là năng lực tương đối được giải thoát, thế nhưng chỉ trong một giới hạn nào đó. Trái ngược với đất và đá, nước linh động hơn, có thể chảy từ đầu này đến đầu kia trên một mặt phẳng, hoặc gần như phẳng. Năng lực của nước chỉ có thể chảy xuống phía dưới nhưng không chảy ngược lên phía trên được. Cũng tương tự như vậy,

một phần nhỏ năng lực [bên trong chúng ta] có thể được giải thoát và trở thành tương tự như nước, nó có thể di chuyển từ chỗ này đến chỗ khác. Năng lực đó dù không thể di chuyển thật xa, nhưng có thể chảy đến một điểm nào đó và quay lại chỗ cũ. Nói một cách khác, năng lực đó hay thể dạng nước đó, luân lưu theo từng cặp đối nghịch nhau: giữa thương yêu và hận thù, giữa thu hút và ghê tởm, giữa hy vọng và sợ hãi, giữa thích thú và đớn đau. Ở cấp bậc này năng lực chỉ có thể tạo được các tác động trong một không gian hạn hẹp. Dù đã được giải thoát, thế nhưng năng lực đó chỉ tạo ra được một tầm ảnh hưởng thật giới hạn, tương tự như một con dê bị cột vào một cái cọc, nó chỉ có thể gặm cỏ bên trong một ranh giới nhất định nào đó mà thôi. Khi chỗ này hết cỏ thì nó sẽ phải chuyển sang chỗ khác.

Lửa là năng lực di chuyển lên phía trên, nhờ đó thể loại năng lực này sẽ được giải tỏa ngày càng nhiều. Nhờ đó trình độ toàn thể con người và toàn thể tri thức sẽ dần dần được nâng lên cao hơn. Chúng ta sẽ cảm nhận được một niềm hân hoan thật thanh thoát và tràn đầy phúc hạnh, v.v. Khi ngọn lửa bốc cao và năng lực căng tràn, thì các sự xung đột và các khó khăn trong nội tâm sẽ được giải tỏa - tất cả các thứ ấy sẽ trở thành tương tự như những lọn khói tỏa ra khắp hướng, hoặc tương tự như những tia lửa nhỏ bắn ra khắp nơi. Đó là một thể dạng hình thành liên tục, thường xuyên có một cái gì đó mới lạ và vượt bực hơn hiện ra với mình. Thể dạng lửa là một thể dạng cảm

nhận tâm thần mang tính cách thăng tiến liên tục. Đó là thể dạng tâm thần của những người nghệ sĩ đích thật hay những bậc tu hành cao thâm. Thể dạng đó không phải là thể dạng bình dị trong cuộc sống thường nhật của họ, thể dạng đó chỉ hiện ra với họ trong những lúc cảm hứng và ngọn lửa dâng cao, chẳng hạn như trong lúc sáng tác, hoặc hòa nhập với một thế giới siêu phàm.

Nếu lửa là năng lực hướng lên trên, thì không khí là năng lực tỏa ra khắp hướng. Đó là một thứ năng lực phát tán từ một điểm trung tâm và bung ra khắp hướng trong cùng một lúc. Không khí là năng lực tuôn trào không ngưng nghỉ, phát sinh từ một nguồn suối trung tâm, tương tự như ánh sáng và hơi nóng tỏa ra từ mặt trời trong thái dương hệ. Sự tỏa rộng đó không có một giới hạn nào cả. Thể loại năng lực đó tuôn trào bất tận và khắp nơi trong cùng một lúc.

Tiếp theo là năng lực không gian. Đó là một thể loại năng lực gần như vượt lên trên mọi ngôn từ và tư duy *(không thể hình dung hay mô tả được)*. Người ta có thể bảo rằng thể loại năng lực đó thuộc vào một lãnh vực khác mang những kích thước khác - có thể là kích thước thứ tư, thứ năm hay thứ sáu *(không gian thường được hiểu là có ba chiều, một số các nhà vật lý và toán học trên lý thuyết cho rằng không gian có nhiều chiều hơn. Nhà sư Sangharakshita không phải là một khoa học gia nhưng có "cảm giác" là năng lực ở thể dạng cao nhất dường như vượt thoát ra khỏi*

không gian ba chiều để tiếp cận với một thế giới với các kích thước mới lạ và to rộng hơn). Người ta có thể bảo rằng không gian là một thể dạng trong đó năng lực tự nó có thể tỏa rộng đến vô tận và lưu lại vĩnh viễn trong bầu không gian đó.

Trên đây là năm thành phần mang ý nghĩa tâm lý và tâm linh (psychospiritual). Năm thành phấn này được biểu trưng bởi các kiến trúc stupa theo quan điểm Tantra, nói lên một sự thăng tiến tuần tự đối với sự biến cải năng lực trong lãnh vực tâm lý và tâm linh.

Dưới đây tôi sẽ nêu lên các thể loại người tương quan với mỗi thể dạng trên đây, tức là tâm thần của những người ở thể dạng đất, thể dạng nước, thể dạng lửa, v.v.

Một người ở thể dạng đất sẽ không khác gì với một tù nhân, chân tay bị trói chặt. Theo tôi hầu hết mọi người đều ở trong tình trạng này, nếu không phải là đang trong lúc này thì cũng là lúc khác. Đã là một người tù thì không cử động được, không cựa quậy được. Đôi mắt cũng có thể bị bịt kín, muốn chớp mắt cũng không được. Người tù không làm được việc gì cả, hoàn toàn không phát động được một cử chỉ nào, năng lực hoàn toàn bị tắc nghẽn. Đó là một người ở thể dạng đất.

Trong khi đó một người tù khác biết cởi trói cho mình, tháo khăn bịt mắt. Người này thấy mình đang ở trong một gian ngục bé xíu, mỗi bên hai thước. Người này có thể cử động được: đưa tay hay duỗi chân được, đi đứng được, có thể đi tới đi lui suốt ngày *(có nghĩa*

là tri thức tha hồ hướng vào hai đối tượng ngược chiều nhau: thương yêu - hận thù, thèm khát - ghét bỏ, v.v., nhưng không thể vượt xa hơn hay cao hơn các tư duy và xúc cảm đó, chẳng hạn như nhiều người rất lanh lợi, nhưng thật ra cũng chỉ loanh quanh với các tư duy và xúc cảm đại loại như trên đây), thế nhưng cũng chỉ bên trong phòng giam chật hẹp của mình mà thôi - hai thước theo chiều này, hai thước theo chiều kia. Nói một cách khác là chỉ có một phần rất nhỏ năng lực chuyển động trong một không gian giới hạn: năng lực đó có thể tiến đến một bức tường theo hướng này hay một bức tường khác theo hướng khác, tóm lại chỉ có vậy. Đấy là thể dạng nước, chòng chành đôi chút giữa các cặp đối nghịch - thể dạng đó đôi khi cũng có thể tạm gọi là "tự do".

Trong thể dạng lửa thì người tù khoét được một lỗ hổng trên nóc nhà giam, giúp mình chui qua lỗ hổng để bay bổng lên bầu trời cao, tương tự như một người du-gịà Tây Tạng [đang hành thiền], và cảm thấy bầu trời đó càng lúc càng cao.

Trong thể dạng không khí, người tù sẽ khám phá ra là mình không những có thể bay lên cao mà còn có thể tỏa ra khắp hướng, lan ra chung quanh, hoặc hướng xuống phía dưới hay bay lên cao. Nó có thể tỏa rộng theo mọi chiều hướng Đến đây cách so sánh bằng hình ảnh tương đồng sẽ không còn đủ khả năng để diễn tả nữa, bởi vì thể dạng không khí có thể du hành cùng một lúc trong tất cả mọi phương hướng *(người tù được giải thoát "ở*

thể dạng không khí" không thể nào trong cùng một lúc chính mình du hành trong tất cả mọi phương hứng được, do đó hình ảnh này không thể dùng để diễn tả thể dạng năng lực ở thể dạng không khí). Tuy nhiên chúng ta cũng có thể hình dung một ảo thuật gia hay một người du-già Tây Tạng có một khả năng siêu việt biến mình trở thành vô số các nhân dạng khác giống như mình, có nghĩa là chính mình hóa thành hàng triệu người khác, giúp mình phát xuất từ một điểm duy nhất để có thể cùng một lúc du hành khắp mọi hướng trong vũ trụ, vĩnh viễn và vô biên.

Không gian là thể dạng cao hơn tất cả các thể dạng trên đây Thật ra tôi không có ý định mở rộng cách so sánh bằng hình ảnh hay ngôn từ đối với không gian, chẳng qua vì trong lãnh vực này ngôn từ và hình ảnh sẽ không còn đủ khả năng để diễn tả, vì vậy chỉ còn cách phải tưởng tượng mà thôi *(chỉ có thể tực tiếp cảm nhận được bằng phép thiền định)*.

Trên đây là các giai đoạn thăng tiến tuần tự trong việc biến cải năng lực tâm lý và tâm linh: từ đất chuyển sang nước, từ nước chuyển sang lửa, từ lửa chuyển sang không khí, từ không khí chuyển sang không gian. Đó là các giai đoạn trên con đường tu tập Tantra mang lại sự Giác Ngộ. Các giai đoạn này được biểu trưng bởi năm thành phần *(đất, nước, lửa, không khí và không gian)* dưới hình thức các biểu tượng Tantra *(các hình thể hình học)* trong kiến trúc của các stupa.

ĐỨC PHẬT THÀNH ĐẠO

THEO GIÁO LÝ TÂY TẠNG

Craig Hamilton - Parker
Trần Khiết Bách dịch

Phật không phải là một vị thần, một nhà tiên tri hay một thiên sứ. Ngài chỉ là một con người bình thường nhưng đã nhờ vào những cố gắng tự thân, mở toang mọi tiềm năng của chính mình và trực tiếp nhận thức được bản chất thật của thực tại.

Trích1

Hơn năm trăm năm trước Tây lịch vào đêm trăng tròn đầu tiên của tháng Vesakha theo lịch Ấn Độ, Ngài Siddhartha Gautama ngồi xếp bằng theo thế kiết già dưới gốc một cây Bồ-đề bên bờ sông Niranjana ở Ấn Độ, tại một nơi sau này nổi tiếng với cái tên Bodhgaya. Thề không đứng dậy cho đến khi thấy được con đường mà Ngài vẫn khát khao tìm kiếm, Siddhartha vào sâu trong trạng thái thiền định. Khi đêm đã tàn, Ngài càng lúc càng tiến sâu hơn vào bản chất của thực tại cho đến tận lúc cuối cùng, Ngài đã thành tựu đầy đủ sự nhận thức toàn triệt và trực tiếp về chân lý. Khi ngôi sao mai vừa mọc ở phía Đông, sự giác ngộ của Ngài đã hoàn toàn viên mãn và không gì lay chuyển được. Siddhartha đã trở thành Phật, từ Sanskrit là Buddha, có nghĩa là một người hoàn toàn giác ngộ. Chúng ta cũng nên biết rằng người Tây Tạng gọi Ngài là Shakyamuni, cái tên có nghĩa là 'bậc thánh của dòng Shakya'.

Phật không phải là một vị thần, một nhà tiên tri hay một thiên sứ. Ngài chỉ là một con người bình thường nhưng đã nhờ vào những cố gắng tự thân, mở toang mọi tiềm năng của chính mình và trực tiếp nhận thức được bản chất thật của thực tại.

Toàn thể truyền thống Phật giáo hiện hữu là để chứng nghiệm và chia sẻ cái nhận thức sâu xa đó với mọi người.

Mặc dù sự thành đạo của Đức Phật chỉ diễn ra trong khoảng thời gian của một đêm, cuộc chiến đấu về tâm linh nhằm đạt tới mục đích đó đã trải qua nhiều năm cố gắng vất vả không ngừng nghỉ. Phật tử tin rằng không chỉ trong kiếp sống hiện tại lúc bấy giờ, mà còn ở vô số kiếp sống trước đó nữa, Đức Phật đã chuẩn bị nền tảng cho cái nhìn thấu suốt của Ngài về thực tại. Truyền thống Tây Tạng kể rằng trong vô số kiếp về trước, một tiền thân của Đức Phật đã sinh ra trong một thân bò ở địa ngục và được thắng đôi để kéo một chiếc xe. Ngài cảm thấy thương hại cho con bò yếu ớt được thắng đôi với mình nên đã nói với thằng Alan cai quản cõi Dama rằng Ngài sẵn lòng kéo cỗ xe một mình. Thằng Alan nổi giận giết Ngài bằng một chiếc đinh ba; ngay lúc ấy, thần thức của Ngài được thúc đẩy bởi lòng từ đã tái sanh vào cõi trời Tam thập tam. Tại đó, Ngài lại tiếp tục tích tụ công đức trải qua vô số kiếp.

Sách đã giải thích Ngài Siddhartha rời bỏ ngôi vị thái tử và sống cuộc đời khổ hạnh như thế nào. Tuy nhiên, Ngài đã thấy khổ hạnh không phải là con đường thích hợp để rồi tự đảm nhận cuộc truy cầu chân lý của chính mình.

Trích 2:

Mặc dù việc từ bỏ con đường khổ hạnh có vẻ như là một thất bại, thật ra đó là một chiến thắng vĩ đại của Siddhartha. Ngài đã vượt qua được cái khuynh hướng rất con người là luôn luôn tìm cách phủ nhận rằng mình đã nhầm lẫn. Siddhartha đã buông bỏ tất cả những gì đã đạt được trong quá trình tu khổ hạnh, trừ ra việc Ngài đã chuẩn bị để vạch ra con đường của riêng mình trong khao khát truy cầu chân lý. Ngài không kể gì đến việc bị mất tất cả đệ tử, Ngài cũng chẳng ngại phải bắt đầu lại từ ban đầu, thay vào đó, Ngài thú nhận mình đã nhầm lẫn, và tiếp tục cuộc truy vấn của chính mình.

Cuối cùng, sau năm giấc mơ có tính cách điềm báo và ngay trong đêm đã nhận thực phẩm, Siddhartha ngồi dưới một gốc cây tại Bodhgaya và trải qua một đêm trong thiền định. Ngài phát nguyện thực hiện một cố gắng cuối cùng và thề sẽ không rời khỏi chỗ cho đến khi thành tựu sự truy cầu của mình về giác ngộ. Nghệ thuật Tây Tạng mô tả khoảnh khắc ấy với hình ảnh bậc Đại sĩ sắp thành Phật ngồi trên một đống cỏ busa ngay bên dưới những cành tỏa rộng của một cây sung cổ thụ thiêng liêng mà về sau này gọi là cây Bồ-đề hay cây giác ngộ. Chung quanh Ngài ở khắp cả các phương hướng là hàng ngàn quỷ dữ thở ra những ngọn lửa đầy đe dọa cùng những hình hài kỳ dị. Có những tướng quỷ bắn cung, cầm tên, hay đập vỡ cả những quả núi. Huyền thoại kể rằng Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã phải đối đầu với Ma vương (một thuật ngữ Phật giáo nhằm nhân cách hóa sự vô thường và cái chết, thường được gọi là quỷ) cùng với những đạo quân của kẻ này. Ma vương khuyến dụ Đức Phật

với hy vọng Ngài sẽ từ bỏ sự truy cầu của mình.

Đó là một biểu tượng về những khó khăn mà mọi cá nhân đều sẽ gặp phải trên con đường đi đến sự giác ngộ. Những sự cám dỗ ấy biểu tượng cho sự sợ hãi, sự nghi ngờ, và lòng khát khao trở lại với những lạc thú và mục đích trần tục. Nhưng Đức Phật đã chẳng hề chú ý tới cuộc trình diễn của chúng ma; và, coi mọi sự chỉ là những ảo tưởng của ma thuật, Ngài chẳng hề tỏ ra sợ hãi đạo quân ma. Bậc Đại sĩ sắp thành Phật ấy đã tích tụ đủ công đức và uy lực để chiến thắng mọi cám dỗ. Khi những mũi tên, và cả những mũi tên lửa nữa, chạm phải hào quang của Ngài, chúng lập tức biến thành hoa và rơi lả tả xuống mặt đất. Đức Phật vẫn tiếp tục thiền định niêm mật. Bấy giờ Ma vương đổi chiến thuật và cố gắng mơn trớn Đức Phật. Ma vương triệu tập một bầy ma nữ ra lệnh cho họ múa những điệu múa hết sức khêu gợi. Nhưng Đức Phật vẫn tiếp tục thiền định: không một điều gì có thể thuyết phục Ngài rời bỏ con đường đã chọn. Cuối cùng, Ma vương đành chấp nhận Phật một mình dưới gốc cây Bồ-đề.

Những cám dỗ đối với Đức Phật

Nhiều kinh văn thuật lại chi tiết câu chuyện này; kể lại việc Ma vương cố gắng dụ dỗ Đức Phật tiếp nhận nhiệm vụ thái tử của mình như thế nào, việc Đức Phật đánh tan các đạo quân ma rồi làm chúng sợ hãi bằng lưỡi gươm rực lửa như thế nào; chúng ta được đọc những truyền thuyết về việc Ngài đặt tay xuống đất gọi thần đất Prithivi lên để làm chứng cho Ngài như thế nào. Truyền thống Yamantaka của Tây Tạng cho rằng Ngài đã chiến thắng ma quân bằng cách xuất hiện

trong những thân Yamantaka nửa đen nửa đỏ; cũng có những kinh văn Tây Tạng khác kể lại câu chuyện rằng Đức Phật bỏ lại nhục thân bên bờ sông Niranjana rồi hiện Pháp thân vào cõi trời Akanisha, ở đó Ngài nhập Đại thủ ấn của cõi Kim cương. Hiển nhiên, những câu chuyện đó chỉ là những cách thần bí nhằm thể hiện điều đã xảy ra. Sự thật là Đức Phật ngồi một mình dưới cây Bồ-đề và chẳng hề có ai chứng kiến điều gì đã thật sự diễn ra. Những câu chuyện ấy, cũng như chuyện Chúa Jesus bị cám dỗ trên đỉnh núi, chỉ là những biểu tượng thể hiện các tầng bậc của sự giác ngộ và những trở ngại mà bất kỳ ai cũng sẽ có ngày phải tự mình vượt qua.

Siddhartha đạt tới sự giác ngộ

Sau bốn mươi chín ngày thiền định niêm mật, Siddhartha đã đạt tới sự giác ngộ cuối cùng như là kết quả của việc vị thái tử đi tu khổ hạnh đã trở thành Đức Phật – Thế Tôn. Sự nhận thức của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni về chân lý tối hậu của thực tại tuyệt đối đã khai mở theo những tầng bậc giống như một đóa sen nở dần từng lớp lớp tràng hoa. Bậc đầu tiên là một loại suy tưởng an tịnh và buông bỏ, ở đó hành giả thấy vui và an bình nhưng mới chỉ là sự từ bỏ ý thức thường ngày (Ly sanh hỷ lạc). Ở bậc kế tiếp, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni trở nên không còn vướng mắc với những dao động của tâm thức và tư tưởng được chuyển hóa để tiến vào một trạng thái an lạc và vui sướng sâu sắc hơn (Định sanh hỷ lạc). Ở bậc thứ ba, Ngài đạt tới một niềm vui sướng trong trẻo hơn nữa (Ly hỷ diệu lạc) cho đến khi Ngài tiến vào bậc thứ tư và là bậc cuối của tầng ý thức, tại đó, niềm vui cũng nhạt dần, chỉ để lại một dòng tâm thức hết sức an lạc và trong trẻo đến mức có thể

trực tiếp cảm nhận được thực tại (Xả niệm thanh tịnh).

Bốn tầng khai mở của ý thức này đã chuẩn bị để Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nhận thức được những tầng vô thức. Bậc đầu của sự nhận thức đó xảy ra vào canh một (từ 6 giờ đến 10 giờ tối) khi Ngài tự nhiên nhớ lại được tất cả những kiếp quá khứ, điều mà các Phật tử gọi là Túc mạng minh. Ngài nhớ lại hàng chục ngàn những kiếp quá khứ như thể đã sống lại toàn thể những kiếp sống ấy đến từng chi tiết. Mọi người đều có những ký ức chi tiết ấy nhưng chúng bị tắt nghẽn ở đâu đó trong tâm thức mình. Chúng ta có thể chứng kiến những người khi bị thôi miên thuật lại chi tiết cuộc đời của ho. Đôi khi họ nêu ra những sự kiện mà chúng ta có thể kiểm chứng qua những ghi nhận của công chúng. Lại nữa, một lần khi tôi quỳ dưới chân vị thầy của mình, ngài Sai Baba, ở Ấn Độ, tôi đã thấy cuộc đời quá khứ của tôi lướt qua trước mặt mình như một cuộn phim quay nhanh. Sự thật là mọi người đều có thể đạt tới những trạng thái xuất thần mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni cũng như những vị trước Ngài và sau Ngài đã tiết lộ cho chúng ta. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chỉ là một con người. Một số Phật tử cho biết một vài kiếp trước của Ngài được kể lại trong tập truyện *Jataka* thuộc hệ kinh điển Pali. Thích Ca Mâu Ni là Đức Phật của thời đại này, thời Kali Yuga (thời đại suy đồi theo kinh điển Bà-la-môn); trước Ngài đã có Đức Phật Nhiên Đăng (Dipankara Buddha); và bậc Đại giác ngộ của thời đại tiếp theo là Đức Phật Di Lặc (Maitreya Buddha). Có những vị khi đạt tới sự giác ngộ thì dời khỏi dòng sinh tử và không cần phải tái sinh. Tuy nhiên, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã quyết định trở lại trong dòng sống để dạy loài người về chân lý giải thoát, như Phật Nhiên Đăng

đã từng quyết định như vậy; cũng như Đức Phật Di Lặc sẽ quyết định như vậy trong những thế kỷ sắp tới.

Lòng từ của Đức Phật

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni tràn đầy từ tâm khi Ngài chứng kiến chúng sinh vị trói buộc trong vòng sinh tử luân hồi không bao giờ dừng nghỉ. Khi trời đêm tiến vào canh hai (từ 10 giờ đêm đến 2 giờ sáng hôm sau), Ngài đã đạt tới một nhận thức thấu suốt khác, được người Phật tử gọi là Thiên nhãn minh. Năng lực về sự cảm nhận và sự thấy biết siêu việt của Ngài mở rộng đến mức Ngài thấy biết trực tiếp về mọi kích thước và cõi giới đang tồn tại. Ngài thấy không những thế giới của loài người với những chúng sanh luân chuyển trong nhân giới, thiên giới và địa ngục mà Ngài còn thấy được tất cả những cõi giới của A-tu-la, ngạ quỷ, súc sanh. Trong tất cả những cõi giới ấy, Ngài thấy tất cả chúng sanh tự gây nên những đau khổ cho chính mình bởi những hành vi của chính mình. Người Thiên Chúa giáo cũng nhận thức được những điều tương tụ trong lời dạy của Jesus, "Người gieo gì thì người gặt nấy".

Trong Phật giáo, định luật nhân quả này được gọi là nghiệp. Luật cân bằng nghiệp cũng được giải thích trong những kinh văn của Ấn Độ giáo. Trong sự vận hành của luật tắc tự nhiên, bởi tư tưởng và hành động, mỗi chúng sinh đều là kẻ đúc khuôn cho phần số của chính mình. Bất kỳ hành động nào mà con người đưa vào chuyển động cũng đều đáp trả lại cho kẻ đó như điểm khởi đầu của hành động ấy giống như một chu kỳ của các sự kiện. Đó chính là công lý tối hậu và nghiệp của một người đi theo người đó từ kiếp này sang kiếp khác cho đến khi đã trả đủ hoặc đã

được chuyển hóa về mặt tâm thức. Đức Phật Thích Ca Mâu Ni thấy rõ những luật vĩnh cửu ấy phơi bày ra và cảm thấy thương hại cho tất cả chúng sanh phải trôi nổi mãi mãi trong cái tiến trình lòng vòng ấy mà không biết tại sao cũng như chẳng biết thế nào để thoát ra.

Vào canh ba (từ 2 giờ đến 6 giờ sáng), Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đạt tới nhận thức tuyệt đối và sự giác ngộ tuyệt đối. Đối với Ngài, nghiệp đã mất đối tượng của nó, vì nó cũng giống như Pháp, là luật Tuyệt đối. Sự giác ngộ mà Ngài đã chứng đắc không thể nói đươc bằng ngôn ngữ vì điều đó vượt ngoài ngôn ngữ, hình thể, hoặc ngay cả tư tưởng nữa. Pháp có thể biết được, nhưng không bao giờ được bày tỏ một cách trọn vẹn, ngay cả bỏi chính Đức Phật. Sự giác ngộ bao gồm một sự an lạc toàn hảo, sự vui sướng trong trẻo và một sự hiểu biết không thể bị lay chuyển khi bạn có được trải nghiệm về chân lý tuyệt đối. Đó là niềm vui vô hạn, niềm an lạc vô hạn và lòng từ vô hạn.

Thời điểm chọc thủng hoàn toàn màn vô minh trùng hợp với thời khắc mặt trời mọc vào lúc 6 giờ sáng. Siddhartha đã đánh tan mọi lưc lượng của Ma vương, đã thấy được xuyên qua cái ngã đầy ảo tưởng và đã diệt sạch mọi cấu uế trong tâm thức. Cuộc chiến đấu đã hoàn toàn kết thúc; Ngài đã nhận biết được sự an lạc tối thượng, mãi mãi; giống như mặt trời Ngài vừa thấy đang mọc lên ở chân trời buổi sáng, Ngài đã hoàn toàn tỉnh thức từ đêm tối của tâm hồn. Không chỉ nhìn thoáng qua Chân lý, Ngài đã thực sự trở thành một với Chân lý. Bây giờ Ngài thực sự là một vị Phật.

Giác ngộ là gì?

Sự giác ngộ được mô tả một cách rõ rệt nhất như là một trạng thái hiện hữu hơn là một sự nhận thức thấu suốt vào bản thể. Từ quan điểm của sự minh triết, đó là sự nhận biết thấu suốt trực tiếp về bản chất của thực tại và về Chân lý. Đó không phải là một sự hiểu biết có tính cách trí thức mà là một sự hòa nhập làm một với chân lý. Với sự giác ngộ, đã diễn ra sự giải phóng khỏi vô minh, lo âu, buồn phiền, và mọi bất hạnh. Và, có thể được coi như một phần thưởng, chúng ta trải nghiệm một trạng thái xuất thần của sự hiện hữu thuần khiết. Trạng thái này là một khả năng thực tế đối với bất kỳ ai đã được sinhra trong thân người. Được biết đến như sự "giải thoát tâm hồn", Phật tử thuộc mọi hệ phái đều truy cầu cùng một mục đích này. Phật giáo gọi cái trạng thái không thể mô tả đó, vượt ngoài hiện hữu và không hiện hữu, nơi mà mọi tham ái, vô minh, đau khổ đều bị tận diệt, là Niết-bàn. Trạng thái này có thể đạt được cả trong cuộc sống này lẫn sau khi chết.

Từ Niết-bàn có nghĩa đen là tắt ngấm, tượng trưng cho ngọn lửa tham, sân, và si đã bị dập tắt. Trước hết, Niết-bàn là sự chấm dứt, là sự kết thúc của chu kỳ luân hồi và là sự giải thoát tối hậu của mọi đau khổ. Khái niệm này thật khó để người phương Tây nắm bắt, vì thoạt nghe, nó có vẻ giống như việc tiêu diệt tất cả những gì chúng ta coi là quý giá. Điều đó có vẻ như nói rằng chúng ta tự tiêu diệt để chúng ta thoát khỏi đau khổ; kẻ cam tâm tự tử trong hành động gần với sự ích kỷ nhất.

Những điều mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni mô tả cũng giống như kinh nghiệm huyền bí mà loài người đã từng mô tả ở mọi thời đại và ở mọi nền văn hóa. Chẳng hạn, triết gia Hy Lạp

thuộc trường phái tân Plato lâ Plotinus đã trải nghiệm một sự hợp nhất của linh hồn mình với Thượng đế. Ông ta giảng rằng mọi sự là toàn thể mà mọi sự cũng là một. Nhiều triết gia phương Tây khác lập luận rằng điều mà chúng ta gọi là "tôi" không phải là cái "tôi" chân thật, và ở những thời điểm nào đó, chúng ta có thể có được một cái nhìn thoáng qua về một cái "tôi" vĩ đại hơn. Một số nhà huyền học gọi cái Vô hạn, Bản thể, hay Vũ trụ là Thượng đế hay Linh hồn Vũ trụ. Nhưng ý tưởng tương tự như quan điểm của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni có thể được thấy trong các triết thuyết của Descartes, Spinoza, Locke, Berkeley, Kant, và Kierkegaard. Đặc biệt, sự thành tựu vĩ đại của Schopenhauer (1788 – 1860) nằm trong sự nhận thức của ông về phẩm giá nội tại của lương tâm nhân loại mà ông cho là đứng trên mọi thần linh, và là nguồn gốc của mọi sự, một chân lý được Schopenhauer phát hiện độc lập. Cũng vậy, nhà huyền học Thiên Chúa giáo Angelus Silesius (1624 – 1677) đã so sánh sự hợp nhất với cái vô tận như là một giọt nước trở thành một với đại dương, "Mỗi giọt nước trở thành biển cả khi nó chảy ra biển, hệt như cuối cùng các linh hồn thăng hoa và trở thành Thượng đế".

Sự mô tả bằng thi ca về sự thành đạo của Đức Phật

Tập sử thi *Ánh sáng Á châu* của Edwin Arnold nhắm tới việc trình bày cuộc đời của Đức Phật như được hiểu bởi một người Phật tử phương Nam, cũng mô tả sự thành đạo theo cùng một cách tương tự:

Vào Niết-bàn, Ngài là một Đời Sống.

Nhưng cùng lúc Ngài không sống.

Mà lạ thay, Ngài đang ngừng hiện hữu.

Om, mani padme hum!

Giọt sương mai trượt vào biển quang minh!

Tương tự, tập thánh thư của Ấn Độ giáo Upanishads mô tả Atma (Tiểu ngã), được coi là thực tại thiêng liêng của một con người, hiện hữu bên trên và bên ngoài cả thân, tâm, và trí. Thành phần tinh túy đó có thể hòa nhập với Brahman (Đại ngã, hay Linh hồn Vũ trụ tối thượng), là kết quả của sự tự nhận thức hoặc tương đương với sự giác ngộ của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Vị thánh Ấn Độ giáo hiện tại, ngài Sai Baba, nói, "*Người mà lúc nào cũng khuất phục được tính vị kỷ, chiến thắng lòng ham muốn và lợi ích của riêng mình, tiêu diệt được mọi tinh khí và những xung động dã man cũng như từ bỏ được cái thiên hướng tự nhiên coi thân xác là tự ngã, người ấy rõ ràng đang đi trên con đường của giáo pháp. Người ấy biết rằng mục tiêu của giáo pháp là sự hòa nhập của sóng vào biển cả, sự hòa nhập của tự ngã vào siêu ngã*" (Trích *Dharma Vahini*, trang 4) và, "*Chúng ta chỉ là cái bóng của Ý thức Tối thượng, và về cơ bản, chúng ta không là một cá nhân, mà chính là Ý thức Tối thượng ấy*".

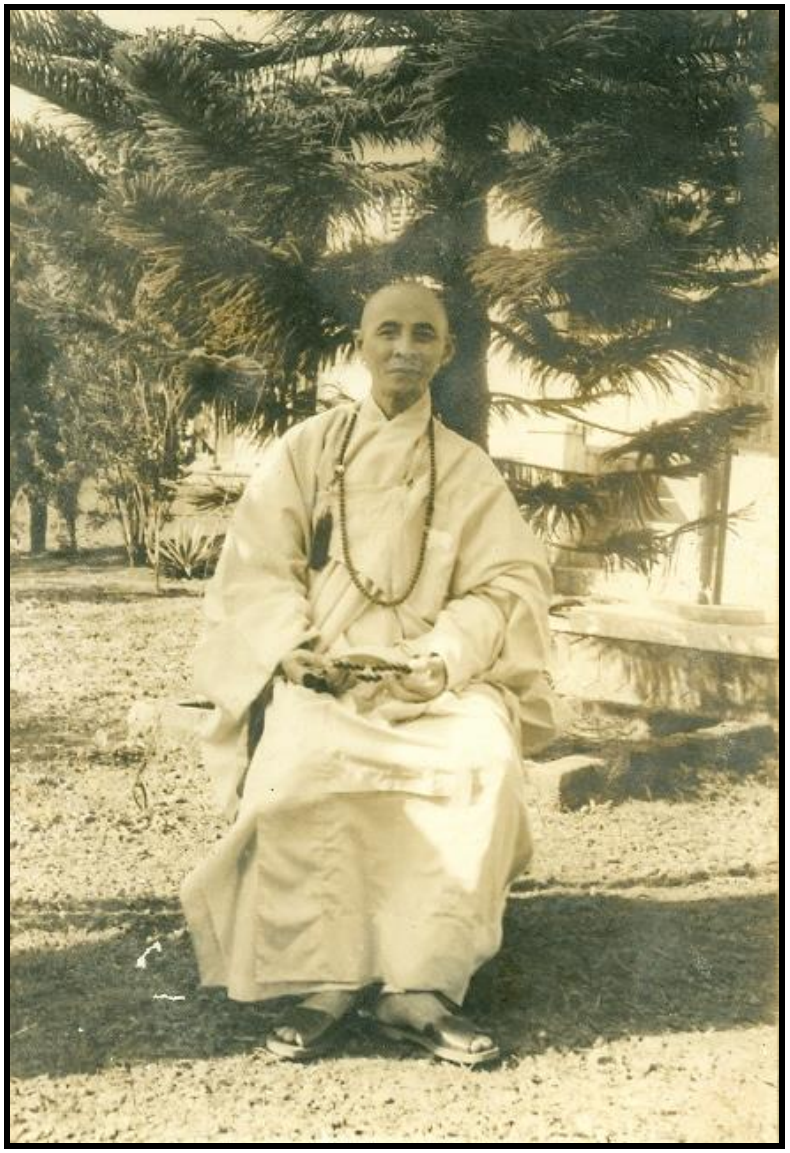
Những ý tưởng như vậy luôn luôn nằm ở trung tâm của nền huyền học phương Đông, và Phật giáo có thể rất khó để người phương Tây nắm bắt. Trong Do Thái giáo, Thiên Chúa giáo, và Hồi giáo, nhà huyền học nhấn mạnh rằng sự hòa nhập của ông ta là sự hòa nhập

với một Thượng đế mang tính cách con người. Mặc dù Thượng đế hiện diện trong thiên giới và trong linh hồn con người, Ngài cũng siêu vượt thế giới ấy. Tuy nhiên trong các tôn giáo phương Đông, có sự nhấn mạnh rằng kinh nghiệm huyền bí là một sự hợp nhất toàn thể với Thượng đế. Đạo Phật không tin vào một vị Thượng đế sáng tạo độc lập, nhưng như chúng ta có thể thấy, Chân lý mà Đức Phật Thích Ca Mâu Ni hé lộ cho chúng ta, về bản chất, cũng giống với những gì là cốt lõi của hầu hết những tôn giáo và triết lý khác.

Trích từ The Timeless Wisdom of the Tibetans (Trí tuệ vượt thời gian của người Tây Tạng) của Craig Hamilton-Parker.

52 MÙA XUÂN ĐÓN TẾT NHỚ NGÀY THẦY TÔI QUẢY DÉP CỎ VỀ TÂY

THÍCH NHƯ MINH

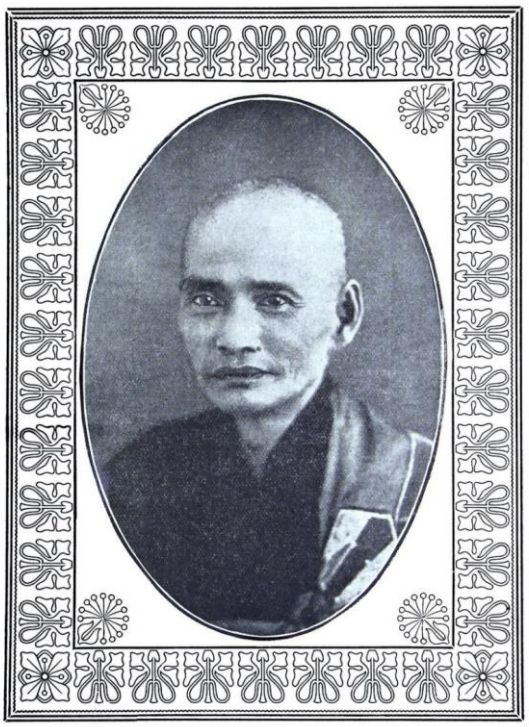


Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Trí Huy

Tổ Hoằng Thạc (Ấn Lãnh – Tổ Tòng – Hoằng Thạc: 1873 - 1944) Chùa Sắc tứ Thạch sơn tỉnh Quảng ngãi có hai người đệ tử là danh

Tăng của Phật giáo Việt nam thời cận đại. Đó là Trưởng lão Hòa Thượng Trí Hải (1876 - 1950) và Trưởng lão Hòa Thượng Trí Huy.(1917 - 1970).

Trưởng lão Hòa Thượng Trí Hải là người thông minh tài giỏi văn thơ trước khi vào cửa chùa. Đó là năm 1919 ngài đã đến đảnh lễ Tổ Hoằng Thạc cầu xin quy y, xuất gia và thọ giới được Tổ ban Pháp danh Chơn Giám, tự Đạo Quang, hiệu Trí Hải trở thành một Tăng sĩ uyên thâm Phật học và tài năng trác tuyệt về văn chương thơ phú.



Hòa-thượng BÍCH-LIÊN
HỘI-VIÊN TÁNG-TRỢ
Hội Nam-Kỳ Nghiên-Cứu Phật-Học — Chủ-bút Phật-Học tạp-chí « TỪ-BI-ÂM ».

Năm 1931 ngài được Tổ Khánh Hòa mời vào cương vị Chánh chủ bút tờ báo Từ bi âm do Hội Nam kỳ nghiên cứu Phật học chủ trương. Ngài đảm nhiệm cương vị này từ năm 1932

đến năm 1938. Trước đó, năm 1937 Đà Thành Phật Học Hội được thành lập ở Đà nẵng xuất bản Tạp chí Tam Bảo để khuyến khích phong trào học Phật ở Đà nẵng, ngài được mời giữ cương vị Chủ nhiệm tạp chí này.

Năm 1934 ngài về Bình định khai sơn chùa Bích liên, ngài đã thâu nhận đồ chúng xuất gia những vị mà về sau trở thành những bậc danh Tăng như Hòa thượng Liên Tôn, Trí Độ, Huyền Quang, Huyền Dung, Huyền Ấn, Giải An, Ngọc Lộ, Sư bà Thích Nữ Tịnh Viên.

Ngài là một vị Tăng tài đức uyên thâm Phật học và thơ phú, ngài đã để lại 36 tác phẩm trước tác và dịch thuật cho nền Phật học Phật giáo Việt nam. Hóa duyên viên mãn, ngài viên tịch vào năm 1950.

Kệ truyền thừa của ngài:

Chơn ngọc hồng sơn chiếu
Trừng châu bích hải viên
Lý minh tri tánh diệu
Trí mật ngộ tâm huyền
Tịch duyên hoài túy liễu
Lạc quốc ngự kim liên
Thánh cảnh quy lai nhật
Tông phong chấn cổ truyền.

Người Sư đệ là Trưởng lão Hòa Thượng Trí Huy quy y xuất gia và thọ giới với Tổ Hoằng Thạc được ban Pháp danh Chơn Giám, tự là Đạo Liên, hiệu là Trí Huy. Đến năm 1937, Thầy thọ cụ túc giới tại Đại giới đàn chùa Thạch Sơn do Tổ Hoằng Thạc làm Hòa Thượng Đàn đầu.

Sau khi thọ đại giới, Thầy được Bổn sư cho về chùa Hội phước thuộc Giáo hội Tăng già Quảng Ngãi để tu học và chuyên tâm hành trì kinh điển giới luật qua những mùa an cư kết hạ nơi đây. Những năm về sau Thầy theo học tại chùa Linh Quang-Huế, rồi Phật học viện Hải Đức-Nha trang.

Nói đến Chùa Hội Phước ở Quảng ngãi nơi mà trước kia Thầy đã từng lưu trú, tôi nhớ lại một kỷ niệm vào năm 1991 tôi va hai thầy ở Huế đến đây để lễ Phật và đảnh lễ Đức Tăng Thống Thích Huyền Quang. Tôi nhận thấy Đức Đệ Tứ Tăng Thống là một vị thầy vô cùng bình dị, có lòng từ bi thương xót người dân trong tình cảnh đói khổ cho nên ở đây ngài đã khiến cho những người dân quê chất phác đến những đứa trẻ luôn luôn quấn quít trìu mến và thân thiện. Dù đang trong tình cảnh bị "lưu đày" nhưng Đạo phong của ngài vẫn toát ra vẻ an nhiên tự tại. Trong buổi cơm chiều đạm bạc với Đức Tăng Thống có HT Phước Thành, HT Thái Hòa và tôi ngoài những câu chuyện chứa chan Đạo tình Thầy trò, ngài còn cho biết trong những ngày ở chùa Hội Phước thì ngài đang đọc toàn bộ Đại tạng kinh đự định viết tập Chỉ nam Đại tạng kinh.

Trong Pháp phái Hòa thượng Thích Huyền Quang đứng vào hàng Sư huynh của tôi vì ngài là đệ tử của Trưởng lão Hòa thượng Thích Trí Hải chùa Bích liên là hàng Sư bá của tôi.

Còn có ngôi chùa khác ở Quảng ngãi mà Thầy từng trú trì. Đó là chùa Phổ quang ở Nghĩa hành do Tổ Hoằng Thạc kiến tạo mà những năm cuối đời Tổ thường về đây nghỉ dưỡng. Năm 1944, Tổ Hoằng Thạc viên tịch tại chùa

Phổ quang thì Thầy được tông môn công cử kế tục trú trì ngôi chùa này.

Năm 1958 Thầy rời Quảng ngãi đến hoằng Pháp ở tỉnh Quảng đức trên vùng cao nguyên hoang vu lạnh lẽo thưa thớt dân cư. Toàn tỉnh chỉ có 3 quận là Kiến đức, Khiêm đức và Đức lập mỗi huyện chỉ có vài xã. Riêng quận Kiến đức có những xã là nơi chính quyền Diệm làm nơi lưu đày những người dân từ Quãng trị, Thừa thiên, Quảng nam, Quảng ngãi, Bình định và Phú yên. Ở đây dân phải sống trong ấp chiến lược rào chắn kiên cố có hầm chông chung quanh xã và mỗi xã chỉ có một cửa ngỏ đi vào đi ra có lính canh gác ngày đêm. Khi đó gia đình tôi cũng sinh sống trong xã Sùng đức quận Kiến đức là một khu thuộc ấp chiến lược như vậy.

Bước chân hoằng hóa củaThầy đã trụ lại thị xã Gia Nghĩa và khởi đầu khai sơn kiến tạo chùa Pháp hoa là một thảo am nhỏ mái lợp bằng lá mây rừng. Hồi đó thực phẩm để dùng hằng ngày là trái cà na ngâm chua và những thứ rau cỏ hoang dại quanh chùa. Thầy miên mật hành trì bộ kinh Pháp Hoa và dẫn dắt những người dân ở đây tu tập và cứu giúp họ những khi gặp hiểm nạn trong cuộc sống. Cho đến giữa thập niên sáu mươi một lần nữa chùa được chính Thầy và những đệ tử trùng tu xây dựng uy nguy hơn. Nhưng chỉ vài năm sau lễ lạc thành ngôi chùa mới thì Thầy cũng quãy dép cỏ về Tây. Buổi chiều ngày mồng một Tết năm Canh Tuất 1970 vào lúc 4 giờ Thầy đã an nhiên viên tịch sau khi dặn dò môn đồ tứ chúng tinh tấn tu tập và hoằng dương Phật Pháp. Sự đến đi của những bậc xuất trần thượng sĩ nhẹ nhàng là như vậy.

Ngôi chùa Pháp hoa cũ do chính
TL Hòa thượng Thích Trí Huy kiến tạo

Chương lịch sử Phật giáo Việt nam ở tỉnh DakNong ghi nhận dấu ấn bước chân hoằng Pháp của Thầy trên vùng đất cao nguyên được Thầy đặt nền móng vững chắc cho công cuộc hoằng Pháp của chư Tôn Đức Tăng Ni tiếp nối về sau này.

Giờ nhớ Thầy, tôi ôn lại hành trạng của Thầy đã dày công kiến tạo nhiều Đạo tràng trong một tỉnh nhỏ làm chốn tùng lâm tu học cho hàng đệ tử xuất gia và tại gia bằng hạnh nguyện Bồ tát với lòng từ thương yêu của Thầy đối với người dân dù kinh hay thượng ở nơi này.

Ngày nay Phật giáo tại tỉnh DakNong phát triển rực rỡ và vững chãi là nhờ hạnh nguyện giữ gìn mối Đạo và xây dựng cho cuộc đời thêm tốt đẹp của chư Tôn Đức Tăng Ni và tấm lòng cao quí tinh tấn tu học và hộ trì Tam bảo của Đồng bào Phật tử tỉnh nhà.

Suốt cuộc đời của Thầy là phụng hiến và xiển dương Phật Pháp, lấy tâm từ bi mà nhiếp hóa quần sanh. Thầy là chỗ nương tựa cho hàng

Phật tử trên vùng đất cao nguyên hoang vu này. Ở đây tôi đã tìm lại được hình ảnh tôn kính và hạnh nguyện của Thầy năm xưa lấy Phật pháp nhiếp hóa độ sanh trong bản tiểu sử ngắn gọn toát lên vẻ đẹp ngời sáng của Thầy sau đây:

Tiểu Sử Hòa Thượng Thích Trí Huy
Khai Sơn Chùa Pháp Hoa Tỉnh Quảng Đức

A.Thân Thế:

Hoà thượng Thích Trí Huy, thế danh Lê Quang Thiệt, sinh tháng Giêng năm Đinh Tỵ (1917). Trong một gia đình nông dân, có truyền thống Phật giáo nhiều đời. Thân phụ Ngài là cụ ông Lê Quang Long , thân mẫu là cụ bà Nguyễn Thị Lại. Nguyên quán thôn Hiệp Phổ, xã Hành Đức, quận Nghĩa Hành, tỉnh Quảng Ngãi. Thủơ nhỏ tánh khí hiền hoà, tư chất thuần hậu, rất mực hiếu đạo đối với song thân. Ngài đã thực hiện trọn đạo làm con đối với giòng tộc, sau đó tầm sư học đạo.

B. Xuất gia:

Ngài được Hoà thượng Hoằng Thạc trụ trì chùa Thạch Sơn, xã Phú Thọ, quận Tư Nghĩa, tỉnh Quảng Ngãi, thâu nhận làm đệ tử, thế phát xuất gia và ban Pháp danh Chơn Bích, Tự Đạo Liên. Sớm hôm miệt mài trao dồi đạo hạnh nơi chốn thiền môn, ý chí thượng cầu ngày một thể hiện qua công phu tu tập, Hoà thượng Bổn sư rất mực tin yêu truyền dạy, cùng sự nỗ lực của tự thân, Ngài đã được Hoà thượng Bổn sư cho thọ cụ túc giới tại Đại giới đàn chùa Thạch Sơn do Hoà thượng Hoằng Thạc làm Đàn đầu, ban Pháp hiệu là Trí Huy.

Kháng chiến chống Pháp bùng nổ, Hoà thượng được Bổn sư cho về Chùa Hội Phước

là cơ sở của Giáo hội Tăng già Quảng Ngãi để tu học và qua nhiều khoá an cư kiết hạ tại đây nhằm tăng trưởng đạo lực, nghiên tầm kinh điển giới luật.

Bước tấn tu có chiều khó khăn tại quê nhà nhưng lại là cơ duyên thuận lợi đối với bản thân Hoà thượng. Hoà thượng được Bổn sư và giáo hội Tăng già Quảng Ngãi tiếp tục gởi theo học tại Chùa Linh Quang-Huế, rồi Phật học viện Hải Đức-Nha Trang là những cơ sở đào tạo tăng tài của Phật giáo Trung Phần.

Được tổ chức Giáo hội nâng đỡ, được nhìn xa thấy rộng từ môi trường đào tạo và đặc biệt hạnh nguyện của một đệ tử xuất gia "Tác Như lai xứ, Hành Như lai sự" sở nguyện độ sanh của Hoà thượng được nhen nhóm từ đây, có đủ hành trang, Hoà Thượng dấn thân vào bước đường hoằng hoá lợi sanh thực hành hạnh " Cô thân vạn lý du". của một trưởng tử Như Lai.

C. Đạo Nghiệp:

Tinh thần nhập thế tích cực, không quản ngại gian lao, không từ nan bất kỳ một Phật sự nào, Hoà Thượng dấn thân vào các vùng đất xa xôi hẻo lánh.

Tại quê nhà, Ngài được đông đảo Phật tử cung thỉnh về ngôi Niệm Phật đường Vĩnh Hiệp và chùa Hồng Quang tại thôn Kỳ Thọ, xã Hành Đức, quận Nghĩa Hành, tỉnh Quảng Ngãi, để hoằng pháp lợi sanh. Với tinh thần nhập thế, không quản ngại gian lao, không từ nan một Phật sự nào, Ngài phát nguyện dấn thân đến vùng đất Tây nguyên. Đầu Thu, năm 1957 ngôi chùa mái tranh vách nứa giữa chốn rừng núi âm u của tỉnh Quảng Đức được Ngài gầy dựng. Tại đây, Hoà thượng đã

chuyên tâm trì kinh Pháp Hoa, sau thời gian chí thành cầu nguyện, Hoà thượng đã kiến tạo lại ngôi chùa này thật trang nghiêm và đặt tên là Chùa Pháp Hoa, công tác hoàn tất vào năm 1959.

Từ độ du phương hoằng dương chánh pháp, Hòa thượng đã đảm nhiệm chức vụ Chánh Đại diện Phật giáo tỉnh Quảng Đức: Ngài đã chứng minh và khai sơn 12 ngôi chùa như: Chùa Hoa Khai, chùa Hoa Quang, chùa Hoa Nghiêm, chùa Long Hoa, chùa Liên Hoa, chùa Linh Sơn, và một số chùa ở Sùng Đức, Nghi xuân.v.v...Các chùa có chữ Hoa do Ngài tạo dựng đều gắn liền với ý nghĩa của kinh Pháp Hoa mà suốt cuộc đời Ngài nghiêm mật hành trì.

Xây chùa, đúc chuông, tạo tượng công đức thù thắng. Ngoài ra, Hoà Thượng không quên hạnh nguyện lợi tha đối với người Phật tử, thường xuyên tổ chức các khoá tu Bát Quan trai giới, truyền trao Tam quy và ngũ giới cho thiện nam tín nữ thọ Ưu Bà Tắc, Ưu Bà Di. nhằm khuyến khích Phật tử hành thiện, thực hiện hạnh nguyện Bồ Tát, Hoà Thượng thường xuyên tổ chức các đợt thăm viếng

thương bệnh binh ở các bệnh xá, các phạm nhân ở nhà lao… và cứu trợ cho các buôn làng xa xôi…vào các dịp lễ lớn như Phật Đản, Thành Đạo, Vu Lan.

Công viên quả mãn, hạnh nguyện viên thành, Hoà Thượng Ngài đã thâu thần thị tịch vào giờ Thân, ngày mùng Một, tháng Giêng năm Canh Tuất (1970). Những tu hành, sự nghiệp hoằng dương Phật pháp, khai sơn tạo tự, đào tạo tăng ni, hướng dẫn Phật tử tại gia tu tập cuả Ngài vẫn còn mãi trong tâm tưởng của các hàng đệ tử xuất gia cũng như tại gia chúng con. Hôm nay chúng con nhất tâm kính lễ tưởng niệm 45 năm ngày Hoà Thượng trở về cõi Phật. Ngưỡng mong Giác linh Hoà Thượng chứng minh cho chúng con.

Nam mô Từ Lâm Tế Phổ tứ thập thế, khai sơn Pháp Hoa Tự Trụ Trì – huý Thượng Đạo hạ Liên - Tự Chơn Bích - Hiệu Trí Huy Hoà Thượng Giác Linh thuỳ từ chứng giám.

Lễ kỷ niệm 60 năm thành lập Chùa Pháp Hoa - DakNong

Bảo tháp TL Hòa Thượng Thích Trí Huy

Trên đây là bản tiểu sử Trưởng lão Hòa Thượng Thích Trí Huy Tổ khai sơn Chùa Pháp Hoa tại Thành phố Gia Nghĩa tỉnh DakNong, nguyên Chánh Đại Diện tỉnh Quảng Đức được TT Thích Quảng Hiền đương kim Trú trì chùa Pháp hoa, Phó trưởng Ban Thường Trực Ban Trị Sự Phật giáo tỉnh DakNong cung soạn.

Ngày nay, Chùa Pháp Hoa là một danh lam nơi đặt văn phòng Ban Trị Sự Phật giáo tỉnh DakNong hay Ban Đại Diện tỉnh Quảng đức đã được TT Thích Quảng Hiền phát nguyện đại trùng tu xây dựng lại toàn bộ ngôi chùa và tháp Tổ khai sơn với sự chú nguyện và góp phần công đức của chư Tăng Ni và Đồng bào Phật trong và ngoài tỉnh đặc biệt gia đình Phật tử Phạm Nhật Vượng đã phát tâm cúng dường xây dựng tầng Đại hùng bảo điện.

Chính từ ngôi chùa trọng tâm này mà sự hoằng Pháp của Phật giáo tỉnh DakNong đã được vững chãi lan rộng đến mọi nơi có dân cư sinh sống trong đó có cộng đồng dân tộc người Thượng. Sự tu học và hoằng Pháp của chư Tăng Ni kế thừa tiếp nối thắp sáng con

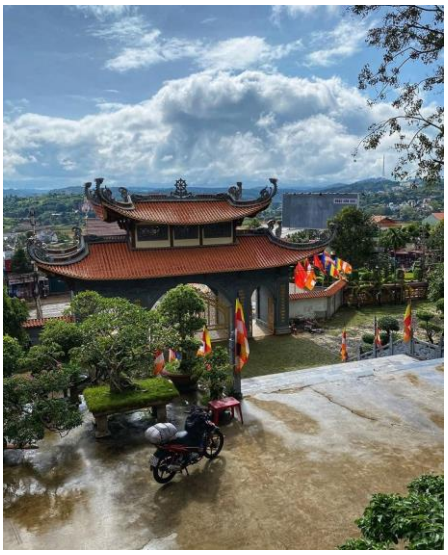
đường hoằng Pháp là con đường trước kia Tổ khai sơn Trưởng Lão Hòa Thượng Thích Trí Huy đã ươm mầm kể từ những năm cuối thập niên năm mươi khi ngài mới đặt chân đến hóa Đạo miền cao nguyên đất đỏ hoang vu nơi đây..

Trong tận cùng sâu thẳm của ký ức, Tôi nhớ mãi hình bóng và tấm lòng yêu thương của Thầy – Người đã dìu dắt tôi đi vào cửa Thiền tìm về phương trời cao rộng khi tôi tuổi còn thơ ấu trong năm năm ngắn ngủi để rồi xa lìa bàn tay nâng đỡ của Thầy khi vừa tuổi mười sáu trong một ngôi chùa thân thương – Chùa Pháp Hoa ở miền cao nguyên với nhiều kỷ niệm đẹp trong những năm đầu xuất gia tu học của tôi.

Hình Ảnh Chùa Pháp Hoa
Tại Thành Phố Gia Nghĩa
Tỉnh DakNong Ngày Nay:
(Nguồn ảnh tư liệu Chùa Pháp Hoa-DakNong)

TRỤ SỞ BAN TRỊ SỰ
CHÙA PHÁP HOA

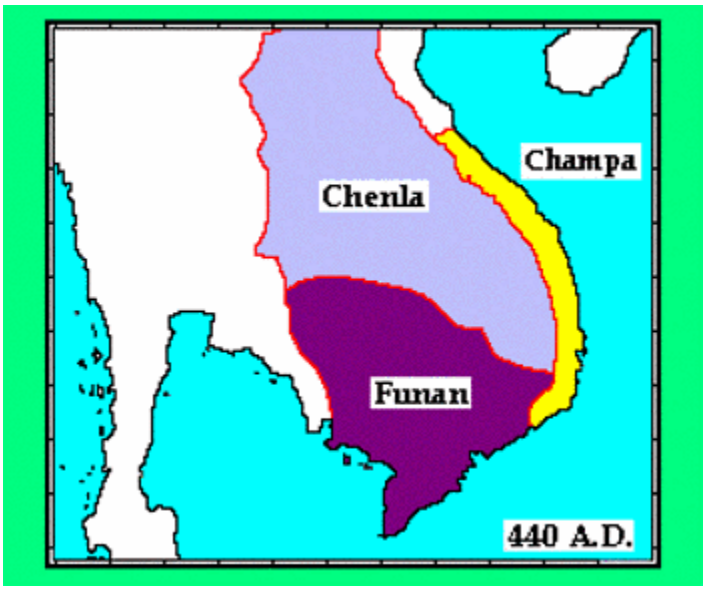
ĐẠI LỄ PHẬT ĐẢN



PHẬT GIÁO DU NHẬP VÀ PHÁT TRIỂN Ở 3 NƯỚC KHMER, CHAMPA VÀ ĐẠI VIỆT CÙNG SỰ HÌNH THÀNH CỦA 36 PHỐ PHƯỜNG Ở HÀ NỘI

Nguyễn Thúy Loan Ph.D.

Mọi vật đều biến chuyển theo thời gian ngay cả tên tuổi của những cường quốc một thời, đều bị mờ nhạt dần theo ngày tháng, đúng theo qui luật vô thường. Tuy nhiên lịch sử vẫn còn đậm nét cho Khmer, Champa và Đại Việt, ba nước nằm cạnh nhau, dọc theo bờ biển Thái Bình Dương trong vùng Đông Nam Á, một vị trí chiến lược về quân sự, và tất cả đều được coi là những quốc gia Phật giáo. Bài tiểu luận này phân tích những sự tương đồng và khác biệt về sự ảnh hưởng Phật Giáo của ba quốc gia nói trên qua các tài liệu lịch sử hiện có và từ bằng chứng khảo cổ. Đồng thời cũng khởi lên một điều quan trọng nói về Hà Nội 36 phố phường được hình thành bởi sự phồn thịnh của Phật Giáo Đại Việt.



Phật giáo tồn tại hơn hai nghìn năm ở Đông Nam Á. Theo sử liệu từ Vua Tích Lan (Sri Lanka) Phật giáo du nhập vào Suvanna-bhumi (Bán đảo Vàng) qua con đường truyền giáo của Hoàng đế Ấn Độ A Dục (Asoka) trong thế kỷ thứ 3 trước Công nguyên bằng đường biển đến Vương quốc Phù Nam (sau này là Khmer và hiện tại là một phần của Việt Nam). Đế Quốc Phù Nam chỉ tồn tại trong 5 thế kỷ, từ thế kỷ thứ nhất đến thế kỷ thứ năm 5 sau Công nguyên; và đến Đại Việt vào thế kỷ thứ hai (1). Phật giáo từ Trung Hoa cũng đến Đại Việt qua sự đô hộ của Trung Hoa. Champa nằm giữa Khmer và Đại Việt, do đó Phật giáo ở Champa được coi là ảnh hưởng từ hai phía láng giềng Phù Nam và Đại Việt. Tuy nhiên, Phật giáo của mỗi quốc gia đã bản địa hoá để hoà đồng với

các tín ngưỡng và nghi lễ địa phương. Chúng ta hãy xem xét sự ảnh hưởng Phật giáo ở mỗi quốc gia để tìm ra sự khác biệt.

I. Phật Giáo ở Khmer (Campuchia - Cambodia)

Khmer là một Vương Quốc Cổ Đại, và cũng là một Vương Quốc mang cả 2 nền Phật Giáo cùng Ấn Giáo, một cựu đế quốc rộng lớn và hùng mạnh trong thế kỷ 11 của vùng Đông Nam Á (với diện tích lên đến 1 triệu km², gấp 3 lần Việt Nam hiện nay). Đế quốc Khmer, tách ra từ Vương quốc Chân Lạp, và được coi là vương quốc cũ của Phù Nam; cũng đã từng cai trị một phần đất rộng lớn vùng Đông Nam Á mà ngày nay thuộc lãnh thổ của các quốc gia: Lào, Thái Lan và miền nam Việt Nam.

1. **Tôn Giáo**

Phật giáo truyền vào Khmer bằng hai ngã khác nhau. Phật giáo cùng Ấn Giáo đầu tiên đến Vương quốc Phù Nam qua vùng đồng bằng sông Cửu Long ngày nay, vì ở đó có một bến cảng phồn thịnh cho sự trao đổi hàng hóa giữa Ấn Độ, Indonesia và Trung Hoa. Các nhà khảo cổ đã tìm thấy những cổ vật bên cạnh những hàng hóa nhập khẩu từ Ấn Độ và Trung Hoa ở Phù Nam, điều này khẳng định Phù Nam là một trung tâm thương mại hàng hải thịnh vượng thời đó.(2)

Cổ sử Trung Hoa cho thấy, đầu tiên, giữa năm 479-502 Công Nguyên (CN), một nhà sư Phật giáo tên là Na Tiên (Nagasena) đã được Phù Nam phái đến Trung Hoa với tư cách là một sứ thần. Ông kể lại rằng Bà La Môn giáo (Brahmanism) và Phật giáo đều

phát triển mạnh ở Phù Nam. Khi ông nói về Phật giáo, ông thường sử dụng các từ ngữ như "ba-la-mật-đa" và "địa" (bhumi) cho thấy sự hiện diện mạnh mẽ của Đại thừa ở Phù Nam (3*).* Một trường hợp khác là hai nhà sư Phật giáo cũng từ Phù Nam tên là Tăng-già-bà-la (Sanghapala) và Mạn-đà-la (Mandra) đến đế đô nhà Lương ở Nam Kinh, lần lượt vào năm 506 và 503 CN. Cả hai đều dịch các văn bản kinh điển Ấn Độ từ tiếng Phạn (Sanskrit) sang tiếng Trung Hoa. Trong tiểu sử của Tăng-già-bà-la cho thấy rằng hầu hết các bản dịch của ông đều liên quan đến các học thuyết Đại thừa. Tuy nhiên, một trong những cuốn kinh mà ông mang theo là Vimuttimagga (một sách hướng dẫn thực hành Phật giáo mô tả về A-la-hán). Bằng chứng này cho thấy rằng cả Phật giáo Đại thừa và Phật giáo Saravastavada (như Theravada) đều tồn tại ở Phù Nam vào thời điểm đó, mặc dù Phật giáo Theravada được coi là hiện hữu rõ hơn.

1. **Phật Giáo**

Lich sử cũng cho thấy một nguồn Phật giáo thứ hai đến với người Khmer trong thời Đế chế Angkor khi người Khmer bắt đầu theo các truyền thống Phật giáo. Vào khoảng thời gian đó, Vua Jayavarman II (802-869) tuyên bố mình là thần vương và ví mình tựa như thần Shiva (Một vị thần tối cao của Ấn Giáo). Tuy nhiên, ông cũng ủng hộ Phật giáo Đại thừa trên khắp vương quốc của mình, điều này sau đó khiến tôn giáo này ngày càng được phát triển thiết lập trong đế chế của ông. Dựa trên bản khắc Kamboja của thế kỷ thứ chín, có bằng chứng chắc chắn về văn bản Mật Tông giảng dạy tại triều đình của Jayavarman II. Điều này cho thấy hình thức Phật giáo cơ bản được thực hành ở

Cambodia trong thời kỳ Angkor là Phật giáo Đại Thừa, chịu ảnh hưởng mạnh mẽ của khuynh hướng Mật tông. (4)

Sau đó, vì Vua Jayavarman VII (1181-1219) là một người theo Phật Giáo Đại thừa, nên Đại thừa đã trở thành quốc giáo dưới triều đại của ông cho đến năm 1200. Sau khi ông qua đời, "Cách mạng Theravada" đã xảy ra, Phật giáo Theravada trở thành quốc giáo chính thức của Cambodia trong 800 năm qua (ngoại trừ thời Khmer Đỏ). Theravada hiện ước tính là tín ngưỡng của 95% dân số Cambodia.

II. Phật Giáo ở Champa (192–1832)

Vương quốc Champa thịnh vượng từ thế kỷ thứ hai đến thế kỷ thứ 19, là một trong những nền văn minh theo văn minh Ấn Độ thịnh vượng nhất ở Đông Nam Á, Champa đã kiểm soát các khu vực rộng lớn mà ngày nay là miền Trung và miền Nam Việt Nam.

1. **Tôn Giáo**

Lịch sử ban đầu cho thấy rằng Ấn giáo được truyền vào Champa từ Ấn Độ. Nghệ thuật kiến trúc và điêu khắc của vương quốc Champa như các bức tượng Hindu và những ngôi đền bằng gạch đỏ, đã chứng minh điều này. Mỹ Sơn là một trung tâm tôn giáo của Champa, và Hội An, một trong những thành phố thương cảng chính của Champa, hiện nay đều là Di sản Thế giới. Tại Mỹ Sơn, những ngôi đền từ thế kỷ thứ bảy cho thấy tôn giáo thống trị là Ấn giáo. Từ thế kỷ thứ 7 đến thế kỷ thứ 10, người Chàm kiểm soát hoạt động buôn bán gia vị và tơ lụa giữa Trung Hoa, Ấn Độ, các đảo của Indonesia và

cả đế chế Abbasid ở Baghdad. Họ cũng xuất khẩu ngà voi và lô hội. (5)
Nghệ thuật Chàm chủ yếu chạm khắc trên sa thạch và chạm nổi. Các tác phẩm điêu khắc nổi tiếng là những vị thần linh của Ấn giáo và Phật giáo. Bên cạnh đó, một số nghệ thuật Chàm cho thấy sự ảnh hưởng từ Khmer. Một bia đá được tìm thấy tại Mỹ Sơn và có niên đại 657 CN, nhấn mạnh sự liên hệ dân tộc và văn hóa của Champa với Đế chế Khmer.

1. **Phật Giáo**

Những di tích Phật giáo đã được tìm thấy ở Champa vào đầu thế kỷ thứ 2. Mặc dù chính quyền chủ yếu ủng hộ Ấn giáo và do đó Phật giáo ở Champa không vượt qua Ấn giáo, tuy nhiên các tôn giáo dường như pha trộn giữa Ấn giáo và Phật giáo. Mặc dù vậy, Phật giáo đã được ủng hộ từ vua cho đến tất cả các cấp trong triều đình và xã hội. Bằng chứng cũng cho thấy Phật Giáo Theravada, Đại thừa và Mật tông là những tín ngưỡng ở Champa.

Văn học Phật giáo xuất hiện trong nhiều thời kỳ khác nhau của lịch sử Chàm. Có 130 bản khắc được khám phá, trong đó có 92 đề cập đến việc thờ cúng thần Shiva, trong khi chỉ có 7 bản khắc đề cập đến Phật giáo. Tuy nhiên, sự kết hợp giữa Shiva-Phật nổi bật ở Champa được mô tả trong một bia khắc B VII nói rằng nhiều vị thần khác nhau xuất hiện trên thế giới và Đức Phật được liệt kê trong danh sách đó. Điều này cho thấy rằng Shiva và Phật đều nằm trong tâm thức của người Chàm.

Khi Liu Fang tướng của Trung Hoa xâm lược Champa vào năm 605 CN, ông đã

mang ít nhất 1.350 tác phẩm về Phật giáo bó lại thành 564 cuộn viết bằng ngôn ngữ Kuen Luen (Chàm) (6). Dựa trên các bia khắc được tìm thấy, một số vị vua Chàm có kiến thức thông thạo về Phật giáo, bao gồm Bhadravarman, cha của Indravarman III, một người hiểu rõ về hệ thống Phật giáo. Một bia khắc khác đề năm 1167 ca ngợi một vị vua hiểu biết về Đại thừa.

Ngoài ra, bằng chứng sớm nhất về bia về Phật giáo ghi bằng chữ Phạn đã được tìm thấy tại Võ Cạnh, Khánh Hòa, từ một khu định cư của người Chàm vào thế kỷ thứ 2. Nhiều tượng đồng được tìm thấy ở phía nam Champa và có niên đại từ thế kỷ thứ 7 đến thế kỷ thứ 10 liên quan đến các vị bồ tát. Vào thế kỷ 11, ảnh hưởng của Đại thừa rất mạnh mẽ ở Champa. Quan Thế Âm Bồ tát (Avalokitesvara) cũng là chủ đề của một tín ngưỡng cực thịnh ở cả Champa và Cambodia trong thế kỷ 9 và 10. (7) Hơn nữa, nghệ thuật Phật giáo được tìm thấy cũng cho thấy những ảnh hưởng từ Theravada.

The cultural heritage Champa - Mỹ Sơn (Di tích của Vương quốc Champa tại Mỹ Sơn, Champa)

The cultural heritage Champa -Mỹ Sơn (Di tích của Vương quốc Champa tại Mỹ Sơn, Champa)

III. Phật Giáo ở Đại Việt (1054-1804)

Đại Việt tồn tại tổng cộng 723 năm (từ 1054 -1804 - bị gián đoạn bởi cuộc xâm lược 27 năm của Trung Hoa), bắt đầu từ thời vua Lý Thánh Tông (1054 - 1072) đến vua Gia Long (1802-1820). Đại Việt được hình thành sau khi đánh bại Trung Hoa vào năm 938 CN, chấm dứt cuộc đô hộ gần 1000 năm.

1. Tôn Giáo

Trước khi điểm lại quá trình thực tiễn của Phật giáo ở Đại Việt, chúng ta cần xem lại việc Phật giáo đến Đại Việt

và ảnh hưởng của nó như thế nào. Đồng bằng sông Hồng có thể được coi là cửa biển, nơi Phật giáo đến Việt Nam và Trung Hoa đầu tiên. Giao thương đường biển hưng thịnh giữa Trung Hoa, Ấn Độ và Indonesia đã sử dụng đồng bằng này như một điểm gặp gỡ thuận tiện. Cảng này là một kết nối với các vùng Khmer, Lào, Champa và Vân Nam (Trung Hoa), tất cả đều được thực hiện dễ dàng hơn nhờ sự kết nối giữa sông và biển. Tuy nhiên, vào thế kỷ 13, các vua Trần pha trộn các yếu tố tư tưởng Phật giáo và Nho giáo, dường như không có mâu thuẫn nào với nhau. (8)

1. **Phật Giáo**

Phật giáo đến Đại Việt vào đầu thế kỷ thứ hai từ Ấn Độ. Lục Độ Tập Kinh (LĐTK) (Liu du Ji Jing) được Khương Tăng Hội (Kang Senghui) dịch vào thế kỷ thứ ba ở Lũy Lâu, Giao Chỉ, miền Bắc Việt Nam ngày nay. LDTK là một trong những bản dịch sang tiếng Việt/Trung sớm nhất của tuyển tập Bổn Sinh (Jataka) mô tả cuộc đời trước đây của Đức Phật và những hy sinh giúp đỡ mọi người của ông. Thích Nhất Hạnh giải thích rằng Khương Tăng Hội, trong bản dịch LĐTK của mình, đã trộn lẫn các lý tưởng Đại thừa với Kinh Bổn Sinh.(Pali Jataka)

Làn sóng thứ hai của Phật giáo đến Việt Nam là từ Trung Hoa khi Trung Hoa đô hộ Đại Việt. Giao thương đường biển mạnh mẽ ở vùng đồng bằng sông Hồng trong thời gian đó đã giúp cho Phật giáo ngày càng phát triển và thịnh vượng. Di tích của 715 ngôi chùa Phật giáo trong thế kỷ 16 đã được tìm thấy tại cửa biển Vân Đồn, gần đồng bằng sông Hồng (9). Núi Yên Tử, dọc theo châu thổ sông Hồng, trung tâm Phật giáo chính

của Đại Việt vào cuối thế kỷ 13 nằm gần khu vực. Vua Trần Nhân Tông (1258-1308) đã thành lập một chi nhánh Phật giáo Việt Nam nổi tiếng là Trúc Lâm, ngay trung tâm thương mại.

Sự phồn thịnh của Phật Giáo được thấy rõ ràng hơn trong thời kỳ Nhị Tổ Trúc Lâm Pháp Loa khi ông đã đúc 1.300 tượng về Phật Giáo. Ở đâu có được vật liệu để đúc những tượng này? Đó là do sự trao đổi hàng hóa tại trung tâm hải cảng đồng bằng sông Hồng đã đem đến.

Dựa theo lịch sử thì khu phố cổ Hà Nội xuất hiện từ thời Lý - Trần. Đây là nơi tập trung các hoạt động giao thương – buôn bán sầm uất bậc nhất ở thành Thăng Long. Bên cạnh đó khu phố là nơi sinh sống chủ yếu của cư dân thuộc tầng lớp trung lưu – thượng lưu trong xã hội phong kiến xưa (10).
Dựa theo Tiến Sĩ Tana Li, một học giả nổi tiếng người Trung Hoa đang làm việc ở Đại Học Australian National University, nghiên cứu về lịch sử Việt Nam viết: nhờ sự giao thương phồn thịnh qua hải cảng sông Hồng như vậy, nên Vietnam có được 730 ngôi chùa chung quanh Đồng bằng sông Hồng, và hình thành Hà Nội 36 phố phường trong lịch sử. (11)

Ngoài ra, Thiền Uyển Tập Anh (TUTA), ghi lại tất cả các thiền sư nổi tiếng ở Việt Nam từ thế kỷ VI đến thế kỷ 13, đã mô tả ba trường phái thiền tông lớn nhất của Việt Nam tiêu biểu cho Phật giáo lúc bấy giờ. Đó là Dòng Vô Ngôn Thông, Dòng Tì ni đà lưu chi (Vinitaruci), và dòng Thảo Đường. TUTA là cuốn sách duy nhất hiện có về Phật giáo Việt Nam trong thời kỳ cổ đại đó.

Quán Thế Âm là người có ảnh hưởng lớn trong suốt lịch sử của Đại Việt. LĐTK nói về Bồ tát vào thế kỷ thứ ba cho đến năm 1049 CN khi vua Lý Thái Tông (1028-1054) nằm mơ thấy Bồ tát Quán Thế Âm ngồi tuyệt đẹp trên đài sen. Ngài đã được tôn trọng và nổi tiếng như một nữ thần của từ bi từ thời đó

IV. Sự tương đồng và khác biệt của Phật giáo trong 3 nước kể trên

Khmer (11th – 18th century): Ấn Độ Giáo và Phật Giáo du nhập thông qua thương cảng Óc Eo và Phù Nam. Phật giáo đã phát triển trong nhiều nhánh như Theraveda, Đại Thừa và Mật Tông. Bồ Tát Quán Thế Âm được phổ biến và thờ phượng nhiều trong dân chúng.

Champa (192–1832): Ấn Độ Giáo và Phật Giáo du nhập thông qua thương cảng Hội An. Ấn Độ Giáo có phần vượt hơn Phật Giáo ở nước này. Ba nhánh chính của Phật giáo Theraveda, Đại Thừa và Mật Tông cũng được tìm thấy trên lãnh thổ Champa. Shiva và Phật cùng nhiều vị thần khác cũng được thờ phượng. Bồ Tát Quán Thế Âm được phổ biến và thờ phượng rộng rãi trong dân chúng.

Đại Việt (1054-1804): Ấn Độ Giáo và Phật Giáo du nhập thông qua thương cảng Óc Eo và Phù Nam. Phật giáo đã phát triển trong nhiều nhánh như Theraveda, Đại Thừa và Mật Tông. Bồ Tát Quán Thế Âm được phổ biến và thờ phượng rộng rãi trong dân chúng. Tóm lại, Khmer và Champa được coi là các quốc gia Ấn Độ hóa. (12) Charles Eliot tác giả của quyển *Ấn Độ Giáo Và Phật Giáo: Một Sự Sơ Lược Về Lịch Sử* cho

rằng: Chúng ta không thể tách Ấn giáo khỏi Phật giáo, và "khi Phật giáo đến quốc gia nào thì nhanh chóng trở thành một trong những tôn giáo chính ở đó." Ở Champa, Phật được liên kết với thần Shiva, gần như là một vị thượng đế tối cao của Ấn giáo. Một số nghi lễ ở Champa bắt nguồn từ tiếng Khmer. Hai quốc gia này có vẻ gần gũi với Ấn giáo hơn là Phật giáo. Tuy nhiên, Đại Việt thì khác; Trung Hoa đô hộ Đại Việt gần 1000 năm. Ảnh hưởng của Phật giáo Đại Việt rõ ràng khi chúng ta thấy những nhà sư Phật giáo thông hiểu cả Phật giáo và Nho giáo. Đại thừa được phổ biến ở Đại Việt.

Phật giáo đã đến vùng Đông Nam Á chính yếu bằng hàng hải qua biển và sông ngòi là những tuyến đường chính. Ba cửa khẩu hưng thịnh thời bấy giờ của 3 nước đã đưa Phật Giáo phát triển cả vùng Đông Nam á không thể chối từ. Mỗi vùng Phật Giáo dễ hòa đồng với tín ngưỡng địa phương và trở thành một tín ngưỡng chính yếu của dân tộc. Giống như Nguyễn Lang viết "Đạo Phật thấm vào văn minh Giao Châu tự nhiên dễ dàng như nước thấm vào lòng đất." (13) Tất cả các dữ kiện được trình bày trong bài luận này đều dựa trên khảo cổ học và các bằng chứng hiện có cũng như các bài báo và sách từ các học giả đã xuất bản và nghiên cứu ở các quốc gia này.

***

English version

The Introduction and Development of Buddhism in Dai Viet, Champa, and Khmer and The Formation of Hanoi's 36 Streets

Nguyễn Thúy Loan, PhD

Even though the names have changed over time, the history still exists for Đại Việt (Việt Nam), Champa, and Khmer (Cambodia). They were three countries next to each other, located along the Pacific Ocean in Southeast Asia, and all of them were considered Buddhist countries. This paper will analyze the similarities and differences of influential Buddhist practices in these countries, using existing history literature and archaeological evidence. Hanoi's iconic 36 streets formed as a result of Buddhism's prosperity in Dai Viet.

Buddhism has existed in Southeast Asia for over two thousand years. It was originally introduced into Suvannabhumi (the Golden Peninsula) by missionaries of Indian Emperor Asoka during the 3rd century BCE, by sea to the Funan (Khmer) Kingdom (1st to 5th century CE), and to Đại Việt in the second century CE (1). Buddhism from China also arrived to Đại Việt while it was ruled by China. Buddhism in Champa, located between Khmer and Đại Việt, was considered an effect of Funan and Đại Việt influence from both neighboring sides. However, the religion's practice of each distinctive country influenced local culture and indigenous rituals differently.

1. **Buddhism in Khmer (Cambodia**)

This discussion is about Buddhism in the Khmer Empire, an ancient kingdom and also a powerful 11th century Hindu-Buddhist

empire in Southeast Asia. It was the predecessor state to modern Cambodia. The empire was formed from the former kingdoms of Funan and Chenla and at one time controlled most of mainland Southeast Asia.

1. Religious foundations:

The history of Buddhism in Khmer begins with prominent kingdoms and empires. Buddhism first arrived to Khmer through two different sources. Early Buddhism, along with Hindu influences, entered the Funan kingdom through present-day Mekong Delta since there was a flourishing sea-faring trade between China, Indonesia, and India. Artifacts and imported pieces from India and China have been found in Funan which confirms that it was a thriving trade center (2).

Chinese history shows that, firstly, between 479 and 502 CE a Buddhist monk named Nagasena was sent from Funan to China as an envoy. He reported back that Brahmanism and Buddhism both flourished in Funan, but when he talked about Buddhism he used the terms such as "paramita" and "bhumi" which showed a strong Mahayana presence there (3). Another case is that two Buddhist monks from Funan named Sanghapala and Mandra arrived to the court of Liang in Nanjing, in 506 and 503 CE, respectively. While there, both translated Indic canonical texts from Sanskrit to Chinese. Reviewing Sanghapala's biography reveals that most of his translations concerned Mahayana doctrines. However, one of the sutras he brought with him was Vimuttimagga (a Buddhist practice manual which describes Arahant Upatissa). This evidence suggests that both Mahayana

and Saravastavada (like Theravada) Buddhism existed in Funan at that time, even though Theravada Buddhism was considered more visible.

1. Buddhist practices

A second source of Buddhism arrived to Khmer during the Angkor Empire when Khmer engaged in various Buddhist traditions. Around that time, King Jayavarman II (802-869) declared himself as god-king and identified himself with Shiva. He also, however, supported Mahayana Buddhism throughout his kingdom, which then caused the religion to become increasingly established in his empire. Based on the Kamboja inscription of the ninth century, there is definite evidence of the teaching of Tantric texts at the court of Jayavarman II. This suggests that the primary form of Buddhism practiced in Cambodia during Angkor times was Mahayana Buddhism, strongly influenced with Tantric tendencies (4)

Later on, because King Jayavarman VII (1181-1219) was a Mahayanist, Mahayana became the state religion under his dynasty until 1200. After his death, a "Theravada Revolution" occurred, when Theravada Buddhism became and has remained the official Cambodian state religion for the past 800 years (except during the Khmer Rouge period). Theravada is currently estimated to be the faith of 95% of the Cambodia's population.

1. **II. Buddhism in Champa (192–1832)**

The kingdom of Champa, which prospered from the second- to the 19th centuries, was

one of the great Indianized civilizations of Southeast Asia and controlled large areas of present day central and southern Vietnam.

1. Religious foundations

Early history shows that Champa adopted Hinduism from India. Art and culture of the Champa kingdom, such as Cham Hindu statues and red brick temples, prove this. Mỹ Sơn was a Champa religious center, and Hội An, one of Champa's main port trading cities, are now both World Heritage Sites. At Mỹ Sơn, seventh-century temples show that the dominant religion was Hinduism. From the 7th to the 10th centuries, the Cham controlled the spice- and silk-trade between China, India, the Indonesian islands, and the Abbasid empire in Baghdad. They also exported ivory and aloe(5).

Cham arts are mostly carved in sandstone and in high embossments. Sculptures represent the main Hindu and Buddhist deities. Besides, some Cham arts also show influence from Khmer. A stone inscription found at Mỹ Sơn and dated 657 CE, emphasizes the ethnic and cultural connection of Champa with the Khmer Empire.

1. Buddhist practices

The practice of Buddhism was found in Champa as early as the 2nd century. Even though the state mostly favored Hinduism and consequently Buddhism in Champa never exceeded Hinduism, religions seemed to mix Hinduism and Buddhism. Even so, Buddhism was supported by all levels, with highest praise from a few kings. Evidence also shows that Theravada, Mahayana and Tantra were practiced in Champa.

Buddhist literature occurred in various periods of Cham history. There are 130 inscriptions published, 92 of which referred to Shiva worship, while only 7 referred to Buddhism. However, the prominent Shiva-Buddha association in Champa described in an inscription such as in B VII said that various gods appear in the world and Buddha being listed as one of them. This suggests that Shiva and Buddha were very close together in Cham consciousness.

When Liu Fang (China) invaded Champa in 605 CE, he carried off at least 1,350 works on Buddhism in 564 bundles written in Kuen Luen (Cham) language (6). Based on the inscriptions, several kings had expert knowledge of Buddhism, including Bhadravarman, father of Indravarman III, a person proficient in the system of Buddhism. Another inscription dated 1167 praised a king for his knowledge of Mahayana.

In addition, the earliest evidence of Buddhist inscription written in Sanskrit was found at Vo Canh, Khanh Hoa, from a 2nd century Cham settlement. A group of bronze statues found south of Champa and dated between the 7th and 10th centuries have been associated with bodhisattvas. In the 11th century, Mahayana influences were very strong in Champa. Avalokitesvara was also the subject of a flourishing cult in both Champa and Cambodia during the 9th and 10th centuries (7). Moreover, Buddhist arts found also show the influences from Theravada too.

1. **III. Buddhism in Đại Việt**

Đại Việt existed for a total of 723 years (from 1054 -1804 – interrupted by the 27 year invasion of China), starting from the time of

King Ly Thanh Tong (1054 – 1072) to King Gia Long (1802 -1820). Dai Viet was formed after defeating China in 938 CE, effectively ending almost 1000 years of Chinese domination.

1. Religious foundations

Before reviewing the practice of Buddhism in Dai Viet, we need to review how Buddhism arrived to Đại Việt and its influence. The Red River Delta could be considered the seaport where Buddhism first arrived to Vietnam and China. A flourishing sea trade among China, India, and Indonesia used the delta as a convenient meeting point. This port was a connection with the Khmer, Lao, Champa, and Yunnan regions, all of which was made easier by the river-sea interconnection. However, in the 13th century, the Tran kings blended elements of Buddhist and Confucian thought, which did not seem to conflict with each other (8).

1. Buddhist practices

Buddhism arrived to Dai Viet as early as second century from India. Lục Độ Tập Kinh (LDTK) (Liu du Ji Jing) was translated in the third century, C.E., by Khương Tăng Hội (Kang Senghui) in Lũy Lâu, Giao Chỉ, which is present day North Vietnam. LDTK is one of the earliest Vietnamese/Chinese translations of the Jataka collection describing the Buddha's former lives and his sacrifices to help people. Thich Nhat Hanh explains that Khương Tăng Hội, in his translation of LDTK, mixes Mahayana ideals in the Pali Jataka.

Second wave of Buddhism to Vietnam is from China when it ruled Vietnam. Strong sea trade in the Red River Delta region during

that time helped Buddhism grow and prosper. The ruins of 715 Buddhist temples in the 16th century have been found at the Van Don seaport, near the Red River Delta(9). Mount Yên Tử, along the Red River Delta, the main Buddhist center of Dai Viet in the late 13th century was located near the region. Emperor Trần Nhân Tông (1258-1308) established a well-known Vietnamese Buddhist branch called Trúc Lâm, right in the heart of the trading zone.

The prosperity of Buddhism became more evident during the Second Patriarch Trúc Lâm Pháp Loa when he cast 1,300 statues of Buddhism. Where did he acquire the materials to cast these statues? There was an exchange of goods at the seaport center of the Red River Delta.

According to history, Hanoi's old quarter was established during the Ly - Tran dynasties. This area is the center of the busiest trading and trading activities in Thăng Long Citadel. The neighborhood is home to residences of the the old feudal society's middle to upper class (10).

According to Dr. Tana Li, a famous Chinese scholar at the Australian National University who has studied Vietnamese history, writes that due to trade through the Red River port, Vietnam has 730 temples around the Red River Delta and therefore played a role in the formation of Hanoi's 36 streets (11).

Additionally, Thiền Uyển Tập Anh (TUTA),(*A Collection of Outstanding Figures of the Zen Community)* which recorded all renowned Zen monks in Vietnam from the sixth to the 13th century, described the three eldest Vietnamese Zen schools that represented

Buddhism at that time. They are called Vô Ngôn Thông school, Vinitaruci School, and Thảo Đường School. TUTA is the only existing book about Vietnamese Buddhism during those ancient times.

Avalokitesvara was the major influence throughout the history of Đại Việt. LDTK talks about Bodhisattva in the third century until 1049 CE when King Lý Thái Tông (1028-1054) dreamed of the Bodhisattva Avalokitesvara sitting beautifully on a lotus. She was respected and popular as the goddess of mercy from that time.

1. **IV. The Similarities and Differences of influential Buddhist practices in the above countries**

Countries	**Religious foundation**	**Trading ports (Where Buddhism spread through)**	**Influential Buddhist Practice**
Khmer (11th – 18th century)	Hinduism - Buddhism	Óc Eo, Funnan	Theravada, Mahayana and Vajrayàna; Avalokitesvara was popularly worshipped.
Champa (192–1832)	Hinduism - Buddhism	Hội An	Hinduism is more popular but Theravada, Mahayana,

			and Vajrayàna are shown in practice. Buddha and Shiva are mixed gods in this country. Avalokitesvara was popularly worshipped.
Đại Việt (1054-1804).	Buddhism – Confucianism	Red River Delta (Đồng bằng Sông Hồng)	Mahayana was the faith of most people. Monks in this country knew both Buddhism and Confucianism. Theravada was still in the southern Mekong, left behind from Funan. Avalokitesvara was popularly worshipped in a Chinese style.

As a short summary, Khmer and Champa were considered Indianized states. *Charles Eliot's Hinduism and Buddhism: An historical sketch* says that "You cannot separate Hinduism from Buddhism," as Buddhism arrived to these countries and soon became one of the main religions (12). In Champa, Buddha was associated with Shiva, the popular God. Some rituals in Champa derive from Khmer. Two of these countries may seem close in Hinduism than Buddhism. However, Đại Việt is different; China ruled Đại Việt for almost 1000 years. The effect of religion there began with Buddhist monks in Đại Việt understanding both Buddhism and Confucianism. Mahayana was practiced popularly in Đại Việt.

The spread of Buddhism to Southeast Asia through maritime, coastal, and river waterways carried the tradition beyond its native shores. The three flourishing seaports at that time where Buddhism first arrived were Khmer, Champa, and Đại Việt. Each Buddhist region integrated with local beliefs and became a major faith, as described by Nguyen Lang: "Buddhist penetrates into Giao Chau civilization as easily as water seeps into the ground." (13) All the information presented in this essay is based on archeological finds and existing evidence, as well as articles and books from scholars who have published and studied in these countries.

Sources – Tài liệu Tham Khảo

(1) Lê Mạnh Thát – Lịch Sử Phật Giáo Việt I

(2) an Charles - Harris Cambodian Buddhism: History and Practice

(3) Coedes - Inidianized States of Southeast Asia

(4) Tom Flint - History of Cambodia Buddhism

(5) Adrew Hardy - Champa and the archaeology of My Son (Vietnam)

(6) Ian Mabbett - Buddhism in Champa

(7) Alice Getty - The Gods of Northern Buddhism: Their History and Iconography.

(8) George Dutton - Sources of Vietnamese Tradition

(9) Tana Li - A View from the Sea: Perspectives on the Northern and Central Coast Vietnam.

(10) Lâm Văn Bé - Việt Nam không hề đánh chiếm Thủy Chân Lạp

(11) Tana Li - A View from the Sea: Perspectives on the Northern and Central Coast Vietnam.

(12) Charles Eliot's - Hinduism and Buddhism: An historical sketch

(13) Nguyễn Lang - Việt Nam Phật Giáo Sử Luận

(14) Photos: Frances76 – en:Image:ChamRemains.jpg, CC BY-SA 3.0, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=2590037

THƠ THIỀN XUÂN

(Phan Thượng Hải)

Thiền Sư đều làm thơ. Tất cả đều là những bài thơ ngắn từ 4 đến 8 câu và viết bằng chữ Hán. Hình như chỉ có Thiền Sư Việt Nam làm thơ về mùa xuân. Nếu so sánh với thơ Đường và thơ Tống về mùa xuân với cùng một thể thơ của những thi hào trứ danh như Lý Bạch, Đỗ Phủ, Bạch Cư Dị, Vương Duy, Mạnh Hạo Nhiên… (của đời Đường) hay Tô Đông Pha, Khấu Chuẩn, Âu Dương Tu, Trần Dữ Nghĩa… (của đời Tống), thơ của Thiền Sư Việt Nam cũng bao hàm những đề tài của thơ xuân nhưng hơn nữa còn dùng Tính Giác của mình để giải đáp cho vấn đề.

1) Cảnh vật thiên nhiên của mùa Xuân là nguồn thi hứng của nhiều thi sĩ. Dù nó thường là tốt đẹp và ít khi xấu, ngòi bút của thi sĩ đều tả lại một cách trung thực.

XUÂN HÀN

Nhị nguyệt Ba Lăng nhật nhật phong
Xuân hàn vị liễu khiếp Viên Công
Công Hải đường bất tích yên chi sắc
Độc lập mông mông tế vũ trung.
(Trần Dữ Nghĩa)

* * *

Ngày tối Ba lăng gió lạnh
Tiết xuân chưa hết nhát Viên Công
Hải đường chẳng tiếc màu son phấn
Đứng giữa mưa thưa tỏa mịt mùng.
(Trần Trọng San dịch)

XUÂN DẠ HỈ VŨ

(Mưa lành đêm xuân)
Hảo vũ tri thì tiết
Đương xuân mãi phát sinh

Tùy phong tiềm dạ nhập
Nhuận vật tế vô thanh
Dã kính vân câu hắc
Giang thuyền hỏa độc minh
Hiểu khan hồng thấp xứ
Hoa trọng Cẩm Quan thành
(Đỗ Phủ)
***
Mưa lành biết thời tiết
Xuân sang mới nảy sinh
Vào đêm, ngầm lẫn gió
Thấm vật, nhẹ vô thanh
Đường ruộng, mây đen tối
Lửa thuyền, sáng một mình
Sớm xem miền ướt đỏ
Hoa chĩu Cẩm Quan thành
(Trần Trọng San dịch)

XUÂN HIỂU
Xuân miên bất giác hiểu
Xử xử văn đề điểu
Dạ lai phong vũ thanh
Hoa lạc tri đa thiểu
(Mạnh Hạo Nhiên)
***
Xuân còn say ngủ mơ màng
Tiếng chim buổi sáng rộn ràng khắp nơi
Đêm qua gió tạt mưa rơi
Trong vườn hoa rụng nào hay ít nhiều
(Trần Trọng San dịch)

XUÂN NHẬT
Nhất tịch khinh lôi lạc vạn ty
Tế quang phù ngõa bích sâm si
Hữu tình thược dược hàm xuân lệ
Vô lực tường vi ngọa hiểu chi
(Tần Quan)
***
Một chiều tơ rủ, sấm rung
Ngói xanh cao thấp nắng bừng long lanh
Lệ xuân thược dược rưng tình

Tường vi ẻo lả trên cành sớm nai
(Trần Trọng San dịch)

TUYỆT CÚ
Trì nhật giang san lệ
Xuân phong hoa thảo hương
Nê dung phi yến tử
Sa noãn thụy uyên ương
(Đỗ Phủ)
* * *
Xuân về non nước đẹp tươi
Gió đưa hương ngát muôi loài cỏ hoa
Đất mềm én lượn gần xa
Uyên ương cát ấm trên bờ ngủ say
(Trần Trọng San dịch)

Đúng theo tông chỉ của Thiền, thơ của **Thiền Sư Việt Nam càng hòa đồng** với cảnh xuân tự nhiên hơn các thi sĩ của thế tục.

XUÂN HIỂU
Thủy khởi khải song phi
Bất tri xuân dĩ quy
Nhất song bạch hồ điệp
Phách phách sấn hoa phi
(Trần Nhân Tông)
* * *
Ngủ dậy mở cửa sổ
Ngờ đâu xuân đã về
Một đôi bươm bướm trắng
Nhịp cánh nhắm hoa bay
(Dịch)

ĐĂNG BẢO ĐÀI SƠN
(Lên Bảo Đài Sơn)
Địa tịch đài du cổ
Thời lai xuân vị thâm
Vân sơn tương viễn cận
Hoa Hoa kính bán tình âm
Vạn sự thủy lưu thủy
Bách niên tâm dữ tâm

Ỷ lan hoành ngọc địch
Minh nguyệt mãn hung khâm
(Trần Nhân Tông)
***
Đất vắng đài thêm cổ
Ngày qua, xuân chửa nồng
Gần xa mây núi ngất
Nắng rợp, ngõ hoa lồng
Muôn việc nước trôi nước
Trăm năm lòng nhủ lòng
Tựa hiên nâng sáo ngọc
Đầy ngực ánh trăng trong
(Ngô Tất Tố dịch)

VÔ ĐỀ
Đông phong tân lãng mãn giang tần
Tưởng kiến hồ sơn vũ lộ tân
Tự thị dương hòa quy thảo mộc
Thái bình nhân túy hải thiên xuân
(Thạch Liêm Thiền sư)
***
Sóng rởn hoa tần phất gió đông
Đỉnh hồ tưởng thấy hạt mưa nhuần
Cỏ cây vui dưới trời êm dịu
Người ngắm thăng bình tắm bể xuân
(HT Thích Mật Thể dịch)

THỨ BẢO KHÁNH TỰ BÍCH GIAN ĐỀ
(Ghé chùa Bảo Khánh)
Hoang thảo tàn yên dã tứ đa
Nam lâu Bắc quán tịch dương tà
Xuân vô chủ tích thi vô liệu
Sầu tuyệt Đông phong kỷ thụ hoa
(Huyền Quang)
***
Tình quê man mác mầu sương cỏ
Quán Bắc lầu Nam nhuộm nắng tà
Thơ không tài liệu xuân không chủ
Buồn nhớ Đông phong lủ cỏ hoa
(Dịch)

Tuy nhiên Thiền Sư vẫn **giữ Chân Tâm tiệm tu** của mình:

ĐIỆP HOA
(Hoa bướm)
Xuân lai hoa điệp thiện tri thì
Hoa điệp ưng tu cộng ứng kỳ
Hoa điệp bản lai giai thị huyễn
Mạc tu hoa điệp hướng tâm trì
(Giác Hải) Tk11-12
***
Xuân sang hoa bướm khéo quen thì
Bướm liệng hoa cười vẫn đúng kỳ
Nên biết bướm hoa đều huyễn ảo
Thây hoa mặc bướm để lòng chi
(Dịch)

2) Mùa Xuân cũng là động lực duyên khởi **tình cảm** của thi nhân mà đối tượng là **quê hương, tình nhân, quý hữu**…

XUÂN DẠ LẠC THÀNH VĂN ĐỊCH
(Đêm xuân nghe tiếng địch ở Lạc Thành)
Thùy gia ngọc địch ám phi thanh
Tán nhập xuân phong mãn Lạc Thành
Thử dạ khúc trung văn chiết liễu
Hà nhân bất khởi cố viên tình
(Lý Bạch)
***
Vẳng nghe tiếng sáo bổng trầm
Lẫn trong tiếng gió đêm xuân vọng về
Khúc đâu viễn xứ biệt ly
Chạnh lòng ai chẳng nhớ quê bồi hồi
(Trần Trọng San dịch)

GIANG MAI
(Mai bên sông)
Mai nhụy lạp tiền phá
Mai hoa niên hậu đa

Tuyệt tri xuân ý hảo
Tối nại khách sầu hà
Tuyết thụ nguyên đồng sắc
Giang phong diệc tự ba
Cố viên bất khả kiến
Vu tụ uất tha nga
(Đỗ Phủ)
***
Tháng chạp mai hé nụ
Sang năm mai đầy cành
Vẫn biết ý xuân đẹp
Sao lòng khách buồn tênh
Cây, tuyết nguyên một sắc
Gió thổi gợn sóng lên
Vườn cũ nhìn đâu thấy
Chỉ thấy đỉnh Vu xanh
(Dịch)

XUÂN TỨ
Yên thảo như bích ty
Tần tang đê lục chi
Đương quân hoài quy nhật
Thị thiếp đoạn trường thì
Xuân phong bất tương thức
Hà sự nhập lai vi?
(Lý Bạch)
***
Cỏ Yên biếc tựa tơ xanh
Dâu Tần tươi thắm rủ cành lê thê
Ngày chàng tưởng nghĩ trở về
Là khi lòng thiếp ê chề quặn đau
Gió xuân quen biết chi nhau
Cớ sao lại đến thổi vào màn the?
(Trần Trọng San dịch)

KHUÊ OÁN
(Nỗi oán trong phòng khuê)
Khuê trung thiếu phụ bất tri sầu
Xuân nhật ngưng trang thướng thúy lâu
Hốt kiến mạch đầu dương liễu sắc

Hối giao phu tế mịch phong hầu.
(Vương Xương Linh)
***
Phòng khuê nàng chửa biết buồn
Ngày xuân điểm phấn tô son lên lầu
Chợt trông dương liễu xanh mầu
Xui ai (chồng) tìm cái phong hầu mà chi
(Trần Trọng San dịch)

SƠNPHÒNG XUÂN SỰ
(Chuyện xuân tại nơi đọc sách)
Lương viên nhật mộ loạn phi nha
Cực mục tiêu điều tam lưỡng gia
Đình thụ bất tri nhân khứ tận
Xuân lai hoàn phát cựu thời hoa.
(Sầm Tham)
***
Vườn chiều bầy họa bay xao xác
Trước mắt lơ thơ mấy túp nhà
Cây cỏ biết đâu người đã vắng
Xuân về vẫn nở bấy nhiêu hoa
(Trần Trọng San dịch)

Đôi khi tình cảm mùa xuân nầy cũng không cần có đối tượng mà chỉ "**nhu nhu**, bất đoạn" hay "**trầm trầm**" mà thôi.

GIANG NAM XUÂN
Yểu yểu yên ba cách thiên lý
Bạch tần hương tán đông phong khởi
Nhật lạc thinh châu nhất vọng thì
Nhu tình bất đoạn như xuân thủy.
(Khấu Chuẩn)
***
Khói sóng xa vời muôn dặm ngăn
Gió đông man mác trắng hương tần
Khi trông bờ biếc tà dương lặn
Không dứt, tình mềm như (giống) nước xuân
(Trần Trọng San dịch)

XUÂN TIÊU

Xuân tiêu nhất khắc tự thiên câm (kim)
Hoa hữu thanh hương nguyệt hữu âm
Ca quản lâu đài thanh tế tế
Thu thiên việc lạc dạ trầm trầm.
(Tô Đông Pha)
* * *
ĐÊM XUÂN
Đêm xuân một khắc ngàn và
Trăng luôn in bóng hoa thường ngát hương
Sáo lần đàn gác du dương
Tiếng đu trong viện đêm trường nhẹ rơi..
(Trần Trọng San dịch)

Dĩ nhiên là những tình cảm nầy là **"chấp ngã" và "vọng niệm" nên không thấy trong thơ Thiền.**

XUÂN VÃN
Niên thiếu hà tằng liễu sắc không
Nhật xuân tâm sự bách hoa trung
Như kim khám phá Đông Hoàng diện
Thiền bản bồ đoàn khán thụy hồng
(Trần Nhân Tông)
* * *
Thủa trẻ nào hay lẽ sắc không Nhật
Mỗi xuân tâm rộn vạn hoa lòng Như kim
Đông Hoàng bản mặt nay đà ngộ Thiền bản
Chiếu cọ thiền xem rụng đóa hồng
(Dịch)

Tuy nhiên bài thơ dưới đây của Tổ Sư Huyền Quang với "vô hạn thương xuân ý" trực tiếp nói về cái "khổ vì tình" ?

XUÂN NHỰT TỨC SỰ
Nhị bát giai nhân thích tú trì
Tử kinh hoa hạ chuyển hoàng ly
Khả liên vô hạn thương xuân ý
Tận tại bình châm bất ngữ thì
(Huyền Quang)
* * *

Giai nhân thêu gấm nhẹ nhàng
Tử kinh hoa nở oanh vàng líu lo
Lòng đau xuân ý tình cô
Dồn vào khoảnh khắc lặng tờ ngừng kim
(Dịch)

3) Kiếp nhân **sinh là "bể khổ"**, thi sĩ vẫn thấy nó trong mùa xuân nhưng không có giải đáp. Nếu có thì chỉ là than khóc, say sưa hay lẫn tránh.

XUÂN VỌNG
(Ngắm cảnh xuân)
Quốc phá sơn hà tại
Thành xuân thảo mộc thâm
Cảm thời hoa tiện lệ
Hận biệt điểu kinh tâm
Phong hỏa liên tam nguyệt
Gia thư để vạn câm (kim)
Bạch đầu tao cánh đoản
Hồn dục bất thăng tram
(Đỗ Phủ)
* * *
Nước vỡ, còn trơ sông núi đây
Thành xuân, cây cỏ mọc um đầy
Thương thời, hoa cũng tuôn rơi lệ
Hận biệt, chim kia sợ hãi hoài
Ba tháng lửa phong liên tiếp khói
Ngàn vàng thư đến chắt chiu tay
Xoa đầu, tóc bạc càng thêm ngắn
Đến độ trâm xưa chẳng thể cài
(Trần Trọng San dịch)

XUÂN NHẬT TÚY KHỞI NGÔN CHÍ
(Ngày xuân tỉnh rượu, nói ý mình)
Xử thế nhược đại mộng
Hồi lao vi kỳ sinh
Sở dĩ chung nhật túy
Đồi nhiên ngọa tiền doanh
Giác lai miện đình tiền
Nhất điểu hoa gian minh

Tá vấn thử hà nhật
Xuân phong ngữ lưu oanh
Cảm chỉ dục thán tức
Đối chi hoàn tự khuynh
Hạo ca đãi minh nguyệt
Khúc tận dĩ vong tình.
(Lý Bạch)
* * *
Đời là một giấc mơ thôi
Làm cho nhọc cuộc sống nầy mà chi
Cho nên say khước li bì
Suốt ngày uể oải nằm lì trước hiên
Tỉnh rồi sân trước trông nhìn
Trong hoa thấy một con chim thì thào
Hôm nay là cái hôm nào?
Tiếng oanh trò chuyện lào xào gió xuân
Cảnh nầy khiến muốn thở than
Hát vang chờ đợi trăng lên
Khi vừa hết khúc đã quên tình rồi
(Trần Trọng San dịch)

QUY ẨN
Thập niên tung tích tẩu hồng trần
Hồi thủ thanh sơn nhập mộng tần
Tử thụ túng vinh tranh cập thị
Chu môn tuy phú bất như bần
Sầu văn kiếm kích phù nguy chủ
Muộn thính sinh ca quát túy nhân
Huề thủ cựu thư quy cựu ẩn
Dã hoa đề điểu nhất ban xuân
(Trần Đoàn)
* * *
Mười năm bụi đỏ vết phiêu lưu
Trông lại non xanh mộng đã nhiều
Giải tía tuy vinh, còn kém ngủ
Cửa son dù có, chẳng bằng nghèo
Buồn nghe gươm giáo phò vua khốn
Tai rộn đàn ca não khách nhiều
Đem sách xưa về nơi ẩn cũ
Xuân đầy hoa nở với chim kêu

(Trần Trọng San dịch)

Thiền Sư Việt Nam đã dùng **"vô niệm"** như là cứu cánh cho bể khổ của chúng sanh:

XUÂN CẢNH
Dương liễu hoa xuân điểu ngữ trì
Họa đường thiềm ảnh mộ vân phi
Khách lai bất vấn nhân gian sự
Cộng ỷ lan can khán thúy vi.
(Trần Nhân Tông)
***
Khoan nhặt chim kêu hoa liễu dầy
Họa đường thềm dãi bóng mây bay
Chuyện đời khách đến không hề hỏi
Cùng tựa lan can ngắm cảnh ngoài
(Dịch)

THỊ ĐỆ TỬ
Thân như điện ảnh hữu hoàn vô
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô
(Vạn Hạnh) ?-1018
***
Thân như ánh chớp có, không
Xuân tươi cây cỏ thu qua rụng rời
Sá chi suy thạnh việc đời
Thạnh suy như giọt sương phơi thảo đầu
(HT Thích Mật Thể dịch)

4) Từ xuân cảnh, xuân tình, xuân sinh thì phải đến **xuân thì**. Thời gian sẽ trôi qua, từ "sinh" thì đến "lão, bệnh" và "tử". Thi nhân nói về sự thật **không lối thoát** nầy qua nhiều bài thơ xuân nổi danh:

VÃN XUÂN
Thảo mộc tri xuân bất cửu quy
Bách ban hồng tử đấu phương phi
Dương hoa du giáp vô tài tứ

Duy giải mạn thiên tác tuyết phi
(Hàn Dũ)
* * *
XUÂN MUỘN
Cây cỏ hay xuân chẳng ở lâu
Trăm hương hồng tím ngát đua nhau
Trái du, hoa liễu không tài trí
Chỉ biết tung trời tuyết trắng phau
(Trần Trọng San dịch)

THƯƠNG XUÂN KHÚC
(Bài hát thương tiếc xuân)
Thâm thiển diêm hoa thiên vạn chi
Bích sa song ngoại chuyển hoàng ly
Tàn trang hòa lệ há liêm tọa
Tận nhật thương xuân xuân bất tri
(Bạch Cư Dị)
* * *
Đậm nhạt hoa thềm muôn nhánh nở
Ngoài song the biếc hót hoàng ly
Dưới rèm, son nhạt pha cùng lệ
Thương mãi xuân mà xuân biết chi
(Trần Trọng San dịch)

PHONG LẠC ĐÌNH DU XUÂN
Hồng thụ thanh sơn nhật dục tà
Trường giao thảo sắc lục vô nha
Du nhân bất quản xuân tương lão
Lai vãng đình tiền đạp lạc hoa
(Âu Dương Tu)
* * *
Núi xanh cây đỏ nắng toan tà
Cỏ biếc phơi đồng bát ngát xa
Du khách xá gì xuân sắp cỗi
Trước đình qua lại giẫm lên hoa
(Trần Trọng San dịch)

TỐNG XUÂN TỪ
(Lời tiễn xuân)

Nhật nhật nhân không lão
Niên niên xuân cánh quy
Tương hoan hữu tôn tửu
Bất dụng tích hoa phi
(Vương Duy)
***
Ngày ngày người cứ già
Năm năm xuân lại qua
Vui có được chén rượu
Chẳng cần tiếc bay hoa
(Trần Trọng San dịch)

Thiền Sư Huyền Quang cũng cùng một ý như những thi sĩ thế tục nhưng **không "vọng niệm"**.

MAI HOA
Dục hướng thương thương vấn sở tòng
Lẫm nhiên cô trĩ tuyết sơn trung
Chiết lai bất vị già thanh nhãn
Nguyện tá xuân tư ủy bệnh ông
(Huyền Quang)
***
Ngửa mặt trời xanh hỏi lý do
Hiên ngang trong núi mọc mình hoa
Bẻ về, không để chưn vui mắt
Chỉ mượn xuân tư đỡ bệnh già
(Dịch)

Duy chỉ có bài thơ dưới đây mới cho thấy **"kiến tính"** của một vị Thiền Sư như là một chân lý.

CÁO TẬT THỊ CHÚNG
Xuân khứ bách hoa lạc
Xuân đáo bách hoa khai
Sự trục nhãn tiền quá
Lão tòng đầu thượng lai
Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai

(Mãn Giác) 1052-1096
***
Xuân đi trăm hoa rụng
Xuân đến trăm hoa nở
Trước mắt việc đi mãi
Trên đầu, già đến rồi
Chớ bảo xuân tàn hoa rụng hết
Đêm qua sân trước một cành mai
(HT Thích Thanh Từ dịch)

Thơ Xuân của chư vị Thiền Sư đã nói đủ hết bốn đề tài như trên nhưng **kỹ thuật** đề thi cũng không thua những thi hào trứ danh khi ta so sánh 2 bài thơ dưới đây:

CÁO TẬT THỊ CHÚNG
Xuân khứ bách hoa lạc
Xuân đáo bách hoa khai
Sự trục nhãn tiền quá
Lão tòng đầu thượng lai
Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai
(Mãn Giác) 1052-1096
***
GIANG MAI
Mai nhụy lạp tiền phá
Mai hoa niên hậu đa
Tuyệt tri xuân ý hảo
Tối nại khách sầu hà
Tuyết thụ nguyên đồng sắc
Giang phong diệc tự ba
Cố viên bất khả kiến
Vu tụ uất tha nga
(Đỗ Phủ)

PHAN THƯỢNG HẢI biên soạn

CẢM HỨNG MÙA XUÂN TRONG THƠ THIỀN LÍ TRẦN
(bản rút gọn)

NGUYỄN THANH PHONG

Mùa xuân cũng vì vậy đã trở thành một nguồn cảm hứng lớn cho bao lớp văn nhân thi sĩ từ xưa đến nay, từ văn học dân gian đến văn học thành văn, từ văn học chữ Hán đến văn học chữ Nôm và chữ Quốc ngữ về sau này. Do vậy, nhiều sáng tác ra đời đã phản ánh không khí rộn rã của mùa xuân, thể hiện niềm hân hoan trước sắc trời tươi đẹp, niềm lạc quan trước sự đổi mới của cuộc đời dù hiện tại có trăm cay ngàn đắng, niềm giao ước bạn bè kết đôi… Đó là những chủ đề thường thấy trong thơ ca nước ta viết về mùa xuân. Hiếm có tác phẩm nào thể hiện nỗi u buồn phẫn uất trong cảnh ngày xuân, nếu có đi chăng nữa thì tác phẩm đó ắt gắn liền với biến động thời cuộc, biến cố trong cuộc đời con người, mang đậm dấu ấn thân phận cá nhân.

Trong di sản văn học Việt Nam để lại ngày hôm nay có một mảng thơ viết về mùa xuân hết sức đặc biệt, đó là thơ Thiền thời Lí – Trần. Điều đặc biệt ở chỗ, một mặt mảng thơ này vẫn thể hiện cảm xúc như nhiều nhà thơ khác nói chung khi viết về mùa xuân, một mặt nó nói lên cái tâm thái rất riêng của những người tu hành khi đối diện với vòng quay vô thường của tạo hóa. Không giống các nhà thơ yếm thế hay than thở hay âu sầu cho thế sự, buồn bã bất lực trước "con tạo vần xoay", thơ Thiền hướng đến cuộc đời bằng sự "quán chiếu" cái "sinh diệt", cái "hư vô" để hướng tâm hồn sự an nhàn thoát tục, trở về với bản thể. Chính cái riêng đó tạo nên

bản sắc rất riêng không lẫn vào đâu của thơ Thiền.

Thơ Thiền Lí – Trần thể hiện rõ nét tâm thái của con người thời đại trong những ngày đầu xây dựng nền phong kiến tự chủ Đại Việt. Đó là tinh thần phóng khoáng, hào hùng, sống nhiệt tình, vô tư và rộng mở đến hết chiều kích thời đại. Sau khi giành được độc lập tự chủ từ tay giặc xâm lược phương Bắc, các triều đại lần lượt nối tiếp nhau xây dựng vững chắc về cơ bản nền phong kiến tự chủ. Đến một lúc nào đó, sự ổn định về kinh tế và chính trị của xã hội có khả năng được đảm bảo thì con người lại nghĩ đến sự giải thoát về tinh thần. Theo lẽ thường cuộc sống, người nghèo khổ thiếu thốn thì trước mắt chỉ muốn được ăn no mặc ấm, người đầy đủ vật chất thì muốn thỏa mãn đời sống tinh thần. Trong hoàn cảnh xã hội khá ổn định và phát triển như thời đại Lí – Trần thì xu hướng đi tìm đời sống tinh thần khá rõ nét, nhất là khi Phật giáo trở thành quốc giáo thì tất yếu đây là hướng đi chủ đạo mà nhiều người lựa chọn. Điều này giải thích tại sao trong khoảng thời gian đầu người tu hành chủ yếu là các nhà sư trong chùa, thì đến hai triều đại Lí và Trần có cả một loạt quý tộc phong kiến triều đình quy y đầu Phật, thậm chí có những vị vua sớm từ bỏ ngôi vị để chuyên tâm tu hành.

Nếu thơ ca nói chung, thơ trữ tình nói riêng nặng về bày tỏ cảm xúc, tình ý trước cảnh vật hay cuộc đời thì thơ Thiền lại nghiêng về hướng diễn đạt triết lý Thiền và thể hiện trạng thái nội tâm của con người đang hướng về sự giác ngộ. Do đó, không có sự mùi mẫn ủy mị hay đớn đau mừng rỡ trong thơ Thiền, mà chỉ có sự suy nghiệm triết lý, sự trải nghiệm chứng ngộ hay những ý vị nhàn nhã an vui toát lên từ tâm hồn trong trẻo tự

nhiên của thiền gia. Do đó, cảnh vật hay hành động con người trong thơ Thiền cũng không đơn thuần mang ý nghĩa đặc trưng vốn có của nó mà còn hàm chứa những ý nghĩa biểu tượng triết lý Phật giáo.

Các thiền gia sáng tác thơ Thiền ở đây có thể là các thiền sư, những vua chúa quan lại hay trí thức mộ điệu thiền và có hiểu biết về thiền. Có thể họ có địa vị và trình độ khác nhau trong xã hội nhưng dưới sự chi phối của quan niệm thiền học, hơn ai hết họ hiểu rằng tất cả đều có bản thể Phật tánh thường hằng bình đẳng không sai biệt. Do đó, trong thơ Thiền người ta không thấy bóng dáng thân phận cuộc đời, không thấy mặt cá nhân của số phận con người mà chỉ thấy những bóng dáng khá tương đồng là con người nhàn nhã trên đường về lối đạo.

Trong thơ Thiền Lí – Trần, nhiều thiền gia chấp bút viết về mùa xuân với nhiều trải nghiệm và cảm nhận hết sức tinh tế, phong phú. Ở phương diện đầu tiên, bản thân thiền gia cũng chỉ là những con người bình thường, có ăn mặc ngủ nghỉ, có nhà cửa ruộng vườn, có lượm củi trồng rau thì tất yếu họ cũng có những cảm nhận về bước đi của thời gian, nhất là khi mùa xuân về khắp nơi rộn ràng hoa bướm:

Li hạ trùng dương cúc
Chi đầu thục khí oanh

…Khô mục phùng xuân hoa cạnh phát
Phong xuy thiên lý phức thần hương.
(Trùng dương đến cúc vàng dưới giậu
Xuân ấm về oanh náo đầy cành

…Hoa rợp cành khô lúc tiết xuân
Gió đưa nghìn dặm nức hương thần)[1]

(Đáp đệ tử sắc không phàm thánh chi vấn – Viên Chiếu)

Bức tranh cảnh vật mùa xuân vui tươi đầy màu sắc gợi ra khiến cho lòng người vô cùng hân hoan. Cách quan sát khá tỉ mỉ từng hành động, trạng thái của chim chóc, cỏ cây, hoa lá, gió hương gợi lên một tâm thái thoải mái hướng về thiên nhiên, hướng về sự vận động của đất trời vạn vật của thiền gia. Từ đó, ta có thể cảm nhận được sự chan hòa gắn bó giữa con người với thiên nhiên, với cảnh vật chốn hoang sơ núi rừng. Cũng trong dòng mạch quan sát diễn biến của thiên nhiên vào mùa xuân, ta thấy cất lên một tiếng thơ khác:

Xuân khứ bách hoa lạc
Xuân đáo bách hoa khai…
(Xuân ruổi trăm hoa rụng
Xuân đến trăm hoa cười)[2]
(Cáo tật thị chúng – Mãn Giác)

Hai câu thơ của thiền sư Mãn Giác là một sự đúc kết hết sức tự nhiên về sự vận hành của mùa xuân, khi mùa xuân đến thì trăm hoa đua sắc xinh tươi, khi mùa xuân đi thì trăm hoa rơi rụng khỏi cành. Nhưng cũng không quá khó để chúng ta nhận ra đằng sau sự đúc kết ấy có chút ngậm ngùi của con người về vòng quay vô thường của lẽ sinh diệt. Xuân đi rồi xuân đến, hoa nở rồi hoa rụng, đó là quy luật vận hành của tự nhiên chi phối toàn bộ cuộc sống trên cõi đời này.
Cái nhìn mùa xuân cũng như bao mùa tiết khác là một thời điểm trong vòng xoáy vô thường mênh mông bất tận của thời gian còn chi phối tiếng thơ của nhiều thiền gia khác, trong đó có hai thiền sư Vạn Hạnh và Giác Hải:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô.
(Thân như bóng chớp có rồi không
Vạn vật xuân tươi thu não nùng
Vận đời thịnh suy đừng sợ hãi
Thịnh suy ngọn cỏ giọt sương đông)[3]
(Thị đệ tử – Vạn Hạnh)

Hay:

Xuân lai hoa điệp thiện tri thì
Hoa điệp ưng tu cộng ứng kì
Hoa điệp bản lai giai thị huyễn
Mạc tu hoa điệp hướng tâm trì.
(Xuân sang hoa bướm khéo quen thì
Bướm lượn hoa cười vẫn đúng kì
Hoa bướm vốn dĩ đều hư ảo
Bận tâm hoa bướm để làm chi)[4]
(Hoa điệp – Giác Hải)

Cả hai nhà thơ đều nói về mùa xuân trong sự tương tác mạnh mẽ với tự nhiên và cảnh vật, mùa xuân khiến cho cây cối tốt tươi, hoa bướm quen với nhịp sinh học của thời tiết nên luôn hội ngộ đúng mỗi độ xuân sang. Mùa xuân nằm trong chuỗi chuyển biến vô tận của trời đất. Xuân ở đây không đơn thuần chỉ mang nghĩa thời gian mà còn đại diện cho sự vô thường của cuộc đời giả hiệp. Hai bài thơ giống nhau ở chỗ một mặt nói về sự vận động của mùa xuân trong vòng chảy vô thường, một mặt cất lên tiếng nói tự đáy lòng thiền gia là khuyên nhủ người đời đừng lo lắng sợ hãi, đừng quá giữ chặt mọi ý niệm trong lòng vì tất cả đều là huyễn ảo. Từ mùa xuân tươi đẹp của đất trời, các thiền gia nhận ra sự giả tạm ngắn ngủi trong vòng biến đổi bất tận đó, xuân có đến rồi có đi, đời người

cũng có thịnh có suy, hiểu như vậy sẽ không thấy âu lo buồn khổ nữa.
Nhận ra lẽ vô thường của cuộc đời, người ta nên phải làm gì? Bài thơ sau của thiền sư Hiện Quang nêu lên tâm thái sống an nhàn tự tại của bản thân, đó có thể xem là cách xử sự mà những người tu thiền muốn thoát ly trần tục nên học tập:

Ná dĩ Hứa Do đức
Hà tri thế kỉ xuân
Vô vi cư khoáng dã
Tiêu dao tự tại nhân.
(Làm sao như đức Hứa Do
Để tâm chi đã mấy mùa xuân sang
Vô vi sống cảnh ruộng làng
Tiêu dao tự tại an nhàn tấm thân)[5]
(Đáp tăng vấn – Hiện Quang)

Hứa Do là nhân vật nổi tiếng không màng vinh hoa phú quý trong truyền thuyết cổ đại Trung Quốc, ông từ chối ngỏ ý muốn truyền ngôi của vua Nghiêu để lẩn vào rừng sâu sống cảnh an nhàn. Khi vua cho đại thần vào tìm để phong làm huyện quan thì ông chạy ra suối rửa tai vì đã trót nghe những lời vinh hoa phú quý dơ bẩn. Bài thơ này đề cao cách sống an nhàn, thanh thản nơi đồng quê, quên hết mọi chuyện đời, thậm chí quên cả bao mùa xuân đã trôi, quên hết tuổi tác của bản thân mình, đồng nghĩa với việc buông xả đi cái bản ngã để sống tiêu dao tự tại với trời đất.

Đồng cảm với quan điểm trên, Tuệ Trung thượng sĩ cũng kêu gọi mọi người buông xả cái nhìn chấp trước của bản thân, sống thuận theo lẽ vận hành sinh diệt của tự nhiên, giống như mùa xuân đến trăm loài sinh sôi nảy nở, đừng để cái nhìn nhị kiến chi phối

dẫn dắt, nếu thế sẽ dần đi xa khỏi bản thể tự nhiên thanh tịnh vốn có:

Khiết thảo dữ khiết nhục
Chủng sinh các sở thực
Xuân lai bách thảo sinh
Hà xứ kiến tội phúc?
(Ăn thịt và ăn cỏ
Từng loại có khác nhau
Xuân đến cỏ tươi tốt
Tội phúc thấy đâu nào)
(Trì giới kiêm nhẫn nhục – Tuệ Trung)

Mùa xuân đến làm cho vạn vật tốt tươi, trăm hoa đua nở, đó là lẽ tự nhiên tất yếu vốn hết sức bình thường của cuộc đời. Cũng có một lẽ hết sức tự nhiên khác mà thiền sư khẳng định, mỗi con người có một Phật tánh hiện hữu chân thật trong sáng và huyền diệu, siêu việt cả thời gian và không gian:

Tâm tức Phật, Phật tức tâm
Diệu chỉ minh linh đạt cổ câm
Xuân lai tự thị xuân hoa tiếu
Thu đáo vô phi thu thủy thâm.
(Tâm là Phật, Phật cũng là tâm
Sáng trong linh diệu đã bao năm
Xuân đến ắt là hoa xuân nở
Thu về đâu chẳng nước thu sâu)
(Phật tâm ca – Tuệ Trung)

Nói về mùa xuân của đất trời, mỗi tác giả có một cách diễn đạt riêng nhưng tựu trung lại vẫn có nhiều điểm chung. Khung cảnh mùa xuân lặp đi lặp lại trong lời thơ của các thiền gia, mùa xuân ở đây mặc dù vẫn hết sức rộn ràng và gợi cảm với chim chóc bướm ong và hoa cỏ, nhưng mùa xuân không phải là đối tượng chính mà hầu hết các thiền sư muốn đề cập đến. Mùa xuân chỉ là một phương tiện vận dụng để nhà thơ nói lên cái nhìn về cảnh

đời hư huyễn bọt bèo, về kiếp sống phù sinh trôi nổi đầy nghiệt ngã của con người, từ đó tác giả muốn hướng học trò nhận rõ chân diện của cuộc đời, không ngộ nhận cuộc đời là chân thật để quá theo đuổi nó mà chuốc thêm khổ não ưu phiền cho chính bản thân mình. Quan niệm đó về cuộc đời thoạt nhìn có vẻ bi quan yếm thế nhưng qua cách thể hiện của các thiền sư, chúng ta thấy thái độ của họ không âu sầu, chán chường, khổ não mà muốn vượt lên nó để sống tự tại và an vui với Phật tánh thường hằng:

Giới am bán gian khả dung tất
Ngột ngột đằng đằng tự độ nhật
Bách điểu bất lai xuân trí nhàn
Tiêu nhiên tứ bích chân vô vật.
(Nửa am nhà cỏ đủ đôi chân
Lặng lẽ qua ngày dạ lâng lâng
Dù chim chẳng đến xuân nhàn nhã
Trống trải bốn bên vui nẻo trần)
(Giới am ngâm – Trần Minh Tông)

Bốn câu thơ ngắn gọn gợi lên tâm thái an lạc, thanh nhàn của nhà sư trong cảnh thiếu thốn về vật chất. Nhà ở thì làm bằng cỏ đơn sơ nhỏ bé, bốn vách trống trải quạnh quẽ không có chi đáng giá, mùa xuân đến muôn chim cũng không buồn đến đây hát ca. Ấy vậy mà nhà thơ Trần Minh Tông, vị vua đã lui về làm thái thượng hoàng nhường ngôi cho con sau 15 năm chấp chính, lại cảm thấy an nhiên, vui vẻ, thích thú và hài lòng với hiện trạng cuộc sống đến kì lạ. Sự vui buồn của con người lúc này không còn phụ thuộc vào điều kiện khách quan bên ngoài. Nhà thơ trút bỏ đi tất cả lo lắng ưu phiền về cuộc sống, niềm vui từ tâm hồn cứ ào ạt dâng lên như mạch nước ngầm không bao giờ cạn.

Đối với những thiền gia như vậy, mùa xuân luôn là thời gian họ luôn cảm thấy an nhàn, vui vẻ với cuộc sống tu hành, là không gian êm đềm lặng lẽ tương ứng với tâm thể giác ngộ an vui:

Địa tịch du đài cổ
Thời lai xuân vị thâm
Vân sơn tương viễn cận
Hoa kính bán tình âm
Vạn sự thủy lưu thủy
Bách niên tâm ngữ tâm
Ỷ lan hoành ngọc địch
Minh nguyệt mãn hung khâm.
(Cảnh vắng đài cổ kính
Mùa xuân về chưa lâu
Núi xa gần mây phủ
Đường hoa nhá nhem màu
Muôn sự như nước chảy
Trăm năm nói với lòng
Dựa rào cầm ngang sáo
Ngực đầy bóng trăng thâu)
(Đăng Bảo Đài sơn – Trần Nhân Tông)

Con người gác qua một bên mọi vui buồn của sự đời, xem mọi việc như dòng nước chảy qua cầu không màng tới, phải trái cũng giống như những cánh hoa rụng trước sân nhà, lợi danh như những trận mưa đêm rồi cũng đến lúc tạnh, chỉ có cuộc sống thư thái hợp với lòng mình, tương ứng với bản thể thường hằng là quan trọng nhất. Nhiều thứ những tưởng vô cùng quan trọng đối với cuộc đời mỗi con người như danh lợi, đúng sai thì trong mắt các thiền gia, chúng nhỏ bé tầm thường không chút giá trị. Trong núi sâu không biết tháng ngày, thiền gia nhận ra bước đi của thời gian thông qua nhịp sống của vạn vật xung quanh mình, tiếng chim kêu vang lên khiến cho con người bất giác nhận ra mùa xuân đã tàn:

Thị phi niệm trục triêu hoa lạc
Danh lợi tâm tùy dạ vũ hàn
Hoa tận vũ tình sơn tịch tịch
Nhất thanh đề điểu hựu xuân tàn.
(Ý thị phi rụng theo hoa sớm
Lòng lợi danh như trận mưa đêm
Hoa sạch mưa ngừng núi vắng lặng
Xuân tàn thoáng vút một tiếng chim)
(Sơn Phòng mạn hứng, kỳ nhị – Trần Nhân Tông)

Nếu trong các bài thơ trên, mùa xuân được thể hiện với nét nghĩa biểu niệm vốn có của nó thì trong các bài thơ dưới đây, mùa xuân lại được vận dụng với nét nghĩa chuyển, từ đó thể hiện dụng ý nghệ thuật cá nhân của các tác giả. Đối với các thiền gia, không có gì vui bằng được giác ngộ tự tánh chân như, được trở về sống với bản thể thường hằng thanh tịnh. Ánh sáng của sự giác ngộ đó được nhà thơ so sánh với ánh sáng mùa xuân chiếu rọi vào hoa cỏ:

Học giả phân phân bất nại hà
Đồ tương linh đích khổ tương ma
Báo quân hưu ỷ tha môn hộ
Nhất điểm xuân quang xứ xứ hoa.
(Lối đạo thênh thang biết làm sao
Ích chi ngói đỏ sát vào nhau
Cửa nhà người khác anh đừng dựa
Một ánh xuân sang hoa đón chào)
(Thị học – Tuệ Trung)

Hai câu thơ đầu dường như muốn muốn diễn tả hình ảnh một hành giả trên con đường tầm đạo thênh thang, đâu đâu cũng mênh mông nên không biết đâu mới thật là con đường tiến bước, rồi lóng ngóng, lúng túng dẫn đến sai lầm chấp trước. Chỉ khi nào biết dựa vào chính bản thân, đi đúng con đường của mình

và biết hướng vào nội tâm của mình thì chắc chắn mùa xuân sẽ tới. Sự khẳng định đó cũng đồng thời cũng đã phủ định mọi ý nghĩ dựa dẫm vào bất kì ai của người tu hành. Mùa xuân ở đây chình là mùa xuân của giác ngộ, nó sẽ ở mãi giữa cuộc đời mà không chịu sự chi phối nào của bất kì quy luật thời gian hay không gian. Chỉ có ở mùa xuân như vậy mới có một nhành mai tuyệt diệu và sáng ngời như trong thơ Mãn Giác:

Mạc vị xuân tàn hoa lạc tận
Đình tiền tạc dạ nhất chi mai.
(Chớ bảo xuân tàn hoa rụng sạch
Đêm qua sân trước một nhành mai)
(Cáo tật thi chúng – Mãn Giác)

Nhành mai ở đây vẫn nở hoa xinh tươi, vẫn khoe sắc trong đêm lạnh trước sân nhà mặc cho mùa xuân đã trôi qua. Nhành mai ấy đã vượt ra khỏi sự chi phối của quy luật đời thường, bất chấp mọi sự tác động nghiệt ngã của thế giới tự nhiên. Cái đẹp của nhành mai đã đi vào lòng người, trở thành một biểu tượng bất tử khiến cho con người cảm thấy lạc quan, yêu đời. Lúc này mùa xuân không còn là mùa xuân của tự nhiên, mà đã khoác lên vai nó trách nhiệm mang đến bầu không khí giác ngộ cho con người:

Thiều thiều khoát bộ nhập trần lai
Hoàng sắc mi đầu đảnh đảnh khai
…Tự đắc nhất triêu phong giải đống
Bách hoa nhưng cựu lệ xuân đài.
(Nhịp bước vào đời gót trần ai
Tóc mi khóm khóm trắng từng ngày
…Sáng mai gió thổi tan bằng giá
Đài xuân hoa cũ rỡ ràng thay)
(Nhập trần – Tuệ Trung)

Cái giây phút giác ngộ này khiến cho con người nhận ra khuôn mặt chân thật của vạn sự, không có ý niệm nào về xuân xưa hay xuân nay, không còn trần ai hay giải thoát, không còn đầu bạc hay đầu xanh. Mùa xuân vốn bao đời vẫn vậy, hoa vẫn đua thắm nở rộ những khuôn mặt cũ, núi sông vẫn chính là núi sông chứ không phải cái núi sông hư huyễn giả tạm nữa. Khi ấy, theo Tuệ Trung, con người sẽ trở lại "nhập trần", "thõng tay vào chợ" mà không còn chút phân biệt níu kéo, không nhìn đời bằng ánh mắt "nhị kiến", nhân ngã. Và cũng chính mùa xuân chứ không phải hình ảnh nào khác phù hợp nhất để diễn đạt tâm thái đó của con người.

Đề cập đến mùa xuân, cá biệt có trường hợp trong cùng một bài nhà thơ đã gợi nên hai hình ảnh mùa xuân với hai hàm nghĩa đối lập nhau. Sự khác biệt này không làm cho bài thơ sượng sùng, mất đi cấu tứ và ý nghĩa mà ngược lại đã chỉ ra quá trình diễn biến của nhận thức và tâm thái của người tu hành đang xuôi dòng về bến bờ giác ngộ:

Niên thiếu hà tằng liễu sắc không
Nhất xuân tâm tại bách hoa trung
Như kim khám phá Đông hoàng diện
Thiền bản bồ đoàn khán trụy hồng.
(Sắc không trẻ chưa hiểu đến nơi
Xuân về hoa nở lòng rong chơi
Chúa xuân nay đà tường tận mặt
Nệm cỏ ngồi xem cánh hồng rơi)
(Xuân vãn – Trần Nhân Tông)

Nếu mùa xuân ở câu thơ thứ hai là mùa xuân tự nhiên của đất trời với cảnh sắc tươi đẹp làm say đắm lòng người thì khuôn mặt mùa xuân trong câu thơ thứ ba lại là khuôn mặt của tự tánh, là bản lai diện mục của chính mình. Nhận ra khuôn mặt "chúa xuân" này,

người ta không còn để tâm vọng động theo sắc màu bên ngoài mà quan sát sự vận động của nó với một cái tâm tỉnh ngộ, không còn vọng tưởng.

Nhìn chung, nhiều thiền gia thời Lí – Trần khi sáng tác thơ kệ thường hay liên tưởng đến mùa xuân. Xuân đã trở thành đối tượng mà họ vận dụng để diễn đạt sự suy ngẫm về cuộc đời, trải nghiệm trong quá trình tu chứng của chính bản thân mình. Có ít nhất 20 bài trong tổng số 192 bài thơ Thiền[6] thời Lí – Trần trực tiếp hoặc gián tiếp đề cập đến mùa xuân. Mặc dù con số này chưa lớn lắm nhưng cũng đủ để chứng minh mùa xuân có sức thu hút lớn đối với tâm hồn các thiền gia. Thế nhưng, trong số các bài thơ trên, số bài miêu tả không gian thật của mùa xuân không nhiều, mà chủ yếu mùa xuân được vận dụng ở đây thường mang đặc trưng tuần hoàn, biến đổi cùng với dòng chảy vô tận của thời gian, điều này dễ khiến thiền sư cảm nhận vòng quay vô thường của cuộc đời. Cũng có thể những câu thơ này được viết lên không thông qua quá trình quan sát sự biến đổi thực tế của tự nhiên, mà là sự đúc kết từ kinh điển của Phật giáo thông qua cái nhìn của nhà sư. Quan niệm vô thường về cuộc đời, về sự giả tạm "có rồi không", "sinh diệt" của thân người là tư tưởng hết sức phổ biến và quen thuộc của Phật giáo. Do đó, cách tư duy của thiền gia khi đối diện với mùa xuân chắc chắn ít nhiều phải chịu sự chi phối cả quan niệm đó.

Mùa xuân trong thơ Thiền Lí – Trần có khi là mùa xuân tự nhiên, có khi là một thời điểm trong vòng xoáy vô thường của thời gian, có lúc được thể hiện là bối cảnh của đời sống thường nhật an lạc thanh nhàn, cũng có lúc ẩn dụ cho đời sống giác ngộ tự tánh vi diệu

của con người. Thơ Thiền mang vẻ đẹp lí trí và do đó mùa xuân cũng được phủ lên lớp áo triết lí mới mẻ. Đây có thể xem là một đóng góp rất riêng của thơ Thiền Lí – Trần cho bộ phận thơ ca nói chung viết về đề tài mùa xuân.

Nguyễn Thanh Phong

Bộ môn Ngữ văn, Khoa Sư phạm, ĐH An Giang
https://phongtauhu.wordpress.com/

Tài liệu tham khảo:
1. Nguyễn Công Lý, Văn học Phật giáo thời Lí- Trần – diện mạo và đặc điểm, NXB Đại học Quốc gia TPHCM, 2002.
2. Đoàn Thị Thu Vân, Thơ thiền Lí- Trần, NXB Văn nghệ TP HCM, 1998.

---

[1] Ngô Tất Tố dịch thơ.
[2] Ngô Tất Tố dịch thơ.
[3] Ngô Tất Tố dịch thơ, tác giả có sửa chữa từ ngữ ở ba câu cuối.
[4] Ngô Tất Tố dịch thơ, tác giả có sửa chữa từ ngữ ở hai câu cuối.
[5] Từ bài này trở đi tác giả tự dịch thơ.
[6] Số liệu do PGS. TS Đoàn Thị Thu Vân chỉ ra trong công trình Khảo sát một số đặc trưng nghệ thuật của thơ thiền Việt Nam thế kỉ XI đến thế kỉ XIV.

CHÙA GLOBAL VIPASSANA
Kỳ Quan Kiến Trúc Thế Kỷ XXI

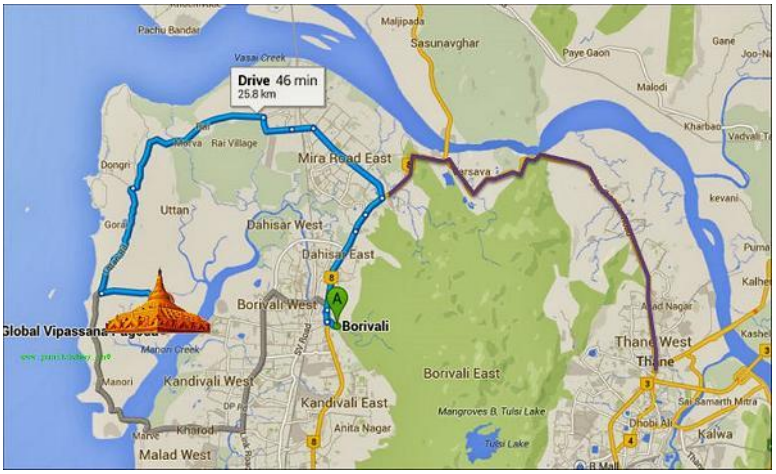
Văn Công Hưng

Một cấu trúc đá cao nhất châu Á mọc lên uy nghi giữa nền trời xanh của Biển Ả Rập. Nằm ở phía tây nam Mumbai trên cao nguyên Essel gần Gorai và bao phủ một diện tích khoảng 15,5 ha, chùa Global Vipassana là một kỳ quan kiến trúc thế kỷ XXI. Được bao quanh bởi các địa điểm di sản Phật giáo cổ xưa quan trọng như Kanheri, Mahakali và những nơi khác, ngôi chùa đứng gần Sopara, thành phố cảng xưa thuộc Shurparak (hay Supparaka) - nơi đã từng lưu những dấu chân của các thánh đệ tử của Đức Phật, nhắc nhở chúng ta về những di sản phong phú của Phật giáo ở Mumbai.

Lấy cảm hứng từ bậc thầy Thiền Minh Sát vĩ đại Acharya Goenka, tượng đài vinh quang này tượng trưng cho sự tôn kính sâu sắc của nhân loại đối với Tam bảo. Đây cũng là một biểu hiện của lòng biết ơn chân thành của Ấn Độ đối với Hoàng đế A Dục và các bậc thầy Phật giáo bắt đầu từ ngài Moggaliputta Tissa cho đến các bậc thầy Vipassana ngày nay của

Miến Điện như Ledi Sayadaw, Saya Thetgyi và Sayagi U Ba Khin trong việc bảo vệ, giữ gìn và truyền bá giáo lý của Đức Phật ở Ấn Độ và nước ngoài.

Để đánh giá cao sự đóng góp của Miến Điện trong việc bảo vệ kỹ thuật thiền Vipassana trong sự thuần khiết nguyên sơ của nó, chùa Global Vipassana được xây dựng theo lối kiến trúc của chùa Shwedegon nổi tiếng của Yangon, nơi xá-lợi tóc của Đức Phật được tôn trí.



Từ "Pagoda" - có nghĩa là một ngôi chùa Phật giáo - phát âm sai trong tiếng Bồ Đào Nha của từ "Dagoba". Từ "Dagoba" trong tiếng Sinhala lấy từ ngôn ngữ Pali "Dhatugabbha" có nghĩa là một ngôi thất nhỏ lưu giữ xá-lợi của Đức Phật.

Chùa Global Vipassana là nơi lưu giữ xá-lợi xương của Đức Phật.

Một số trong các xá-lợi này đã được tìm thấy bởi cơ quan khảo cổ của chính phủ Anh trong đống đổ nát của một ngôi tháp ở Bhattiprolu tại miền nam Ấn Độ trước Chiến tranh Thế giới thứ II. Sau đó xá-lợi đã được lưu giữ

trong Bảo tàng London và được trả lại cho Hội Đại Bồ Đề của Ấn Độ sau chiến tranh.

Hội đã trao tặng cho ngài Acharya Goenka để tôn trí trong chùa Global Vipassana vì lợi ích của vô số các Phật tử đến đây công phu hành thiền. Một phần xá-lợi trong chùa đã được nhận được từ thủ tướng của Sri Lanka.

Một số trong các xá-lợi này đã được tìm thấy bởi cơ quan khảo cổ của chính phủ Anh trong đống đổ nát của một ngôi tháp ở Bhattiprolu tại miền nam Ấn Độ trước Chiến tranh Thế giới thứ II. Sau đó xá-lợi đã được lưu giữ trong Bảo tàng London và được trả lại cho Hội Đại Bồ Đề của Ấn Độ sau chiến tranh.

Hội đã trao tặng cho ngài Acharya Goenka để tôn trí trong chùa Global Vipassana vì lợi ích của vô số các Phật tử đến đây công phu hành thiền. Một phần xá-lợi trong chùa đã được nhận được từ thủ tướng của Sri Lanka.

Mái vòm chính của chùa Global Vipassana được khánh thành vào ngày 29-10-2006. Cùng ngày đó, xá-lợi xương của Đức Phật cũng được tôn trí trong chùa, trên đỉnh của mái vòm đầu tiên phía trên bánh xe pháp.

Hạng mục xây dựng cuối cùng của chùa Global Vipassana được hoàn thành vào tháng 11-2008. Lễ khánh thành chính thức ngôi chùa được diễn ra vào 8-2-2009 với sự hiện diện của Tổng thống Ấn Độ, các chức sắc, khách quan, chư Tăng và hàng ngàn Phật tử.

Kiến trúc ngôi chùa

Chùa Global Vipassana là một cấu trúc bằng đá rỗng ba tầng to lớn thếp một lớp sơn vàng Thái sáng loáng. Đây là ngôi chùa mái vòm

có ít cột lớn nhất thế giới được thiết kế đặc biệt dành cho việc tu tập thiền định. Vì lý do này, chùa được gọi là chùa Vipassana.

Với quan điểm tạo sự tiện lợi cho những người muốn hành thiền, xá-lợi được tôn trí ở trung tâm của ngôi chùa và một sân khấu hình vòng được tạo ra ở trung tâm của chính điện tại tầng trệt nhằm tạo cho việc thiền định cũng như việc nghe những bài thuyết pháp có thể được thực hiện xung quanh sân khấu.

Chùa có sức chứa hơn 8.000 người hành thiền cùng một thời điểm. Trong khi đó, nỗ lực nhằm cải thiện thiết kế âm thanh của chùa theo cách mà sự nhiễu loạn tiếng vang có thể được hạ thấp ở mức tối thiểu.

Chùa thể hiện sự xuất sắc của kiến trúc Ấn Độ cổ đại kết hợp với công nghệ xây dựng hiện đại. Nhiều tổ chức nghiên cứu, bao gồm IIT Mumbai, đã được tham khảo ý kiến cho mục đích này. Công trình kiến trúc này cao 96.12 mét với nền móng được thiết kế theo hình bát giác. Nhìn bên ngoài chùa có hình dạng của một chiếc chuông hình tròn hướng

tới đỉnh nhọn được trang trí bằng pha lê được bao phủ bởi một chiếc ô thép và một Dhammadhvaja (cờ Pháp) ở trên cùng.

Nội thất của chùa có ba mái vòm nằm lên nhau. Mái vòm đầu tiên nằm tại tầng trệt có chiều cao 26,3 mét và 85,15 mét đường kính với tổng diện tích được trải thảm 65.000 m2.

Mái vòm thứ hai tôn trí xá-lợi với 32,081 mét chiều cao và 32 mét đường kính. Mái vòm thứ ba là mái vòm trên cùng có chiều cao 22,19 mét và 8,13 mét đường kính. Kích thước này lớn gấp hai lần kích thước của cấu trúc lớn nhất trước đây, Gol Gumbaz (39,64 mét đường kính) ở Bijapur thuộc bang Karnataka miền nam Ấn Độ.

Lối đi quanh chùa rộng 21,34 mét. Có thể chịu được tải trọng khoảng 8 đến 10.000 người đi qua cùng một lúc.

Nền móng được xây dựng bằng đá bazan đen. Độ sâu trung bình của móng là 9,14 mét. Mái vòm bên trong và bên ngoài của chùa được tạo thành từ đá Jodhpur nổi tiếng, trọng lượng 2,5 triệu tấn và được mang đến từ Rajasthan cách đó khoảng 1.200 km. Những viên đá được cắt thủ công khéo léo và được cố định vào các rãnh sử dụng một hệ thống lồng vào nhau và được trát vữa vôi. Kế hoạch ban đầu là xây dựng chùa bằng cốt thép cac-bon nhẹ. Nhưng bởi vì mục đích của công trình là xây dựng một cấu trúc có thể kéo dài một ngàn năm trở lên nên người ta quyết định sử dụng hệ thống nền đá lồng vào nhau và vữa vôi để đảm bảo sức mạnh và tuổi thọ của kết cấu.

Kiến trúc sư và chuyên gia tư vấn ngôi chùa ông Chandubhai Sompura đã đề nghị và

chứng minh kỹ thuật này với sự giúp đỡ của một mô hình làm bằng những thanh xà phòng. Đá ở đây được cắt theo cách mà mỗi hòn đá có rãnh được cắt cả theo chiều ngang và chiều dọc để nó có thể giữ và nắm bắt những viên đá khác bằng cả hai hướng.

Hệ thống lồng vào nhau độc đáo này tuyệt vời đến nỗi nó có thể giữ những viên đá lớn mà không có bất kỳ sự hỗ trợ nào.

Tảng đá quan trọng mô tả bánh xe Pháp treo lơ lửng trên đầu ở độ cao 27,43 mét và nặng gần 4 tấn. Bên cạnh chùa chính còn có hai ngôi chùa nhỏ cao là 18,29 mét được xây dựng ở hai bên nằm ở phía bắc và phía nam.

Ngôi chùa ở phía Bắc có một thiền đường dùng để giảng dạy thiền Anapana cho công chúng trong khi ngôi chùa phía Nam có 108 thiền thất nhỏ. Một trụ cột A Dục với bánh xe pháp tương tự với hình dạng và kích thước với trụ cột ban đầu ở Sarnath đã được xây dựng ở phía đông của chùa Global Vipassana.

Lối vào phía tây của chùa là bản sao của Cánh cổng Myanmar tại Trung tâm Vipassana Dhammagiri ở Igatpuri với hai pho tượng sư tử ở trên cả hai mặt. Một trung tâm thông tin và một hiệu sách đang được xây dựng gần cổng này. Cầu thang ở phía bên này đi thẳng lên đến lối đi quanh chùa. Leo lên cầu thang có thể thấy hai cái bệ trên mỗi mặt có một cái chuông rất lớn từ Myanmar trọng lượng 11 tấn được đặt bên phía bên tay trái và một bộ chiêng bên phía tay phải.

Cơ sở vật chất của nhà chùa

Khuôn viên nhà chùa còn sở hữu một trung tâm thiền gọi là "Dhammapattana" ở phía tây

nam tại tầng trệt nơi các khóa học kéo dài 10 ngày được tiến hành thường xuyên kể từ tháng 10 năm 2007. Trung tâm được trang bị đầy đủ với 100 phòng máy lạnh và một thiền đường. Gần đây, một trung tâm nghiên cứu dành cho các nghiên cứu về ngôn ngữ Pali và giáo lý của Đức Phật đã được thành lập gần nó. Một bức tượng Phật 60 tấn bằng đá cẩm thạch trắng nằm gần trung tâm nghiên cứu mang đến một cảnh quan phù hợp với toàn bộ khu vực này.

Từ phía bắc đến phía nam và qua phía tây là khu nhà hình chữ C hai tầng với các cơ sở dịch vụ. Ở tầng đầu tiên người ta có thể phát hiện ra nhiều sự thật về thiền Vipassana và cuộc đời và giáo lý đầy thú vị của Đức Phật trong một phòng trưng bày triển lãm tuyệt vời với 123 bức tranh.

Ngoài ra còn có một trung tâm nghe nhìn và một phòng trưng bày tiếp giáp với một nhà sách và cửa hàng lưu niệm. Bên cạnh đó, có một thư viện và hai khán phòng đang được xây dựng. Cơ sở dịch vụ như phòng khách, văn phòng và khu ẩm thực nằm ở tầng trệt. Một nhà khách ba tầng đang được xây dựng bên ngoài khuôn viên chùa theo hướng tây bắc.

Bên trong ngôi chùa trong một buổi lễ
Văn Công Hưng
(Theo The Buddhist Channel)

KHÁI NIỆM HÒA BÌNH THEO PHẬT GIÁO:
Lý luận và Thực tiễn

Rajitha P. Kumara (*)
Nguyễn Quang Huy dịch

Lời giới thiệu

Từ quan điểm chủ quan hay khách quan, sự an lạc của con người là nhu cầu cơ bản của xã hội loài người.Trong một thế giới thay đổi nhanh chóng, các tổ chức và thể chế xã hội khác nhau đã xuất hiện với mục tiêu duy trì sự sống của nhân loại trong tinh thần hòa hợp. Nhiều đóng góp đã được thực hiện nhằm củng cố và phát triển thêm phúc lợi cho xã hội loài người. Tuy nhiên, kỷ nguyên hiện đại với sự phát triển nhanh chóng đang phải đối mặt với nhiều thách thức như ô nhiễm môi trường, các vấn đề nghiêm trọng về sức khỏe, tăng trưởng dân số, tình trạng khan hiếm thực phẩm và nơi ăn chốn ở và đặc biệt là những vấn đề con người trực tiếp tạo ra liên quan đến hòa bình và sự cộng sinh của nhân loại. Kết quả là, các mặt thể chất, xã hội, trí tuệ và tinh thần của con người đã bị ảnh hưởng và tổn thương nghiêm trọng. Giáo lý Phật giáo nhấn mạnh rằng hòa bình phụ thuộc vào tình trạng thể chất, xã hội, tinh thần và trí tuệ của các cá nhân sống trong xã hội đó1 .Trên tinh thần này, giáo lý này nhấn mạnh trạng thái hòa hợp, tình thân hữu, sự an bình và tĩnh lặng, cũng như việc thoát khỏi nạn chiến tranh và bạo lực.

Nền tảng này đã bị ảnh hưởng rất nhiều trong thời gian gần đây và hệ quả là quan

điểm về vật chất đã xuất hiện trong nhận thức xã hội của con người về môi trường, xã hội và các cá thể khác cùng tồn tại trong xã hội. Các thảm họa ở nhiều các khía cạnh khác nhau do con người tạo ra đã xuất hiện, trong đó chiến tranh là mối đe dọa đáng sợ nhất2. Nó đẩy loài người vào những cuộc chiến không mong muốn ở nhiều cấp độ khác nhau như cuộc chiến giữa hai nhóm thù nghịch, giữa các nhóm dân tộc khác nhau sinh sống trong vùng lãnh thổ khác nhau hoặc cuộc chiến tranh tàn phá giữa hai quốc gia. Có vẻ như việc các cường quốc thực hiện chiến tranh dưới chiêu bài mang lại hòa bình cho các nước bị coi làđang bị đặt dưới ách cai trị của một chế độ chuyên quyền và độc tài, nhằm duy trì hòa bình, hòa hợp cho các nước đó đã và đang trở nên một hiện tượng phổ biến trong những năm gần đây3.

Các cuộc chiến đã được khoác lên mình một mặt nạ nhân tính thông qua các mỹ từ như "nỗ lực nhân đạo", "sự can thiệp ngoại giao ", "lực lượng gìn giữ hòa bình", "trừng phạt kinh tế " v.v… mà cuối cùng kết thúc đều bằng việc sử dụng vũ lực để mang lại hòa bình4 . Mặc dù các công cụ này có thể tránh được ở một mức độ nhất định các cuộc chiến tranh giữa các quốc gia và các vùng lãnh thổ gây thiệt hại sinh mạng, nhưng không thể khắc phục hay cung cấp được các giải pháp cho các vấn đề quan trọng và cơ bản của các dân tộc, các quốc gia hay lực lượng tham gianội chiến trong các quốc gia5.

Do đó, theo quan điểm Phật giáo6, để có thể đạt được mục tiêu hòa hợp và hòa bình, quan

trọng nhất vẫn là việc xác định và kiểm tra một cách khách quan, công bằng và trung thực những nguyên nhân dẫn đến chiến tranh giữa các quốc gia hoặc hoặc vùng lãnh thổ. Trong thế giới hiện đại, chiến tranh có thể diễn ra trên nhiều phương diện. Ví dụ, việc hai nước trực tiếp tham chiến do đổ vỡ quan hệ ngoại giao hay tiến hành chiến tranh lạnh không còn là một hiện tượng phổ biến. Chúng ta đã có thể tránh được điều này và đó là một điều duy nhất mà nhân loại có thể tự hào về thế giới văn minh này. Tuy nhiên, những gì diễn ra ở một số quốc gia, đặc biệt là ở một số nước châu Á và Trung Đông, nơi vẫn diễn ra chiến tranh tàn khốc giữa các phe nhóm với sự bảo trợ của các cường quốc hùng mạnh7, thì không thể nào khiến chúng ta yên lòng.

Thực tế khắc nghiệt và Sự thật cay đắng

Điều đáng nhấn mạnh là chiến tranh thì không đem lại lợi ích gì, đồng thời là mối đe dọa cho sự tồn tại căn bản của con người, và thậm chí phải mất rất nhiều thế hệ sau cũng khó có thể hàn gắn được những vết thương chiến tranh - điều mà người ta hay gọi tên là hậu quả và các xung đột thời hậu chiến8. Trong kỷ nguyên hiện đại, điều đáng tiếc nhất là dưới chiêu bài mang lại hòa bình và hỗ trợ cho người dân ở các nước bị xâm chiếm cuộc sống tốt đẹp hơn, người ta đã tiến hành các cuộc chiến tranh xâm lược mà kết quả thấy được chỉ là nhiều thập kỷ đã trôi qua nhưng ngày lại ngày, người dân ở đó vẫn đang phải trả giá bằng chính sinh mạng của mình và không có điều gì tốt đẹp hơn được

xây dựng ngoài tình trạng bạo lực và tàn phá ở các quốc gia đó9. Tình trạng này trên thực tế chỉ tạo thêm mảnh đất mầu mỡ cho các hoạt động buôn bán vũ khí, ma túy, sự hình thành các nhóm cực đoan và các tổ chúc khủng bố ngày càng gia tăng10. Chính quyền đã được thiết lập tại các quốc gia này không là gì khác hơn một sự thất bại hoàn toàn11. Đây chính là một thực tế khắc nghiệt và một sự thật vô cùng cay đắng. Một tình huống đáng báo động khác là tình trạng này đang có xu hướng dần lan sang các nước khác dưới những cái tên rất hay như các biện pháp khắc phục hậu quả sau chiến tranh, bảo vệ quyền con người, phổ biến vũ khí và vũ khí hóa học v.v… Xét từ quan điểm lịch sử, rõ ràng là con người đang trong quá trình tiến hóa nhưng có vẻ như các quốc gia giàu có cố gắng đẩy lùi tiến trình này theo hướng ngược lại và kết quả chắc chắn là sự hủy diệt hàng loạt.

Thay đổi tư tưởng và xác định các vấn đề cơ bản

Trên quan điểm Phật giáo, nếu không giải quyết được các vấn đề căn bản của nhân loại thì không thể có được hòa bình trên trái đất12. Khi cần phải kiến tạo hòa bình thì việc duy trì một mối quan hệ tốt đẹp giữa các nhóm dân tộc thiểu số khác nhau hay việc tạo ra một sự thống nhất trong đa dạng giữa các tôn giáo, nền văn hóa , chính trị, kinh tế, xã hội khác nhau chỉ có thể thực hiện được khi cósự thay đổi về tư tưởng13. Sự thay đổi tư tưởng cần nói đến ở đây là sự tôn trọng những khác biệt về văn hóa, chính trị, sắc tộc tại các quốc gia khác hay giữa các quốc gia

với nhau. Một thực tế quan trọng khác là thay vì kích động các dân tộc thiểu số về quyền của họ, về sự bất công, về việc phân giới cắm mốc v.v.., các biện pháp khắc phục hậu quả cần được tiến hành thông qua việc nâng cao năng lực cho họ, hoặc tiến hành các đóng góp trên nhiều phương diện khác nhau nhằm giúp họ tham gia vào các công việc quốc gia14. Trên phương diện này, khái niệm hiện đại về thế giới là ngôi làng chung trở nên rất quan trọng cho dù khái niệm này đã từng được sử dụng cho các mục đích khác. Một điều quan trọng khác là các cơ quan quản lý nên có một thái độ cởi mở hơn về việc này. Họ chính là những người cần phải thể hiện sự thay đổi quyết liệt bằng cách xây dựng những luật lệ khiến không cho thế lực nào có thể đưa ra được những quyết định cực đoan, và định kiến chống lại người khác15. Một trong những những vấn đề thách thức mà thế giới hiện đại đang phải đối mặt là chủ nghĩa cực đoan về tôn giáo, văn hóa, kinh tế chính trị đang được thực thi bởi các chế độ, các nhóm dân tộc thiểu số và một số các quốc gia giàu có trên thế giới. Điều này đã dẫn đến việc hình thành các tư tưởng chia rẽ, xung đột, sử dụng bạo lực giữa những người dân bình thường, tạo ra nguy cơ đe dọa cho sự cùng tồn tại và hòa hợp giữa mọi người trong xã hội. Có một thực tế rõ ràng rằng việc sử dụng chiến tranh để mang lại hòa bình cho những nơi mà ít nhất mà đã từng có hòa bình ở một mức độ nào đó giờ đây đã trở thành một chuyện bình thường được chấp nhận.

Bản chất của hòa bình theo quan điểm Phật giáo

Nếu một quốc gia có những vấn đề về nội bộ liên quan đến việc vi phạm nhân quyền hay nội chiến, quan điểm của nhà Phật16 là các quốc gia khác có thể tạo ra những nền tảng cần thiết trợ giúp cho việc thay đổi tư tưởng hay cách nhìn nhận về việc này từ cấp cao nhất cho đến cấp thấp nhất. Phật giáo kịch liệt lên án những can thiệp ngoại giao mang tính chất dối trá, thiên lệch nghiêng hẳn về một phía, làm gia tăng tình trạng bạo lực và rối loạn xã hội khiến các thế lực khác có thể lợi dụng các tình huống thảm khốc này để gây ra thêm hậu quả nặng nề với cái giá phải trả là sinh mạng của rất nhiều người17. Quan điểm Phật giáo cho rằng sau khi tạo ra một chốn hoang tàn đổ nát, người ta không thể gọi đó là hòa bình được, bởi vì hòa bình được định nghĩa là không có sự bất hòa18 trong bối cảnh có sự khác biệt về văn hóa, kinh tế, chính trị, và xã hội. Do đó, bản chất của sự hòa hợp và hòa bình không có gì khác hơn là sự đồng tồn tại của những sự khác biệt. Quan điểm thông thường cho rằng hòa bình đạt được bằng cách đánh bại một đối thủ là hoàn toàn trái với quan điểm nhà Phật bởi vì Phật giáo luôn nhấn mạnh rằng không có ai thực sự là kẻ chiến thắng trongchiến tranh19. Triết lý căn bản của Phật giáo là không thể dùng hận thù để diệt hận thù20. Điều nhân loại đã chứng kiến trong kỷ nguyên hiện đại là sau khi hận thù và bạo lực đã được tạo ra ở một số nước nhân danh cái gọi là hòa bình bởi các quốc gia giàu có, thì chính hòa bình

và đời sống hòa hợp ở những quốc gia đó đã trở thành một điều không tưởng. Tạo ra sự bình đẳng giữa mọi người ở các giai tầng khác nhau trong xã hội là điều hoàn toàn có thể thực hiện được nhờ sự thay đổi trong cách suy nghĩ21. Bình đẳng không có nghĩa là tất cả mọi người đều có một vị trí như nhau và hưởng mọi thứ giống nhau. Bình đẳng là sự thay đổi thái độ của những người đang nắm giữ quyền lực, và thế lực kinh tế22. Sẽ là vô nghĩa khi thuyết giảng cho những người dân thường về tầm quan trọng của hòa bình, hòa hợp và sự bình đẳng trong khi giới giàu có và quyền lực trong xã hội lại đang ấp ủ những âm mưu và động cơ đen tối thông qua các chương trình nghị sự nào đó. Mặc dù sự thật là ở một số chế độ có những vấn đề về vi phạm nhân quyền, bạo lực, áp chế tự do ngôn luận v.v.., nhưng các giải pháp đúng đắn không được đưa ra để đối phó với các vấn đề như vậy, thay vào đó, toàn bộ nền văn hóa , chính trị và kinh tế xã hội của các quốc gia đã bị tổn hại nặng nề dưới chiêu bài hòa bình.

Theo triết lý nhà Phật,sự ổn định về kinh tế, chính trị và xã hội có thể đạt được nếu tính đạo đức và sự tôn trọng công lý trong việc đưa ra và thực thi các quyết định23 được đề cao theo tinh thần giáo pháp nhà Phật. Tất cả điều này cần phải được thực hiện vì lợi ích chung của cộng đồng dân cư sống tại quốc gia đó, và người ngoài được quyền đóng góp, song không được can thiệp quá mức vào các vấn đề nội bộ của quốc gia. Các cuộc xung đột nội bộ hỗn loạn ở một số nước đã cho thấy rằng sự can thiệp trực tiếp với động cơ

và mục tiêu đầy mưu đồ đã đẩy đất nước đó dấn sâu hơn vào tình trạng bất ổn chính trị và bạo lực lan tràn24. Giáo pháp nhà Phật về Thập thiện và Bảy điều kiện tạo ra hạnh phúc đã xác định các biện pháp kinh tế, xã hội, luật pháp và đạo đức cần được thực thi để dẫn dắt một đất nước tới hòa bình và hòa hợp25. Mặt khác, các Kinh điển như Kinh Cửu la đàn đầu , Kinh Chuyển luân vương, Kinh Madhura, v.v… cho thấy rõ các biện pháp cần phải được thực hiện để duy trì luật pháp và trật tự trong một đất nước bị tàn phá bởi nghèo đói và bạo lực. Trách nhiệm chính trị, kinh tế và xã hội được nhấn mạnh trong nhiều bài thuyết kinh điển Pali và Kinh Bổn sinh (Jataka). Tầm quan trọng của việc hòa giải giữa các nhóm mâu thuẫn và chia rẽ đã được đề cao trong các điển tích Kinh Yodhajiva (Người Dũng sĩ) trong Tương Ưng Bộ Kinh (Samyuttanikaya)26. .

Kết luận

Theo học thuyết về chính trị của nhà Phật, các bước cần thực hiện để làm nhụt chí các thế lực hiếu chiến ở một quốc gia để có thể duy trì được một môi trường hòa bình và hòa hợp cần phải mang tính đa dạng và tương hỗ lẫn nhau xét trên cả mặt lý thuyết và thực tiễn.

Những biện pháp này sẽ dẫn đến những thay đổi trong thái độ của con người trong khi nhận thức xã hội của họ trở nên sâu rộng hơn27. Từ đó, sự thay đổi thái độ dần dần sẽ diễn ra, tạo nên các nền tảng cốt lõi để xây đắp nền hòa bình bền vững cho một đất

nước. Như vậy, có thể kết luận rằng các yếu tố:

• Tôn trọng đạo đức
• Thay đổi thái độ,
• Mở rộng nhận thức xã hội, và
• Xây dựng lý tưởng cao đẹp hơn

là những yếu tố căn bản được tìm thấy trong giáo lý Phật giáo trên cả phương diện lý thuyết và thực tiễn. Để đạt được các mục tiêu này, cần phải tôn trọng quyền tự quyết, không lợi dụng lấy việc giải quyết mâu thuẫn, chia sẻ quyền lực để làm sâu sắc hơn sự chia rẽ và xung đột, không ủng hộ việc xây dựng các giai cấp đặc quyền trong một quốc gia để thực thi các chương trình nghị sự đầy mưu toan v.v.., những nội dung cũng được coi là hết sức cốt lõi, được chấp nhận và đánh giá cao trong giáo lý Phật giáo28. Về căn bản, nhìn chung,tư tưởng Phật giáo ủng hộ:

• Sự an toàn thân thể (không bị bạo lực đe dọa để có được sự tiến bộ)
• Xã hội bình yên (tôn trọng sự thống nhất trong đa dạng)
• Trí tuệ minh mẫn (an ninh trong các vấn đề kinh tế, pháp luật và trật tự) và
• Sự an lạc về tinh thần (tôn trọng thực hành tôn giáo và văn hóa).

Đây là những nền tảng về hòa bình và hòa hợp đã đươc nhấn mạnh trong giáo pháp nhà Phật. Trạng thái cao nhất của hòa bình chính là sự an lạc về tinh thần trong khi sự bình an về thân thể là cơ sở để đạt được điều này. Thân thể bình an chính là trạng thái không

bệnh tật và không bạo lực. Mặt khác, sự an lạc về tinh thần chính là một khía cạnh khác của hòa bình xác định khả năng của một người trong việc phân biệt đúng sai và không thiên lệch. Do đó, người ta nên tránh tất cả các loại hành vi gây hại đến sự gìn giữ cho tâm thái một trạng thái bình tĩnh và yên ả.

Xã hội bình an là khía cạnh thực tế nhất trong các khái niệm của Phật giáo về hòa bình. Khái niệm này nhấn mạnh sự cần thiết phải duy trì trạng thái hòa hợp và thân thiện trong xã hội và không cho phép bất kỳ loại bạo lực hay chiến tranh nào xuất hiện giữa các phe phái khác nhau. Để đạt được và duy trì sự được sự hòa hợp và thân thiện, cần có sự thống nhất về mục tiêu, ý tưởng, cảm xúc v.v… Tinh thần là yếu tố tốt nhất để định hướng những người dân thường đến một mục tiêu chung cao cả nhất. Thách thức đối với hòa bình xuất hiện khi có sự cạnh tranh giữa con người để tranh giành của cải, kho báu, các mối quan hệ và hạnh phúc.

Giáo lý nhà Phật đề cao thái độ khách quan đối với hòa bình và hòa hợp so với các phương pháp chủ quan mang đầy tính mưu đồ có khả năng làm cho tình hình chính trị và bạo lực ở một quốc gia trở nên căng thẳng hơn. Bốn khía cạnh của hòa bình dựa trên cơ sở khách quan sẽ không cho phép thực thi các biện pháp trừng phạt chống lại một quốc gia vì nó trực tiếp ảnh hưởng đến nhu cầu cơ bản của con người như thực phẩm, y tế , nhà ở và các vấn đề khác. Theo giáo lý nhà Phật điều này được coi là một phương thức phi đạo đức và vô nhân tính mà chỉ những kẻ thiếu

văn minh mới tiến hành đối với người dân ở một quốc gia.

(*) (B.A. M.A. M. Phil., Ph.D-Renmin.), Giảng viên cao cấp, Khoa Ngôn ngữ Pali & Phật giáo, Trường ĐH Kelaniya, Sri Lanka

1. NaradaThera, Kinh Pháp cú, Colombo, 1972, trang 177
2. Elizaberth J. Hariss., Bạo lực và Rạn nứt trong Xã hội, Hội Xuất bản Pháp Luân (Wheel Publication Society), Kandy, 1994, trang.2
3. Patrick M. Regan AysegulAydin, "Ngoại giao và các Hình thức Can thiệp trong các cuộc Nội chiến"
4.. Như trên
5. Như trên
6. Từ điển Bách khoa toàn thư Phật giáo, Trích dẫn số 3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 4-8
7. Patrick M. Regan AysegulAydin, "Ngoại giao và các Hình thức Can thiệp trong các cuộc Nội chiến" <http://sobek.colorado.edu/~aydin/webpage/duration.pdf>
8. Tạp chí Kinh tế (Economic Review), Cục Xuất bản Ngân hàng Nhân dân (People's Bank Printing Service Dept.), Số tháng 6, 7 năm 2011, trang 4, 5
9. "Cách mạng, nội chiến và Tuyên bố về sự can thiệp đế quốc tại Syria", MareaSocialista,<1. IV Tạp chí mạng> IV464 – Số tháng 9. 2013, thứ tư 18 September 2013
10. Seumas Milne, Tờ The Guardian, Thứu ba, 5 tháng 6 năm 2012

11. Như trên, "Sự can thiệp quân sự của Hoa Kỳ sẽ chỉ làm nặng nề thêm thảm kịch này ở mức độ dã man cũng như khả năng chắc chắn gây bùng nổ khu vực mà nếu xảy ra hậu quả là khôn lường".
12. Từ điển Bách Khoa Phật giáo, Trích dẫn số 3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 10
13. Tenckner, Robert Chalmers V., Majjhimanikaya,, Tập ii, Hội Kinh điển Pali , Oxford, 1991, trang 86, 87, 88
14. Từ điển Bách Khoa Phật giáo, Trích dẫn số.3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 18, 19, 20
15. Karunarathne W.S., Tiểu luận Phật pháp, Nhà xuất bản Samaranayaka, Colombo, 1993
16. Malalasekara, G.P, Bài phát biểu của Chủ tịch trong Phiên họp Thường niên lần thứ 32 của Giáo hội Phật giáo, Dia's Printing Works, Ratnapura, 1952
17. Elizaberth J. Hariss., Bạo lực và Rạn nứt trong Xã hội, Hội Xuất bản Pháp Luân (Wheel Publication Society), Kandy, 1994, trang 13, 14, 15
18. Karunarathne W.S., Buddhist Essays, Samaranayaka Publication, Colombo, 1993, trang 24, 25, 26
19. NaradaThera, Kinh Pháp cú, Colombo, 1972
20. Như trên
21. Từ điển Bách Khoa Phật giáo, Trích dẫn số.3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 25, 26, 27
22.. Như trên
23. Như trên
24. Kelly Siegel "Sự can thiệp của LHQ vào các cuộc nội chiến và sự hồi phục kinh tế sau

xung xung đột". Luận văn tốt nghiệp Đại học, Trường Đại học New York (NYU) 2010, trang 2, 3, 4
25. Từ điển Bách Khoa Phật giáo, Trích dẫn số.3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 4, 5, 9
26. Leon Feer, Rhys Davids, M. Kinh Tương Ưng Bộ ,Cuốn, iv, Hội Kinh điển Pali, London, 1975, trang 308
27. DhammadassiThero, naimbala, Phật pháp và Thế giới Hiện đại, Nhà xuất bản Turbo (Turbo publicity Service), Sri Lanka, 2008, trang 46-49
28. Từ điển Bách khoa Phật giáo, Trích dẫn số.3, Bộ Các vấn đề Phật giáo, Sri Lanka, 1995, trang 1-10

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- DhammadassiThero, naimbala, Phật pháp và Thế giới Hiện đại, Nhà xuất bản Turbo (Turbo publicity Service), Sri lanka, 2008
- Elizaberth J. Hariss., Bạo lực và Bất ổn trong Xã hội, Hội xuất bản Pháp luân, Kandy, 1994
- Từ điển Bách khoa toàn thư Phật học hội, Trích dẫn số.3, Bộ các vấn đề Phật giáo", Sri Lanka, 1995,
- Tạp chí Kinh tế, Bộ Xuất Bản Ngân hàng Nhân dân, Tháng 6, 2011,
- Karunarathne W.S., Các Luận trong Phật pháp, Nhà xuất bản Samaranayaka, Colombo, 1993,
- Kelly Siegel "Can thiệp của LHQ vào các

cuộc nội chiến và Việc phục hồi Kinh tế hậu khủng hoảng, Luận văn tốt nghiệp Đại học,

- Leon Feer, Rhys Davids, M. Tương ưng bộ Kinh ,Vol, iv, Hội xã The pali Text Society, London, 1975, trang 308
- Malalasekara, G.P, Phát biểu của Chủ tịch Giáo hội nhân dịp đại hội Phật giáo lần thứ 32, Dia's Printing Works, Ratnapura, 1952,
- Narada Thera, Kinh Pháp cú, Colombo, 1972,
- Tenckner, Robert Chalmers V., Kinh Trung Bộ, Cuốn số ii, Hội Kinh tạng Pali, Oxford.

LỄ CẦU NGUYỆN HÒA BÌNH THẾ GIỚI
LẦN THỨ HAI

JANUARY 01. 2022

VAFB

Chương Trình Và Thiệp Mời

Phần I
Tường Thuật Lễ Cầu Nguyện Hòa Bình Thế Giới
.....

Phần II
Bài Tưởng Niệm Những Người Nhiễm Covid Đã Qua Đời
.....

Phần III
Thông Điệp Hòa Bình
.....

VIETNAM AMERICA FELLOWSHIP BUDDHIST SANGHA
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO LIÊN HỮU MỸ VIỆT
Web: www.vafbsangha.com, Email: vafb@vafbsangha.com
Office: 857 S Berendo St., Los Angeles, CA 90005
213-858-9294 /213-739-0017.

THIỆP MỜI
LỄ CẦU NGUYỆN HÒA BÌNH THẾ GIỚI LẦN THỨ II
Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật,

Kính bạch chư Tôn Hòa Thượng Giáo Phẩm Chứng Minh
Kính bạch chư tôn Hòa Thượng, Chư Thượng Tọa Đại Đức Tăng, Ni,
Kính thưa Chư vị thiện hữu tri thức, chư Đồng hương, Phật Tử xa gần,

Từ khi chánh pháp của Đức Thế Tôn được lưu truyền, cũng là lúc tiếng chuông chùa được vang vọng. Đó là âm vang thức tỉnh, mời gọi tâm hồn người con Phật trở về nẻo đạo, trở về với nguồn cội từ bi, trí tuệ.

Năm nay, Giáo hội Phật Giáo Liên Hữu Việt Mỹ sẽ ĐÓN MỪNG NĂM MỚI 2022 và THỈNH CHUNG ĐẠI HỒNG HÒA BÌNH THẾ GIỚI ĐỂ CẦU NGUYỆN HÒA BÌNH THẾ GIỚI LẦN THỨ II. BUỔI LỄ SẼ DIỄN RA VÀO LÚC 3 GIỜ CHIỀU NGÀY THỨ BẢY, 01 THÁNG 01 NĂM 2022 TẠI:

THIỀN VIỆN THÍCH THIÊN ÂN
4050 BOULDER PARK DR. SW, ATLANTA, GA 30331
www.thienvienthichthienan.com
Phone: 678-416-0439 / 206-617-4987

Đại lễ được trang nghiêm tổ chức như sau:

- Khuya Thứ Sáu ngày 31 tháng 12 rạng 01/01/22
  - 12:00 AM: Lễ Giao thừa đón mừng năm mới 2022, thỉnh CHUÔNG ĐẠI HỒNG. HÒA BÌNH THẾ GIỚI được Thiền Sư Thích Nhất Hạnh chứng minh.
- Thứ bảy, ngày 01/01/2022 (ngày đầu năm mới)
  - **Từ 11:00 AM đến 02:00 PM:** Thiền Tập
  - **03:00 PM:** Lễ chính thức CẦU NGUYỆN HÒA BÌNH THẾ GIỚI, ĐẠI DỊCH. COVID-19 TẠI HOA KỲ VÀ THẾ GIỚI được tiêu trừ, TƯỞNG NIỆM NHỮNG NGƯỜI ĐÃ TỪ TRẦN do dịch bệnh Covid-19 tại Hoa kỳ và trên thế giới, TUYÊN ĐỌC THÔNG ĐIỆP HÒA BÌNH THẾ GIỚI. (có chương trình riêng).
  - **04:00 PM:** Liên hoan Chúc Mừng Năm Mới 2022
  - **06:00 PM:** Hoàn mãn

Kính cung thỉnh Chư Tôn Thiền Đức Tăng, Ni đồng kính mời chư vị quan khách, đồng hương, Phật Tử về tại Thiền Viện Thích Thiên Ân để chứng minh và tham dự đại lễ.

Sự quang lâm của Chư tôn tịnh đức sẽ đem đến nguồn năng lượng lớn lao hơn bao giờ hết cho đại lễ cầu nguyện của một năm đầy thảm nạn, thiên tai nhân họa nầy. Tấm lòng trợ niệm của chư vị thiện hữu sẽ góp thêm làn hơi nước cho bầu trời hòa bình được trong xanh và lung linh ngời sáng.

Kính tri ân Đạo tình của quí ngài và quí vị.

Trân Trọng
TM Hội Đồng Tăng Già VAFB

HT THÍCH NHƯ MINH

VIETNAM AMERICA FELLOWSHIP BUDDHIST SANGHA
GIÁO HỘI PHẬT GIÁO LIÊN HỮU MỸ VIỆT
Web: www.vafbsangha.com, Email: vafb@vafbsangha.com
Office: 857 S Berendo St., Los Angeles, CA 90005
213-858-9294 /213-739-0017.

INVITATION LETTER
THE SECOND CEREMONY OF THE PEACE WORLD

Namo Shakyamuni Buddha

Dear Most Venerable Sirs of the Maha Sangha,
Distinguished Guests and Lay Devotees,
Since the Buddha-Dharma has been handed down, it is also the time when the temple's bells are resounded. It is an awakening echo for all Buddhists returning to the source of the compassion and wisdom.
This year, the Vietnam America Fellowship Buddhist Sangha will celebrate the New Year of 2022 and will hit the Peace World Bell to pray for the peaceful world. The ceremony will be held:

Time: Saturday, January 1, 2022, at 3:00 PM
Place: **Thích Thiên Ân Zen Monastery**
4050 Boulder Park Dr. SW, Atlanta, GA 30331
www.thienvienthichthienan.com
Phone: 678-416-0439 / 206-617-4987

THE PROGRAM

- **Mid-night Friday December 31, 2021 to January 1, 2022**
  - 12:00 AM: New Year's Eve celebration to welcome the New Year 2022, hit the World Peace Bell (which was blessed by the famous Zen Master Thích Nhất Hạnh).
- **Saturday, January 1, 2022** (the first day of New Year)
  - 11:00 AM to 2:00 PM: Meditation
  - 3:00 PM: Prayer for the peaceful world, the COVID-19 pandemic, tributing to the deceaseds due to the Covid-19 epidemic in the global and declaring the message of the Peaceful World (with its own program)
  - 4:00 PM: Celebrating the New Year 2022
  - 6:00 PM: Service complete.

It is a great pleasure to invite Venerable Sirs of the Maha Sangha, Distinguished Guests and Lay Devotees to participate in the above ceremony at Thich Thien An Zen Monastery.
Your presence will bring the greater energy and bless than ever specially for the year, we have faced full of Covid-19 epidemic and natural disasters. Your sincere hearts will contribute to build the peaceful world.
Thank you for your kindness and our Buddhist relationship.

Best regards,
On behalf of the VAFB Sangha Council
The Most Ven. Thích Như Minh

2644 NĂM TRƯỚC, MỘT THÔNG ĐIỆP HÒA BÌNH ĐÃ SỚM ĐƯỢC VANG LÊN

DƯƠNG KINH THÀNH

Năm nay, tín đồ Phật giáo khắp thế giới kỷ niệm ngày Phật Thích Ca đản sinh lần thứ 2564 Phật lịch. Con số này đã được Hội Phật giáo thế giới quyết định chọn dùng làm Phật lịch chung hằng năm vào năm 1956. Thật ra đó là niên đại được tính từ năm đức Phật nhập diệt. Kỳ thật Ngài sinh vào ngày trăng tròn tháng Năm (tháng Vesãkha) năm 624 trước Tây lịch (nhập diệt năm 544 trước Tây lịch - thọ 80 tuổi), tại vườn Lumbini nước Kapilavatthu, phía Bắc nước Ấn Độ cổ đại (nay thuộc Nepal). Như vậy, đức Phật Thích Ca là một nhân vật hoàn toàn có thật trong lịch sử, người đã mở ra cho xã hội Ấn Độ xưa nói riêng và toàn nhân loại nói chung một triết lý sống, thực tiễn, tích cực nhằm hướng đến xây dựng một đời sống hạnh phúc - an lành, không tội ác và chiến tranh.

Đứng về khía cạnh tôn giáo, đạo Phật vẫn luôn trung thành với nền tảng giáo lý vững chắc, có hệ thống của mình; và là một tôn giáo có số lượng kinh điển nhiều nhất. Bên cạnh đó còn có Luật tạng và Luận tạng, gọi chung là Tam tạng giáo điển

(Tripitaka) v.v. Do yếu tố chân lý tích cực như thế nên xưa nay vẫn có một xu hướng cho rằng đạo Phật không chỉ là một tôn giáo, có chăng là một hình thức tín ngưỡng, mở một cửa trong ba vạn tám ngàn cửa đi đến với Phật thể. Cũng trong khái niệm tôn giáo, bởi qua hơn 25 thế kỷ, đôi khi hình ảnh thiêng liêng mầu nhiệm được khoác lên sự sáng chói của đức Phật hầu tôn tạo thêm giá

trị (tín ngưỡng) nơi con người của Ngài mà xét ra thiện ý nhiều hơn là ác ý. Điều đó trong vô vàn phương tiện giác ngộ chúng sanh Ngài cũng đã từng thể hiện, mà thuật ngữ Phật học gọi là phương tiện Vị - Tằng - Hữu. Vì vậy, những hiện tượng sự việc - hình ảnh - con số được nhắc đến trong Phật giáo đều mang một ý nghĩa giá trị nào đó, ở một khía cạnh, vấn đề nào đó. Hoàn toàn không huyễn hoặc hay trổ tài thể hiện phép lạ, quyền năng nào cả.

Tượng Phật Thích Ca bằng đá được thực hiện ở thế kỷ XV tại Mathura, nay thuộc bang

Uttar Pradesh, là một tác phẩm tiêu biểu của nghệ thuật thời kỳ Gupta (khoảng 320-540), được coi là thời kỳ cổ điển ở Ấn Độ. Ảnh: DKT

Cũng trong khái niệm tôn giáo, Phật giáo vô tình trở thành những nạn nhân bất đắc dĩ, đồng hóa với tất cả hình thức tín ngưỡng khác và tất nhiên phải chịu chung nhiều gán ghép ngoài ý muốn, dù trên thực thể sự tồn tại, hiện diện của Phật giáo hoàn toàn khác hẳn. Ngay như trong lối sống, cách sống của cộng đồng mang đậm dấu ấn của tư tưởng Phật giáo, đôi khi cũng bị cho đó là "ảnh hưởng tôn giáo"! Thật ra đó là sự thật của cuộc đời với chân lý "nhân quả báo ứng", "ở hiền gặp lành" v.v… không phải do Phật giáo sáng tác ra.

Một thí dụ nữa, việc thống kê số lượng tín đồ Phật giáo hoàn toàn có thể đứng ngoài và đứng trên khái niệm đó. Như đã nói, Phật giáo tồn tại từ chính trong thực thể của những lợi ích mà Phật giáo đã mang lại! Tổng kết, thống kê để cho đó là sức mạnh, là bản thể thì hoàn toàn xa lạ và là mục đích tồn tại của Phật giáo. Cái giá trị được cho là đương nhiên từ hơn 2644 năm qua khi bánh xe pháp lăn hiền từ qua từng quốc độ an lành. Đó mới chính là bảng thống kê sáng rực nhất và ý nghĩa nhất của giá trị chân lý Phật giáo mang lại cho thế nhân. Có lẽ do từ ngàn xưa đức Thế Tôn không xem nặng việc này trong suốt 49 năm tròn vân du hóa đạo. Ngài bước đi trong dòng chảy chân lý tuyệt vời bằng cửa ngõ Tứ diệu đế để mong mọi người được giác ngộ như mình mà không nhìn lại sau lưng xem có bao nhiêu người đang bước theo mình để chứng minh Đạo của Ngài lớn mạnh và đông đảo nhất hành tinh?

Con số 7 với hình ảnh Phật đản sinh

Về phương diện tôn giáo, đức Phật Thích Ca là vị Giáo chủ sáng lập ra Phật giáo. Điều này quá rõ ràng. Tuy nhiên cần nên xác định rõ hơn vai trò Giáo chủ của đức Phật Thích Ca ở đây là "Giáo chủ cõi Ta bà", chứ không là Giáo chủ - sáng lập ra Phật giáo. Đức Phật Thích Ca là người nối tiếp, thừa tự nền tảng chân lý Phật giáo từ bảy vị Phật trong quá khứ (còn gọi là Thất cổ Phật):

- Tỳ Bà Thi Phật (Vipacyi)

- Thi Khí Phật (Sikhin)

- Tỳ Xá Phù Phật (Visabhu)

- Câu Lưu Tôn Phật (Karacucchanda)

- Câu Na Hàm Mâu Ni Phật (Kanakamuni)

- Ca Diếp Phật (Kasyapa)

- Thích Ca Mâu Ni (Sakya moni) - Cổ Phật. Và đức Phật Thích Ca đản sinh hôm nay cũng chính là hậu thân của vị Phật thứ 7 này (trước đó Hoàng hậu Maha-Maya được điềm mộng ứng con voi 6 ngà). Và để thể hiện cho sự nối tiếp đó nên sau khi vừa thoát sinh đức Phật Thích Ca đã bước đi bảy bước, dưới mỗi bước ấy đều nở bảy đóa hoa sen. Sau đó lại ngã vào vòng tay Hoàng hậu, trở về trạng thái như bao đứa trẻ sơ sinh ở cõi trần này. Bảy ngày sau Hoàng hậu từ trần, Ngài được người dì là Maha-Pasapati Gotami tiếp tục chăm nom.

Từ đó về sau, qua các giai đoạn trưởng thành, xuất gia, thành đạo và nhập diệt con số 7 vẫn luôn thể hiện theo suốt cuộc đời Ngài.

Trong nền tảng chung của triết học Đông phương và ngay cả trong duy thức học Phật giáo, con số 7 luôn đóng vai trò quan trọng vì

nó là một con số tròn theo công thức: chính giữa, bên trên, bên dưới, bên trái, bên phải, trước mặt, sau lưng. Vì vậy theo quan niệm Phật giáo thần thức, con người sau khi chết đi vào trạng thái trung ấm - dung hòa; bảy ngày luân chuẩn một lần, cho đến hết bảy lần như vậy (49 ngày) đã tìm được cảnh giới tương sinh để thọ nghiệp.

Hoa sen trong Phật giáo

Là một loài hoa vô cùng hữu ích cho con người từ ý nghĩa thực vật đến công dụng của y học, như chúng ta đều đã rõ. Hữu ích từ mầm rễ (ngó sen) cho đến lá, cọng, đài, hột v.v… Thậm chí nơi nào sen có mặt, môi trường nước chung quanh cũng đều trong sạch. Đặc biệt hơn là "đức tính" của hoa sen ở chỗ "gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn". Hoa sen từ những đặc tính đó được phương Đông dùng làm tiêu biểu cho ý nghĩa vươn lên thanh bạch. Với Phật giáo, hoa sen tuy quý như vậy nhưng lại là một loài hoa phụ nữ không thể dùng làm trang sức. Hoa sen được diễn đạt trong Phật giáo rất đặc trưng, như hình với bóng giữa Phật - Bồ tát. Những Liên hoa tăng, Liên hoa tạng, Liên hoa tọa đủ nói lên sự liên kết gắn bó đó trong Phật giáo.

Phật giáo hơn 25 thế kỷ tồn tại bằng chí nguyện hòa bình.

Đầu của tượng Phật Thích Ca bằng đá hoa cương thuộc thời kỳ tiền Hồi giáo ở Afghanistan có niên đại hơn 1.500 năm, hiện được trưng bày và lưu giữ ở viện Bảo tàng Anh quốc. Ảnh: DKT

Chẳng những vậy, tôn giáo này còn đem lại biết bao điều lợi lạc cho chúng sanh; đóng góp đạo đức phần mình trong sự định hướng nhân bản. Trên bước đường ấy, Phật giáo luôn tuân thủ đúng mục tiêu lý tưởng của chính mình là hữu ích, lợi lạc quần sanh trước khi chuyên cần tiến tu tự giải thoát. Do vậy mà Phật giáo không có kẻ thù, không gây chiến hoặc vì tính chân lý của mình đè bẹp công kích lại các tín ngưỡng khác. Như vậy hình ảnh đức Phật đản sinh, bảy hoa sen nở

theo mỗi bước đi, nói lên điều gì? Trước hết đức Phật ở đây không là một vị thần thánh có đủ đầy quyền năng ban phước hay giáng họa, mà đức Phật phải được hiểu rằng đó là hiện thân của một giáo phái Hòa bình - Nhân ái - Từ bi. Nơi nào có Hòa bình - Nhân ái - Từ bi tất nhiên đất ấy là đất lành, và đất lành tất phải nở sanh loài hoa sen cao quý đó. Nói một cách tóm gọn là nơi nào có Phật giáo đi qua nơi ấy đều trổ sanh an lành - hạnh phúc.

Đã có nhiều ý kiến nhận xét "Đạo Phật là đạo của Hòa bình" có lẽ cũng do nhờ tính chân lý của tôn giáo này vậy. Ngay cả vị Thủ tướng Ấn Độ đầu tiên là Lawaharlal Nehru (1889-1964) đã tuyên bố ngay trong những tháng ngày độc lập non trẻ nơi xứ sở mình rằng: "*Muốn có hòa bình hãy chọn Phật giáo, muốn chiến tranh hãy chọn bom nguyên tử*". Sẽ rất khó khăn nếu chúng ta muốn tìm trong Tam tạng giáo điển tôn giáo này về những điều hô hào chiến tranh, chém giết, đập phá; dẫu chỉ là một câu, ngoài một chi tiết hiếm hoi đã được Sarvepalli Radhkrishman (1888-1975) - một triết gia, cựu Phó và Tổng thống Ấn Độ - viết trong tác phẩm "*Religion and Sociaty*" NXB Geogre Allen and Unwin LTD ấn hành, phần nói về quan điểm Ấn Độ giáo - Phật giáo với Bất bạo động, như sau: "… Khi Senapati Singha, một chiến sĩ, hỏi đức Phật xem có nên tham chiến để bảo vệ sinh mạng và tài sản cho dân chúng không thì Phật trả lời "*Kẻ nào đáng trừng phạt thì phải được trừng phạt. Như Lai không dạy rằng những người tham chiến để bảo vệ chính nghĩa là đáng trách, sau khi đã hết mọi phương tiện duy trì hòa bình*" (Kinh Bhagavadgita). Cũng thừa hưởng tinh thần bao dung hòa bình của Ấn Độ giáo và Phật giáo mà Mahandas Karamehand Gandhi (1869-1949) - linh hồn của Ấn Độ đấu tranh giành độc lập với đế

quốc Anh, đã nêu cao chí khí và thành công trong hình thức đấu tranh bất bạo động, đã được người Ấn Độ tôn xưng là vị thánh.

Đất nước Ấn Độ xưa và Phật giáo có mối liên hệ chặt chẽ từ trong hệ tư tưởng cổ đại và trong lịch sử. Một giai đoạn khác trong lịch sử. Phật giáo ôm mối bi kịch lớn ra đi, để lại sau lưng một nước Ấn Độ tan tành manh mún vì nạn cực đoan tôn giáo, chỉ bởi vì Phật giáo là "*Đạo của hòa bình*"; Hòa bình thì luôn là mục tiêu tiêu diệt của chiến tranh và tội ác. Điều đó ngày nay chưa hẳn đã chấm dứt và mặc dù những con tim biết trân trọng sự sống hòa bình đã góp phần đưa bước Phật giáo trở lại nơi đây, những nơi này nơi khác Phật giáo vẫn luôn là nạn nhân của tư tưởng cực đoan thời hoang sơ.

Xem ra bảy bước chân ngày xưa của đức Phật Thích Ca đến hôm nay vẫn chưa bước hết nên thế giới còn chiến tranh - nghèo đói - xung đột chủng tộc, tôn giáo còn triền miên với mức độ sâu rộng hơn. Hơn 2644 năm rồi, kể từ ngày Phật đản sinh mang khái niệm hòa bình - nhân ái vào cõi nhân sinh, luôn mơ ước mở rộng cõi bờ an bình ngay trong chốn vốn đã là biển khổ mênh mông.

Vâng! Từ bảy bước chân ngàn xưa, Phật giáo vẫn vững vàng đi qua nhiều vùng giông bão, bằng hình thức này hay một sắc thái khác, thông điệp hòa bình của đức Phật từng bước gõ cửa khắp thế gian.

Ngày 19/12/1999, Liên hợp quốc bầu chọn Phật giáo là tôn giáo đầy đủ tính nhân văn, hòa bình và trí tuệ. Linh mục Ted O'Shaughnessy, một nhà tu Công giáo nói từ Belfast: "*Chừng nào tôi còn yêu Giáo hội Công giáo tôi luôn cảm thấy khó chịu vì chúng ta thường rao giảng lòng bác ái trong Kinh thánh tuy nhiên lại tuyên bố là ý Chúa*

khi cần giết những người khác. Chính vì thế tôi bỏ phiếu cho Phật giáo".

Giáo sĩ Đạo Hồi Tal Bin Wassad, nói từ Pakistan "*Dù tôi là một người sùng Đạo Hồi, tôi vẫn có thể thấy, thay vì giải quyết vấn đề ở cấp độ cá nhân, họ lại đưa hết sự giận dữ và máu đổ vào tôn giáo. Những Phật tử không mắc sai lầm này*".

Ông Bin Wassad, một thành viên ICARUS bỏ phiếu đại diện cộng đồng Hồi giáo Pakistan nói tiếp: "*Thật thế, Phật tử là những người bạn tốt của tôi*".

Cố Thủ tướng Võ Văn Kiệt nói: "*Không thể nói Phật giáo chỉ đồng hành cùng dân tộc, mà Phật giáo là dân tộc, dân tộc là Phật giáo, bởi lẽ trong kho tàng văn học Việt Nam có đến 80% là văn hóa Phật giáo*".

Năm 2015, Hội nghị Liên minh quốc tế tiến bộ tôn giáo và tâm linh (ICARUS) tại Geneve, đại diện lãnh đạo tôn giáo toàn cầu đồng nhất trí bầu "*Phật giáo là tôn giáo tốt nhất thế giới*". Ông Jonna Hult, Giám đốc điều hành ICARUS nói: "Tôi không ngạc nhiên khi Phật giáo được bầu là tôn giáo tốt nhất thế giới, bởi vì xưa nay không hề có cuộc chiến nào được phát động nhân danh Phật giáo. Khác với những tôn giáo khác dường như luôn thủ sẵn mọi vũ khí trong túi, đề phòng trường hợp thượng đế quyết định sai lầm".

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

- Thông tin UNESCO

- *Phật giáo Ấn Độ* - Hòa thượng Thanh Kiểm.

- *Lịch sử Phật giáo - Tăng già thế giới* - Hòa thượng Trí Quang.

- *Đức Phật và Phật pháp* - Narada.

- Mạng Internet.

Nguồn website: www.chuaxaloi.vn

KỆ THỈNH CHUÔNG ĐẠI HỒNG

1. Ý nghĩa thỉnh chuông: Phàm tiếng chuông khánh để lợi ích cho âm dương. Người thượng căn, nghe tiếng chuông, lập tức chứng được viên thông. Nên Đức Phật sai thỉnh chuông để Ông A Nan ngộ đạo. Kẻ hạ căn nghe tiếng chuông thì ba nghiệp được trong sạch, tâm ý vẳng lặng. Quỷ thần nghe tiếng chuông thì chắp tay kính lễ; Chốn ưu đồ được thoát tội khổ; Nơi địa ngục được trong mát.

Phàm đánh chuông nên thư thả nhè nhẹ để tiếng chuông lâu dài, dư âm sắp hết mới nối tiếp tiếng sau, khiến cho mọi khổ nơi u đồ được nghỉ ngơi lâu dài. Người đánh chuông nên phát khởi tâm chí thành, tâm đại bi mới lợi ích và thấu tới chốn u đồ. Trong chuyện Phó Pháp Tạng có viết: "Vua Kế Tân chịu khổ, nghe tiếng chuông chùa liền khỏi nghiệp luân hồi". Đánh chuông phải phát khởi tâm đại từ bi thì âm dương mới được quân chiêm lợi lạc.

Phép đánh chuông ba hồi, gồm 108 tiếng, rung chuông 7 tiếng, trung gian 20 tiếng và dồn chuông 8 tiếng, hết hồi thứ ba thêm ba tiếng tự quy y cộng thành 108 tiếng.

2. Phép thỉnh chuông:

Nguyện thử chung thanh siêu pháp giới,

Thiết vi u ám tất giai văn,

Văn trần thanh tịnh chứng viên thông,

Nhứt thiết chúng sinh thành Chánh giác

(rung chuông 7 tiếng từ nhỏ đến to).

Văn chung thanh phiền não khinh,

Trí tuệ trưởng Bồ đề sinh,

Ly địa ngục, xuất hỏa khanh,

Nguyện thành Phật, độ chúng sinh. O

Phá địa ngục chân ngôn:

"Án, già la đế da sa bà ha". (3 lần) O

Hồng chung sơ (nhị, tam) khấu,

Bảo kệ cao ngâm,

Thượng thông thiên đường,

Hạ triệt địa phủ. O

ơ

Thượng chúc đương kim Hoàng đế

Đại thống càn khôn,

Văn võ quan liêu

Cao thăng lộc vị. O

Tam giới tứ sinh chi nội,

Các miễn luân hồi.

Cửu hữu thập loại chi trung,

Tất ly khổ hải. O

Ngũ phong thập vũ,

Miễn tao cơ cẩn chi niên.

Nam mẫu đông dao,

Câu triêm Nghiêu Thuấn chi nhật. O

Chiến mã hưu chinh,

Địa lợi nhân hòa.

Trận bại thương vong,

Câu sinh Tịnh độ. O

Phi cầm tẩu thú,

La võng bất phùng.

Lãng tử cô tôn,

Tảo hoàn hương tịch. O

Vô biên thế giới,

Địa cửu thiên trường,

Viễn cận đàn na,

Tăng diên phúc thọ. O

Sa môn hưng thịnh,

Phật pháp trường thăng.

Thổ địa long thần,

An Tăng hộ pháp. O

Phụ mẫu sư trưởng,

Tồn vong tịnh lợi.

Lịch đại tổ nễ,

Đồng đăng bỉ ngạn. O

Nam mô Thanh Tịnh Pháp Thân Tỳ Lư Giá Na Phật. O

Nam mô Viên Mãn Báo Thân Lư Xá Na Phật. O

Nam mô Thiên Bách Ức Hóa thân Thích Ca Mâu Ni Phật. O

Nam mô Đương lai Hạ sinh Di Lặc Tôn Phật. O

Nam mô Tây Phương Cực lạc thế giới A Di Đà Phật. O

Nam mô Ngũ đài sơn Đại trí Văn Thù Sư Lợi Bồ tát. O

Nam mô Nga mi sơn Đại hạnh Phổ Hiền Bồ tát. O

Nam mô Cửu hoa sơn Đại nguyện Địa Tạng Vương Bồ tát. O

Nam mô Phổ Đà sơn Đại bi Quán thế âm Bồ tát. O

Sở nguyện O: Hoàng Đồ củng cố O, Đế Đạo hà sương O, Phật nhật tăng huy O, Pháp O, luân O, thường O, chuyển O.

(đoạn này hồi dồn 8 tiếng chuông từ to đến nhỏ)

Tự quy y Phật, đương nguyện chúng sinh, thể giải đại đạo, phát vô thượng tâm. O

Tự quy y Pháp, đương nguyện chúng sinh, thâm nhập kinh tạng, trí tuệ như hải. O

Tự quy y Tăng, đương nguyện chúng sinh, thống lý đại chúng, nhất thiết vô ngại.

Hòa nam thánh chúng:

Nguyện dĩ thử công đức

Phả cập ư nhất thiết

Ngã đẳng dữ chúng sinh

Giai cộng thành Phật đạo O

3. BÀI THỈNH CHUÔNG NGHĨA (Hòa thượng Trí Hải)

* Giờ con xin thỉnh chuông này

Tiếng vang thấu khắp mọi nơi xa gần

Ai nghe thấy lòng trần nhẹ bẫng

Đạo Bồ-Đề được chứng lên ngay.

(Rung lên 7 tiếng nhỏ đến to)

* Những loài khổ não xưa nay

Bao nhiêu nghiệp chướng từ rày sạch không

Các địa ngục đều cùng tan nát

Chúng-sinh đều giải thoát tiêu giao. o

* Bước lên đường chính cùng nhau

Thẳng về Cực Lạc ở lầu Liên-Hoa

Phá địa ngục chân ngôn:

Án già ra đế da sa bà ha. (3 lần) o

* Những loài đọa làm ma quỷ đói

Nguyện đời đời thoát khỏi trầm luân

Đều cùng chứng được chân thân

Tháng ngày hưởng thụ muôn phần yên vui.
O

* Loài súc sinh suốt đời chịu khổ

Sống đọa đày, chết đủ đắng cay

Cầu cho qua khỏi kiếp này

Đời sau giải thoát vẹn đầy phúc duyên. o

* Cõi nhân gian muôn ngàn thảm họa

Đã bao người vất vả lầm than

Cầu cho ách nạn tiêu tan

Xây nên thế giới hoàn toàn yên vui. o

* Loài Tu-La suốt đời mang giận

Đã gây thành bao trận chiến tranh

Cầu cho đổi giận làm lành

Để thiên hạ được Thái-bình thảnh thơi. o

* Cảnh Thiên-Giới là nơi sung sướng

Nguyện đời đời hưng vượng mãi lên.

Chúng-sinh nào có phúc duyên

Mai sau đến được như nguyền tới nơi. o

* NamMôThanh Tịnh Pháp Thân Tỳ Lư Giá Na Phật. (o).

* Nam Mô Viên Mãn Báo Thân Lư Xá Na Phật. (o)

* Nam Mô Thiên Bách Ức Hóa Thân Thích Ca Mâu Ni Phật. (o)

* Nam Mô Tây phương Cực Lạc Thế Giới A Di Đà Phật. (o)

* Nam Mô Đông phương Giáo chủ Dược sư Lưu ly Quang vương Phật (o)

* Nam Mô Đương lai Hạ sinh Di lặc Tôn Phật (o)

* Nam Mô Đại Trí Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát. (o).

* NamMô Đại Hạnh Phổ Hiền Vương Bồ Tát. (o).

* Nam Mô Đại Bi Quán Thế âm Bồ tát. (o)

* Nam Mô Đại Lực Đại Thế Chí Bồ Tát. (o)

* Nam Mô Nhật quang biến chiếu Bồ Tát . (o).

* Nam Mô Nguyệt quang biến chiếu Bồ Tát . (o)

* Nam Mô Đại Nguyện Địa Tạng Vương Bồ . (o).

Phật (o) Pháp (o) hưng (o) long (o) chúng (o) sinh (o) giải (o) thoát (o)

(Đoạn này hồi dồn 8 tiếng chuông từ to đến nhỏ).

Con đã về nương tựa chư Phật,

Nguyện cả cho sinh vật mọi loài,

Hiểu rành đạo lớn không hai,

Chân tâm mở rộng tuyệt vời thanh cao. (o)

Con đã được nương vào chính pháp,

Nguyện cả cho ức vạn chúng sinh,

Hiểu thông nghĩa lý chân kinh,

Mở mang trí tuệ như hình biển khơi (o)

Con đã về nương ngôi Tăng bảo,

Nguyện cho cả sáu đạo chúng sinh,

Trí hoà lý hợp tinh minh,

Không gì trở ngại hoàn thành công phu

Cúi mong chư Phật Thánh hiền

Con xin đem hết mọi duyên phúc này

Cầu cho con với muôn loài

Đều cùng thành Phật con nay ơn nhờ. O

Hết!

Chú ý:

Thỉnh ba lần từ trên xuống, sau mới Tam tự quy.

(o): Ký hiệu đánh chuông

Kệ thỉnh Chuông Đại Hồng
Thiền Sư Nhất Hạnh

Ba nghiệp lắng thanh tịnh
Gởi lòng theo tiếng chuông
Nguyện người nghe tỉnh thức
Vượt thoát nẻo đau buồn.

Lắng lòng nghe, lắng lòng nghe
Tiếng chuông huyền diệu đưa về nhất tâm.

Nguyện tiếng chuông này vang pháp giới
Khắp nơi u tối mọi loài nghe

Siêu nhiên vượt thoát vòng sanh tử
Giác ngộ tâm tư một hướng về.

Nguyện tiếng chuông này vang pháp giới
Xa xôi tăm tối cũng đều nghe
Những ai lạc bước mau dừng lại
Tỉnh giấc hôn mê thấy nẻo về.

Nghe chuông phiền não tan mây khói
Ý lặng, thân an, miệng mỉm cười
Hơi thở nương chuông về chánh niệm
Vườn tâm hoa tuệ nở xinh tươi.

Nghe tiếng chuông
Lòng nhẹ buông
Tâm tĩnh lặng
Hết sầu thương
Tập buông thả
Thôi vấn vương
Lắng nghe thấu
Tận nguồn cơn
Học nhìn lại
Hiểu và thương.

Chuông đại hồng mới vọng
Tiếng kệ xướng đã vang
Trên vọng tới thiên đường
Dưới thông về địa phủ.

Nam Mô Bụt Tỳ Lô Giá Na, Pháp Thân Thanh Tịnh.
Nam Mô Bụt Lô Xá Na, Báo Thân Viên Mãn
Nam Mô Bụt Thích Ca Mâu Ni, Hóa Thân ngàn muôn ức.
Nam Mô Bụt A Di Đà cõi nước Tịnh Độ.
Nam Mô Bụt Di Lặc hạ sanh trong tương lai.
Nam Mô Bụt Dược Sư Lưu Ly.
Nam Mô Bụt Bất Động cõi nước Diệu Hỷ.
Nam Mô Bồ Tát Đại Trí Văn Thù Sư Lợi.
Nam Mô Bồ Tát Đại Hạnh Phổ Hiền.

Nam Mô Bồ Tát Đại Bi Quan Thế Âm.
Nam Mô Bồ Tát Đại Nguyện Địa Tạng Vương.

Nguyện ngày an lành đêm an lành
Ngày đêm sáu thời đều an lành
An lành trong mỗi giây mỗi phút
Cầu ơn Tam Bảo luôn che chở.

Bốn loài sanh lên đất Tịnh
Ba cõi thác hóa tòa Sen
Hằng sa ngạ quỷ chứng Tam Hiền
Vạn loại hữu tình lên Thập Địa.

Tám nạn ba đường đều thoát khỏi
Bốn ân ba cõi thấm hồng ân
Thế giới khắp nơi không chiến tranh
Gió hòa mưa thuận dân an lạc.

Đại chúng chuyên tu càng tinh tấn
Mười địa đi lên không khó khăn
Tăng thân an lạc sống tươi vui
Mọi giới quy y thêm phước tuệ.

Nguyện chúc đạo Bụt sáng thêm
Pháp môn càng ngày càng tỏ rạng
Gió hòa mưa thuận
Đất nước bình an.

Khắp nơi thành thị nông thôn
Mọi giới biết noi theo đường tu tập.

Thiên nhiên được bảo vệ an lành
Xã hội được tự do bình đẳng.

Xin thổi ngọn gió từ bi thanh lương vào thế gian nóng bức
Đem mặt trời trí tuệ rạng rỡ về ngự giữa không gian âm u.

Khắp nơi đạo giải thoát được tuyên dương
Mưa pháp thấm nhuần chúng sanh đều lợi lạc.

Hiện tiền đại chúng tu tập tinh chuyên
Biết thương yêu nhau như ruột thịt
Chuyển hóa nội tâm trang nghiêm Tịnh Độ.

Nguyện noi gương Phổ Hiền và Quán Tự Tại
Cùng các bậc Bồ Tát Ma Ha Tát
Ma Ha Bát Nhã Ba La Mật.

Lạy đức Bồ Tát Quán Thế Âm
chúng con xin học theo hạnh Ngài
biết lắng tai nghe cho cuộc đời bớt khổ.

Ngài là trái tim biết nghe và biết hiểu.
Chúng con xin tập ngồi nghe với tất cả
sự chú tâm và thành khẩn của chúng con.
Chúng con xin tập ngồi nghe với tâm không
thành kiến.

Chúng con xin tập ngồi nghe mà không phán
xét, không phản ứng.
Chúng con nguyện tập ngồi nghe để hiểu.

Chúng con xin nguyện ngồi nghe chăm chú
để có thể hiểu được những điều đang nghe
và cả những điều không nói.

Chúng con biết chỉ cần lắng nghe thôi,
chúng con cũng đã làm vơi bớt rất nhiều khổ
đau của kẻ khác rồi.

Nam Mô đức Bồ Tát Lắng Nghe Quán Thế
Âm.
Nam Mô đức Bồ Tát Lắng Nghe Quán Thế
Âm.
Nam Mô đức Bồ Tát Lắng Nghe Quán Thế
Âm.

Lạy đức Bồ Tát Địa Tạng, chúng con xin học
theo hạnh Ngài,
tìm cách có mặt ở bất cứ nơi nào mà bóng
tối, khổ đau, tuyệt vọng và áp bức còn đang
trấn ngự,

để có thể mang đến những nơi ấy ánh sáng,
niềm tin, hy vọng và giải thoát.

Chúng con nguyện không bao giờ quên lãng
và bỏ rơi
những người còn đang bị kẹt trong những
tình huống tuyệt vọng.

Xin nguyện cố gắng thiết lập liên lạc với
những ai đang không còn lối thoát,
những ai bị bưng bít không có phương tiện
lên tiếng kêu gọi công bình,
nhân phẩm và quyền được làm người.

Chúng con biết địa ngục có mặt khắp nơi trên
thế giới
và chúng con nguyện sẽ không bao giờ
tiếp sức xây dựng thêm những địa ngục trần
gian như thế.

Chúng con xin nguyện nỗ lực giải trừ những
địa ngục còn đang có mặt.

Chúng con nguyện tu học để đạt được đức
vững chãi và kiên trì của Đất,
để có thể trở thành trung kiên và không kỳ
thị như Đất.

Và cũng được như Đất có thể làm nơi nương
tựa cho tất cả những ai cần đến chúng con.

Nam Mô đức Bồ Tát Đại Nguyện Địa Tạng
Vương.
Nam Mô đức Bồ Tát Đại Nguyện Địa Tạng
Vương.
Nam Mô đức Bồ Tát Đại Nguyện Địa Tạng
Vương.

Con về nương tựa Bụt,
người đưa đường chỉ lối cho con trong cuộc
đời.
Con về nương tựa Pháp,

con đường của tình thương và sự hiểu biết.
Con về nương tựa Tăng,
đoàn thể của những người nguyện sống cuộc đời tỉnh thức.

Đã về nương tựa Bụt,
con đang có hướng đi sáng đẹp trong cuộc đời.
Đã về nương tựa Pháp,
con đang được học hỏi và tu tập các pháp môn chuyển hóa.
Đã về nương tựa Tăng,
con đang được tăng thân soi sáng,
dìu dắt và nâng đỡ trên con đường thực tập.

Về nương Bụt trong con,
xin nguyện cho mọi người thể nhận được giác tánh,
sớm mở lòng Bồ Đề.
Về nương Pháp trong con,
xin nguyện cho mọi người
nắm vững các pháp môn,
cùng lên đường chuyển hóa.
Về nương Tăng trong con,
xin nguyện cho mọi người
xây dựng nên bốn chúng,
nhiếphóa được muôn loài.

Nghe chuông phiền não tan mây khói
Ý lặng, thân an, miệng mỉm cười
Hơi thở nương chuông về chánh niệm
Vườn tâm hoa tuệ nở xinh tươi.

Nghe tiếng chuông
Lòng nhẹ buông
Tâm tĩnh lặng
Hết sầu thương
Tập buông thả
Thôi vấn vương
Lắng nghe thấu
Tận nguồn cơn

Học nhìn lại
Hiểu và thương.

Thỉnh chuông pháp thâm diệu
Tạo công đức vô biên
Đệ tử xin hồi hướng
Cho chúng sanh mọi miền.

Pháp môn xin nguyện học
Ân nghĩa xin nguyện đền
Phiền não xin nguyện đoạn
Quả Bụt xin chứng nên.

Lắng lòng nghe, lắng lòng nghe. Tiếng chuông huyền diệu
đưa về quê hương.
Mỗi khi nghe tiếng chuông, ta ngưng lại mọi hành động, suy tư và nói năng để trở về hơi thở.
Thở vào ta thầm niệm:
"Lắng lòng nghe, lắng lòng nghe".
Thở ra ta thầm niệm:

BẢNG PHÂN LOẠI SÁCH THƯ VIỆN PHẬT HỌC

THÍCH NHƯ MINH

Proposed Classification

Scheme for Buddhist Libraries

First Summary

The Ten Main Classes

000 Reference Works - General Sources

100 Tripitaka Collection: Suøtras, Saøstras, Vinaøyas; Commentaries,

Sub-Commentaries, etc.

200 History of Development

300 Philosophy of Buddhism

400 Religious Aspects of Buddhism: General sermons, Chanting

Texts; Social activities, Popular Books on Buddhism, etc.

500 Theravadin Buddhism

600 Mahaøyaøna Buddhism : All Schools of Northern Traditions

of Buddhism, including Tibetan and Zen.

700 Buddhist Art

800 Buddhsit Languages, Literature and Arts. (Languages: Sanskrit, Pali, Chinese, Japanese, v.v.)

900 Comparative Studies : Buddhism and other subject fields: Religions, Western Philosophies, Science, Economy, Environment, Politics, Modern Trends, etc.

Second Summary

The Hundred Divisions

000 Reference Works

010 Bibliography – Indexes - Indices

020 Catalogues

030 Encyclopeadia – Dictionaries, Comprehensive & General

040 Dictionaries on Specific Subject Areas in Buddhism

050 Collected Works

060 Sources for Buddhist Studies - Other Reference Works

070 Scientific and Technological Sources for the Study of Buddhism

080 Anthologies of Buddhist Literature & Art

090 Manuscripts and Rare Texts.

100 The Tripitaka Collections

110 The Pali Canon

120 The Sanskrit Canon

130 Canons of Theravadin countries

140 The Chinese Canon

150 The Japanese Canon

160 Canons of Mahaøyaøna countries

170 The Tibetan Canon

180 Western Languages Canon

190 The Vietnamese Canon

200 *History of Development*

210 Biography of the Historical Buddha

220 The Development of Early Indian Buddhism

230 History of Buddhism in Theravadin countries

240 History of Buddhism in China

250 History of Buddhism in Japan

260 History of Buddhism in other Asian countries

270 History of Buddhism in Tibet

280 Western & Modern Buddhism

290 Specific Region: Buddhism in Vietnam

300 *Philosophy*

300 Basic Doctrines

310 Abhidharma

320 Doctrines of Prajnõaøparaømita (Perfect Wisom) including

the Teachings of Madhyamika(Middle Way, Emptiness, etc.)

330 The Teachings of Yogaøcaøra, Vijnõaptivaøda (Idealism -Consciousness-Only, etc.)

340 Metaphysics

350 Phenomenology

360 Soteriology, Liberation, Morality and Aesthetism

370 Esoterism - Vajrayaøna – Tantrism

380 Buddhist Logic

390 Modern Buddhist Thought

400 *Religious Aspects*

400 General doctrines, sermons, Chanting texts; Social aspects, Popular books on Buddhism, etc.

410 Cultural aspects, Teachings on Buddhism in general

420 Buddhist Ethics

430 The Buddha's Teachings

440 Social Aspects of Buddhism

450 Chanting Texts

460 Rituals – Mythical aspects

470 Individual Sermon, Anthologies, etc.

480 Global issues

490 Indigenous religions – Folk religions

500 *Theravadin Buddhism*

510 Theravada Meditation, General

520 Nepal

530 Sri Lanka

540 Thailand

550 Burma

560 Cambodia & Laos

570 South -Esat Asia

580 Western Countries

590 Other Countries

600 *The Rise and Development of Mahayana Buddhism*

610 General Survey

620 Development of Mahayana Ideals

630 Mahayana Sects

640 Chinese Ch'an

650 Japanese Zen

660 Soteriology, Pantheon, Morality, Aestheticism – Pure Land

670 Esoterism – Tantrism – Vajrayaøna

680 Disciplinary / Vinaya School

690 Buddhism Comes West

690 Other Minor or Local Sects

700 *Buddhist Art*

710 General Survey

720 Buddhist Art - Southern Countries

730 Buddhist Art - Vietnam

740 Buddhist Art - China

750 Buddhist Art - Japan

760 Buddhist Art - Cambodia & Laos

770 Buddhist Art - Tibet

780 Buddhist Art - Western Countries

790 Buddhist Art - Other Countries

800 *Buddhist Language and Literature*

810 Genaral Survey

820 History of the Formation of Tripitaka Literature

830 Languages – Southern Countries

840 Language – Northern Counries

850 Literature – Southern Countries

860 Literature – Northern Countries

870 Tibetan Language and Literature

880 Modern and Western Literature

890 Vietnamese Buddhist Language and Literature

900 *Comparative Studies*

910 Buddhism and Civilization

920 Buddhism and Religions

930 Buddhism and Philosophies

940 Buddhism and Social Issues

950 Buddhism and Theories of Education

960 Buddhism and Science

970 Buddhism and Medicine

980 Buddhism in Western Literature

990 Buddhism and the Modern World

Third Summary

The Thousand Sections

000 *Reference Works*

010 Bibliography – Indices

011 Bibliography, Comprehensive

011.2 Bibliography - Indian Buddhism

011.4 Bibliography - Chinese Buddhism

011.46 Bibliography - Chinese Pure Land

011.5 Bibliography - Japanese Buddhism

018 Bibliography – Indices – Western Languages

020 Catalogues

030 Encyclopeadia – Dictionaries, Comprehensive & General

034 Encyclopeadia – Dictionaries, Multilingual

040 Dictionaries on Specific Subject Areas in Buddhism

041 On Biographies & Personal Names

042 On History

043 On Philosophy & Doctrines – General

043.1 Numerical Lists

043.2 On Abhidharma

043.3 On Madhyamika & Prajnõaøpaøramita

043.4 On Vijnõaøptivaøda

043.5 On Zen & Ch'an

043.6 On Pure Land

043.7 On Esoterism, Tantrism

048 Buddhist Literature and Arts

048.2 Buddhist Iconography

048.4 Buddhist Rituals and Folklore

048.5 Buddhist Icons

048.7 Dictionaries - Iconography

048.8 Proverbs and Famous Sayings

049 Other Biographical Dictionaries

049.4 Chinese

049.5 Japanese

050 Collected Works

060 Sources for Buddhist Studies - Other Reference Works

066 Methodology and History of Buddhist Studies

070 Scientific and Technological Sources for the Study of Buddhism

075 Web Sites, Buddhist Databases & Input Projects

076 Buddhist Studies: Academic and Research Information Sources

077 Audio-Visual Resources on Buddhism

078 Electronic devices (video tapes, CD, cassettes, etc.)

on Buddhist Sermons, Art & Literary Works, Poetry & Fiction, etc.

079 Miscellaneous

080 Directories on Literature & Arts

090 Manuscripts and Rare Texts

100 *The Tripitaka Collections*

101 Anthologies of Buddhist texts

101.1 Pali Texts

101.11 Sutta-pitaka

101.12 Vinaya-pitaka

101.13 Abhidhamma-pitaka

101.2 Sanskrit & Middle Indic Texts

101.31 Sutras

101.4 Chinese Texts

101.5 Japanese Texts

101.7 Tibetan & Indo-Scyth Texts

102 Formations of the Canons

102.4 Chinese Texts

104 Studies of Texts

110 The Pali Canon

111.1 Nikaya - Agama

120 The Sanskrit Canon

140 The Chinese Canon

150 The Japanese Canon

159 The Korean Canon

160 Other Canons of Mahaøyaøna countries

170 The Tibetan Canon

180 Western Languages Canon

181.1 Translations from Pali

181.2 Translations from Sanskrit

181.4 Translations from Chinese

181.5 Translations from Jappanese

181.59 Translations from Korean

181.7 Translation from Tibetan

190 The Vietnamese Canon

200 *History of Development*

201 General Survey

210 Biography of the Historical Buddha

210.1 The Buddha's Awakening

210.2 The First Sermon

210.4 Founding the Sangha

210.6 The Parinirvana

210.8 The Jatakas

213 Biographies of the Buddha's Immediate Disciplines & Patriarchs before Bodhidharma

213.2 Indian Patriarchs

213.23 Nagarjuøna

214 Religious Life in the Early Centuries

215 Lay disciples & other Buddhists in the Early Centuries

215.2 Asoka & his Inscriptions

219 Mythical Buddhas, Bodhisattvas & Arhats, etc.

220 The Development of Early Indian Buddhism

220.1 General Sources

220.2 Formation of the Canon

220.21 On the Suttas

220.22 On Vinaya

220.23 On Abhidhamma

220.3 Early Sects

220.4 Buddhist Councils

220.7 Other Religious Sects during Buddha's Time

220.9 The Disappearance of Indian Buddhism

222 Inscriptions, Stuøpas & Other Archaeological & Documentary Evidences

222.2 India

222.4 China

222.42 Tung-huang Caves, Lung-men Caves, etc.

222.44 Sacred Sites for Pilgrimages

224 Monasteries, Vihaøras, etc.

230 Early Buddhism outside India (except China & Northern Counries)

232 Nepal

233 Sri Lanka (Colombo)

233.6 Medieval Period

234 Thailand

235 Burma

239 Indonesia

240 Development of Chinese Buddhism

240.1 General survey

240.3 Early Period

241 Formation of the Chinese Tripitaka

242 Biographies of Early Chinese Monastics (up to Medieval Times)

242.2 Individual (i.e. Tao-an, Chu Fa-lang, Chih-tun, etc.)

242.4 Hagiographies (i.e. Kao seng chuan, Kuang hung ming chi, etc.)

243 Foundation Patriarchs (i.e. Ching-tu's Hui-yuan, T'ien-t'ai's Chih-i, etc.)

244 Pilgrimages & Memoirs of Pilgrims (i.e. I-tsing's Fo kuo chi, etc.)

246 Chinese Buddhism - Medieval Times

248 Modern Chinese Buddhism

250 Development of Japanese Buddhism

240.1 General survey

240.3 Early Period

252 Biographies of Early Japanese Monastics (up to Medieval Times)

252.2 Individual

252.4 Hagiographies

253 Foundation Patriarchs

254 Pilgrimages & Memoirs of Pilgrims (i.e. Ennin's Diary)

256 Japanese Buddhism – Medieval times

258 Modern Japanese Buddhism

259 Korean Buddhism

260 History of Buddhism in other Countries

264 Mongolia

265 Manchuria

270 Development of Tibetan Buddhism

272.2 General History

272.4 Early Tibetan Buddhism

272.8 Bon Religion

273 Medieval Tibetan Buddhism

278 Modern Tibetan Buddhism

280 Development of Modern & Western Buddhism

282 American Buddhism

284 Euro Buddhism

284.1 Great Britain

284.2 Germany

284.3 France

284.4 Italy

284.5 Portugal, Spain, Greece

284.6 Switzerland

284.7 Russian Federation

284.8 Denmark

284.9 Other Countries

290 Development of Vietnamese Buddhism

300 *Philosophy*

300.1 Indian Philosophy

300.11 Sarvastivada Literature

300.2 History of Buddhist Philosophy

301 Basic Doctrines

302 Four Noble Truths

302.4 Eightfold Path

303 Pratìtyasamutpaøda (Interdependent Origination – Dependent Co-arising – Conditioned Co-production)

303.1 Samsara – Rebirth

303.3 Panõca-Skandha – Five Aggreates

303.33

304 Hetupratyaya (Causality - Cause-and-Effect)

304.4 Karma

305 Three Universal Characteristics: Anityaø: Impermanence; Anatma: Non-Ego; Dukkha: Unsatisfactoriness

306 Trikaøya

307 Duality, Two Truths (samvrïti & paramaørtha)

308 Nirvaøna

310 Abhidharma

310.1 Original Texts and Commentaries

313 Abhidharmakosasastra

320 The Teachings of Madhyamika(Middle Way, Emptiness, etc.)

321 Theory of Knowledge

322 Life and Works of Nagarjuna

323 Madhyaømikasaøstra

323.3 Sunyaøta – Emptiness

324 Other Maødhyamika masters and saøstras (treatises)

324.1 Doctrine of Prajnõaøparaømita (Perfect Wisom)

324.11 Mahaøprajnõaøparaømita-suøtras

324.2 Vajracchedikaø-prajnõaøparaømita-suøtra

(Diamond Suøtra)

324.3 Hrïdaya-prajnõaøparaømita-suøtra (Heart Suøtra)

326.4 Madhyamika in China (San lun)

326.42 Seng-chao and his Chao lun

326.7 Madhyamika in Tibet

330 The Teaching of Yogaøcaøra, Vijnõaptivaøda (Idealism – Consciousness-Only, etc.)

332 Life and Works of Vasubandhu

333.1 Vimsaøtìka-saøstra

333.2 Trimsika-saøstra

333.3 Trisvabhaøva-nirdesa-saøstra

334 Other Yogaøcaøra masters & treatises

334.1 Maitreyanaøtha

334.13 Madhyaønta-vibhaøga-saøstra

334.2 Asanga

334.23 Yogaøcaørayaøbhuømi-saøstra

335 Fa-hsiang school in China

335.2 Hsuan-tsang, K'uei-chi, etc.

335.3 Ch'eng wei shih lun

338 Buddhist psychology (based on Abhidharma & Vijnõaøptivaøda)

340 Metaphysics : Hua-yen

341 Avatamïsaka-suøtra

341.1 Gandavyuøha-suøtra

343 Dharma-dhaøtu

350 Phenomenology

354 Saddharma-pundarikaø-suøtra (Lotus Suøtra)

354.2 Bodhisattva Ideal

354.4 Skilful Means

360 Soteriology, Liberation, Morality and Aesthetism

360.1 General survey

360.19 Articles

361 Suøkhavaøti-suøtras

361.3 Cosmology, Motion & Light, etc.

361.9 Sutras - Articles

362 Iconography

362.2 Amitabhabuddha

362.22 Indian Pure Land

363.4 Chinese Pure Land

363.5 Japanese Pure Land

363.52 Shiran

363.54 Other than Shirans

363.542 Shinshu

363.542.8 Shinshu - Contemporary

364 Faith & Devotion

364.8 Devotional Contemporary

370 Vajrayaøna – Tantrism – Esoterism

380 Logic

382.2 Dignaøga, Dharmakirti, etc.

382.3 Treatises on Logic by Dignaøga, Sthiramati, etc

390 Modern Buddhist Thought

400 *Religious Aspects*

General doctrines, Sermons, Folk religions, Chanting Texts; Social aspects and issues, Popular Books on Buddhism, etc.

401 General - Survey

410 Cultural Aspects, Teachings on Buddhism in general

420 Ethics and Morality

430 The Buddha's Teachings

440 Social issues and Aspects of Buddhism

448 Vegetarianism

450 Chanting Texts

460 Rituals

465.3 Rituals in Sri Lanka

470 Individual sermons, anthologies, ec.

480 Global issues

481 Ecology & Environment

483 Bioethics

483.93 Suicide and Euthanasia

482 Worl Peace & Disarment

487 Treatment of Non-human nature

489 Sexuality

489.4 Women in Buddhism

489.5 Women in Theravada Tradition

489.6 Women in Mahayana Tradition

490 Indigenous religions

500 *Theravadin Buddhism*

500.1 General survey

510 Theravada Meditation, General

511 Texts on Original Teachings on Meditation: Visuddhimarga, Vimuktimarga, etc.

520 Nepal

520.2 Lumbini

530 Sri Lanka

530.2 Mahavastu

538 Modern Sri Lanka

540 Thailand

540.4 Urban, City

540.5 Forest Traditions

550 Burma

550.4 Vipassana

560 Cambodia & Laos

560.8 Angkor Wat

570 Southeast Asia

571 Indonesia

572 Borobudur

580 Western Countries

590 Other Countries

600 *The Rise and Development of Mahayana Buddhism*

601 General

610 Development of Mahayana Ideals

611 Mahaøyaøna Texts

630 Mahayana Sects

632 First to Tenth Centuries

632.1 San-lun

632.2 T'ien-t'ai – Tendai

632.3 Fa-hsiang

632.4 Hua-yen – Kegon

640 Chinese Ch’an

640.1 General doctrines

641 Texts (i.e. Lankavataøra suøtra)

642 History of formation

642.1 Other texts (i.e. P'i-yen lu, Wu-men kuan, etc.)

642.2 Northern Ch'an (i.e. Shen-hsiu) &

Gradual Enlightenment tradition

642.3 Southern Ch'an – General, Comprehensive

642.32 Bodhidharma

642.324 Fa-yung & Ox-head school

642.33 Hui-neng & Sudden Enlightenment tradition

643 Other Patriarchs (Lin-chi, Ts'ao-t'ung, etc.)

644 Monastic life and Training in Meditation

645 Methodology

645.1 Kung-an, Hua-t'uo

647 Ch'an influence on other fields

647.8 Ch'an influence on Literature & Poetry

650 Japanese Zen

650.1 General

651 Texts

652 Patriarchs

653 Texts – Philosophy of Zen

654 Monastic life & Training (i.e. Unsui)

656 Psychology & Zen

558 Zen & Modern Issues

659 Korean Son

660 Soteriology, Pantheon, Morality, Aestheticism: Pure Land

662 Amitabha Buddha

662.2 Avalokitesvara (Quaùn AÂm, Tara)

663 Pure Land philosophy

664 Ching-t'u

665 Jodo Shinshu

665.5 Nichiren

669 Other sects

669.9 The Third Period sect, White Lotus sect

670 Esoterism - Tantrism – Vajrayaøna

671 General doctrines

672 Buddhism in Tibet

672.2 Early Tibetan Buddhism

672.3 Tantras

672.33 Mandalas

672.4 Religious aspects

672.9 Bon religion

673 Esoterism – Philosophy

673.1 Texts by Patriarchs (i.e. Padmasambhava, Tsong-khapa, …)

673.2 Life of Patriarchs (i.e. Milarepa, etc.)

674 Meditation

675 Modern Tibetan Buddhism

675.2 Dalai Lama & His Teachings

676 Other Masters's Lives & Teachings

679 Other superstitious & supernatural belief & objects

679.9 Charms & Amulets

680 Buddhism comes West

681 General Studies, Surveying American Buddhism

682 American Buddhism

682.34 Buddhist Tradition and schools in North America

682.4 Asian-American Buddhism

682.44 Chinese-American Buddhism

682.49 Vietnamese-American Buddhism

682.450 Japanese-American Buddhism: Zen

682.453 Japanese-American Buddhism: Pure Land: Judo Shinshu

682.46 Laotian and Cambodian-American Buddhism

682.47 Tibetan-American Buddhism

682.49 Korean-American Buddhism

682.8 Western Buddhism, "New Buddhism"

682.9 Topics and Issues in American Buddhism

682.91 Buddhism and Early Encounter

682.94 Women roles and Involvement in Buddhism

682.945 Theoretical and Methodological Questions

682.95 Further Topics, Miscellenous

683 Buddhism in Canada

684 Euro-Buddhism

684.1 Great Britain

684.2 Germany

684.3 France

684.4 Italy

684.5 Portugal, Spain, Greece

684.6 Switzerland

684.7 Russian Federation

684.8 Denmark

684.9 Other Countries

685 Western Buddhism - Meditation

689 Other Eastern religions

690 Disciplinary / Vinaøya School

700 *Buddhist Art*

701 History, General survey

720 Buddhist Art – Southern Countries

722 India

725 Burma

729 Other countries

730 Buddhist Art - Vietnam

740 Buddhist Art – China

744 Calligraphy

747 Paintings

749 Performing arts

749.4 Performing arts in China

750 Buddhist Art – Japan

754 Calligraphy

757 Paintings

759 Performing arts (i.e. NO plays)

770 Buddhist Art - Tibet

777 Paintings – Thankas

780 Buddhist Art - Western Countries

790 Buddhist Art - Other Countries

800 *Buddhist Language and Literature*

810 History, General survey

840 Language

841 Pali

842 Sanskrit

848 Other Languages – Southern Countries

848.2 Sinhalese

850 Languages – Northern Countries

854 Chinese

855 Japanese

857 Tibetan

860 Literature – Northern countries

860.1 General survey

861 Pali literature

862 Sanskrit literature

864 Chinese Buddhist Literature

864.1 Influence from Indian Literature

864.4 Prose (i.e. Hsi yu chi)

864.8 Poetry (i.e. Po chu-yi, Su Tung-po)

865 Japanese Buddhist Literature

865.4 Prose

865.8 Poetry (i.e. Haiku)

870 Tibetan Buddhist Literature

880 Modern & Western Buddhist Literature

890 Vietnamese Buddhist Literature

900 *Comparative Studies*

901 Earliest Civilizations

902 Indian Civilization

910 Buddhism and Philosophy

911 Indian Philosophy

912 Hinduism

912.8 Vedic literature

912.9 Jain literature

913 Eastern – Chinese Philosophy

913.3 Taoism

913.4 Confucianism

913.5 Japanese Culture

918 Western Philosophy

918.1 Ancient Philosophy

918.2 Hellenistic Philosophy

918.3 Greek Philosophy

918.6 Mediaeval Philosophy

918.8 Modern Philosophy

920 Buddhism and Religions

921 Buddhism and Zoroaster

922 Buddhism and Christianity

930 Buddhism and Social Issues

934 Buddhism and Politics

934.4 Human Rights

934.3 Marxism

943.4 Economics

950 Buddhism and Theories of Education

960 Buddhism and Science

966 Buddhism and Modern Physics

970 Buddhism and Medicine

973 Buddhism and Psychology

977 Tibetan Medicine

980 Buddhism in Western Literature (i.e. in T. S. Elliot's poems)

990 Buddhism and the Modern World

999 Religious Cults

THƯ VIỆN PHẬT HỌC HUYỀN KHÔNG
Chùa Việt Nam, Los Angeles
Kho tri thức quý hiếm
của Phật giáo Việt Nam Hải ngoại.

Chùa Việt Nam
857–871 S. Berendo Street, Los Angeles, CA 90005

Chùa Việt Nam đã được thành lập tại thành phố Los Angeles, California vào năm 1975. Chùa Việt Nam là ngôi chùa Việt đầu tiên trên đất Mỹ.

Thành phố Los Angeles thuộc tiểu bang California, Hoa Kỳ được thành lập vào năm 1781. Los Angeles là thành phố lớn nhất tiểu bang California, lớn thứ hai tại Hoa Kỳ. Los Angeles nổi danh là thành phố của các thiên thần, là thủ đô giải trí thế giới; là trung tâm lớn về khoa học, truyền thông, công nghệ và giáo dục toàn cầu.

Vị sáng tổ đưa Phật giáo Việt Nam vào Hoa Kỳ là Hòa thượng Thích Thiên Ân.
Hòa thượng Tiến sĩ Thích Thiên Ân xuất gia năm 1936 với Trưởng lão Vĩnh Thừa tại chùa Châu Lâm, Huế. Năm 1966, Ngài đến Hoa Kỳ theo diện thỉnh mời của Chương trình trao đổi Văn hóa Giáo dục của Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ và Tổ chức Văn hóa Giáo dục Liên Hiệp Quốc để giảng dạy Thiền và Triết học Phật giáo tại Đại học UCLA.

Sau đó, Ngài đã định cư tại Hoa kỳ, trở thành giáo sư chính thức của Đại học UCLA bao gồm những trường Đại học thuộc hệ thống UCLA và các Đại học của thành phố Los Angeles nơi Ngài cư ngụ. Ngài đã thành lập Trung tâm Thiền học Quốc tế - International Buddhist Meditation Center (1970), Viện Đại học Đông Phương - The College of Oriental Studies (1973) và Chùa Phật giáo Việt Nam - Vietnamese United Buddhist Churches (1975). Ngài viên tịch vào ngày 23 tháng 11 năm 1980.

Kế tục là Hòa thượng Tiến sĩ Thích Mãn Giác, nguyên Trưởng Phân khoa Phật học và Triết học Đông phương, Phó Viện trưởng Điều hành Viện Đại học Vạn Hạnh, Sài Gòn; Viện chủ chùa Việt Nam và Hội chủ Tổng hội Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ. Ngài còn là nhà thơ nổi tiếng với đạo hiệu Huyền Không.

Ngài viên tịch vào ngày 13 tháng 10 năm 2006.

Hòa thượng Thích Như Minh trú trì chùa Việt Nam tại Los Angeles từ đầu năm năm 2002. Hòa thượng còn sáng lập và làm Viện trưởng Thiền viện Thích Thiên Ân ở trung tâm thành phố Atlanta, tiểu bang Georgia vào năm 2011, với những cơ sở tu tập trong 4 khu đất xinh đẹp. Thiền viện Thích Thiên Ân có tên tiếng Mỹ là Boulder Park Meditation Center, được thành lập để tôn vinh và tưởng nhớ đến Hòa thượng Thích Thiên Ân, người đã đưa Phật giáo Việt Nam vào Hoa Kỳ giữa thập niên 1960. Nơi đây, vào mùa thu năm 2019, Hòa thượng đã tôn tạo quả chung đại hồng lấy tên "Đại hồng chung Hòa bình Thế giới" để hằng năm, vào ngày đầu năm mới dương lịch, Thiền viện cử hành Đại lễ Cầu nguyện Hòa bình Thế giới. Thiền sư Thích Nhất Hạnh là vị Đại Tăng chính chứng minh hứa khả cho phép khắc đạo hiệu của Ngài trên chuông này, nhằm tri ân Ngài đã truyền bá Chánh Pháp của Đức Phật cho người Âu Mỹ khắp thế giới. Đầu năm 2019, Hòa thượng Thích Như Minh đã cung thỉnh Đại Tăng của nhiều Trung tâm, Đạo tràng, Tự viện Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ bao gồm Việt và Mỹ để thành lập Giáo hội Phật giáo Liên hữu Mỹ Việt (tên tiếng Anh: Việt Nam America Fellowship Buddhist Sangha) viết tắt VAFB. Trong mùa Thành Đạo (Phật lịch 2563), vào ngày 15.12.2019, Hòa thượng đã cung thỉnh Đại Tăng khai mở Đại hội khoáng đại kỳ I (2020-2024) tại đại khán đường Arena của Anaheim Convention Center, thành phố Anaheim xinh đẹp ở miền Nam Califonia.

Với kinh nghiệm lâu năm và kiến thức chuyên sâu về công tác thư viện, với tính cẩn

trọng và lòng đam mê sưu tập các sách báo Phật giáo tại hải ngoại, cho nên từ khi Hòa thượng Thích Như Minh được Trưởng lão Hòa thượng Thích Mãn Giác, Hội chủ Tổng hội Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ, Viện chủ Chùa Việt Nam bổ nhiệm làm trú trì Chùa Việt Nam, đã trải qua 20 năm, thì cũng chừng ấy năm, Hòa thượng Thích Như Minh đã dành nhiều thời gian sưu tập hàng ngàn loại kinh sách bao gồm nhiều thể loại như: báo chí Phật giáo, từ điển Phật học, từ điển bách khoa toàn thư, các loại sách Phật học cổ xưa quý hiếm của những nhà Phật học nổi tiếng thế giới, nhất là các bộ Đại Tạng và nhiều sách Phật học giá trị khác của phòng sách Phật học sẵn có từ trước của Chùa Việt Nam để hình thành Thư viện Phật học Huyền Không hiện nay. Đây là một ý nguyện cao đẹp của Hòa thượng Thích Như Minh để mãi nhớ đến ân đức giáo dưỡng của cố Trưởng lão Hòa thượng Hội chủ Thích Mãn Giác.

Thư viện Phật học Huyền Không đã được khánh thành vào sáng ngày 30 tháng giêng năm 2021, nhân ngày Lễ kỷ niệm đức Phật Thích Ca Thành Đạo tại chùa Việt Nam, Los Angeles. Hòa thượng chọn ngày lễ Phật Thành Đạo để khai mạc Thư viện có ý nghĩa sâu sắc! Hòa thượng chọn đạo hiệu Huyền Không của cố Hòa thượng Thích Mãn Giác đặt tên Thư viện nhằm tôn vinh sự cống hiến, sự đóng góp lớn lao về các mặt công tác: giáo dục, văn hóa và hoằng pháp của cố Hòa thượng Hội chủ Tổng hội Phật giáo Việt Nam tại Hoa Kỳ ở trong nước và hải ngoại.

Thư viện Phật học Huyền Không hiện sở hữu nhiều bộ sách quý như:

01. Đại Tạng kinh Việt Nam
02. Phật giáo Đại Tạng kinh
03. Càn Long Đại Tạng kinh
04. Tạng kinh Pali - Thái
05. Phật Quang đại từ điển (Hán Việt) và Huệ Quang đại từ điển,
06. Bộ Ấn Độ học và Phật giáo học nghiên cứu
07. Toàn tập Daisetsu Teitaro Suzuki (Nhật Bản)
08. Bách khoa tự điển, Encyclopedia Britannica (Anh, Hoa v.v…)

Bước đầu, có 8 phòng của Thư viện được phân chia như sau:

1) Phòng Đại Tạng kinh
2) Phòng Nghiên cứu Phật học
3) Phòng Giáo lý đại cương
4) Phòng Lịch sử Phật giáo Việt Nam và Lịch sử Phật giáo thế giới
5) Phòng Báo chí Phật giáo gồm có: Bộ sưu tập 45 năm báo chí Phật giáo Việt Nam tại Hoa kỳ và Hải ngoại; bộ Wheel Publication đã đóng thành 12 tập; báo Phật giáo các nước; nhiều tác phẩm văn học Phật giáo bằng tiếng Việt, Media băng từ CD, DVD Phật giáo; bộ hình ảnh lớn (có khung) những ngôi chùa khắp các tiểu bang Hoa Kỳ của nhiếp ảnh gia Võ Văn Tường 6) Phòng tư liệu, thủ bản quý hiếm, những bản sách Phật cổ xưa của các nước Phật giáo như bộ Tây Du ký tiếng Nhật (trên 30 quyển) hay những sách Phật học của các tác giả Âu Mỹ nổi tiếng từ đầu thế kỷ 19 v.v… Có những tác phẩm mà ngày này chỉ được đọc trên máy điện toán. 7) Phòng sách dành cho tỷ giáo học. 8) Phòng sách thế học có nhiều bộ sách cổ, quý hiếm bằng tiếng Anh, bao gồm các tác phẩm văn chương và khảo cứu có giá trị.

Tổng quan, Thư viện Phật học Huyền Không hiện có trên 5.000 cuốn sách Phật học đủ các thể loại và 200 tên báo, tạp chí Phật giáo. Với phòng ốc rộng rãi, thoáng mát; tủ sách, kệ sách đầy đủ; cách phân loại và bảo quản sách dần dần ổn định; Thư viện rất mong đón nhận nhiều tác phẩm Phật giáo quý hiếm, nhiều ấn phẩm mới do quý Tự viện Phật giáo, quý nhân sĩ, Phật tử trong nước và hải ngoại gửi tặng Thư viện.

Từ đầu năm 2022, hàng tháng Thư viện Phật học Huyền Không sẽ giới thiệu bằng hình ảnh (chất lượng cao) các bộ sách, bìa sách tại các Phòng của Thư viện trên các website sau đây:

01.www.chuaphatgiaovietnam.com (Hoa Kỳ)

02.www.thuvienhoasen.org (Hoa Kỳ)

03.www.quangduc.com (Úc Châu)

04.www.chuaviettoancau.com (Hoa Kỳ)

05.www.daophatngaynay.com (Việt Nam)

Năm 1975, Hòa thượng Thích Thiên Ân đã thành lập ngôi chùa Việt Nam đầu tiên ở Hoa Kỳ. Năm 2021, 46 năm sau, Hòa thượng Thích Như Minh đã thành lập Thư viện Phật học Huyền Không với quy mô phòng ốc và số lượng sách báo lớn nhất trong ngôi chùa Việt tại Hoa Kỳ. Đây là kho tàng tri thức vô giá của nhân loại nói chung và Phật giáo Việt Nam tại hải ngoại nói riêng.
Sadhu! Sadhu! Sadhu! Lành thay! Lành thay! Lành thay!

Nam mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Bài và hình ảnh: Võ Văn Tường
Email: vovantuong1953@gmail.com

***

Liên lạc Thư viện:

Hòa thượng Thích Như Minh
Thư viện Phật học Huyền Không

857-871 S. Berendo Street, Los Angeles, CA 90005

Tel: (213) 384-9638; (213) 858-9294; (678) 416-0439

Fax: (213) 739-0017

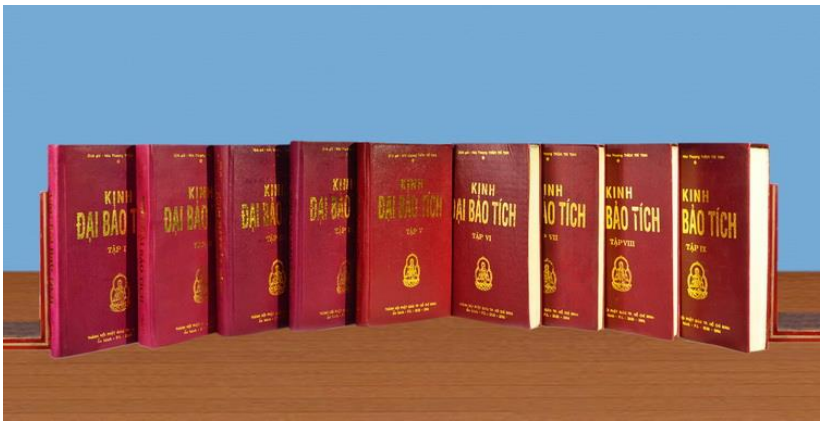
E-mail: vubc@hotmail.com

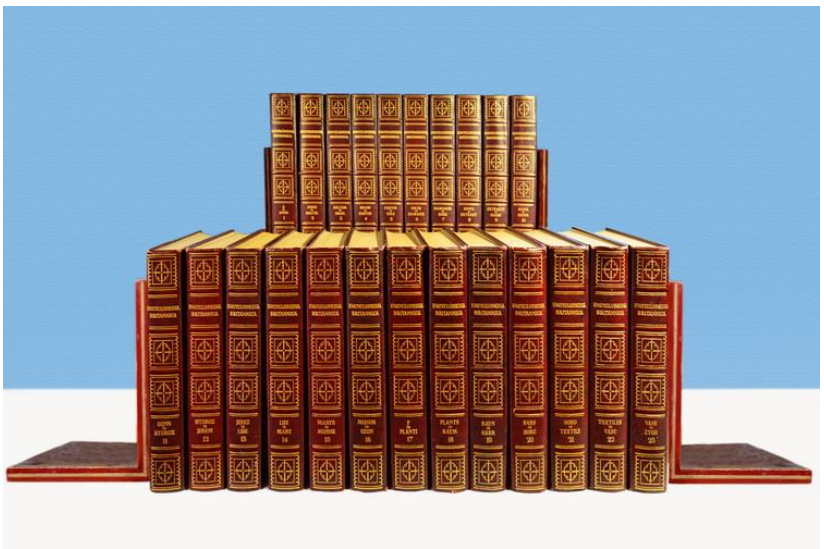
Website:

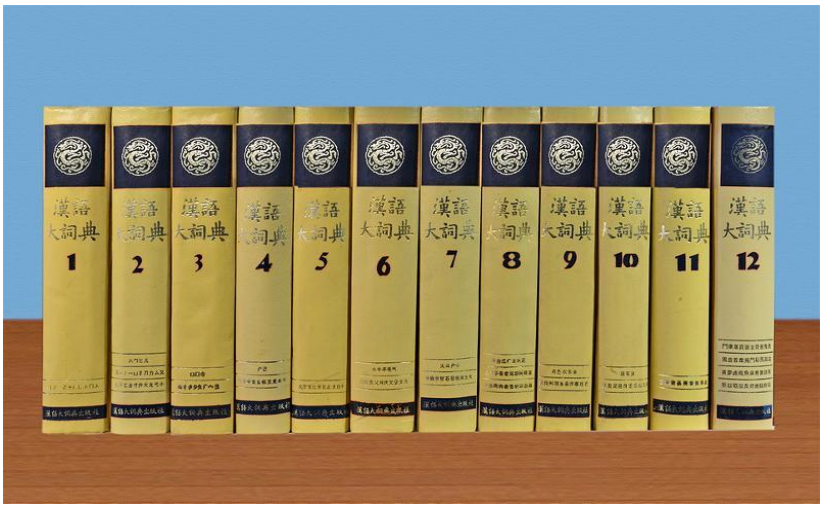
www.chuaphatgiaovietnam.com

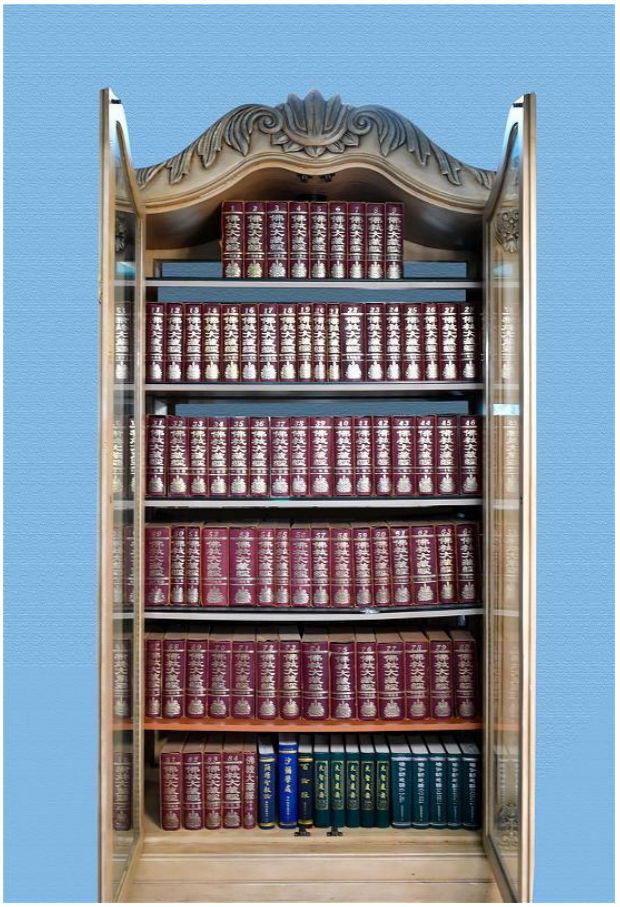
www.thienvienthichthienan.com

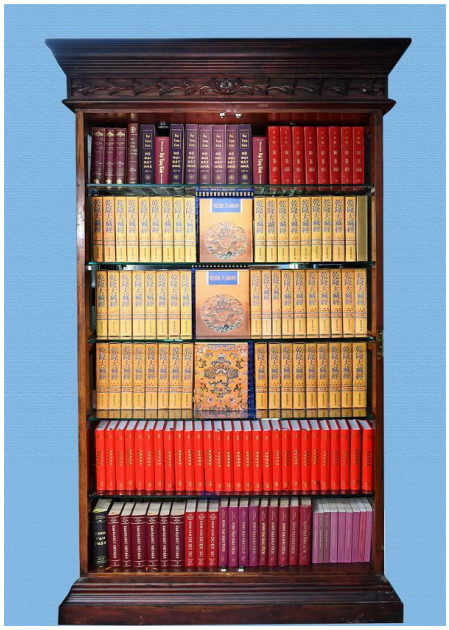
www.vafbsangha.com

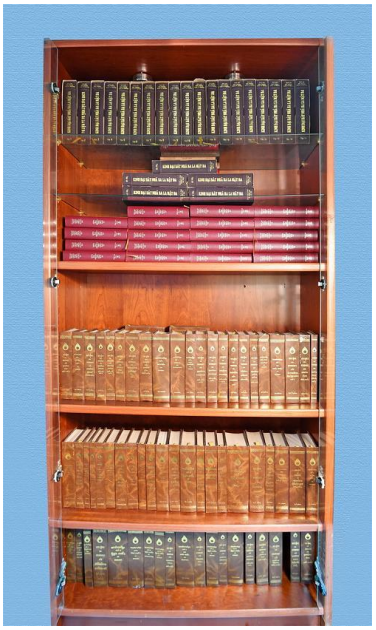

KINH
ĐẠI BẢO TÍCH
TẬP VI
KINH
BẢO TÍCH
TẬP VIII
KINH
BẢO TÍCH

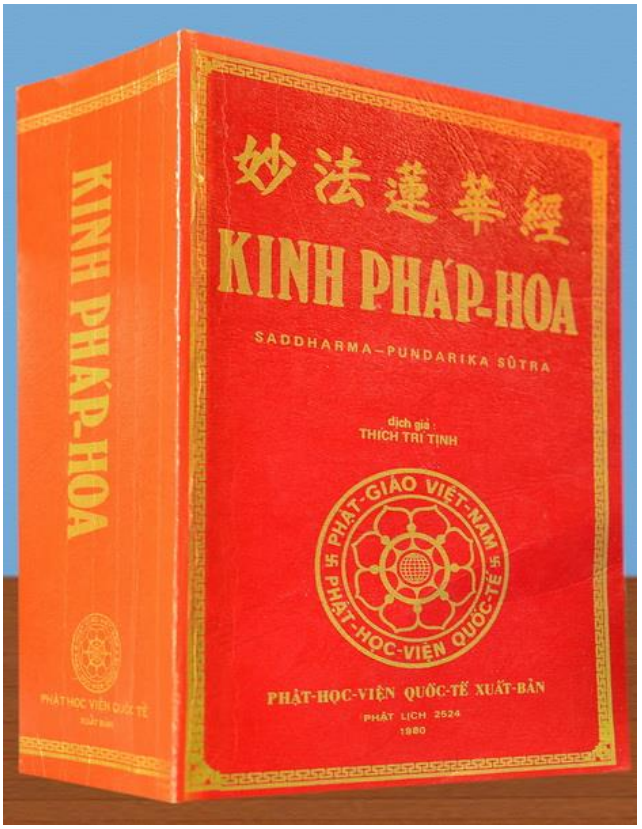


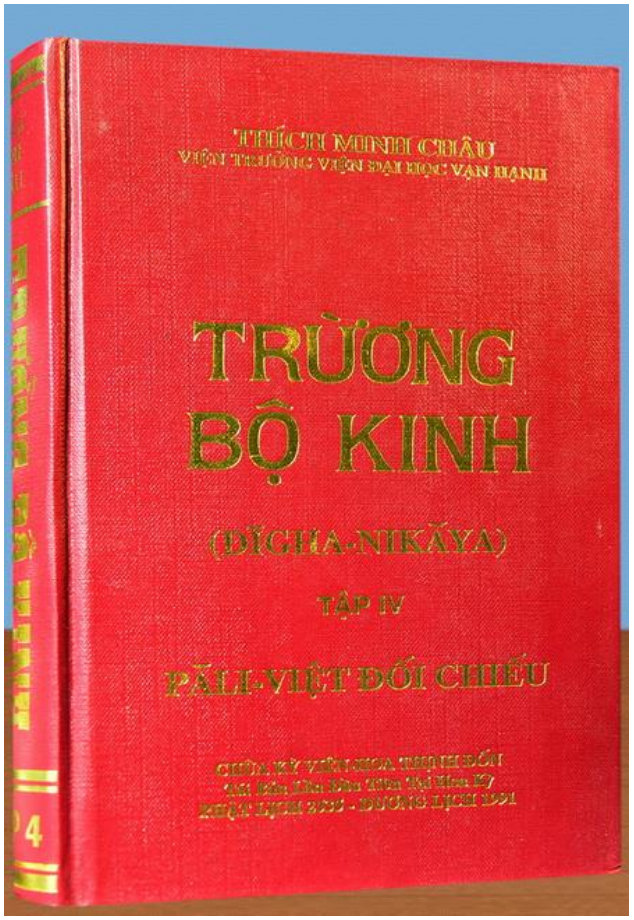

漢語大詞典 1
漢語大詞典 2
漢語大詞典 3
漢語大詞典 4
漢語大詞典 5
漢語大詞典 6
漢語大詞典 7
漢語大詞典 8
漢語大詞典 9
漢語大詞典 10
漢語大詞典 11
漢語大詞典 12

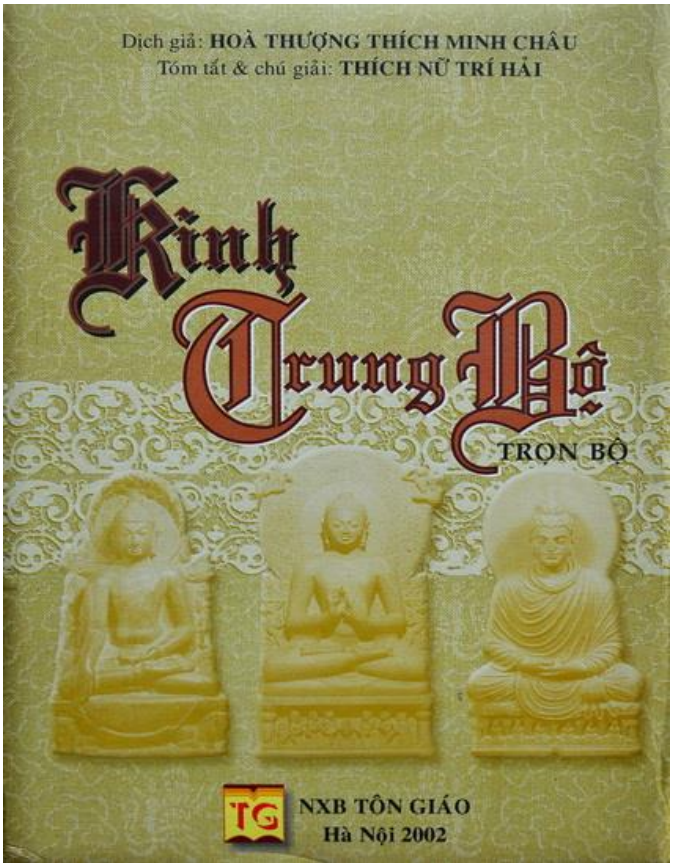


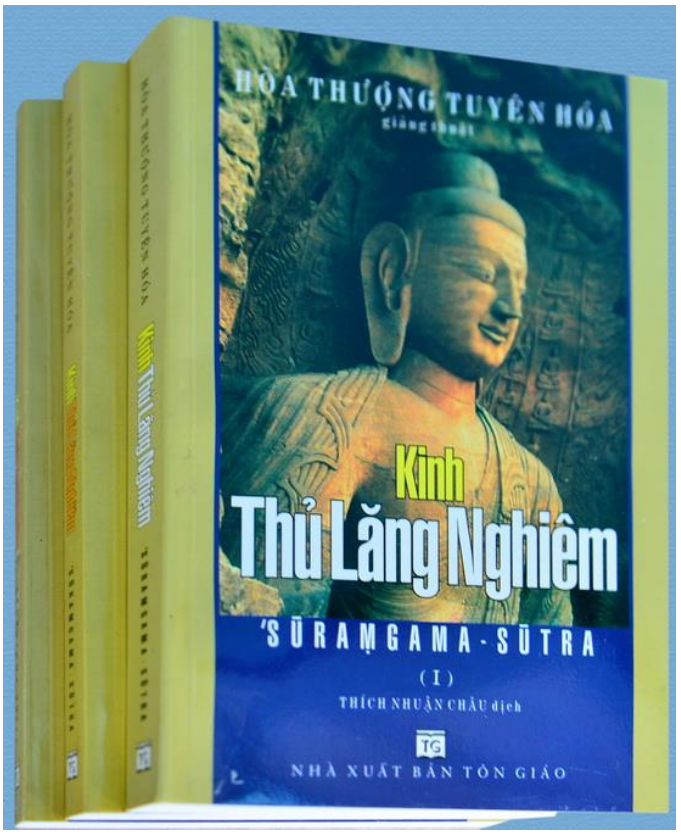


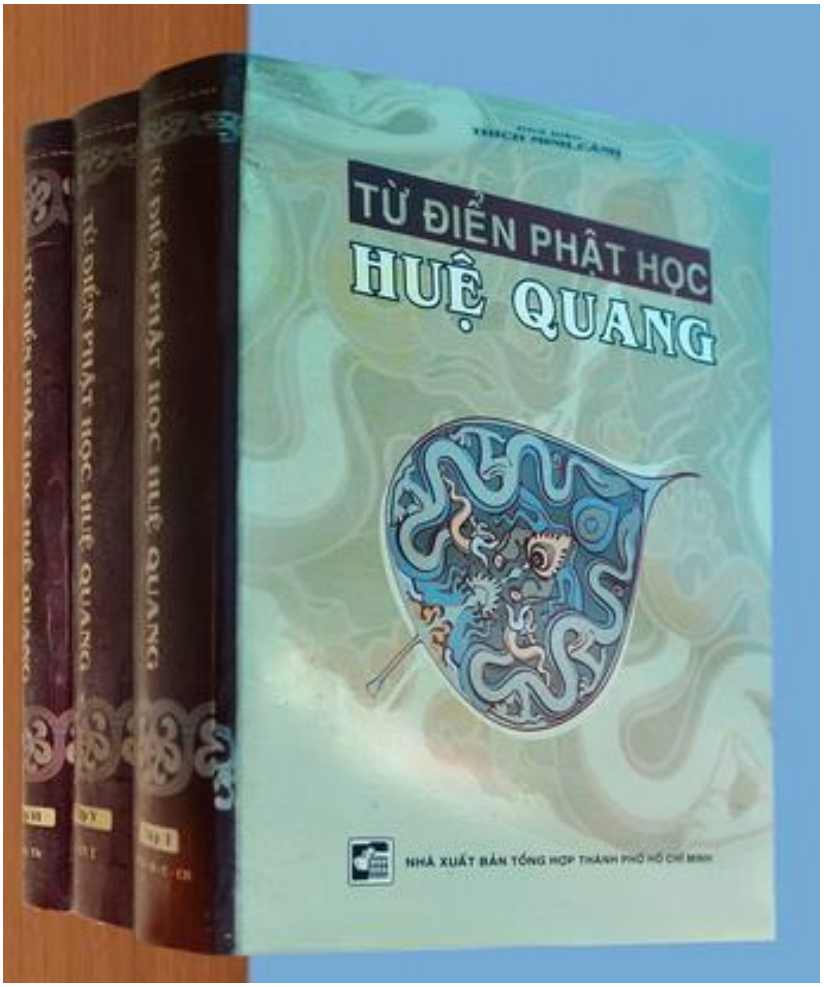



妙法蓮華經
KINH PHÁP-HOA
SADDHARMA-PUNDARIKA SÛTRA
dịch giả :
THÍCH TRÍ TỊNH
PHẬT-GIÁO VIỆT-NAM
PHẬT-HỌC-VIỆN QUỐC-TẾ
PHẬT-HỌC-VIỆN QUỐC-TẾ XUẤT-BẢN
PHẬT LỊCH 2524
1980
KINH PHÁP-HOA

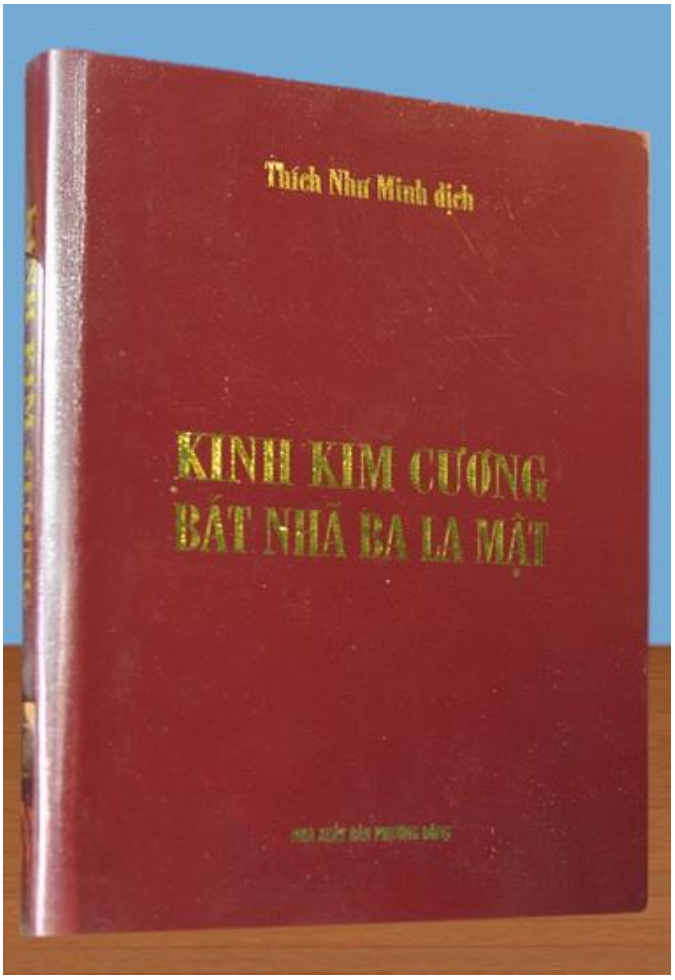

THÍCH MINH CHÂU
VIỆN TRƯỞNG VIỆN ĐẠI HỌC VẠN HẠNH
TRƯỜNG
BỘ KINH
(DĪGHA-NIKĀYA)
TẬP IV
PĀLI-VIỆT ĐỐI CHIẾU
4


Dịch giả: HOÀ THƯỢNG THÍCH MINH CHÂU
Tóm tắt & chú giải: THÍCH NỮ TRÍ HẢI
Kinh Trung Bộ
TRỌN BỘ
NXB TÔN GIÁO
Hà Nội 2002


HÒA THƯỢNG TUYÊN HÓA
Kinh
Thủ Lăng Nghiêm
'SŪRAṂGAMA-SŪTRA
(I)
THÍCH NHUẬN CHÂU dịch
NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

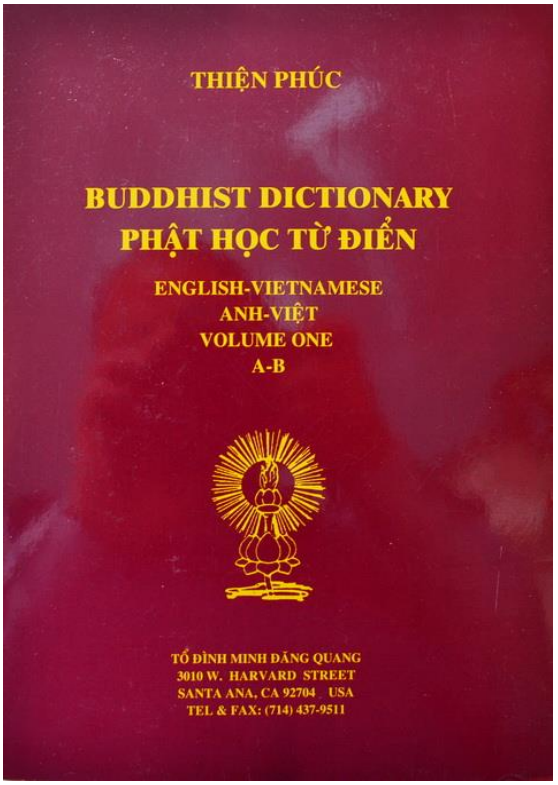

TỪ ĐIỂN PHẬT HỌC
HUỆ QUANG
NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

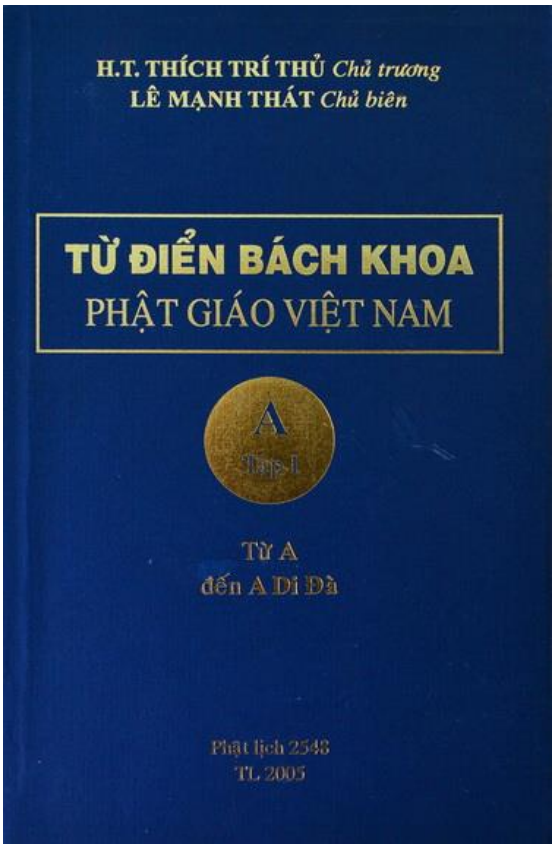
THÍCH QUẢNG ĐỘ
DỊCH
PHẬT QUANG
ĐẠI TỪ ĐIỂN
6
Tra-Tỷ
U.V.X.Y
5
T
Tha-Tốt
4
O.Ô.P.Q.S.T
Ta - Tế
3
L.M.N.
2
Đ.E.G.H.I.K
1
A.B.C.D
QUỂ MẾ
&
PHÒNG THÔNG TIN
PHẬT GIÁO QUỐC TẾ
XUẤT BẢN
2012

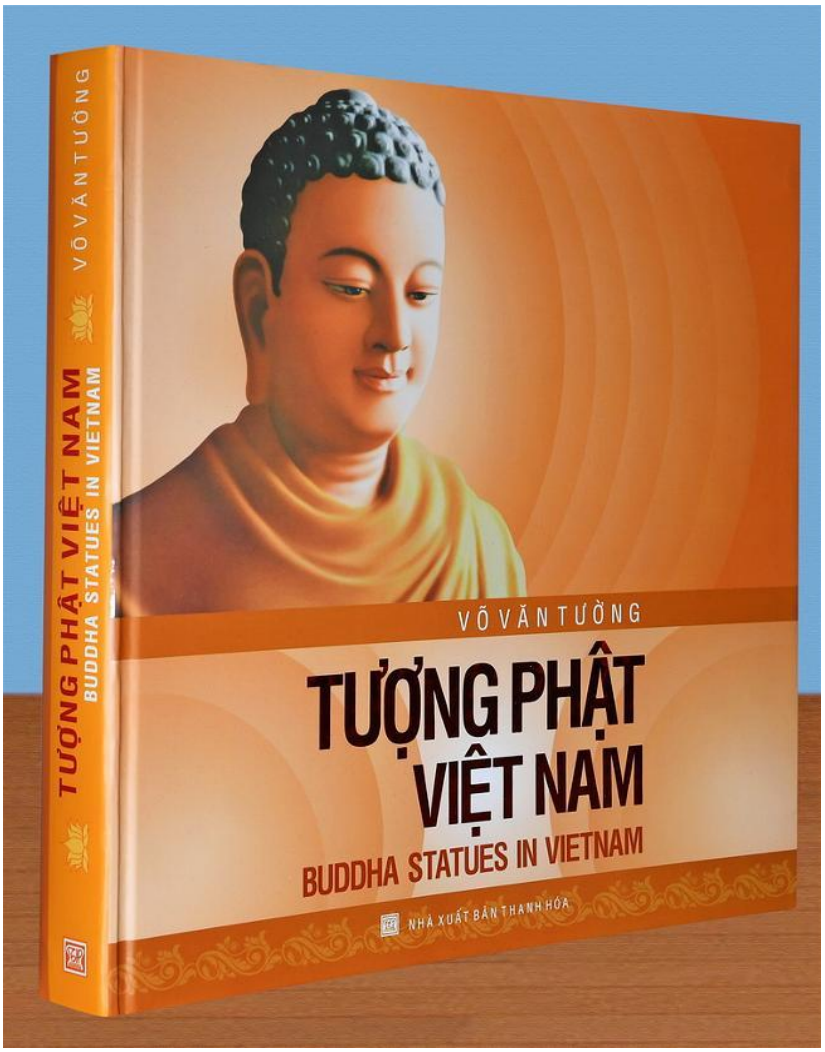

Thích Như Minh dịch
KINH KIM CƯƠNG
BÁT NHÃ BA LA MẬT

THÍCH-BẢO-LẠC
KIẾN THỨC
CĂN BẢN PHẬT GIÁO
PHẬT-GIÁO VIỆT-NAM
PHẬT-HỌC-VIỆN QUỐC-TẾ
PHẬT-HỌC-VIỆN QUỐC-TẾ XUẤT-BẢN
PHẬT LỊCH 2542 - 1998

NGUYỄN DUY CẦN
PHẬT HỌC
TINH HOA
佛學精華


THIỆN PHÚC
BUDDHIST DICTIONARY
PHẬT HỌC TỪ ĐIỂN
ENGLISH-VIETNAMESE
ANH-VIỆT
VOLUME ONE
A-B
TỔ ĐÌNH MINH ĐĂNG QUANG
3010 W. HARVARD STREET
SANTA ANA, CA 92704 USA
TEL & FAX: (714) 437-9511


H.T. THÍCH TRÍ THỦ Chủ trương
LÊ MẠNH THÁT Chủ biên
TỪ ĐIỂN BÁCH KHOA
PHẬT GIÁO VIỆT NAM
A
Tập I
Từ A
đến A Di Đà
Phật lịch 2548
TL 2005


VÕ VĂN TƯỜNG
TƯỢNG PHẬT VIỆT NAM
BUDDHA STATUES IN VIETNAM
NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA
TƯỢNG PHẬT VIỆT NAM
BUDDHA STATUES IN VIETNAM
VÕ VĂN TƯỜNG